Spa Menü

MOVING
MOUNTAINS

DE

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.

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 verwenden daher Spa Produkte mit rein biologischen oder zertifizierten natürlichen Inhaltsstoffen, vegan, mit einem limitierten CO2-Fussabdruck und tierversuchsfrei.

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

Herzlich Willkommen in unserem Moving Mountains Spa.

Öffnungszeiten
(täglich geöffnet)

Wasserwelt & Fitness

07:00 Uhr bis 20:00 Uhr* (Fitness 24/7)
(*im Winter bis 21:00 Uhr)

Sauna

11:00 Uhr bis 20:00 Uhr* (*im Winter bis 21:00 Uhr)

Spa-Recéption

08:30 Uhr bis 20:00 Uhr

Behandlungen & Coiffeur

10:00 Uhr bis 20:00 Uhr

Kontakt
Für Terminreservierung & Auskunft

Tel. +41 81 378 95 95

E-Mail: bergoase@tschuggen.ch

Unser Spa Angebot

Hautverjüngung 4-15

Schönheitspflege, Nail Lounge & Coiffeur 16-23

Holistische Massagen & Therapien 24-27

Belebende & aktivierende Massagen 28-31

Detox-Körperbehandlungen 32-37

Ganzheitliches Wohlbefinden 38-43

Exklusive Spa Suiten 44-45

Allgemeine Informationen 46-48

Hautverjüngung

Methode Physiodermie

Entsprechend unserer Moving Mountains Philosophie arbeiten wir in unseren Spas ausschliesslich mit rein biologischen oder zertifizierten Naturprodukten. Mit der Marke Methode Physiodermie des Laboratoire Sintyl aus Genf haben wir einen verlässlichen Partner gefunden, der eine perfekte Synergie zwischen natürlichen Inhaltsstoffen und modernster Schweizer Technologie geschaffen hat. Seit 1974 ist das Schweizer Laboratoire Sintyl ein Pionier in der personalisierten Hautpflege und widmet sich der Forschung und Entwicklung von Cosmeceuticals für Hautpflegeprofis. Die Formeln werden im Genfer Labor nach den strengen Standards der Schweizer Kosmetikindustrie entwickelt, hergestellt und getestet, um eine perfekte Qualität zu garantieren.
Die ECOCERT-Zertifizierung bezeugt seit 2019 das ökologisch-nachhaltige Engagement von Methode Physiodermie.

Die Ergebnisse stehen im Mittelpunkt des klinischen Ansatzes: Die Beseitigung der Ursachen und nicht der Folgen jeder Hautveränderung führt zu einer gesunden Haut.

Dazu bietet Methode Physiodermie drei verschiedene Kosmetiklinien, die speziell auf die unterschiedlichen Haut-Bedürfnisse abgestimmt sind:

Equilibre Essentiel
Schweizer Cosmeceuticals für eine schönere, vitalere Haut

Clinical Swiss Organics
Die erste 100% biologische Schweizer Hautpflegelinie

Chrono Repair Homme
Eine Hautpflege, speziell entwickelt für die männliche Haut

Equilibre Essentiel

Die Equilibre Essentiel Linie von Methode Physiodermie bietet massgeschneiderte Lösungen zur Behandlung von Hautveränderungen wie Hautalterung, Augenringe und Tränensäcke, Akne, Rosazea und Pigmentstörungen. Da jede Haut jedoch einzigartig ist, werden die Produkte für jede Behandlung speziell auf die individuellen Bedürfnisse der jeweiligen Haut abgestimmt.

Equilibre Essentiel Expert Treatment
Nach einer genauen Analyse der Haut wird die Behandlung personalisiert, um auf individuelle Hautveränderungen zu reagieren. Dank der Synergie zwischen den leistungsstarken Inhaltsstoffen und der Wirkung der Produkte wirkt die Behandlung in der Tiefe der Haut und sorgt für nachhaltige Ergebnisse. Eine massgeschneiderte Behandlung für eine veränderte Haut!

