

Eine einfühlsame Auszeit im Schweizerhof Flims

Ganzheitliches Wellnesshotel in Flims

Flims, 24. September 2024 - Wellness- und Entspannungsangebote sind die grosse Stärke des Romantik Hotel & Spa Schweizerhof Flims. Graubünden Ferien zählt das 4-Sterne-Haus zu den sechs besten Adressen für Gesundheitsferien im Kanton. Speziell für werdende Mütter gibt es empathische Behandlungen und ein traditionelles Ritual.

Im Schweizerhof Flims sind ausgebildete Profis als Achtsamkeitscoaches, Yogatherapeutinnen und Masseurinnen am Werk. Sie spüren Verspannungen auf, finden die geeigneten Asanas und bringen Körper, Geist und Seele in Einklang. Neu verhelfen sie auch Schwangeren zu Erholung in den wichtigen Wochen vor der Entbindung.

“Mama Blessing Ceremony” statt “Baby Shower”

Die «Mama Blessing Ceremony» lehnt sich an ein traditionelles Ritual von indigenen Völkern an. Dabei wird die werdende Mutter in einer Zeremonie geehrt und mental für die Geburt gestärkt. Im Schweizerhof Flims kommt sie dafür mit ihren Freundinnen zusammen und spürt im Kreis die Unterstützung und Anteilnahme. Die guten Wünsche manifestieren sich beispielsweise in einer Kerze, die jede Teilnehmerin mit nach Hause nimmt und anzündet, wenn bei der Gebärenden die Wehen einsetzen. Diese unvergessliche Zeremonie ist der feinsinnige Gegenpol zum «Baby Shower».

Sensible Anwendungen und bequeme Massage speziell für Schwangere

Konventionelle Treatments nehmen ebenfalls Rücksicht auf das Befinden der Schwangeren. Auf einer speziellen Massageliege wird der empfindliche Babybauch geschont; dabei kann sich die Frau weiterhin auf dem Bauch ausstrecken. Im Gespräch stellt die Therapeutin fest, welche Anwendungen gewünscht und möglich sind. Bei der japanischen Reiki-Technik wird die Hand aufgelegt, um die Selbstheilungskräfte zu stärken, Klangmassagen können hingegen tiefenentspannen. Die Lomi-Lomi-Massage löst Blockaden und im Naturstein-Pool mit Granderwasser wirkt die Kraft der Hydrotherapie.

«Bergzauber» Eltern-Kind-Retreat im Januar 2025

Wenn jedoch ein gemeinsames Wohlfühlerlebnis mit den Kleinen gesucht wird, bietet sich der «Bergzauber» Eltern-Kind-Retreat an (Freitag, 31. Januar bis Sonntag, 2. Februar 2025). Unter der fachkundigen Leitung von Lea Salvi von «Little Yogi» kann die junge Familie – und das Kind mit Gleichaltrigen – gemeinsam Yoga ausprobieren, aber auch in «Creative Sessions» töpfeln oder eine Collage gestalten. Jederzeit ist für Kinderbetreuung gesorgt, zum Beispiel während Mamas Yoga-Lektion, beim Pilates oder dem Shinrin Yoku Waldbaden.

«Romantische Zweisamkeit» für angehende Eltern

Bald läutet der Schweizerhof Flims seine zauberhafte Wintersaison ein. Seit über 120 Jahren erfreuen sich die Gäste des Hauses an den verschneiten Bündner Alpen und dem

stimmungsvollen saisonalen Schmuck im Dorf. Die 48 Zimmer des Jugendstil-Hotels strahlen eine besondere Wärme und Gemütlichkeit aus und werden beim Arrangement «Romantische Zweisamkeit» mit Herz dekoriert. Ein 5-Gang-Candlelight-Menu, eine Stunde «Private Spa» und ein nostalgischer Drink an «Le Bar 1903» sind nur einige «Goodies» bei diesem dreitägigen Package für Verliebte. Das ist auch ein passender «Babymoon» für werdende Eltern.

