

A composite image featuring a woman sleeping peacefully in the foreground on the right, and a snow-covered mountain range with a forested base in the background on the left.

berg.kraft.zeit.  
mountain.power.time  
montagne.force.temps.



Alles, was wir brauchen,  
um gesund zu bleiben,  
hat uns die Natur reichlich  
geschenkt.

Everything that we need  
to stay healthy, nature has  
given us in abundance.

Tout ce dont nous avons  
besoin pour rester en bonne  
santé, la nature nous l'offre  
en abondance.

– Sebastian Kneipp

aus der natur – für die natur.  
from nature – for nature.  
de la nature - pour la nature.



Herzlich willkommen im ASPEN Spa,  
entspannen Sie sich in unserem Spa.  
Für Sie haben wir viele anregende,  
entspannende und entschlackende  
Anwendungen zusammengestellt.  
Lassen Sie sich verwöhnen!

Welcome to the ASPEN Spa, the perfect  
place to relax. We have arranged  
inspiring, relaxing and detoxifying treat-  
ments just for you.  
Let yourself be pampered!

Bienvenue à l'ASPEN Spa, détendez-  
vous et prenez un moment pour vous.  
Nous vous proposons une variété  
de traitements relaxants, stimulants,  
purifiants ou reposants.  
Laissez-nous être à vos petits soins !



Das Wissen um die heilende Wirkung ausgesuchter Pflanzen und Öle aus dem Alpenraum bei verschiedenen Beschwerden basiert auf einem jahrhundertealten Erfahrungsschatz sowie modernen Erkenntnissen der Wissenschaft. Wir bekennen uns zur Volddeklaration aller Inhaltsstoffe, weil wir nichts zu verbergen haben. Tatsächlich sind unsere Wohlfühlprodukte die Einzigsten, die zu 100 % aus natürlichen Wirkstoffen aus dem Alpenraum bestehen. Unsere Produkte riechen daher nicht parfümiert, sondern haben einen natürlichen Duft.

The knowledge of the curative effects of chosen plants and oils originating from the Alps for different ailments is based on experience that has been passed down over the centuries as well as on modern scientific findings. We are committed to declaring all our ingredients in full, as we have nothing to hide. As a matter of fact, our wellness products are unique in that they consist of 100% natural ingredients originating from the Alps. That's why our products don't smell „perfumed“ - they retain their natural aroma instead.

La connaissance des effets salutaires de certaines plantes et huiles alpines contre différents maux repose tant sur un savoir ancien que sur des découvertes scientifiques modernes. En effet, nos produits de bien-être sont composés à 100% d'ingrédients naturels originaires des Alpes. Au lieu d'un parfum artificiel, ils présentent une senteur naturelle.

# 100% natur. 100% anders. unsere produkte.

# 100% natural. 100% different. our products.

# 100 % naturels. 100 % différents. nos produits.



**alpienne**  
KRAFT DER ALPEN

Für unser Massageangebot und die Wellnesspakete verwenden wir die Produkte von alpienne. Jedes Produkt zeigt unseren Respekt vor der Vergangenheit und birgt eine Vision für die Zukunft: das Streben nach innerer Gesundheit mit Hilfe von organischen, bioaktiven Wirkstoffen und dem konsequenten Verzicht auf alle synthetischen Zusatz- oder Hilfsstoffe.

## Kraftvolle Wirkung ohne synthetische Kosmetikadditive!

Alpienne steht für die natürliche Kraft der Alpen. Diese schenken uns gesundheitsfördernde Kräfte aus reinen Kräutern, Harzen, Ölen und wundersamen Mineralien – optimal für Pflege, Schönheit, Vitalität und Wohlbefinden. Die Produkte zeichnen sich durch 100 % Naturreinheit und Nachhaltigkeit aus.

We use products from alpienne for our massage offers and wellness packages. Each product shows our respect for the past and holds a vision for the future: the pursuit of inner health with the help of organic, bioactive ingredients and the uncompromising rejection of any kind of synthetic additive.

## Powerful effects without synthetic additives!

Alpienne stands for the natural force of the Alps, with products that harness the health-giving powers of pure herbs, resins, oils and wondrous minerals – ideal for personal care, beauty, vitality and general well-being. The products stand out for their 100% natural purity and sustainability.

Pour nos massages ainsi que nos formules de soins, nous utilisons des produits de la gamme alpienne. Chaque produit témoigne de notre respect du passé et recèle une vision d'avenir : l'aspiration à la santé intérieure, en utilisant des substances bioactives organiques et en renonçant résolument à tous les additifs et adjuvants synthétiques.

## Effet puissant sans additifs cosmétiques synthétiques !

Alpienne incarne la force naturelle des Alpes. La montagne nous confère des forces salutaires à base de plantes pures, de résines, d'huiles et de minéraux insolites, idéals pour les soins, la beauté, la vitalité et le bien-être. Les produits se distinguent par une pureté 100 % naturelle et par leur durabilité.

tanken sie kraft.  
recharge your batteries.  
faites le plein d'énergie.



