

SCHWEIZER<sup>+</sup> HOF  
*Saas Fee*

# Wellness

---

[schweizerhof-saasfee.ch](http://schweizerhof-saasfee.ch)



## Willkommen

Die Philosophie des Schweizerhof Spa ist es, einen Ort zu schaffen, an dem die Gäste dem Stress des Alltags entfliehen und sich auf ihr Wohlbefinden konzentrieren können. Mit seinem Angebot an Behandlungen und Annehmlichkeiten möchte das Spa seinen Gästen helfen, ein Gefühl von Ausgeglichenheit, Frieden und Harmonie in ihrem Leben zu finden.

Wir bitten Sie, mindestens 5 Minuten vor dem vereinbarten Termin da zu sein, damit Sie Ihre Behandlung optimal genießen können. Die gebuchte Behandlung kann bis zu 24 Stunden vorher kostenfrei storniert werden, danach erlauben wir uns Ihnen den Gesamtbetrag in Rechnung zu stellen.

Bei zu spätem Erscheinen zum gebuchten Termin, wird die Behandlungszeit entsprechend gekürzt, um eine Wartezeit für nachfolgende Behandlungen zu vermeiden. Bitte beachten Sie, dass der Behandlungspreis nicht reduziert wird.

## **Bienvenue**

La philosophie du Schweizerhof Spa est de créer un lieu où les clients peuvent échapper au stress de la vie quotidienne et se concentrer sur leur bien-être. Avec son offre de traitements et de commodités, le spa souhaite aider ses hôtes à trouver un sentiment d'équilibre, de paix et d'harmonie dans leur vie.

Nous vous demandons d'arriver au minimum 5 minutes avant l'heure du rendez-vous afin que vous puissiez bénéficier au maximum de votre soin.

Veuillez prendre note :

Annulation gratuite jusqu'à 24 heures avant l'heure du rendez-vous, passé ce délai le coût total du traitement vous sera facturé.

Une arrivée tardive engendrera très probablement une diminution du temps du traitement, par respect pour le client suivant. Cependant, le coût total du traitement vous sera facturé.

