



---

TSCHUGGEN BERGOASE  
by Mario Botta



---

## SPA MENU

2010/2011

## GUT ZU WISSEN

---

Wir möchten, dass Sie Ihren Aufenthalt bei uns geniessen und hoffen, dass folgende Informationen Ihnen dabei behilflich sind:

Bitte erscheinen Sie zehn Minuten vor Ihrem gebuchten Termin, so können Sie bereits vor der Behandlung entspannen. Während dieser Zeit bitten wir Sie, uns eventuelle gesundheitliche Besonderheiten mitzuteilen.

Für unsere Massagen und Körperbehandlungen stellen wir Ihnen einen Einmalslip zur Verfügung. Für Behandlungen wie die Thai-Massage erhalten Sie von uns der jeweiligen Behandlung angemessene Kleidung.

Sollten Sie zu spät kommen und der Therapeut bzw. der Raum sind anschliessend wieder gebucht, haben Sie bitte Verständnis, dass wir Ihre Behandlung dementsprechend kürzen müssen.

---

Falls Sie einen Termin aus persönlichen Gründen nicht wahrnehmen können, teilen Sie uns dies bitte bis 24 Stunden vor der vereinbarten Behandlung mit, andernfalls müssen wir 50 Prozent des Anwendungspreises verrechnen. Bei Nichterscheinen wird der gesamte Betrag verrechnet.

Bitte beachten Sie das generelle Rauchverbot im gesamten Spa Bereich. Aus Rücksicht auf andere Gäste bitten wir Sie, auf die Benutzung von Mobiltelefonen zu verzichten.

Wir möchten Träume wahr werden lassen! Sollten Sie eine Behandlung nicht in unserem Spa Menu finden, wenden Sie sich bitte an die Spa Réception. Gerne stellen wir Ihnen Ihre individuelle Behandlung zusammen.

# KOSMETIK UND BEAUTY

			CHF
MAKE-UP	TAGES-MAKE-UP	ca. 30 Min.	50
	ABEND-MAKE-UP	ca. 45 Min.	80
GESICHT UND AUGEN	WIMPERN FÄRBEN	20 Min.	30
	In der Behandlung		25
	BRAUEN FÄRBEN	10 Min.	25
	In der Behandlung		20
	WIMPERN UND BRAUEN FÄRBEN	35 Min.	50
In der Behandlung		40	
	BRAUEN ZUPFEN (je nach Aufwand)	ab 20 Min.	25
HAARENTFERNUNG MIT WACHS	Oberlippe/Kinn		ab 20
	Bikinizone oder Achseln		ab 35
	Beine halb		ab 55
	Beine ganz		ab 90
	Beine inklusive Bikini		ab 120

CHF

---

**GESICHT UND AUGEN**

**KLASSISCHE GESICHTSBEHANDLUNG**

90 Min.

180

Speziell auf den Hautzustand abgestimmte Gesichtsbearbeitung, bestehend aus Reinigung, Peeling, Dampf, Ausreinigung, Massage, Maske, Abschlusspflege und Tages-Make-up.

---

**CLARINS**

**HÄNDE UND PFLANZEN – EINE VERBINDUNG,  
DIE UNTER DIE HAUT GEHT**

Clarins Behandlungswelten sind die Begegnungsorte zwischen Pflanzen und Händen, dem feinfühligsten und intelligentesten Werkzeug des Menschen. Gezielte Massagegriffe und pflegende Texturen bringen die wertvollen Pflanzenextrakte zu vollendeter Entfaltung.

Clarins Aromatiques Gesichtsbearbeitung

50 Min.

140



## SENSAI HARMONISING & CARE

Traditionen aus dem Fernen Osten werden mit neuesten, westlichen Technologien harmonisch vereint. Der Einsatz exklusiver Sensai-Hautpflegeprodukte in Kombination mit neuartigen Massagetechniken führt zu einem umfangreichen Programm, das den Körper verwöhnt, den Geist erfrischt und energetisierend auf die Haut wirkt. Sensai vermittelt Ihrer Haut natürliche Schönheit und Ihnen ein Höchstmass an Wohlbefinden.