#### Unser Sauna- und Wellnessbereich

Our sauna and wellness area | Notre spa vous offre

- Ⓐ Sauna (Nacktbereich) | Sauna (Nude area) | Sauna (zone nudiste)
- Ⓑ Soledampfbad | Brine steam bath | Bain de vapeur salin
- Ⓒ Kräuterbad | Herbal steam bath | Bain de vapeur huiles essentielles
- Ⓓ Fußmassagebecken | Foot massage basin  
Bassin de massage pour les pieds
- Ⓔ Außenwhirlpool mit Massagedüsen und Sprudelstühle mit Sicht zur Eigernordwand (angenehmer Indoor-Einstieg)  
Outdoor whirlpool with massage jets and bubble loungers  
with view of the Eiger North Face (comfortable indoor entrance)  
Jacuzzi extérieur avec jets de massage, bancs à bulles  
et vue sur la face nord de l'Eiger (avec entrée intérieure pratique)
- Ⓕ Ruhelounge | Relaxation lounge | Lounge de repos
- Ⓖ Wasserbetten und Relaxliegen | Water beds and Relaxation loungers  
Lits à eau et couchettes de relaxation
- Ⓗ Eisbrunnen | Ice fountain | Fontaine de glace
- Ⓘ Erlebnisduschen | Multifunctional shower | Douches à thèmes
- Ⓘ Tee- und Vitaminbar | Tea and vitamin bar | Bar à infusions et vitamines
- Ⓚ Massageraum | Massage room | Espace massage

Kinder unter 14 Jahren haben keinen Zutritt zum Spa-Bereich.  
Children under the age of 14 are not permitted in the spa area.  
Accès au spa interdit au moins de 14 ans.



# bergkräuter. alpine herbs. plantes alpines.

## GANZKÖRPERMASSAGEN

Die klassische Massage gilt als eines der bekanntesten Naturheilverfahren. Die durchblutungs- und stoffwechselfördernde Wirkung unterstützt die Regeneration und hilft, verspannte und strapazierte Muskeln zu lockern. Dadurch werden Verspannungen und Schmerzen im Alltag gelindert.

### Ganzkörpermassage

Dauer 50 Min. / CHF 110.-

### Teilkörpermassage

Dauer 25 Min. / CHF 60.-

## FULL BODY MASSAGES

The classic massage prevails as one of the most well-known natural therapies. Blood circulation and metabolism are boosted, strengthened and regenerated. Tense and tired muscles are loosened, thereby easing the aches and pains of everyday life.

### Full body massage

Duration 50 mins. / CHF 110.-

### Partial body massage

Duration: 25 mins. / CHF 60.-

## MASSAGES COMPLETS

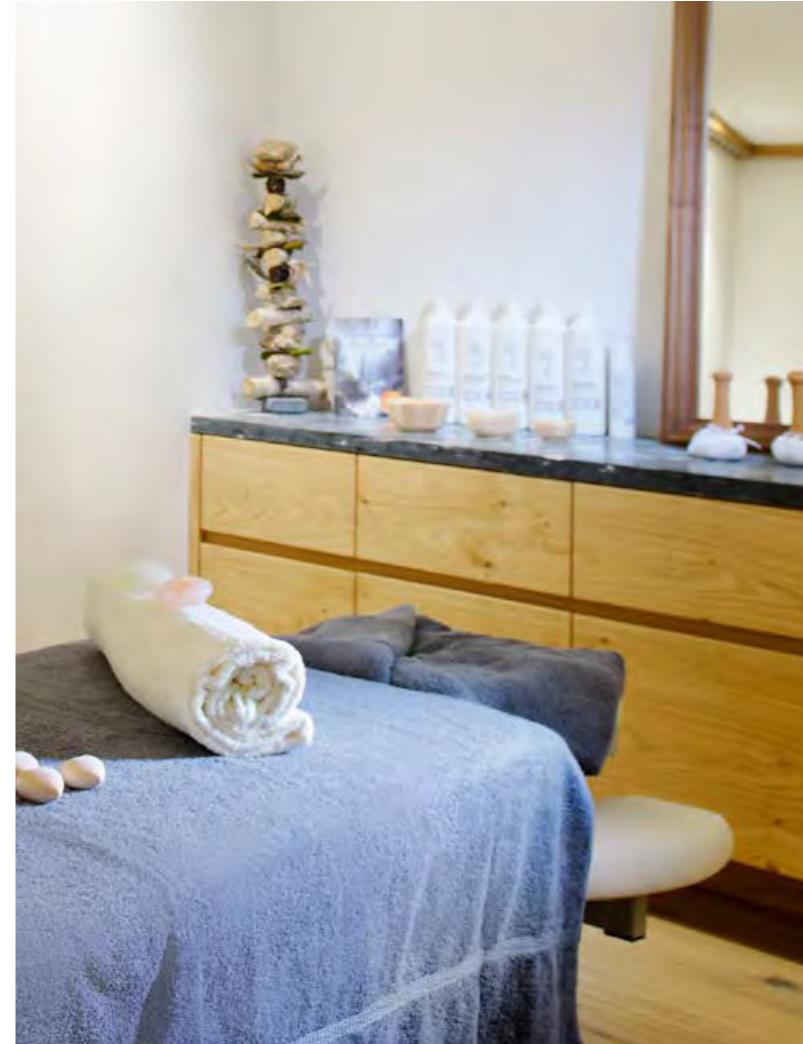
Le massage classique est l'une des thérapies naturelles les plus connues. En stimulant la circulation sanguine et le métabolisme, il favorise la régénération, et assouplit les muscles contractés ou fatigués. Ainsi, le massage permet de soulager les tensions et douleurs accumulées au quotidien.