Vorteilhafte «Midweek Specials» für Single Travellers

Für Alleinreisende sind die «Midweek Specials» interessant. Sie profitieren von der ruhigeren Zeit im Hotel, im Badehaus und auf den Wanderwegen rund um Flims. Relaxt starten sie am Frühstücksbuffet mit regionalem Käse, Fleisch und Konfi in den Tag und wechseln beim 4-Gang-Geniessermenu am Abend ein paar Worte mit dem aufmerksamen Service. Wie immer gilt: «SPA-Around» – der Zutritt zu acht verschiedenen Spas in der Region ist inbegriffen. Selbstverständlich sind Single-Traveller jederzeit zum Wochenprogramm eingeladen. Viel Yoga, Pilates und Qi Gong, Hotelkino, ein achtsamer Waldspaziergang oder eine kulinarische Reise bereichern den Urlaub nach Lust und Laune. Dabei haben die Gäste die Möglichkeit, in ungezwungener Atmosphäre mit anderen Reisenden in Kontakt zu kommen – können sich aber auch jederzeit zurückziehen und ihre Zeit ganz für sich geniessen.

Über den Schweizerhof Flims, Romantik Hotel & Spa

Die Geschichte des Flimser Vier-Sterne-Hotel geht bis ins Jahr 1903 zurück. Da eröffnete der Schweizerhof Flims erstmals seine Türen. Seither hat sich das Romantik Hotel dem Wandel der Zeit angepasst, ohne dabei die Ursprünge zu vergessen – jüngst mit neuem Spa. Die historischen Gemäuer, das klassisch elegante Interieur, das vielseitige Kulturangebot und die Herzlichkeit der Gastgeber und Besitzerfamilie Schmidt mit ihrem Team sind seit jeher weit über die Region hinaus bekannt. Ergänzt wird diese Basis mit einem innovativen Wellbeing-Angebot, was von Waldbaden, über einem vielfältigen Wochenprogramm, bis hin zum im Dezember 2022 eröffneten Badehaus geht. Der neue Berg- und Waldspa erstreckt sich über 750 Quadratmeter und umfasst nebst einer finnischen Sauna mit Blick auf den Flimserstein, einer Bio-Arvensauna, einer Infrarotsauna, ein Dampfbad auch einen Yoga- und Meditationsraum, Behandlungsräume sowie das Naturstein-Hallenbad. Seit Dezember 2022 ist der Schweizerhof Mitglied des innovativen „Spa Around“-Angebot von Flims Laax Falera, hierbei können Hotelgäste die Spas von acht Tophotels der Destination mitnutzen. In den schicken 48 Zimmern lässt es sich zur Ruhe kommen, denn obwohl mitten im Zentrum von Flims Waldhaus gelegen, ist das Haus umgeben vom hoteleigenen Park sowie dem Flimser Grosswald und in nächster Fussnähe zum Caumasee. Auch in der Kulinarik wird Klassik mit Moderne zelebriert – im eleganten Restaurant Belle Epoque kocht Küchenchef Jannik Moser eine leichte, marktfrische Küche mit französischem Akzent. Wer es privater mag, reserviert das Chambre d’hôte – das Gästezimmer, in dem die Besitzerfamilie des Schweizerhofs anno dazumal dinierte. Laue Sommertage geniesst man am besten auf der Jugendstil-Veranda mit Blick ins Grüne oder der Dachterrasse. Die Bar und Lobby laden zum stimmungsvollen Absacker ein. In den historischen Bankettsälen und -räumen lässt es sich dank modernster Technik genauso gut Tagen wie romantisch Heiraten.

Für weitere Informationen: www.schweizerhof-flims.ch

Schweizerhof Flims, Romantik Hotel & Spa

Rudi Dadens 1
7018 Flims Waldhaus
Schweiz
Telefon: 0041 81 928 10 10
E-Mail: info@schweizerhof-flims.ch

Für Presseinformationen und Bildmaterial:

faulhaber Marketing GmbH
Nathalie Bischof
Landstrasse 43a
8450 Andelfingen
Schweiz

Telefon: 0041 44 500 21 98
E-Mail: nb@faulhaber-marketing.ch