

LE GRAND SPA

GSTAAD





## WELLNESS INMITTEN DER ALPEN

*Le Grand Spa ist ein Rückzugsort im Herzen der Schweizer Alpen.*

*Wir bieten eine umfassende Auswahl an verjüngenden Thermal-  
erlebnissen, erholsamen Spa-Behandlungen und belebenden  
Fitnessangeboten vor einer malerischen Alpenkulisse.*

### WILLKOMMEN IM LE GRAND SPA

Die Wellnesseinrichtungen des Le Grand Spa erstrecken sich über 3'000 Quadratmeter und sind von der frischen Luft, den Heilpflanzen und den schneebedeckten Gipfeln der Schweizer Alpen inspiriert.

Ihr Spa-Erlebnis beginnt in der grosszügigen Thermal-Oase. Mit ihren verschiedenen Wellness- und Erlebniszonen ist sie der perfekte Ort, um schmerzenden Muskeln nach einem anstrengenden Tag auf der Piste oder nach einer Wanderung Linderung zu verschaffen. Vom belebenden Eisbrunnen bis hin zur beruhigenden Kräutersauna bietet die Thermal-Oase eine Fülle von entspannenden und erquickenden Erlebnissen.

Mit unserem Angebot an modernsten Hautpflegetechnologien können Sie die Zeit zurückdrehen. Der Le Grand Spa bietet eine Auswahl an wirksamen, nicht invasiven Behandlungen in einer entspannten Atmosphäre für eine samtweiche und sichtbar jüngere Haut.



Die erfahrenen Therapeutinnen und Therapeuten des Le Grand Spa stehen Ihnen für eine Vielfalt an wohltuenden Behandlungen in einem der zehn komfortablen Behandlungsräumen zur Verfügung. Gönnen Sie sich eine entspannende Kräuteraromatherapie-Massage oder eine verjüngende Gesichtsbehandlung. Die Entscheidung fällt Ihnen schwer? Mit einer speziell auf Sie zugeschnittenen Massage kneten unsere Therapeutinnen und Therapeuten jeden einzelnen Knoten weg. Falls Sie auf der Suche nach einer intensiveren Behandlung sind, bieten Ihnen unsere Spa-Rituale, eine Kombination einiger unserer beliebtesten Therapien, ein Wellnesserlebnis mit Tiefenwirkung.

Paare können sich in unsere Alpine-Spa-Suite zurückziehen, der perfekte Ort für ein belebendes Verwöhnerlebnis zu zweit. Der private Rückzugsort für zwei Personen bietet eine Hydromassagewanne, ein Rasul-Dampfbad, einen Peeling-Tisch, einen Entspannungsbereich und nebeneinander stehende Massageliegen für eine wohltuende Behandlung à deux.

Fitnessbegeisterte finden in unseren weitläufigen Fitnessseinrichtungen alles, was das Herz begehrt. Erfahrene Personal Trainer stehen für private Trainingseinheiten zur Verfügung. In unserem ruhigen Studio mit Yoga-Aussenbereich im wunderschönen Spa-Garten bieten wir regelmässig Yoga- und Pilates-Lektionen an. Es zieht Sie nach draussen in die Natur? Wir arrangieren für Sie gerne geführte Wanderungen und Fahrradtouren durch die grünen, hügeligen Weiden des Saanenlands.

Bereit für einen Hauch von Glamour? Unsere erfahrenen Beauty-Therapeutinnen verwöhnen Sie mit frisch lackierten Nägeln, strahlenden Make-ups und unser Hairstylist mit schwungvollen Blow-Drys.



## PARTNER

### CELLCOSMET

Cellcosmet ist eine der fortschrittlichsten und ergebnisorientiertesten Kosmetikserien der Schweiz. Die Hightech-Behandlungen von Cellcosmet verwenden wissenschaftlich erprobte Inhaltsstoffe, die die Zellerneuerung unterstützen und sichtbare Ergebnisse für eine glattere, weichere und jüngere Haut liefern.

### BAMFORD

Die britische Bio-Hautpflegemarke Bamford nutzt die feinsten, natürlichen Inhaltsstoffe und fortschrittliche Technologie für eine luxuriöse Hautpflege-Erfahrung, durch die Wissenschaft der Natur.

### MYBLEND

Eine hochwirksame Pflegelinie, die fortschrittliche Biotechnologie, personalisierte Formulierungen und innovative Beauty-Technologie vereint. Entwickelt, um im Einklang mit der Haut zu wirken, unterstützen myBlend Treatments die Regeneration, stärken die Hautbarriere und schenken ein strahlendes, jugendliches Hautbild.

### CAVIARLIERI

Schweizer Zelltherapie mit Kaviar-DNA-Extrakten und Meerespeptiden, die Körper und Haut auf zellulärer Ebene nähren.



## RED LIGHT THERAPY TREATMENT

### LUMINOUS LABS ROTES LICHT THERAPIE-PANEL

Durch die Nutzung der Kraft von rotem und infrarotem Licht überträgt dieses Lichtpanel Energie direkt an Ihre Zellen, stimuliert die mitochondriale Funktion und stärkt die gesamte Vitalität.

**Die Behandlung umfasst drei gezielte Programme:**

#### BRAIN BOOST

Fördert tiefe Entspannung, mentale Klarheit  
und gesteigerte Konzentration.

#### BLISSFUL BEAUTY

Revitalisiert die Haut für einen strahlenden und aufgepolsterten Teint.

#### LIVE FOREVER

Es lässt Sie tief erfrischt und revitalisiert zurück, mit  
dem Versprechen eines wirklich erholsamen Schlafs.

*Einzelsitzung / CHF 120*

*10er-Paket / CHF 960*

#### KINI

Kini ist ein lichtbasiertes Gerät, das am Handgelenk getragen wird und  
rotes Licht aussendet, um die Energieproduktion zu stimulieren.

Ideal für Fruchtbarkeit, während des Menstruationszyklus  
oder der Wechseljahre.

*1 Kini / CHF 180*



## THERMAL-OASE

### KRÄUTER-SAUNA

Die angenehme Temperatur von etwa 55 Grad und ein Aufguss aus lokalen Alpenkräutern schaffen ein behagliches und wohltuendes Ambiente. Atmen Sie tief durch und inhalieren Sie das Aroma von Bergweiden, um Körper und Seele wieder zu erden.

### FINNISCHE SAUNA

Entspannen Sie sich im rustikalen Ambiente unserer traditionellen finnischen Sauna aus duftendem lokalem Kiefernholz. Eine konstante Temperatur von 85 bis 100 Grad und eine Luftfeuchtigkeit von 10 bis 30 Prozent entspannen die Muskulatur, regen die Durchblutung an und verbessern die Hautelastizität.

### INFRAROT-SAUNA

Die Infrarotwärme steigert die Kerntemperatur des Körpers behutsam und begünstigt so Entgiftung und Entspannung. Die Hitzewellen mit einer Temperatur von etwa 45 Grad lindern Gelenkschmerzen, spenden Energie und hinterlassen eine weiche, strahlende Haut.

### HEU-SAUNA

Bei 55 bis 60 Grad verleihen getrocknete Alpengräser von einheimischen Weiden unserer Heusauna einen dezenten Duft bei wohltuender Wärme. Schliessen Sie die Augen, und lassen Sie sich in eine blühende Bergwiese versetzen.