### Massage complet

Durée 50 min / CHF 110.-

### Massage partiel

Durée 25 min / CHF 60.-



- **Murmelöl:** fördert die Durchblutung, regeneriert die Hautzellen, löst Muskelverkrampfungen, stärkt das Immunsystem.

- **Johanniskraut-Massagemilch:** wirkt beruhigend, bei Erschöpfung, Schlaflosigkeit und nervösen Beschwerden.

- **Arnika-Massagemilch:** wirkt kühlend, steigert die Leistungsfähigkeit, fördert die Muskelregeneration.

- **Propolis-Massagemilch:** hautpflegend, entgiftend, entschlackend, bei Hautproblemen.

- **Marmot oil:** promotes blood circulation, regenerates skin cells, relieves muscle cramps, strengthens the immune system.

- **St. John's wort massage milk:** has a calming effect, beneficial for exhaustion and sleeping problems as well as nervous afflictions.

- **Arnica massage milk:** cooling effect, raises performance, aids muscle regeneration.

- **Propolis massage milk:** nurtures the skin, detoxifying, purifying, helps with skin problems.

- **Huile de marmotte :** stimule la circulation sanguine, régénère les cellules cutanées, détend les muscles et renforce le système immunitaire.

- **Lotion de massage à l'arnica :** effet rafraîchissant, stimulant, et régénérant.

- **Lotion de massage au millepertuis :** effet calmant, contre l'épuisement, l'insomnie et les troubles nerveux.

- **Lotion de massage au propolis :** soin cutané purifiant et dépuratif, idéal pour remédier aux problèmes de peau.

harmonie.  
harmony.  
harmonie.



#### BERGKRÄUTER-STEMPELMASSAGE

Der Duft der Bergkräuter, vereint mit harmonischen Massagegriffen, bringt Sie in eine tiefe Entspannung. Durch die Wärme lösen sich Ver- spannungen, die Hautporen öffnen sich, so dass die ätherischen Öle in die tieferen Schichten vordringen können. Die Streichungen der Meridiane bringen Sie in ein harmonisches Gleichgewicht. Dieses Ritual aus Düften, Wärme und Massage garantiert Entspannung.

#### BERGHARMONIE

Johanniskraut, harmonische Massagegriffe und die dampferhitzten Bergkräuterstempel lassen Sie eintauchen in die Welt der Tiefenentspannung.

Teilkörperanwendung: Rücken und Beine

Dauer 25 Min. / CHF 65.-

Ganzkörperanwendung

Dauer 50 Min. / CHF 120.-

#### MOUNTAIN HERBS STAMP MASSAGE

The combination of the scent of moun- tain herbs and a harmonious massage technique brings about a great sense of relaxation. Tension is relieved by the warmth of the herbal stamp, skin pores open up and essential oils are able to penetrate the deeper layers of the skin. The massage strokes across the meridians restore your sense of harm- ony and balance. A wonderfully relaxing blend of fragrance, warmth and skillful massage strokes!

#### MOUNTAIN HARMONY

St. John's wort, harmonious massage techniques and steam-heated moun- tain herbs stamp take you into a world of deep relaxation.

Partial body treatment: back and legs

Duration 25 mins. / CHF 65.-

Full body treatment

Duration 50 mins. / CHF 120.-

#### MASSAGE AUX POCHONS D'HERBES ALPINES

Le parfum des plantes alpines et les manipulations harmonieuses vous procurent une relaxation profonde. La chaleur décontracte et ouvre les pores, permettant auxhuiles essentielles de pénétrer dans le derme. Le massage des méridiens apporte équilibre et harmonie. Ce rituel promet une grande relaxation.

#### HARMONIE ALPINE

Détendez-vous profondément grâce à la lotion au millepertuis, aux manipulations harmonieuses et aux pochons aux herbes alpines.

Soin partiel : dos et jambes

Durée 25 min / CHF 65.-

Soin complet

Durée 50 min / CHF120.-

#### **HIMALAYA-SALZSTEIN-MASSAGE**

Die warmen Himalaya-Salzsteine fördern die Entschlackung und Entsäuerung des Körpers über die Haut. Unterstützt die Heilwirkung bei Muskelverspannungen und Blockaden. Die Haut wird weich und geschmeidig.

**Teilkörperanwendung: Rücken und Beine**  
Dauer 50 Min. / CHF 120.-

**Ganzkörperanwendung**  
Dauer 80 Min. / CHF 185.-

#### **TIBETANISCHE MASSAGE**

Eine ganzheitliche Heilmethode aus Tibet. Die energetische Rückenmassage ist eine sanfte, wohltuende Massage über die Chakren. Körper und Seele erfahren eine wundervolle Tiefenentspannung, festsitzende Blockaden können sich lösen.

**Dauer 50 Min. / CHF 110.-**

#### **BERGARVENHERZ-PUNKTMASSAGE**

Mit dem Arvenherz werden muskuläre Verhärtungen punktuell behandelt. Die lokalisierten Punkte sind druckempfindlich und können Schmerzen in andere Körperregionen übertragen. Die Behandlungsform kann eine Schmerzlinderung am Bewegungsapparat und eine verbesserte Beweglichkeit erzielen.

**Dauer 50 Min. / CHF 115.-**

salz auf der haut.  
salt on your skin.  
du sel sur la peau.



