



HOTELKRONE

Verwöhnen. Träumen. Loslassen.

**MASSAGEN
WELLNESS
FITNESS**



ÜBERSICHT

HERZLICH WILLKOMMEN	3
UNSERE MASSAGEN	4
WICHTIGE INFORMATIONEN	6
UNSER WELLNESSBEREICH	7
UNSER FITNESSBEREICH	8

HERZLICH WILLKOMMEN

im Wellness- und Fitnessbereich des Hotel Krone Churwalden

Liebe Gäste

Wellness bedeutet sich Zeit für sich selbst zu nehmen und sich auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene zu erholen. Im Hotel Krone Churwalden bieten wir unseren Gästen eine Vielzahl an Möglichkeiten, sich zu entspannen und zu regenerieren.

Erleben Sie die heilende Kraft unseres Dampfbades sowie unserer Finnischen und Bio-Sauna. Entspannen Sie sich bei angenehmer Atmosphäre in unserem Ruheraum.

Lockern Sie Ihre Muskeln im Whirlpool, geniessen Sie die Wärme der Infrarotkabinen und bereichern Sie Ihren Körper mit neuer Energie.

Gönnen Sie sich anschliessend eine Massage nach Beratung mit unserem Wellnessteam.

Wir freuen uns sehr auf Ihren Besuch!

Ihr Massage- und Wellnessteam

TERMINE

Buchen Sie noch heute Ihre Massage im Hotel Krone Churwalden direkt über die Reception oder den Link auf unserer Webseite. Sie erreichen uns unter:

Telefon: +41 81 552 57 57
E-Mail: reception@kronechurwalden.ch

UNSERE MASSAGEN

Klassische Massage

Ganz nach Ihren persönlichen Bedürfnissen, wird unser Therapeut eine Massage zusammenstellen. Von Kopf bis Fuss oder konzentriert auf die von Ihnen gewünschten Körperpartien.

Dauer 30 Minuten / 60 Minuten CHF 80.00 / CHF 130.00
mit Aromaöl für extra Entspannung + CHF 10.00

Sportmassage

Eine Sportmassage verringert die Regenerationszeit des Körpers nach einer Trainingseinheit und beugt Muskelkater vor. Die während des Sports entstandenen Krämpfe können mit Dehnungsgriffen behandelt werden. Durch regelmässige Massagen können Bindegewebeverklebungen und Verhärtungen in der Muskulatur gelöst werden. Nach dem Sport wird regenerativ und lockernd massiert.

Dauer 30 Minuten / 60 Minuten CHF 90.00 / CHF 140.00

Deep Tissue Massage

Tiefer Druck für tiefe Wirkung! Und wirkt auch auf den tiefer liegenden Haltungsmuskeln, die oft vernachlässigt werden.

Dauer 30 Minuten / 60 Minuten CHF 90.00 / CHF 140.00

Hot Stone Massage

Ein Ritual mit der heilenden Kraft der Wärme.

Dauer 60 Minuten / 90 Minuten CHF 140.00 / CHF 170.00

Ganzheitliche Fussmassage

Lassen Sie bei einer wohltuenden Fussmassage die Seele baumeln.

Dauer 30 Minuten / 60 Minuten CHF 70.00 / CHF 120.00

Schwangerschaftsmassage

Wasser in den Beinen, Rückenschmerzen, Nackenverspannungen oder den Wunsch nach Entspannung. Schwangere Frauen haben besondere Beschwerden und Bedürfnisse, auf welche bei dieser Massage besonders eingegangen werden kann.

Dauer 30 Minuten / 60 Minuten CHF 80.00 / CHF 130.00

Manuelle Therapie

Eine Reihe von Behandlungsmöglichkeiten, bei denen Ihre speziellen Ziele und Probleme im Mittelpunkt stehen. Für eine bessere Körperhaltung und mühelose Bewegung. Diese Methoden können Schmerzen lindern, den Bewegungsradius verbessern und eine schnellere Heilung von Verletzungen fördern.

Dauer 30 Minuten / 60 Minuten CHF 100.00 / CHF 150.00

Lymphdrainage

Die sanfte manuelle Ganzkörpermassage, aktiviert den Lymphfluss und unterstützt das Immunsystem.

Dauer 30 Minuten / 60 Minuten CHF 90.00 / CHF 140.00

Für alle etwas

In unserem Spa wird jede Behandlung auf Ihre aktuellen Bedürfnisse und Wünsche zugeschnitten.

Finden Sie Ihren Wunsch nicht auf der Liste? Sprechen Sie mit unserem Spa Team oder unserer Reception. Wir haben bestimmt ein individuelles Angebot für Sie!

WICHTIGE INFORMATIONEN

Bitte erscheinen Sie pünktlich und melden sich 10 Minuten vor dem Termin bei der Reception. Im Falle einer Verspätung suchen wir gemeinsam nach einer optimalen Lösung.

Die für die Anwendungen angebenen Zeiten beziehen sich jeweils auf die gesamte Behandlungsdauer. Das heisst, dass wir eventuell notwendige Nachruhezeiten für Sie bereits eingerechnet haben.

Wir bitten Sie, uns schon bei der Buchung auf eine eventuelle Schwangerschaft oder sonstige Besonderheiten hinzuweisen, damit wir für Sie einen entsprechenden Behandlungsplan ausarbeiten können. Vielen Dank.

Bitte teilen Sie uns Terminänderungen oder Stornierungen mindestens 24 Stunden vorher mit, da wir Ihnen andernfalls die Massage in Rechnung stellen müssen.

Vielen Dank für Ihr Verständnis!

FÜR UNSERE EXTERNEN GÄSTE

Der Eintritt in den Fitness- und Wellnessbereich beträgt CHF 35.00 (exkl. Bademantel).

Haben Sie eine Massage gebucht, so geniessen Sie den Wellnessbereich kostenlos.

Gut für den Planeten, gut für den Menschen

Alle in unseren Behandlungen angewendeten Produkte entspringen ökologischer Landwirtschaft.

UNSER WELLNESSBEREICH

Unser Wellnessbereich verfügt über eine Infrarotkabine, Sauna, Dampfbad, Whirlpool und Ruheraum, die alle dazu beitragen, den Körper zu entgiften, die Durchblutung zu verbessern und Stress abzubauen.

Die aktuellen Öffnungszeiten und Textilverordnungen finden Sie auf unserer Homepage.

DER UMWELT ZU LIEBE

Der Umwelt zuliebe bitten wir Sie Bademantel und Slippers von zuhause mitzubringen. Gegen eine Leihgebühr von CHF 5.00 kann ein Bademantel ausgeliehen und Slippers für CHF 2.00 gekauft werden. Besten Dank für Ihr Verständnis.



UNSER FITNESSBEREICH

Noch Energie übrig? Auf der Suche nach einem Schlechtwetterprogramm?

Es stehen Ihnen verschiedene Fitnessgeräte zur Verfügung, somit steht Ihrem Trainingsplan nichts im Wege. Platz für Ihre Yogamatte oder ein Body-Weight-Only-Workout ist ebenfalls gegeben.

