

Symphonie aus Licht und Klang im Six Senses Spa des Hotels The Alpina Gstaad

Gstaad, im Dezember 2018. Eintauchen in Klang und Farbe, so das
Crede eines besonderen Angebotes im Six Senses Spa des
Fünfsternehotels The Alpina Gstaad.



Eine Behandlung für eine neue Zeit

«Wir leben in einer sehr herausfordernden Zeit, viele Menschen spüren Angst vor Veränderungen. Die Menschen brauchen Momente des Loslassens, Zeit für Ruhe und Geborgenheit. In der tiefen Entspannung durch Klang- und Farbtherapie-Rituale kann Heilung und Bewusstwerdung auf allen Ebenen geschehen», erläutert Antonis Sarris, Head Therapist des Six Senses Spa im Hotel The Alpina Gstaad, den Kernpunkt des Angebotes.

Alles schwingt

Wissenschaftler und Ärzte vertreten schon länger den Standpunkt, dass sich die Welt in einem Zustand der Schwingung befindet. Schall verstehe man als Welle bewegter Luft. Die Luft nehme die Schwingung eines Objekts auf und ermögliche es diesem, sich auszubreiten. «Mit Tönen können wir den Organismus entspannen», erläutert Antonis Sarris. Eingesetzt würden Gongs, Klangschalen und Kristallstimmgabeln.

Heilen mit Farben

Farben gehen unter die Haut. Um Prozesse im Körper, in der Seele und im Geist in Gang zu bringen, erhalte der Behandelte Impulse, die ihn zu sich zurückbringen und ihn wieder «heil werden lassen». Ein speziell dafür eingerichteter Farbraum helfe, den Körper in Harmonie zurückzuführen.



Entspannter Start

Neben der Klang- und Farbtherapie setzt das Team im Six Senses Spa auch auf einen entspannten Start des Rituals: Dieses beginnt mit einem wohligen Bad mit Rosenblüten und Granaten (Halbedelsteinen), gefolgt von einer Kundalini-Rückenmassage inklusive Gesichtsmassage, um das Nervensystem wie auch die Kundalini Energie entlang der Wirbelsäule auszugleichen respektive aufzuwecken. Der zweite Tag beginnt mit 60-minütigen überlieferten tibetischen Yogaübungen. Der Schwerpunkt liegt hier bei der Atmungstechnik. Anschliessend folgt die 90-minütige Klang- und Farbtherapie.

Das 2-Tage-Programm (3 Nächte) beinhaltet: tägliche Pilates- oder Yogaübungen, Wellnessbad mit Rosenblüten und Halbedelsteinen, Gesichtsbildung mit Produkten der Marke ila und einer Rückenmassage mit Halbedelsteinen, Tibetisches Yoga (60 Minuten), Licht- und Farbtherapie (90 Minuten) sowie das ausgewogene Frühstück vom Buffet, die freie Benutzung des Six Senses Spa mit Aussen- und Innenpool, Hammam, Salzgrotte und diversen Saunen.

Ab CHF 3345.– pro Person im Deluxe-Doppelzimmer zur Alleinbenutzung oder ab CHF 4659.– für 2 Personen in einem Deluxe-Doppelzimmer.

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



Bild: Indoor-Pool im Six Senses Spa des Hotels The Alpina Gstaad

((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.**



Bild: Lama Tenzin Kalden, tibetischer Mönch

((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.



Bild: Antonis Sarris, Head Therapist, Six Senses Spa, «The Alpina Gstaad»

((Das Hotel The Alpina Gstaad))

Das Hotel mit 56 Zimmern und Suiten befindet sich etwas oberhalb des charmanten Dorfkerns 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 Reisenetzwerks 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: 1986 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