



---

# TSCHUGGEN BERGOASE

BY MARIO BOTTA



---

SPA MENU

## 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:

Bitte kommen Sie zehn Minuten vor Ihrem gebuchten Termin, damit Sie entspannt in die Behandlung gehen können, und teilen Sie uns gesundheitliche Besonderheiten mit.

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, 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.

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-Réception. Gerne organisieren wir für Sie eine individuelle Behandlung oder ein Personal Coaching.

Preisänderungen vorbehalten.

## NAIL LOUNGE

---

		CHF
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.	75
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 einem 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 einem Fussbad, glättendem Peeling, feuchtigkeitsspendender Maske und einer Massage.		

## SPEZIALLACKE

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.	70
GelColor Komplett mit klassischer Maniküre	ca. 75 Min.	125
GelColor Komplett mit klassischer Pediküre	ca. 75 Min.	125
Entfernung von OPI GelColor	ca. 30 Min.	30
Aufpreis für Lackieren mit Infinite Shine		5

# O·P·I

# GESICHTSBEHANDLUNGEN

CHF

---

## KLASSISCHE GESICHTS- BEHANDLUNG

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

90 Min. 190

## CLARINS

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

---

## FEUCHTIGKEIT

Während dieser Behandlung wird Ihre Haut intensiv befeuchtet und genährt. Die natürliche Balance Ihrer Haut wird wiederhergestellt und feinen Linien vorgebeugt.

50 Min. 160

		CHF
<hr/>		
EXTRA SANFT	50 Min.	160
Eine SOS-Behandlung für empfindliche Haut. Ihre Haut wird sofort beruhigt und ausgeglichen.		
<hr/>		
ANTI AGING	50 Min.	160
Diese Behandlung wirkt extra straffend und regenerierend – für eine jünger wirkende Haut.		
<hr/>		
STRAHLEND UND REIN	50 Min.	160
Eine Behandlung mit mattierender und reinigender Wirkung – für einen klaren Teint.		



# GESICHTSBEHANDLUNGEN

## SENSAI SILKY SKIN FACIAL

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 Doppelfeuchtigkeit 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

---

ULTIMATIVE SENSAI TSCHUGGEN BEHANDLUNG	100 Min.	250
--	----------	-----

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



		CHF
<hr/>		
LUMINIZING	90 Min.	210
Intensivbehandlung gegen müde, fahle Haut und gegen lichtbedingte Pigmentstörungen zur Verbesserung der Durchblutung und Regenerationsförderung.		
<hr/>		
LIFTING	90 Min.	210
Liftingbehandlung zur Vorbeugung des Erschlaffens der Haut im Bereich der Augen, der Wangen, des Mundes und der Gesichtskonturen.		
<hr/>		
WRINKLE CARE	90 Min.	210
Intensivbehandlung zur Aktivierung des hauteigenen Kollagens sowie der Aufpolsterung feiner Linien.		
<hr/>		
PURIFYING	90 Min.	210
Entspannende, tiefenreinigende Behandlung zur Talgkontrolle und Verfeinerung der Haut.		

## 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 Pigmentstörungen	90 Min.	210
Power-Regenerations-Behandlung	90 Min.	210

# KOSMETIK

			CHF
MAKE-UP	TAGES-MAKE-UP	ca. 30 Min.	50
	ABEND-MAKE-UP	ca. 45 Min.	80
	WIMPERN FÄRBEN In der Behandlung	20 Min.	30 25
	BRAUEN FÄRBEN In der Behandlung	10 Min.	25 20
	WIMPERN UND BRAUEN FÄRBEN In der Behandlung	35 Min.	50 40
	BRAUEN ZUPFEN (je nach Aufwand)	20 Min.	25
	STRAHLENDE AUGEN MIT SENSAI Die Spezialbehandlung für Ihre Augen: Wimpern färben, Brauenkorrektur, Entspannungsmassage, intensiv pflegende Augenmaske und Abschlusspflege für strahlende Augenblicke.	45 Min.	80