CHF

---

### SENSAI BEAUTY PREMIER

#### FACIAL DELUXE

105 Min.

250

Die ultimative Anti-Aging-Behandlung mit unserer effizientesten und luxuriösesten SENSAI Premier Produktserie, die speziell auf den Zellerneuerungsprozess der Haut ausgerichtet ist.

---

### SHIRABE

#### ADVANCED ANTI-AGING FIRING FACIAL

90 Min.

200

Intensivbehandlung zur Vorbeugung der Hautalterung und zur Verbesserung der Elastizität. Die Haut wird vollkommen revitalisiert, erhält neue Spannkraft und Falten werden sichtbar vermindert.

CHF

---

ONKAN

ADVANCED LUMINISING FACIAL

90 Min.

200

Intensivbehandlung bei müder und fahler Haut, zur Förderung der Durchblutung und zur Minderung von Pigmentstörungen. Matte und beanspruchte Haut erhält ihre jugendliche Frische zurück.

---

YURAGI

EARLY AGING SILK TOUCH TREATMENT

90 Min.

180

Grosszügige Feuchtigkeits- und Präventivbehandlung für die jüngere Kundin, mit zellaktivierender, straffender und schützender Wirkung vor freien Radikalen.

SENSAI

## DERMALOGICA

Alle Produkte dieser amerikanischen Marke sind frei von Mineralölen, Lanolin, Alkoholen sowie Farb- und Duftstoffen. Dermalogica geht mittels der systematischen Face-Mapping-Hautanalyse auf jeden Kunden individuell ein, um nicht nur effizient zu behandeln, sondern auch die Heimpflegeberatung zu optimieren.

Gesichtsbehandlungen nach dem Dermalogica-Konzept, inklusive Face Mapping:

		CHF
Akne-Behandlung	90 Min.	210
Behandlung für sensible Haut	90 Min.	210
Behandlung von erworbenen Pigmentstörungen	90 Min.	210
Power-Regenerations-Behandlung	90 Min.	210

## MICROZONE-BEHANDLUNGEN

20 Min. 75

Eine kurze, zonenorientierte Behandlung. Die Auswahl der Produkte richtet sich an zonenspezifische Probleme wie Akne, Unreinheiten, Altersflecken und trockene Haut.

# KOSMETIK FÜR DEN MANN

			CHF
AUGEN	Wimpern färben	20 Min.	30
	Brauenkorrektur	15 Min.	ab 25
HAARENTFERNUNG MIT WACHS	Achseln	20 Min.	35
	Brust/Bauch	20 Min.	ab 40
	Rücken	30 Min.	ab 40
MANIKÜRE UND PEDIKÜRE	Klassische Maniküre oder klassische Pediküre	45 Min.	70
	Spa-Maniküre oder Spa-Pediküre	70 Min.	100
	Medizinische Pediküre	60 Min.	95
RÜCKENBEHANDLUNG	Reinigung, Peeling, Dampf, Tiefenreinigung, Packung und Pflege	45 Min.	90
GESICHTSBEHANDLUNGEN	KLASSISCHE GESICHTSBEHANDLUNG Speziell auf den Hautzustand abgestimmte Gesichtsbearbeitung, bestehend aus Reinigung, Peeling, Dampf, Ausreinigung, Massage, Maske und Abschlusspflege	60 Min.	160
	Anti-Stress-Gesichtsbearbeitung mit Kopfmassage	75 Min.	175

