

MEDIENMITTEILUNG

Mit Leib und Seele in schönster Harmonie die Winter Specials im The Alpina Gstaad



Gstaad, im Oktober 2020. **Das System ganz herunterfahren, tief in Ruhe und Stille eintauchen – und dann mit frischer Energie neu durchstarten. Das 5-Sterne-Superior Hotel The Alpina Gstaad macht es möglich – und zwar ganz nach den individuellen Vorlieben des Gastes. Er wählt aus einer breiten Angebots-Palette seinen Weg zum Ziel: Relaxen und Auftanken. Der eine stärkt sein Immunsystem mit dem *Detox & Boost your Health Program* im Six Senses Spa Gstaad. Der andere erkundet lieber mit einem der vielen Yoga Angebote die mystische Kraft des Zen. Oder man kombiniert gleich beides.**

Sanfte Klänge heilen und entspannen

Das **Energy Sound Healing Retreat** ist ein zweitägiges Entspannungs-Programm, das auf vielfältige Weise Gutes tut: Es lindert Stress und entspannt, revitalisiert die Energiequellen und verhilft dem Geist zu mehr Klarheit. Das Wellness Screening mit über 40 Biomarkern dient zum Einstieg, um das Retreat für jeden Gast zu personalisieren. Reiki und Sound Healing, die Klänge und Vibrationen von Gongs, Klangschalen und Stimmgabeln bringen Körper und Geist in Balance.

Das Energy Sound Healing Retreat gibt es ab CHF 3623.- pro Person (inkl. 3 Nächte)

Entgiften stärkt das natürliche Immunsystem

Diesen Winter neu im Angebot ist die **Detox & Boost your Immunity** Kur. Sie entgiftet den Körper und kurbelt das Immunsystem an. Ein massgeschneidertes Programm kombiniert die neuesten Erkenntnisse aus Anti-Aging-Technologie, Ernährungswissenschaft und Bewegung. Der Körper wird von Giftstoffen gereinigt, was den Level von oxidativem Stress senkt, der durch freie Radikale ausgelöst wird. Das stimuliert die natürlichen Abwehrkräfte.

Die Detox & Boost your Immunity Programm gibt es ab CHF 5857.- pro Person (inkl.4 Nächte)



Eintauchen in die Vibration des Universums

Ebenfalls neu im Winterangebot ist das **Power Vibration Retreat**. Alles im Universum besteht aus Energie, die vibriert und dadurch Schallfrequenzen aussendet. Die Verknüpfung ausgereifter traditioneller Methoden wie Morgen- und Abend Meditation sowie Atem-Yoga für den Geist sowie Personal Training und Heilungs-Massagen für die körperliche Ebene, geben diesem Programm seine universelle Kraft. Sie wandelt negative Energie in positive um und führt zu einem ganz neuen Erleben von innerem Gleichgewicht und Entspannung. Power Vibration fokussiert mehr auf Achtsamkeit und lässt tiefer in spirituelle Praktiken eintauchen.

Das Power Vibration Retreat gibt es ab CHF 7416.- pro Person (inkl. 5 Nächte)



Ganzheitlich gegen die Zeichen der Zeit

Die **Holistic Anti-Aging** vereint traditionelles Wissen besonders langlebiger Gemeinschaften mit neuestem Fachwissen über Ernährung, Fitness und Neurowissenschaften. Äussere Schönheit nährt sich aus dem Innern, schöpft aus einem gesunden Körper und einem klaren Geist. Dank diesem ganzheitlichen Anti-Aging verschwinden Lifestyle-bedingte Zeichen des Alterns. Mit den Tipps von weltweit führenden Experten lässt sich die neu gefundene innere und äussere Schönheit weit über den Aufenthalt hinaus weiter pflegen und geniessen.

Das Holistic Anti-Aging Programm gibt es ab CHF 6'315.- pro Person (inkl. 3 Nächte)

Zauberhafte Beauty-Produkte aus der Alchemisten-Küche

Die Alchemy Bar zeigt in Workshops, wie sich aus einfachsten natürlichen Zutaten wirksame Beauty-Produkte herstellen lassen. Gäste haben die Möglichkeit, mit den Rohstoffen der Natur zu experimentieren und Öle, Wickel und Masken herzustellen, die sie bequem zu Hause verwenden können. Ganz ohne chemische Zutaten oder Allergie-auslösende Parabene, dafür mit duftendem Lavendel und Rosmarin, mit tibetischen Kräutern, zartem Mandelöl und erfrischendem Orangenblüten-Wasser.

