



# TSCHUGGEN BERGOASE

BY MARIO BOTTA



.....  
SPA MENU

# NAIL LOUNGE

		CHF
Lackwechsel		35
Nägel lackieren in der Behandlung		20
French Lackwechsel		40
French lackieren in der Behandlung		30
Klassische Maniküre oder Pediküre ohne Lack	45 Min.	85
Medizinische Pediküre ohne Lack	60 Min.	105
<b>SPA MANIKÜRE OHNE LACK</b>	70 Min.	110
Fachgerechte Maniküre inklusive eines ganzheitlichen Schönheits- und Verwöhnprogramms für Ihre Hände, bestehend aus einem revitalisierendem Handbad, Peeling, Anti-Age-Serum und einer feuchtigkeitsspendenden Massage.		
<b>SPA PEDIKÜRE OHNE LACK</b>	70 Min.	110
Fachgerechte Pediküre inklusive eines Verwöhnprogramms für strapazierte Füsse, bestehend aus einem Fussbad, glättendem Peeling, feuchtigkeitsspendender Maske und einer Massage.		

**Londontown – der neue Nagellack:** Vegan, glutenfrei, tierversuchsfrei

Das innovative GelColor von **OPI** verspricht langanhaltende Farbe und Glanz, ohne Ihre Naturnägel zu strapazieren oder zu schädigen. Das GelColor wird wie ein Nagellack in mehreren Schichten aufgetragen und unter der LED-Lampe gehärtet. Wir bieten eine grosse Auswahl an trendigen Farben.

**OPI Infinite Shine** hingegen ist die ideale Alternative ohne gehärtetes Gel. Der Lack trocknet sehr schnell und hält bis zu 10 Tage.

		CHF
GelColor Behandlung Hände oder Füsse	ca. 30 Min.	80
GelColor komplett mit klassischer Maniküre	ca. 75 Min.	135
GelColor komplett mit klassischer Pediküre	ca. 75 Min.	135
Entfernung von OPI GelColor	ca. 30 Min.	40

**LONDONTOWN O·P·I**

# NEU – THE ORGANIC PHARMACY

Alle Inhaltsstoffe bei The Organic Pharmacy sind biologisch, 100% natürlich und werden nicht an Tieren getestet. Sie sind frei von künstlichen Farb-, Duft- und Konservierungsstoffen sowie Erdölderivaten.

Wie die Produkte von The Organic Pharmacy umfassen auch die Behandlungen das Beste aus zwei Welten: Natur und Wissenschaft. Alle Produkte zeichnen sich durch ihre reine und zu 100% wirksame Formulierung, hohe Dosierung und die Kombination von pharmazeutischem Wissen mit homöopathischen Prinzipien aus.

CHF

<b>GESICHTS- BEHANDLUNGEN</b>	ROSE CRYSTAL LYMPHATIC FACIAL	50 Min.	125
	Das ultimative Signature Treatment Tiefenreinigung, gefolgt von drei Masken für eine entschlackte, rundum strahlende Haut. Die Lymphdrainage und die Akupressurmassage straffen Ihre Haut und reduzieren Schwellungen. Die Massage von Händen und Kopfhaut lässt Sie entspannt und frisch aussehen und sorgt für einen „Glow“.	75 Min.	175

CHF

VITAMIN C AND PAPAYA ENZYME PEEL FACIAL	50 Min.	145
Erneuern und aufhellen Unsere hochwirksame Maske wirkt gezielt gegen Alters- und Pigmentflecken und einen unregelmässigen Teint. Mit den natürlichen Wirkstoffen von Hibiskus, Vitamin C, Papaya und Pflanzensäuren bringt dieses Peeling eine makellose, rundum strahlende, perfekt mit Sauerstoff versorgte Haut zum Vorschein. Sie erscheint straffer, aussergewöhnlich glatt und mit sichtbar verjüngtem Teint.		