## SOLEGROTTO

Bei einer angenehmen Temperatur von 45 Grad wird mit feinem Himalaya-Salz durchsetzt und mit ionisiertem Sauerstoff angereicherter Wasserdampf eingeblasen und sorgt für ein sanftes und beruhigendes Erlebnis.

## TÜRKISCHES BAD

Unser Türkisches Bad mit wohltuenden 45 Grad und 100 Prozent Luftfeuchtigkeit umhüllt Sie mit beruhigenden Dämpfen, welche die Durchblutung anregen und Körper und Geist entspannen.

## EISBRUNNEN

Beleben Sie Ihre Sinne und bringen Sie Ihren Kreislauf mit Eiskristallen in Gang. Unser erfrischender Eisbrunnen verbessert den Teint, stärkt das Immunsystem und weckt Sie umgehend auf. Der Eisbrunnen ist ideal zwischen einzelnen Wärmeerlebnissen und maximiert deren Wirkung.

## LAKONIUM

Das Lakonium ist ein Dampfschwitzbad aus der Antike, das bereits von den Römern geschätzt wurde. Die reine Strahlungswärme unseres Lakoniums entgiftet und entschlackt den Körper sanft. Die Sitzbank ist auf 65 Grad erwärmt und erzeugt eine angenehme, entspannende Wärme.

## FUSSBAD

Nach Tagen in den Bergen verschafft die Kombination von warmem, sanft sprudelndem Wasser und gezielten, massierenden Wasserdüsen bei schmerzenden Füßen wohltuende Linderung.

## KNEIPP-WEG

Unser Kneipp-Weg regt die Durchblutung an, aktiviert den Stoffwechsel und stimuliert die Druckpunkte unter den Füßen.

## ERLEBNISDUSCHEN

Geniessen Sie eine einzigartige Vielfalt an Duschen, von kühlend eisigem Nebel über taufrischen alpinen Frühling bis hin zu erfrischend sommerlichem Waldregen und belebenden Eiswasserfällen.

## AUSSEN-ENTSPANNUNGSPOOL

Geniessen Sie die massierenden Wasserdüsen und atmen Sie den Duft der wilden Alpenblumen unseres Spa-Gartens ein. Nach dem Eindunkeln können Sie die Sterne beobachten, während Sie sich im sprudelnden Wasser entspannen.



## MASSAGEN

*Der Le Grand Spa bietet eine Auswahl an Massagen, die zu Ihrer kompletten Entspannung auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten werden.*

*Ergänzen Sie Ihr Massage-Erlebnis mit einem wohltuenden Add-on:*

*Collagen Gesichtsmaske / CHF 120*

*Augenstraffungsmaske / CHF 70*

## MASSAGE NACH MASS

Während Sie in einem entspannenden Fussbad aus lokaler Milch und ätherischen Ölen relaxen, besprechen wir mit Ihnen Ihre Bedürfnisse und Vorlieben. Basierend darauf wird eine individuell auf Sie zugeschnittene Massage zusammengestellt.

*50 Min. / CHF 190 oder 80 Min. / CHF 285*

## ESSENCE OF LE GRAND SPA

Eine Einladung, vollkommen loszulassen und neue Balance zu finden. Unsere Signature-Behandlung ist ein tief regenerierendes Erlebnis, löst Spannungen, beruhigt den Geist und bringt den Körper wieder ins Gleichgewicht. Der warme Signature-Duft des Le Grand Spa, fließende Massagetechniken und eine Gesichtsmassage wirken harmonisch zusammen, um Druck zu lösen und ein tiefes Gefühl der Ruhe zu schenken. Lassen Sie sich mit dieser exklusiven Behandlung des Le Grand Bellevue in vollkommene Entspannung tragen.

*80 Min. / CHF 295*



## HOT & COLD STONE MASSAGE

Erleben Sie die wohltuende Wärme vulkanischer Steine und die erfrischende Berührung kühler Steine. Diese ausgleichende Behandlung löst Verspannungen, fördert die Durchblutung und bringt Körper und Geist mit der heilenden Kraft der Natur und hochwertigen, biologischen Ölen in harmonischen Einklang.

*80 Min. / CHF 280*

## HOT STONE MASSAGE

Lassen Sie Ihren Körper mit warmen Vulkansteinen erwärmen und entspannen. Geniessen Sie die heilende Kraft der Erde durch erwärmte Steine und duftende biologische Öle, während sich Muskelverspannungen lösen und die Durchblutung angeregt wird.

*80 Min. / CHF 280*

## SPORT & FITNESS MASSAGE

Mit dieser intensiven und belebenden Massage verschaffen Sie schmerzenden Muskeln und Gliedern Linderung. Die Tiefendruckmassage zielt auf das Bindegewebe zwischen den Gelenken und Muskeln ab und verbessert den Muskeltonus, um Zerrungen und Sportverletzungen vorzubeugen.

*50 Min. / CHF 190 oder 80 Min. / CHF 285*

## KRÄUTER-AROMATHERAPIE-MASSAGE

Eine auf Sie zugeschnittene Mischung aus Kräuterextrakten und ätherischen Ölen wird bei dieser erholsamen, ausgleichenden und stimmungsaufhellenden Behandlung mit sanftem Druck kombiniert.

*50 Min. / CHF 180 oder 80 Min. / CHF 280*

## TIEFENGeweBSMASSAGE

Diese Tiefengewebsmassage konzentriert sich auf spezifische Muskelverspannungen. Sie stimuliert die Energiequellen tief im Körper und löst Knoten durch eine Kombination von biologischen Ölen und Druck. Entspannen Sie sich vor der Behandlung in unserer Thermal-Oase, um die Wirkung zu maximieren.

*50 Min. / CHF 180 oder 80 Min. / CHF 280*

## LYMPHDRAINAGE

Das Lymphsystem transportiert Abfallstoffe aus unserem Körper ab und unterstützt ihn bei der Entgiftung und Heilung. Mit einer sanften und fließenden Technik werden bei der Lymphdrainage das Lymphsystem stimuliert, Flüssigkeitsablagerungen reduziert und die Selbstheilungskräfte des Körpers angeregt. Diese Behandlung eignet sich ausgezeichnet für empfindliche Haut.

*50 Min. / CHF 195 oder 80 Min. / CHF 290*

## REVITALISIERENDE GESICHTS- UND OBERKÖRPER-BEHANDLUNG

Diese verwöhnende Behandlung zielt auf Verspannungen im Kopf-, Nacken- und Oberkörperbereich ab. Sie beginnt mit einem sanften Peeling des Rückens, gefolgt von einer belebenden Oberkörper- und Kopfmassage.

*50 Min. / CHF 180*

## SCHWANGERSCHAFTSMASSAGE

Diese beruhigende Massage ist auf die Bedürfnisse werdender Mütter zugeschnitten. Parfümfreie biologische Öle, sanfter Druck und eine sichere und bequeme Lagerung sorgen für eine entspannende und erholsame Behandlung (*ab der 12. Schwangerschaftswoche*).

*50 Min. / CHF 190*

## SPEZIELLE MASSAGETHERAPIEN

Unsere Therapeutinnen und Therapeuten sind in einer Vielzahl traditioneller Therapien aus der ganzen Welt ausgebildet, von Shiatsu über Reflexologie bis hin zu Lomi Lomi Nui. Bitte erkundigen Sie sich an der Spa-Rezeption, welche Therapien während Ihres Aufenthalts angeboten werden.

