

# Kleine Auszeit

In der hektischen Welt, in der wir leben, ist die Sehnsucht nach Erholungsinseln gross. Das zeigt sich im stetig wachsenden Wellnessmarkt – auch in der Zentralschweiz.

Text: Maria Dutler | Bild: Bea Weinmann

**E**s ist lange her, mindestens zwanzig Jahre, da gabs den Begriff «Schönheitsfarm». Er war nicht nur positiv besetzt. Man spöttelte ganz gerne über die mittelalterlichen bis älteren Frauen, die sich auf einer Schönheitsfarm im Tirol oder im Schwarzwald von den täglichen Strapazen im Haushalt erholten. «Man sieht ja gar nichts, hoho», musste sich so manche bei ihrer Rückkehr von Familie und Freunden anhören.

Heute spottet niemand mehr über Leute, die sich in Dampfbädern und bei Massagen entspannen wollen. Heute tun das eben nicht mehr nur Frauen, sondern auch Männer, junge wie ältere. Weil heutzutage alle im Hamsterrad strampeln. Heute heisst denn auch Wellnesshotel, was früher eine Schönheitsfarm war. Und dementsprechend gibt es inzwischen auch eine stattliche Anzahl spezialisierter Wellnesshotels in der

«Die Zentralschweiz ist in Sachen Wellness extrem gut aufgestellt.»

Schweiz. Gemäss Branchenverband Hotellerie Suisse sind derzeit total 117 solche Betriebe registriert.

Die Zentralschweiz, erklärt dazu Daniela Bär, Leiterin Kommunikation bei Schweiz Tourismus, sei diesbezüglich «extrem gut aufgestellt». Mit «Weggis Vitznau Rigi» verfüge sie über eine von insgesamt sieben zu Wellnessdestinationen erklärten Regionen in der Schweiz.



Die Zentralschweiz gehört zu den Top-Wellnessdestinationen

Tatsächlich gibt es allein am Vierwaldstättersee mehrere Hotels mit Spa- und Wellnessangeboten. Das 5-Sterne-Superior-Haus «Park Weggis» etwa zählt zu den führenden Wellnesshotels; mit den weiteren Hotels mit Spa-Bereich wie dem «Rössli», dem «Alexander», «Gerbi» und dem «Post Hotel» haben Erholungsuchende allein in Weggis die Qual der Wahl. Auch Tagesausflügler kommen in dieser Region auf ihre Kosten: etwa im Mineralbad auf Rigi Kaltbad, erbaut vom Stararchitekten Mario Botta, oder in den Bäderwelten des Migros-Fitnessparks in Luzern, wo man auf der Dachterrasse einen grossartigen Ausblick auf die Stadt hat.

Die Zentralschweiz, ist Daniela Bär überzeugt, werde ihre Wellnesskompetenz in naher Zukunft weiter etablieren. Dass sie damit vermutlich recht hat, zeigen die aktuellsten Neuzugänge auf diesem Markt: das in diesem Jahr eröffnete

«Park Hotel Vitznau» und das neue «The Chedi» in Andermatt. Auf dem Bürgenstock wiederum ist ein «Alpine Spa» geplant (siehe Box). Schon jetzt lässt es sich auf dem Bürgenstock gediegen erholen: im 5-Sterne-Superior-Hotel «Villa Honegg», einem 1905 erbauten Hotel, das nach einer Komplettrenovation vor zwei Jahren neu eröffnet wurde und nun mit einer gepflegten Bäderlandschaft inklusive atemberaubender Aussicht auf See und Berge bei seinen Gästen punkten kann.

## Zahlreiche attraktive Angebote

Aber nicht nur um und über dem Vierwaldstättersee finden sich Wellnessoasen, auch in anderen Regionen der Zentralschweiz gibt es zahlreiche attraktive Angebote: Die «Frutt Lodge» auf Melchsee-Frutt, das «Hotel Stoos» auf dem gleichnamigen Berg, das «Pano-

rama-Resort» in Feusisberg, das «Eienwäldli» in Engelberg. Und, und, und.

Wir haben für **echt** eine «Kleine Auszeit» im «Seehotel Wilerbad» im Kanton Obwalden gebucht. Der Name des Package ist Programm: Zu einer Übernachtung und einem 3-Gang-Menü am Abend gibt es sowohl am Ankunfts- als auch am Abfahrtstag freien Eintritt in den Spa-Bereich sowie eine 25-minütige Aromamassage. Selbstverständlich liesse sich das Programm noch ausbauen – durch eine längere Massage etwa oder durch eine kosmetische Behandlung. Aber wäre man dann nicht gleich wieder im Stress, alles unterbringen zu können? Nein, das wollen wir nicht, schliesslich geht es darum, sich zu erholen. Und dazu gehört, möglichst wenig Termine zu haben.

