



THE ALPINA  
GSTAAD

Medienmitteilung

## Ein innovatives Wellnesskonzept erobert Gstaad

*Gstaad, 2. Juni 2016.* **Das Boutiquehotel The Alpina Gstaad führt diesen Sommer das Konzept von Six Senses Integrated Wellness ein. Die personalisierten Wellnessprogramme basieren auf den Ergebnissen eines Wellness-Screenings (detaillierte Analyse der Körperfunktionen) und werden von den beiden Six-Senses-Wellnessexperten, Head Therapist Antonis Sarris sowie Personal Trainer Ezequiel Ventura, erstellt. Das von Six Senses initiierte Konzept wurde während zweier Jahre mit Fachärzten und Experten entwickelt mit dem Ziel, der Gesundheit Sorge zu tragen.**

### **Integrated Wellness**

Das neuartige, dreistufige Wellnesskonzept von Six Senses, welches während zweier Jahre mit namhaften Fachärzten und Wellnessexperten entwickelt wurde, ermöglicht aufgrund einer umfangreichen Körperanalyse sowie der Beschwerden und Ziele der Gäste, ein personalisiertes Programm zu erstellen. Die Ergebnisse aus dem Screening führen zu einem individuellen Programm, das auf den präventiven Prinzipien der östlichen Medizin in Kombination mit ergebnisorientierten westlichen Einflüssen basiert. Das persönliche Programm besteht aus verschiedenen Spa-Behandlungen, Fitness- und Wellnessaktivitäten. Zum Ende eines Aufenthaltes folgt eine Abschlussberatung, welche Ratschläge und Mittel an die Hand gibt, den gesunden Lebensstil zu Hause beizubehalten.

### **Das Wellness-Screening**

Die Basis von Integrated Wellness ist das 60-Minuten-Screening zu Beginn eines Aufenthaltes. Zuerst wird der Puls manuell gemessen und einige Werte wie Alter, Grösse und Gewicht werden in das System eingegeben.



Hände und Füße werden auf Metallsensoren gelegt bzw. gestellt und der Zeigefinger sowie der Kopf mit Sensoren und Elektroden verbunden. Es wird kein Blut abgenommen. Anhand von messbaren Parametern werden der Körperaufbau, der Stoffwechsel, die Sauerstoffverteilung, die Herzfunktion, der Kreislauf und Stress ersichtlich. Alle Messwerte werden in einem verständlichen Bericht aufgeführt und im Detail mit dem Wellnessexperten ausgewertet. Anhand des Berichts und der bereits geführten Gespräche über Lebensstil, Anliegen und persönliche Ziele stellt der Therapeut die Schwerpunkte für das personalisierte Programm zusammen.

### **Die personalisierten Wellnessprogramme**

Jedes Programm umfasst eine Spa-Behandlung und eine Wellnessaktivität pro Tag unter der Anleitung der beiden Six-Senses-Wellnessexperten Antonis Sarris und Ezequiel Ventura. «Idealerweise dauert ein Programm 3 Tage (Minimum), 5 Tage sind empfehlenswert, damit sich erste Veränderungen zeigen, ab 7 Tagen ist ein zweites Screening zu empfehlen», erklärt der Managing Director des Hotels The Alpina Gstaad, Eric Favre. Ein weiterer Vorteil von Integrated Wellness von Six Senses im Gegensatz zu standardisierten Programmen sei, so Favre weiter: «Durch Six Senses Integrated Wellness können wir unseren Gästen eigens auf sie zugeschnittene Programme in der wunderbaren Bergwelt von Gstaad und im The Alpina Gstaad anbieten. Selbst wenn zwei Menschen zusammen reisen und das gleiche Programm buchen, unterscheiden sich die individuellen Bestandteile. Die Programme basieren auf einem System, das man weltweit in Six Senses Spas vorfindet. Das ermöglicht den Gästen eine Folgebehandlung und Weiterführung ihrer Programme in anderen Six Senses Spas, die Integrated Wellness anbieten.»