*50 Min. / CHF 195 oder 80 Min. / CHF 290*



## GESICHTSBEHANDLUNGEN

*Die richtige Hautpflege ist die Voraussetzung für gesunde, strahlende Haut jeden Alters. Unsere Gesichtsbehandlungen geben reifer Haut das jugendliche Strahlen zurück und bringt neue Inputs für Ihr übliches Pflegeritual, damit das Strahlen ein Leben lang erhalten bleibt.*

### CAVIARLIERI SIGNATURE FACIAL

Diese einzigartige Gesichtsbehandlung wurde im Le Grand Spa entwickelt und liefert wichtige Nährstoffe direkt auf molekularer Ebene für eine ultimative Hauterneuerung- und Lifting-Therapie.

*80 Min. / CHF 410*

Verwöhnen Sie Ihre Haut mit der Unterstützung einer dieser beiden hoch innovativen Technologien:

### PURE OXIGEN FACIAL

Hochdruck-Sauerstoff eliminiert akneverursachende Bakterien, reduziert feine Linien und Fältchen, gleicht den Hautton aus, verkleinert die Poren.

*80 Min. / CHF 380*

### B.R.F. ACE DEFYING FACIAL

Bio-Radiofrequenz hilft, die Kollagenproduktion zu stimulieren, um die Zeichen der Hautalterung zu reduzieren, was zu einer strahlenden und leuchtenden Haut führt.

*80 Min. / CHF 380*

## CELLCOSMET GESICHTSBEHANDLUNG

### SWISS DELUXE ANTI-AGING FACIAL

Diese intensive Hand- und Gesichtsbehandlung auf Basis der Zelltherapie strafft und definiert die Gesichtskonturen, verleiht dem Gesicht eine jugendliche Ausstrahlung und fördert die Zellerneuerung.

*110 Min. / CHF 410*

### SWISS FACE & NECK TREATMENT

Für reife Haut, der es an Volumen und Festigkeit fehlt, glättet und reduziert das reine Kollagen in der Maskenbehandlung die Fältchen. Diese Behandlung definiert die Gesichtskonturen neu und strafft die Haut für ein sofortiges Ergebnis.

*80 Min. / CHF 310*

### SWISS REPAIR & DESTRESS

Diese tief beruhigende und aufbauende Behandlung repariert Schäden und stellt das Erscheinungsbild der Haut wieder her. Mit fortschrittlichen Erneuerungseigenschaften ist diese Behandlung hervorragend für sonnengeschädigte, müde oder verwitterte Haut geeignet.

*50 Min. / CHF 210*

### SWISS PROCOLLAGEN EYE TREATMENT

Bringen Sie mit dieser gezielten Behandlung das Funkeln in Ihren Augen zurück. Die Kollagen-Augenmaske reduziert Schwellungen, Fältchen und Augenringe. Sie revitalisiert fahle Haut, glättet und polstert feine Linien und Fältchen auf.

*50 Min. / CHF 250*

## MYBLEND GESICHTSBEHANDLUNG

### RADIANCE REVITALISING TREATMENT

Entwickelt, um die Haut zu reinigen, zu nähren und zu beleben, hilft diese entzündungshemmende Behandlung dabei, die natürliche Ausstrahlung des Teints wiederherzustellen.

*50 Min. / CHF 210*

### DEEP REVITALISING TREATMENT

Diese Gesichtsbehandlung wirkt gezielt auf die tiefsten Hautschichten, stärkt die natürliche Schutzbarriere der Haut und reduziert sichtbar feine Linien sowie Fältchen.

*80 Min. / CHF 310*





## KÖRPERBEHANDLUNGEN

*Von pflanzlichen Ganzkörperpackungen bis hin zu stimulierenden Peelings verwöhnen unsere Therapeuten und Therapeutinnen jeden Zentimeter Ihres Körpers, damit Sie nicht nur schön aussehen, sondern sich auch so fühlen.*

### ALPENSALZ-PEELING

Dieses belebende Alpensalz-Peeling befreit die Haut von Unreinheiten, verbessert die Durchblutung und sorgt für ein gesundes Strahlen.

Gleichzeitig ist dieses Peeling der perfekte Auftakt zu unseren Wickel- und Massagebehandlungen.

*25 Min. / CHF 110*

### ALPINES GANZKÖRPER-PEELING

Dieses Ganzkörper-Peeling besteht aus reinem Alpensalz, braunem Zucker und reichhaltiger Körperbutter. Es befreit von trockenen und abgestorbenen Hautzellen und bringt weiche Haut zum Vorschein, für ein glattes und strahlendes Ergebnis.

*50 Min. / CHF 190*

## MINERAL-KÖRPERPACKUNG

Bei unseren reichhaltigen, pflegenden Mineral-Körperpackungen verwenden wir mineralstoffreiche Algen und duftende essentielle Öle.

Sie können zwischen zwei Optionen wählen:

### DETOX ENTSCHLACKUNGSPACKUNG

Diese wärmende und duftende Körperpackung regt den Kreislauf an, während sie den Körper entschlackt und entgiftet.

### ENTSPANNENDE MUSKELPACKUNG

Zirben- und Rosmarinöl sorgen für ein wunderbar intensives Aroma und lindern Müdigkeit und Muskelschmerzen.

*45 Min. / CHF 180*

## PRESSOTHERAPIE & THERMOTHERAPIE

Revitalisieren Sie Ihren Körper mit zwei hochmodernen Behandlungen.

### PRESSOTHERAPIE

Entwickelt zur Anregung der Blutzirkulation und des Lymphflusses, unterstützt die Entgiftung und reduziert Wassereinlagerungen.

### THERMOTHERAPIE

Verstärkt die Wirkung durch sanfte Erwärmung des Körpers, fördert die Durchblutung, regt den Stoffwechsel an und lindert Muskelverspannungen.

*Als Zusatzbehandlung - 30 Minuten | CHF 100*

*Als Einzelbehandlung - 45 Minuten | CHF 150*

## ALPENHEUBAD

Heubäder werden in der Alpenregion seit Jahrhunderten zur Linderung von Schmerzen und zur Entspannung verwendet. Unser Alpenheubad ist an diese alte Tradition angelehnt. Geniessen Sie, in eine warme Decke eingewickelt, das sanfte Heuaroma sowie die Schwerelosigkeit der Schwebeliege. Sie werden das Bad erfrischt und revitalisiert verlassen.

*45 Min. / CHF 180*

## ZIEGENMILCH- & HONIG-BAD

Beruhigende und entzündungshemmende Ziegenmilch verleiht dem legendären Milch- und Honigbad eine lokale Note. Reichhaltige Vitamine und AHA unterstützen die Zellerneuerung und bringen eine geschmeidige und strahlende Haut zum Vorschein.

*25 Min. / CHF 110*

## ALPENSALZ- & KRÄUTERBAD

Unser belebendes Alpensalz- & Kräuterbad entschlackt die Haut, befreit sie von Unreinheiten und regt die Durchblutung an. Es eignet sich hervorragend zur Après-Ski-Entspannung.

*25 Min. / CHF 110*



## CELLCOSMET

### SWISS BACK RELEASE

Bei dieser entspannenden Rückenmassage wird eine auf Sie zugeschnittene Mischung aus warmen Aromatherapieölen verwendet. Danach löst eine beruhigende Wärmepackung die Wirbelsäulen-Muskulatur sowie die Gelenke und sorgt für innere Ruhe.

