

Fernost trifft auf West im Six Senses Spa des Luxushotels The Alpina Gstaad

Das Beste aus beiden Lehren in einem Angebot vereint.

Gstaad, im Dezember 2018. **Im Westen rücken die körperlichen Aspekte einer Wellnessbehandlung in den Vordergrund. Die Grundlagen der Lehren aus Fernost sind ganzheitlich aufgebaut. Das Team rund um Head Therapist Antonis Sarris hat nun ein Angebot mit dem Besten aus beiden Lehren zusammengestellt.**



Fernost im Westen

«Im Westen dominieren die körperlichen Aspekte vor den seelisch-geistigen Komponenten einer Wellnessbehandlung. In diesem Programm, welches sowohl körperliches Wohlbefinden wie auch seelisches Gleichgewicht verbindet, haben unsere Spa-Experten ein ganzheitliches Programm für drei Tage aufgebaut», erläutert Tim Weiland, General Manager des Fünfsternehotels oberhalb von Gstaad. Das Programm beinhaltet sowohl Bewegungs- wie auch Entspannungsprogramme, welche die Ganzheitlichkeit betonen, so Tim Weiland weiter.



Antonis Sarris, langjähriger Head Therapist im Six Senses Spa des Hotels, ergänzt, dass eine starke Rumpfmuskulatur unterstützend wirke, um Stabilität und das Gleichgewicht zu stärken. Ebenso eingebunden seien Programmpunkte zur Förderung einer bewussten Atmung und entgiftende Therapien. Antonis Sarris: «All diese unterstützenden Anwendungen sollen helfen, Verspannungen zu lösen und das Körperbewusstsein zu verbessern.»

Das 3-Tage-Programm (4 Nächte) beinhaltet: tägliche Pilates- oder Yogaübungen, Manipura-Körperbehandlung, Entgiftungsmassage für den Bauch, Shiatsu sowie das ausgewogene Frühstück vom Buffet, die freie Benutzung des Six Senses Spa mit Aussen- und Innenpool, Hammam, Salzgrotte und diversen Saunen.

Ab CHF 4710.– pro Person im Deluxe-Doppelzimmer zur Alleinbenutzung oder ab CHF 6715.– für 2 Personen in einem Deluxe-Doppelzimmer.

Mehr dazu unter <https://www.thealpinagstaad.ch/de-2-six-senses-spa.html>

((Vorschau März 2019))

Mit einem Gelehrten Yoga und Meditation üben

Das Boutiquehotel The Alpina Gstaad holt sich mit Lama Tenzin Kalden einen Gastexperten in Sachen buddhistische Philosophie, Heilung und Meditation ins Haus. **Mit dem Gastbesuch des tibetischen Mönchs Lama Tenzin Kalden vom 11. bis 13. März 2019 wird der Bogen zu mehr Selbsterfahrung und Entspannung mit der tibetischen Woche bis zum 17. März 2019 weitergespannt.**



((Antonis Sarris))

Der gebürtige Athener arbeitet seit Mitte der 1990er-Jahre als ganzheitlicher Therapeut. Vor über 20 Jahren begann er, sich intensiv mit Tai-Chi, traditioneller chinesischer Medizin und Energieheilung zu beschäftigen. Im Jahre 2008 verlieh ihm SpaFinder den Titel «Best Masseur in the World», u.a. für seine Behandlungen in den Bereichen Thai-Massage, Shiatsu, Ayurveda-Aromatherapie, Hot Stone und Chakrenausgleich.



((Das Hotel The Alpina Gstaad))

Das Hotel mit 56 Zimmern und Suiten befindet sich etwas oberhalb des charmanten Dorfzentrums von Gstaad auf einem 20 000 m² grossen Parkgrundstück. Es wurde im Dezember 2012 eröffnet und bereits mehrfach mit zahlreichen Preisen ausgezeichnet. Unter anderem mit dem «TripAdvisor Travellers' Choice Award 2017 und 2018», mit welchem es im 2017 Platz 1 in der Kategorie Luxus- und Top-Hotels in der Schweiz erreichte, und mit dem «Prix Bienvenu». Von GaultMillau wurde es zum «Hotel des Jahres 2013» gekürt und vom Wirtschaftsmagazin «BILANZ» zum «besten Ferienhotel 2017». Im Hotelrating der angesehenen Zeitung «NZZ am Sonntag» erreichte es zwei Jahre in Folge Rang 1 (2017 und 2018). Das Haus wird zudem in den Bestenlisten von renommierten Magazinen aufgeführt, wie im Hotelrating der «SonntagsZeitung», unter den 100 besten Hotels weltweit von «Travel + Leisure» und in der «Condé Nast Gold List».

Zum Anwesen gehören ein Six Senses Spa, eine Himalaja-Salzgrotte, ein Hammam, ein Innen- und ein Aussenpool, die Restaurants Sommet (18 Punkte GaultMillau, 1 Stern Michelin) und «Swiss Stübli» sowie das japanische Gourmetrestaurant MEGU (16 Punkte GaultMillau, 1 Stern Michelin), dessen erste westeuropäische Dependence sich im «The Alpina Gstaad» befindet. «The Alpina Gstaad» ist Mitglied der «Preferred Hotels & Resorts»-Kollektion **Legend**, des exklusiven Reizenetzwerks Virtuoso und der Vereinigung der Swiss Deluxe Hotels. Von EarthCheck wurde das «The Alpina Gstaad» soeben wieder für zwei weitere Jahre für sein nachhaltiges Engagement zertifiziert.

Die Wintersaison dauert vom 7. Dezember 2018 bis 17. März 2019.

Hinweis an die Redaktionen: 1805 Zeichen inkl. Leerzeichen, ohne Boiler-Plate.

Porträtbilder Antonis Sarris sowie druckbares Bildmaterial zu den Angeboten:

https://www.dropbox.com/sh/3aevkou06cf12ab/AAD8pF5RUhX_uUARlfbnefCaa?dl=0

Druckbare Bilder vom «The Alpina Gstaad»:

<https://goo.gl/photos/VcjZHX9zRsLhuhRS9>



[Facebook](#)
[Instagram](#)
[Twitter](#)

Für Anfragen und Reservationen

The Alpina Gstaad
Alpinastrasse 23 · CH-3780 Gstaad
Telefon +41 33 888 98 88

reservations@thealpinagstaad.ch
www.thealpinagstaad.ch

Medienkontakt Schweiz, Deutschland und Österreich

ESTHER BECK Public Relations
Esther Beck
Bellevuestrasse 57 · CH-3095 Spiegel b. Bern
Telefon +41 31 961 50 14 · Mobile +41 79 348 17 02

contact@estherbeck.ch
www.estherbeck.ch