— **Bei empfindlicher Haut.**
Feuchtigkeitsspendende Anwendung zum Ausgleich des Hautgleichgewichts

— **Bei unreiner Haut.**
Normalisierung der Talgproduktion durch ein klärendes Facial

— **Für strahlende Augen mit Soforteffekt.**
Spezielle Behandlung der Augenpartie bei Augenringen, Tränensäcken, Fältchen, geschwollenen oder müden Augen

— **Rettung bei Rötungen - Restaurative Behandlung.**
Morpho-Lymphdrainage in Kombination mit hochwertigen Pflanzenextrakten um Entzündungen zu reduzieren

60 min/CHF 210

Hyaluronic Acid Age Plus Booster
Für sofortige Hautstraffung.
Spezielle Anti-Aging Behandlung, um die Haut aufzupolstern und ihre Elastizität zu verbessern. Kombiniert mit mikroverkapseltem Schweizer Gletscherwasser dringt ein Komplex aus zwei Hyaluronsäuren tief in die Haut ein und erzielt eine sofortige Wirkung. Individuell abgestimmte Seren sorgen für langanhaltende Ergebnisse.

75 min/CHF 270

Anti-Aging Lösung für reife Haut.
Natürliche, feuchtigkeitsspendende Lifting-Behandlung mit spezieller Massagetechnik in Kombination mit individuell abgestimmten Seren.

90 min/CHF 290

T3 SKIN REJUVENATOR

Dreistufiges Verfahren zur Verbesserung der alternden Haut.

Diese exklusive Gesichtsbehandlung ist eine nicht-invasive Technologie, die für eine maximale Hauterneuerung und –verjüngung sorgt. Dieser innovative instrumentelle Ansatz wird auch zur Behandlung einer breiten Palette von Hautproblemen eingesetzt, mit dem spezifischen Ziel, strahlende Schönheitsergebnisse zu erzielen. Das T3 SKIN REJUVENATOR Gerät bewirkt eine sichtbare Verbesserung der Haut bei Hyperpigmentierung, Sonnenschäden, Hautunreinheiten, Akne, Rötungen oder Rosacea.

Das Verfahren kombiniert eine Diamantmicrodermabrasaion, ein Aquafacial sowie eine Frequenztherapie in nur einer Behandlung!

Effekte & Ergebnisse

— Erfrischung und Verbesserung für alle Hauttypen

— individuell auf den jeweiligen Hautzustand abgestimmte Behandlungen

— GLOW-Effekt bereits nach der ersten Anwendung sichtbar

— wirksam, schmerzlos, nicht-invasiv

— keine Einschränkungen bei Aktivitäten nach der Behandlung

— gesünderer, jüngerer und strafferer Teint

— langanhaltende Feuchtigkeitsversorgung

90 min/CHF 390

Clinical Swiss Organics

Wir sind stolz darauf, die erste 100% biologische Schweizer Hautpflegelinie anzubieten, die von ECOCERT Greenlife zertifiziert ist und dem COSMOS Organic Standard entspricht. Alle Produkte der Clinical Swiss Organics Linie enthalten nur die wichtigsten Inhaltsstoffe und sind frei von Parfüm, Silikon, Paraben, Mineralöl und EDTA/BHA/BHBT. Zudem sind die Produkte umweltverträglich, denn sie sind organisch, ökologisch verantwortungsbewusst, vegan, biologisch abbaubar, alkohol-, sulfat- und tierversuchsfrei

Diese Gesichtsbehandlungen liefern die besten Ergebnisse mit dem grössten Respekt für die Haut und die Umwelt! Dank Clinical Swiss Organics von Methode Physiodermie gibt es keine Entscheidung mehr zwischen zertifizierter Biokosmetik und sichtbaren Ergebnissen.

Bio Skin Balance
Wiederherstellung des Gleichgewichts der Haut durch ein verfeinerndes und glättendes 10%iges Milchsäure-Peeling in Kombination mit einer bioenergetischen Lymphdrainage. Dadurch wird die natürliche Fähigkeit der Haut sich wieder selbst zu regulieren gestärkt und überschüssige Gewebeflüssigkeit aktiv bekämpft.
Ein Serum und eine wirkungsvolle Maske bilden den Abschluss und intensivieren die langanhaltende Wirkung.

60 min/CHF 210

Bio Skin Energising
Diese Behandlung besteht aus einem 10%igen Milchsäure-Peeling zur Glättung der Haut, gefolgt von einer dynamischen Muskeltoning-Behandlung zur Neudefinition der Gesichtsform und sichtbaren Straffung der Haut. Feuchtigkeit belebt die Haut. Eine rückfettende Maske steigert die Hautelastizität und verbessert sichtbar die Festigkeit der Haut.

