



FIT, SCHÖN UND GESUND

Für ein rundum vitales Leben!



KIENER

INTERCOIFFURE



aus WENIG mach VIEL!

Hattest Du schon immer
den Traum von
vollen und langen Haaren?

Mit der innovativen
neuen Tressentechnik wird
dieser Traum wahr.

Melde dich für einen kostenlosen
Beratungstermin.

www.intercoiffure-kiener.ch
Stansstad 041 610 12 40

Gepflegte
FÜSSE



professionelle
FUSSPFLEGE
Pflegezeit – me time

Nageldesign Monique

Oberdorfstr. 11b – 6375 Beckenried
Tel. 041 511 50 77



**Coaching & spirituelle,
mediale Lebensberatung**

Telefonische oder persönliche Beratungen

Terminvereinbarung: Telefon 079 242 23 15

E-Mail: info@endlos-unendlich.ch

www.endlos-unendlich.ch

SANDRA  FiT

**PILATES
Reformer**

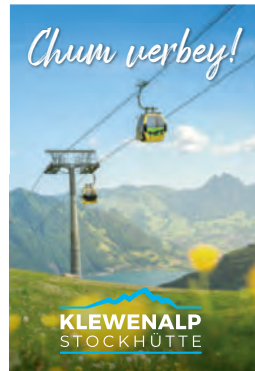


Jetzt in
Hergiswil.

079 417 26 61

sandra-fit.ch

Chum verbey!



**KLEWENALP
STOCKHÜTTE**

FLOW PILATES

NEW COURSES

PRENATAL
PILATES

Safe and supportive
movement during
pregnancy.

SCHWANGERSCHAFTS-
PILATES

Sicheres und gezieltes
Training während der
Schwangerschaft.

POSTNATAL
PILATES

Reconnect with your body
after birth with a focus on
pelvic floor recovery,
core strength and a safe
return to movement.

RÜCKBILDUNG
MIT PILATES

Sanfter und sicherer
Wiedereinstieg nach der
Geburt mit Fokus auf
Beckenboden, Körpermitte
und funktionelle
Kräftigung.



Ihr Boutique- Studio für ganzheitliches Pilates
in Hergiswil.



reformer. tower. chair. barrel. matte und mehr.



Schulhausstrasse 4, 6052 Hergiswil



theflowpilates.ch



Hypnosystemik
Daniel Reisacher

«Der wichtigste Schritt ist immer der erste»

Hypnosystemik bietet Lösungen für:

Stress, Ängste, Phobien, Zweifel, Frustration, Konzentrationsschwäche, Leistungsminderung,
Lernschwächen, Süchte, Zwänge, Hemmungen, mangelndes Selbstvertrauen u.v.m.

Bahnhofstrasse 8 - 6370 Stans - 077 458 32 73 - hsd.r.ch

•
TGYM

FITNESS & WELLNESS
IN STANS

1245 m²

INKL. SPA-BEREICH

CHF 200.–

Ü60-JAHRE-RABATT

Hansmatt 13B · 6370 Stans · +41 41 610 60 00 · stans@tgym.ch · tgym.ch



KÖRPER, GEIST & ERNÄHRUNG IM GLEICHGEWICHT

Mit Kinesiologie zu mehr Energie, Balance und Lebensqualität

- Bringt Erleichterung bei Allergien und Unverträglichkeiten
- Gibt neue Kraft bei Erschöpfung und Antriebslosigkeit
- Spendet Energie bei Teilnahmslosigkeit

Kinesiologie ist eine Methode der Komplementärtherapie und von den Krankenkassen anerkannt.



JETZT ONLINE
TERMIN
VEREINBAREN

silvia@silvia-wagner.ch, 079 562 81 92, silvia-wagner.ch

FARBEN MACHEN LEUTE

Wir haben Gottfried Kellers bekanntes Zitat mal leicht abgeändert. Denn tragen wir Farben, die zu unserem Farbtyp passen, sehen wir blendend, strahlend und lebendig aus, während uns falsche Farben möglicherweise fahl und blass erscheinen lassen.

Die Farb- und Jahreszeitentypen geben Aufschluss darüber, welche Farben gut zu uns, unserem Teint sowie Augen-, Haut- und Haarfarbe passen. Sie zu kennen, kann helfen, unseren Kleidungs- und Schmuckstil zu optimieren und unsere natürliche Schönheit und Ausstrahlung zu unterstreichen.

