

*Schweizerhof* since 1904  
LENZERHEIDE

# Zeit Kunst Raum

BergSpa



# Zeit Kunst Raum

Die Zeit. Sie ist da, immer und überall und für alle. Dabei ist sie flüchtig, schwer zu fassen, nicht zu besitzen und wird real einzig durchs Erleben.

Im BergSpa schenken wir Raum und Zeit. Für sich selbst, zur Belebung oder Regeneration, Entspannung oder Inspiration, aktiv oder genießend.

Räume bieten Geborgenheit durch ihre Einfassung, sie ermöglichen Rückzug und Orientierung. Die Zeit macht sie erlebbar, erfüllbar.

Mit unserem Verwöhnkonzept kreieren wir Räume für einzigartige Wohlmomente, nach gespürt im persönlichen Austausch.

Lassen Sie sich fallen in unsere ZeitRäume und entdecken Sie im BergSpa die wundersame Symbiose von Kunst und Schönheit, Duft und Design, Entspannung und Belebung für Geist und Körper.

# Zeit für sich

Im BergSpa  
erleben Sie Zeit  
und Raum ganz  
nach Ihren  
Wünschen.



## **Zeit für sich**

Der erste Schritt ist Ihr Wunsch an uns. Ist es Kosmetik, Massage oder eine Hamam-Reise?

Wir fangen Ihre erste Intension ein und begleiten Sie für den Rest.

## **Ankommen**

Der nächste Schritt ist das Ankommen. Das Entspannen am Ort, einstimmen auf das, was folgt. Mit der nötigen Zeit, an einem inspirierenden, kunstvollen, stimmigen Ort, der alle Sinne beflügelt und Gedanken fliegen lässt. Im persönlichen Gespräch erkunden wir, was Ihnen gut tun könnte und wie Sie Ihren ZeitRaum gestalten und beleben möchten.

## **Eintauchen**

Schliessen Sie Ihre Augen und geniessen Sie, wie luxuriöse Texturen Ihre Haut nähren und liebliche Düfte Ihre Sinne betören.

## **Nachruhen**

Geniessen Sie den Nachhall Ihrer Zeit für sich. Träumend oder lesend, mit einem Tee oder einer kleinen Stärkung, mit Aussicht oder Einsicht oder einfach nur Da-Sein.

# Hamam ist sinnlich, Hamam ist Ritual.

Sanftes Licht und milde Wärme.  
Reinigungs- und Begegnungsstätte.



## Ort der Stille

<b>Sogukluk</b> Behutsames Aufwärmen im Dampfraum bei ca. 38 – 40 Grad.	<b>Sicaklik</b> Eintauchen ins 37 Grad warme Wasserbecken.	<b>Nabelstein</b> Ausruhen auf dem warmen Stein im zentralen Raum.	<b>Hamam Eintritt: 60.-</b> <b>Saunaeintritt: 30.-</b> 60 – 90 Minuten Für Hotelgäste kostenlos	<b>Rhassoul</b> <b>mit pflegendem Öl: 60.-</b> 20 Minuten	<b>Hamamreise: 265.-</b> <b>Für Hotelgäste: 205.-</b> ca. 180 Minuten
<b>Kese-Lif</b> Selbst ausgeführtes Peeling mit Kese (Seidenhandschuh und Olivenölseife).	<b>Bingül</b> Poren öffnen sich im 45 Grad warmen Kräuterdampfraum.	<b>Camekan</b> Ruhen bei Tee, Sirup und türkischen Spezialitäten.	Der Besuch des Hamams entspricht einem Reinigungsritual für Körper, Geist und Seele.	Unter farbigem Licht wird ein Pflegeschlamm auf den Körper aufgetragen, der bei Kräuterdampf einwirken kann. Die Regendusche bildet den Abschluss dieses Verwöhnrituals.	Hamam Eintritt, Rhassoul und Seifenschaum- oder Seifenbürstenmassage, jeweils mit anschließender Ölmassage.

