



THE ALPINA  
GSTAAD

## Medienmitteilung

### **Neu im The Alpina Gstaad: Tiefer und gesünder schlafen in der Sleep Suite.**



**Gstaad, im Juni 2022. Einmal mehr zeigt sich The Alpina Gstaad als Branchenleader und lanciert ein einzigartiges Angebot rund um den erholsamen Schlaf: In der neuen Sleep Suite ruht man auf einem innovativen Schlafsystem und wird vom Six Senses Spa-Therapeut\*innen und Executive Chef Martin Göschel in die gute Nachtruhe begleitet.**

Wer im Berner Oberland ankommt und im The Alpina Gstaad eincheckt, lässt Stress und Anspannung hinter sich. Nun bietet es als einziges 5\* Superior-Hotel in der Schweiz die neue Schlafsuite zur vollständigen Erholung – mit längerer Tiefenentspannung auch im Schlaf.

#### **Ganzheitliches Regenerations-Erlebnis**

«Immer mehr Menschen finden in der Nacht keine Ruhe. Deshalb freue ich mich sehr, dass wir unseren Gästen mit der exklusiven Sleep Suite nun ein personalisiertes Schlaferlebnis bieten können», sagt Tim Weiland, General Manager The Alpina



## THE ALPINA GSTAAD

Gstaad. Wie der Philosoph Arthur Schopenhauer schon sagte: Der Schlaf ist für den ganzen Menschen, was das Aufziehen für die Uhr. Das ganzheitliche Schlafsuiten-Angebot basiert auf einem revolutionären Schlafsystem und einer idealen Schlafumgebung, entspannenden Wellness-Behandlungen und schlafförderndem Mood Food.

«Immer mehr Menschen finden in der Nacht keine Ruhe. Deshalb freue ich mich sehr, dass wir unseren Gästen mit der exklusiven Sleep Suite nun ein personalisiertes Schlaferlebnis bieten können», sagt Tim Weiland, General Manager The Alpina Gstaad. Wie der Philosoph Arthur Schopenhauer schon sagte: Der Schlaf ist für den ganzen Menschen, was das Aufziehen für die Uhr. Das ganzheitliche Schlafsuiten-Angebot basiert auf einem revolutionären Schlafsystem und einer idealen Schlafumgebung, entspannenden Wellness-Behandlungen und schlafförderndem Mood Food.

### **Revolutionäres Schlafsystem fördert Schlafqualität**

In der Sleep Suite schlafen Gäste auf einem Freshbed-System. Sowohl das Komfortbett wie auch die Bettdecke verfügen über Temperatur- und Feuchtigkeitsregulierung sowie eine Zufuhr von gereinigter pollen- und allergenfreier Luft. Denn eine konstante Idealtemperatur fördert die Schlafqualität: Man schläft schneller ein und kommt länger in einen tiefen Entspannungszustand. Die Phasen des Tiefschlafs können sich so signifikant verbessern – für die vollständige Erholung von Körper und Geist über Nacht. Luftfilternde Grünpflanzen verbessern das Raumklima in der Sleep Suite zusätzlich.

### **Purer Genuss mit schlaffördernden Zutaten**

Martin Göschel, Executive Chef vom Sommet, dem einzigen Gourmetrestaurant mit 18 Punkten Gault Millau im Kanton Bern hat ein spezielles schlafförderndes Menü zusammengestellt. “Frisch zubereitet in möglichst purer Form können bestimmte Nahrungsmittel natürliche Schlafhilfen sein, etwa weil sie das Nervensystem beruhigen oder die Hormonreaktion anregen”, erklärt Göschel. Eier und einige Nüsse beispielsweise sind reich an Tryptophan, daraus stellt unser Körper das Hormon Serotonin her, das für den gesunden Schlaf wichtig ist. Als zusätzlich entspannendes Zubettgeh-Ritual bietet sich ein Tee aus Saanenländer Kräutern mit eigenem Alpina-Honig aus dem Hotelgarten an.

### **Body-Balance und Dufterlebnis in der Sleep Suite**

Six Senses Spa-Therapeut\*innen beraten die Gäste individuell und machen die Schlafsuite zum privaten Wellness-Rückzugsort. So können etwa Body-Balance Behandlungen mit Atemübungen, Aurenreinigung, Visualisation und Tai Chi- und Pilates-Elementen sowie Aromen aus ätherischen Ölen die Entspannung unterstützen. “Die Absicht ist es, Harmonie in Geist und Körper zu bringen”, sagt Bernadette Negri, Direktorin des Six Senses Spa.

