

DAISY BEAUTY PROFESSIONAL

SNYLTANDE ELLER DEMOKRATISKT?

*Parfymdupes-
dilemmat*

ALLT DU BEHÖVER
VETA FÖR ATT
STARTA ETT
INDIE BRAND

Världens största spatrender

AUFGUSS/SCHAMANISM/
BIOHACKING/HALO THERAPY/
SOCIAL SELF-CARE

BYGGA VARUMÄRKE
vs FÖRSÄLJNING

Vart gör pengarna mest nytta?

Hur hittar du den perfekta balansen?

HYPERBARIC CHAMBER, AUFGUSS OCH SCHAMANISM

11 SPATRENDER ATT HÅLLA KOLL PÅ

Socialt umgänge

Trots att det känns länge sedan pandemin höll oss hemma så gjorde den avtryck. Efter den sociala distanseringen vill vi umgås igen. Det märks bland annat på Beauty Club London, en kombinerad frisör- och nagelsalong i centrala London som dessutom erbjuder en bar. Du kan med andra ord dricka cocktails med dina vänner samtidigt som du får håret stylat. Vi vill hänga i gäng. Det märks även på spaanläggningar som har blivit ett sätt att umgås och socialisera. Som en fritidsgård för vuxna med konversationer i poolen och vid fotbadet.

"Vi ser en stor trend att spabesökare vill träffas IRL och göra saker tillsammans – så kallad *social self-care*. Det påverkar anläggningarna som behöver se över sina flöden och ytor som till exempel lounges. Man vill ha en gemensam upplevelse och skapa minnen", förklarar Maria Grunditz.

Spaanläggningar har blivit fritidsgårdar för vuxna menar Maria Grunditz Global Brand & Marketing Director på KFI SPA Management.



Anna Bjurström, Senior Strategic Adviser Six Senses Resorts Spas och Raison D'Etire, ser en stor ökning av medlemsklubbar i storstäderna.

Anna Bjurström är ett välkänt namn inom spabranschen. Hon arbetar som Senior Strategic Adviser för både Six Senses Resorts Spas och Raison D'Etire samt är styrelseledamot i Global Wellness Summit. Hon berättar att även medlemsklubbar ökar stort i framför allt USA, London och flera andra storstäder.

"Medlemmarna vill ha någon form av sammanhang, tillhörighet och gemenskap. Det finns flera klubbar i Stockholm, bland annat V Social Club. Vi kommer att öppna upp klubbar i bland annat London, Bangkok, New York och flera andra ställen under de närmsta fem åren", säger Bjurström.

Basturitualer

Basturitualer har funnits länge men har fått ett rejält uppsving. Det beror bland annat på dess hälsoförmåner men också på att vi vill umgås mer igen. Bastubad är ett enkelt sätt.

Aufguss är en tysk basturitual som har ökat mycket i popularitet. Det finns till och med VM-tävlingar i *aufguss*. Ritualen görs i grupp och man börjar innan bastun är ordentligt upphetad och växlar sedan mellan att gå ut och svalka sig och basta igen tills bastun är riktigt varm. Ofta är det kombinerat med en fantastisk utsikt utanför fönstret.

"Inne i bastun har man en instruktör – *Sauna Master* – som håller vatten på bastuaggregatet så det skapas ånga. Vattnet, i olika spannar, har blandats upp med specifika aromaessenser som till exempel lavendel eller tall. Med specifika 'vift-tekniker' med en handduk förs aromaången runt för att svepas över gästerna", berättar Maria Grunditz.

Viftningarna skapar olika tryck i bastun. Behandlingen ska bland annat vara bra för energi, sömn och muskelavslappning. Dessutom är den avstressande och bra för återhämtningen.

"Bastusittningarna hos oss innehåller även andningsövningar, stretching och akupressur och varvas med kalla duschar, is-skrubbning, ansiktsmask och en hälsodryck. Jag fick själv en nyfunnen kärlek för bastu när jag testade *aufguss*. Det hände något mer än att bara sitta i bastun" berättar Carolina Moquist, spachef på Tylösand.