Farbtypen – An der Natur orientiert

Gemäss Farbenlehre gibt es kalte und warme Farbtypen mit eigenen charakteristischen Merkmalen und Farbpaletten. Kalte Farben haben einen Blaustich, warme Farben einen Gelbstich. Auf die Jahreszeiten übertragen bedeutet dies, dass der helle, klare und leuchtende Frühlings- und der erdige, gedeckte und warme Herbsttyp als warmtonig betrachtet werden, der blasse, helle Sommer- und kalte, klare, dunkle und kontrastreiche Wintertyp als kalttonig.



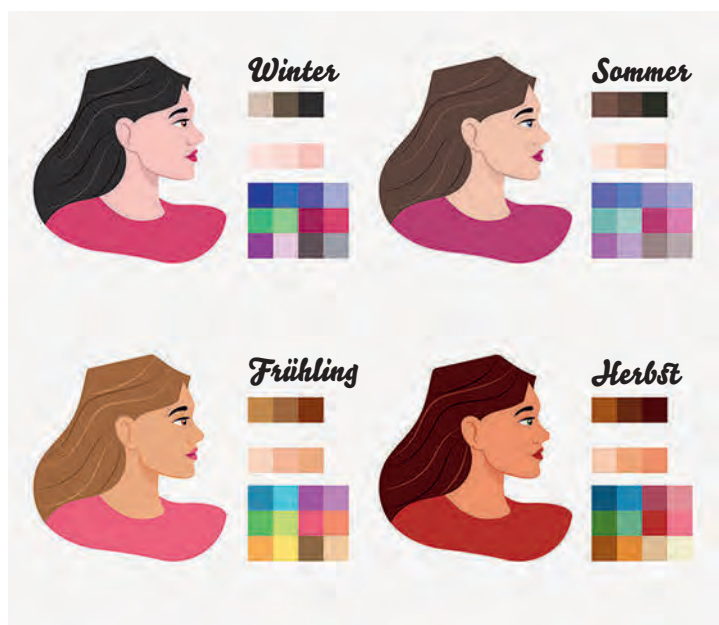
«DIE BESTE FARBE AUF DER
GANZEN WELT IST DIE, DIE
GUT AN DIR AUSSIEHT.»
COCO CHANEL, MODEIKONE,
1883–1971

Welcher Typ bin ich?

Vom positiven Effekt einer Farbanalyse und/oder Stilberatung profitieren Frau und Mann dauerhaft. In den passenden Farben sieht man nicht nur stimmiger aus, das Einkaufen wird fortan einfacher und es kommt seltener zu Fehlkäufen.

Frühlingstyp

Beim Frühlingstyp wirkt das Gesamtbild warm, hell und strahlend. Der Teint wirkt golden, pfirsichfarben oder elfenbeinbeige. Die Augenfarbe ist mit warmem Braun, Grün, hellem Grünblau, Jade oder



Aquamarin meist hell ebenso wie Augenbrauen und Wimpern. Die Naturhaarfärbungen sind Hellgold-, Honig- oder Rotblond, Karottenrot oder Karamellbraun.

Der Frühlingstyp hat die hellsten und frischesten Farben in seinem Farbkasten. Lind-, Frühlings-, Apfelgrün, Nude, Kamel, Wollweiss, Beige und Champagner, Honig, Cognac, Mais-, Gold- und Sonnengelb, Türkis, Aquamarin, Apricot, Koralle, Orange, Lachs-, Hummer-, Mohnrot sowie warmes Braun stehen ihm hervorragend. Ihm schmeichelt Goldschmuck. Silber kann bei gebräunter Haut auch gut wirken, eventuell ist Roségold die schönere Variante.

Sommertyp

Den Sommertyp kennzeichnet ein kühles, helles und leicht gedämpftes Gesamtbild, helle Haut und aschige Haartöne wie Silber-, Asch- oder Mittelblond sowie kühles Hell- bis Mittelbraun. Die Augenfarbe changiert von Blau, Graublau, Grau, Blaugrün, Graugrün bis zum kühlen Braun.

Zu ihm passen gut kühle, helle bis mitteldunkle und gedämpfte Farben mit Blau-

stich wie Wollweiss, Beige, Taupe, (Hell) Grau, Blautöne wie Hell-, Himmel-, Grau-, Jeans- und Marineblau, Türkis, Wein- und Himbeerrot, Zartrosa, Minze, Flieder, Lavendel, Mauve, Mint-, Schilfgrün, Platin und Dunkelbraun. Und Silberschmuck. Alternativ auch Rosé- oder Altgold, da diese einen geringeren Gelbanteil haben als Gelbgold.

