



Sound Healing im Le Grand Bellevue Gstaad

## Asiatische Klangtherapie als neues Angebot des Le Grand Spa

**Gstaad, 29. Mai 2024 – Mit Beginn der Sommersaison 2024 bietet das Gstaader Fünf-Sterne-Superior-Hotel Le Grand Bellevue seinen Gästen eine neue Wellness-Erfahrung an. Sound Healing, oder auch Heilung durch Klang, nennt sich die Therapieform, bei der Klänge und Schwingungen genutzt werden, um körperliches und emotionales Wohlbefinden sowie ein harmonisches, inneres Gleichgewicht zu fördern. Die einzeln buchbaren Therapiestunden werden von der erfahrenen Klangtherapeutin Kasia angeleitet. Sie vermittelt die traditionellen asiatischen Praktiken im Le Grand Spa.**

„Du bist der Klang“, sagt Katarzyna Pajak, kurz Kasia. Die Bodytherapeutin hat sich auf eine ganz besondere Therapiemethode spezialisiert – das Sound Healing. Während sie verschiedene Klangschalen mit einem Holzklöppel anschlägt, verbreiten sich die kraftvollen Schwingungen im Yoga-Raum des Le Grand Spa. Sie lösen Alpha- und Theta-Wellen im Gehirn aus, die das Nervensystem beruhigen und regulieren sollen. Im tiefen Entspannungszustand kann sich der Körper erholen und auf zellulärer Ebene regenerieren.

### Von der Quantenphysik zur heilenden Wirkung

Die Quantenphysik lehrt uns, dass alles aus Schwingungen und Frequenzen besteht, also aus Klang. Klang ist ein grundlegender Teil unseres Seins und auch eine der ältesten Heilmethoden. Jedes Organ, jeder Knochen und jede Zelle hat eine eigene sogenannte Resonanzfrequenz, hier setzt das Sound Healing an und nutzt diese Frequenzen zur Heilung. Mit Erkrankungen signalisiert uns der Körper, dass er – im wahrsten Sinne des Wortes - aus dem Gleichklang geraten ist, da sich die Resonanzfrequenz verändert hat. Klang hilft, die natürliche Harmonie wiederherzustellen, das Nervensystem zu beruhigen und die Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Durch ihre Klangersitzungen im Le Grand Bellevue können Menschen ihre Emotionen, ihren Geist und ihre Körpersysteme harmonisieren. Sie müssen sich nur fallen lassen und Kasias Klängen hingeben. Die ausgebildete Physio- und Massagetherapeutin vergleicht es mit dem Stimmen eines musikalischen Instruments.

### Überlieferte Weisheit und wirkungsvolle Mantras

Kasia kam 2019 aus Warschau in die Schweiz. Sie sammelte Erfahrungen im The Alpina Gstaad, im The Chedi Andermatt und im Chenot Palace Weggis. Die moderne Anwendung alter Klangheilungspraktiken brachte sie vom Six Senses Uluwatu/Indonesien mit. „Wir alle wissen, wie Musik ohne unser Zutun unsere Stimmung positiv verändern kann“, erklärt Kasia. „Schon Urvölker setzten intuitiv Gesang und einfache Klangkörper ein. Speziell aus Asien sind uns traditionelle Instrumente und wirkungsvolle Mantras überliefert.“

Le Grand Bellevue Gstaad nimmt das Sound Healing als festen Bestandteil ab Juli in sein Sommerprogramm auf. Im Gruppenkurs mit bis zu sechs Teilnehmenden kostet die Therapiestunde CHF 40, als individuell gestaltete Privatstunde CHF 160. Den Gästen steht mit dem Le Grand Spa eine 3000 Quadratmeter grosse luxuriöse Thermal-Oase zur Verfügung. Das Angebot richtet sich an Hotelgäste, Day-Spa-Besucherinnen und (Fitness-)Club-Mitglieder.



LE GRAND BELLEVUE

GSTAAD



## Über das Le Grand Bellevue

Das Le Grand Bellevue gilt als eines der traditionsreichsten und ältesten Luxushotels in Gstaad. Es vereint den Luxus und die Raffinesse eines Grand Hotels mit der charmanten Atmosphäre eines gemütlichen Landhauses. Warme Farben, verspielte House of Hackney-Tapeten, detailverliebte Neisha Crosland-Stoffe und ein 17 Meter langes Chesterfield-Sofa von George Smith heissen Sie bei Ihrer Ankunft willkommen. Umgeben von einer privaten Parkanlage liegt das Le Grand Bellevue unmittelbar an der Promenade Gstaads und geniesst dadurch sowohl die Vorzüge eines zentralen Standorts als auch den Luxus von Ruhe und Geborgenheit.

Das Fünf-Sterne-Superior-Hotel verfügt über 48 Zimmer und 9 Suiten, es ist bekannt für höchste Ansprüche an Qualität, die persönliche Atmosphäre und die herausragende Küche im LEONARD's. Für Schweizer Flair sorgt das charmante Fondue-Stübchen Le Petit Chalet im Hotelgarten. Der exklusive Weinkeller, die Sushi-Bar mit Take-Away-Service und die Möglichkeit eines Private Dining-Erlebnisses im LEONARD's Cellar zählen ausserdem zu den kulinarischen Besonderheiten des Hauses. Le Grand Bellevue bietet seinen Gästen weiterhin ein hauseigenes Kino, die *bouquet* Cocktail-Lounge und den über 3.000 Quadratmeter grossen Spa-Bereich Le Grand Spa. Das Le Grand Bellevue wurde auf die Wintersaison 2017/2018 in die Condé Nast Traveller Gold List aufgenommen.

### Le Grand Bellevue

Isea Benarbi  
Untergstaadstrasse 17  
3780 Gstaad

Telefon: 0041 33 748 00 00

Email: [isea.benarbi@bellevue-gstaad.ch](mailto:isea.benarbi@bellevue-gstaad.ch)

### Für Presseinformationen und Bildmaterial:

faulhaber Marketing GmbH  
Alissa Knopp  
Landstrasse 43a  
8450 Andelfingen

Telefon: 0041 44 500 21 98

Email: [ak@faulhaber-marketing.ch](mailto:ak@faulhaber-marketing.ch)