Kerstin Florian

Sauna Mastern viftar runt aromånga i bastun. En avstressande behandling som kan kompletteras med till exempel andningsövningar.

Andning

Från att ha lärt oss att andas under yogaklasser tar vi steget vidare till rena andningsklasser. Andning är i ropet och vi gör det gärna tillsammans. Hale Center vid Karlaplan i Stockholm är ett center som bara har andningsklasser. Men det erbjuds även på fler spaanläggningar.

"Andning är en av våra mest populära klasser och då framför allt holotropisk andning. Andning är väldigt stort. Att andas genom näsan har stora hälsoeffekter och mycket handlar om att syresätta kroppen på det sättet", berättar Anna Bjurstam.

En annan trend som påverkar andningen är *halo therapy*. Då går du in i ett rum och andas in saltkristaller, som en saltbastu.

"Det kan vara en bastu med väggar av Himalaya-salt. Många upplever färre problem med luftvägarna och hudåkommor efteråt men det är viktigt att veta att det ännu inte finns vetenskapliga belägg för att det fungerar", säger Maria Grunditz.



Smådalarö Gärd



Sabine Itze, spachef Smådalarö Gärd, där skraddarsydda behandlingar har varit ett framgångsrikt koncept.

Skraddarsydda behandlingar

Den klassiska massagen är ännu den mest bokade spabehandlingen. Förmodligen för att den är enkel att förstå och kunden vet vad den får för något. Men behandlingarna är på väg att ändras. Istället för att erbjuda långa behandlingar med invecklade beskrivningar på krångliga spamenyer anpassar nu allt fler anläggningar behandlingarna efter kundens behov.

"Vi renodlar och förenklar för att behandlingarna ska vara mer tillgängliga och för att gästerna lättare ska kunna se vad som passar dem. Nu tittar vi mer på effekter och behov, som avslappnande eller energigivande", säger Maria Grunditz.

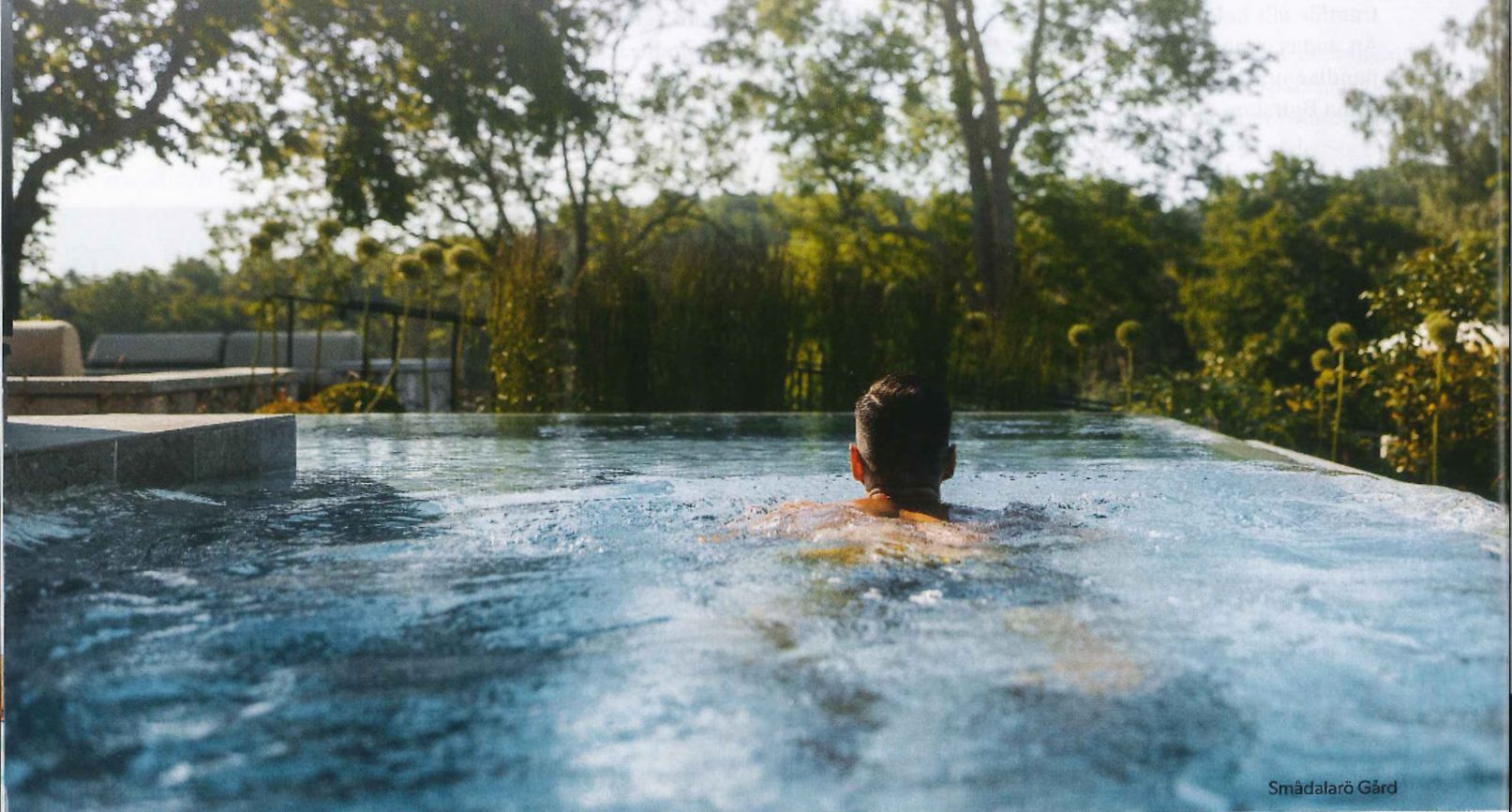
Det här ställer högre krav på terapeuterna som måste kunna fler behandlingar. Men det