Herbsttyp

Beim Herbsttyp wirkt das Gesamtbild warm, weich und dunkel. Er hat eine etwas dunklere Haut als der Frühlingstyp. Seine warmen, dunklen Naturhaarfärbungen in Honig-, Gold-, Kastanien- oder Kupferbraun erinnern an Herbstlaub.

Die Augenfarbe kann Braun, Oliv, Olivbraun, Petrolblau oder Dunkelgrün sein, Blau eher selten. Zu seinen typischen Farben gehören Cremeweiss, Kamel, Rost-, Kupfer-, Ziegelrot, Terrakotta, Orange, Khaki, Senfgelb, Goldgelb, Petrol, Oliv-, Tannen- und Moosgrün, Schokoladen-, Reh- und Dunkelbraun.

Gold, insbesondere Gelbgold, sieht bei Herbsttypen harmonisch aus, auch spricht

nichts gegen Kupfer oder Messing. Ein dunkelhaariger Herbsttyp kann auch Altsilber gut tragen.

Wintertyp

Bei ihm wirkt das Gesamtbild kühl, klar und intensiv mit starken Kontrasten. Seine typischen Naturhaarfarben sind Dunkelbraun, Schwarz und aschiges Mittelbraun. Bei grauem Haar entsteht oft ein kühles Anthrazitgrau. Seine Augen sind dunkelbraun, schwarz, aber auch kräftig blau oder dunkelgrau. Kühle, klare und kräftige Winterfarben kleiden ihn, also Reinweiss, Hellgrau, Grau, Anthrazit, Schwarz, Eisrosé und Silber. Auch Eisblau, Königsblau, Marineblau, Nachtblau, Enzian-, Tinten-, Royal-, Lavendel- und Kornblumenblau kann er gut tragen ebenso wie Fuchsia, Magenta, Kirschrot, Violett, Brombeere, Pink, Smaragdgrün, Petrol, Zitronengelb und ggf. Neonfarben.

Seiner hellen Haut steht Silber gut und lässt sie wie leuchten. Bei dunkler Haut kann auch Goldschmuck gut aussehen.

Einfach eine beliebige Jahreszeitenfarbe ans ungeschminkte Gesicht halten. Wirkt die Haut frischer oder eher fahl? Leuchten die Augen oder werden sie eher blasser? Wirkt die Gesichtskontur klarer und straffer oder verschwimmt sie eher?

Silber- oder Goldschmuck?

Der Venentest kann Antwort geben. Schimmern die Adern auf der Unterseite des Handgelenks im Tageslicht bläulich, gehören wir wahrscheinlich zu den kühlen Hauttypen (Sommer/Winter) mit Silberschmuck. Schimmern sie eher grünlich, gehören wir womöglich zu den warmen Hauttypen (Frühling/Herbst), denen Goldschmuck steht.

Roségold ist universell einsetzbar und schmeichelt jedem Hauttyp.

Weisen die Venen beides auf oder lassen keine eindeutige Farbe erkennen, besteht ein ausgewogenes Verhältnis von warmen und kühlen Tönen.



Weiss und Creme im direkten Vergleich mit einem kühlen Hautton

Ein weiterer Test ist der «Weiss vs. Creme»-Trick. Hierfür ein reinweisses und cremefarbenes Kleidungsstück (oder Papier) vors Gesicht halten. Helles Weiss den Teint auf, hat man wahrscheinlich einen kühlen Hautton. Erscheint Creme schmeichelhafter, eher einen warmen Hautton.

Erlaubt ist, was gefällt

In der Modewelt hat sich die strenge Regel längst gelockert und das Kombinieren von Edelmetallen ist zum Trend geworden. So lassen sich Schmuckstücke in Schichten tragen, also eine goldene Halskette zusammen mit einer silbernen oder goldene mit silbernen Armreifen.

Akzente setzen und Silber (Ring und Armband) mit Gold (Ohrringe und Halskette) kontrastieren. Bi- oder Tri-Color-Schmuckstücke in Gold, Silber (und Rosé) erleichtern das Kombinieren.

Letztendlich kommt es auf den ganz persönlichen Geschmack an und darauf, sich selbst zu gefallen.