90 min/CHF 290

Chrono Repair Homme

Erforscht und entwickelt für die männliche Haut. Weil die Haut des Mannes anders ist. Eine umfassende Reinigung und Pflege-Kombination. Tiefenreinigung und Komplettpflege für individuelle Männerhaut.

Chrono Repair Men Care
Die Behandlung mit einem speziell auf Männerhaut zugeschnittenem Reinigungsgel beseitigt Giftstoffe und Unreinheiten, stimuliert das Lymphsystem und wirkt einem Lymphstau entgegen.

60 min/CHF 210

Chrono Repair Men Natural Lifting
Die Behandlung reduziert die sichtbaren Zeichen der Hautalterung und revitalisiert die Hautstruktur. Der Muskeltonus wird stimuliert, um für ein spürbares Lifting zu sorgen. Das Ergebnis ist ein strahlendes Aussehen und ein natürlicher Anti-Aging-Effekt.

90 min/CHF 290

Schönheitspflege, Nail Lounge & Coiffeur

Schönheitspflege

Tages Make-Up

ca. 40 min/CHF 65

Abend Make-up

ca. 50 min/CHF 85

Wimpern färben

ca. 20 min/CHF 30

Augenbrauen färben

ca. 10 min/CHF 25

Wimpern und Augenbrauen färben

ca. 35 min/CHF 50

Augenbrauen zupfen

ca. 20 min/ab CHF 25

Haarentfernung für Sie und Ihn

Gerne beraten wir Sie individuell hinsichtlich unseres Angebots zur Haarentfernung.

---

ab CHF 25

---

nooii Nail Lounge

nooii steht für hochwertige, in der Schweiz gefertigte Produkte, die gut für den Körper sind und die Umwelt nicht belasten. Die fünf Buchstaben im Firmennamen stehen für - natural or organic ingredients inside.

Aroma Maniküre

Spezielle Maniküre mit einem Salz- oder Ölbad für die Nägel, dass die Nagelhaut mit Feuchtigkeit versorgt und repariert. Gefolgt von einem sanften Peeling und einer wohltuenden Packung für die Hände.

60 min (ohne Nagellack)/CHF 120
75 min (mit Nagellack)/CHF 140
90 min (Gel Color Londontown)/CHF 175

Aroma Pediküre

Pediküre mit ätherischen Ölen, Salzen und Kräutern, um müde Füsse zu entgiften und zu heilen. Besondere Mischung aus natürlichen Inhaltsstoffen die die Füsse mit Peeling, Packung und Feuchtigkeitspflege verwöhnt.

60 min (ohne Nagellack)/CHF 120
75 min (mit Nagellack)/CHF 140
90 min (Gel Color Londontown)/CHF 175

Medizinische Pediküre

Klassische medizinische Fusspflege zur Linderung oder Beseitigung von Fussbeschwerden und Erkrankungen, wie Hühneraugen und Nagelbettentzündungen.

80 min (ohne Nagellack)/CHF 150
95 min (mit Nagellack)/CHF 170
110 min (Gel Color Londontown)/CHF 205

Klassische Maniküre/Pediküre

45 min (ohne Nagellack)/CHF 100
60 min (mit Nagellack)/CHF 120
75 min (Gel Color Londontown)/CHF 155

Entfernen von Gel-Lack

20 min/CHF 40

Coiffeur Damen

Waschen, Föhnen

ab CHF 65

Waschen, Legen

ab CHF 75

Waschen, Haarschnitt, Föhnen/Legen

ab CHF 125

Hochsteckfrisur/Abendfrisur

ab CHF 85

Frisieren

ab CHF 40

Färben (Damen & Herren)

Färben

ab CHF 85

Mèches

ab CHF 105

Tönen

ab CHF 65

Coiffeur Herren

Waschen, Föhnen

ab CHF 60

Waschen, Haarschnitt, Föhnen

ab CHF 85

Fassonieren

ab CHF 35

Holistische Massagen & Therapien

Moving Mountains Massage

Ankommen im Hier und Jetzt

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

60 min plus 15 min Einführung/CHF 240

Aromaölmassage

Zeit, um den Kopf abzuschalten

Ganzheitliche Massage mit den besten ätherischen Ölen aus der Schweiz - belebend, entspannend oder entgiftend.