*50 Min. / CHF 190*

### BELEBENDE BEINBEHANDLUNG

Beleben Sie Ihre Beine mit dieser entspannenden und ausgleichenden Behandlung, welche die Durchblutung anregt und Wassereinlagerungen beseitigt. Diese revitalisierende Behandlung eignet sich perfekt für müde Beine nach einem anstrengenden Tag auf der Piste oder zum Ankurbeln der Durchblutung nach dem Hin- oder vor dem Heimflug.

*50 Min. / CHF 190*

### SWISS SILHOUETTE

Diese intensive, körperformende Behandlung regt die Durchblutung mit einem Teilkörper-Peeling und einer Massage an, die den Körper wieder ins Gleichgewicht bringt. Eine Algenkörpermaske stimuliert den Kreislauf, beseitigt überschüssige Toxine, Fette und Wassereinlagerungen und sorgt für eine schlanke und feste Körpersilhouette.

*80 Min. / CHF 310*

## TAILOR-MADE FULL BODY TREATMENT

Eine aussergewöhnliche, vollständig personalisierbare Behandlung für genährte, beruhigte oder gestraffte Haut.

Drei Varianten stehen zur Auswahl:  
entspannend, tonisierend und Anti-Cellulite.

Das Geheimnis: spezielle Massagetechniken, kombiniert mit wertvollen Ölen und hochkonzentrierten Seren aus pflanzlichen und marinen Wirkstoffen.

*80 Min. / CHF 310*

## TAILOR-MADE FULL FACE & BODY TREATMENT

Die gesamte Expertise von Cellcosmet vereint sich in einer umfassenden Körperbehandlung inklusive Gesichtsmassage. Ein vollkommen personalisiertes Erlebnis für einen Moment purer Entspannung, für eine straffere, intensiv durchfeuchtete, glatte, pralle und strahlende Haut.

Das Geheimnis: hochwirksame Formulierungen, angewendet mit präzisen Massagetechniken, die die Haut revitalisieren und gleichzeitig ein tiefes Wohlgefühl schenken.

*80 Min. / CHF 310*

## EXPERT ANTI-CELLULITE TREATMENT

Eine umfassende und intensive Behandlung, die gezielt sichtbare Anzeichen von Cellulite reduziert, für glattere, straffere Haut, eine sichtbar verfeinerte Silhouette und ein gefestigtes Hautbild.

Das Geheimnis: ein Trio hochkonzentrierter Formulierungen, deren Wirkung durch eine spezielle Massagetechnik, inspiriert von der Maderotherapie, zusätzlich intensiviert wird.

*80 Min. / CHF 290*





## REIKI

Diese wohltuende Energiebehandlung hilft dabei, Körper, Geist und Seele wieder in Einklang zu bringen, Spannungen zu lösen und tiefe Entspannung zu fördern. Reiki unterstützt das emotionale Wohlbefinden und die innere Harmonie, die ideale Ergänzung zu unseren Massage- und Körperbehandlungen.

*60 Min. / CHF 210 oder 90 Min. / CHF 320*

## SOUND HEALING

Diese transformative Therapie nutzt sanfte Schwingungen und harmonische Klänge, um innere Balance und Ruhe wiederherzustellen. Sound Healing hilft, den Geist zu beruhigen, Spannungen loszulassen und Klarheit zu fördern, für ein Gefühl von Leichtigkeit, Erneuerung und tiefem Wohlbefinden.

*Private Session (bis zu 3 Gäste): CHF 240  
Gruppenkurse verfügbar*



## RITUALE

*Kombinieren Sie eine Auswahl unserer beliebtesten Spa-Behandlungen zu einem massgeschneiderten Spa-Erlebnis für Körper, Geist und Seele.*

### DETOX YOU

Diese entgiftende Spa-Reise beginnt mit einem Ganzkörper-Peeling, um die Haut zu erfrischen und die Durchblutung anzuregen. Danach wird eine nährnde Algenpackung auf unserem Schwebbett aufgetragen, die reich an Mineralstoffen ist. Abschliessend können Sie zwischen einer Kräuter-Aromatherapie-Massage oder einer Schlankheitsbehandlung wählen. Ihr Körper fühlt sich leichter, schlanker an und strahlt von innen heraus.

*150 Min. / CHF 450*

### BEAUTIFUL YOU

Dieses Erfrischungsritual wirkt revitalisierend und erneuernd. Es eignet sich ideal bei Jetlag oder Nachwirkungen nach übermässigem Genuss. Beginnen Sie mit einer Ganzkörper-Peeling und einer warmen Dusche, bevor Sie eine wohltuende Ganzkörpermassage und eine Anti-Aging-Gesichtsbehandlung erhalten, die Ihre Haut aufpolstert und Ihre natürliche Ausstrahlung verstärkt.

*180 Min. / CHF 550*

## COCOA INDULGENCE RITUAL

Gönnen Sie sich pure Dekadenz mit diesem luxuriösen Schokoladenritual, das Körper und Sinne verwöhnt.

Ihre Reise beginnt mit einem revitalisierenden Ganzkörperpeeling, das mineralstoffreiches Salz, pflegenden Zucker, gemahlene Kaffeebohnen und aromatisches Kakaoduftöl kombiniert, um die Haut zu glätten und zu beleben. Anschliessend hüllt Sie eine warme Schweizer Schokoladenpackung, genossen in einem privaten Dampfbad, in einen Kokon aus antioxidativ-reicher Feuchtigkeit, der Ihre Haut tiefenwirksam nährt und zum Strahlen bringt. Eine personalisierte, fließende Massage mit warmem, kakaoangereichertem Öl löst Spannungen und bringt innere Ruhe zurück.

Abgerundet wird das Erlebnis mit einer entspannten Auszeit in der privaten Suite, begleitet von frischen Früchten und einer feinen Kostprobe edler Schweizer Schokolade.

*150 Min. / CHF 450*



## WOHLTAT AUS DER NATUR

Dieses entspannende Ritual ist von Mutter Natur inspiriert und erneuert Ihre Verbindung mit der Erde und Ihrer Umgebung. Das Ritual beginnt mit einem belebenden Alpensalz-Peeling. Danach befreit Sie eine wärmende Ganzkörpermassage mit ätherischen Ölen und warmen Steinen von Verspannungen und innerem Stress. Am Ende folgt eine anregende Kopfmassage, die ein leichtes und erfrischtes Gefühl hinterlässt.

*110 Min. / CHF 370*

## ERNEUERN SIE SICH

Gönnen Sie sich eine energetisierende Tiefenreinigung mit einem Alpensalz-Peeling, fortgesetzt von einem Dampfbad, das Ihren Körper tief entspannt, gefolgt von einer langsamen Tiefengewebsmassage für die ultimative Verjüngung.