ger en stor fördel för kunden som bara behöver bestämma om de vill ha fokus på ansikte eller kropp vid bokning och sedan gå efter dagsform.

Hooks Herrgård i Småland och Smådalarö Gärd utanför Stockholm är två anläggningar som har börjat med konceptet att boka tid i stället för en viss behandling. Sabine Itze har en lång internationell erfarenhet inom spabranschen och arbetar nu som spachef på Smådalarö Gärd utanför Stockholm.

"Individualisering är en stor trend. Behandlingar ska vara personligt anpassade. Det har varit framgångsrikt hos oss att ha en liten konsultation för att kunna styra kunden till rätt behandling. Vi ställer frågor som 'vad behöver du?' och 'hur vill du känna dig efter behandlingen?' En skraddarsydd behandling gör att kunden också känner sig mer sedd som individ", säger Sabine Itze.

”Blue wellness visar en önskan att vara ute mer i naturen och vara i och nära vatten. Att vi på det sättet får en djupare kontakt med oss själva”



Smådalarö Gärd

Tillbaka till naturen

Skogsbad, ljudet av fågelkvitter och naturmaterial i inredningen – vi längtar till naturen. Det speglas i att fler spaanläggningar förstår fördelarna med att ha utomhusbad och bastu med utsikt över naturen i omgivningarna.

”Vi vill ha det mer naturliga och vilda med naturnära upplevelser. Vi vet genom forskning att när man badar kallt och varmt har det effekt på bland annat blodtryck, sömn och nedstämdhet”, säger Maria Grunditz.

Hon berättar att nordisk design inom spa och hotell är eftertraktat. Det enkla och avskalade med trä och sten. Arkitekter i hela världen vänder blicken mot Sverige, Norge och Danmark för att se hur vi gör här. Idag vet vi att naturen har en lugnande effekt på oss. Även nordisk hydroterapi syns som en trend internationellt.



Maria Hagberg, spachef Ad Astra by Elite ser att trenden för utomhusspa växer stort.

”Vi i Norden har badat bastu och vinterbadat långt tillbaka i tiden, men globalt ser vi nu en trend, *blue wellness*, som visar en önskan att vara ute mer i naturen och vara i och nära vatten. Att vi på det sättet får en djupare kontakt med oss själva. Det handlar om vatten som terapi, både inne och ute”, säger Grunditz.