# Zeit für Massage

## Zauber der Düfte

Unsere auserlesenen ätherischen Öle und naturreinen Produkte unterstreichen die Wirkungen Ihrer Wohlfühlzeit.

Wählen Sie Ihren duftenden Begleiter ganz nach Ihren Wünschen aus.



## Ihre Wunsch-Massage

Ab 16 Jahren

Im persönlichen Gespräch erkunden sich unsere qualifizierten Masseurinnen und Masseur nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen. Unser individuelles Angebot ermöglicht es uns, dass ganz neue Massagen und Kombinationen entstehen dürfen.

Gerne verwöhnen wir Sie auch mit Klassikern wie Hot Stone, Kräuterstempel, Lomi Lomi Nui, Verwöhnangebote für Paare sowie für werdende Mütter.



## Kosmetische Entspannungsmassage

Ab 16 Jahren

Gönnen Sie Ihrem Kopf eine Entlastung.

Während einer Nacken-, Kopf- und Gesichtsmassage verwöhnen wir Ihre Haut mit einer pflegenden Reinigung und einer individuellen Gesichtsmaske.

# Zeit für Naturkosmetik

Mit unseren auserlesenen Naturkosmetik Produkten verwöhnen wir Sie während Ihrer «Zeit für sich» und bieten Ihnen und Ihrer Haut eine entspannende und individuelle Gesichtsbildung.

Wir setzen bewusst auf biologische, tierversuchsfreie und vegane Produkte, welche im Einklang mit der Natur stehen.

**PRETTY  
& PURE  
ORGANICS**

Handgemacht in Zürich



**NAILBERRY**

Premium Nagelpflege  
aus London (vegan)

**GREEN  
+THE  
GENT**

Bio Männerpflege  
aus München

**TEAM D<sup>R</sup> JOSEPH**

Hightech Naturkosmetik  
aus dem Südtirol



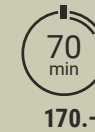
## Ihre Wunsch-Gesichtsbildung

### Genuss pur

Während 120 Minuten geniessen Sie nicht nur eine wohltuende Gesichtsbildung, sondern ergänzen Ihre «Zeit für sich» noch mit «Zeit für Hände oder Füsse».

Gerne bieten wir Ihnen, während Ihrer «Zeit für sich», auch eine Augenbrauenkorrektur und Wimpern/Augenbrauen färben an.

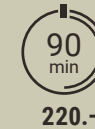
Ergänzend kann die Behandlung mit Ultraschall zu einem Aufpreis von CHF 20.- gebucht werden. Die Ultraschallbehandlung fördert, dass die pflegenden Wirkstoffe tiefer in die Haut eindringen und sorgt so für ein verfeinertes Hautbild.



## Deine Teenie-Zeit

14 – 18 Jahre

Gesichtsbildung für junge und unreine Haut



## Becoming Mama Facial Treatment by Pretty & Pure

«Zeit für die werdende Mutter»



## Zeit für Hände oder Füsse

Geniessen Sie eine individuelle Nagelpflege auf Wunsch mit veganem, atmungsaktivem Nagellack. Ihre Zeit kann mit einem Peeling, einer Maske und/oder einer Massage gestaltet werden.

Während der Behandlung (120 Min), verwöhnen wir Ihre Hände sowie auch Ihre Füsse.

Wir bieten keinen Gellack oder Gellack-Entfernungen an.



Unsere Räume sollen sich  
füllen mit Zeit, Kunst und Musse,  
auf dass sie gemeinsam ihre  
wohltuende Wirkung entfalten.

Im BergSpa können  
Kunstwerke entdeckt,  
erhört und ertastet werden.

*Schweizerhof* since 1904  
LENZERHEIDE

★★★★

Hotel Schweizerhof, Voa Principala 39,  
CH-7078 Lenzerheide, +41 81 385 25 11  
bergspa@schweizerhof-lenzerheide.ch

[www.schweizerhof-lenzerheide.ch](http://www.schweizerhof-lenzerheide.ch)