50 min plus 10 min Einführung/CHF 190

Klangschalenmassage

Im Einklang mit Körper, Raum und Zeit

Bringen Sie Körper, Geist und Seele mit einer ganzheitlichen Klangschalenmassage ins Gleichgewicht. Der Klang und die Schwingungen der Klangschalen bewirken eine tiefe Entspannung in allen Bereichen Ihres Körpers.

50 min plus 10 min Einführung/CHF 190

Schweizer Arvenmassage

Herz und Kreislauf vitalisieren

Arvenöl und Massagestäbe aus Arvenholz unterstützen die Entspannung und lösen Blockaden, damit Sie sich wieder mit dem eigenen Selbst verbinden können.

50 min plus 10 min Einführung/CHF 210

Schweizer Bergkräuter-Stempelmassage

Innere Balance finden

Mit feinsten Schweizer Bergkräutern die Sinne verwöhnen. Erwärmte Kräuterstempel versorgen die Haut während sanft, kreisender Massage-Bewegungen mit Nährstoffen.

60 min plus 15 min Einführung/CHF 240

Belebende & aktivierende Massagen

Fully Individual Massage

Loslassen und abgeben

Eine auf die individuellen Bedürfnisse zugeschnittene Massage mit der perfekten Mischung aus ätherischen Ölen.

50 min plus 10 min Einführung/CHF 190

Kopf- & Nackenmassage

Klare Gedanken

Beruhigende Atemübungen entspannen den Geist. Die Kopf-, Nacken- und Gesichtsmassage zielt auf Akupressurpunkte ab, damit die Lymphflüssigkeit im Gesicht abfliesst.

25 min plus 10 min Einführung/CHF 110
50 min plus 10 min Einführung/CHF 190

Fussreflexzonenmassage

Aktivierung der Selbstheilungskräfte

Anregung des Stoffwechsels durch die Stimulierung der Reflexzonen- und Marmapunkte an den Füssen sowie der Energielinien, die durch den Körper fliessen. Positive Auswirkung auf alle Lebensfunktionen.

25 min plus 10 min Einführung/CHF 110
50 min plus 10 min Einführung/CHF 190

Sport Massage

Lockerung beanspruchter Muskeln

Lösen von Muskelverspannungen durch sanften Druck auf die Muskelschichten, um Entzündungen zu verringern, die Durchblutung zu fördern und die Beweglichkeit zu fördern.

50 min plus 10 min Einführung/CHF 190

Physiotherapie

Den Körper tiefwirkend optimieren

Unsere hochprofessionellen Physiotherapeuten bieten eine individuell abgestimmte Therapie.

50 min plus 10 min Anamnese/CHF 240

Detox-Körperbehandlungen

Hydrotherapie-Bäder

Zur körperlichen Entlastung sowie zur Prävention: Die Hydrobäder mit Produkten der Marke Methode Physiodermie verhelfen dem Körper bei Ermüdung und Trägheit durch stimulierende Düfte wieder zu mehr Vitalität und Beweglichkeit.

Belebendes Hydrobad
Gegen Ermüdung & Muskelkater
Entspannende und beruhigende Düfte gegen Muskelermüdung und zum Abbau von stressbedingten Ermüdungserscheinungen.

Straffendes Hydrobad
Reduzierung von Cellulite
Tonifizierende und stark stimulierende Düfte, die die Epidermis weich und geschmeidig machen.

Tipp: Kombinieren Sie das Bad mit einem Körperpeeling und einer Lymphdrainage.

Revitalisierendes Hydrobad
Hilft, das Gefühl von Müdigkeit und Schwere in den Beinen zu lindern.

Tipp: Trinken Sie viel Wasser, um den Kreislauf zu unterstützen und bewegen Sie Ihre Zehen, um den Blutfluss anzuregen.

Ausgleichendes Hydrobad
Entfernt Unreinheiten für ein gesünderes Aussehen, hinterlässt ein frisches und reines Körpergefühl, unterstützt das Gewichtsmanagement.

jeweils 20 min plus 10 min Einführung/CHF 75

Schweizer Salz-Körperpeeling

Reinigung der Poren

Tief reinigendes Peeling mit natürlichem Schweizer Salz, das abgestorbene Hautzellen entfernt und ein hydratisiertes, samtweiches Hautgefühl hinterlässt.