Bianca Kemke





PhysiomedSwiss

041 611 09 11
physiomedswiss.ch

Stans
Bahnhofplatz 1

Horw
Kantonsstrasse 154a

Rotkreuz
Grundstrasse 4a

Muri AG
Luzernerstrasse 15b



NATUR
HEILPRAXIS
NIDWALDEN

**Schmerzen?
Gestresst?
Erschöpft?**

Deine Gesundheit im Mittelpunkt

Achtsam und auf Augenhöhe
begleiten wir dich zu mehr
Gesundheit und Wohlbefinden.
Mit Präsenz, Wissen und Erfahrung
sind wir für dich da.

.....
Nächster Themen-Abend

Immunsystem | 14.10.2026
.....

naturheilpraxis-nw.ch

Thomas Feer | Olivia Feer
Simone Wicki | Karin Nicolai
Langmatt 9 | 6370 Stans | 079 467 31 33

**FRISCHE FARBEN
FRISCHER STYLE**

TERMIN



ONLINE BUCHEN



COIFFEUR
CARRÉ

**DONNERSTAG
BIS 21 UHR GEÖFFNET**

STETTLISTRASSE 2 • 6383 DALLENWIL
TELEFON 041 628 18 28
COIFFEUR-CARRE.CH

Med. Masseur mit eidg. FA.



Folgende Leistungen biete ich an (Krankenkassenanerkannt):

**Med. Massage • Fussreflexzonen-Massage
Lymphdrainage • Bindegewebsmassage**

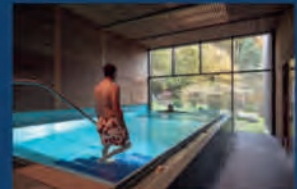
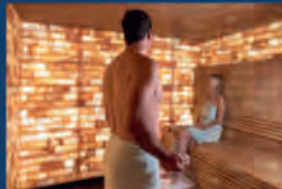
Termine unter: 077 479 81 19



Juan Schuler | Med. Masseur mit eidg. FA.

Schwymbogenstrasse 9 | 6386 Wolfenschiessen | Telefon 077 479 81 19 | E-Mail juschuler@bluewin.ch

Wohlfühlreise im Seehotel Wilerbad



Day Spa Abendeintritt ab 17.00 Uhr

CHF 39.-

Day Spa Tageseintritt

CHF 64.-

Day Spa Package mit Frühstück buchbar Mo-Fr

CHF 89.-

Day Spa Package mit 2-Gang Mittagessen

CHF 98.-

und Aromaölmassage 50min

CHF 185.-

Day Spa Package mit 3-Gang Thai Abendessen buchbar So-Fr

CHF 114.-

an ausgewählten Daten von September 2026 – April 2027:

Klangreise mit Ruedi Omlin

CHF 44.-

Vollmondwellness

CHF 44.-

Preise pro Person

Reservation im Voraus empfohlen und nach Verfügbarkeit

Seehotel Wilerbad Spa & Seminar

Wilerbadstrasse 6, 6062 Wilen am Sarnersee, +41 41 662 70 85, www.wilerbad.ch

WILERBAD **** SEEHOTEL
SPA & SEMINAR



Karin Cornell Eggerswiler
Riedmatt 8
6373 Ennetbürgen
karin.eggerswiler@bluewin.ch
Mob: 079 783 45 54



Massage Praxis Cornell

entspannen - vorbeugen - regenerieren - heilen

Klassische Massage
Fussreflexzonen Massage

Sportmassage
Lymphdrainage

Aroma Therapie
Taping

Krankenkasse anerkannt | auch für Kinder | mit Lift | auch abends | Ich spreche auch:  

terra
uomo
BY EMSANA



Kraft der Natur

Einzigartige Männer-Natur-
kosmetik-Pflegelinie verfeinert
mit EM und Bachblüten.

Hypnose hilft – effizient und nachhaltig

Bei Ängsten, Panikattacken, Stress, Burnout,
Schlafproblemen, zwischenmenschlichen
Konflikten privat oder im Beruf

Hypnosetherapie Chantal Frei

Psychologin, MSc.