### **Blaulichtblockierende Brille und innovative Entspannungs-App**

Weitere Schlafhilfen für die Gäste sind etwa eine blaulichtblockierende Brille. Diese hilft am Abend, die Produktion des Schlafhormons Melatonin zu erhöhen. Auch eine



## THE ALPINA GSTAAD

25-minütige Entspannungs-Session mit der Synctuition-App lässt einen ruhig in den Schlaf gleiten. Synctuition setzt auf innovative Entspannungsprogramme mit 3-D Klängen und binauralen Beats mit speziellen Frequenzen, welche darauf zielen, Hörer\*innen in einen Ruhezustand zu versetzen. – Im Schlafsuiten-Erlebnis inbegriffen ist ein 1-Jahres-Abonnement der Synctuition-App – für viele wertvolle Ruhemomente auch zu Hause.

In der Schlafsuite einchecken heisst, nicht länger vom erholsamen Schlaf träumen. Sondern besser schlafen und ausgeruht und regeneriert aufwachen. Frische Bergluft und ein wunderbares Alpenpanorama für noch mehr Entspannung gibt es im The Alpina Gstaad inklusive.

### **Preise und Verfügbarkeit**

In der Sommersaison von Mitte Juni bis 10. September 2022 kann die Sleep Suite je nach Verfügbarkeit für mindestens zwei Nächte reserviert werden. Ab CHF 4'350 pro Person.

Bildmaterial finden Sie [HIER](#).

### **Über 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. Das Spa-Angebot des Hotels garantiert Entspannung pur, unter anderem mit dem einzigen Six Senses Spa der Schweiz, welches über 12 Behandlungsräume, eine Himalaya-Salzgrotte, einen Hamam sowie Innen- und Aussenpool mit Jacuzzi verfügt. Die Handelszeitung hat es im Spa-Ranking 2021 auf Platz 1 der besten Wellbeing Hotels gesetzt.

The Alpina Gstaad wurde im Dezember 2012 eröffnet und seither mehrfach ausgezeichnet, unter anderem mit dem Prix Bienvenu von Schweiz Tourismus und American Express. Im Falstaff Hotel Guide 2022 rangiert das Hotel mit 100 Höchstpunkten auf dem ersten Platz. Die SonntagsZeitung und Le Matin Dimanche platzieren es auf Platz 10 der besten Schweizer Ferienhotels 2022. Der Kommentar. "Feiner Mix aus alpinem Stil und internationalem Flair". Im Bilanz Hotelranking 2021 besetzte das Hotel den Platz 1 in der Kategorie «Beste Ferienhotels». Die Redaktion des NZZ am Sonntag Magazin hat 2021 den 1. Rang in der Kategorie «Schön und gut» 5\* Hotels an The Alpina Gstaad verliehen. Seit 2019 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 Gault Millau 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.



## THE ALPINA GSTAAD

Die Gäste des The Alpina Gstaad werden kulinarisch verwöhnt in den Restaurants Sommet (18 Punkte Gault Millau, ein Stern Michelin), Swiss Stübli und dem japanischen Megu (15 Punkte Gault Millau). Gault Millau 2022 listet The Alpina Gstaad gleich zweimal in den Top Ten: Nämlich für die besten Outdoor-Kulinarikerlebnisse wie auch als Hotel, die Honig von eigenen Bienenvölkern anbieten.

The Alpina Gstaad ist Mitglied der «Preferred Hotels & Resorts»-Kollektion Legend, des exklusiven Reisenetzwerks Virtuoso und der Vereinigung der Swiss Deluxe Hotels. Von EarthCheck wird das «The Alpina Gstaad» jährlich für sein nachhaltiges Engagement zertifiziert.

[www.thealpinagstaad.ch](http://www.thealpinagstaad.ch)

Instagram: @thealpinagstaad

### **MEDIENKONTAKT**

Contcept Communication GmbH | Hardturmstrasse 76 CH-8005 Zürich

Simona Dürmüller | Telefon +41 (0)43 501 33 00 | E-Mail

simona.duermueller@contcept.ch

www.contcept.ch