

INTERVIEW: CHRISTINE LENZ

„Ein Anker für die Träume“

Die Schlaf-Expertin und Beraterin Christine Lenz spricht über die Herausforderung, in einer ungewohnten Umgebung gut zu ruhen. Außerdem über die Unterschiede zwischen Business- und Wellnessgästen. Fazit: Wer als Hotelier seiner Klientel einen tiefen und erholsamen Schlaf ermöglichen will, sollte seine Zielgruppe gut kennen.

„Unsere Vorfahren haben sicher nicht mit dem Rücken zum Höhleneingang geschlafen.“

Dass ihre Gäste im Hotelzimmer gut schlafen, ist für Hoteliers wichtig. Was können sie dazu beitragen – wie platziert man zum Beispiel das Bett am besten im Raum? Für Gäste ist das Hotelzimmer ein neues Schlafumfeld. Hier geht es darum, ein schönes, optisch ansprechendes Ambiente zu schaffen und mit einem intuitiven Sicherheitsgefühl und dem Gefühl von Geborgenheit zu verbinden. Dafür ist es wichtig, wie das Bett platziert ist. So muss der Gast unbedingt vom Bett aus die Tür und das Fenster im Blick haben. Wer privat seinen Arbeitsplatz einrichtet, würde schließlich auch den Schreibtisch nicht so hinstellen, dass er oder sie mit dem Rücken zur Tür sitzt. Der Hintergrund für diesen Instinkt: Unsere Vorfahren haben sicher nicht mit dem Rücken zum Höhleneingang geschlafen. Gerade bei einer älteren Zielgruppe ist auch wichtig, dass der Weg zum Bett nicht zugestellt und genügend Platz neben dem Bett vorhanden ist, um bequem und sicher aufstehen zu können.

Grundsätzlich gilt: Ein Bett ist eine Insel im Raum, ein Anker für die Träume. Es ist deshalb wichtig, dass es nicht zu frei steht. Sozusagen fest verankert zu ruhen, gibt mehr Sicherheit. Besonders, weil ein Hotelzimmer gerade dem Business-Gast oft nur für zwei bis drei Tage als Schlafraum dient und sich daher keine Gewöhnung einstellen kann. Deshalb sollte alles im Raum den Gast intuitiv zum sicheren und tiefen Schlafen einladen. Daher sollte das Bett nicht so aufgestellt sein, dass es frei in den Raum ragt, also ein schmaleres Bett im Einzelzimmer nicht an einer Wand im Rücken platziert werden.

Und was ist bei der Auswahl der Betten selbst zu beachten? Zielgruppe, Zielgruppe Zielgruppe! An die muss

der Hotelier denken und deren Vorlieben im Blick behalten. Denn die Bedürfnisse können sehr unterschiedlich sein. Nordeuropäer freuen sich etwa oft über extra lange Betten. Dagegen schätzen Inder, Amerikaner und andere Nationalitäten durchgängige Matratzen und King-Size-Bettdecken. Die Matratzen sollten für jede Körpergröße und das Körpergewicht optimal geeignet sein. Ein Hotel, das explizit Familien anspricht, sollte über die Anschaffung extra-großer Familienbetten nachdenken. Auch die Höhe des Bettes spielt eine große Rolle für das Wohlbefinden: Zu niedrige Betten sind für ältere Reisende eine Herausforderung beziehungsweise Gefahrenquelle.

Businesshotel oder Ferienhotel: Macht das einen Unterschied beim Hotelbett? Durchaus. Die Berücksichtigung der Destination spielt ebenfalls in den Aspekt der Zielgruppen hinein. Handelt es sich um ein typisches Stadthotel, kommen die Gäste oft aus beruflichen Gründen, oder als Städtereisende haben sie ein vollgepacktes Besichtigungsprogramm. Das bedeutet, die Menschen liegen nicht so lange im Bett wie in einem Wellnesshotel. In Urlaubshotels, die vor allem von Familien, Paaren und Freundesgruppen besucht werden, haben die Gäste mehr Sex und der Aufenthalt im Hotel dauert normalerweise länger. Dort liegen Gäste länger auf dem Bett pro Nacht, gewöhnen sich aber auch nach einigen Tagen an die für sie zuerst neue Schlafumgebung.

Kalte Regionen, etwa in den Alpen und im Norden, brauchen andere Betten als im feuchtwarmen Süden. Wichtig ist immer die gute Durchlüftung des Bettes und die Verwendung von Materialien, die nicht anfangen zu muffeln oder aufzuquellen, und die sich leicht reinigen lassen.

Christine Lenz: „In einer fremden Schlafumgebung ist es essenziell, Sicherheit und Geborgenheit zu vermitteln.“

Welche Aspekte sollte der Hotelier bei der Bettwäsche berücksichtigen, um seinen Gästen beste Voraussetzungen für guten Schlaf zu schaffen? Bei der Farbe ist Weiß meine Wahl! Die Bettwäsche sollte Frische, Sauberkeit und hygienische Reinheit ausstrahlen. Oberflächen, die glatt, atmungsaktiv und mit guter Haptik daherkommen, sich also angenehm anfassen, wirken stets edel, hochwertig und so auch neuwertig. Was nicht geht und ich immer wieder sehe: Flecken, Pilling (Knötchen), Bereiche, die dünn sind, Haare oder Knitterspuren. Beim Beziehen muss auf das Zusammenspiel von Matratze und Topper geachtet werden.

