



by Mario Botta

erfrischend,  
entspannend &  
vitalisierend

Herzlich willkommen in der  
Spa Lounge, unter den Lichtsegeln  
von Mario Botta's spektakulärer  
Tschuggen Bergoase.

Sie können aus unserer  
Snack Karte Ihre Lieblingsgerichte  
von 12.00 bis 19.00 Uhr bestellen.



## Spa Suiten

Moving Mountains Gerichte stützen sich auf jüngste Erkenntnisse der Ernährungswissenschaft. Die Zutaten dafür sind überwiegend pflanzenbasiert und enthalten vollwertigen Zucker und Vollkorn, anstelle von raffiniertem Zucker und Weissmehl. Nahrhaft, leicht verdaulich, auf die Region bezogen – und doch diktionieren Geschmack und Aromen jede Mahlzeit.

Halten Sie Ausschau nach folgendem

Symbol: A stylized mountain range icon made of three parallel V-shaped lines of increasing height from left to right, enclosed within a square frame.

**Zeit für Zweisamkeit**

**Zeit für tiefgründige Gespräche.**

Nutzen Sie unsere Private Spa Suite mit Whirlwanne, Dampfbad & Sauna exklusiv und verbringen Sie gemeinsame Momente.

**Suite Muscida - 3 Stunden/CHF 380 inkl.**

Alpenkräuter Teezeremonie und kulinarischen Köstlichkeiten für Zwei.

**Sich entsinnen & Bewusstsein schaffen**  
**Zeit zur Verarbeitung**  
**gegenwärtiger Situationen.**

Nutzen Sie unsere Private Spa Suite mit Whirlwanne, Dampfbad & Sauna exklusiv und verbringen Sie gemeinsame Momente.

**Suite Polaris - 4 Stunden/CHF 720 inkl.**

Alpenkräuter Teezeremonie und kulinarischen Köstlichkeiten für Zwei sowie jeweils eine Fully Individual Massage.

**Achtsamkeit & Kraft**  
**Zeit für bewusste Innenschau.**  
**Zeit für Revitalisierung.**

Nutzen Sie unsere Private Spa Suite mit Whirlwanne, Dampfbad & Sauna exklusiv und verbringen Sie gemeinsame Momente.

**Suite Polaris 4 Stunden/CHF 760 inkl.**

Alpenkräuter Teezeremonie und kulinarischen Köstlichkeiten für Zwei sowie jeweils eine Arven Massage.

*Auf Anfrage erteilt Ihnen unser Küchenteam  
Informationen über Allergene in unseren Speisen.*

# Spa Lounge Snacks

## CHF Bowls, Salat & Suppe

**Tschuggen Bowl** 19

*mit Mesclunsalat, Tomatenvinaigrette,  
Quinoa, Ricotta, Feige  
und Radiesli*

**Gerstenbowl** 22

*mit Tomate, Pfirsich, Rucola und Nüsse*

**Dinkelbowl** 20

*mit gerösteten Pilzen, Blumenkohl  
und Babyspinat*

**Caesarsalat** 21

*mit Knoblauchcroutons und Parmesan*

**Gazpacho** 19

*mit Melonenwürfel, eingelegte Gurke  
und Olivenöl*

## Pinsa & Pasta

**Pinsa** 25

*mit Bündner Rohschinken,  
Zwiebeln und Sauerrahm*

*mit Tomatencreme, Rucola  
und Pecorino* 21

**Spaghetti** 34

*mit Basilikumpesto und Riesencrevette*

**Auswahl an Kuchen und Wählen** 7

## Heissgetränke

CHF

Kaffee	5.50
Espresso	5.50
Doppelter Espresso	7

Milchkaffee	6
Cappuccino	6.50
Latte Macchiato	8
Doppelter Espresso Macchiato	8

Ovomaltine	6
Heisse Schokolade	6
<i>wahlweise mit:</i>	
<i>Weiss, Vollmilch, Zartbitter</i>	

## Teespezialitäten

Egal ob Weiss – Grün –  
Schwarz – oder Bunt  
unsere Teeauswahl, lässt keine  
Wünsche offen und hat für  
jeden Gaumen das Richtige.

Allegra	8
Arven	8
Earl Grey	8
Morgenzauber	8
Eisprinzessin	8
Rooibos	8
Winterbrand	8
Ingwer Zitrone	8
Hari Chai	8

*Alle Preise verstehen sich in Schweizer Franken  
inklusive gesetzlicher Mehrwertsteuer.*

## Getränke

CHF

Valser Silence	50 cl	8
Valser Classic	50 cl	8
San Pellegrino	50 cl	8
Aqua Panna	50 cl	8

Cola / Zero	33 cl	7
Rivella (rot/blau)	33 cl	7
Urban Yuzu	33 cl	7
Urban Calamansi	33 cl	7
Zobo Chriesi	27.5 cl	7

Apfelsaft aus dem Valposchiavo	20 cl	7
Apfelschorle	33 cl	7

Classic Tonic	20 cl	7
Ginger Ale	20 cl	7
Bitter Lemon	20 cl	7
Ginger Beer	20 cl	7

Infusades Weisser Tee & Minze	33 cl	7
Bergoase Eistee	33 cl	6

## Alkoholfreie Biere

Calanda 0.0	33 cl	7
Erdinger Alkoholfrei	50 cl	9
Indian Pale Ale	33 cl	7
Ginger Beer	33 cl	7

## Hausgemachte Moving Mountains Spa Power Saft



CHF

Vitamine to go 12

Egal ob nach einem anstrengenden  
Tag am Berg, im Fitnessstudio,  
beim Yoga oder einfach mal so  
zwischendurch.  
Unsere Power Säfte passen immer.

## Frisch gepresste Säfte

Orangensaft	20 cl	12
Grapefruitsaft	20 cl	12
Zitronensaft	20 cl	12
Karottensaft	20 cl	12

*Gerne können Sie sich Ihren frisch gepressten Saft  
selbst zusammenstellen.*

*Für weitere Informationen fragen Sie bitte unsere  
Spa-Mitarbeiter.*