# MANIKÜRE UND PEDIKÜRE

		CHF
MANIKÜRE UND PEDIKÜRE	Lackwechsel	30
	Nägel lackieren in der Behandlung	20
	French Lackwechsel	40
	French lackieren in der Behandlung	30
	Klassische Maniküre oder Pediküre ohne Lack	45 Min. 70
	Medizinische Pediküre ohne Lack	60 Min. 95
<hr/>		
	SPA-MANIKÜRE OHNE LACK	70 Min. 100
	Fachgerechte Maniküre inklusive eines ganzheitlichen Schönheits- und Verwöhnprogramms für Ihre Hände, bestehend aus revitalisierendem Handbad, Peeling, Anti-Age-Serum und einer feuchtigkeitsspendenden Massage.	
<hr/>		
	SPA-PEDIKÜRE OHNE LACK	70 Min. 100
	Fachgerechte Pediküre inklusive eines Verwöhnprogramms für strapazierte Füße, bestehend aus Fussbad, glättendem Peeling, feuchtigkeitsspendender Maske und Massage.	

O·P·I

# BÄDER

			CHF
ENTSPANNUNG IN DER HYDROTHERAPYWANNE	ENTSCHLACKENDES ALGENBAD	20 Min.	60
	Beschleunigt den natürlichen Fettabbau und entschlackt.		
	MEERSALZBAD	20 Min.	60
	Versorgt den Körper mit Mineralstoffen und Spurenelementen, entwässert und strafft.		
	TSCHUGGEN-SCHÖNHEITSBAD	20 Min.	60
	Honig-Milch-Salz-Bad		
	Dank Milch und Honig wird die Haut weicher und zarter, das Salz entschlackt den Körper.		
	BASISCHES BAD	20 Min.	60
	Entschlackendes und entgiftendes Vollbad, ausgleichend für Körper, Geist und Seele.		

# KÖRPERBEHANDLUNGEN

			CHF
KÖRPERPEELING CLARINS	CLARINS AROMATIQUES PEELING Reinigendes und glättendes Fruchtenzympeeling	50 Min.	140
KÖRPERPEELINGS COMFORTZONE	FRUITY PEEL BODY SCRUB Pfllegendes Ganzkörperpeeling mit Fruchtextrakten, Anti-Aging-Effekt für eine Haut wie Seide.	30 Min.	80
	AROMASOUL RITUAL SCRUB Regenerierendes, nährstoffspendendes Peeling mit ätherischen Ölen. Die Behandlung verleiht allen Hauttypen neue Energie und ein jugendliches, strah- lendes Aussehen. Wählen Sie zwischen: «Arabian Kokosnuss Peeling» – für unempfindliche Haut «Oriental Perlenstaub Peeling» – für Mischhaut «Mediterranean Olivenkern Peeling» – für resistente Haut «Indian Reis Peeling» – für feine Haut	45 Min.	130

## COMFORT ZONE

Comfort Zone kombiniert fernöstliche Weisheit mit italienischem Schönheitsideal. Die Premiumprodukte und Anwendungen bieten ein einzigartiges Wohlfühlerlebnis, individuell abgestimmt auf die speziellen Hautbedürfnisse.

CHF

---

REDUZIEREN /  
ENTSCHLACKEN

CELLULITE REMODELLER

50 Min.

130

Die aussergewöhnlich wirksamen Substanzen Koffein und Carnitine beseitigen unerwünschte Fettpolster. Durch den Warm-Kalt-Effekt wird das Gewebe geformt und gestrafft.

---

PFLEGEN/STRAFFEN

D-AGE

50 Min.

140

Straffende Anti-Aging-Behandlung, bei der Wirkstoffe aus Tamanuöl und Walnussextrakten für Elastizität und Festigkeit sorgen. Dehnungsstreifen werden gemindert, die Haut wird gepflegt.

CHF

---

PFLEGEN/  
STRAFFEN

TRANQUILLITY TREATMENT

50 Min. 140

Intensive Pflege und Entspannung – feuchtigkeits-spendende Pflege mit Rosenholz-, Orangen- und Vanilleöl für eine seidige, erholte Haut. Sanfte Massagegriffe sorgen zusätzlich für Entspannung und Stressabbau.

---

FÜR WERDENDE MÜTTER

NEW LIFE

50 Min. 130

Pflege und Ausgleich während der Schwangerschaft. Die Kombination aus Haselnussextrakt und Minze reduziert Schwellungen an den Beinen. Leichte Massagetechniken an Rücken und Beinen lösen Verspannungen.

