



THE ALPINA
GSTAAD

Medienmitteilung

Zu sich selbst finden

Das Fünf-Elemente-Retreat mit Antonis Sarris im Boutiquehotel The Alpina Gstaad bringt das Wesen in Einklang.

Gstaad, im Februar 2015. **«Zur Ruhe kommen, in sich kehren und Heilung erfahren»**, so umschreibt der vom SpaFinder zum **«Best Masseur in the World»** ausgezeichnete Resident-Therapist, **Antonis Sarris**, des **Six Senses Spa** im **«The Alpina Gstaad»** das von ihm geleitete **Vier-Tage-Retreat**. Dieses ist mit oder ohne Übernachtung buchbar.

Ganzheitlicher Ansatz

Die Lehre der fünf Elemente (Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser) ist ein zentraler Bestandteil der chinesischen Sicht auf die Welt, entwickelt vor über 2000 Jahren. Abgeleitet aus der Beobachtung der Natur, dient sie zur Beschreibung der Wechselwirkungen zwischen Mensch und Umwelt ebenso wie zwischen den einzelnen Organen innerhalb des menschlichen Organismus. Die lange Tradition der Fünf-Elemente-Lehre ist auch von Bedeutung in Shiatsu, Feng-Shui, Taijiquan, Xingyiquan und Qigong. Weitere Wirkungen hat sie in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) und der Akupunktur. «Körper, Geist und Seele bilden eine Einheit. Sie sind eng miteinander verwoben. Einflüsse auf jedes Einzelne von ihnen wirken sich auf das Gesamtsystem aus. Wir möchten mit unseren mehrtägigen, ganzheitlich integrierten Programmen helfen, das ganze Wesen wieder in Einklang zu bringen», beschreibt Eric Favre, Managing Director des «The Alpina Gstaad», die Schwerpunkte der Angebote im Six Sense Spa.



Antonis Sarris, ein Kosmopolit mit griechischen Wurzeln

Der gebürtige Athener arbeitet seit Mitte der 1990er-Jahre als ganzheitlicher Heiler. Vor über 20 Jahren begann er sich intensiv mit Tai chi, traditioneller chinesischer Medizin und Energieheilung zu beschäftigen. Im Jahre 2008 verlieh ihm SpaFinder den Titel «Best Masseur in the World» u.a. für seine Behandlungen in den Bereichen Thai-Massage, Shiatsu, Ayurveda-Aromatherapie, Hot Stone und Chakrenaussgleich. Im viertägigen Retreat wird Antonis Sarris die Möglichkeiten aufzeigen, tiefer in das Selbst einzutauchen. Atemübungen, Meditationen und Behandlungen im Six Senses Spa des mehrfach ausgezeichneten Hotels The Alpina Gstaad begleiten diese Auszeit.

Vier-Tage-Retreat ohne Übernachtung

CHF 1850.00 pro Person mit Six-Senses-Spa-Anwendungen

Vier-Tage-Retreat mit 3 Übernachtungen

CHF 3935.00 pro Person im Deluxe-Zimmer inklusive Six-Senses-Spa-Anwendungen

Gültig bis 22. März 2015, auf Anfrage und Verfügbarkeit. Dieses Retreat kann nur ab fünf Teilnehmenden durchgeführt werden.

((«The Alpina Gstaad»))

Das Hotel mit 56 Zimmern und Suiten befindet sich etwas oberhalb des charmanten Dorfkerns von Gstaad auf einem 20 000 Quadratmeter grossen Parkgrundstück. Es wurde im Dezember 2012 eröffnet und bereits mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet. Darunter auch von GaultMillau Schweiz als «Hotel des Jahres» 2013, mit dem GALA SPA AWARD als «Bestes Luxury Hotel City / Resort» und aktuell von der Handelszeitung zum besten «Ski-Spa de Luxe auf über 1000 Höhenmetern». Zum Anwesen gehören ein Six Senses Spa, eine Himalaja-Salzgrotte, ein Hamam, ein Innen- und ein Aussenpool, die Restaurants Sommet (18 Punkte GaultMillau, 1 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: 2505 Zeichen inkl. Leerzeichen, ohne Boiler-Plates.



Für Anfragen und Reservationen

The Alpina Gstaad
Alpinastrasse 23 · CH-3780 Gstaad

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 · CH-3095 Spiegel b. Bern

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

contact@estherbeck.ch
www.estherbeck.ch