*110 Min. / CHF 370*

## ALPINE SPA SUITE RITUALE

*Geniessen Sie kostbare Zeit für sich selbst oder gemeinsam mit einem geliebten Menschen in unserer privaten Alpine Spa Suite. Freuen Sie sich auf ein Rasul-Dampfbad, ein wohltuendes Hydromassagebad und entspannende Side-by-Side-Massagen, bevor Sie bei erfrischenden Getränken und feinen Spa-Snacks vollkommen abschalten.*

## ALPINES GELASSENHEITSRITUAL

Finden Sie Ihr Zen mit unserem unverwechselbaren Alpine Serenity Ritual. Beginnend mit einem belebenden Hautpeeling und einem beruhigenden Dampfbad, beinhaltet das Ritual ein Bad mit einem Bouquet frischer Bergpflanzen, um inneren Frieden und Gelassenheit zu fördern. Ihr Ritual endet mit einer Massage, die ganz auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist. Spannungen, Stress und Sorgen werden weggeknetet und es bleibt nichts anderes übrig, als sich zu entspannen.

*180 Min. / CHF 550 pro Person*

## VERJÜNGENDES RASUL-RITUAL

Das revitalisierende Rasul-Ritual beginnt mit einem Ganzkörper-Peeling, das den Körper von abgestorbenen Hautzellen befreit und die Haut auf die glättende, mineralstoffreiche Rasul-Ganzkörperschlammbehandlung vorbereitet. Nach dem Auftragen des Schlamms revitalisiert die Haut mit Dampf in der privaten Rasul-Kammer. Mit seidiger und geschmeidiger Haut, geniessen Sie auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene Massage, bei der verbleibende Verspannungen gelöst werden. Anschliessend können Sie sich bei Snacks und Erfrischungstränken ungestört in Ihrer Suite entspannen.

*150 Min. / CHF 450 pro Person*



Coiffeur

## SCHÖNHEITSPFLEGE

*Für perfekt frisiertes Haar und makellos lackierte Nägel sind Sie bei den professionellen Schönheitstherapeutinnen des Le Grand Spa an der richtigen Adresse. Wir bieten ein breites Angebot an Coiffeur-Services und Schönheitsbehandlungen. Hier finden Sie eine Liste der beliebtesten Angebote.*

### HÄNDE & FÜSSE

Spa-Maniküre oder -Pediküre	50 Min. / CHF 130
Spa-Maniküre oder -Pediküre mit Nagellack	60 Min. / CHF 165
Spa-Maniküre oder -Pediküre mit Shellac	80 Min. / CHF 195
Entfernung Maniküre oder Pediküre mit Shellac	20 Min. / CHF 30

### AUGENBRAUEN & WIMPERN

Augenbrauen zupfen oder färben	CHF 45
Wimpern & Augenbrauen färben	CHF 55
Zupfen & Färben	CHF 75
Make Up	Auf Anfrage

### HAARENTFERNUNG

Oberlippe	CHF 30
Achseln	CHF 50
Bikinilinie / Bikini	CHF 70 / CHF 110
Halbes Bein / ganzes Bein	CHF 80 / CHF 110

## COIFFEUR

### DAMEN

*Kurz Halblang Lang*

Schneiden, Waschen & Föhnen	<i>CHF 125</i>	<i>CHF 150</i>	<i>CHF 175</i>
Waschen & Föhnen	<i>CHF 95</i>	<i>CHF 110</i>	<i>CHF 125</i>
Ansatz färben	<i>CHF 115</i>	<i>CHF 115</i>	<i>CHF 115</i>
Färben	<i>CHF 100</i>	<i>CHF 130</i>	<i>CHF 155</i>
Mèches ganzer Kopf	<i>CHF 155</i>	<i>CHF 185</i>	<i>CHF 225</i>
Mèches Oberkopf	<i>CHF 140</i>	<i>CHF 155</i>	<i>CHF 185</i>
Masterbase Haarpflege by Shu Uemura	<i>CHF 70</i>		
Haar-Verlängerung	<i>Auf Anfrage</i>		

### HERREN

*Kurz*

Schneiden, Waschen & Föhnen	<i>CHF 95</i>
Waschen & Föhnen	<i>CHF 65</i>

## FÜR JUNGE SPA-GÄSTE

*Wir bieten eine Auswahl an Spa-Behandlungen für unsere kleinsten Gäste an, von farbiger Maniküre bis hin zu ausgleichenden Gesichtsbearbeitungen.*

Kinder-Haarschnitt (bis 12 Jahre alt)	<i>CHF 45</i>
Kindermaniküre oder -pediküre (5-12 Jahre alt)	<i>25 Min. / CHF 50</i>
Kinder Gesichtsbearbeitung (5-12 Jahre alt)	<i>25 Min. / CHF 110</i>
Kinder Massage (5-12 Jahre alt)	<i>25 Min. / CHF 110</i>
Teenager Maniküre oder Pediküre mit Nagellack	<i>50 Min. / CHF 165</i>
Teenager Gesichtsbearbeitung (13-16 Jahre alt)	<i>50 Min. / CHF 210</i>
Teenager Massage (13-16 Jahre alt)	<i>50 Min. / CHF 180</i>





## DR DJOON BY CLINIQUE RIVE GAUCHE

### KRYOLIPOLYSE

Das Cristal-Gerät ist eine nicht-invasive Körperumformungstechnik, die den Abbau von Fettpolstern durch Kälte ermöglicht.

*Ab CHF 500*

### MESOTHERAPIE

Mit Hilfe feiner Nadeln werden aktive Wirkstoffe, wie Vitamine und Spurenelemente, in die Haut geschleust. Das Hautgewebe wird gezielt aktiviert und die Zellregeneration in Gang gesetzt. Falten und Fettpolsterchen werden minimiert und die Haut geglättet.

*Ab CHF 600*

### COOLWAVES® BY ONDA

Coolwaves® von Onda ist die Revolution für Body Contouring, um effektiv lokalisiertes Fett zu reduzieren, Cellulite zu verringern und die Haut nicht-invasiv an Bauch, Rücken, Hüften, Oberschenkeln und auch Knien zu straffen.

*Ab CHF 335*

Kombinieren Sie Ihre Spa-Behandlungen mit einem unserer Beauty-Booster für ein wahrhaft transformatives Erlebnis, wie beispielsweise eine spezielle Gesichtsbildung, Mesotherapie und Dermagen. Bitte kontaktieren Sie die Spa-Rezeption für weitere Informationen.

## IHRE PERSÖNLICHEN SPA-RETREATS IM LE GRAND SPA

Das Le Grand Spa empfängt Sie für gezielte Aufenthalte, bei denen Sie sich auf Ihr Wohlbefinden konzentrieren können, indem wir die Stärken unseres Know-hows in der Gesundheitsprävention und fortschrittlicher Schönheit kombinieren. Unser erfahrenes Spa-Team begleitet Sie auf einer Reise, die zu tiefgreifenden Veränderungen führt, in Zusammenarbeit mit unserer bekannten Kosmetikmarke Cellcosmet und unter der Anleitung von *Dr Djoon* der Clinique Rive Gauche in Genf.

Ihr Tagesprogramm ist thematisch gegliedert und besteht aus einer Kombination von verwöhnenden Spa-Behandlungen, die durch fortschrittliche und präzise Geräte, angepasstes Personal Training und eine geführte Wellness-Erfahrung ergänzt werden.

### VERJÜNGUNGSKUR - 3 TAGE

Das Fachwissen des Le Grand Spa's unterstützt Sie bei der progressiven und intensiven Erneuerung, um den Körper zu entgiften, die Verdauung zu verbessern und Ihre Energie zu steigern.