## **Welcome**

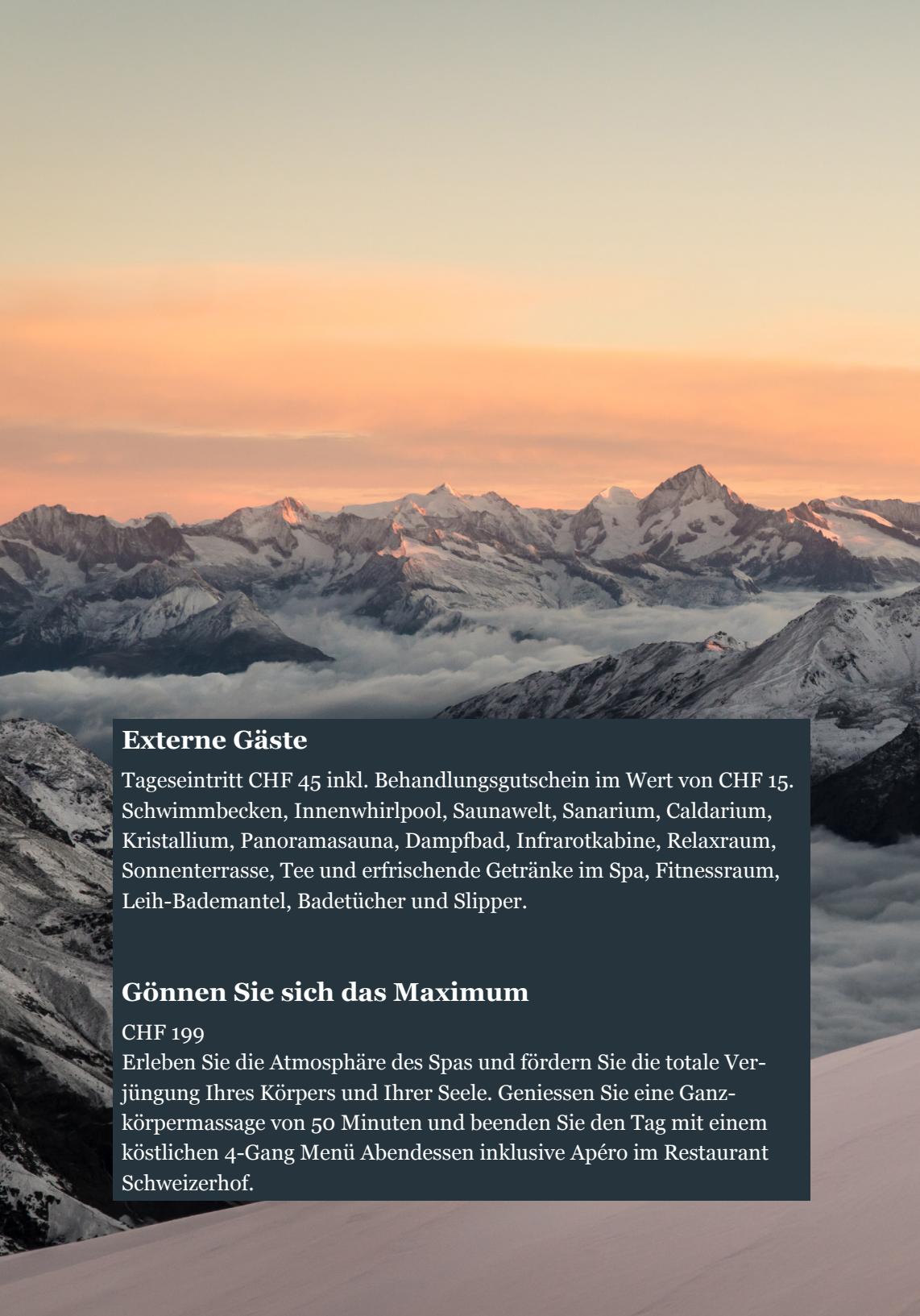
The philosophy of the Schweizerhof Spa is to create a place where guests can escape the stress of everyday life and focus on their well-being. With its range of treatments and amenities, the spa aims to help guests find a sense of balance, peace and harmony in their lives.

We kindly ask you to arrive at least five minutes prior to make the most of your treatment. Please note 24 h hours notice is required to amend or cancel your appointment, otherwise a charge of the full treatment price will occur. Your late arrival may result in a reduction of treatment time out of consideration for the next customer, however the full treatment price will apply.

Alle Preise verstehen sich in CHF inkl. MwSt.

Tous nos prix s'entendent en CHF et TTC

All prices in CHF, VAT and service charge included



## **Externe Gäste**

Tageseintritt CHF 45 inkl. Behandlungsgutschein im Wert von CHF 15. Schwimmbecken, Innenwhirlpool, Saunawelt, Sanarium, Caldarium, Kristallium, Panoramasauna, Dampfbad, Infrarotkabine, Relaxraum, Sonnenterrasse, Tee und erfrischende Getränke im Spa, Fitnessraum, Leih-Bademantel, Badetücher und Slipper.

## **Gönnen Sie sich das Maximum**

CHF 199

Erleben Sie die Atmosphäre des Spas und fördern Sie die totale Verjüngung Ihres Körpers und Ihrer Seele. Geniessen Sie eine Ganzkörpermassage von 50 Minuten und beenden Sie den Tag mit einem köstlichen 4-Gang Menü Abendessen inklusive Apéro im Restaurant Schweizerhof.

# **Spa Etiquette**

---

Das Schweizerhof Spa ist täglich für Sie geöffnet.

Badebekleidung, Bademantel und Slippers sind obligatorisch.

Ein Handtuch wird zur Verfügung gestellt.

Besuchen Sie das Schweizerhof Spa bei bester Gesundheit.

Es ist obligatorisch zu duschen bevor Sie den Pool, das Dampfbad oder die Sauna benützen.

Liegestühle mit Badetüchern zu reservieren ist nicht gestattet.

Kinder von 0 bis 12 Jahren sind in unserem Spa von 08:00 bis 19:00 Uhr herzlich Willkommen.

Wertsachen sollten sicher im Zimmersafe aufbewahrt werden.