#### **HIMALAYA SALT STONE MASSAGE**

The hot Himalaya salt stones promote the detoxification and de-acidification of the body via the skin. Highly beneficial to treat tense muscles and blockages; leaves skin soft and smooth.

**Partial body treatment: back and legs**  
Duration 50 mins. / CHF 120.-

**Full body treatment**  
Duration 80 mins. / CHF 185.-

#### **TIBETAN MASSAGE**

A holistic healing method from Tibet. This energizing back massage centred around the chakras is beneficial for body and soul, regaling both with a wonderful sense of deep relaxation and releasing any tightness and tension.

**Duration 50 mins. / CHF 110.-**

#### **MOUNTAIN SWISS STONE PINE ACUPRESSURE MASSAGE**

With a heart made out of Swiss stone pine, muscular tensions are treated by gentle acupressure at localized spots, which are highly sensitive and may transfer pain to other regions of the body. This treatment can relieve pain of the musculoskeletal system and improve mobility.

**Duration 50 mins. / CHF 115.-**

#### **MASSAGE AUX PIERRES DE SEL DE L'HIMALAYA**

Les pierres de sel chaudes de l'Himalaya aident la peau à évacuer les toxines et les acides qui se trouvent dans l'organisme. Effet curatif en cas de contractures et de blocages. Ce soin rend la peau douce et souple.

**Soin partiel : dos et jambes**  
Durée 50 min / CHF 120.-

**Soin complet**  
Durée 80 min / CHF 185.-

#### **MASSAGE TIBÉTAIN**

Une thérapie provenant du Tibet. Ce massage doux et énergétique du dos et des chakras détend le corps ainsi que l'esprit, et dissout les blocages.

**Durée 50 min / CHF 110.-**

#### **MASSAGE AU COEUR D'AROLE**

Un coeur taillé dans l'arole traite ponctuellement les contractures musculaires. Les points localisés réagissent aux pressions et peuvent transmettre des douleurs à d'autres zones corporelles. Ce traitement permet de soulager les douleurs de l'appareil moteur et d'améliorer la mobilité

**Durée 50 min / CHF 115.-**

# vital.

## **BERG VITAL**

Arnika, eine Vitalmassage und die dampf-erhitzten Bergkräuterstempel lassen Sie nach einem aktiven Tag in den Bergen rasch wieder Frische und Erholung fühlen.

**Teilkörperanwendung: Rücken und Beine**  
Dauer 25 Min. / CHF 65.-  
**Ganzkörperanwendung**  
Dauer 50 Min. / CHF 120.-

## **BERGSPORT VITAL**

Eine Fussmassage mit Murmelöl-Pflegecreme nach dem Sport sorgt in Verbindung mit einer Sport- und Vitalmassage für eine optimale Regeneration. Abschliessend eine Sport-Vital-Packung, damit Ihre Beine wieder fit für neue sportliche Herausforderungen in den Bergen sind.

**Teilkörperanwendung: Rücken und Beine**  
Dauer 50 Min. / CHF 120.-  
**Ganzkörperanwendung**  
Dauer 80 Min. / CHF 185.-

# vital.

## **MOUNTAIN VITAL**

The combination of arnica, a stimulating massage and a hot, steam-heated mountain herb stamp leave you feeling fresh and re-vitalized after an active day in the mountains.

**Partial body treatment: back and legs**  
Duration 25 mins. / CHF 65.-  
**Full body treatment**  
Duration 50 mins. / CHF 120.-

## **MOUNTAIN SPORT-VITAL**

A foot massage with a nourishing cream containing marmot oil after exercise ensures optimal regeneration. Combined with a stimulating sports massage and finishing with a sports vitality pack, this treatment makes sure that your legs are ready to face new athletic challenges in the mountains.

**Partial body treatment: back and legs**  
Duration 50 mins. / CHF 120.-  
**Full body treatment**  
Duration 80 mins. / CHF 185.-



# vitalité.

## **SOIN ALPIN VITALISANT**

L'arnica, un massage vitalisant et les pochons aux plantes alpines chauffés à la vapeur vous permettent de vous détendre et de vous rafraîchir après une journée d'activités en montagne.

**Soin partiel : dos et jambes**  
Durée 25 min / CHF 65.-  
**Soin complet**  
Durée 50 min / CHF 120.-

## **SOIN ALPIN SPORTIF VITALISANT**

Un massage des pieds à l'huile de marmotte combiné à un massage sportif et vitalisant assure une régénération idéale après le sport. Pour terminer, un enveloppement spécial redonne à vos jambes leur vitalité pour relever de nouveaux défis sportifs en montagne.

**Soin partiel : dos et jambes**  
Durée 50 min / CHF 120.-  
**Soin complet**  
Durée 80 min / CHF 185.-

# auszeit. timeout. pause.



## BERGAUSZEIT

Durchatmen – loslassen – erholen.  
Gönnen Sie sich eine Auszeit in unserem Aspen Spa.  
Sie bestimmen die Dauer und wir beraten Sie gerne,  
welche Behandlungsmethoden für Sie die richtigen sind.  
Die Behandlung kann verschiedene Anwendungen aus  
unserem Spa-Menu beinhalten, sei es eine Massage,  
ein Peeling, eine Gesichtsbehandlung, eine Maniküre  
oder eine Pediküre.

