Spa Menü

Valsana Hotel



MOVING MOUNTAINS

Spa Menü

Das Moving Mountains Spa Konzept

Wir geben der Zeit ihren Wert zurück.

Umgeben von unberührten Landschaften, vom Herzen der Schweizer Alpen bis zu den majestätischen Ufern des Lago Maggiore bietet Ihnen unser ganzheitliches Moving Mountains Programm einen Ansatz Ihre Vitalität wieder herzustellen, in die Natur einzutauchen und das Leben zu zelebrieren.

Und so verfolgt auch unser Moving Mountains Spa Konzept einen darauf aufbauenden, ganzheitlichen Ansatz mit dem Ziel nachhaltiger Erholung durch den Einklang von Körper, Geist und Seele.

Herzlich Willkommen in unserem Moving Mountains Spa.

INSPIRIERT VON DEN SCHWEIZER BERGEN

Die Schweiz, das Land der schneebedeckten Berge und kristallklaren Seen, bietet die perfekte Kulisse für unsere preisgekrönten Moving Mountains Spas. Unsere Behandlungen kombinieren traditionelle Heilmethoden und Rituale mit der heilenden Wirkung der Umgebung.

WISSENSCHAFTLICH FUNDIERT

Unsere Spas verbinden fundiertes medizinisches Wissen und moderne Wissenschaft, um einen langfristigen Nutzen zu gewährleisten.

NACHHALTIG

Wir wollen die Umwelt in der wir leben, schützen und bieten mit unserem Partner Pharmos Natur daher zertifizierte Naturkosmetik und EMAS-zertifizierte Nachhaltigkeit. Die Produkte werden ohne Tierversuche und Gentechnik sowie frei von Nanopartikeln und Mikroplastik hergestellt.

Unsere individuellen Moving Mountains Spa Behandlungen verhelfen somit nicht nur zu strahlender Schönheit und blühender Vitalität, sondern ebenso zu ganzheitlichem Wohlbefinden.

UNSER SPA ANGEBOT

FACE RITUALS

BEAUTY & NAIL LOUNGE

HOLISTISCHE & AKTIVIERENDE MASSAGEN

DETOX-KÖRPERBEHANDLUNGEN

GANZHEITLICHES WOHLBEFINDEN

MOVING MOUNTAINS YOGA



FACE RITUALS

Pharmos Natur

Pharmos Natur steht für Green Luxury Naturkosmetik und ganzheitliche Spa-Behandlungen mit tiefwirkender Pflanzenkraft. Die Produkte und Anwendungen basieren auf besonderen Heil- und Verjüngungspflanzen aus ökologisch nachhaltigem und sozial verantwortlichem Anbau.

Das Herzstück der Pharmos Natur Treatments ist die Anwendung des «Sacred Aloe Vera» Frischpflanzenblattes. Die besondere Viskosität sorgt dafür, dass jede Haut die vielfältigen Wirkstoffe aufnimmt und in die Tiefe bringt – ein Ansatz, der sich in jedem Ritual erleben lässt.

Die Themenwelten der Pharmos Natur Anwendungen orientieren sich dabei ganz spezifisch an dem, was Haut und Körper am meisten brauchen, um zur natürlichen Strahlkraft zu finden: Stress Release, Detox, Intensive Moisture, Relax & Move und Moving Mountains Ritual.



Pharmos Natur Gesichtsbehandlungen

«ESSENTIAL CARE FACE TREATMENT»

Die regenerierende Basisbehandlung für jeden Hauttyp, auch empfindliche Haut. Die Green Luxury Produkte werden für individuelle Hautbedürfnisse zusammengesellt und sorgen für eine strahlende und energetisierte Haut.

60 Min. / CHF 160

«INTENSIVE MOISTURE FACE TREATMENT»

Eine intensive Feuchtigkeitsbehandlung für Gesicht, Hals und Dekolleté. Die Maske aus frisch zubereiteter Aloe Vera unterstützt die Haut mit Biophotonen und lässt sie sichtbar frischer wirken. Der «Aloe Vera Bio Ursaft» versorgt Ihre Haut von innen mit Feuchtigkeit – für eine verfeinerte Hautstruktur und mehr Volumen.