Die Saunalandschaften sind gemischt und der einzige Nacktzonen-Bereich.

Zum Sitzen/Liegen in der Sauna muss ausnahmslos ein Handtuch verwendet werden.

Die Benutzung der Sauna während der Schwangerschaft wird nicht empfohlen.

Bitte beachten Sie, dass während einer Schwangerschaft nur ausgewählte Behandlungen angeboten werden können.

Im Schweizerhof Spa sind keine Haustiere erlaubt.

Um Ihren Termin zu ändern oder abzusagen, ist eine Benachrichtigung bis 24-Stunden im voraus erforderlich. Andernfalls wird der volle Behandlungspreis in Rechnung gestellt.

Sollten Sie verspätet zu einem Behandlungstermin erscheinen, kann es aus Rücksicht auf den nächsten Kunden zu einer Verkürzung der Behandlungszeit führen. Es wird jedoch der volle Behandlungspreis berechnet.

# **Öffnungszeiten**

---

Spa Innenpool 08h00–20h00

Sauna 15h00–20h00 Auf Anfrage gerne auch früher

Kinder 08h00–19h00

Fitness 08h00 – 20h00

## **Klassische Massagen**

---

### **Ganzkörpermassage Deluxe 80 min**

145

### **Ganzkörpermassage 50 min**

110

### **Tiefengewebemassage 50 min / 80 min**

Eine kraftvolle Massage, die tief sitzende Verspannungen und muskulären Stress lindert. Feste manuelle Techniken, die sich auf bestimmte Problembereiche konzentrieren und häufige Beschwerden wie einen steifen Nacken, Schmerzen im unteren Rücken und wunde und verspannte Schultern lindern.

120/155

### **Sportmassage 50 min**

115

### **Sportmassage Package**

Geniessen Sie 2x 50 min Sportmassage.

Die erste vor dem Sport, um die Muskeln zu aktivieren und Verletzungen vorzubeugen. Die zweite nach dem Sport für die vollständige Erholung.

115

### **Rücken- und Nackenmassage 25 min**

70

### **Entspannte Füsse und Beine 45 min**

88

### **Für werdende Mütter 50 min**

Leichte Massagetechniken an Rücken, Beinen/Nacken und Kopf.  
Die Behandlung löst Verspannungen und pflegt Ihre Haut.

125

### **Alpine Gesichtsbehandlung 50 min**

Reinigende, nährende Maske, gefolgt von einer entspannenden  
Massage der Beine, Arme und Schultern.

110

### **Alpine Gesichtsbehandlung Express 25 min**

Zweistufige Reinigungs- und Pflegemaske, gefolgt von einer Massage  
der Schultern und Arme.

70

### **Kinder Massage 25 min**

Eine Behandlung für Kinder von 6 bis 14 Jahren, die hilft, sich zu  
entspannen, Ängste und Stress zu regulieren. Sie verringert Muskel-  
verspannungen und erhöht den Bewegungsradius. Verbessert die  
Qualität des Schlafes, liefert mehr Energie und erhöht die Konzen-  
tration.

Um gesündere und glücklichere Kinder zu haben.

Die Eltern müssen ihre Kinder begleiten.

70

### **Extra Tip: Warme Moorkissen**

Ergänzend zu allen Körperbehandlungen intensivieren die Kissen  
mit warmer Moorerde die Wirkung jeder Massage.

10

# **Schweizerhof Specials**

---

## **Schweizerhof Signature Massage 50 min**

Unsere exklusive Ganzkörpermassage. Entgiftend und anregend mit speziellen Bewegungen, die auf die Muskeln und empfindlichen Bereiche abzielen. Garantiert lange Entspannung.

120

## **Aroma Therapie 50 min / 80 min**

Eine Ganzkörpermassage mit Aromaöl zur Förderung des physischen und psychischen Wohlbefindens.

125/150

## **Hot-Stone Massage 50 min / 80 min (Auf Anfrage)**

Tiefenentspannung durch eine Massage mit heißen Steinen.

120/145

## **Lymph Massage 50 min / 80 min**

Als Lymphmassage wird eine Stimulation der Haut mit Anregung der Gewebeflüssigkeit bezeichnet.