Dauer 60 Min. / Preis nach Aufwand  
Dauer 90 Min. / Preis nach Aufwand  
Dauer 120 Min. / Preis nach Aufwand

## TIMEOUT IN THE MOUNTAINS

Breathe in – let go – regenerate.  
Treat yourself to some luxurious me-time in our  
Aspen Spa. You decide the length of your pampering  
treatment and we will be happy to advise you on  
which treatment methods to choose. Your treatment  
may consist of different applications from our  
Spa menu, for instance a massage, a peeling, a facial,  
a manicure or a pedicure.

Duration 60 mins. / cost dependent on input  
Duration 90 mins. / cost dependent on input  
Duration 120 mins. / cost dependent on input

## PAUSE ALPINE

Respirer, prendre du recul, se reposer.  
Prenez le temps de faire une pause à l'Aspen Spa.  
À vous de déterminer la durée des soins.  
Nous nous ferons un plaisir de vous indiquer la  
méthode qui vous convient. Le soin peut inclure  
différentes applications proposées dans notre menu  
du Spa telles que massage, peeling, soin du visage,  
manucure ou pédicure.

Durée 60 min / coût selon l'intensité  
Durée 90 min / coût selon l'intensité  
Durée 120 min / coût selon l'intensité

# moor und mehr.

## MOOR-PACKUNG

Moor wird in der Naturheilkunde bei Durchblutungsstörungen, Störungen des vegetativen Nervensystems, bei Stress und zur Stoffwechselaktivierung angewandt. Die Durchblutung von Muskeln, Gelenken und inneren Organen wird verbessert. Die körpereigenen Abwehrkräfte werden gesteigert und die Selbstheilung angeregt. Ihr Körper wird auf eine angenehme Weise gestärkt, erfrischt und entspannt.

Dauer 50 Min. / CHF 120.-  
inkl. Peeling / CHF 135.-

## BERG-ANTIAGING-KÖRPERPACKUNG

Für die Schönheit Ihrer Haut. Bierhefe mit dem hohen Anteil an Vitaminen des B-Komplexes, Biotin und Niacin ist ein wahrer Jungbrunnen für die Haut. Durch die ausgewogene Kombination der Bergkräuter können positive Effekte bei Cellulite, Narbenbildung und für das Bindegewebe erzielt werden.

Dauer 50 Min. / CHF 125.-  
inkl. Peeling / CHF 140.-

# more and moor.

## MOOR PACK

In naturopathy, moor packs are used to treat circulatory problems, disorders of the vegetative nervous system, to combat stress and to activate the metabolism. The blood circulation of muscles, joints and inner organs is improved, the body's defences are strengthened and its self-healing powers are stimulated. Your body is regenerated, refreshed and relaxed.

Duration 50 mins. / CHF 120.-  
Incl. peeling / CHF 135.-

## MOUNTAIN ANTI-AGING BODY PACK

For the beauty of your skin. Brewer's yeast, with its high content of vitamin B, biotin and niacin, is a true fountain of youth for the skin. The well-balanced combination of mountain herbs has positive effects on cellulite, scar formation and connective tissue strength.

Duration 50 mins. / CHF 125.-  
Incl. peeling / CHF 140.-



# enveloppements.

## ENVELOPPEMENT DE TERRE GLAISE

En naturopathie, la terre glaise est utilisée en cas de troubles circulatoires, de troubles du système nerveux végétatif, de stress ainsi que pour stimuler le métabolisme. Elle améliore l'irrigation des muscles, des articulations et des organes. Elle stimule les défenses immunitaires endogènes et les mécanismes de régénération naturels. Fortification, rafraîchissement et relaxation agréables du corps.

Durée 50 min / CHF 120.-  
Peeling incl. / CHF 135.-

## ENVELOPPEMENT ALPIN ANTI-ÂGE

Pour la beauté de votre peau. La levure de bière riche en vitamines B, en biotine et en niacine est une véritable fontaine de jouvence pour la peau. L'association équilibrée avec des plantes alpines permet d'obtenir de bons résultats sur la cellulite, la cicatrisation et les tissus conjonctifs.

Durée 50 min / CHF 125.-  
Peeling incl. / CHF 140.-

# sport und vital.

## BERG-SPORT- UND VITALPACKUNG

Nach einem aktiven Tag in den Bergen wollen Muskeln und Gelenke gepflegt werden. Die bioaktiven Kräfte der Bergkräuter können Entzündungen hemmen, den Stoffwechsel aktivieren, Verkrampfungen und Verspannungen der Muskulatur lösen und die Geschmeidigkeit des Bewegungsapparates fördern.

Dauer 50 Min. / CHF 120.-  
inkl. Peeling / CHF 135.-



## NATURSALZPEELINGS

### Arven-Honig-Peeling

Verleiht der Haut Elastizität, aktiviert den Zellhaushalt, stellt die Hautbalance wieder her.

### Arnica-Peeling

Erfrischt und reinigt die Haut, spendet ihr Feuchtigkeit. Kühlend, regenerierend und vitalisierend nach sportlicher Beanspruchung.

### Johanniskraut- und Biopir-Peeling

Hat einen Anti-Aging-Effekt, strafft und entschlackt. Regt die Regeneration der Haut an und verbessert die Struktur des Bindegewebes.

