



Vom Spa direkt in den See

Wellness ist ganzjährig eine schöne Alternative zu Reisen ans Meer. Vor allem, wenn die Hotels direkt an einem Gewässer liegen. Wir schlagen vier Häuser vom Boden- bis zum Genfersee vor, die ers: kürzlich eröffnet oder aufgefrischt wurden

«Bad Horn», Horn (TG)

Der raue See schlägt in hohen Wellen gegen die Bullaugen der finnischen Sauna. Eine Sauna mit Bullaugen? Wer nun denkt, dem Journalisten sei bei 85 Grad Celsius jeglicher Sinn für die Realität abhandengekommen, dem sei gesagt, dass man am Bodensee tatsächlich von der hölzernen Pritsche aus Zander und Forellen beobachten kann. Diese aussergewöhnliche Situation stellt sich im Hotel Bad Horn regelmässig ein, da sich das Spa des Hotels nicht nur am See, sondern je nach Wasserstand buchstäblich im See befindet.

Der Gischt ganz nah kommt man ausser in der Sauna auch im Whirlpool auf der ausladenden Seeterrasse, über deren Steg man im Sommer direkt in den See steigen kann. Doch selbst aus dem Indoor-Pool im Erdgeschoss, der deutlich über dem Wasserspiegel liegt, schweift der Blick ansatzlos über den Bodensee und suggeriert einen endlosen Horizont. Eine Gegenschwimmanlage lässt den unermüdblichen Schwimmer in der optischen Täuschung verweilen.

Passend zum fließenden Übergang der verschiedenen Wasserwelten, ist der Rest der grosszügigen Hotelanlage ganz im Stil eines Luxusdampfers gehalten. Überall hängen Gemälde berühmter Segelboote und Souvenirs aus demontierten Schiffen. Zahlreiche Cheminées,

Messing-Armaturen, viel Mahagoni und ein eigener Leuchtturm lassen den Verdacht aufkommen, man müsse unweigerlich Kate Winslet und Leonardo DiCaprio über den Weg laufen. Oder als könnte jederzeit eine Big Band zum Tanz aufspielen. Statt lautem Swing begleiten einen jedoch sphärische Klänge durch die meisten Räumlichkeiten. Ob in den Hydrowannen, im Dampfbad oder im Ruheraum, unablässig wird man von sanfter Musik eingehüllt.

Ganz ohne Ton und Licht, abgesehen von ein paar Kerzen, geht nur das sogenannte Floating über die Bühne. In einer grossen Wanne schwebt man auf extrem salzhaltigem Wasser wie im Toten Meer und wähnt sich irgendwo zwischen einer Wiedergeburt und dem Science-Fiction-Thriller «The Matrix». Die totale Regeneration im Flotarium will jedoch geübt sein, sonst kämpft man mit den Tücken der Schwerkraft und verkrampft sich die Halsmuskulatur beim Versuch, dem möglichen Ertrinken entgegenzuwirken.

Ausgelautet, aber total entspannt begibt sich danach in die Salztherme, wer auch seinen Atemwegen etwas Gutes tun möchte. Hinterleuchtete Wände aus rosa getöntem Himalaja-Salz sorgen für spektakuläre optische Effekte und eine angenehme Trockenheit. Kapitän Ahab und James Cook wäre dies wohl des Guten zu viel gewesen. Sie hätten sich lieber



NZZ am Sonntag
8021 Zürich
044/ 258 11 11
www.nzz.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 131'901
Erscheinungsweise: wöchentlich

Themen-Nr.: 571.142
Abo-Nr.: 1085375
Seite: 84
Fläche: 167'870 mm²

unter eine simple Kübelschwalldusche gestellt und sich mit Hilfe eines dicken Hanfseils einen grossen Eimer kaltes Wasser über den Kopf geschüttet. In Horn bietet sich echten Seemännern und Meerjungfrauen auch dieses coole Erlebnis. *David Streiff Corti*

Info: Hotel Bad Horn, 9326 Horn, www.badhorn.ch. Day-Spa-Besucher dürfen die gesamte Anlage benutzen und kommen in den Genuss eines 3-gängigen Wellness-Menüs, wenn sie das entsprechende Package ab 195 Franken buchen.

