



THE ALPINA
GSTAAD

Communiqué de presse

Pour se ressourcer

La «retraite Cinq éléments» proposée par le boutique-hôtel The Alpina Gstaad et coordonnée par Antonis Sarris apporte bien-être et harmonie.

Gstaad, février 2015. **«Se reposer, se recentrer et se ressourcer». C'est avec ces mots qu'Antonis Sarris, praticien au Six Senses Spa du boutique-hôtel «The Alpina Gstaad» et nommé «Meilleur masseur du monde» par Spa Finder, désigne la retraite de quatre jours qu'il dirige. Cette prestation est offerte avec ou sans proposition d'hébergement.**

Une approche complète

La théorie des cinq éléments (le bois, le feu, la terre, le métal et l'eau) est un élément central de la vision chinoise du monde, développée il y a plus de 2 000 ans. Tirée de l'observation de la nature, elle décrit les interactions entre l'homme et l'environnement, ainsi que les interactions entre les différents organes du corps humain.

La longue tradition de la théorie des cinq éléments tient par ailleurs une place importante dans les disciplines Shiatsu, Feng Shui, Taijiquan, Xingyiquan, Qigong. On la retrouve également dans la médecine traditionnelle chinoise et l'acupuncture. «Le corps, l'esprit et l'âme ne forment qu'un. Ils sont étroitement liés et des influences agissant sur l'un de ces éléments se répercutent sur le système tout entier. À travers nos programmes de plusieurs jours, totalement intégrés, nous souhaitons ramener l'harmonie dans l'organisme», explique Eric Favre, directeur général du «The Alpina Gstaad», pour décrire l'offre du Six Senses Spa.



Antonis Sarris, un thérapeute cosmopolite aux racines grecques

Originaire d'Athènes, il travaille depuis le milieu des années 1990 comme thérapeute global. Il y a 20 ans, il commence à s'intéresser de près au tai-chi, à la médecine traditionnelle chinoise et à la guérison énergétique. En 2008, il est nommé «Meilleur masseur du monde» par Spa Finder, notamment pour les soins qu'il prodigue dans les domaines du massage thaï, du shiatsu, de l'aromathérapie ayurvédique, des pierres chaudes et de l'équilibre des chakras. Au cours de la retraite de quatre jours, Antonis Sarris présentera les différentes possibilités qui existent pour plonger plus profondément dans son moi intérieur. Des exercices de respiration, de méditation, ainsi que des soins au spa Six Senses Spa de l'hôtel «The Alpina Gstaad», plusieurs fois primé, font partie du programme de cette pause ressourçante.

Retraite de quatre jours sans hébergement:

1 850 CHF par personne avec accès au Six Senses Spa.

Retraite de quatre jours avec hébergement de 3 nuits:

3 935 CHF par personne en chambre de luxe et accès au Six Senses Spa.

Valable jusqu'au 22 mars 2015 sur réservation et selon disponibilités. Cette retraite ne peut être organisée qu'à partir de 5 participants inscrits.

((«The Alpina Gstaad »))

Doté de 56 chambres et suites, l'hôtel est entouré d'un vaste parc de 20 000 m² situé quelque peu au-dessus du centre-ville plein de charme de Gstaad. Ouvert en décembre 2012, il s'est déjà vu décerner de nombreux prix. Parmi eux, le prix « Hôtel de l'année » 2013 de Gault & Millau Suisse et le prix GALA SPA AWARD qui l'honore en sa qualité de «bestes Luxury Hotel City / Resort » et actuellement élu meilleur «Ski-Spa de Luxe à plus de 1 000 mètres d'altitude» par la Handelszeitung. Le domaine abrite un Six Senses Spa, une chambre de sel, un hammam, une piscine intérieure et une piscine extérieure, les restaurants « Sommet » (récompensé par 18 points au Gault & Millau et une étoile au Guide Michelin), le « Swiss Stübli » ainsi que le « MEGU », restaurant japonais pour fins gourmets (16 points au Gault & Millau). Ce dernier fait ainsi de l'hôtel « The Alpina Gstaad » sa première adresse en Europe occidentale. L'hôtel est membre du Preferred Hotel Group et fait également partie de «Virtuoso», le réseau de voyagistes de luxe.

Remarque à l'attention des rédactions: 2750 caractères espaces inclus, sans boilerplate.



Pour toutes demandes et réservations

The Alpina Gstaad
Alpinastrasse 23 3780 Gstaad/Suisse

Téléphone +41 33 888 98 88

reservations@thealpinagstaad.ch
www.thealpinagstaad.ch

Contacts avec les médias pour la Suisse, l'Allemagne et l'Autriche

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

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

contact@estherbeck.ch
www.estherbeck.ch