Dauer 25 Min. / CHF 60.-

# active and invigorating.

## MOUNTAIN ACTIVITY AND VITALITY PACK

After an active day in the mountains, your muscles and joints deserve some pampering. The bioactive power of mountain herbs can stop inflammations, activate the metabolism, loosen tense muscles and promote the suppleness of the musculoskeletal system.

Duration 50 mins. / CHF 120.-  
Incl. peeling / CHF 135.-

# sport et vitalité.

## ENVELOPPEMENT SPORT ET VITALITÉ ALPINE

Soin des muscles et des articulations après une journée active en montagne. La force bioactive des plantes alpines peut prévenir les inflammations, stimuler le métabolisme, détendre les muscles et les crampes et assouplir l'appareil moteur.

Durée 50 min / CHF 120.-  
Peeling incl. / CHF 135.-

## NATURAL SALT PEELINGS

### Swiss stone pine/honey peeling

Restores the skin's elasticity levels, activates the cell balance and restores the skin's natural equilibrium.

### Arnica peeling

Refreshes and cleanses the skin and replenishes its moisture levels. Cooling, regenerating and revitalising after exercise.

### St. John's wort and Biopir peeling

Has anti-aging properties, tautens and removes toxins; stimulates skin regeneration and tautens the connective tissue.

Duration 25 mins. / CHF 60.-

## SOINS EXFOLIANTS NATURELS AU SEL

### Peeling arole-miel

Rend à la peau son élasticité, stimule les cellules et rétablit l'équilibre cutané.

### Peeling à l'arnica

Rafraîchit, purifie et hydrate la peau. Effet rafraîchissant, régénérant et revitalisant après les efforts physiques.

### Peeling millepertuis et Biopir

Effet anti-âge, raffermissant et purifiant. Il stimule la régénération cutanée et raffermit les tissus.

Durée 25 min / CHF 60.-

# gesichts- behandlungen.

## GESICHTSBEHANDLUNG NACH DERMALOGICA-PRINZIP

Jede einzelne Behandlung wird durch ein Face Mapping (das Gesicht wird in 14 Zonen unterteilt) individuell auf den jeweiligen Hauttyp und Hautzustand abgestimmt.

## QUICK-GESICHTSBEHANDLUNG

Die Dermalogica-„Microzone“-Gesichtsbehandlung ist eine kurze Lektion in Sachen Hautbehandlung. In kurzer Zeit das beste Ergebnis.

Dauer 30 Min. / CHF 80.-

## GROSSE DERMALOGICA-BEHANDLUNG

Doppelreinigung, Face Mapping, Aromakompresse, Peeling, Korrigieren der Augenbrauen, Serum, Gesichts-Dekolleté-Hals-Nackenmassage, Maske, Abschlusspflege.

Dauer 90 Min. / CHF 220.-

## KLEINE DERMALOGICA-BEHANDLUNG

Ohne Aromakompresse und Korrigieren der Augenbrauen.

Dauer 60 Min. / CHF 160.-

# facial treatments.

## FACIAL ACCORDING TO THE DERMALOGICA PRINCIPLE

Each treatment is individually adapted to your skin type and the condition of your skin using face mapping, a method that divides the face into 14 sections. This way, we can be sure to achieve optimal results for your skin.

## QUICK FACIAL

The Dermalogica-„Microzone“ facial is a short, highly efficient skin treatment that yields top results in no time at all.

Duration 30 mins. / CHF 80.-

## LARGE DERMALOGICA FACIAL

Double cleansing, face mapping, aroma compress, peeling, brow-shaping, serum, face/cleavage/neck massage, mask, face cream.

Duration 90 mins. / CHF 220.-

## SMALL DERMALOGICA FACIAL

Facial without aroma compress and brow-shaping.

Duration 60 mins. / CHF 160.-

# soins du visage.

## SOIN DU VISAGE, PRINCIPE DERMALOGICA

Chaque soin est personnalisé en fonction du type de peau et de l'état individuel de la peau, déterminés grâce à un face mapping (division du visage en 14 zones). Ceci permet d'obtenir un résultat optimal pour votre peau.

## SOIN DU VISAGE « QUICK »

Le soin du visage Dermalogica « Microzone » constitue un bref traitement cutané pour un résultat idéal en peu de temps.

Durée 30 min / CHF 80.-

## GRAND SOIN DERMALOGICA

Double nettoyage, face mapping, application aromatique, peeling, remodelage des sourcils, sérum, massage visage/décolleté/cou/nuque, masque, soin final.

Durée 90 min / CHF 220.-

## PETIT SOIN DERMALOGICA

Sans application aromatique ni remodelage des sourcils.