Wilen liegt am Sarnersee und schliesst an den Kantonshauptort Sarnen an. Fast Übergangslos, weil ziemlich verbaut. Das Hotel Wilerbad ist von aussen betrachtet ein unspektakulärer und funktionaler Hotelbau. Aber es wurde vor kurzem einer aufwendigen Verjüngungskur unterzogen und der Spa-Bereich sogar vollkommen neu erstellt. Tatsächlich empfängt uns – nebst freundlichem Personal – im Innern ein schön gestaltetes Entrée. Geschmackvoll mit einem nach den Jahreszeiten ausgerichteten Farbkonzept eingerichtet ist auch das sehr geräumige Zimmer. Und die Sicht auf den Sarnersee und die Bergwelt ist traumhaft – ein Wohlfühlerlebnis schon das.

#### Erlebnis für die Sinne

Wie sagt Daniela Bär von Schweiz Tourismus? «Einzigartig in der Schweiz ist das Gesamterlebnis für die Sinne», deshalb brauchten die Schweizer Wellnesshotel den Konkurrenz-Vergleich mit dem Ausland «in keiner Weise» zu scheuen. «Die Einbettung der Wellnesshäuser in die Berg- und Naturlandschaften, ein unverbauter Blick auf die Berge vom Pool aus, Abkühlung zwischen den Saunagängen auf der schneebedeckten

Terrasse, Entspannen in ursprünglicher Natur und höchste Qualität auf allen Ebenen» – damit biete die Schweiz dem Gast ein sehr gutes Preis-Leistungs-Verhältnis, sagt Bär.

Zudem hat die Schweiz in Bezug auf den Gesundheits- und Wohlfühltourismus

Gedämpftes Licht,  
warme Atmosphäre.  
Rosmarin, Lavendel,  
Eukalyptus.

eine lange Tradition. Die Anfänge reichen bis ins 19. Jahrhundert zurück, als die positive Wirkung des Höhenklimas auf die Heilung diverser Krankheiten beobachtet und später systematisch genutzt wurde. So haben auch Leute aus der Avantgarde wie etwa der Schriftsteller Thomas Mann den Ruf der Schweiz als Kurdestination in die Welt hinausgetragen.

Wir gehören zwar nicht zur Avantgarde, aber wir sind inzwischen bereit für die Massage. Gehüllt in weisse Bademäntel und ausgestattet mit Sauna- und Badetüchern machen wir uns in Frotteeschlappen auf den Weg zum Spa-Bereich – zur Insel der Glückseligkeit.

#### Totale Entspannung

Schön ist er tatsächlich, dieser Bereich. Es macht einen wirklich grad ein bisschen glücklich, hier eintreten zu dürfen. Viel Holz, grosse Fenster, schlicht und modern. Gedämpftes Licht von Kerzen und edlen Leuchten sorgt für eine wohlig-warme Atmosphäre.

Die beiden Masseurinnen geleiten uns in den Raum mit den Massagebetten. Wir haben die Wahl des Öls: Lavendel, Rosmarin oder Eukalyptus? Lavendel – weil Eukalyptus an Krankheit erinnert und Rosmarin an Bratkartoffeln. Wir liegen auf dem Bauch, den Rücken freigelegt, den Rest des Körpers warm zugedeckt. Nun sind nur noch die

flinken Hände zu spüren, die kreisend, mal mit sanftem, mal mit stärkerem Druck, den Rücken bearbeiten. Wäre man eine Katze, würde man jetzt schnurren. Die 25 Minuten gehen vorbei, bevor man in Versuchung kommt, es doch zu versuchen.

Aber es geht ja weiter mit dem Wohlfühlprogramm, nun auf eigene Faust in den Bädern und Saunen. Und weil so viel Entspannung ermattet, steht auch genügend Ruheraum zur Verfügung: eine schick möblierte Lounge, wo sich der Gast mit Knabbereien, Früchten und Getränken stärken kann, sowie ein grosszügiger Raum mit Liegestühlen und Kopfhörern, über die man Musik hören kann, ohne andere zu stören.

