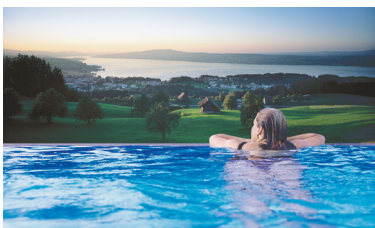


ERHOLSSAMES ZEITMANAGEMENT

Day Spas boomen. Keine Wunder, das Angebot, für einige Stunden in eine Wellnesswelt einzutauchen, um den Alltag auszuklinken und sich verwöhnen zu lassen ist eine feine Sache.

Zeit fällt heute unter Mangelware. Das überfällige Gespräch mit der pubertierenden Tochter findet nie statt, der letzte Klatschabend mit der Freundin liegt weit zurück und die Erinnerung an ein romantisches Tête-à-Tête mit dem Partner ist am Verblissen. Day Spa-Angebote von Wellnesshotels bieten ein ideales Umfeld, um derartig Versäumtes nachzuholen.

Die Laune der 17-jährigen Tochter liegt bei unter Null. Die Aussicht, auf Spa-Stunden mit Mama nervt. Doch der Kulissenwechsel wirkt Wunder. Nach dem Eintreten in den Spa-Bereich vom Panorama Resort & Spa, Feusisberg verschwindet der daheim trotzig montierte ipot in der Tasche des Bademantels. Den Weitblick auf den Zürichsee vom hochgelegenen Hotel aus beschreibt sie mit mega-cool. Die gestylten Saunen und Dampfbäder mit „wau“. Da lässt sich „chillen“, um beim Wortschatz der Jungen zu bleiben. Wir chillen in der Sole-Inhalations-Grotte, eine von sieben verschiedenen Möglichkeiten, um bei 50 und deutlich mehr Grad Celsius gesund zu schwitzen. Das in der Grotte angefangene Gespräch bricht weder beim Schwimmen im 30 Grad warmen Pool, noch im grosszügig angelegtem Whirlepool oder beim Ruheliegen ab. Wir bedienen uns am Snackbuffet und bescheiden der servierten Eiscreme die Auszeichnung Extraklasse. Nach der eineinhalbstündigen Gesichtsbehandlung loben wir unser Hautbild gegenseitig und geniessen zum Ausklang des Mutter-Tochter-Tages ein 3-Gang-Menu im Hotelrestaurant.



Panorama Resort & Spa, Feusisberg

Day Spa-Angebote mit unterschiedlichen Ausrichtungen. (Care, Deluxe, Beauty)
Uneingeschränkte Benützung des gesamten Spa-Bereichs von 10.00 bis 22.00 Uhr.

Verpflegung am Spa-Buffer, 3-Gang-Lunch oder 3-Gang-Diner
Mini-Pflegeset der hauseigenen Linie Akari Spa.
Preis: ab 220 Franken
www.panoramarestort.ch

Die Aussicht auf Entspannung in der Andeer Private Spa vom Grand Resort Bad Ragaz macht den Partner redseliger als sonst am Morgen. Beim Eintreten in den edel gestylten, 100 Quadratmeter grossen Raum verstummt er. Kein Wunder, hier staunt man zunächst einmal nur. Whirlpool, Erlebnisduschen, Sauna, Dampfbad, Liegen, Kuschelsessel, Gartenplatz und das alles steht uns für die kommenden Stunden zur privaten Nutzung zur Verfügung. Nach der wohltuenden Willkommens-Fussmassage geht es ans Ausprobieren. Das Dampfbad mit dem farbwechselnden Lichthermometer und den intensiven Dampfschüben auf Knopfdruck hin erlaubt ein angenehmes Schwitzen. Die Massagedüsen im auf 30 Grad aufgeheizten Whirlpool verwöhnen vom Nacken bis zu den Füssen. Beim Ruhen zaubert die innovative, in die Decke eingelassene Solariumanlage einen Hauch Farbe auf die Haut. Die gigantische Homecinema-Anlage ignorieren wir hingegen bewusst - keine Zeit zum Zappen. Nach der hervorragenden hawaiianischen Lomi Lomi-Massage sind wir uns darüber einig, dass in Bad Ragaz der Spa-Luxus für Zweisamkeit neu definiert worden ist.