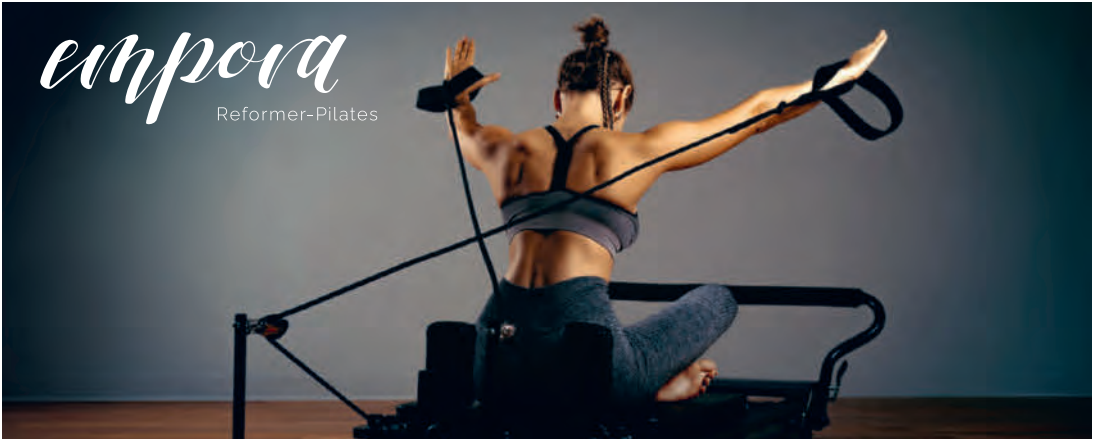
Zertifizierte Hypnosetherapeutin OMNI



www.frei-hypnose.ch – info@frei-hypnose.ch
Aemättlihof 105, 6370 Stans – Tel. 079 448 11 43



empora
Reformer-Pilates



Bewusstes Training für Kraft, Beweglichkeit und Körpergefühl.

Empora Reformer-Pilates in Stans.

Fokussiertes Reformer-Training in Kleingruppen –
mit klarer Anleitung, kontrollierten Bewegungen
und bewusste Atmung.

- Verschiedene Abos zur Auswahl
- Schnupperangebot «2 für 1» à CHF 42.–
- Probestunde CHF 30.–
- Geeignet für jedes Trainingslevel

Jetzt informieren und
Probetraining buchen
www.empora-reformer.ch



Beginner Workshop

Buche den Beginner Workshop
sowie weitere Events direkt über
den Stundenplan auf unserer
Webseite.

Empora Reformer-Pilates

Jeannine Bühlmann
Eichli 29, 6370 Stans
info@empora-reformer.ch



JIN SHIN JYUTSU

Physio – Philosophie

Harmonisierung der Lebensenergie im Körper

- fördert Ihr Wohlbefinden
- bewirkt eine tiefe Entspannung
- vermindert die Auswirkungen von Stress

Einzelsitzungen und Einführungskurse
Strömgruppen

Jin Shin Jyutsu-Räume
Eingang Seeseite Parterre
Sonja J. Müller

Seeplatz 1, 6374 Buochs
Telefon 079 716 72 86

mail@sonjamueller.ch / www.sonjamueller.ch



Shiatsu

Sanfte
Druckmassage zur
Harmonisierung des
Energieflusses, löst
Blockaden und
fördert die
Entspannung

Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht

Gezielte
Osteopressur und
Dehnübungen bei
akuten und
chronischen
Schmerzen

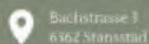
Cosmic Healing

Auf leichte Art und
Weise, in die Tiefen
deines Seins
eintauchen und
persönliche Themen
transformieren



Ich freue mich, dich in meiner Praxis begrüßen zu dürfen

Shiatsu ist von der Krankenkasse anerkannt



Bachstrasse 3
6362 Stansstad



+41 79 675 28 16

info@claudia-frei.ch

www.claudia-frei.ch

ESTHER CHRISTEN
IM HOF 3 - 6374 BUOCHS



Jetzt Termin vereinbaren!
079 729 04 05

GESUND IM FLOW

ENERGETISCHE & KLASSISCHE MASSAGE
(THERAPEUTISCHE ANWENDUNGEN SIND VON
DEN MEISTEN KRANKENKASSEN ANERKANNT)

20 JAHRE PRAXIS, UND DU WARST NOCH NIE BEI MIR?

CHF 40.- geschenkt oder 15 Min. zusätzlich für deinen 1. Termin.



Petra Durrer

Therapeutischer Masseur
Dipl. Aromatherapeutin SfA
Naturheilpraktikerin TEN in Ausbildung

**Dorfplatz 5, 6374 Buochs
(by Therapie Zumbühl)
079 653 33 14 / petra-durrer.ch
petra_durrer@kfnmail.ch**

**Termine Online buchbar
(Dienstags und Freitags)
Abendtermine am Freitag verfügbar.
Dienstag nach Absprache.**

**Fussreflexzonenmassage
Klassische Massage
Manuelle Lymphdrainage
Aromaberatung / Aromatherapie
Bachblüten**

**Bei manchen Krankenkassen anerkannt.
Für weitere Informationen erkundige
dich bei deiner Krankenkasse.**



Ich bin umsorgt und sicher daheim.