# HAARENTFERNUNG / WAXING

		CHF	
HAARENTFERNUNG	Oberlippe/Kinn		ab 20
MIT WACHS	Bikinizone oder Achseln		ab 35
	Beine halb		ab 55
	Beine ganz		ab 90
	Beine inklusive Bikini		ab 120
SPEZIELL FÜR DEN MANN	Achseln	20 Min.	35
	Brust/Bauch	20 Min.	ab 40
	Rücken	30 Min.	ab 40

# KOSMETIK FÜR DEN MANN

			CHF
AUGEN	Wimpern färben	20 Min.	30
	Brauenkorrektur	15 Min.	ab 25
MANIKÜRE UND PEDIKÜRE	Klassische Maniküre oder klassische Pediküre	45 Min.	75
	Spa Maniküre oder Spa Pediküre	70 Min.	100
	Medizinische Pediküre	60 Min.	95
RÜCKENBEHANDLUNG	Reinigung, Peeling, Dampf, Packung und Pflege.	45 Min.	90
GESICHTSBEHANDLUNG FÜR DEN MANN	Eine personalisierte Behandlung mit Clarins Men Produkten, abgestimmt auf die Hautbeschaffenheit von Männern. Für ein frisches, klares und jugendliches Hautgefühl.	50 Min.	160
	Anti-Stress-Gesichtsbehandlung mit Kopfmassage	75 Min.	175

# CELLCOSMET KÖRPERBEHANDLUNGEN

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

STRAFFEN/  
ENTSCHLACKEN

SWISS ANTICELLULITE

90 Min. 220

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

SWISS BODYDETOX

60 Min. 150

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

cellcosmet   
Switzerland

# CELLCOSMET KÖRPERBEHANDLUNGEN

			CHF
STRAFFEN/ ENTSCHLACKEN	<p>SWISS CONTURE BODY FIRMINING</p> <p>Konturen werden neu definiert und die Hautelastizität sichtbar verbessert. Die straffende Ganzkörperbehandlung eignet sich optimal zur Verbesserung des gesamten Hautbildes und Körpertonus.</p>	90 Min.	220
	<p>SWISS BODY GOMMAGE</p> <p>Stoffwechselaktivierendes und entchlackendes Ganzkörperpeeling mit anti-cellulitischem Effekt. Verbessert die allgemeine Fettverwertung und aktiviert den Stoffwechsel. Die Haut wird ebenmässig, und Schlackestoffe werden abgebaut.</p>	30 Min.	90
BRUST-/ DEKOLLETÉ	<p>SWISS BUSTCONTOUR DEFINING</p> <p>Straffende Brust- und Dekolletépflege. Elastizität und Spannkraft wird merklich verbessert und die Brustkontur neu definiert. Die wohltuende Behandlung schenkt der Büste wieder Form und Festigkeit.</p>	45 Min.	140

# CELLCOSMET KÖRPERBEHANDLUNGEN

			CHF
FÜR SIE UND IHN	<b>SWISS CIRCULATION HEAVY LEGS</b> Entlastende Beinbehandlung bei Blutzirkulationsproblemen, Wassereinlagerungen sowie müden und schweren Beinen. Ideal vor oder nach sportlichen Aktivitäten, Langstreckenflügen oder vermehrt sitzender Tätigkeit. Wirkt venentonisierend, abschwellend und kühlend.	90 Min.	220
	<b>SWISS BODY RELAX</b> Entspannende und stressabbauende Massage der Rücken- und Nackenmuskulatur mit einer intensiven Aromatherapiebehandlung und anschliessender Körperpackung.	60 Min.	150



# MASSAGEN UND KÖRPERTHERAPIEN

			CHF
SPA-MASSAGEN	<b>KLASSISCHE GANZKÖRPERMASSAGE</b>	50 Min.	140
	Die Massage beruhigt, wirkt ausgleichend und führt zu allgemeinem Wohlbefinden. Durch eine gezielte Grifftechnik werden verspannte Muskeln gelockert und die Durchblutung angeregt.		
	<hr/>		
	<b>SPORTMASSAGE</b>	50 Min.	155
	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.		
	<hr/>		
	<b>RÜCKEN- UND NACKENMASSAGE</b>	25 Min.	80
	Nacken- und Rückenmuskulatur werden bei Verspannung, Müdigkeit und Stress gelockert.		