120/145

## **Fussreflexzonen Massage 25 min / 50 min (Auf Anfrage)**

Die Fußreflexzonenmassage ist eine Therapieform, bei der durch sanften Druck auf bestimmte Punkte an den Füßen ein besseres Wohlbefinden erzielt wird. Dadurch wird Stress abgebaut, und das hilft Ihrem Körper, besser zu funktionieren.

70/115

## **Cupping 50 min**

Schröpfen ist eine alternative Therapie, bei der spezielle Schröpfköpfe für einige Minuten auf der Haut angebracht werden, um einen Sog zu erzeugen. Dies hilft bei Muskel-schmerzen, Entzündungen, erhöht die Durchblutung, hilft bei Gelenkschmerzen, stimuliert die Sinnesnerven, verbessert die Entspannung und das Wohlbefinden. Diese Behandlung wird mit Massagebewegungen kombiniert, die ein besonders gutes Gefühl vermitteln. Nach der Behandlung kann die Haut um den Rand der Schale herum kreisförmig gezeichnet sein. Diese Markierung kann 1 bis 2 Tage anhalten.

110

# **Private Spa (Für zwei Personen)**

---

## **SPA SUITE EMOTION 120 min**

Gemeinsamer Saunagang, 2 klassische Ganzkörpermassagen à 50 Minuten mit Aromaöl mit wärmende Moorkissen zur besonders tiefen Entspannung, 1 Flasche Champagner 0.375 l, einer kleinen Süßen Aufmerksamkeit. Lassen Sie den Abend in der Sprudelwanne ausklingen.

**325**

## **Körper**

---

### **Aloe Vera Salzpeeling 25 min**

**50**

### **Aloe Vera Salzpeeling gefolgt von einer Tiefengewebemassage Rücken 50 min**

**115**

### **Entschlackungs-Körperpackung 40 min**

mit wärmenden Moorkissen zur Tiefenentspannung.

**70**

## **Kombination aus Entspannung und Massage**

---

### **Warme Moorpackung mit einer Rückenmassage**

**50 min**

**115**

### **Gute Nacht Boost mit Fussmassage 50 min**

Doppelte Gesichtsreinigung mit anschliessender Maske inkl. Schulter- und Kopfmassage sowie Fussmassage.

**115**

### **Après-Wanderung-Massage 60 min**

Bein und Fussmassage mit anschliessender Bein/Fuss Packung inkl. warme Moorkissen.

**125**



## Visiteurs externes

Entrée pour une journée CHF 45 incl. bon pour des soins d'une valeur de CHF 15. Le Schweizerhof SPA dispose d'une piscine intérieure ainsi que d'un bain à remous, de différents types de saunas et de bains à vapeur, de cabines infrarouges et d'une salle de fitness.

## Offrez-vous le maximum

CHF 199

Vivez l'atmosphère du spa et favorisez le rajeunissement total de votre corps et de votre âme. Profitez d'un massage complet et terminez la journée par un délicieux dîner inclusif apéritif au restaurant Schweizerhof.

# Spa étiquette

---

Notre spa est ouvert tous les jours.

Costume de bain, peignoir et pantoufles de bain sont obligatoires.

Une serviette de bain vous est fournie à l'entrée du spa.

Vous devez être en bonne santé pour accéder au spa.

Il est obligatoire de se doucher avant l'utilisation des piscines, du sauna et du bain turc.

Il est interdit de réserver des chaises longues avec votre serviette de bain.

Les enfants jusqu'à 12 ans sont les bienvenues dans notre spa entre 8h00 et 19h00.

Vos biens de valeur devront être laissés en sécurité dans votre coffre-fort, dans votre chambre.

L'espace bien-être composé du sauna et du bain turc est toujours mixe et c'est la seule zone nudiste du spa.

Vous avez l'obligation d'utiliser une serviette de bain pour vous asseoir ou vous allonger dans le sauna.

L'utilisation du sauna est déconseillée pour les femmes enceintes.

Veuillez noter que l'offre de massages et de soins est restreinte pour les femmes enceintes.

Les animaux de compagnie ne sont pas acceptés dans le spa.