---

NEW MUM

50 Min. 140

Straffung und Festigung nach der Schwangerschaft  
Das einzigartige Zusammenwirken von Pflegeprodukten und Massage schenkt dem Gewebe neue Elastizität.

# MASSAGEN UND KÖRPERTHERAPIEN

		CHF
<hr/>		
<b>ORIENTAL RITUAL MASSAGE</b>	50 Min.	140
Ausgleichende Antistress-Wirkung mit Ylang Ylang, Jasmin und Vanille. Inspiriert von der traditionellen chinesischen Medizin, wirkt diese Massage entspannend und revitalisierend. Sie verbessert den Blutfluss und entspannt die Sehnen.		
<hr/>		
<b>MEDITERRANEAN RITUAL MASSAGE</b>	50 Min.	140
Entschlackende und entspannende Wirkung mit Bergamotte, Zitrone und Basilikum. Mediterrane Wärme und die Kraft des Meeres fließen in diese Massage mit wellenartigen, sanften Elementen.		

# MASSAGEN UND KÖRPERTHERAPIEN

			CHF
SPA-MASSAGEN	<b>KLASSISCHE GANZKÖRPERMASSAGE</b> Fördert die Durchblutung, aktiviert den Stoffwechsel und mobilisiert die Muskulatur und das Bindegewebe. Die Massage beruhigt und wirkt entspannend auf die Gelenke und Nerven, sie führt zu allgemeinem Wohlbefinden.	50 Min.	130
	<b>SPORTMASSAGE</b> Lockerung und Regeneration der Muskulatur und des Bewegungsapparates vor und nach dem Sport. Eine erfrischende Aromaöl-Mischung aus Latschenkiefer und Rosmarin fördert zusätzlich die Durchblutung.	50 Min.	150

		CHF
<hr/> TEILKÖRPERMASSAGE Nacken und Rücken werden gelockert bei Verspannung, Müdigkeit und Stress.	25 Min.	75
<hr/> RÜCKEN- UND NACKENMASSAGE MIT FUSSREFLEX Kombinierte Massage zur optimalen Entspannung	50 Min.	130
<hr/> AROMAÖL-MASSAGE Ätherische Öle gehen unter die Haut. Sie beleben oder beruhigen, entspannen und entführen Sie in eine Welt des Wohlbefindens. Wählen Sie Ihre individuelle Aroma-Essenz.	50 Min.	140

# MASSAGEN UND KÖRPERTHERAPIEN

		CHF
<hr/>		
<b>KOPF- UND NACKENMASSAGE</b>	25 Min.	75
Durch die Berührung mit leichten Massagegriffen im Kopf- und Nackenbereich werden kleinere Verspannungen gelöst. Die Techniken wirken sehr entspannend auf Körper und Seele.		
<hr/>		
<b>FUSSREFLEXZONEN-MASSAGE MIT FUSSBAD</b>	50 Min.	130
Mittels Daumendruck werden die Reflexzonen massiert und angeregt, um ganzheitlich auf den Stoffwechsel und die Organe des Körpers einzuwirken.		
<hr/>		
<b>LYMPHDRAINAGE</b>	50 Min.	130
Beruhigende, rhythmische Massagegriffe bringen die Lymphen zum Fließen und sorgen dafür, dass das Gewebe entschlackt und die Zellen besser mit Nährstoffen versorgt werden. Entwässert, entschlackt und entstaut die Gefässe.		

CHF

---

**SPEZIALMASSAGEN  
UND THERAPIEN**

**PHYSIOTHERAPIE**

50 Min. 150

Ausgebildete Physiotherapeuten stehen Ihnen zur Verfügung. Diese gehen individuell auf Ihre Probleme und Wünsche ein.

---

**TSCHUGGEN-MASSAGE**

75 Min. 230

«Five in one» – Geniessen Sie das exklusive Tschuggen-Massagerlebnis. Fünf verschiedene Anwendungen in Form einer exklusiven Massage. Und alle haben ein gemeinsames Ziel: Ihre Entspannung.

