



H a m a m   i n   d e n   B e r g e n

## EIN HAUCH ORIENT

**Hamam ist sinnlich, Hamam ist Ritual,  
Reinigung und Begegnungsstätte,  
sanftes Licht und milde Wärme.**

**Erleben Sie den neuen Hamam im Hotel Schweizerhof und  
tauchen Sie ein in neue Sinneswelten!**



## KLEINES HAMAM-LEXIKON

### Räumlichkeiten

Ein Hamam ist in drei Bereiche gegliedert.

- **Nassbereich** – Dampfzimmere, Peelingraum und Bad
- **Verwöhnbereich** – Seifenschäum-, Öl-, Peeling- und Harems-Massagen sowie Rhassoul (auf Wunsch und gegen Aufpreis)
- **Trockenbereich** – (Ruheraum) – Ruhe und Erholung bei Tee und Früchten

> *Der Ablauf im Hamam ist ein Reinigungsritual für Körper, Geist und Seele. Unser Hamam ist ein Ort der Stille, und wir bitten Sie, auf laute Gespräche zu verzichten.*

>>

Aufenthaltsdauer ca. 60 – 90 Minuten

>>

Aufenthaltsdauer ca. 30 Minuten

### Behandlungen

- **Seifenschaummassage** – Eingehüllt in Seifenschaum, geniessen Sie eine wohltuende Massage (Reinigung).
- **Rhassoul** – Unter farbigem Licht, umgeben von Dampf, tragen Sie eine Algenpackung auf Ihren Körper auf und lassen diese einige Minuten einwirken. Ein Gang unter die Regendusche bildet den Abschluss dieses Verwöhnrituals.
- **Ölmassage** – Ihre Haut wird durch eine Massage sanft gepflegt.
- **Orientalisches Peeling** – Durch das anregende Meersalz wird Ihre Haut sanft gereinigt und erfrischt.
- **Harems-Massage** – Sie werden von zwei Masseuren vierhändig massiert. Eine wunderbare Möglichkeit loszulassen und neue Energie zu gewinnen.

## Hamam-Ablauf und Verwöhnmomente

Wir empfehlen Ihnen folgenden klassischen Ablauf:

- **Sogukluk** – behutsames Aufwärmen im Dampfraum bei ca. 38–40 Grad >> ca. 10 Min.
- **Kese-Lif** – selbst ausgeführtes Peeling mit Kese (Seidenhandschuh und Olivenölseife) >> 5 Min.
- **Nabelstein** – Ausruhen auf dem warmen Stein im zentralen Raum >> 5–10 Min.
- **Sicaklik** – Eintauchen im 37 Grad warmen Wasserbecken >> 5–10 Min.
- **Nabelstein** – Ausruhen auf dem warmen Stein im zentralen Raum >> 5–10 Min.
- **Bingül** – Poren öffnen sich im 45 Grad warmen Kräuterdampfraum >> ca. 15 Min.
- **Rhassoul** – Unter farbigem Licht wird eine Algenpackung auf den Körper aufgetragen, welche bei Kräuterdampf einwirken kann. Die Regendusche bildet den Abschluss dieses Verwöhnrituals (falls gebucht). >> 15 Min. (CHF 50.– ohne Öl / 65.– mit Öl)
- **Nabelstein** – Ausruhen auf dem warmen Stein im zentralen Raum >> 5–10 Min.
- **Verwöhnmomente** – Massagen (falls gebucht). >> je nach Ihrer Wunschbuchung  
Wichtiger Hinweis: Wir bitten Sie bei der Reservation einer Massage im Hamam die obengenannten Vorlaufzeiten einzuhalten und sich frühzeitig im Hamam einzufinden.
- **Camekan** – Ruhen bei Tee, Sirup und Früchten >> ca. 30 Min. nach Bedarf

## PREISE UND ÖFFNUNGSZEITEN

### In allen Angeboten inbegriffen:

Eintritt in den Hamam, Tee, Quellwasser und Früchte im Ruheraum. Gerne stellen wir Ihnen ein Pestemal (Körpertuch), Kese (Handschuh) und ein Badetuch zur Verfügung.