«Eden Roc», Ascona (TI)

Ascona ist reich an Hotels, gerade im oberen Preissegment, doch Zugang zum See haben nur die wenigsten von ihnen. Das Fünfsterne-plus-Haus «Eden Roc» ist eine Ausnahme, und seit im letzten Jahr ein Spa eröffnet wurde, hat der Seeanstoss eine ganz neue Bedeutung erhalten. Das frisch angelegte Spa mit einer Fläche von 2000 m² ist kein architektonisches Highlight, doch wirkt es sehr gut eingepasst in die bestehenden Strukturen. Das Haus erhielt gleichzeitig mit dem Spa auch einen «Marina» genannten Annex, der 16 Zimmer und ein Restaurant einschliesst. Der vom Haus-Innenarchitekten Carlo Rampazzi gestaltete Wellnessbereich ist erstaunlich schlicht herausgekommen, zumindest wenn man ihn mit bisherigen Arbeiten des Asconeser Maestros vergleicht, die von fröhlicher Buntheit geprägt sind. Hier, im «Eden Roc»-Spa, herrscht eher dezente Eleganz vor. Die Verbindung zum See spiegelt sich im hellblauen Mosaik, das im Gegenlicht irisiert. Rampazzis Hang zu Farbe manifestiert sich einzig in einem sehr gelungenen, fast schon kirchlich anmutenden Glasfenster neben dem Innen-Pool. Die Böden aus grauem Stein erinnern an Tessiner Berge, und der Kneipp-Fussweg wurde mit Steinen aus der nahen Maggia gefüllt, welche die nackten Füsse sanft massieren.

Wer im «Eden Roc» baden geht, muss auf keine der üblichen Annehmlichkeiten verzichten. Zwei Pools mit geheiztem Wasser laden zum Bade, einer davon im Garten, der andere im Innenbereich gelegen, dazu kommt ein Hydro-Pool mit Sprudelliegen, deren Düsen gespannte Haut und Muskeln sanft lockern. Zur Ausstattung gehören im Weiteren ein Sanarium, eine Sauna und ein Dampfbad. Frauen können sich in einer separaten Damensauna aufwärmen. Nach der Heizperiode sollte sich – wer es wagt – am Eisbrunnen wieder auf Normaltemperatur herunterkühlen. Der grosszügige Ru-

heraum, der nach Schwitz-Rundgang oder Massage besucht wird, ist tatsächlich ruhig: Hier floaten keine esoterischen Klänge – eine Wohltat.

Die Liegewiese, die vom Spa her zugänglich ist, erlaubt Blicke auf einen der schönsten Seen der Schweiz. Gleich dahinter lockt der Privatstrand des Hotels. Auch wenn es noch nicht Zeit ist, einen Sprung in den See zu wagen, so bleibt die Tessiner Sonne auch in der kälteren Jahreshälfte Garant für laue Ruhestunden auf bequemen Liegen. Wer sich hingegen noch gerne ein wenig kneten lassen will, hat eine Riesenauswahl an Körperbehandlungen, Massagen und Kosmetik-Treatments. Auch Männer sind herzlich eingeladen: 20 Minuten Wimpern färben etwa kostet 30 Franken, und die inzwischen auch bei den Herren der Schöpfung beliebte Brauenkorrektur ist ab 25 Franken zu haben. *Roberto Zimmermann*

Info: Hotel Eden Roc, 6612 Ascona, www.edenroc.ch. Das Spa ist auch für externe Gäste zugänglich. Der Eintritt für 3 bzw. 3½ Stunden (Vor- oder Nachmittag) kostet jeweils 50 Franken pro Person.

Zu dieser Ausgabe

Mitte der neunziger Jahre tauchte das Wort Wellness zum ersten Mal in den Schweizer Medien auf. Zehn Jahre später las man bereits davon, dass der «Wellness-Boom» langsam am Ende sei. Heute ist offensichtlich, dass Wellness und die Spa-Kultur einen Megatrend darstellen und ein grosses Bedürfnis befriedigen. Day-Spas (S. 86) kamen unlängst dazu, und Spa- und Beauty-Behandlungen für Kinder sind im Kommen (S. 90). Gedanken über die Zukunft macht sich der Spa- und Hotel-Architekt Matteo Thun. Er setzt auf die indische Philosophie (S. 87). Wir sind gespannt, was davon Realität wird. (roz.)

Datum: 13.02.2011

NZZ am Sonntag



NZZ am Sonntag
8021 Zürich
044/ 258 11 11
www.nzz.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 131'901
Erscheinungsweise: wöchentlich

Themen-Nr.: 571.142
Abo-Nr.: 1085375
Seite: 84
Fläche: 167'870 mm²



Im «Trois Couronnes» in Vevey kann man von der Terrasse aus die Berge betrachten.



NZZ am Sonntag
8021 Zürich
044/ 258 11 11
www.nzz.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 131'901
Erscheinungsweise: wöchentlich

Themen-Nr.: 571.142
Abo-Nr.: 1085375
Seite: 84
Fläche: 167'870 mm²

«Vitznauerhof», Vitznau (LU)

Im «Vitznauerhof», dem frisch renovierten 5-Sterne-Superior-Haus am Vierwaldstättersee, ist die Aussicht die halbe Miete für Erholungssuchende. Die Innerschweizer Berglandschaft spiegelt sich im See und bildet die Kulisse für ein Panorama, das seinesgleichen sucht. Das Hotel hat einen direkten Zugang zum Wasser mit eigenem Bootssteg. Und natürlich ist der Weg vom hoteleigenen Spa zum See offen. Zwischen Spa und See erstreckt sich eine Liegewiese mit einem schönen Brunnen und einem geheizten Aussen-Sprudelpool.