90 Min. / CHF 210

«LOVE YOUR AGE POWER TREATMENT»

Regenerierend und straffend: Unterstützt Elastizität, Hautdichte und glättet das Hautbild sichtbar. Pflanzliche Hyaluronsäure und traditionelle Heilpflanzen reduzieren Alterungszeichen. Das Ergebnis ist eine gestraffte und geglättete Haut, mit jugendlicher, lebendiger Ausstrahlung.

90 Min. / CHF 210

«NATURE OF MEN TREATMENT»

Nachhaltige Tiefenentspannung und sichtbar glattere und festere Haut: Füllt die Feuchtigkeitsdepots der Haut wieder auf und beruhigt Irritationen. Eine Wirkungsvolle Behandlung von Gesicht, Kopf und Nacken für neue Energie.

60 Min. / CHF 160
90 Min. inkl. Rückenmassage / CHF 210

Pharmos Natur
Winter Exclusive

«MOUNTAIN FACE TREATMENT»

Pflegendes Gesichtsritual nach Wind, Kälte und Outdoor-Momenten. Wertvolle Lipide und Sesamkraft stärken die Hautbarriere und beruhigen raue und beanspruchte Haut.

60 Min. / CHF 160

«LUNAR SKIN TREATMENT»

Abendliches Gesichtsritual mit Night Elixir, Night Cream und entspannender Massage. Bereitet die Haut auf die nächtliche Regeneration vor, für sichtbare Erholung am nächsten Morgen.

60 Min. / CHF 160

BEAUTY & NAIL LOUNGE

Beauty

AUGENBRAUEN ZUPFEN UND FORMEN

ca. 20 Min. / CHF 20

HAARENTFERNUNG FÜR DAMEN UND HERREN

Gerne beraten wir Sie individuell hinsichtlich unseres Angebots zur Haarentfernung.

ab CHF 25

Nail Lounge

KLASSISCHE MANIKÜRE ODER PEDIKÜRE

Kürzen und Formen der Nägel, inklusive Pflege der Nägel und Nagelhaut, mit Hornhautentfernung.
Tipp: Für noch mehr Pflege, inklusive Peeling und Massage, buchen sie sich das 30-minütige Add-On Ritual als Erweiterung.

ohne Nagellack 45 min / CHF 80
mit Nagellack 60 min / CHF 100
mit Gel Color Londontown 75 min / CHF 125

REVITALISIERENDES HAND- ODER FUSS-RITUAL

Gönnen Sie sich weichere Hände oder einen besonderen Feuchtigkeitsschub für Ihre Füsse, inklusive Peeling, Pflege und Massage.

30 Min. / CHF 50

HOLISTISCHE & AKTIVIERENDE MASSAGEN

Holistische Massagen

SCHWEIZER BERGKRÄUTER-STEMPELMASSAGE

Mit feinsten Schweizer Bergkräutern die Sinne verwöhnen. Erwärmte Kräuterstempel versorgen die Haut durch sanft kreisende Massage-Bewegungen mit Nährstoffen.

60 Min. plus 15 Min. Anamnese / CHF 190

MOVING MOUNTAINS MASSAGE

Die Ganzkörper-Tiefengewebe-Massage mit Warm- und Kaltsteintherapie entspannt müde Muskeln und Gelenke, speziell die Beine und Füsse.

60 Min. plus 15 Min. Anamnese / CHF 190

ENTSPANNUNGS-MASSAGE

Natürliche Elixiere beruhigen das Nervensystem, die Haut wird regeneriert und genährt, der Körper entspannt – im Mittelpunkt stehen Kopf, Nacken und Füsse.

50 Min. plus 10 Min. Anamnese / CHF 140

INTENSIVE FEUCHTIGKEITSMASSAGE

Frisch zubereitetes Aloe Vera Gel unterstützt mit einer Extraportion Feuchtigkeit den Teint und stärkt das Bindegewebe für seidig glatte und frische Haut.