Tipp: Kombinieren Sie das Körperpeeling mit einer vorherigen Kräuterstempelmassage oder einer Aromaölmassage für ein samtweiches Hautgefühl.

30 min/CHF 90

Lymphdrainage

Aktivierung des Lymphsystems

Belebende, manuelle Therapie, die beruhigende und rhythmische Massagetechniken kombiniert, um das Lymphsystem zu stimulieren und Hautspannungen zu reduzieren. Special Touch: Am Ende der Behandlung wird ein entgiftender Kräutertee serviert.

50 min plus 10 min Einführung/CHF 190

Physioslim Detox-Behandlung

Aktivierung des Stoffwechsels

Eine an Ihre Morphologie angepasste Schlankheits- und Anti-Cellulite-Behandlung, um die Figur neu zu definieren - inkl. Derma-Scan, manueller Bauchbehandlung und Bodystyling mit dem Body Ballancer®.

60 min/CHF 210

Full Body Renew Ballancer®

Entgiftung des Körpers und Aktivierung der Energie

Das Programm Full Body Renew Ballancer® beginnt mit einem Derma-Scan zur Analyse Ihrer morphologischen Veranlagung, gefolgt von einer manuellen Bauchbehandlung. Wir beleben die Energiepunkte des Körpers, um das Verdauungssystem zu stimulieren und den Körper bei der Ausscheidung von Giftstoffen zu unterstützen. Eine anschliessende Body Ballancer® Lymphmassage mit innovativer und patentierter Kompressionstechnologie beschleunigt den Abtransport von überschüssiger Flüssigkeit über das Lymphsystem.

Der Body Ballancer® reduziert das Volumen in Bereichen, die von übermässigen Wassereinlagerungen betroffen sind.

Tipp: Das Programm Full Body Renew Ballancer® bietet sich aufgrund seiner entgiftenden Wirkung optimal für nach dem Saunagang an.

120 min/CHF 320

Ganzheitliches Wohlbefinden

Atmen Sie tief durch

Atmen ist das Erste, was wir tun, wenn wir das Licht der Welt erblicken

Es gibt nichts Belebenderes und Entspannenderes als die frische Bergluft – also entspannen Sie sich und atmen Sie durch. Bewusstes Atmen hilft, Stress abzubauen und inneren Frieden zu finden. Konzentrieren Sie sich auf den natürlichen Rhythmus Ihres Körpers, während Sie Ihre Lunge öffnen.

25 min/CHF 50

Achtsame Meditation

Offen für alle – keine Erfahrung erforderlich!

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.

50 min/CHF 80

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.

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 Nindra, 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.

50 min/ab CHF 80

Moving Mountains In-Room-Yoga

Eine Auswahl an individuell abgestimmtem Yoga-Unterricht ist in der Privatsphäre Ihres Zimmers möglich. Fragen Sie nach unserem In-Room-Yoga-Kit und nutzen Sie die Schritt-für-Schritt-Anleitung Ihres TV-Systems zu jeder Tages- und Nachtzeit.

In-Room-Yoga Tasche steht für Sie auf Nachfrage bereit.

Privates Fitnesstraining
Buchen Sie Ihren persönlichen Fitnesskurs mit einem unserer engagierten Personal Trainer. Der in London ansässige Fitnessexperte Matt Gleed hat bereits mehrere Olympioniken, Fussballvereine der ersten Liga und Tennisprofis trainiert. Zusammen mit unseren Inhouse-Trainern hat er nun ein massgeschneidertes funktionelles Fitnessprogramm entwickelt, das auf Ihr jeweiliges Niveau zugeschnitten ist und für Gesundheit und ein langes Leben sorgt.

50 min/ab CHF 80

Privates Outdoor-Training
Tanken Sie neue Energie in der unberührten Natur rund um unser Hotel. Erkunden Sie die Umgebung und entdecken Sie die zahlreichen Möglichkeiten, die Umwelt in Ihr Fitnessprogramm einzubeziehen.

50 min/ab CHF 80

Exklusive Spa Suiten

Private Spa Suite

Zeit für Einander.

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

Suite Muscida (50m²) - 3 Stunden/CHF 380
Suite Polaris (60m²) - 3 Stunden/CHF 490
Inkl. Alpenkräutertee, Erfrischungen und kulinarischen Köstlichkeiten für Zwei.