HYDRA DIAMOND EXFOLIATION	50 Min.	155
Ideal für sonnengeschädigte Haut, Aknenarben, Altersflecken und Falten Verdichtete Diamanten gleiten über Ihre Haut, um sie zu peelen und abgestorbene Hautschüppchen zu entfernen. Mit Vitaminen angereichertes, hydralisiertes Wasser versorgt Ihre Haut mit Feuchtigkeit, eine massgeschneiderte Maske lässt sie sofort strahlender aussehen.		

# THE ORGANIC PHARMACY

<b>GESICHTS- BEHANDLUNGEN</b>	<b>COLLAGEN BOOSTING HYDRA DIAMOND NON SURGICAL FACE LIFT</b> Sofortige Straffung für fahle und müde Haut Ein Fruchtsäure-Peeling, gefolgt von einem Hydra Diamond-Peeling, hellt Ihre Haut sofort auf und versorgt sie mit Feuchtigkeit. So können die kollagenverstärkenden Wirkstoffe und das Natrium- hyaluronat mit Ultraschall besser eindringen, um Muskeln und Haut zu straffen und zu kräftigen.	75 Min.	CHF 225	<b>GESICHTS- BEHANDLUNG FÜR IHN</b>	<b>MEN'S CLASSICAL FACIAL</b> Massgeschneidert für Ihre Haut Unsere klassische Gesichtsbildung für Männer legt den Fokus auf Tiefenreinigung, Feuchtigkeitsversorgung und reparierende Pflege. Vollgepackt mit Antioxidantien, Pflanzenextrakten und Kräutern lässt diese Gesichtsbildung die Haut jünger und frischer aussehen.	50 Min.	CHF 120
-----------------------------------	---	---------	------------	---	--	---------	------------

Die Pflegebehandlung von Clarins ist ein wohltuendes Spa-Erlebnis. Exklusive Produkte und eine komplett manuelle Methode führen zu einem möglichst langanhaltenden Resultat.

## GESICHTSBEHAND- LUNGEN

**KLASSISCHE GESICHTSBEHANDLUNG** 90 Min. 190 CHF  
 Speziell auf den Hautzustand abgestimmte Gesichtsbearbeitung  
 Bestehend aus Reinigung, Peeling, Dampf, Ausreinigung, Massage,  
 Maske und Abschlusspflege.

**FEUCHTIGKEIT** 50 Min. 160 CHF  
 Während dieser Behandlung wird Ihre Haut intensiv befeuchtet und  
 genährt. Die natürliche Balance Ihrer Haut wird wiederhergestellt  
 und feinen Linien vorgebeugt.

**EXTRA SANFT** 50 Min. 160 CHF  
 Eine SOS-Behandlung für empfindliche Haut. Ihre Haut wird sofort  
 beruhigt und ausgeglichen.

**ANTI AGING** 50 Min. 160 CHF  
 Diese Behandlung wirkt extra straffend und regenerierend – für eine  
 jünger wirkende Haut.

## SENSAI SILKY SKIN FACIALS

Diese äusserst effizienten Anti-Aging Behandlungen für das Gesicht kombinieren spezielle Massagetechniken mit Pflegeprodukten, die der Haut Feuchtigkeit spenden und ihr ein vitales Aussehen verleihen.

Freuen Sie sich auf eine sanft exfolierende Doppelreinigung, eine straffende Crememassage gefolgt von einer wohltuenden Gesichtsmaske inklusive Handmassage. Zum Abschluss verwöhnen wir Ihre Haut mit einer Doppelbefeuchtung und einer einzigartigen Seidenpudermassage für das Dekolleté. Die verwendeten Produkte werden auf den jeweiligen Hautzustand und die Bedürfnisse abgestimmt. Eine Wohltat für Ihre Haut und Sinne.

CHF

## GESICHTS- BEHANDLUNGEN

### ULTIMATIVE SENSAI TSCHUGGEN BEHANDLUNG

100 Min. 250

Die effektivste Deluxe Anti-Aging Behandlung gegen die Hautalterung. Für eine frische, glatte und elastische Haut.