*CHF 3'200*

### BEAUTY BOOSTER - 3 TAGE

Lassen Sie sich von unseren Hautpflege-Experten erfrischen, stärken und revitalisieren Sie Ihre wertvolle Haut. Sie werden ein glattes, geliftetes und strahlendes Gesicht gewinnen, bei dem Sie sich entspannen und von innen heraus strahlen können.

*CHF 3'250*

Entdecken Sie während Ihrer Rückzugstage stilvolle, abgeschiedene Refugien und Turmzimmer, die in gemütlichen Suiten im Chalet-Stil zur Verfügung stehen, sowie eine abwechslungsreiche, gesunde Küche in unseren Restaurants. Sie sind bei Ihrem perfekten Aufenthalt angekommen!

Gestalten Sie Ihren Retreat bei uns für 1 Tag, 3 Tage, 7 Tage oder 10 Tage und profitieren Sie voll und ganz von unseren Kompetenzen rund um Schlaf, Fitness, Abnehmen und vieles mehr!

*Auf Anfrage: dermatologische Beratung und Blutanalyse  
mit einer Krankenschwester und einem Arzt von  
Dr Djoon by Clinique Rive Gauche, Genf.*



## FITNESS

*In unserem hellen und geräumigen Fitnessstudio finden Sie eine grosse Auswahl an Geräten, einschliesslich Kardiogeräten, Kraftgeräten und freien Gewichten. Falls Sie etwas anderes probieren möchten, können Sie auf unseren exklusiven SensoPro- und Reformer-Pilates-Geräten trainieren. Wellnessfans können in zahlreichen Pilates- und Yoga-Lektionen in unserem beruhigenden, lichtdurchfluteten Studio abschalten.*

## PERSONAL TRAINING

Unabhängig davon, ob Ihre Absichten ästhetischer oder athletischer Natur sind, erstellen unsere Trainerinnen und Trainer einen spezifischen Trainingsplan. So können Sie Ihre Fitnessziele erreichen und sogar übertreffen.

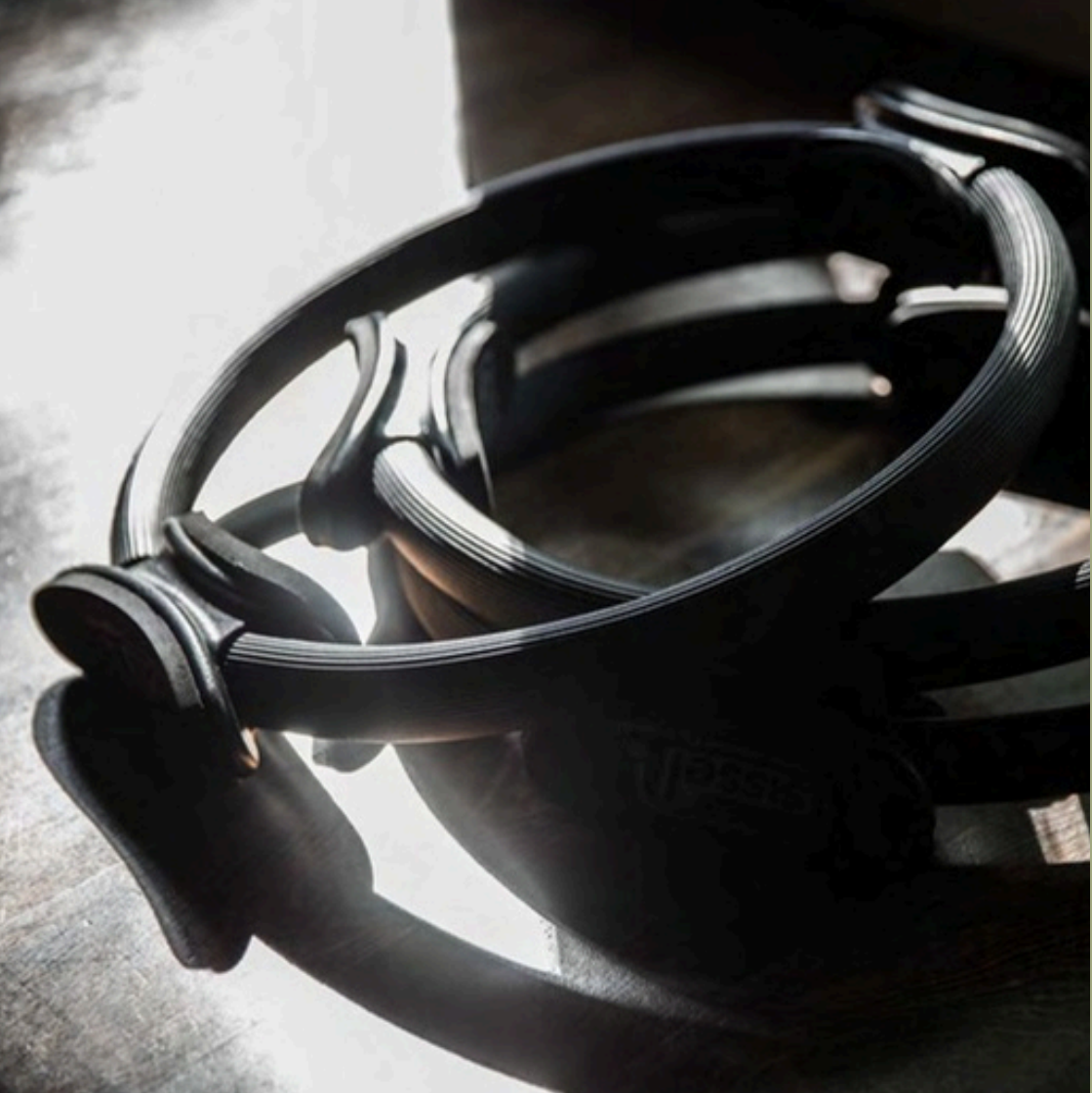
Bitte erkundigen Sie sich an der Spa-Rezeption nach einem Termin.

## GRUPPENLEKTIONEN

Wir bieten eine vielfältige Auswahl an Trainingskursen wie Aqua Gym, Full Body Training und HIIT, ergänzend zu unseren regelmässig stattfindenden Yoga- und Pilatesstunden.

Bitte erkundigen Sie sich an der Spa-Rezeption nach den Details.





## PERSONAL TRAINING PACKAGES

*Trainieren Sie mit unserem Personal Trainer Michael, um Kraft aufzubauen und Ihre individuellen Fitnessziele zu erreichen. Wählen Sie aus einer Auswahl massgeschneiderter Pakete, ideal für Einzelpersonen oder Paare.*

### THE ESSENTIALS - 5 PRIVATE SESSIONS

*Für einen revitalisierenden Energieschub*

- 1 x Beratung oder Follow-up für ein individuell abgestimmtes Training
- 5 x Personal Training Sessions
- 1 x Thermotherapie 45 Min

*CHF 800*

### THE SIGNATURE SERIES - 10 PRIVATE LESSONS

*Für alle, die auf Kontinuität und messbare Fortschritte setzen*

- 1 x Beratung oder Follow-up für ein individuell abgestimmtes Training
- 10 x Personal Training Sessions
- 1 x Pressotherapie & Thermotherapie 75 Min.

