



THE ALPINA
GSTAAD

Communiqué de presse

L'hôtel The Alpina Gstaad ouvre sa nouvelle Sleep Suite, pensée pour garantir un sommeil profond et réparateur



Gstaad, juin 2022. The Alpina Gstaad affirme à nouveau sa position de leader de sa branche et lance une offre unique autour du sommeil : dans sa nouvelle Sleep Suite, dotée d'un système de literie innovant, les soins prodigués par les thérapeutes du Six Senses Spa et les plats concoctés par le chef exécutif Martin Göschel garantissent aux hôtes une bonne nuit de sommeil.

Lorsque l'on arrive à l'hôtel The Alpina Gstaad, dans l'Oberland bernois, l'on peut laisser de côté son stress et ses tracas. L'hôtel est le seul 5* supérieur de Suisse à disposer d'une Sleep Suite, dans laquelle les clients peuvent bénéficier d'un repos complet et d'une détente profonde et durable.

Une expérience de régénération totale

"De plus en plus de personnes ne parviennent pas à trouver le repos pendant la nuit. Je suis très heureux de pouvoir offrir à nos hôtes une expérience de sommeil personnalisée avec la Sleep Suite", déclare Tim Weiland, General Manager The Alpina Gstaad. Comme le disait déjà le philosophe Arthur Schopenhauer, le sommeil



THE ALPINA

GSTAAD

est à l'homme ce que le remontage est à l'horloge. La Sleep Suite propose une approche holistique, basée sur un système de literie révolutionnaire, un environnement propice au repos, des soins relaxants et de la Mood Food favorisant le sommeil.

Un système de literie révolutionnaire pour un sommeil de qualité

La Sleep Suite dispose d'un système de literie Freshbed. Le lit et la couette sont dotés d'un système de régulation de la température et de l'humidité ainsi que d'un apport d'air purifié, exempt de pollen et d'allergènes. La qualité du sommeil est en effet favorisée par une température idéale constante, qui permet de s'endormir plus rapidement et d'atteindre un état de relaxation profonde qui dure plus longtemps. Les phases de sommeil profond peuvent ainsi s'améliorer de manière significative, offrant au corps et à l'esprit une récupération complète pendant la nuit. En outre, des plantes vertes purificatrices sont disposées dans la suite et en améliorent l'air ambiant.

Pour le plaisir des papilles et un bon sommeil

Martin Göschel, chef exécutif du Sommet, le seul restaurant gastronomique du canton de Berne avec 18 points au Gault&Millau, a composé un menu propice à un bon sommeil. "Fraîchement préparés sous la forme la plus pure possible, certains aliments peuvent être des aides naturelles au sommeil, notamment parce qu'ils calment le système nerveux ou stimulent la réaction hormonale", explique Göschel. Les œufs et certaines noix par exemple, sont riches en tryptophane, à partir duquel notre corps fabrique de la sérotonine, une hormone importante pour un sommeil sain. Une tisane relaxante à base d'herbes du Saanenland et de miel Alpina provenant des ruches de l'hôtel est proposée au moment du coucher.

Body-Balance et sensations olfactives dans la Sleep Suite

Les thérapeutes du Six Senses Spa prodiguent des conseils individualisés aux clients et transforment la Sleep Suite en un havre de bien-être intimiste. Des séances de Body-Balance avec des exercices de respiration, le nettoyage des auras, la visualisation et des éléments de Tai Chi et de Pilates, complétés par des arômes à base d'huiles essentielles, sont proposés pour favoriser la détente. "Notre intention est d'apporter l'harmonie à l'esprit et au corps", explique Bernadette Negri, directrice du Six Senses Spa.

Lunettes bloquant la lumière bleue et application de relaxation innovante

D'autres éléments sont mis à disposition des hôtes pour faciliter leur sommeil. Le soir, des lunettes bloquant la lumière bleue aident à augmenter la production de mélatonine, l'hormone du sommeil. Une séance de relaxation de 25 minutes avec l'application Synctuition permet de s'endormir paisiblement. Synctuition mise sur des programmes de relaxation innovants, comprenant des sons en 3D et des rythmes binauraux avec des fréquences spéciales qui visent à plonger les auditeurs dans un état de détente. L'expérience de la Sleep Suite comprend un abonnement d'un an à l'application Synctuition, permettant aux hôtes de s'accorder de précieux moments de calme, même lorsqu'ils sont chez eux.