## LIFTING

90 Min. 210

Liftingbehandlung zur Vorbeugung des Erschlaffens der Haut im Bereich der Augen, der Wangen, des Mundes und der Gesichtskonturen.

## WRINKLE CARE

90 Min. 210

Intensivbehandlung zur Aktivierung des hauteigenen Kollagens sowie der Aufpolsterung feiner Linien.

## PURIFYING

90 Min. 210

Entspannende, tiefenreinigende Behandlung zur Talgkontrolle und Verfeinerung der Haut.

## STRAHLENDE AUGEN MIT SENSAI

45 Min. 80

Die Spezialbehandlung für Ihre Augen: Wimpern färben, Brauenkorrektur, Entspannungsmassage, intensiv pflegende Augenmaske und Abschlusspflege für strahlende Augenblicke.

# KOSMETIK

# HAARENTFERNUNG

		CHF
Tages-Make-up	ca. 30 Min.	50
Abend-Make-up	ca. 45 Min.	80
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)	20 Min.	25

## FÜR SIE

Oberlippe/Kinn

CHF

ab 20

Bikinizone oder Achseln

ab 35

Beine halb

ab 55

Beine ganz

ab 90

Beine inklusive Bikini

ab 120

## FÜR IHN

Achseln

20 Min. 35

Brust/Bauch

20 Min. ab 40

Rücken

30 Min. ab 40

Cellcosmet – Schweizer Kosmetik für Sie und Ihn.

Bewahren Sie Ihr Jugendkapital und gönnen Sie Ihrer Haut die besten Inhaltsstoffe zellularen, pflanzlichen und marinen Ursprungs. Täglich angewendet ist Cellcosmet Ihre Versicherung für die langanhaltende Schönheit Ihrer Haut.

CHF

## KÖRPER- BEHANDLUNGEN STRAFFEN UND ENTSCHLACKEN

### SWISS ANTICELLULITE

90 Min. 220

Straffende und entschlackende Ganzkörperpflege. Die Körperkonturen werden neu definiert, das Gewebe entschlackt und ein gezielter Fettabbau erreicht. Beste Resultate bei einer Kurbehandlung in Kombination mit Swiss Body Detox.

### SWISS BODYDETOX

60 Min. 150

Die reinigende, entschlackende Behandlung wirkt ideal bei Verspannungen, Müdigkeit und zur Entgiftung des Gewebes. Ideale Ergänzung zum Swiss Anti Cellulite Treatment.

CHF

### SWISS BODY GOMMAGE

30 Min. 90

Stoffwechselaktivierendes und entschlackendes Ganzkörperpeeling mit anti-cellulitischem Effekt. Verbessert die allgemeine Fettverwertung und aktiviert den Stoffwechsel. Die Haut wird ebenmässig, und Schlackestoffe werden abgebaut.

## FÜR SIE UND IHN

### SWISS BODY RELAX

60 Min. 150

Entspannende und stressabbauende Massage der Rücken- und Nackenmuskulatur mit einer intensiven Aromatherapiebehandlung und anschliessender Körperpackung.



# THE ORGANIC PHARMACY

## KÖRPER- BEHANDLUNG FÜR SIE UND IHN

### GREEN COFFEE BODY SCULPTING

Formt und definiert die Silhouette

Verbessert die Durchblutung für eine festere, schlankere Silhouette. Die Behandlung konzentriert sich auf Oberschenkel, Taille, Bauch und Gesäss. Nach dem trockenen Bürsten der Haut folgt eine stimulierende Tiefenmassage mit grünem Kaffee und Chili-Öl, um die Lymphdrainage anzuregen, die Durchblutung zu verbessern und damit Schwellungen und Wassereinlagerungen zu reduzieren.

60 Min.

CHF  
150

# HYDROTHERAPIE

### ENTSCHLACKENDES ALGENBAD

Beschleunigt den natürlichen Fettabbau und entschlackt.