Durée 60 min / CHF 160.-



**Maniküre** mit Massage und Lack  
Dauer 60 Min. / CHF 75.-

**Maniküre** mit Massage ohne Lack  
Dauer 50 Min. / CHF 65.-

**Wellness-Maniküre**  
(Peeling, Massage und Packung)  
Dauer 75 Min. / CHF 105.-

**Pediküre** mit Massage und Lack  
Dauer 75 Min. / CHF 85.-

**Pediküre** mit Massage ohne Lack  
Dauer 60 Min. / CHF 75.-

**Wellness-Pediküre**  
(Peeling, Massage und Packung)  
Dauer 75 Min. / CHF 115.-

**Manicure** with massage and varnish  
Duration 60 mins. / CHF 75.-

**Manicure** with massage without varnish  
Duration 50 mins. / CHF 65.-

**Wellness manicure**  
(peeling, massage and pack)  
Duration 75 mins. / CHF 105.-

**Pedicure** with massage and varnish  
Duration 75 mins. / CHF 85.-

**Pedicure** with massage without varnish  
Duration 60 mins. / CHF 75.-

**Wellness pedicure**  
(peeling, massage and pack)  
Duration 75 mins. / CHF 115.-

**Manucure** avec massage et vernis  
Durée 60 min / CHF 75.-

**Manucure** avec massage sans vernis  
Durée 50 min / CHF 65.-

**Manucure bien-être**  
(peeling, massage et enveloppement)  
Durée 75 min / CHF 105.-

**Pédicure** avec massage et vernis  
Durée 75 min. / CHF 85.-

**Pédicure** avec massage sans vernis  
Durée 60 min / CHF 75.-

**Pédicure bien-être**  
(peeling, massage et enveloppement)  
Durée 75 min. / CHF 115.-

Brauenkorrektur  
Dauer 15 Min. / CHF 25.-

Oberlippe  
Dauer 15 Min. / CHF 20.-

Kinn  
Dauer 15 Min. / CHF 25.-

Bikini  
Dauer 25 Min. / CHF 35.-

Achseln  
Dauer 25 Min. / CHF 35.-

Bein bis Knie  
Dauer 30 Min. / CHF 55.-

Ganzes Bein  
Dauer 50 Min. / CHF 75.-

Ganzes Bein und Bikini  
Dauer 60 Min. / CHF 100.-

# haarentfernung. hair removal. épilation.

Brow-shaping  
Duration 15 mins. / CHF 25.-

Upper lip  
Duration 15 mins. / CHF 20.-

Chin  
Duration 15 mins. / CHF 25.-

Bikini zone  
Duration 25 mins. / CHF 35.-

Underarms  
Duration 25 mins. / CHF 35.-

Leg up to knee  
Duration 30 mins. / CHF 55.-

Whole leg  
Duration 50 mins. / CHF 75.-

Whole leg and bikini zone  
Duration 60 mins. / CHF 100.-

Remodelage des sourcils  
Durée 15 min / CHF 25.-

Lèvre supérieure  
Durée 15 min / CHF 20.-

Menton  
Durée 15 min / CHF 25.-

Maillot  
Durée 25 min / CHF 35.-

Aisselles  
Durée 25 min / CHF 35.-

Demi-jambes  
Durée 30 min / CHF 55.-

Jambes entières  
Durée 50 min / CHF 75.-

Jambes entières et maillot  
Durée 60 min / CHF 100.-

maniküre und pediküre.\*  
manicure and pedicure.\*  
manucure et pédicure.\*



\*Unisex

# spa-etikette. spa etiquette. l'étiquette du spa.

## SPA-BEKLEIDUNG

Im Zimmer stehen Bademantel und Badeslippers für Sie bereit. Saunatücher stehen Ihnen in unserem Spa ebenso zur Verfügung wie Duschmittel in den Duschbereichen. Bitte nehmen Sie möglichst keine Wertgegenstände in den Spa-Bereich mit.

Unser Saunabereich ist aus hygienischen Gründen eine textilfreie Zone. Bitte verwenden Sie Ihr Saunatuch während den Saunagängen, so dass kein Schweiß auf die Sitzbänke gelangt. Vor und nach Ihrem Dampfbadbesuch verwenden Sie bitte den vorgesehenen Wasserschlauch für die Reinigung der Sitzflächen.

In der Dampfbadkabine benötigen Sie kein Saunatuch. Duschen vor dem Baden und nach dem Schwitzen ist für unsere Gäste selbstverständlich.

## RUHE UND ENTSPANNUNG

Unser Wellnessbereich dient der Erholung und Entspannung. Aus Rücksicht gegenüber anderen Wellnessgästen bitten wir Sie, auf Mobiltelefone und laute Gespräche zu verzichten. Kinder unter 14 Jahren haben keinen Zutritt zum Spa-Bereich. Wir weisen darauf hin, dass die gesamte Konzeption des Bereiches auf den ruhe- und erholungs-suchenden Gast ausgerichtet ist.

## SPA CLOTHING

In your room, we have prepared a bathrobe and slippers for you. Sauna towels are provided in our spa area and you will find shower gel in the shower areas. If possible, please do not take any objects of value to the spa area.

Due to hygienic reasons, our sauna is a nude zone. Please use your sauna towel while in the sauna to prevent sweat dripping on the benches. Before and after visiting the steam bath, please use the designated hose to clean the seating area. You do not need a sauna towel inside the steam bath cabin. We take it for granted that all our guests shower before using the pool and after use of the sauna and steam baths.

## REST AND RELAXATION

Our wellness area is designed for recreation and relaxation. Out of respect for other wellness guests, we kindly ask you to refrain from using mobile phones and to avoid loud conversations. Children under the age of 14 are not permitted in the spa area. We kindly wish to point out that this entire area is provided for guests in search of a calm, restful atmosphere.

## HYGIENE AU SPA

Vous trouverez un peignoir et des pantoufles dans l'armoire de votre chambre. Des linges sont mis à votre disposition séparément pour le sauna directement au spa. Du gel douche est disponible dans l'espace douche. Nous vous conseillons de ne pas emporter d'objets de valeur dans le spa.