THE ALPINA GSTAAD

Dans la Sleep Suite, bien dormir n'est pas un rêve inaccessible. Les hôtes bénéficient d'un sommeil réparateur et se réveillent reposés et ressourcés. L'air frais des montagnes et le magnifique panorama alpin sont inclus, pour apporter encore plus de sérénité.

Prix et disponibilité

Pendant la saison estivale, de mi-juin au 10 septembre 2022, la Sleep Suite peut être réservée pour un minimum de deux nuits, selon les disponibilités.

A partir de CHF 4'350 par personne.

Les visuels sont disponibles [ici](#).

À propos de l'hôtel The Alpina Gstaad

L'hôtel, équipé de 56 chambres et suites, surplombe le charmant village de Gstaad, dans l'Oberland bernois, au sein d'un vaste parc de 20'000 m². L'offre bien-être de l'hôtel est garante de détente à l'état pur, entre autres grâce à l'unique Six Senses Spa de Suisse qui dispose de 12 salles de soins, d'une grotte de sel de l'Himalaya, d'un hammam, d'une piscine intérieure et d'un bassin extérieur avec jacuzzi. Le journal Handelszeitung l'a propulsé au premier rang de son classement des Spas 2021.

Depuis son ouverture en décembre 2012, l'hôtel The Alpina Gstaad s'est vu décerner de nombreux prix dont le Prix Bienvenu remis par Suisse Tourisme et American Express. Dans le Falstaff Hotel Guide 2022, l'hôtel se classe à la première place en obtenant la note maximale de 100 points. La SonntagsZeitung et Le Matin Dimanche placent l'hôtel à la 10^e place des meilleurs hôtels de vacances suisses 2022 et le qualifient de "Mélange subtil de style alpin et de charme international". Dans le classement des hôtels 2021 du magazine Bilanz, l'hôtel a occupé la 1^{ère} place dans la catégorie « Meilleurs hôtels de vacances » et le journal Handelszeitung l'a placé en 1^{ère} position des meilleurs hôtels de bien-être dans son classement des meilleurs Spas 2021. Le magazine NZZ am Sonntag a attribué la première place dans la catégorie des hôtels 5* « Schön und gut » à l'Alpina Gstaad en 2021. Depuis 2019, il est l'un des premiers hôtels suisses à s'être vu décerner le prix « OutNow ». Selon le guide de voyage Forbes 2019, les chambres et suites de The Alpina Gstaad sont parmi les plus belles au monde. Le magazine économique BILANZ l'a élu « Meilleur hôtel de vacances 2017 ». Le journal NZZ am Sonntag l'a hissé, en 2017 et en 2018, à la tête de son classement hôtelier et le Gault&Millau lui a attribué le titre d'« Hôtel de l'année 2013 ». L'établissement figure par ailleurs dans les classements de publications renommées telles que Travel + Leisure (parmi les 100 meilleurs hôtels du globe) et Condé Nast Hotel Worldwide. Sur le plan culinaire, les restaurants Sommet (18 points Gault&Millau, 1 étoile Michelin), Swiss Stübli et le restaurant japonais Megu (15 points Gault&Millau) attendent de ravir les papilles de leurs hôtes. Le Gault&Millau 2022 classe deux fois l'Alpina Gstaad dans le top 10 dans le classement des meilleures expériences culinaires en plein air et en tant qu'hôtel proposant du miel issu de ses propres ruches.



THE ALPINA GSTAAD

The Alpina Gstaad est membre de la collection Legend des «Preferred Hotels & Resorts», du réseau exclusif Virtuoso et de l'association Swiss Deluxe Hotels. De plus, chaque année, The Alpina Gstaad est certifié par EarthCheck pour ses engagements en matière de développement durable. En 2022, l'hôtel est la première entreprise suisse à obtenir la certification or.

<http://www.thealpinagstaad.ch/>
[@thealpinagstaad](#)

CONTACT MÉDIAS

Contcept Communication GmbH | Rue du Liseron 7 | 1006 Lausanne
Christelle Roth | Tel. +41 (0)43 501 33 00 | E-Mail : christelle.roth@contcept.ch
www.contcept.ch