20 Min.

CHF  
55

### INGWER-MEERSALZ-BAD

Ingwer löst Verspannungen, verleiht Körper und Geist neue Energie und schenkt neue Lebensfreude.

20 Min.

CHF  
55

# MASSAGEN UND KÖRPERTHERAPIEN

			CHF				CHF
<b>SPA MASSAGEN</b>	<b>KLASSISCHE GANZKÖRPERMASSAGE</b>	50 Min.	150	<b>KOPF- UND NACKENMASSAGE</b>	25 Min.	90	
	Die Massage beruhigt, wirkt ausgleichend und führt zu allgemeinem Wohlbefinden. Durch eine gezielte Grifftechnik werden verspannte Muskeln gelockert und die Durchblutung angeregt.	75 Min.	190		Durch die Berührung mit leichten Massagegriffen im Kopf- und Nackenbereich werden kleinere Verspannungen gelöst. Die Behandlung wirkt sehr entspannend auf Körper und Seele.		
	<b>SPORTMASSAGE</b>	50 Min.	165		<b>AROMAÖL-MASSAGE</b>	50 Min.	155
	Lockerung und Regeneration der Muskulatur und des Bewegungsapparates vor und nach dem Sport. Eine erfrischende Aromaölmischung aus Latschenkiefer und Rosmarin fördert zusätzlich die Durchblutung.				Ätherische Öle entführen Sie in eine Welt des Wohlbefindens. Entspannend und beruhigend oder lieber belebend und stärkend? Wählen Sie Ihre individuelle Aroma-Essenz.		
	<b>RÜCKEN- UND NACKENMASSAGE</b>	25 Min.	90		<b>FUSSREFLEXZONEN-MASSAGE MIT FUSSBAD</b>	50 Min.	150
Nacken- und Rückenmuskulatur werden bei Verspannung, Müdigkeit und Stress gelockert.	50. Min	150	Mittels Druckmassage werden die Reflexzonen massiert und angeregt, um ganzheitlich auf den Stoffwechsel und die Organe des Körpers einzuwirken.				
<b>RÜCKEN- UND NACKENMASSAGE MIT FUSSREFLEX</b>	50 Min.	150	<b>LYMPHDRAINAGE</b>	50 Min.	150		
Kombinierte Massage zur optimalen Entspannung.			Beruhigende, rhythmische Massagegriffe bringen die Lymphen zum Fliesen und sorgen dafür, dass das Gewebe entschlackt und die Zellen besser mit Nährstoffen versorgt werden. Entwässert, entschlackt und entstaut die Gefässe.				

# MASSAGEN UND KÖRPERTHERAPIEN

			CHF				CHF
<b>TSCHUGGEN SIGNATURE TREATMENTS</b>	<b>TSCHUGGEN-MASSAGE</b>	75 Min.	230	<b>SPEZIAL- MASSAGEN UND -THERAPIEN</b>	<b>THAI-MASSAGE</b>	105 Min.	250
	„Five in one“ – Geniessen Sie das exklusive Tschuggen-Massage-erlebnis. Fünf verschiedene Anwendungen in Form einer exklusiven Massage. Und alle haben ein gemeinsames Ziel: Ihre Entspannung.				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.	80 Min.	220
	<b>SKIFAHRER/BERGSTEIGER MASSAGE</b>	55 Min.	155		<b>PHYSIOTHERAPIE</b>	50 Min.	165
	Diese Massage macht müde Beine munter: Zu Beginn erfrischt ein wohltuendes Bad mit Latschenkiefer die beanspruchten Füsse, im Anschluss trägt eine entspannende und lockernde Fuss- und Beinmassage zur optimalen Regeneration der Muskulatur bei. Damit dem nächsten Ski- und Wandertag nichts im Wege steht.				Ausgebildete Physiotherapeuten stehen Ihnen zur Verfügung. Diese gehen individuell auf Ihre Probleme und Wünsche ein.		