*CHF 1'600*

### THE ELITE EXPERIENCE - 20 PRIVATE LESSONS

*Für Transformation und Höchstleistung*

- 1 x Beratung für ein individuell abgestimmtes Training
- 1 x Follow-up-Termin
- 20 x Personal Training Sessions
- 1 x Pressotherapie & Thermotherapie 75 Min.
- 1 x Day Spa Eintritt

- 1 x Day Spa Eintritt für Freunde & Familie

*CHF 3'200*



## BEWUSSTE BEWEGUNG

Finden Sie Ihre innere Balance und lassen Sie den Stress des Alltags hinter sich, mit unserer Auswahl an ganzheitlichen Mindful-Movement-Kursen. Von ruhigen, regenerativen Einheiten bis hin zu dynamischerem Yoga und geführter Meditation bieten wir für jeden das passende Erlebnis.

## HATHA YOGA FLOW

Finden Sie auf sanfte Weise zu mehr Wohlbefinden, während Sie sich in unserem Yoga Flow Kurs mit bewusster Atmung durch fließende Bewegungen leiten lassen. Ruhig und zugleich stärkend schärft diese Einheit den Geist und bringt den Körper in harmonische Balance.

## JIVAMUKTI YOGA

Diese dynamische und abwechslungsreiche Lektion bietet ein immersives Yoga-Erlebnis. Nach Gesängen, Atmungsübungen und fließenden Vinyasa-Bewegungsabläufen folgen tiefe, beruhigende Entspannung und Meditation.

## YIN RESTORATIVE YOGA

Entspannen Sie Körper, Geist und Seele in dieser erholsamen, ganzheitlichen Yoga-Lektion. Eine Abfolge aus langsamen, meditativen Übungen hilft Ihnen, Stress abzubauen und das innere Gleichgewicht zu finden.



## STAND UP PADDLE (SUP) YOGA

Üben Sie Ihre Yogastellungen auf dem Wasser, um die Rumpfmuskulatur zu stärken, das Gleichgewicht zu verbessern und Ihre Achtsamkeit zu schärfen. Im Sommer auf dem örtlichen See oder im Winter in unserem Pool.

## FORM - PILATES MAT & TRAINING FUSION

Kräftigen Sie Ihre Körpermitte und verlängern Sie Ihre Muskulatur mit diesem ganzheitlichen Matten-Workout für den gesamten Körper. Durch bewusste Atmung und kraftvolle, kontrollierte Bewegungen werden Haltung, Flexibilität und innere Stabilität nachhaltig verbessert.

## REFORMER PILATES

Jede Bewegung wird durch einen zusätzlichen Widerstand verstärkt. Der Reformer Pilates dehnt und stärkt den Körper für ein intensives und effektives Training mit geringer Belastung.

## SCHWIMMBAD & JACUZZI

Tauchen Sie ein in unser helles und geräumiges 15-m-Hallenschwimmbad, und entspannen Sie sich danach im Jacuzzi mit Blick auf unseren grossen Garten. An warmen Tagen können Sie auf unserer Sonnenterrasse bei einem gesunden Smoothie oder einem Tee ausruhen und die Aussicht auf die Berge geniessen.



## EINZEEINTRITTE & ABONNEMENTE

### SCHWIMMBAD

*Beschränkt auf den Besuch des Schwimmbads.*

Einzeleintritt

CHF 40

Einzeleintritt (3-12 Jahre alt)

CHF 20

### FITNESSSTUDIO & GRUPPENLEKTIONEN

*Beschränkt auf den Besuch des Fitnessstudios oder der Gruppenlektionen.*

Einzeleintritt Fitnessstudio, Gruppenlektionen

CHF 40

Einzeleintritt Gruppenlektionen Reformer Pilates,  
SUP oder Sound Healing

CHF 45

Private Lektion (60 Minuten)

CHF 160

Abonnement Gruppenlektion (16 Lektionen)

CHF 500

Abonnement Gruppenlektion (32 Lektionen)

CHF 925

Abonnement Gruppenlektion (100 Lektionen)

CHF 2'000

Abonnement Fitnessstudio oder Pool (10 Eintritte)

CHF 250

Abonnement Fitnessstudio oder Pool (50 Eintritte)

CHF 1'100

Abonnement Fitnessstudio oder Pool (100 Eintritte)

CHF 1'800

*Abonnements: gültig für ein Jahr.*

### SPA

Standardtarif Spitzentarif\*

Einzeleintritt

CHF 95

CHF 120

Später Eintritt (19:00 - 21:00)

CHF 50

CHF 60

\* Freitag, Samstag und Sonntag / vom 23. Dezember bis 6. Januar / der ganze Monat Februar



## AUSFLÜGE IN DER NATUR

Die hohen Berge und die weiten Täler des Saanenlands liegen direkt vor der Hotelpforte. Sie bilden den perfekten Rahmen für körperliche Betätigung an der frischen Luft. Wandern Sie verschlungenen Gebirgspfaden entlang, durchqueren Sie dichte Wälder auf dem Mountainbike, oder sprinten Sie auf die steilen Gstaader Gipfel. Unerschrockene können ihren Mut bei einem Gleitschirmflug durch die Berge beweisen, die Stromschnellen der Saane bezähmen oder durch den Pulverschnee ins Tal flitzen.

Erkunden Sie Wanderwege auf eigene Faust oder mit unseren lokalen Wanderführerinnen und -führern, welche die Gegend in- und auswendig kennen. Bitte melden Sie sich an der Spa-Rezeption, und wir erstellen für Sie ein individuelles Programm, das Ihrer Kondition und Ihren Zielen entspricht.

### ZU DEN ANGEBOTENEN AKTIVITÄTEN ZÄHLEN:

Wandern  
Trail Running  
Mountainbiken  
Downhillbiken  
Rennrad fahren  
River Rafting  
Gleitschirm fliegen  
Berg- & Eisklettern

Zelten  
Canyoning  
Skifahren  
Skitouren  
Langlaufen  
Schneeschuh-Wandern  
Schlitteln  
Snowbiken

# LE GRAND SPA MITGLIEDSCHAFT

Geniessen Sie mit einer exklusiven Mitgliedschaft im Le Grand Spa uneingeschränkten Zugang zu unserem Fitnessbereich, dem Swimmingpool und Jacuzzi sowie zur Thermal Oasis. Wählen Sie die Mitgliedschaft, die zu Ihrem Lebensstil passt, und profitieren Sie von unbegrenzten Yoga- und Pilates-Mattenklassen, besonderen Konditionen für Spa-Behandlungen und vielem mehr.

Wir bieten verschiedene Mitgliedschaftsoptionen an, darunter Jahres-, 6-Monats- und Monatsmitgliedschaften ab CHF 800.

Für weitere Informationen und eine persönliche Beratung wenden Sie sich gerne an das Team an der Rezeption des Le Grand Spa im Le Grand Bellevue. Wir freuen uns darauf, Ihnen unser Membership-Programm vorzustellen.