Annulation gratuite jusqu'à 24heures avant l'heure du rendez-vous, passé ce délai le coût total du traitement vous sera facturé.

Une arrivée tardive engendrera très probablement une diminution du temps du traitement, par respect pour le client suivant. Cependant, le coût total du traitement vous sera facturé.

# **Heures d'ouverture**

---

Spa piscine intérieure 08h00–20h00

Sauna 15h00–20h00 Sur demande, aussi plus tôt

Enfants 08h00–19h00

Fitness 08h00 – 20h00 h

## **Massage classique**

---

### **Massage complet du corps Deluxe 80 min**

145

### **Massage complet du corps 50 min**

110

### **Massage des tissus profonds 50 min / 80 min**

Un massage puissant qui soulage les tensions profondes et le stress musculaire. Des techniques manuelles fixes qui se concentrent sur des zones problématiques spécifiques et qui soulagent des troubles courants tels qu'une nuque raide, des douleurs dans le bas du dos et des épaules endolories et tendues.

120/155

### **Massage sportif 50 min**

115

### **Massage sportif Pack**

Un Pack de 2x 50 min de massage sportif.

Le premier avant le sport pour activer les muscles et prévenir les blessures.

Le second après le sport, pour une récupération complète.

200

### **Massage du dos et de la nuque 25 min**

70

### **Pieds et jambes détendus 45 min**

88

### **Massage pour femme enceinte 50 min**

Technique douce de massage du dos, jambes, tête et nuque pour vous détendre et prendre soin de votre peau.

125

### **Alpine Facial 50min**

Masque nettoyant et nourrissant suivi d'un massage relaxant des jambes, des bras et des épaules.

110

### **Alpine Facial Express 25min**

Masque nourrissant et nettoyant.en deux étapes, suivi d'un massage des épaules et des bras

70

### **Child Massage 25min**

Un traitement pour les enfants de 6 à 14 ans, pour aider à se détendre, réguler l'anxiété et les niveaux de stress. Il diminue la tension musculaire et augmente l'amplitude des mouvements. Améliore la qualité du sommeil, donne plus d'énergie et augmente la concentration.

Pour avoir des enfants plus sains et plus heureux.

Les parents doivent accompagner leurs enfants.

70

### **Tip supplémentaire :**

#### **Coussin chaud à la boue de tourbe**

En plus de tous les massages du corps pour intensifier les effets de chaque massage.

10

# **Schweizerhof Specials**

---

## **Massage Signature Schweizerhof 50 min**

Notre massage exclusif de tout le corps. Détoxifiant et stimulant avec des mouvements spéciaux qui ciblent les muscles et les zones sensibles. Garantit une longue détente.

120

## **Aromathérapie 50 min / 80 min**

Massage complet du corps aux huiles aromatiques contribuant à améliorer le bien-être du corps et de l'esprit.

125/150

## **Massage aux pierres chaudes 50 min / 80 min**

### **(sur demande)**

Ce massage vous relaxera en profondeur.

120/145

## **Massage lymphatique 50 min / 80 min**

Le massage lymphatique est une stimulation de la peau avec stimulation du liquide tissulaire.

120/145

## **Réflexologie des pieds 25 min / 50 min**

### **(sur demande)**

La réflexologie est un type de thérapie qui consiste à exercer une légère pression sur des points spécifiques de vos pieds pour vous aider à vous sentir mieux. Cela permet de réduire le stress et d'aider le corps à mieux fonctionner.

70/115

## **Cupping Therapy 50 min**

La ventouse est une thérapie alternative qui utilise des coupelles spéciales sur votre peau pendant quelques minutes pour créer une aspiration. Cela permet de soulager les douleurs musculaires et les inflammations, d'augmenter le flux sanguin, de soulager les douleurs articulaires, de stimuler les nerfs sensoriels, d'améliorer la relaxation et le bien-être. Ce traitement est combiné à des mouvements de massage, ce qui procure les meilleures sensations. Après le traitement, la peau autour du bord de la tasse peut être marquée d'un motif circulaire. Cette marque peut durer 1 à 2 jours.