# MASSAGEN UND KÖRPERTHERAPIEN

		CHF			
TAPING – WIR KLEBEN SIE WIEDER FIT	pro 10 Min.	25		STONE THERAPY	75 Min. 200
Taping wirkt auf viele verschiedene akute und chronische Beschwerden schmerzlindernd und fördert den Heilungsprozess. Die Behandlung erfolgt durch das Anbringen von elastischen Kleb- bändern auf Baumwollbasis direkt auf die Haut. Dort verbleiben die Klebestreifen zwischen einigen Tagen und bis zu zwei Wochen. Einzeltape während der Physiobehandlung kostenlos.				Die einzigartige Massage mit warmen Basalt- und kühlen Marmorsteinen regt den Stoffwechsel an. Gleichzeitig bewirkt die Energiearbeit eine tiefe muskuläre und mentale Entspannung.	
LOMI LOMI NUI	90 Min.	240		FULLY INDIVIDUAL	50 Min. 150
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 spiritu- ellen Reinigung. Kostbare Öle werden im Wechsel von sanften und kräftigen Griffen einmassiert. Eine Behandlung für Körper und Seele.				Wählen Sie Ihren Schwerpunkt, den Bereich, die Intensität und Behandlungsdauer, um Schmerzen zu lindern und Entspannung zu erreichen. Unsere Therapeuten können Techniken aus verschiedenen Aus- und Weiterbildungen anwenden, welche flexibel und ganz auf Ihre Bedürfnisse zu einer einzigartigen Behandlung zusamme- stellt werden.	

# MASSAGEN UND KÖRPERTHERAPIEN

## 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.

## PADABHYANGA

50 Min. 160

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 Spezialistinnen und Spezialisten praktiziert werden. Wir danken für Ihr Verständnis.

# SPA SUITEN

## MUSCIDA UND POLARIS

Unsere beiden Spa Suiten „Muscida“ und „Polaris“ 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
POLARIS (100 m <sup>2</sup> , inkl. TV mit Netflix Funktion)	2 Stunden	400
	jede weitere Stunde	100

## SUITEN ARRANGEMENTS

### SWEET ROMANCE FÜR 2 PERSONEN

Erleben Sie romantische Momente unter den Bergoase Lichtsegeln in einer unserer grosszügigen Spa Suiten. Ob im Whirlpool mit Rosenblättern, in der Sauna oder im Dampfbad: Relaxen Sie nach Lust und Laune und geniessen Sie dabei kleine Gaumenfreuden und eine Flasche Champagner.

3 Stunden 480 CHF

### BÜNDNER COTTAGE FÜR 2 PERSONEN

Wellness pur und privat entspannen in einer unserer Spa Suiten. Entspannen Sie nach dem Wandern oder Skifahren bei einer 25-minütigen Massage mit Latschenkiefer, um im Anschluss in der Sauna oder im Dampfbad die Seele baumeln zu lassen. Ein Bündler Plättli mit Käse und Bündnerfleisch sowie eine kleine Flasche Pinot Noir runden Ihr Bündner Erlebnis ab.

3 Stunden 560 CHF

# COIFFEUR

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

		CHF
<b>DAMEN</b>	Waschen, Föhnen	ab 55
	Waschen, Legen	ab 70
	Waschen, Haarschnitt, Föhnen/Legen	ab 120
	Hochsteckfrisur/Abendfrisur	ab 80
	Frisieren	ab 35
<b>HERREN</b>	Waschen, Schneiden	60
	Fassonieren	30
<b>FÄRBEN</b>	Färben	ab 80
	Mèches	ab 100
	Tönen	ab 60

# PREISE FÜR EXTERNE GÄSTE

		CHF
<b>EINZELEINTRITTE</b>	Kinder/Jugendliche 4 bis 15 Jahre	45
	Frühaufsteher 8.30 bis 12 Uhr	65
	Mittagsgeniesser 12 bis 15 Uhr	65
	Nachtschwärmer 19 bis 21 Uhr*	65
	Eintritt nach einer Kosmetik- oder Massagebehandlung (3 Std.)	35
	Day Spa, inklusive einer 25-minütigen Massage und einem leichten Lunch	200
<b>ABONNEMENT</b>	10er-Abonnement	500
	<b>MEMBER</b>	
	1 Monat	400
	Sommer- und Wintersaison	2200
	Wintersaison (Ende November bis April)	1500
	Sommersaison (Juli bis September)	1000
	Wintersaison ohne Samstag und Sonntag	1250

Nur nach Voranmeldung und nach Verfügbarkeit.