## VORTEILE DES JAHRESMITGLIEDSCHAFT:

### *Benutzung des Fitnessstudios*

(täglich geöffnet von 8.00 bis 21.00 Uhr während der Saison & während der Nebensaison Montag bis Samstag von 9.00 bis 18.00 Uhr)

### *Benutzung des geheizten Hallenschwimmbads und des Jacuzzi*

(täglich geöffnet von 8.00 bis 21.00 Uhr während der Saison)

### *Benutzung der Thermal-Oase*

(täglich geöffnet von 9.30 bis 21.00 Uhr während der Saison)

- *Willkommenskorb mit speziellen Spa-Produkten*
- *5 Tages Spas für Freunde & Familie*
- *1 Gesichtsbehandlung für 50 Minuten*
- *1 Ritual für 110 Minuten*
- *10% Ermässigung auf alle Le Grand Spa Massagen und Schönheitsbehandlungen sowie auf -produkte in unserer Boutique*
- *Waschen der Sportkleidung (keine chemische Reinigung) nach dem Training*

*Kurse Add-ons: Unser Wochenplan mit einer Vielzahl von Kursen ist an der Spa-Rezeption erhältlich.*



## SPA-ETIKETTE

### TERMINVEREINBARUNG

Wir empfehlen, Behandlungen und Rituale im Voraus zu buchen, um Enttäuschungen zu vermeiden. Für die Vereinbarung einer Behandlung oder eines Termins wenden Sie sich bitte an unsere Spa-Rezeption, unser

Team stellt Ihnen gerne Ihr perfektes Spa-Erlebnis zusammen.

Wenn Sie im Hotel übernachten, drücken Sie bitte die Spa-Taste auf Ihrem Zimmertelefon. Von ausserhalb des Hotels wählen Sie

bitte +41 (0)33 748 01 01.

### ANKUNFT

Wir empfehlen, 45 Minuten vor dem Behandlungstermin im Spa einzutreffen. So haben Sie genügend Zeit für Ihre Spa-Konsultation und können sich in unserer weitläufigen Thermal-Oase entspannen. Die Thermal-Oase bietet Ihnen verschiedene Wellness- und Erlebniszonen wie eine Sologrotte, eine Kräutersauna, ein Lakonium, eine Heusauna, ein Eisbrunnen und eine Infrarotsauna. Sie helfen Ihnen dabei, sich von Stress und Verspannungen zu befreien, und fördern Ihr Wohlbefinden gleich zu Beginn Ihres Spa-Erlebnisses. Bitte beachten Sie, dass für jede Behandlung ab CHF 170 pro Person ein kostenloser Zugang zum Le Grand Spa inbegriffen ist.

### VERSPÄTETE ANKUNFT

Bitte beachten Sie, dass eine verspätete Ankunft zur Verkürzung der Behandlungszeit führt. Damit stellen wir sicher, dass sich die Behandlung des nächsten Gastes nicht verzögert.

Wir bitten Sie um Verständnis.

## ANNULLATIONSBEDINGUNGEN

Wenn Sie Ihren Termin oder Ihre Kurse verschieben oder stornieren möchten, kontaktieren Sie uns bitte mindestens 24 Stunden im Voraus. Bei Nichterscheinen oder verspäteter Stornierung wird der volle Betrag in Rechnung gestellt.

## GESUNDHEITLICHE EINSCHRÄNKUNGEN

Bitte informieren Sie die Spa-Rezeption bei der Buchung, falls Sie schwanger sind oder einen hohen Blutdruck, Allergien oder Krankheiten haben, die Ihr Spa-Erlebnis beeinflussen könnten. Diese Informationen sollten Sie ausserdem nach der Ankunft auf Ihrem Konsultationsbogen vermerken, damit wir Ihnen die passenden Behandlungen vorschlagen können.

## SPA-BEKLEIDUNG

Wir stellen Ihnen einen komfortablen Baumwollbademantel und Slippers für die Benutzung im Spa zur Verfügung. Ihre Therapeutin oder Ihr Therapeut wird Sie ausserdem vor Beginn Ihrer Behandlung mit Einwegunterwäsche ausstatten. Unsere Therapeutinnen und Therapeuten sind professionell ausgebildet, um höchste Qualität und Integrität sicherzustellen. Sie sorgen dafür, dass Ihre Privatsphäre und Ihr Komfort stets gewährleistet sind.

## FITNESS-BEKLEIDUNG

Das Tragen von Sportschuhen in unseren Finesseinrichtungen ist Pflicht.

## SCHWIMMBAD & THERMAL-OASE

Aus hygienischen Gründen bitten wir alle Gäste, vor Betreten des Schwimmbads oder der Thermal-Oase zu duschen. Die Flüssigkeitszufuhr während des Aufenthalts in der Thermal-Oase ist wichtig. Bitte trinken Sie vor, während und nach Ihrem Besuch ausreichend Wasser. Bitte beachten Sie, dass die Thermal-Oase nicht nach Geschlechtern getrennt ist.

## MOBILGERÄTE

Um ein entspannendes und ruhiges Spa-Ambiente und die Privatsphäre aller Gäste zu gewährleisten, bitten wir Sie, Mobilgeräte während des Spa-Aufenthalts auszuschalten. Unsere Entspannungsräume sind Ruhezone. Wir bitten Sie, auf andere Gäste Rücksicht zu nehmen und Lärm auf ein Minimum zu beschränken.

## NICHTRAUCHER & ALKOHOLFREI

Bitte beachten Sie, dass das Spa, der Fitnessbereich und die Thermal-Oase als rauchfreie Zonen ausgewiesen sind. Alkoholische Getränke sind strengstens verboten.

## RASIEREN

Wir raten davon ab, sich vor einem Körperpeeling oder einer Haarentfernungsbehandlung zu rasieren. Wir empfehlen jedoch, dass Männer sich einen Tag oder mindestens fünf Stunden vor einer Gesichtsbildung rasieren.

## WERTGEGENSTÄNDE

Leider können wir für den Verlust oder die Beschädigung persönlicher Gegenstände während Ihres Aufenthalts nicht haften. Bitte bewahren Sie Ihre Wertgegenstände während Ihres Aufenthalts im abgeschlossenen Schliessfach auf.

## ALTERSBESCHRÄNKUNGEN

- Behandlungen* Gesichts- und Körperbehandlungen sind für minderjährige Gäste ab 12 Jahren (mit Zustimmung der Eltern) und Massagen ab 5 Jahren möglich.
- Fitnessstudio* Das Mindestalter für den Zutritt zum Fitnessstudio beträgt 14 Jahre. Kinder unter 14 Jahren müssen von einem Erwachsenen begleitet werden.
- Thermal-Oase* Das Mindestalter für den Zugang zur Thermal-Oase beträgt 14 Jahre. Minderjährige müssen von einem Erwachsenen begleitet werden. Kinder unter 14 Jahren sind nicht zugelassen.
- Schwimmbad* Während der angegebenen Schwimmzeiten sind Besucher jeden Alters willkommen; von 14:00 bis 16:00 Uhr gilt die „Splash-Zeit“. Gäste unter 16 Jahren müssen von einem Erwachsenen begleitet werden. Nach 17:00 Uhr (im Winter) und 18:00 Uhr (im Sommer) ist das Schwimmbad Gästen über 18 Jahren vorbehalten.

## ÖFFNUNGSZEITEN

Spa: 08.00 – 21.00  
Fitnessstudio: 08.00 – 21.00  
Thermal-Oase: 09.30 – 21.00  
Behandlungen: 10.00 – 20.00  
Coiffeur: 09.00 – 19.00



LE GRAND BELLEVUE

3780 GSTAAD, SWITZERLAND

T +41 33 748 01 01

[BELLEVUE-GSTAAD.CH/SPA](http://BELLEVUE-GSTAAD.CH/SPA)

[SPA@BELLEVUE-GSTAAD.CH](mailto:SPA@BELLEVUE-GSTAAD.CH)