- > Wir empfehlen Ihnen, den Aufenthalt im Hamam und alle Verwöhnmomente im Voraus zu buchen. (Tel. +41 81 385 25 11)
- > Während der Wellnessbenutzung kostenlose Kinderbetreuung im Kindergarten (ohne Essen). Beachten Sie die Öffnungszeiten des Kindergartens (Reservation erwünscht).
- > Weitere Informationen finden Sie unter [www.bergspa.ch](http://www.bergspa.ch)

max. 3 Stunden Aufenthalt

### Öffnungszeiten Hamam

	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21 Uhr
<b>Weekend Sommer / Winter</b>			<b>LOW</b>			<b>HIGH</b>					<b>LOW</b>	
<b>Mo.–Fr. Sommer, ab 14.00 Uhr</b>						<b>LOW</b>	<b>HIGH</b>				<b>LOW</b>	
<b>Mo.–Fr. Winter, ab 12.00 Uhr</b>			<b>LOW</b>			<b>HIGH</b>					<b>LOW</b>	

Sommer: Mai–Nov., Winter: Dez.–April

Hinweis: Bitte beachten Sie jeweils die Betriebsferien im Frühling.

### Preise

#### Hamam

- **Einzeleintritt** >> **CHF 45.–** **CHF 65.–**
- **11-er Abo** >> **CHF 450.–** **CHF 650.–**

#### Sauna

- **Einzeleintritt** >> **CHF 30.–**
- **11-er Abo** >> **CHF 300.–**

> Hotelgäste geniessen freien Eintritt in den Hamam und in die Sauna.

## ORIENT KENNENLERNEN

<b>Orient schnuppern</b> >>	<b>ca. 2½ Std.</b>	<b>CHF 95.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Eintritt in den Hamam</li><li>• Rhassoul</li><li>• Öl zur Pflege der Haut</li></ul>	15 Min.	
<b>Orientalisch angehaucht</b> >>	<b>ca. 3 Std.</b>	<b>CHF 175.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Eintritt in den Hamam</li><li>• Peelingmassage mit Kесе</li><li>• Seifenschaummassage</li><li>• Öl zur Pflege der Haut</li></ul>	20 Min. 30 Min.	
<b>Orientalisch eingetaucht</b> >>	<b>ca. 4 Std.</b>	<b>CHF 260.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Eintritt in den Hamam</li><li>• Rhassoul</li><li>• Seifenschaummassage</li><li>• Ölmassage</li><li>• Fruchteteller</li></ul>	15 Min. 30 Min. 60 Min.	
<b>Orient pur</b> >>	<b>ca. 4 Std.</b>	<b>CHF 285.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Eintritt in den Hamam</li><li>• Peelingmassage mit Kесе</li><li>• Seifenschaummassage übergehend in eine Hand- und Fussmassage</li><li>• 3-Gang Wellness-Menu nach Saison</li></ul>	20 Min. 60 Min.	
<b>Türkische Göttin</b> >>	<b>Aufenthalt ca. 4½ Std.</b>	<b>CHF 315.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Eintritt in den Hamam</li><li>• Gesichtspeeling, Kopf- und Fussmassage</li><li>• Peelingmassage mit Kесе übergehend in eine Seifenschaummassage</li><li>• Rhassoul</li><li>• Ölmassage</li></ul>	30 Min. 60 Min. 15 Min. 30 Min.	
<b>Sultans Wahl</b> >>	<b>ca. 3½ Std.</b>	<b>CHF 445.-</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Eintritt in den Hamam</li><li>• Ganzkörper-Meersalzpeeling</li><li>• Harems-Seifenschaummassage inkl. Hand- und Fussmassage (4-händig)</li><li>• Harems-Ölmassage (4-händig)</li><li>• Fruchteteller</li></ul>	20 Min. 60 Min. 30 Min.	