Momentan ist diese Gefahr allerdings gering. Einzig eine Frau befindet sich im Raum. Sie schläft und lässt sich von gar nichts stören. Auch nicht von einem eigenen kräftigen Furz. Das nennt man echte Entspannung.

wilerbad.ch



Ein Wohlfühlerlebnis: Wellness und Spa im Wilerbad bei Sarnen

## Schweben im Tank, Baden auf der Alp

Wer sich etwas Gutes tun will, muss nicht unbedingt einen Aufenthalt in einem Wellness-tempel buchen. Es gibt auch viele alternative Verwöhnprogramme.

Zum Beispiel das Floating. Was im Englischen so viel wie schweben bedeutet, ist die Bezeichnung für eines der alternativen Angebote auf dem Wellnessmarkt: Man steigt in einen mit warmem Salzwasser gefüllten Tank, macht den Deckel zu – oder auch nicht, wenn einem die Dunkelheit wenig zusagt – und «erlebt so das Gefühl der Schwerelosigkeit», wie es in der Beschreibung heisst. In dem Wasser mit hohem Salzgehalt entfällt die Last des eigenen Körpergewichts. Die geschützte Umgebung, die Wärme sowie das Gefühl, vom Wasser getragen zu werden, sollen Stress und Alltagshektik auflösen. Eine Floating-Session dauert eine Stunde; floaten kann man alleine im Tank oder als Paar in einem etwas grösseren Becken. Man entschwebt, so das Versprechen, dem Alltag.

Etwas Besonderes hat sich auch Anselm Töngi, seit bald vierzig Jahren Käser auf der Gerschnialp ob Engelberg, einfallen lassen. Statt die bei der Käseherstellung entstehende Molke wegzuschütten oder den Schweinemästereien abzugeben, bietet er während der Sommermonate (Juni bis September) auf seiner Alp Molkebäder an. Schon Kleopatra, bis heute der Inbegriff der weiblichen Schönheit, soll in Molke gebadet haben. Sie wusste offenbar bereits, dass diese wässrige Flüssigkeit die Haut weich und geschmeidig macht. Um in den Genuss eines Molkebads in der Obwaldner Bergwelt – unter freiem Himmel, umgeben von Alpenblumen – zu kommen, sollte man sich vorher anmelden. «Und sich etwas Zeit nehmen», sagt Töngi.

floating-tank.com  
alpkaeserei@bluewin.ch

# Wellness im Herzen der Schweiz

## Villa Honegg

Edel renoviertes Traditionshotel  
6373 Ennetbürgen  
villa-honegg.ch

## Hotel Stoos

Inmitten der Bergwelt  
6433 Stoos  
hotel-stoos.ch

## Hotel Wilerbad

Grosszügiger Spabereich  
6062 Wilen  
wilerbad.ch

## The Chedi

Luxuriös, neu eröffnet  
6490 Andermatt  
thechedi-anderlatt.com

## Park Hotel

Luxuriös, neu renoviert  
6354 Vitznau  
parkhotel-vitznau.ch

## Flora Alpina

Outdoor-Sauna  
6354 Vitznau  
floraalpina.ch

## Hotel Eienwäldli

Felsenerlebnisbad  
6390 Engelberg  
eienwaeldli.ch

## Fruttlodge

Europas höchstgelegenes  
4-Sterne-Hotel  
6068 Melchsee-Frutt  
fruttlodge.ch



## Swiss Holiday Park

Beliebt bei Familien  
6443 Morschach  
swissholidaypark.ch

## Hotel Rischli

Ferienhotel im Entlebuch  
6174 Sörenberg  
hotel-rischli.ch

## Hotel Waldegg

Alpines Solebad  
6390 Engelberg  
waldegg-engelberg.ch

## Hotel Montana

Art Deco Hotel, «Spa in the city»  
6002 Luzern  
hotel-montana.ch

## Palace

Luxuriöses Stadthotel  
6002 Luzern  
palace-luzern.ch

## Hotel Ländli

Grosszügige Wellnessoase  
6315 Oberägeri  
zentrum-laendli.ch

## Kurhaus St. Otmar

Fasten-Kuren, Massagen  
6353 Weggis  
kurhaus-st-otmar.ch

## Ramada Hotel Regina Titlis

Funktionales Ferienhotel  
6390 Engelberg  
ramada.de

## Ramada Hotel Feusisberg-Einsiedeln

Für Businessstreffen, Seminare  
8834 Feusisberg (Schindellegi)  
ramada-feusisberg.ch