50 Min. plus 10 Min. Anamnese / CHF 140

Aktivierende Massagen

FULLY INDIVIDUAL MASSAGE

Eine individuelle Ganzkörpermassage, die unsere Therapeuten professionell auf Ihre Bedürfnisse abstimmen.

50 Min. plus 10 Min. Anamnese / CHF 140

KOPF- UND NACKENMASSAGE

Spezielle Grifftechniken für den Kopf, Nacken- und Schulterbereich lösen Spannungen und klären den Geist, die Mikrozirkulation wird gefördert, Gefässe, Sinnesorgane und Nerven werden gestärkt. Die tiefe Berührung und das sanfte Dufterlebnis ermöglichen ein Abschalten vom Stress des Alltags. Ein unvergesslicher Moment, der tief befreiend wirkt.

50 Min. plus 10 Min. Anamnese / CHF 140

FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Anregung des Stoffwechsels durch die Stimulierung der Reflexzonenpunkte an den Füssen sowie der Energielinien, die durch den Körper fliessen. Geniessen Sie die positive Auswirkung auf alle Lebensfunktionen.

25 Min. plus 10 Min. Anamnese / CHF 90
50 Min. plus 10 Min. Anamnese / CHF 140

Therapeutische Massagen

«RELAX & MOVE» GANZKÖRPERMASSAGE

Die wärmende, ausleitende Massage mit natürlichen Ölen löst gezielt Verspannungen, belebt Muskeln und Gelenke und regt die Durchblutung an – mit besonderem Fokus auf einer intensiven Rückenmassage.

50 Min. plus 10 Min. Anamnese / CHF 140

DETOX-KÖRPERBEHANDLUNGEN

Lymphstimulierende Behandlung

«LOVE YOUR AGE» PEELING-MASSAGE

Exklusive Kräuterpeeling-Massage mit kostbaren Regenerationskräutern: Der Stoffwechsel wird angeregt, Haut und Gewebe gestrafft und vitalisiert, für glatte, samtweiche und geschmeidige Haut.

60 Min. / CHF 160
90 Min. inkl. Körperpflege zur Massage / CHF 210

Peeling

PHARMOS NATUR «GENTLE BODY POLISH»

Ein sanftes Creme-Peeling mit «Sacred Aloe Vera» Frischpflanzenblatt befreit die Haut von alten Hornschüppchen, spendet Feuchtigkeit und festigt das Bindegewebe.

30 Min. / CHF 60

PHARMOS NATUR-KÖRPERPEELING

Das regenerierende Kräuter-Peeling mit besonderen Verjüngungspflanzen vitalisiert die Haut und fördert eine gesunde Durchblutung, für ein glattes, samtweiches und gestrafftes Hautgefühl.

30 Min. / CHF 60

Körperpackung

«DETOX WRAP» VON PHARMOS NATUR

Entgiftende und reinigende Körperpackung für das Gewebe, die den Lymphfluss aktiviert, das Gewebe strafft und Cellulite deutlich mildert.

30 Min. / CHF 60

GANZHEITLICHES WOHLBEFINDEN

Meditation und Atemübungen

ATMEN SIE TIEF DURCH

Es gibt nichts Belebenderes und Entspannenderes als die frische Bergluft – also atmen Sie tief ein und geniessen Sie die Frische der Alpen. Bewusstes Atmen hilft, Stress abzubauen und inneren Frieden zu finden. Erfahren Sie, wie Sie sich auf den natürlichen Rhythmus Ihres Körpers konzentrieren können.

30 Min. / CHF 50

ACHTSAME MEDITATION

Entdecken Sie die Vorteile der Achtsamkeitsmeditation und fördern Sie ein tieferes Bewusstsein für Ihren Körper. Wenn das Wetter es zulässt, machen wir einen kurzen Spaziergang in der Natur und legen den Schwerpunkt dabei auf Atmung und Meditation. Andere Achtsamkeitstechniken können eine geführte Meditation oder eine Mantra-Meditation sein.