Als 1-Stündige Lektion für CHF 195.- oder als Tages-Workshop für CHF 845.-



Das **Six Senses Spa Gstaad** offeriert eine breite Palette von Yoga Kursen und Yoga Retreats. Die dreitägigen Yoga-Programme beinhalten unter anderem ein Wellness Screening, persönliche Yoga Sessions sowie eine Gesichtsbildung.

Yoga Detox: Die Verjüngungskur für Body and Soul. Dank diesem Programm wird der Körper entgiftet und ist so in der Lage, frische Energie und neue Kraft zu tanken. Darüber hinaus stärkt dieses Programm die Klarheit des Geistes.

Yoga Discovery: Dieses Programm ist ein idealer Einstieg für Yoga Neulinge. Tägliches Hatha Yoga bringt Körper und Geist ins Gleichgewicht. Stress und Verspannungen werden gelockert, der Körper gestärkt und die Beweglichkeit erhöht.



Yoga Sleep: Die sanften Yoga Nidra Übungen entspannen den Körper und beruhigen den Geist. In den Kursen lernt der Gast Praktiken, die er Zuhause weiterführen kann. Ideal für alle, die ihren Schlaf nachhaltig verbessern und abends zur Ruhe kommen wollen.

Die Yoga-Retreats gibt es ab CHF 4618 pro Person (inkl. 4 Nächte)

Reservierungen:

Email: reservations-alpinagstaad-spa@sixsenses.com

Tel: +41 33 888 9898

Über das Hotel The Alpina Gstaad

Das Hotel mit 56 Zimmern und Suiten befindet sich etwas oberhalb des charmanten Dorfzentrums von Gstaad im wunderbaren Berner Oberland. Das Parkgrundstück umfasst 20'000 m². Das Spa-Angebot des Hotels garantiert Entspannung pur, unter anderem mit dem einzigen Six Senses Spa der Schweiz. Es verfügt über 12 Behandlungsräume, eine Himalaya-Salzgrotte, einem Hammam sowie einem Innen- und Aussenpool mit Jacuzzi. Die Handelszeitung hob das Six Sens auf dem Spa-Ranking 2020 auf den zweiten Platz.

The Alpina Gstaad wurde im Dezember 2012 eröffnet und seither mehrfach ausgezeichnet, unter anderem mit dem Prix Bienvenue von Schweiz Tourismus und American Express. Seit kurzem gehört es zu den ersten Schweizer Hotels mit der Auszeichnung «OutNow». Laut Forbes Travel Guide 2019 gehören die Zimmer und Suiten von The Alpina Gstaad zu den schönsten der Welt. Das Wirtschaftsmagazin BILANZ listete es als «Bestes Ferienhotel 2017», die Zeitung NZZ am Sonntag platzierte das Boutiquehotel 2017 und 2018 an der Spitze ihres Hotelratings und GaultMillau kürte The Alpina Gstaad zum «Hotel des Jahres 2013». Das Haus wird zudem in den Bestenlisten von renommierten Publikationen wie Travel + Leisure (unter den 100 besten Hotels weltweit) und Condé Nast Hotel Worldwide geführt. Die Gäste des The Alpina Gstaad werden kulinarisch in den Restaurants Sommet (18 Punkte GaultMillau, ein Michelin Stern), Swiss Stübli und dem japanischen Megu (16 Punkte GaultMillau, ein Michelin Stern) verwöhnt.

The Alpina Gstaad ist Mitglied der «Preferred Hotels & Resorts»-Kollektion Legend, dem exklusiven Reizenetzwerk Virtuoso und der Vereinigung der Swiss Deluxe Hotels. Von EarthCheck wird das «The Alpina Gstaad» jährlich für sein nachhaltiges Engagement zertifiziert. Zudem ist das Hotel Mitglied von «itmustbeNOW», einer Organisation, die sich für nachhaltigen Tourismus einsetzt. The Connoisseur Circle wählte The Alpina Gstaad 2020 auf Platz 2 in der Kategorie Hideaways mit Flair.

www.thealpinagstaad.ch | reservations@thealpinagstaad.ch | Tel.: + 41 33 888 9888

Medienkontakt

Contcept Communication GmbH | Hardturmstrasse 76 CH-8005 Zürich

Simona Dürmüller | Telefon +41 (0)43 501 33 00 | E-Mail simona.duermueller@concept.ch

www.concept.ch