---

**THAI-MASSAGE**

105 Min. 250

Diese einzigartige Massagetechnik hat ihren Ursprung in der asiatischen Yoga-Philosophie. Durch das Dehnen, Strecken und Kneten werden die Muskeln energetisch belebt und geschmeidig erhalten. Diese Behandlung wird auf einem Futon durchgeführt, der Gast ist dabei bekleidet.

# MASSAGEN UND KÖRPERTHERAPIEN

		CHF
<hr/>		
<b>LOMI LOMI NUI</b>	90 Min.	240
<p>Sie wird auch Königin aller Massagen genannt. Lomi bedeutet «drücken, kneten, reiben». Nui heisst «wichtig, einzigartig, gross». Die uralte hawaiianische Massagetechnik «Lomi Lomi Nui» diente den Hawaiianern zur physischen, emotionalen, mentalen und spirituellen Reinigung. Kostbare Öle werden im Wechsel von sanften und kräftigen Griffen einmassiert. Eine körperbetonte Behandlung.</p>		
<hr/>		
<b>STONE THERAPY</b>	75 Min.	200
<p>Die einzigartige Massage mit warmen Basaltsteinen und kühlen Marmorsteinen regt den Stoffwechsel an. Gleichzeitig bewirkt die Energiearbeit eine tiefe muskuläre und mentale Entspannung. Alle unsere Therapeuten verfügen über eine zertifizierte Ausbildung.</p>		

		CHF
<hr/>		
BREUSS-MASSAGE	25 Min.	85
<p>Bei dieser Behandlung kommt es zu einer Streckung der Wirbelsäule, die den Bandscheiben mehr Raum verschafft und sie zur Regeneration anregt. Die Massage wird sanft, langsam und mit wenig Druck ausgeführt und führt zu einer ungewöhnlich tiefen Entspannung. Sie ist auch Vor- und Nachbereitung für die Anwendung der Dorn-Therapie.</p>		
<hr/>		
DORN-BREUSS-BEHANDLUNG	75 Min.	190
<p>Nach der einführenden Breuss-Massage werden mit der Dorn-Methode Fehlstellungen der Wirbelkörper mit den Fingern erfühlt und mit Daumendruck und Bewegungen des Gastes wieder in die richtige Position gebracht.</p>		

## AYURVEDA

«Vollständiges Wissen (Ved) vom Leben (ayus)». Die ayurvedische Medizin zählt zu den ältesten Gesundheitssystemen und hat ihren Ursprung in Indien. Die jahrtausendalte Wissenschaft des Ayurveda versteht den Menschen als eine Einheit von Körper, Geist und Seele. Innere Harmonie und das Gleichgewicht aller im Körper wohnenden Kräfte sind nach dem ayurvedischen Verständnis die Grundlage für ein erfülltes und gesundes Leben. Mit wunderbaren, entspannenden Ölmassagen wird eine ganzheitliche Behandlung erzielt, was Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude verstärkt.

CHF

---

## ABHYANGA

90 Min. 240

Abhyanga, die Königin der Ölmassagen im Ayurveda. Genießen Sie diese Massage, die tiefgreifend auf Körper und Seele wirkt. Mit duftenden Ölen, ausholenden Streich- und Kreisbewegungen sowie einer punktuellen Druckmassage wird Ihr gesamter Körper harmonisiert und entspannt. Laut den alten indischen Schriften wirkt die Massage verjüngend, die Haut wird weicher, geschmeidiger und erstrahlt in voller Blüte.

CHF

---

### PADABHYANGA

50 Min. 155

Unsere Füße tragen uns durchs Leben. Padabhyanga ist auch ein guter Einstieg in den Ayurveda. Mit warmen Kräuterölen werden die Füße harmonisiert und belebt. Padabhyanga wirkt ausgleichend bei Kopfschmerzen, Nervosität, Schlafstörungen und Kältegefühl. Marmapunkte werden aktiviert und der Fluss der Lebenskraft wird erweckt.