## ROMANTISCHE HAMAM-MOMENTE

### Romantischer Genuss >>

ca. 3½ Std.

CHF 370.–

- Eintritt in den Hamam
- Gegenseitiges Auftragen von Meersalzpeeling
- Seifenschaum- und Ölmassage

60 Min.

Preis für das Paar

### Romantischer Orient >>

ca. 4 Std.

CHF 485.–

- Eintritt in den Hamam
- Rhassoul
- Seifenschaummassage
- Ölmassage

15 Min.

45 Min.

30 Min.

Preis für das Paar

### Du & Ich >>

ca. 4 Std.

CHF 895.–

**Der Hamam steht Ihnen während 4 Stunden exklusiv zur Verfügung.**

- Eintritt in den Hamam
- Rhassoul
- Seifenschaummassage übergehend in eine Hand- und Fussmassage
- Früchteteller
- sanfte Ölmassage
- Kulinarisches Tête-à-Tête (3-Gang Menu)

15 Min.

60 Min.

30 Min.

Preis für das Paar

### Du & Ich – Wir gönnen uns Luxus >>

ca. 4 Std.

CHF 1085.–

- Angebot wie «Du & Ich»
- > **Die abschliessende, Hamam- und Ölmassage geniessen Sie beide als vierhändige Harems-Massage.**
- > *Die Verwöhnmomente geniessen Sie gemeinsam auf dem warmen Stein des Hamam Massageraums.*
- > *Reservationen für die exklusiven «Du & Ich»-Verwöhnmomente nehmen wir gerne auf Anfrage entgegen.*

Preis für das Paar

## MEIN ORIENT

Stellen Sie sich Ihren ganz persönlichen Aufenthalt zusammen.

• Rhassoul	>>	15 Min.	CHF 50.–
• Rhassoul mit pflegendem Öl	>>	15 Min.	CHF 65.–
• Seifenschaummassage	>>	45 Min.	CHF 100.–
• Ölmassage	>>	30 Min.	CHF 80.–
		60 Min.	CHF 120.–
• Harems-Seifenschaum- oder Ölmassage (4-händig, 2 Masseure)	>>	60 Min.	CHF 220.–
• Hand- und Fussmassage	>>	40 Min.	CHF 90.–
• Orientalisches Peeling mit Meersalz	>>	20 Min.	CHF 65.–

(zzgl. Eintritt in den Hamam)

## SPEZIAL-VERANSTALTUNGEN

> Männer und Frauen baden im Orient jeweils unter sich. Um dieser Tradition gerecht zu werden, veranstalten wir regelmässig Männer- und Frauenabende mit speziellen Themen wie z.B. «Abend unter Freundinnen», oder «Lesung bei Kerzenlicht».	>>	Beachten Sie dafür bitte unsere «BergSpaNews».
> Planen Sie einen speziellen Anlass, privat oder geschäftlich? Geniessen Sie unseren Hamam exklusiv.	>>	Angebot auf Anfrage

Sollten Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, bitten wir Sie, uns dies mindestens 24 Std. im Voraus mitzuteilen. Andernfalls müssen wir Ihnen 50% der gebuchten Leistung in Rechnung stellen. Besten Dank für Ihr Verständnis! (Preisänderungen vorbehalten, Stand September 2011)

since 1904  
*Schweizerhof*  
L E N Z E R H E I D E

BergSpa

Hotel Schweizerhof  
CH-7078 Lenzerheide

Tel.: +41 81 385 25 11  
Fax: +41 81 385 26 26

E-Mail: [bergspa@schweizerhof-lenzerheide.ch](mailto:bergspa@schweizerhof-lenzerheide.ch)  
[www.bergspa.ch](http://www.bergspa.ch)