Spa Suiten Arrangements

Für spezielle Momente.

Einen Spa Bereich ganz für sich geniessen Sie in der Private Spa Suite. Entspannen Sie in Ihrem eigenen Bereich mit Whirlwanne, Dampfbad & Sauna.

Suite Polaris - 4 Stunden/CHF 720 inkl. Fully Individual Massage, Alpenkräutertee, Erfrischungen und kulinarischen Köstlichkeiten für Zwei.

Spa Arrangements

Day Spa

CHF 250/Spa-Eintritt inkl. einer Fully Individual Massage. Mit Voranmeldung und nach Verfügbarkeit.

Eintritt nach Behandlung

CHF 80/gültig für 4 Stunden, nach einer Behandlung mit einem Mindestwert von CHF 110. Mit Voranmeldung und nach Verfügbarkeit.

Summer Wellness

CHF 85/gültig für 4 Stunden, nur in der Sommersaison buchbar. Mit Voranmeldung und nach Verfügbarkeit.

Folgende Leistungen sind in den Spa Arrangements inklusive:

Freie Nutzung des gesamten Tschuggen Bergoase Spa mit Fitnesscenter, Sauna- und Dampfbadbereich, den Ruheräumen sowie der Wasserwelt. Inklusive Bademantel, Handtücher, Slipper, Erfrischungen und Früchten.

Memberships

Sommer & Winter-Membership

CHF 2200

Winter-Membership

CHF 1800

Sommer-Membership

CHF 1000

Folgende Leistungen sind in den Memberships inklusive:

Unbegrenzter Eintritt in unser Fitness und unsere Wasserwelt inklusive Saunen & Dampfbäder.

Teilnahme am wöchentlichen Fitnessprogramm.

Die Tschuggen Bergoase Memberkarte ist persönlich und nicht übertragbar. Die Mitgliederzahl ist limitiert. Änderungen der Preise und Öffnungszeiten vorbehalten.

Spa Etiquette

Damit Sie Ihren Aufenthalt in vollen Zügen geniessen können, vorab ein paar nützliche Informationen:

— Wir freuen uns, Sie 10 Minuten vor Ihrem Termin im Spa begrüssen zu dürfen. Bitte nutzen Sie diese Zeit, um uns über eventuelle gesundheitliche Probleme zu informieren, die Sie haben könnten.

— Wir stellen Ihnen Einwegunterwäsche zur Verfügung, die Sie während der Behandlungen tragen können.

— Sollte die von Ihnen gewünschte Behandlung nicht in unserem Spa-Menü aufgeführt sein, arrangieren wir gerne eine individuelle Behandlung Ihrer Wahl.

— Externe Gäste sind nach Verfügbarkeit herzlichst willkommen.

— Bitte beachten Sie, dass der gesamte Spa-Bereich eine rauchfreie Zone ist. Wir bitten Sie auch, Ihre Mobiltelefone nicht zu benutzen.

— Altersbeschränkungen: Kinderbadezeiten sind zwischen 07:00 Uhr und 18:00 Uhr und ausschliesslich in Begleitung von Erwachsenen. Ab 18:00 Uhr ist der Zutritt zur Tschuggen Bergoase Gästen ab 16 Jahren vorbehalten. Der Sauna Bereich ist grundsätzlich für Gäste ab 16 Jahren reserviert.

— Wir empfehlen Wertgegenstände im Zimmersafe zu deponieren. Haftung ausgeschlossen.

Allgemeine Informationen

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.

Personen, die an Herz- und/oder Kreislaufbeschwerden leiden, sowie Schwangere, sollten vor Benutzung des Spa Bereichs einen Arzt konsultieren. Wegen möglicher Komplikationen erhalten schwangere Frauen keine Massagen.

Alle Preise verstehen sich in Schweizer Franken inklusive gesetzlicher Mehrwertsteuer.

Gutscheine

Gerne stellen wir Ihnen einen Geschenkgutschein Ihrer Wahl aus. Auch als Print@Home.

TSCHUGGEN GRAND HOTEL

AROSA

Tschuggentorweg 1 – 7050 Arosa – Switzerland – Tel. +41 81 378 99 99 – www.tschuggen.ch

A Tschuggen Collection Hotel