Global Wellness Institute siar att trenden med *blue wellness* kommer att öka med 18 procent fram till år 2025 – vi vill uppleva det lokala och äkta. **Maria Hagberg**, spachef på Ad Astra by Elite, håller med.

”Jag upplever en starkare trend för att spaa utomhus. Utomhusbassänger är väldigt populära. Spaanläggningarna flyttar ut mer och det är enormt uppskattat. Jag upplever att fler nya span har någon form av utomhusmiljö.”

Biohacking och beauty tech

Beauty tech har tagit skönhetsbranschen med storm. Idag känner pålästa konsumenter till både LED-ljus, rengöringsborstar och mikroström. LED-masker har blivit ett smart komplement till ansiktsbehandlingar för att kunden ska få ut mer av sin behandling. Tidigare har spaanläggningar ofta legat lite efter salonger när det kommer till apparatur men nu är det snarare så att många span ligger i framkant. En av de anläggningar som tidigt hoppade på trenden är Tylösand där **Carolina Moquist** är spachef.

"Vi har hållit på ett tag med ljusterapi. Vi har sett att det bara blir mer och mer populärt, både i Sverige och även globalt. Vi har erbjudit laserbehandlingar i två år vilket vi var väldigt tidiga med. Det har varit en väldigt intressant resa sedan vi började med *biotech*. Det har öppnat upp många dörrar för spännande behandlingar som kryobehandlingar, ljus och laser samt vakummassage."

Anna Bjurstam är inne på samma linje och anser att *biohacking* är en mycket stor trend inom spa och wellness. Hon berättar att det finns *biohacking*-klubbar i bland annat USA men också i Stockholm.



Carolina Moquist, spachef
Tylösand – ett spa i framkant när det gäller *biotech*.

"*Biohacking* kan också innebära kompressionsbyxor som pumpar runt blodet under tjugominuter och ger syresättning som är bra för sömn och återhämtning."

Hyperbaric chamber, eller kompressionskammare, är en annan trend. Det var från början en tryckkammare för dykarsjuka, men man har sett att det ger andra hälsofördelar. **Justin Bieber** är en av förespråkarna.

"Det funkar så att du sätter in 100 procent syre under ett visst tryck. Det pressar ut syret i kroppen. Viss forskning säger att det funkar bra för bland annat post-covid och även förnyring."

IR-bastun håller sig också kvar och ser bara ut att öka i popularitet. Och förutom olika maskiner du kan använda i behandling eller som uthyrning till besökarna kommer förmodligen AI påverka spabranschen i framtiden. Redan nu börjar AI sticka ut hakan.

"Det finns en typ av AI som är en digitaliserad form av wellness där man ersätter till exempel wellness-coacher. Det går ut på att kunden kan fylla i ett formulär och få svar med ett sammansatt wellness-program", säger Sabine Itze.



LED behandlingar och IR-bastu på Tylösands Spa.



Sound healing

Att vi påverkas av ljud är ingen hemlighet. Det är ett starkt sinnesintryck som kan påverka vårt humör snabbt. Kanske blir du lugn av suset när du promenerar i skogen eller har svårt att stå still när din favoritlåt spelas. Ljud är ett smart sätt att påverka sina kunder till en större och mer positiv upplevelse. Ju fler sinnen som är med, desto bättre. På Tylösand kan besökarna sitta med en LED-mask samtidigt som de själva får välja musik.

”Sound healing kan man använda på olika sätt. Vi har ett avslappningsrum där gästen själv tar hörlurar med musik med speciell frekvens som arbetar med avslappning. Vi har **Per Gessle** som gör musik till våra behandlingar. Det kan vara allt från rock till avslappnande ljud av regnskog som gästen kan välja mellan i behandlingarna. Vi försöker verkligen få våra gäster att testa *sound healing*, det är effektivt och jobbar på stressnivån i kroppen”, säger Carolina Moquist.

På östkusten i USA finns den eleganta hotellkedjan Opal. Maria Grunditz berättar att spachefen är väldigt intresserad av färger, ljud, frekvenser, salt och vatten.