---

### SHIRODARA

60 Min. 190

Tauchen Sie ein in andere Welten. Dieser Stirn-Ölguss mit harmonisierender Kopfmassage wirkt ausgleichend und entspannend auf das vegetative Nervensystem. Warmes Sesamöl wird in sanften Schwingungen über die Stirn gegossen. Sie erleben eine noch nie gekannte Tiefenentspannung.

Einzelne Behandlungen können nicht täglich angeboten werden, da sie nur von ausgebildeten Spezialistinnen praktiziert werden. Besten Dank für Ihr Verständnis.

# COIFFEUR

## LA BIOSTHETIQUE – EINFACH SCHÖNES HAAR

LA BIOSTHETIQUE PARIS steht seit 50 Jahren für ein klares Profil, Qualitätsprodukte, Innovationen, exklusive Dienstleistungen und die Entwicklung internationaler Haar- und Beauty-Trends.

Alle Produkte basieren auf sorgsamster, fein abgestimmter Rohstoffauswahl der höchsten Qualitätsklasse und unterliegen strengsten dermatologischen Verträglichkeits- und Wirksamkeitstests an deutschen Universitätskliniken.

CHF

---

### DAMEN

Waschen, Legen/Föhnen	ab 70
Waschen, Haarschnitt, Legen/Föhnen	100–120
Hochsteckfrisur/Abendfrisur	pro 20 Min. ab 30
Frisieren	ab 15

---

### HERREN

Waschen, Schneiden, Föhnen	65
Waschen, Schneiden, Föhnen inklusive Lotion und Massage	85
Fassonieren	30

CHF

---

FÄRBEN	Färben	ab 80
	Mèches	ab 100
	Tönen	ab 60

---

PFLEGE	Lotion mit Massage	20
	Packung	ab 15
	Intensivpflege «Action 2 Phase»	ab 30
	Kopfhautpeeling mit Lotion	40

---

KINDER	Haarschnitt (bis 12 Jahre)	30–50
--------	----------------------------	-------

### MUSCIDA UND POLARIS

Unsere beiden Spa Suiten «Polaris» und «Muscida» bieten Ihnen einen ganz privaten und unvergesslichen Luxus für zwei oder mehrere Stunden. Neben Whirlpool, Dampfbad und Sauna können Sie Ihre Kosmetik- oder Massagebehandlungen dazu reservieren. Gerne erfüllen wir Ihnen auch Ihre Getränke- und Essenswünsche, damit Sie sich in diesem schönen Raum unter dem Sternenhimmel komplett entspannen können.

		CHF
MUSCIDA (70 m <sup>2</sup> )	2 Stunden	300
jede weitere Stunde		100
<hr/>		
POLARIS (100 m <sup>2</sup> )	2 Stunden	400
jede weitere Stunde		100

---

**SWEET ROMANCE für 2 Personen**

3 Stunden 630

Erleben Sie unvergessliche Momente zu zweit, bei einem Glas Champagner im Whirlpool unter den funkelnden Sternen von Arosa in unserer Spa Suite «Polaris». Eine entspannende Paar-Aromaölmassage (25 Minuten, mit individuellen Aroma-Essenzen) entführt Sie in eine Welt des Wohlbefindens. In der Sauna werden Sie von einem zarten Rosenduft umhüllt, und eine angenehme Erfrischung bietet unser Eukalyptus-Dampfbad.

---

**MOUNTAIN COTTAGE für 2 Personen**

2 Stunden 330

Wellness pur in unserer Spa Suite «Muscida». Im Whirlpool warten wohltuende Bergkräuteressenzen. Pflegen Sie Ihre Haut mit einem Berghonig-Salz-Peeling in unserem Dampfbad, und erleben Sie erfrischende Eisminze bei einem Saunagang. Eine Auswahl an Teespezialitäten rundet den perfekten Aufenthalt ab.