Pour des raisons d'hygiène, les saunas sont des zones nudistes. Veuillez utiliser les linges prévus pour aller au sauna et éviter de transpirer sur les bancs. Avant et après le bain de vapeur, veuillez utiliser le tuyau à eau pour nettoyer la surface assise.

Dans la cabine du bain de vapeur, vous n'avez pas besoin du linge sauna. Prenez une douche avant la baignade et après avoir transpiré.

## DÉTENTE ET RELAXATION

Notre spa sert à se détendre et se relaxer. Par respect pour les autres clients du spa, nous vous prions d'éteindre vos téléphones mobiles et de ne pas parler bruyamment. Les enfants de moins de 14 ans n'ont pas accès à la zone spa. Nous rappelons que cet espace est spécialement conçu pour les personnes désireuses de se reposer et de se relaxer.



## **TERMINVEREINBARUNG**

Wir empfehlen, Ihre Spa-Behandlung einige Tage im Voraus zu reservieren, damit wir Ihren Wunschtermin erfüllen können. Hierzu erreichen Sie uns via E-Mail unter [info@hotel-aspen.ch](mailto:info@hotel-aspen.ch), telefonisch unter +41 33 854 40 00, intern 999 oder persönlich an unserer Réception. Unser kompetentes Spa-Team berät Sie gerne und individuell nach Ihren Bedürfnissen.

## **TREFFPUNKT**

Gerne erwarten wir Sie 10 Minuten vor Beginn Ihres Termins im Spa, damit Sie entspannt und pünktlich Ihr Verwöhnprogramm geniessen können.

## **PRODUKTEVERSAND**

Wir senden Ihnen Ihr Lieblingsprodukt aus unserer ASPEN-Produktpalette gerne nach Hause. Bitte wenden Sie sich an unser Spa-Team oder an die Réception.

## **VERSPÄTUNG**

Im Falle einer Verspätung bitten wir Sie, unsere Réception zu informieren. Wir bitten um Verständnis, dass sich Ihre Spa-Reservierung entsprechend verkürzen kann. Wir müssen Ihnen dennoch den vollen Preis in Rechnung stellen.

## **ANNULLATIONSBEDINGUNGEN**

Sollten Sie Ihren Termin nicht wahrnehmen können, bitten wir Sie, uns dies bis zu 24 Stunden im Voraus mitzuteilen. Andernfalls wird Ihnen die gebuchte Leistung in Rechnung gestellt.

## **APPOINTMENTS**

We advise you to book your spa treatments a few days in advance to ensure that you get the appointment of your choice. You can reach us via email on: [info@hotel-aspen.ch](mailto:info@hotel-aspen.ch), by phone on: +41 33 854 40 00, internally on: 999 or personally at the hotel reception. Our qualified spa team will be happy to advise you and cater to your individual needs.

## **MEETING POINT**

We will wait for you in the spa 10 minutes before your appointment to ensure that you can start your pampering program relaxed and on time.

## **ORDERING PRODUCTS**

We are happy to ship your favourite product from the ASPEN product range to your desired address.

## **LATE ARRIVAL**

In case you are running late, we kindly ask you to inform our reception. Please note that your appointment slot could be shortened accordingly and that you will still be charged the full price.

## **CANCELLATION POLICY**

If you are unable to keep your appointment, please let us know 24 hours in advance as you will otherwise be charged for the service booked.

## **PRISE DE RENDEZ-VOUS**

Nous vous conseillons de réserver votre traitement spa quelques jours à l'avance afin que nous puissions vous accorder l'horaire choisi. Vous pouvez nous joindre par e-mail à [info@hotel-aspen.ch](mailto:info@hotel-aspen.ch), par téléphone au +41 33 854 40 00, poste interne au 999 ou à notre réception. L'équipe compétente du spa se fera un plaisir de vous conseiller individuellement selon vos besoins.

## **ACCUEIL**

Nous vous attendons avec plaisir 10 minutes avant votre rendez-vous au spa pour que vous puissiez commencer votre traitement de bien-être détendu et à l'heure.

## **ENVOI DE PRODUITS**

C'est avec plaisir que nous vous enverrons à domicile votre produit ASPEN favori. Veuillez contacter l'équipe du spa ou la réception.

## **RETARD**

En cas de retard, nous vous prions de bien vouloir informer la réception. Votre séance de soin sera écourtée en conséquence, mais nous serons malgré tout dans l'obligation de vous facturer la séance complète. Merci de votre compréhension.

## **CONDITIONS D'ANNULATION**

Si vous ne pouvez pas vous rendre au rendez-vous, nous vous prions de nous en informer 24 heures à l'avance. Dans le cas contraire, la prestation commandée vous sera facturée.





[www.hotel-aspen.ch](http://www.hotel-aspen.ch)



click & like  
[www.facebook.com/  
aspengrindelwald](https://www.facebook.com/aspengrindelwald)

**ASPEN alpin\_lifestyle\_hotel Grindelwald**  
Fam. Grossniklaus · Aspen 1 · CH-3818 Grindelwald  
Tel. +41 33 854 40 00 · [info@hotel-aspen.ch](mailto:info@hotel-aspen.ch) · [www.hotel-aspen.ch](http://www.hotel-aspen.ch)