So klein das Hotel, so übersichtlich ist auch das Spa. Der «Vitznauerhof» verbindet in seinem «MedinwellSpa» Medizin und Wellness. Dem Gast wird ein medizinischer Check-up empfohlen, der eine Blutuntersuchung einschliesst. Natürlich ist das für Spa-Besucher nicht unerlässlich. Doch können die Resultate durchaus interessant sein und Ernährungs-, bzw. Bewegungsdefizite aufzeigen.

Wir aber gehen direkt in den Wellnessbereich und geniessen zunächst die geschmackvolle, elegante Einrichtung mit einem gediegenen Ruheraum, einer Sauna, einem Dampfbad und Duschen mit Massagefunktionen. Ein wenig stolz sind die Spa-Betreiber auf die «Alpha-Liege», die dank minimalen Bewegungen, himmlischen Klängen und Lichtspielen eine Art Schwebezustand vermitteln soll. Resultat: Gemütlich war es, ein wenig einschläfernd, aber nicht unbedingt *der* Entspannungsknüller. Vielleicht war der Tester auch einfach noch zu sehr in der Alltagsrealität verhaftet.

Die Massagen und Körperbehandlungen im «Vitznauerhof» basieren auf rein natürlichen Produkten, die aus kontrolliert biologischem Anbau stammen. Die «Anti Stress»-Gesichtsbehandlung hinterliess auf der Haut jedenfalls einen guten, frischen Eindruck. Und nach der Massage «Zeit für Persönlichkeit» fühlte sich der Rücken des geplagten Büroarbeiters wesentlich lockerer an als bei der Ankunft.

Nicht zu vergessen: Im Fitnessbereich verhilft einem der kompetente Mitarbeiter gerne zu einem Trainingsprogramm und klärt darüber auf, was man in all den Jahren des Fitnessstrainings falsch gemacht hat. *Roberto Zimmermann*

Info: Hotel Vitznauerhof, 6354 Vitznau,
www.vitznauerhof.ch. Für Nicht-Hotelgäste gibt es das Day-Spa-Package «Hightech & Natur pur» für 345 Franken/Person inklusive dreier Behandlungen.

«Des Trois Couronnes», Vevey (VD)

Ein Aufenthalt im Spa-Hotel Les Trois Couronnes in Vevey steht ganz im Zeichen der Krone. Herrschaftlich thront das 1854 erbaute, drittälteste Hotel der Schweiz am Ufer des Genfersees und lässt keinen Zweifel daran, dass hier der Gast König ist. Ein 24 Meter langes Hallenschwimmbad, Jacuzzi, Dampfbad, Sauna und ein Kronen-beleuchteter Fitnessraum stehen den Gästen zur Verfügung. Das Ambiente ist «très calme». Während man sich im modernschlichten und lichtdurchfluteten Wellnessbereich auf den grossen Ruhebetten streckt oder den Lounge Chair auf der Sonnenterrasse nach hinten kippen lässt, eröffnet sich einem ein grandioser Blick: Der tiefblaue See, umgeben vom morgendlich aufsteigenden Nebel, die Sicht auf die gegenüberliegenden Gipfel der sich aneinanderreihenden Dreitausender sind atemberaubend. Zwischen Hotel und See zieht sich Veveys grüne Uferpromenade hin, die leider den exklusiven Zugang zum See verhindert. Für Gäste, die das glasklare Wasser des Genfersees nicht missen möchten, liegt zum Glück der stadt eigene Strand nur wenige Meter entfernt.

So, wie man im Hotel die Schnörkel der Belle Epoque und das gradlinige Moderne architektonisch raffiniert zu vereinen verstand, so werden auch im Spa Tradition und Innovation eng verbunden. Wer sich gerne unter professioneller Anleitung bewegt, kann täglich Tai-Chi- oder Yoga-Kurse wählen. Für Entspannungssuchende gibt es vielfältige Körperbehandlungen, die in Joëlle Cioccos Epidermologiezentrum ausgeführt werden. Ihre Produkte und Behandlungsmethoden sind einzigartig in der Schweiz. Jedes Treatment wird, nach vorheriger Analyse, individuell auf den Hauttyp des Klienten abgestimmt und soll auf neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen basieren.

