

# dental:spiegel

Das Magazin für das erfolgreiche Praxisteam



## Prophylaxe – eine universelle Aufgabe

WIRTSCHAFT + RECHT  
„ZMP Steffi“ – Namensschilder  
in der Zahnarztpraxis

TEAMSEITEN  
Perspektiven in der Zahnarztpraxis



## Balance für Körper, Geist und Seele

Eingebettet im Sahyadri Gebirge in Indien eröffnet sich im Atmantan Wellness Resort der Blick auf den blau-grünen Mulshi See und die unberührte Naturlandschaft Westindiens. Die Ruhe und Abgeschiedenheit dieses einmaligen Ortes bilden den perfekten Rahmen für eine wohltuende Auszeit und nachhaltige Veränderungen.

Atmantan steht für die Verschmelzung von Atma (Seele), Mana (Geist) und Tann (Körper). Ganz nach dem Motto „Be Transformed!“ unterstützt das Wellness Resort, das eineinhalb Stunden von der quirligen Stadt Pune entfernt liegt, Gäste dabei, einen nachhaltigen Weg zu einem gesunden Lebensstil einzuschlagen. Zur Auswahl stehen insgesamt neun holistische Retreats ab mindestens drei Nächten: Entspannung, Detoxing, Gewichtsausgleich, Yoga, Ayurveda, Wohlbefinden, Fitness und stärkende Physiotherapie. Alle Retreats sind ganzheitlich ausgerichtet und werden von einem erfahrenen Team aus Therapeuten, Trainern und Ärzten begleitet. Mit der Expertise der beiden Gründer Nikhil und Sharmilee Kapur aus den Bereichen Extremausdauersport und Prana-Heilung ist dies der ideale Ort für Erholung und konkrete Gesundheitsziele.

Schlaf ist ein wichtiges Kriterium für einen gesunden Lebensstil: Die 106 Zimmer und Villen in vier Kategorien liefern die besten Voraussetzungen. Großzügig geschnitten und modern eingerichtet, verfügen alle Unterkünfte über einen Balkon oder eine Terrasse mit spektakulärem Blick auf die umliegende Landschaft und genügend Rückzugsraum. Das kulinarische Konzept des Atmantan basiert auf dem Spruch Virginia Woolfs: „Niemand kann

gut denken, lieben und schlafen, wenn er nicht zuerst gut gegessen hat“. Lokale und saisonale Produkte werden zu einer Fusion aus asiatischen, ayurvedischen, makrobiotischen und mediterranen Gerichten verarbeitet. Für jeden Gast werden die Gerichte nach individuellen Bedürfnissen – abgestimmt auf das maßgeschneiderte Wellnessprogramm – und nach den Empfehlungen des Arztes zubereitet.

Das weitläufige Atmantan Spa ist Herzstück des Resorts und wird von dem international erfahrenen Ayurveda-Arzt aus Kerala, Dr. Manoj Kutteri, geleitet. Mit Abschlüssen in Ayurveda, Naturheilkunde und Psychologie sind holistische Heilverfahren seine Spezialität. Insgesamt sieben Ärzte und 25 Therapeuten, unter anderem aus Medizin, Naturheilkunde, Fitness und Yoga nehmen sich Zeit für individuelle Beratung und Zwischengespräche nach Bedarf, um die gewünschten Gesundheitsziele zu erreichen. Großer Wert wird auf die Qualität der verwendeten Öle gelegt, die frisch zubereitet und exakt nach dem überlieferten Ayurvedawissen angewandt werden. Im Wellnessbereich sorgen ein Dampfbad, eine Sauna, eine Infrarot-Sauna sowie ein beheizter Indoor-Salzwasser-Pool für Entspannung – oder man genießt ein paar wärmende Sonnenstrahlen auf der Sonnenterrasse. Sportliche Gäste erwarten ein rund 600 Quadratmeter großes Fitnesszentrum mit modernsten Geräten sowie ein umfangreiches Aktivitätenprogramm mit zahlreichen Yoga-, Meditations-, Atem- und Fitnesskursen. Wer lieber in der Natur unterwegs ist, erkundet die bewaldeten Sahyadri Berge zu Fuß oder besteigt den Mount Palse hinter dem Hotel.



### KONTAKT

Atmantan Wellness Resort  
Mulshi,  
Pune – 412108 Maharashtra  
Telefon: +91 20 6676 6666  
E-Mail: [info@atmantan.com](mailto:info@atmantan.com)  
Internet: [www.atmantan.com](http://www.atmantan.com)