Anzeige



Wichtig sind auch ausreichend Kissen im Bett. Die meisten Menschen lieben Bettwäsche, die so riecht und sich anfühlt, als wäre sie im Wind auf der Wiese getrocknet.

Wie schafft man das richtige Schlafklima? Wichtig ist die richtige Temperatur, im Zimmer sollte es zum Schlafen nicht wärmer sein als 17 bis 18 Grad. Eine reichliche Versorgung mit Sauerstoff, gut riechende Bettwäsche, das passende Bett, ein angenehmer Zimmerfußboden. Überhaupt die Sinnesindrücke: Stille, entspannter Duft, dimmbares Licht. Zum Schlafen sollte es dunkel sein: Falls keine Verdunklung möglich ist, kann – und sollte – der Hotelier Schlafmasken für die Gäste aufs Zimmer legen. *Marina Behre*

→ Zur Person: Christine Lenz befasst sich mit SleepConsulting & Design. Sie berät Privatpersonen, Hotels und andere Unternehmen, aber auch Gesundheitskassen, Marktforschungsinstitute und Regierungen.

MATRATZE

Nachhaltig mit der IHA

Mit einem neu gegründeten Arbeitskreis wird sich der Hotelverband Deutschland (IHA) zusammen mit Matratzenherstellern der Themen Innovation, Gästeorientierung und vor allem Nachhaltigkeit rund um die Hotelmatratze annehmen und zukunftsfeste Branchenlösungen erarbeiten.

Dabei will die Initiative zwei Ansätze verfolgen: Zum einen gilt es, Nachhaltigkeit und wirtschaftliche Vernunft zu vereinen, denn mehr als 30 Millionen Matratzen werden EU-weit jährlich über Müllverbrennungsanlagen entsorgt – wovon auch ein Teil aus der Hotellerie kommen dürfte. Zum anderen bieten Innovationen rund um die Hotelmatratze Chancen, diese aktiv in der Kommunikation mit Gast und Öffentlichkeit zu nutzen.

In einer Studie der Intecus GmbH im Auftrag des Umweltbundesamtes sei die Matratze als Wirtschaftsgut identifiziert worden, dessen „gegenwärtige Regelungen nicht ausreichen, um das Recyclingpotenzial auszuschöpfen“, wie die IHA mitteilt. Hier will der Verband mit der Initiative ansetzen und Grundlagen für eine effektivere Kreislaufwirtschaft erarbeiten und so auch Abfallströme minimieren helfen. Ansatzpunkte hierfür seien beispielsweise Regelungen zur Dokumentation und umweltverträglichen Entsorgung.

Interessierte Matratzenhersteller sind ausdrücklich zur Beteiligung an diesem Arbeitskreis eingeladen und können unter anderem zusammen mit den Dorint Hotels, Lindner Hotels und Seetelhotels aus dem Kreis der IHA-Mitglieder praxisgerechte Lösungsvorschläge mitgestalten. *brg*

Flauschiges fürs Gästebett und -bad

Neue Tücher aus Zwirnfrottier mit moderner Waffelstruktur hat Wäschekrone ins Sortiment aufgenommen. Die Hand-, Dusch- und Saunatücher sind in Weiß, Beige sowie Anthrazit erhältlich, bei größeren Aufträgen lassen sich individuelle Kundenwünsche umsetzen. Die neue Frottierwäsche aus reiner Baumwolle trägt das Siegel „Made in Green by Oeko-Tex“. Über ein GOTS-Zertifikat verfügen etwa die Bettwäsche-Linien Damast Minikaro und Satin-Uni. Die dafür verwendete Baumwolle wurde schonend gebleicht und mercerisiert.

→ waeschekrone.de



Flexibel mit Matratze Dubai

XXXL Neubert Hoteleinrichtung, der Objektausstatter der bekannten Möbelhausmarke XXX Lutz, hat die Premium-Matratze Dubai im Sortiment. Die Tonnentaschenfederkern-Matratze hat eine Gesamthöhe von zirka 32 Zentimetern. Sie bietet einen ausgezeichneten Liegekomfort sowie besondere Klimateigenschaften, und eignet sich hervorragend für Hotels höchster Ansprüche. Eine punktelastischen gel-aktive Auflage im Wellenschnitt sorgt für eine sehr gute Aufnahme der Körperkontur und unterstützt die Durchlüftung der Matratze. Des Weiteren wird die Luftzirkulation



Foto: XXXL Neubert

durch die Seitenelemente aus einem speziellen Klimaband gefördert. Der integrierte Topper im separaten Bezug kann zum Waschen abgenommen werden. Die Matratzen für Einzelbetten sind mit Reißverschlüssen an den Seitenböden versehen und können zu einer durchgehende Matratze verbunden werden. So wird das Einzel- zum Doppelbett, ganz ohne Verrutschen. [→ xxxlutz.de/c/objekt-hoteleinrichtung](http://xxxlutz.de/c/objekt-hoteleinrichtung)