### **Package «Integrated Wellness»**

Das Angebot beinhaltet **3 Nächte** in einem Deluxe-Zimmer Schönried mit Frühstück vom ausgiebigen Buffet, Wellness-Screening zu Beginn des Aufenthaltes, 3 Private Fitness Sessions zu je 60 Minuten mit Personal Trainer Ezequiel Ventura sowie 3 auf die Bedürfnisse abgestimmten Spa-Treatments zu je 80 Minuten. **Preis pro Person inklusive aller oben erwähnten Leistungen CHF 2300.–, für 2 Personen CHF 3800.–.**

Das Package **von 5 Nächten** in einem Deluxe-Zimmer Schönried mit Frühstück vom ausgiebigen Buffet, 2 Wellness-Screenings zu Beginn und am Ende des Aufenthaltes, 5 Private Fitness Sessions zu je 60 Minuten mit Personal Trainer Ezequiel Ventura sowie 5 auf die Bedürfnisse abgestimmten Spa-Treatments zu je 80 Minuten. **Preis pro Person inklusive aller oben erwähnten Leistungen CHF CHF 3850.–, für 2 Personen CHF 6400.–.**

**Das 60-Minuten-Wellness-Screening kann auch einzeln gebucht werden: CHF 170.–**

**Mehr Informationen:** [www.thealpinagstaad.ch](http://www.thealpinagstaad.ch)

### **((Das Hotel The Alpina Gstaad))**

Das Hotel mit 56 Zimmern und Suiten befindet sich etwas oberhalb des charmanten Dorfzentrums von Gstaad auf einem 20'000 m<sup>2</sup> grossen Parkgrundstück. Es wurde im Dezember 2012 eröffnet und bereits mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet. Darunter auch von GaultMillau Schweiz als «Hotel des Jahres 2013», mit dem GALA SPA AWARD als «Bestes Luxury Hotel City/Resort» und von der «Handelszeitung» zum besten «Ski-Spa de Luxe auf über 1000 Höhenmetern». Zum Anwesen gehören ein Six Senses Spa, eine Himalaja-Salzgrotte, ein Hamam, ein Innen- und ein Aussenpool, die Restaurants Sommet (18 Punkte GaultMillau, 1 Stern Michelin), Swiss Stübli sowie das japanische Gourmetrestaurant MEGU (16 Punkte GaultMillau), dessen erste westeuropäische Dependence sich im «The Alpina Gstaad» befindet. «The Alpina Gstaad» ist Mitglied der «Preferred Hotels & Resorts»-Kollektion **Legend**, des exklusiven Reizenetzwerks Virtuoso und der Vereinigung der Swiss Deluxe Hotels.

**Hinweis an die Redaktionen:** 4272 Zeichen inkl. Leerzeichen, ohne Boilerplate.

**Druckbare Bilder:** <http://81.7.226.2:1111/photo/index.php>

**Sommerbroschüre zum Herunterladen:**

[http://www.thealpinagstaad.ch/upload/Summer\\_Brochure\\_2016\\_de.pdf](http://www.thealpinagstaad.ch/upload/Summer_Brochure_2016_de.pdf)



**Für Anfragen und Reservationen**

The Alpina Gstaad  
Alpinastrasse 23  
3780 Gstaad / Schweiz

Telefon +41 33 888 98 88

[reservations@thealpinagstaad.ch](mailto:reservations@thealpinagstaad.ch)  
[www.thealpinagstaad.ch](http://www.thealpinagstaad.ch)

**Medienkontakt Schweiz, Deutschland und Österreich**

ESTHER BECK Public Relations  
Esther Beck  
Bellevuestrasse 57  
3095 Spiegel bei Bern / Schweiz

Telefon +41 31 961 50 14 · Mobile +41 79 348 17 02

[contact@estherbeck.ch](mailto:contact@estherbeck.ch)  
[www.estherbeck.ch](http://www.estherbeck.ch)