110

## **Private Spa (temps pour deux)**

---

### **SPA SUITE EMOTION 120 min**

Profiter du sauna ensemble, 2 massages complets du corps de 50 minutes dans la même pièce, 1 bouteille de champagne 0.375 l et une petite surprise sucrée. Laisse la soirée s'effacer dans le Whirlpool.

325

## **Corps**

---

### **Peeling Aloe Vera aux cristaux de sel 25 min**

50

### **Peeling Aloe Vera aux cristaux de sel suivi d'un massage en profondeur des tissus du dos 50 min**

115

### **Enveloppement réparateur avec coussins chauds à la boue de tourbe 40 min**

70

## **Combinaison relaxation**

---

### **Enveloppement de boue chaude avec massage du dos 50 min**

115

### **Boost « Bonne nuit » et massage des pieds 50 min**

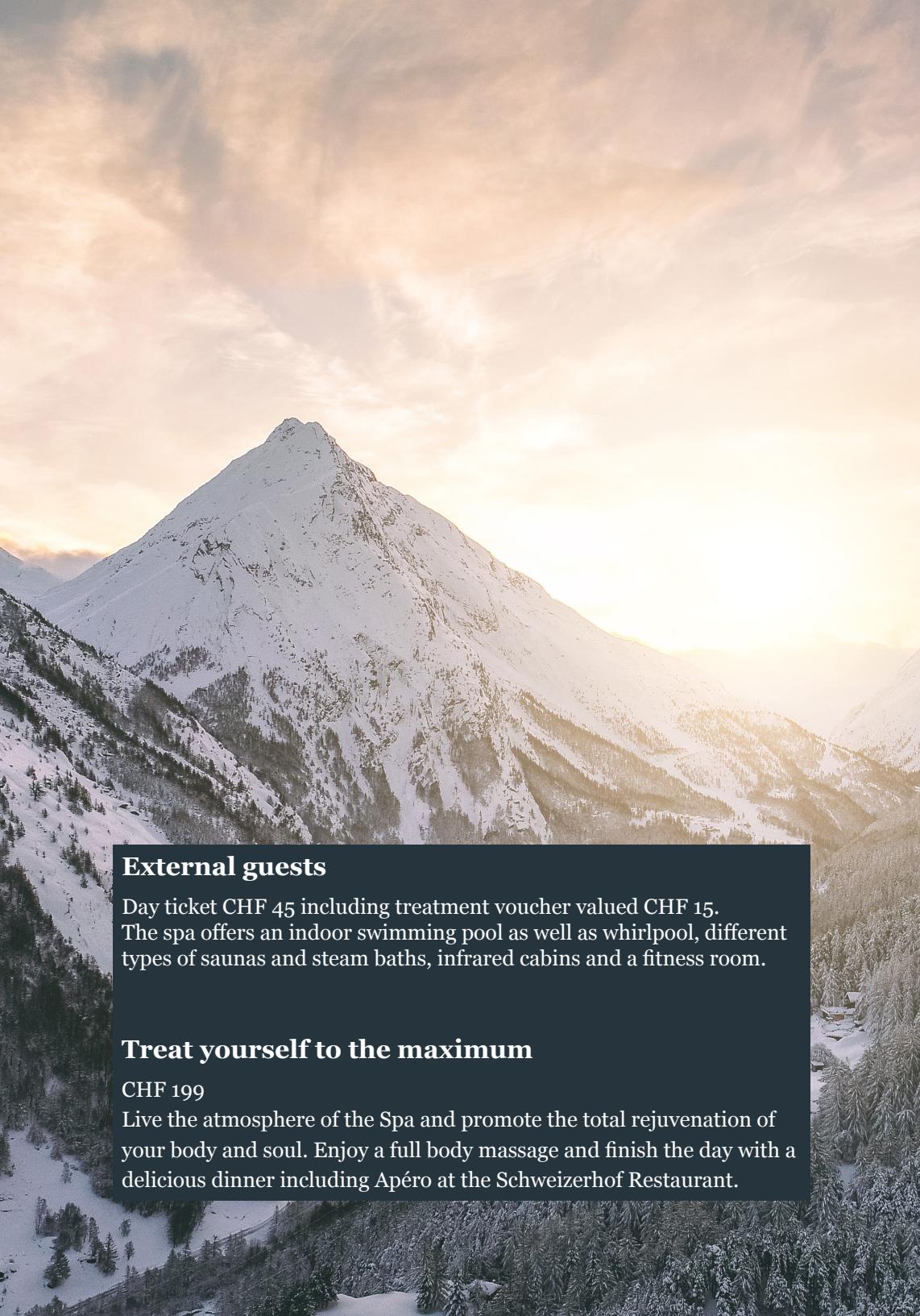
Nettoyage du visage en deux étapes, masque nourrissant suivi d'un massage des épaules et de la nuque et d'un massage des pieds.