# MASSAGEN UND KÖRPERTHERAPIEN

		CHF
<hr/>		
RÜCKEN- UND NACKENMASSAGE MIT FUSSREFLEX	50 Min.	140
Kombinierte Massage zur optimalen Entspannung.		
<hr/>		
AROMAÖL-MASSAGE	50 Min.	145
Ätherische Öle entführen Sie in eine Welt des Wohlbefindens. Entspannend und beruhigend oder lieber belebend und stärkend? Wählen Sie Ihre individuelle Aroma-Essenz.		
<hr/>		
KOPF- UND NACKENMASSAGE	25 Min.	80
Durch die Berührung mit leichten Massagegriffen im Kopf- und Nackenbereich werden kleinere Verspannungen gelöst. Die Behandlung wirkt sehr entspannend auf Körper und Seele.		

CHF

---

FUSSREFLEXZONEN-MASSAGE MIT FUSSBAD	50 Min.	140
Mittels Druckmassage werden die Reflexzonen massiert und angeregt, um ganzheitlich auf den Stoffwechsel und die Organe des Körpers einzuwirken.		
<hr/>		
LYMPHDRAINAGE	50 Min.	140
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
TSCHUGGEN SIGNATURE TREATMENTS	TSCHUGGEN-MASSAGE «Five in one» – Geniessen Sie das exklusive Tschuggen-Massageerlebnis. Fünf verschiedene Anwendungen in Form einer exklusiven Massage. Und alle haben ein gemeinsames Ziel: Ihre Entspannung.	75 Min.	230
	SKIFAHRER/BERGSTEIGER MASSAGE Die Skifahrer/Bergsteiger-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.	55 Min.	145

			CHF
SPEZIALMASSAGEN UND -THERAPIEN	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.	80 Min.	220
	PHYSIOTHERAPIE	50 Min.	160
	Ausgebildete Physiotherapeuten stehen Ihnen zur Verfügung. Diese gehen individuell auf Ihre Probleme und Wünsche ein.		

# MASSAGEN UND KÖRPERTHERAPIEN

		CHF
<hr/>		
TAPING – WIR KLEBEN SIE WIEDER FIT	pro 10 Min.	25
<p>Taping wirkt auf viele verschiedene akute und chronische Beschwerden schmerzlindernd und fördert den Heilungsprozess. Die Behandlung erfolgt durch das Anbringen von elastischen Klebebändern auf Baumwollbasis direkt auf die Haut. Dort verbleiben die Klebestreifen zwischen einigen Tagen und bis zu zwei Wochen. Einzeltape während der Physiotherapiebehandlung kostenlos.</p>		
<hr/>		
LOMI LOMI NUI	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 Behandlung für Körper und Seele.</p>		

		CHF
<hr/> <p>STONE THERAPY</p> <p>Die einzigartige Massage mit warmen Basalt- und kühlen Marmorsteinen regt den Stoffwechsel an. Gleichzeitig bewirkt die Energiearbeit eine tiefe muskuläre und mentale Entspannung.</p>	75 Min.	200
<hr/> <p>TSCHUGGEN «iPAD-MASSAGE»</p> <p>Wer kennt nicht die lästigen Nacken-, Schulter- oder Kopfschmerzen nach stundelangem Bildschirm- oder Tablet-Starren.</p> <p>Unsere problemlindernde und entspannend wirkende «iPad-Massage» beinhaltet Massagegriffe am oberen Schulterbereich, leichte manuelle Dehnungsstreichungen der Halswirbelsäule sowie Drainageanwendungen am Kopf.</p>	50 Min.	140

# 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.



CHF

---

### 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 praktiziert werden. Besten Dank für Ihr Verständnis.

# BÄDER

			CHF
ENTSPANNUNG IN DER HYDROTHERAPY-WANNE	ENTSCHLACKENDES ALGENBAD	20 Min.	55
	Beschleunigt den natürlichen Fettabbau und entschlackt.		
	INGWER-MEERSALZ-BAD	20 Min.	55
	Ingwer löst Verspannungen, verleiht Körper und Geist neue Energie und schenkt neue Lebensfreude.		
	TSCHUGGEN BERGOASE HEUBLUMENBAD	20 Min.	55
	Heublumen regen den Kreislauf und den Stoffwechsel an und wirken kräftigend und schmerzlindernd.		

