



THE ALPINA

GSTAAD

Idéalement placé au cœur du mythique village alpin, The Alpina Gstaad est le lieu idéal pour savourer l'art de vivre en montagne, le plus authentique qui soit. L'équipe de l'hôtel est ravie d'accueillir à nouveau ses hôtes pour la nouvelle saison d'hiver, dans ses 56 chambres et suites spacieuses - décorées dans le plus pur style alpin-chic - et dans ses 4 restaurants primés, du 10 décembre 2021 au 13 mars 2022.

Côté bien-être, le Spa Six Senses de The Alpina Gstaad - le seul de la marque en Suisse - est une destination en soi, un véritable havre de paix inspiré des traditions asiatiques qui propose une philosophie holistique, avec une ample palette de soins de pointe - dont chromothérapie et hydrothérapie - et des programmes personnalisés. Avec ses 12 salles de soins, une grotte de sel de l'Himalaya, des douches sensorielles, un hammam, des studios de yoga et de fitness ainsi qu'une piscine intérieure et un bassin extérieur chauffé avec jacuzzi, **le Spa Six Senses de The Alpina Gstaad est un temple dédié au bien-être au cœur des Alpes.**



Cet hiver, le Spa de The Alpina Gstaad propose à ses clients une **retraite tibétaine exclusive de guérison**, qui met l'accent sur la réduction du stress.

Le programme, de trois jours et quatre nuits, est disponible tout le long de la saison hivernale pour les clients de l'hôtel, et s'inspire de la de la tradition tibétaine selon laquelle la santé, la prospérité et la spiritualité sont le résultat de l'acte d'équilibre entre le corps et l'esprit. Cet équilibre est atteint en jonglant entre alimentation saine, mode de vie, médecine (herbes) et thérapie externe (soins).

La retraite débute par une consultation personnalisée de 60 minutes avec un screening bien-être basé sur les connaissances tibétaines : examen visuel, lecture du pouls et entretien individuel pour d'identifier la constitution corporelle et le mode de vie de chacun, afin de proposer des soins adaptés.

Chaque jour, des séances quotidiennes de méditation et des exercices de respiration de yoga tibétain sont proposées. Le programme inclut également une séance de soins sonores tibétains et un massage Kunye à base de petites compresses chaudes aux herbes Hor-Me. La thérapie Tsa-rLung, pratiquée le dernier jour, permet de restaurer le vent subtil et le flux énergétique ; les canaux bloqués retrouvent ainsi leurs fonctions normales.



La « Retraite tibétaine de guérison » au Six Senses Spa **Du 10 décembre 2021 au 13 mars 2022**

Le séjour de trois jours et quatre nuits : à partir de CHF 5 454 (TVA incluse)
dans une chambre Deluxe Room Schönried, en occupation simple, avec petit-déjeuner.

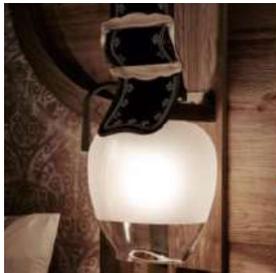
Le programme de 3 jours/4 nuits comprend :

Des séances quotidiennes de yoga tibétain et des exercices de respiration profonde (60 min) ; deux bilans bien-être (30 min) ; une consultation tibétaine axée stress (30 min) ; un Six Senses Signature Massage « Tension Soother » (60 min) ; une classe de yoga nidra (30 min) ; un soin Hor-Me avec un massage Kunye (90 min) ; une séance de soins sonores, guérison par le son (60 min) ; un soin alchimique du visage (60 min) ; thérapie tibétaine Tsa-rLung (60 min).



THE ALPINA

GSTAAD



À PROPOS DE THE ALPINA GSTAAD

Véritable refuge alpin contemporain, The Alpina Gstaad est la synthèse parfaite de l'esprit authentique de la montagne, du design moderne, du confort ultime et de services ultra-personnalisés. Il exprime l'art de vivre « à la Suisse », où intimité, art et tradition se marient harmonieusement.

Ouvert le 1er décembre 2012, The Alpina Gstaad maintient un standard mondial de raffinement et d'élégance dans la catégorie 5 étoiles supérieur.

The Alpina Gstaad est membre de la collection Legend de la marque Preferred Hotels & Resorts, du réseau de voyages exclusif Virtuoso et compte parmi les Swiss Deluxe Hotels. L'hôtel a reçu le certificat « Out Now » remis par la plus importante association professionnelle de voyages LGBT au monde, garantissant ainsi les standards les plus élevés aux clients appartenant à la communauté LGBT.

Fortement engagé en faveur de la sensibilisation à l'environnement, The Alpina Gstaad est membre de la NOW Force for Good Alliance et certifié Silver par EarthCheck, et vient d'être récompensé par le NZZ Bellevue comme le meilleur hôtel durable de Suisse.

thealpinagstaad.ch

Alpinastrasse 23 3780 Gstaad, Switzerland
T. + 41 33 888 98 88 F. + 41 33 888 98 89 reservations@thealpinagstaad.ch

CONTACTS PRESSE :

Brenda Zimmermann - The Alpina Gstaad - Tél. +41 79 682 8096 - bzimmermann@thealpinagstaad.ch
Luxury Laboratory - Agnès Suijs - Cristina Clerici - Tél. : +33 (0)6 37 02 32 92 - cristina@luxurylaboratory.com