115

### **After hike special 60 min**

Massage des jambes et des pieds avec enveloppement des jambes/pieds et le cousin chaud à la boue de tourbe.

125



## **External guests**

Day ticket CHF 45 including treatment voucher valued CHF 15.  
The spa offers an indoor swimming pool as well as whirlpool, different types of saunas and steam baths, infrared cabins and a fitness room.

## **Treat yourself to the maximum**

CHF 199

Live the atmosphere of the Spa and promote the total rejuvenation of your body and soul. Enjoy a full body massage and finish the day with a delicious dinner including Apéro at the Schweizerhof Restaurant.

# **Spa etiquette**

---

The Schweizerhof Spa is open for you daily.

Swimwear, bathrobe and slippers are mandatory.

A towel is provided per entry.

Visit The Schweizerhof Spa in the best of health.

It is necessary to shower before using the swimming pool, steam bath and sauna.

It is not permitted to reserve sun loungers with towels.

Children between the ages of 0 and 12 are welcome between 08:00 and 19:00.

Valuables should be kept safely in the hotel room safe.

The sauna area is a mixed nude zone.

A towel must be used for sitting/lying in the sauna without exception.

Use of the sauna is not recommended during your pregnancy.

Pets are not allowed in the Schweizerhof Spa.

24 hours' notice is required to amend or cancel your appointment, otherwise a charge of the full treatment price will occur.

Your late arrival may result in a reduction of treatment time our of consideration for the next customer, however the full treatment price will apply.

# **Opening hours**

---

Spa indoor pool 08h00–20h00

Sauna 15h00–20h00 on request also earlier

Children 08h00–19h00

Fitness 08h00 – 20h00

## **Classic massage**

---

### **Full body deluxe massage 80 min**

145

### **Full body massage 50 min**

110

### **Deep tissue massage 50 min / 80 min**

A powerful massage that relieves deep-seated tension and muscular stress. Firm manual techniques that focus on specific problem areas and relieve common complaints such as a stiff neck, lower back pain and sore and tight shoulders.

120/155

### **Sport massage 50 min**

115

### **Sport massage Pack**

A pack of 2x 50 min Sport massage.

The first before sport to activate the muscles and prevent injuries.

The second after sport. To make a full recover.

200

### **Back and neck massage 25 min**

70

### **Relaxed feet and legs 45 min**

88

### **For pregnant woman 50 min**

A relaxing back, leg, head and neck massage, intensive Skin car using nourishing massage oils.

125

### **Alpine Facial 50min**

Cleansing, nourishing mask followed by a relaxing leg, arms and shoulder massage.

110

### **Alpine Facial Express 25min**

Two step cleansing, nourishing mask followed by a shoulder and arms massage.

70

### **Child Massage 25min**

A treatment to children from 6 to 14, to help to relax, regulate anxiety and stress levels. It decreases muscle tension and increases the range of motion. Improves the quality of sleep, providing more energy and increasing the concentration.

To have healthier and happier kids.

Parents must accompany their children.

70

### **Extra Tip: Warm moor pillows**

In addition to all body massages, the warmth of the heated pillows intensify the effect of every massage.

10

# Schweizerhof Specials

---

## **Schweizerhof Signature Massage 50 min**

Our exclusive full body massage. Detoxifying and stimulating with special movements targeting muscles and sensitive areas. Guaranteed to leave you relaxed for a long time.

120

## **Aromat Therapy 50 min / 80 min**

A massage treatment including essential oils to improve psychological and physical wellbeing.

