



THE ALPINA
GSTAAD

Medienmitteilung

Körper und Seele im Einklang

Das «The Alpina Gstaad» bietet mit Mountain Detox ein umfassendes Programm für mehr Energie und Vitalität.

Gstaad, 3. April 2014. **Das Hotel The Alpina Gstaad und sein Six Senses Spa bieten vom 6. Juni bis 25. September 2014 ein neues Mountain-Detox-Programm in drei Varianten an. Wohlbefinden und Stärkung der Gesundheit sind dabei oberste Ziele. Spezielle Ernährungsprogramme, Behandlungen, welche den Entgiftungsprozess unterstützen, und Aktivitäten im Freien sind darauf abgestimmt.**

Die Mountain-Detox-Programme

Drei unterschiedliche Programmvarianten wurden für die Dauer von sechs Tagen in enger Zusammenarbeit mit Partnern entwickelt. Das Angebot reicht vom Entschlackungs- und Entgiftungsprogramm mit leichter Alpina Spa Cuisine oder Juice und Dinner Delight bis zum Mountain Detox MediCheck mit einer medizinisch geprüften Herzratenvariabilitätsmessung (HRV-Analyse) und einer Blutlaboranalytik.

Ein gesunder Start oder das Notwendige mit dem Angenehmen verbinden

Sich und seinem Körper etwas Gutes tun. Den Körper entgiften und entschlacken. Mehr Vitalität und Energie. Die neu entwickelten Mountain-Detox-Programme sind darauf ausgerichtet:

Das «Basisprogramm» Mountain Detox bietet nebst einer fundierten Beratung am Anreise- und am Abreisetag, spezielle Behandlungen wie Lymphdrainage, VelaShape, Peelings und Wickel, Detox-Massage, Colon-Reinigung sowie diverse Trainings wie Yoga, Pilates, Tai Chi und Meditation, leichte Trainings in der herrlichen Alpenkulisse von Gstaad sowie die leichte Alpina Spa Cuisine als Halbpension von Executive Chef Marcus G. Lindner. Im Restaurant Sommet werden Spezialmenüs angeboten, die auf hochwertigen, naturbelassenen Lebensmitteln basieren und ebenso köstlich wie abwechslungsreich sind. Das 6-Tage-Programm mit sämtlichen Leistungen und Alpina Spa Cuisine (Halbpension) kostet ab CHF 5070 im Deluxe-Einzelzimmer.



Mountain Detox MediCheck, vorbeugend und aufbauend


Wertvolle Kenntnisse zur Gesundheitsförderung, aktives Stressmanagement, Burn-out-Früherkennung und eine sichtbare Steigerung der Leistungsfähigkeit: Das sind die Ergebnisse, welche eine medizinisch geprüfte Herzratenvariabilitätsmessung (HRV-Analyse) liefern kann. Die Herzratenvariabilität ist somit ein Mass für die Regulationsfähigkeit des Herzens. Mit dem Partner SALUSMED® (www.salusmed.ch) bietet das «The Alpina Gstaad» diese umfassende Analyse. Beim Messvorgang wird zusätzlich der Status der Mikronährstoffe (Antioxidantien, Vitamine, Spurenelemente) ermittelt und werden mögliche Mangelzustände aufgezeigt. Diese werden anschliessend mit einem individuell ausgearbeiteten Ergänzungsmix während zweieinhalb Monaten behandelt. Das Mountain-Detox-MediCheck-Programm gibt es in zwei Varianten. Im Premium Package ist zusätzlich eine unter ärztlicher Aufsicht durchgeführte Blutlaboranalytik inkludiert. Die 6-Tage-Programme kosten ab CHF 5500 im Deluxe-Einzelzimmer.

Mountain Detox Delight, Ernährung für Körper und Seele

Detox-Kuren auf Basis von frischen Obst- und Gemüsesäften oder Smoothies sind in den USA schon seit mehreren Jahren einer der Top-Ernährungstrends und zählen zu den beliebtesten Beauty Secrets unzähliger Leinwand- und Laufstegschönheiten - darunter Gwyneth Paltrow, Naomi Campbell oder Miranda Kerr. Die Kuren des führenden europäischen Anbieters werden bequem und stets frisch mehrmals die Woche geliefert. Alle Detox Delight Menüs werden soweit möglich aus regional angebauten, saisonalen Zutaten zubereitet. Die Kuren sind einfach umzusetzen und durchzuhalten und daher für Detox-Neulinge ebenso geeignet wie für Teilnehmer mit Erfahrung mit Fasten oder dem Thema Ernährung im Allgemeinen. In diesem Package sind sämtliche Leistungen des Mountain-Detox-Programms enthalten. Anstelle des Alpina Spa Cuisine-Abendessens ist ein 7-tägiges Ernährungsprogramm von Detox Delight enthalten. Die Mahlzeiten für den siebten Tag werden den Gästen am Abreisetag mitgegeben. Das 7-Tage-Ernährungsprogramm mit Detox Delight kostet ab CHF 5210 im Deluxe-Einzelzimmer.

Detox Delight, zum Kombinieren

Die Detox Delight-Kuren können auch unabhängig und in Verbindung mit einem Aufenthalt im Hotel The Alpina Gstaad, auf Vorbestellung, gebucht werden. Die 3-Tage- bis 12-Tage-Kuren variieren zwischen CHF 370 und CHF 1100.



Nach einem kompletten 6-Tage-Programm, eines ist sicher: Man hat ein besseres Körpergefühl, mehr Dynamik sowie Lebensfreude und hat Körper und Seele in Einklang gebracht.

Das «The Alpina Gstaad» hat die neuen und bestehenden Angebote mit führenden Partnern im jeweiligen Bereich ausgearbeitet. Als Partnerunternehmen dabei sind Detox Delight (www.detoxdelight.ch) und SALUSMED® (www.salusmed.ch).

((The Alpina Gstaad))

Das Hotel mit 56 Zimmern und Suiten befindet sich etwas oberhalb des charmanten Dorfzentrums von Gstaad auf einem 20000 m² grossen Parkgrundstück. Es wurde im Dezember 2012 eröffnet und bereits mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet. Darunter auch von GaultMillau Schweiz zum «Hotel des Jahres» 2013 und mit dem GALA SPA AWARD als «bestes Luxury Hotel City / Resort». Zum Anwesen gehören ein Six Senses Spa, eine Salzgrotte, ein Hamam, ein Innen- und Aussenpool, die Restaurants Sommet (18 Punkte GaultMillau, ein Stern Michelin), Swiss Stübli sowie das japanische Gourmetrestaurant MEGU (16 Punkte GaultMillau), dessen erste westeuropäische Dependence sich im «The Alpina Gstaad» befindet. Das Hotel ist Mitglied der Preferred Hotel Group sowie des exklusiven Reizenetzwerks Virtuoso.

Hinweis an die Redaktionen: 4674 Zeichen inkl. Leerzeichen, ohne Boiler-Plate.

Für Anfragen und Reservationen

The Alpina Gstaad
Alpinastrasse 23 3780 Gstaad / Schweiz

Telefon +41 33 888 98 88

reservations@thealpinagstaad.ch
www.thealpinagstaad.ch

Medienkontakt Schweiz, Deutschland und Österreich

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

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

contact@estherbeck.ch
www.estherbeck.ch