”Dessa spaanläggningar har synkat flera av sina behandlingar med ljud från naturen. De har spelat in vackra ljud från varje spas utemiljö som spelas upp i behandlingsrummet. Det gör att gästerna kan uppleva de lugna effekterna från naturens ljud samtidigt som de kopplar av i behandlingsrummet”, säger Maria Grunditz.



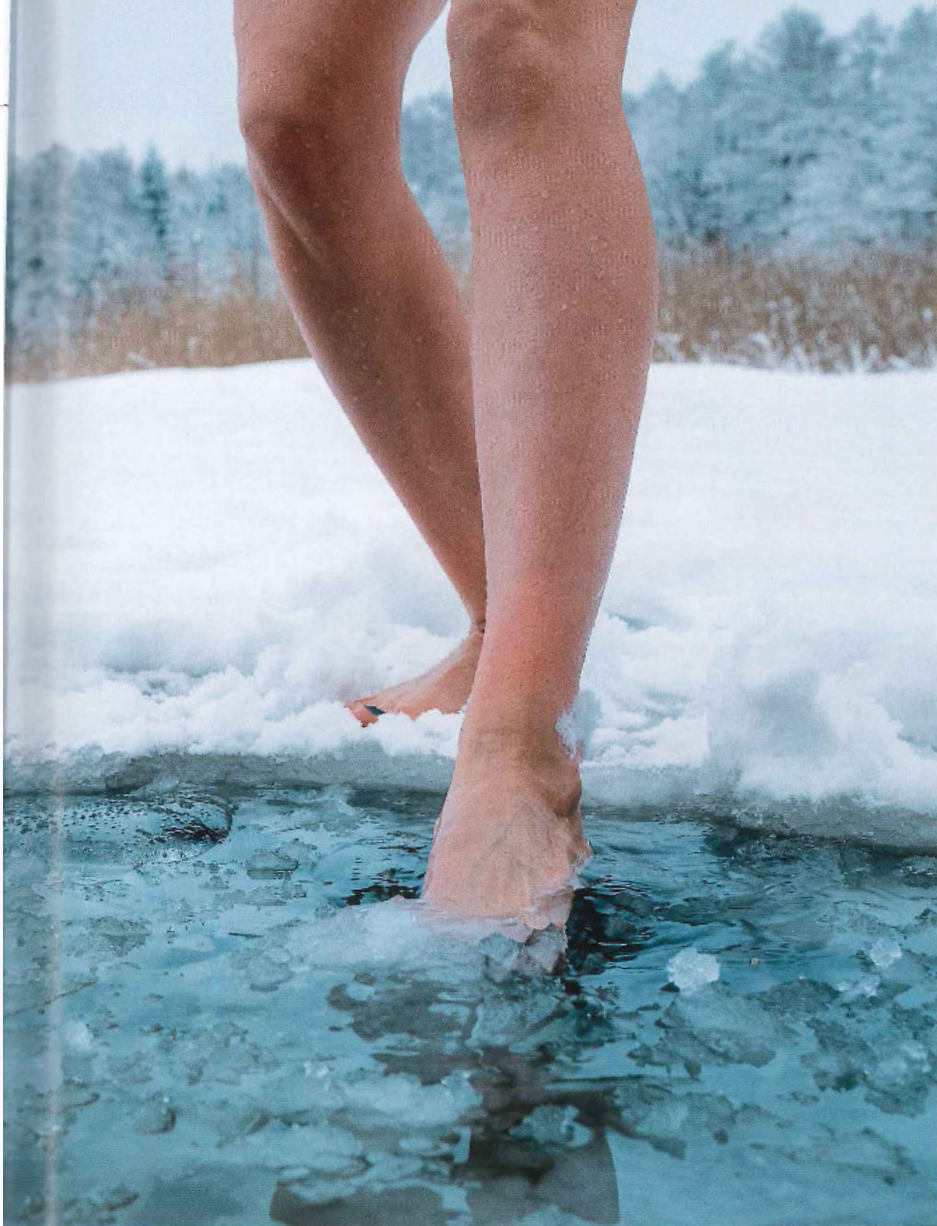
”Vi har **Per Gessle** som gör musik till våra behandlingar”

Samarbeten

Att ta in föreläsare och andra samarbetspartners kan locka en ny kundkrets till din verksamhet och även ge dina kunder ett mervärde. Samtidigt kan det även ge ny energi och inspiration till din ordinarie personal. Flera anläggningar som till exempel Yasuragi, Tylösand och Hagabadet i Göteborg är några av de som har sett värdet med samarbeten och gästspel. Under en kortare period tar de in föreläsare eller andra specialister på olika områden som gör något unikt. Att slå ihop sig med olika samarbetspartners kan stärka ens varumärke.