## 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.

		CHF
DAMEN	Waschen, Föhnen	ab 55
	Waschen, Legen	ab 70
	Waschen, Haarschnitt, Föhnen/Legen	ab 120
	Hochsteckfrisur / Abendfrisur	ab 60
	Frisieren	ab 15
HERREN	Waschen, Schneiden	60
	Fassonieren	30
FÄRBEN	Färben	ab 80
	Mèches	ab 100
	Tönen	ab 60

## 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> , iPod-Station)	2 Stunden	300
jede weitere Stunde		100
<hr/>		
POLARIS (100 m <sup>2</sup> , inkl. TV/DVD/iPod-Station)	2 Stunden	400
jede weitere Stunde		100

CHF

---

SUITEN-ARRANGEMENTS

SWEET ROMANCE für 2 Personen

3 Stunden

520

Erleben Sie romantische Momente unter einem der Bergoase Lichtsegel in der grosszügigen Spa Suite «Polaris». Ob im Whirlpool mit Rosenblättern, in der Sauna oder im Dampfbad: Relaxen Sie nach Lust und Laune und geniessen Sie dabei kleine Gaumenfreuden, eine Flasche Champagner, einen schönen Film nach Wahl oder Ihre Lieblingsmusik via iPod Docking Station.

---

FOREST COTTAGE für 2 Personen

2 Stunden

330

Wellness pur und privat in unserer Spa Suite «Muscida». Geniessen Sie ein erfrischendes Latschenkiefer-Fussbad (zum selber aufgiessen) und entspannen Sie bei einem Saunaaufguss mit Bergkräutern. Frische Fruchtspiesse und die Klänge der Natur runden das perfekte Spaerlebnis ab.



Wir freuen uns mit dem R1 Sportsclub den deutschsprachigen Marktführer im Segment Personal Training bei uns als Partner zu begrüßen.

Mit seinem ganzheitlich ausgelegten Konzept – DER ATHLET DES LEBENS – unterstützt der R1 Sportsclub ganz individuell in Form von „Private Personal Trainings“ in den Bereichen – Bewegung, Ernährung, Regeneration und Reflektion.

Private Personal Fitness Training	60 Min.	100
Private Personal Coaching – Nutrition	90 Min.	220
Private Personal Yoga	90 Min.	150
Private Personal Physio Therapy	50 Min.	160

Weitere Auskünfte erhalten Sie an unserer Spa Réception.

# PREISE FÜR EXTERNE GÄSTE

		CHF
MEMBER	1 Monat	400
	Sommer- und Wintersaison	2200
	Wintersaison (Ende November bis April)	1500
	Sommersaison (Juli bis September)	1000
	Wintersaison ohne Samstag und Sonntag	1250
EINZELEINTRITTE	Kinder unter 4 Jahren haben keinen Zutritt zur Tschuggen Bergoase	
	Kinder/Jugendliche 4 bis 15 Jahre	45
	Frühaufsteher 8.30 bis 12.00 Uhr	65
	Mittagsgeniesser 12.00 bis 15.00 Uhr	65
	Nachtschwärmer 19.00 bis 21.00 Uhr *	65
	10er-Abonnement	500
	Eintritt nach einer Kosmetik- oder Massagebehandlung (3 Std.)	35
	Day Spa, inklusive einer 25-minütigen Massage und einem leichten Lunch	200

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.

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

\* Andere Öffnungszeiten während der Sommersaison.

---

## 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-Réception

08.00 bis 21.00 Uhr (Winter)

08.00 bis 20.00 Uhr (Sommer)

Terminreservierungen und Auskünfte:

Tel. +41 81 378 95 95

[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

.....



THE LEADING HOTELS  
OF THE WORLD



SWISS DELUXE HOTELS