125/150

## **Hot Stone Massage 50 min/80 min (on request)**

Therapy with hot stones induces complete deep relaxation.

120/145

## **Lymph massage 50 min / 80 min**

Lymph massage is a specialized form of massage that focuses on stimulating the lymphatic system to improve lymph flow and remove toxins of your body.

120/145

## **Foot reflexology 25 min / 50 min (on request)**

Reflexology is a type of therapy that uses gentle pressure on specific points along your feet to help you feel better. This eases stress, and that helps your body work better.

70/115

## **Cupping Therapy 50 min**

Cupping is an alternative therapy that uses special cups on your skin for a few minutes to create suction. This helps in muscle pain, inflammations, increases blood flow, helps on joints pains, stimulates sensory nerves, improves relaxation and well being. This treatment is combined with massage movements, providing the most good feelings.

After treatment, the skin around the rim of the cup may be marked in a circular pattern. This mark can last 1 to 2 days.

110

## **Private Spa (time for two)**

---

### **SPA SUITE EMOTION 120 min**

A Sauna session together, two full-body massages for 50 minutes including warm moor pillows for a deep relaxation, a bottle of Champagne 0.375 l and a sweet amenity. Round off the evening in the whirlpool.

325

## **Body**

---

### **Aloe Vera body scrub with salt crystals 25 min**

50

### **Aloe Vera body scrub with salt crystals followed by a deep tissue back massage 50 min**

115

### **Detox-Pack with warm moor pillows for an intense relaxation 40 min**

70

## **Combination relaxation**

---

### **Warm mountain moor pack with a back massage 50 min**

115

### **Good night boost with foot massage 50 min**

Two-step cleansing, nourishing mask with a head and shoulder massage followed by a foot massage.

115

### **After hike special 60 min**

Leg and foot massage followed by a leg and foot pack incl. warm moor pillows.

125



## **Kosmetik**

Für kosmetische Behandlungen arbeiten wir sehr eng mit Christiane Anthamatten zusammen. Die dipl.Visagistin und Kosmetikerin aus Saas-Fee ist die perfekte Ansprechpartnerin wenn es um ihre Hautbedürfnisse geht.

Sie bietet eine Reihe verschiedener Gesichtsbehandlungen der Marke BABOR und Dr. BABOR an sowie ayurvedische Anwendungen.

Bei Interesse setzen sie sich bitte direkt mit Christiane in Verbindung. Sie freut sich über ihre Anmeldung unter der Telefonnummer: 0041 79 637 43 55 oder schreiben sie eine e-Mail : [christiane@asklepion.ch](mailto:christiane@asklepion.ch)

Weiter Infos finden sie unter: [www.asklepion.ch](http://www.asklepion.ch)

## **Cosmétiques**

Pour les traitements cosmétiques, nous travaillons en étroite collaboration avec Christiane Anthamatten. Cette visagiste et esthéticienne diplômée de Saas-Fee est l'interlocutrice idéale pour répondre aux besoins de votre peau.

Elle propose toute une série de soins du visage de la marque BABOR et Dr. BABOR ainsi que des applications ayurvédiques.

Si vous êtes intéressé(e), veuillez prendre contact directement avec Christiane. Elle se réjouit de votre inscription au numéro de téléphone :

0041 79 637 43 55 ou envoyez un e-mail : [christiane@asklepion.ch](mailto:christiane@asklepion.ch)

Vous trouverez plus d'informations sur : [www.asklepion.ch](http://www.asklepion.ch)

## **Cosmetics**

For cosmetic treatments, we work very closely with Christiane Anthamatten. The qualified make-up artist and beautician from Saas-Fee is the perfect contact when it comes to your skin needs.

She offers a range of different BABOR and Dr. BABOR facial treatments as well as Ayurvedic treatments.

If you are interested, please contact Christiane directly. She will be pleased to receive your application under the telephone number :

0041 79 637 43 55 or write an e-mail : [christiane@asklepion.ch](mailto:christiane@asklepion.ch)

For further information please visit: [www.asklepion.ch](http://www.asklepion.ch)

Pure Relaxation