60 Min. / CHF 85
keine Vorkenntnis notwendig

NOURISH

Was auch immer Sie in Ihr persönliches Moving Mountains Spa Erlebnis integrieren möchten, unsere Moving Mountains Menüs bieten die perfekte Ergänzung – rein pflanzlich, nährstoffreich, leicht verdaulich, in den Schweizer Bergen verwurzelt und köstlich. Achten Sie einfach auf das Moving Mountains Symbol auf den Speisekarten unserer Restaurants.

Moving Mountains Yoga

PRIVATER YOGA-UNTERRICHT

Yoga ist sowohl eine körperliche als auch eine geistige Übung. Das im Hotel angebotene Hatha-Yoga ist eine sanfte Form der Bewegung. Atmung und Bewegung verschmelzen zu einem dynamischen Fluss, der zu einer verbesserten Haltung, Durchblutung und inneren Balance führt. Beginnen Sie Ihren Morgen mit dem Surya Namaskar (Sonnengruss), der Sie leicht und erfrischt in den Tag starten lässt, und beenden Sie Ihren Tag mit dem Chandra Namaskar (Mondgruss) oder Yoga Nidra, um sich vollkommen zu entspannen und tief zu schlafen. Yoga kann im Yogaraum und in verschiedenen anderen offenen Yogabereichen des Hotels praktiziert werden. Mehrmals pro Woche werden kostenlose Yogastunden angeboten. Private Yogastunden können auf Anfrage und gegen eine Gebühr arrangiert werden.

60 Min. / CHF 85

IN-ROOM YOGA-ERLEBNIS

Individuell auf Sie abgestimmter Yoga- Unterricht, in der Privatsphäre Ihres eigenen Zimmers: Fragen Sie nach unserem In-Room-Yoga-Kit und nutzen Sie rund um die Uhr die Schritt-für-Schritt-Anleitung Ihres TV-Systems.

Kostenlos / In-Room Yoga-Tasche steht für Sie auf Anfrage bereit.

MOVING MOUNTAINS AKTIVITÄTEN

Wählen Sie aus einem breiten Angebot an kostenlosen Moving Mountains Aktivitäten. Fragen Sie nach unserem Wochenprogramm.

Öffnungszeiten

RELAXPOOL & FITNESS

7 bis 20 Uhr
Fitnessstudio durchgehend geöffnet

BEHANDLUNGEN

10 bis 19 Uhr (letzte Behandlung)
nach Voranmeldung

DAMPFBAD

Winter: 12 bis 20 Uhr
Sommer: 14 bis 20 Uhr
(Ausnahme bei schlechtem Wetter)

SAUNA

14 bis 20 Uhr

Stornobedingungen

Sollten Sie zu spät kommen, haben Sie bitte Verständnis dafür, dass wir Ihre Behandlung entsprechend kürzen müssen, falls der Therapeut oder der Behandlungsraum im Anschluss gebucht sind. Bitte teilen Sie uns bis 24 Stunden vorher mit, falls Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, ansonsten müssen wir den Gesamtbetrag verrechnen.

TERMINRESERVIERUNGEN UND AUSKÜNFTE

Tel. +41 81 378 63 63, info@valsana.ch

SPA ETIQUETTE

Bitte beachten Sie das generelle Rauchverbot im gesamten Spa Bereich. Aus Rücksicht auf andere Gäste bitten wir Sie zudem, auf die Benutzung von Mobiltelefonen zu verzichten. Tiere haben keinen Zutritt.

Kinder unter 16 Jahren dürfen den Valsana Spa nur in Begleitung eines Erwachsenen besuchen.

Jugendliche haben ab 16 Jahren Zutritt zum Sauna Bereich.

GESCHENK-GUTSCHEINE

Gutscheine erhalten Sie an der Rezeption oder im Online-Shop.

Alle Preise sind in CHF (Schweizer Franken) inklusive der gültigen Mehrwertsteuer ausgewiesen.
Wir behalten uns eine Preisänderung vor.
Unsere AGB finden Sie unter valsana.ch