Der Preis beinhaltet die freie Nutzung der gesamten Bergoase mit Fitnessclub, dem Sauna- und Dampfbadbereich, den Ruheräumen sowie der ganzen Wasserwelt, inklusive Bademantel, Handtücher, Erfrischungen und Früchte. Die Teilnahme an unserem Sport- und Fitnessprogramm ist ebenfalls inbegriffen.

Kinder unter 4 Jahren haben keinen Zutritt zur Tschuggen Bergoase.

Die Bergoasen-Memberkarte ist persönlich und nicht übertragbar. Die Mitgliederzahl ist limitiert.

\* Andere Öffnungszeiten während der Sommersaison.

**LA BIOSTHETIQUE®**  
PARIS

# GUT ZU WISSEN

Ob eine wohltuende Massage, eine belebende Behandlung oder ein beruhigendes Bad: Wir lassen Wellness-Träume wahr werden. Damit Sie Ihren Spa-Besuch in vollen Zügen genießen und von einer Behandlung optimal profitieren können, möchten wir Sie über ein paar wichtige Punkte informieren:

Sollten Sie zu spät kommen, haben Sie bitte Verständnis dafür, dass wir Ihre Behandlung entsprechend kürzen müssen, falls der Therapeut oder der Behandlungsraum im Anschluss gebucht sind. Bitte teilen Sie uns bis 24 Stunden vorher mit, falls Sie einen Termin nicht wahrnehmen können, ansonsten müssen wir 50% des Behandlungspreises verrechnen. Bei Nichterscheinen wird der Gesamtbetrag verrechnet. Preisänderungen vorbehalten.

Im gesamten Spa-Bereich ist das Rauchen verboten. Aus Rücksicht auf andere Gäste bitten wir Sie, keine Mobiltelefone zu benutzen. Tiere haben keinen Zutritt zum Spa.

Sollten Sie Ihre gewünschte Behandlung nicht in unserem Angebot finden, wenden Sie sich bitte an die Spa-Rezeption. Gerne organisieren wir für Sie eine individuelle Behandlung oder ein Personal Coaching.

## GUTSCHEINE

### SCHENKEN MACHT FREUDE

Gerne stellen wir Ihnen einen Geschenkgutschein Ihrer Wahl aus. Auch als Print@Home.

## ÖFFNUNGSZEITEN

Täglich geöffnet

## WASSERWELT, SAUNA UND FITNESS

07.00 bis 21.00 Uhr (Winter)  
07.00 bis 20.00 Uhr (Sommer)

## BEHANDLUNGEN UND COIFFEUR

09.00 bis 20.00 Uhr

## SPA-REZEPTION

08.00 bis 21.00 Uhr (Winter)  
08.00 bis 20.00 Uhr (Sommer)

## KONTAKT

TERMINRESERVIERUNGEN UND AUSKÜNFTE  
Tel. +41 81 378 95 95 oder [bergoase@tschuggen.ch](mailto:bergoase@tschuggen.ch)



TSCHUGGEN GRAND HOTEL – Tschuggentorweg 1 – 7050 Arosa – Switzerland  
Tel. +41 81 378 99 99 – [info@tschuggen.ch](mailto:info@tschuggen.ch) – [www.tschuggen.ch](http://www.tschuggen.ch)  
Member of Tschuggen Hotel Group



A MEMBER OF  
THE LEADING HOTELS  
OF THE WORLD



SWISS DELUXE HOTELS

**Traveller Made®**  
*Hotel Partner*