## FITNESS UND GYMNASTIK

Innerhalb unseres Wochenprogramms bieten wir verschiedenste Gruppenkurse wie z.B. Aqua Gym, Pilates, Yoga, Stretching, Schneeschuhwandern kostenlos an. Alle Trainings können auch im Rahmen eines Personalcoachings gebucht werden.

			CHF
PERSONALCOACHING	1 Person	50 Min.	100
	2 Personen	50 Min.	150

Die Basis für ein komplett vernetztes Fitnesstraining: Dank der Wellness-System-Technologie werden Sie beinahe automatisch durch Ihr Trainingsprogramm begleitet. Ein Mikrochip dient als Datenträger und ersetzt den Trainingsplan auf Papier. Die einzelnen Geräte erkennen Ihre optimale Sitzposition, das gewünschte Trainingsgewicht sowie die Übungsanzahl. Gerne programmieren wir Ihnen den auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten Chip und stellen Ihnen ein Training zusammen.

CHF

---

TECHNOGYM®	Geräteinführung und Training mit neutralem Chip	kostenlos
WELLNESS-SYSTEM	Geräteinführung und Programmierung eines individuellen Trainingsplanes	50

---

SOLARIUM iBED	4 Minuten	6
---------------	-----------	---

# ARRANGEMENTS

		CHF
<hr/>		
RELAX TO THE MAX!	125 Min.	330
Für absolute Entspannung		
– Basisches Bad		
– Body Scrub		
– Tschuggen Massage		
<hr/>		
MEN'S BIZZ	175 Min.	380
Balance für Körper und Seele		
– Anti-Stress Gesichtsbildung mit Kopfmassage		
– Sportmassage		
– Personalcoaching nach Wahl		
<hr/>		
LUCKY LADY	170 Min.	320
Mit Genuss noch schöner!		
– Cellulite Remodeller zur Formung und Straffung des Gewebes		
– Clarins Aromatiques Gesichtsbildung		
– Besuch beim Coiffeur zum Waschen, Legen/Föhnen		

## PREISE FÜR EXTERNE GÄSTE

---

		CHF
MEMBER	1 Monat	400
	10 Monate	2500
	Wintersaison (Dezember bis April)	1500
	Sommersaison (Juni bis November)	1300
	Winter- oder Sommersaison ohne Samstag und Sonntag	1250

Der Preis beinhaltet die freie Nutzung der gesamten Bergoase mit Fitnessclub, dem Sauna- und Dampfbadbereich, den Ruheräumen sowie der ganzen Wasserwelt, inklusive Bademantel, Frotteewäsche, Erfrischungen und Früchte. Die Teilnahme an unserem Sport- und Fitnessprogramm ist ebenfalls inbegriffen. Kinder haben ab 16 Jahren Zutritt zum Spa. Die Bergoasen-Memberkarte ist persönlich und nicht übertragbar. Die Mitgliederzahl ist limitiert. Alle Treatments werden zusätzlich verrechnet.

---

EINZELEINTRITTE	Frühaufsteher 8.30 bis 12.00 Uhr	65
	Nachtschwärmer 19.00 bis 21.00 Uhr	65
	Day Spa, inklusive einer 25-minütigen Massage und einem leichten Lunch	200

Nur nach Voranmeldung und nach Verfügbarkeit.

---

## GUTSCHEINE

## SCHENKEN MACHT FREUDE

Gerne stellen wir Ihnen einen Geschenkgutschein für Behandlungen Ihrer Wahl aus.

### Öffnungszeiten:

Wasserwelt, Sauna und Fitness	7.00 bis 21.00 Uhr
Behandlungen und Coiffeur	9.00 bis 20.00 Uhr

### Terminreservierungen und Auskünfte:

TSCHUGGEN GRAND HOTEL — Sonnenbergstrasse — CH-7050 Arosa — Switzerland  
Tel. +41 (0)81 378 99 99 — Fax +41 (0)81 378 99 90  
info@tschuggen.ch — www.tschuggen.ch — Member of Tschuggen Hotel Group

.....