## Hotel zum weissen Rössli

Kleiner Wellnessbereich  
Gotthardstrasse 38  
6487 Göschenen  
roessli-goeschenen.ch

## Alpenhotel Glogghuis

Whirlpool auf dem Dach  
6068 Melchsee-Frutt  
glogghuis.ch

## Hotel Alexander und Gerbi

Auch grosse Maisonette-Wohnung  
6353 Weggis  
alexander-gerbi.ch

## Hotel Rössli

Diverse Beauty-Anwendungen  
6353 Weggis  
wellness-roessli.ch

## Post Hotel

Modern, für urbanes Publikum  
6353 Weggis  
poho.ch

## Park Hotel Weggis

Luxusklasse, Anti-Age  
6353 Weggis  
parkweggis.ch

## Hotel Beau Rivage

Neueröffnung März 2014  
6353 Weggis  
beaurivage-weggis.ch

## Rigi-Kaltbad

Mineralbad und Spa (Botta-Bau)  
6356 Rigi Kaltbad  
mineralbad-rigikaltbad.ch

## Panorama Resort + Spa

Blick auf den Zürichsee  
8835 Feusisberg  
panoramaresort.ch

Die Zusammenstellung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Wer sich im Dschungel der Wellnessangebote selber etwas Schönes suchen möchte, findet im Internet diverse Websites.

myswitzerland.com  
privateselection.ch  
premiumswitzerland.com  
wvrt.ch

Anzeige

## Unverwechselbar



Dom \*\*\*

T +41(0)71 227 71 71 F +41(0)71 227 71 72  
info@hoteldom.ch www.hoteldom.ch  
Webergasse 22 9000 St.Gallen



In Andermatt und auf dem Bürgenstock gibts (bald) neue Wellness-Resorts

# Wohlfühloasen der Luxusklasse

Seit bekannt wurde, dass der ägyptische Investor Samih Sawiris mit einem Luxusresort das Urner Bergdorf Andermatt aus dem touristischen Dornröschenschlaf wecken will, ist schon viel Wasser die Reuss hinuntergeflossen. Immer wieder sorgte das Projekt auch für kritische Schlagzeilen – wegen umweltschützerischer Bedenken einerseits und grundsätzlicher Zweifel am Erfolg des Projekts andererseits. Nun jedoch ist dieser Tage das Hotel «The Chedi», das Herzstück des neuen Tourismusresorts in Andermatt, eröffnet worden.

## Das «Chedi» in Andermatt

«The Chedi»: Der Begriff umschreibt einen Ort der Stille und Einkehr in einer buddhistischen Tempelanlage. Das gleichnamige Hotel in Andermatt bietet 64 Appartements, sechs Maisonette-Penthouses, 49 Residenzen mit sieben Lofts,

Hier wird alles geboten, was eine anspruchsvolle Kundschaft erwartet.

50 Hotelzimmer und – keine Frage – als 5-Sterne-Superior-Hotel einen Spa- und Wellnessbereich der Extraklasse. Auf 2400 Quadratmetern wird alles geboten, was die anspruchsvolle Kundschaft von einer Entspannungsoase erwartet: eine vielfältige Bäder- und Saunelandschaft und zehn Deluxe-Spa-Suiten für verschiedene Anwendungen wie Massagen und kosmetische Behandlungen.

Eine besondere Perle des geschmackvoll gestalteten Wellness-Bereichs ist das 35 Meter lange, von Cheminées gesäumte Indoor-Schwimmbecken. Die Vorstellung, sich hier an einem kalten Wintertag nach

einem warmen Bad auszuruhen und auf die verschneite Landschaft draussen zu blicken, ist gewiss nicht schlecht. Ein Genuss, in den auch Einheimische via Mitgliedschaft oder durch die Buchung einer Spa-Behandlung kommen können.

## Resort auf dem Bürgenstock

Noch im Bau ist das neue «Bürgenstock Resort», ein Resort mit drei Hotels und 400 Zimmern, 68 Residence-Suiten sowie 12 Restaurants und Bars. Kurz: Das Bürgenstock Resort verspricht ein Verwöhnprogramm der Superlative. Selbstverständlich auch in Sachen Wellness: Vorgesehen ist eine 10000 Quadratmeter grosse Spa-Anlage, die damit nicht nur eine der grössten Anlagen Europas wäre, sondern mit der atemberaubenden Aussicht auf Berge und See wohl auch eine der schönsten.