Das Wellnessangebot im «Trois Couronnes» endet nicht mit dem sachten Schliessen der Glastüre des Spas, sondern ist konsequent in das Konzept des Hotels integriert. So können im herrschaftlichen Speisesaal alle Gerichte auf Wunsch des Gastes in leichter oder Gourmet-Version serviert werden. *Susanne Meures*

Info: Hotel des Trois Couronnes, 1800 Vevey,
www.hoteltroiscouronnes.ch. Beispiel: 90 Minuten Day-Spa (nur) für Hotelgäste kosten 320 Franken.

Datum: 13.02.2011

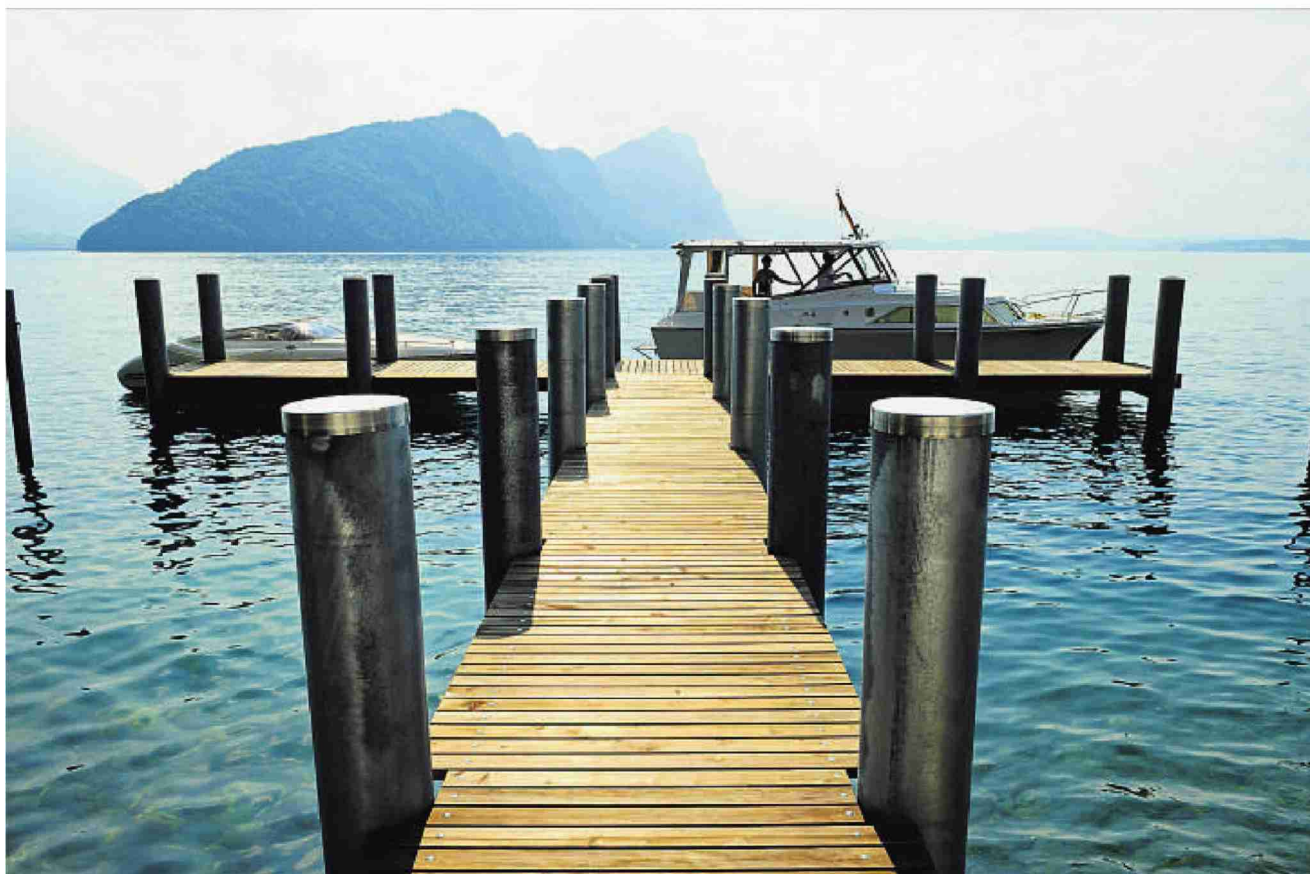
NZZ am Sonntag



NZZ am Sonntag
8021 Zürich
044/ 258 11 11
www.nzz.ch

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 131'901
Erscheinungsweise: wöchentlich

Themen-Nr.: 571.142
Abo-Nr.: 1085375
Seite: 84
Fläche: 167'870 mm²



Im «Eden Roc» in Ascona.



Dem Besucher weisen im Hotel Bad Horn, wie einst Christoph Kolumbus, die Sterne den Weg über den grossen Teich.