Grand Resort Bad Ragaz

Andeer Private Spa mit umfassendem, internationalem Angebot an Anwendungen und neuesten Treatments. Hauseigene Kosmetiklinie to B. Cosmetics. Uneingeschränkte Benützung des gesamten 12.800 Quadratmeter grossen Spa-Bereichs.

Verpflegung: à la carte
Preis: Andeer Privat Spa ab 500 Franken für zwei Stunden
www.resortragaz.ch

Themen wie Job, Kinder und Männer sind bei der Ankunft im hoch über St. Gallen gelegenen Hotel Heiden nicht mehr der Rede wert. Nach dem vitaminreichen Begrüssungsdrink schlägt die Freundin vor, einige Runden im angenehm aufgeheizten Indoor-Pool mit fantastischer Weitsicht über die Appenzeller Landschaft und auf den Bodensee zu schwimmen. Ein optisch grandioses Fitnessprogramm, das gut auf die bevorstehenden Anwendungen einstimmt. Zum Träumen lockt danach ein Abstecher in das Sternenbad. Beim Blick ins Lichtermeer reduzieren sich die Alltagsorgen. Im puristisch gestalteten Spa-Bereich dieses Hauses fühlen wir uns schnell wohl, es herrscht eine stille, angenehme Atmosphäre. Fürs Ausspannen hat die Freundin die Hot-Stone-Behandlung gebucht und schwärmt danach in höchsten Tönen vom absoluten Relaxen dank dieser Methode. Aber auch die innovative Ceremony of Gold, eine luxuriöse Ganzkörper-Massage mit einer Öl- und Puderkombination auf Goldbasis lässt neben dem guten Körpergefühl eine sensationell zarte Haut zurück. Beim Austausch über unsere Erfahrungen wird schnell klar, Wiederholung muss sein

Text: Karin Arzethauser



Hotel Heiden, Heiden

Diverse Day-Spa-Packages, individuell ausbaubar. (Ayurveda, Relax, Beauty)
Benützung von Panoramahallenbad, Dampfbad und Sauna inklusive. Möglichkeit ein Wohlfühl-Zimmer zum Spezial-Tagespreis zu mieten.

Verpflegung: à la carte
Preis: ab 187 Franken
www.hotelheiden.ch

CRANS MONTANA LECRANS

HOTEL & SPA *****

Gestaltet wie ein alpines herrschaftliches Anwesen ähnelt das LeCrans Hotel & SPA mit den Walliser Steingiebeln, den mit Naturstein gedeckten Dächern und den imposanten Lärchenholzbalkons einem kleinen Bergweiler. Mit ihrem einmaligen Blick auf das Rhôneetal und die höchsten Gipfel Europas bietet die Chalet-Anlage - 7'000 m² auf vier Etagen – 13 Zimmer und Suites sowie eine Vielfalt von Luxus-Dienstleistungen für anspruchsvolle Gäste. Die «Brasserie chic et sportive» LeMontBlanc, die Vinothek mit ihrer Auswahl an 30 im Glas servierten Weinen, LeCigareLounge und der erste Spa Cinq Mondes® Soins du Spa im Wallis erwarten lokale Kundschaft und Touristen in einer raffinierten, entspannten und herzlichen Atmosphäre.



Die 350 m² grosse Wellnessoase mit ihrem lässig-eleganten, entspannten Bergambiente beinhaltet: 4 Pflegekabinen, Sauna Hammam, Jacuzzi mit Blick auf die Berge, Innenpool und ein geheizter Aussenüberlaufpool in Südlage mit Panoramablick auf die Alpen.



www.lecrans.com

traumart® – Raum zum Verweilen

Schon der Philosoph Arthur Schopenhauer wusste: «Der Schlaf ist für den ganzen Menschen, was das Aufziehen für die Uhr».

Traumart zeichnet sich durch zeitlose Ästhetik, moderne Funktionalität und einem flexiblen Planungssystem aus.

Verschiedene Bettvarianten mit passenden Nachttischen, Kommoden und ein variables Schranksystem bieten eine grosse Planungsvielfalt.

Spannende Farb- und Materialkombinationen beleben zusätzlich den Raum.

fraubrunnen®
swiss made