Tylösand har exempelvis gjort samarbeten med **Johanna Hector** och ”Namaste by Emilia”.

”I somras samarbetade vi med **Fredrik Ölander** som utför hälsoscanningar för att kartägga till exempel stressnivåer och eventuella problem med mage och tarm. Vi tänker att vi kan använda hälsoscanningen för att rekommendera olika behandlingar. I år har vi gjort ett samarbete med ett svenskt resortmärke som gör kläder som vi hade i en pop up-butik hos oss. Jag tror att det kommer fler samarbeten i branschen”, säger Carolina Moquist.



Kryoterapi

Trenden med vinterbad har spridits till spaanläggningar och olika typer av nedkylning har blivit en allt viktigare del. Kryobehandlingar dyker upp både i ansiktsbehandlingar och kroppsbehandlingar. Det finns också kalla källor, pooler, duschar och is-hus.

"Is-hus har blivit en trend precis som is-bad. Det är ett väldigt litet kylhus med torris med minus åtta grader och du ska stå där i minst två minuter", säger Sabine Itze.

På Ad Astra by Elite har kalkkällan blivit välbesökt.

"Det har blivit ett stort uppsving med kallbad och särskilt under sommaren när det är varmare, och man har svårt att få den biten utomhus, söker sig många i stället till kallbad på spa", säger Maria Hagberg.

Trenden med kallare bad märks även på andra vis. Maria Grunditz berättar att Sturebadet har sänkt temperaturen på sitt turkiska bad som är kallare än det har varit tidigare.

"Vattnet som man duschar, badar och simmar i ska vara mellan 0 och 10 grader och att stanna kvar under en till två minuter är en bra hålltid. Du behöver inte doppa huvudet. Sen ska du upp och in i bastun. Du kan öva dig i duschen hemma och duscha 10 sekunder varmt och sen kallt, då hinner kroppen vänja sig."

Trenden med vinterbad har spridits till spaanläggningar och olika typer av nedkylning har blivit en allt viktigare del av behandlingsutbudet.

Ad Astra by Elite har också anammat kallbadtrenden och kalkkällan är populär bland besökare.





Medicinalväxter

Trenden med medicinalväxter är både kontroversiell och stark. Både för att växterna invärtes och används utvärtes i behandlingar. Flera av dem är inte lagliga i Sverige men är intressanta ur ett globalt perspektiv.