Dovida betreut Senioren
individuell und respektvoll zuhause,
von wenigen bis 24 Stunden.
Wir sind schweizweit führend und
von Krankenkassen anerkannt.
Gerne beraten wir Sie kostenlos.



Tel 041 368 10 10
www.dovida.ch



DovidaTM
Mein Leben, mein Weg



Ganzheitliche Entspannung in Stans
Für die Balance von Körper & Seele

- Fussreflexzonenmassage (EMR-erkannt)
- Reflektorische Lymphdrainage am Fuss
- Neuro-Energie-Punktmassage
- Aromamassage für Frauen

Lucia Lussi - 079 578 60 76

aromazeit.ch



Hypnose befreit von

- Ängsten
- Phobien
- Stress
- Traumata
- Blockaden



Lebe deine beste Vision dank der Kraft deiner Gedanken!

AgnesHypnose.ch / 078 866 90 94



SPORTFOX - MEHR ALS NUR TRAINING

Personal Training für mehr Lebensqualität!

Als zertifizierte Personal Trainerin begleite ich Personen mit Handicap, gesundheitlichen Einschränkungen oder dem Wunsch nach einem individuell abgestimmten Training in meinem privaten Studio in Stans.

Besuche jetzt meine neue Homepage und buche dein kostenloses Kennenlerngespräch. Ich freue mich auf dich!



KONTAKT & INFOS

SPORTFOX individual Training
Diana Zimmermann
Rieden 8, 6370 Stans
079 760 31 71
www.sportfox-individualtraining.ch

KRANKENKASSEN-ANERKANNT

PROFESSIONELL

ZERTIFIZIERT

Gepflegte
FÜSSE




... sind auch
MÄNNERSACHE

NageldesignMonique
Oberdorfstr. 11b – 6375 Beckenried
Tel. 041 511 50 77

www.bewegig.ch

Werde Teil unseres Innerschweizer Netzwerks für eine tolle Kultur- und Sportszene!



SPORTSCHUH FITTING
ORTHOPÄDIE- UND SPORTSCHUHECHNIK



Nie mehr schwere und schmerzende Füße!

Orthopädische Schuheinlagen von Ihrem Spezialisten in der Region.

- Abgestimmt auf Ihr Fussproblem
- Kurze Produktionszeiten (nur 1 Woche)
- Auf Ihre Schuhmode angepasst
- Schuhanpassung (ausweiten) bei Bedarf
- Rückvergütung über Krankenkasse (mit ärztlicher Verordnung)

Gratis-Parkplätze vor dem Geschäft.

Gegen Abgabe dieses Inserats erhalten Sie eine Fussanalyse im Wert von Fr. 45.–

Michael Rieble · Orthopädietechniker-Meister
Sport Schuh Fitting GmbH · Ennetbürgerstr. 4 · 6374 Buochs
Telefon 041 620 67 76 · www.sportschuhfitting.ch
Im Sommer jeweils am Montag und Donnerstag geschlossen.

Ihr Fuss-Spezialist – nicht nur für Sportler!



physioplus
hergiswil



**PHYSIOTHERAPIE
GESUNDHEITSTRAINING
MASSAGE**

Physioplus Hergiswil GmbH
Zwydenweg 2, 6052 Hergiswil
www.physioplus-hergiswil.ch

Wenn es draussen stiller wird, darf auch dein Nervensystem zur Ruhe kommen. Dein Körper kann Spannungen lösen und neue Kraft sammeln. Komm an, werde ruhiger und stärke dich von innen heraus.



la
crania

patricia zieri, craniosacral-frau.
+41 78 305 63 84 | info@lacrancia.ch | lacrancia.ch



Erscheinungsdaten:

16. April | 10. September 2026

WIR VERLOSEN 3 × 2 TICKETS FÜR DEN CIRCUS MONTI

Erleben Sie die neue Inszenierung «Poussière d'étoiles» am Mittwoch, 16. September 2026 auf der Luzerner Allmend.

Like, teile, kommentiere bis am 13. September 2026 den entsprechenden Beitrag auf der Facebook- oder Instagramseite des Nidwaldner Blitz oder mach direkt mit via QR-Code!



Verlagsgesellschaft
Nidwaldner Blitz AG

Dorfplatz 2 • 6383 Dallenwil
041 629 79 79 • inserate@blitz-info.ch

BLITZ
Das Nidwaldner Original