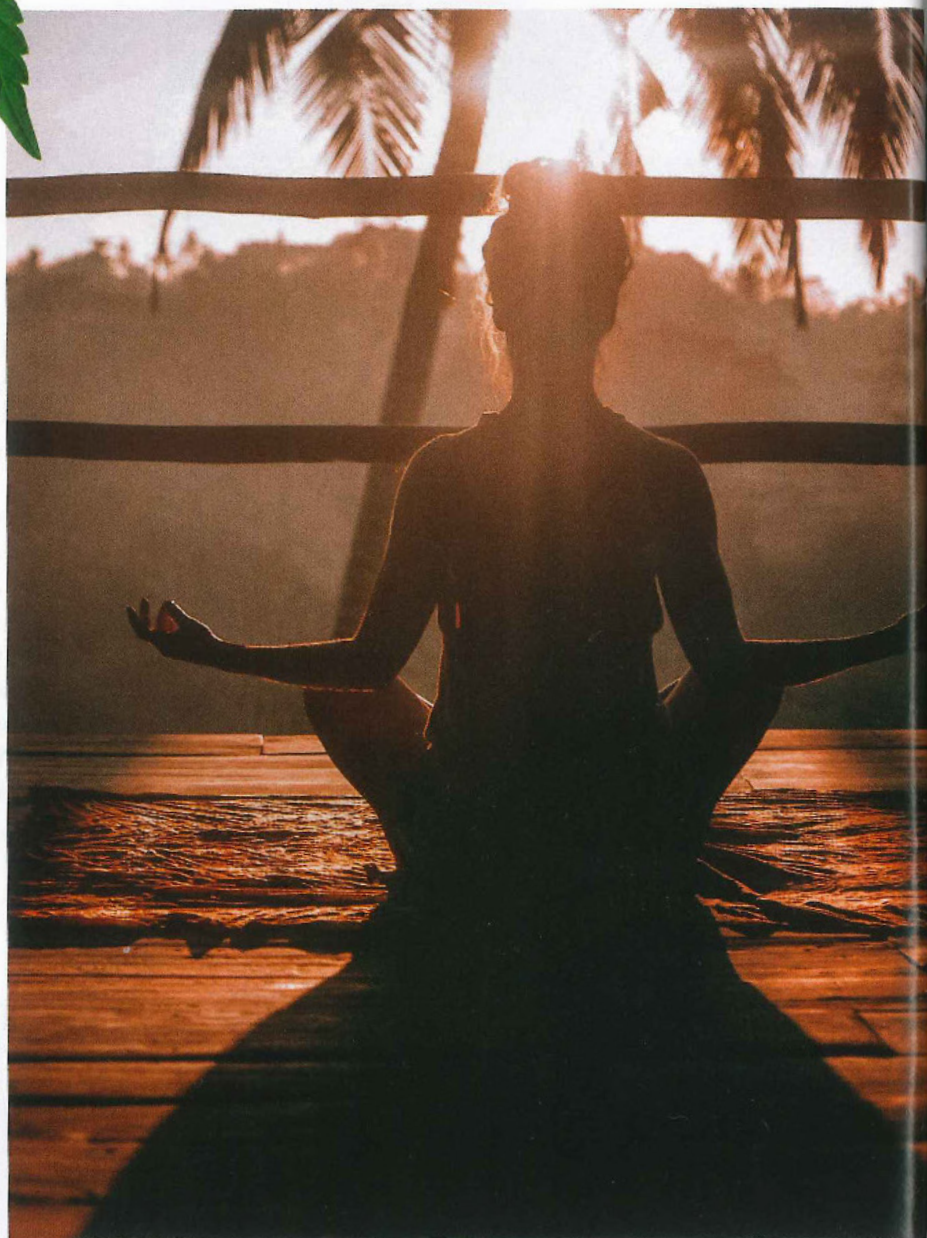
"Det pratas mycket om olika medicinalväxter just nu. Det kan vara växter för att lindra till exempel artros eller för att få en jämnare hudton. Cannabis för medicinskt bruk är en av växterna. Den marknadsförs som *super food*. Men det kommer ju inte bli aktuellt i Sverige", säger Sabine Itze.

Anna Bjurstam nämner även svampar som är trendiga. De flesta av oss har nog hört talats om chaga, turkey tail, lions mane och flera andra som är helt lagliga och anses bra för hälsan. De är populära både i kosttillskott som funktionella drycker och kapslar och också i hudvård. Men det börjar även komma in andra svampar.

"Psykedeliska svampar forskas det mycket om för bland annat depression. I både Holland och Sydamerika är det lagligt och det börjar spridas mycket mer", säger Bjurstam.



Lions mane.



Spiritualism

Reiki har tagits in som behandling på många anläggningar men nu börjar det bubbla runt andra typer av energimedicin som shamansk healing. Anna Bjurstam tror att det kommer bli betydligt mer accepterat under de närmsta åren och ser att många av deras besökare är intresserade.

"Vi tar idag in shamaner på våra olika spa. Schamanism har funnits i hundratusentals år hos olika urfolk. Vetenskap är fantastiskt men det finns även annat, andra lagar. Kvantfysiken förklarar en hel del som Newtons vetenskap inte kan förklara."

Hon fortsätter att berätta om trenden kring spirituellt *wellbeing* som ett lite lättare koncept.

"Det handlar om att man känner en mening här på jorden, att man känner en *connection* med världen runt omkring, sig själv och naturen." **D**