



GSTAAD PALACE
SWITZERLAND

Spa

SPA
GSTAAD PALACE







World of Palace Spa

1,800 m² of wellness: the Palace Spa exceeds all expectations! Set off on a voyage of relaxation in our hammam or spend a wonderful time that does you the power of good in the saunas and steam baths. Very exclusive: the private spa suite. Sport doesn't come off badly here too: our facilities include tennis and squash courts as well as a Jacuzzi with stunning mountain view and Olympic-sized outdoor swimming pool in the summer. Our trainers for personal fitness, yoga and Pilates are highly qualified. Hotel guests and external visitors are welcome in the Palace Spa.

Du bien-être sur 1800 m²: le Palace Spa dépasse toutes les attentes! Laissez-vous emporter par une vague de détente dans notre hammam ou venez profiter des bienfaits de nos saunas et bains de vapeur. Particulièrement exclusif: la suite de spa privée. De même, notre site encourage également à la pratique sportive: avec nos terrains de tennis et de squash ainsi que notre jacuzzi avec une vue magnifique sur les montagnes et en été, notre piscine olympique extérieure. Nos entraîneurs pour le fitness personnel, le yoga et le pilates ont le meilleur niveau de formation. Que vous soyez client de l'hôtel ou simple visiteur, vous êtes le bienvenu au Palace Spa.

Wellness auf 1'800 m²: Das Palace Spa übertrifft alle Erwartungen! Begeben Sie sich in unserem Hammam auf eine Erholungsreise, oder verbringen Sie wohltuende Stunden in den Saunen und Dampfbädern. Besonders exklusiv: die private Spa-Suite. Auch Sport kommt bei uns nicht zu kurz: Zu unserer Anlage gehören Tennis- und Squash-Plätze sowie ein Jacuzzi mit herrlichem Bergblick und im Sommer ein olympisches Aussen-schwimmbad. Unsere Trainer für Personal Fitness, Yoga und Pilates sind topausgebildet. Im Palace Spa heissen wir Hotelgäste und externe Besucher herzlich willkommen.



The Hammam

Unique! Incredibly relaxing! Simply wonderful! Anyone who has experienced our hammam's harmonious sequence is impressed. What awaits you? A roughly two-hour voyage of relaxation through six rooms. You start with a foot ritual in the steam bath. Then you enjoy relaxing moments in the "endless room". A cleansing soap lather massage awaits you next. The voyage continues with a steam bath and relaxation phase in the "floating pool". After a break in a private chill-out room, the grand finale to this experience is a moisturising oil massage.

Unique! Incroyablement reposant! Simplement merveilleux! Toute personne ayant fait l'expérience du programme harmonieux de notre hammam en est ressortie comblée. Ce qui vous y attend? Un voyage de repos d'environ deux heures à travers six pièces. Vous commencez avec un rituel des pieds dans le bain de vapeur. Ensuite, vous savourez des moments calmes dans la «pièce infinie». Puis, un massage à la mousse de savon nettoyant vous attend. Le voyage se poursuit avec un hammam et une phase de détente dans le «bassin de flottaison». Après une pause dans une salle de repos privée, un massage aux huiles hydratantes vient couronner cette expérience.

Einzigartig! Unfassbar erholsam! Einfach nur wunderbar! Wer die harmonische Abfolge unseres Hammams erlebt hat, ist begeistert. Was Sie dabei erwartet? Eine etwa zweistündige Erholungsreise durch sechs Räume. Sie starten mit einem Fussritual im Dampfbad. Anschliessend geniessen Sie ruhige Momente im «Endlosraum». Als nächstes erwartet Sie eine reinigende Seifenschaummassage. Die Reise geht weiter mit einem Dampfbad und einer Entspannungsphase im «Schwebebecken». Nach einer Pause im privaten Ruheraum krönt eine feuchtigkeitsspendende Ölmassage dieses Erlebnis.

Private Spa

Would you like to spend time as a couple in our spa? Book the private spa suite with sauna, steam bath and lounge corner. The ideal place to relax is the large bath for two. Would you like a massage? Thanks to the two treatment beds you can be pampered at the same time. The shower and changing room are also exclusively for you. Enjoy peace and quiet and unwind in total privacy. You can of course book the private spa suite for one person too.

Vous souhaitez passer du temps à deux dans notre spa avec la personne qui vous accompagne? Réservez la suite de spa privée avec sauna, hammam et coin lounge. Le lieu idéal pour se détendre est la grande baignoire pour deux personnes. Vous souhaitez un massage? Grâce aux deux divans de soin, vous pouvez vous faire choyer simultanément. La douche et le vestiaire sont aussi uniquement pour vous. Profitez des moments apaisants dans une intimité absolue et laissez votre esprit s'égarer. Bien entendu, vous pouvez également réserver la suite de spa privée pour une seule personne.

Sie möchten mit Ihrer Begleitung Zeit zu zweit in unserem Spa verbringen? Buchen Sie die private Spa-Suite mit Sauna, Dampfbad und Lounge-Ecke. Der ideale Ort zum Entspannen ist die grosse Badewanne für zwei. Sie wünschen eine Massage? Dank den beiden Behandlungsliegen können Sie sich gleichzeitig verwöhnen lassen. Auch die Dusche und der Umkleideraum sind exklusiv für Sie. Geniessen Sie in absoluter Privatsphäre ruhige Momente und lassen Sie die Seele baumeln. Selbstverständlich können Sie die private Spa-Suite auch für eine Person buchen.









Pools & Gym

Whether the snow's falling or it's sunset – you can admire the impressive mountain scenery from warm water here. The water temperature in the small outdoor pool with Jacuzzi is a pleasant 36 °C. You can swim your lengths in our 24 °C Olympic-sized outdoor pool in the summer. The indoor pool invites you to take a swim too with a water temperature of 28 °C. You can also work out using the latest Technogym equipment. You have a great view of the surrounding mountains in our gym.

Pendant la chute de neige ou lors du coucher de soleil – chez nous, vous pouvez admirer le panorama alpin impressionnant tout en restant dans l'eau chaude. L'eau dans la petite piscine extérieure avec jacuzzi s'élève à une température agréable de 36 °C. En été, vous pouvez nager dans notre piscine olympique extérieure à 24 °C. Et la piscine couverte invite à la natation avec une température de l'eau de 28 °C. Vous pouvez également faire de l'exercice avec les machines innovantes de Technogym. Dans notre salle de fitness, vous avez une superbe vue sur les montagnes environnantes.

Ob bei Schneefall oder beim Sonnenuntergang – bei uns können Sie vom warmen Wasser aus die beeindruckende Bergkulisse bestaunen. Die Wassertemperatur im kleinen Aussenpool mit Jacuzzi beträgt angenehme 36 °C. Im Sommer können Sie in unserem olympischen Aussenschwimmbad bei 24 °C Bahnen ziehen. Und das Hallenbad lädt bei einer Wassertemperatur von 28 °C zum Schwimmen ein. Trainieren können Sie auch an den innovativen Geräten von Technogym. In unserem Fitnessraum haben Sie einen tollen Blick auf die umliegenden Berge.

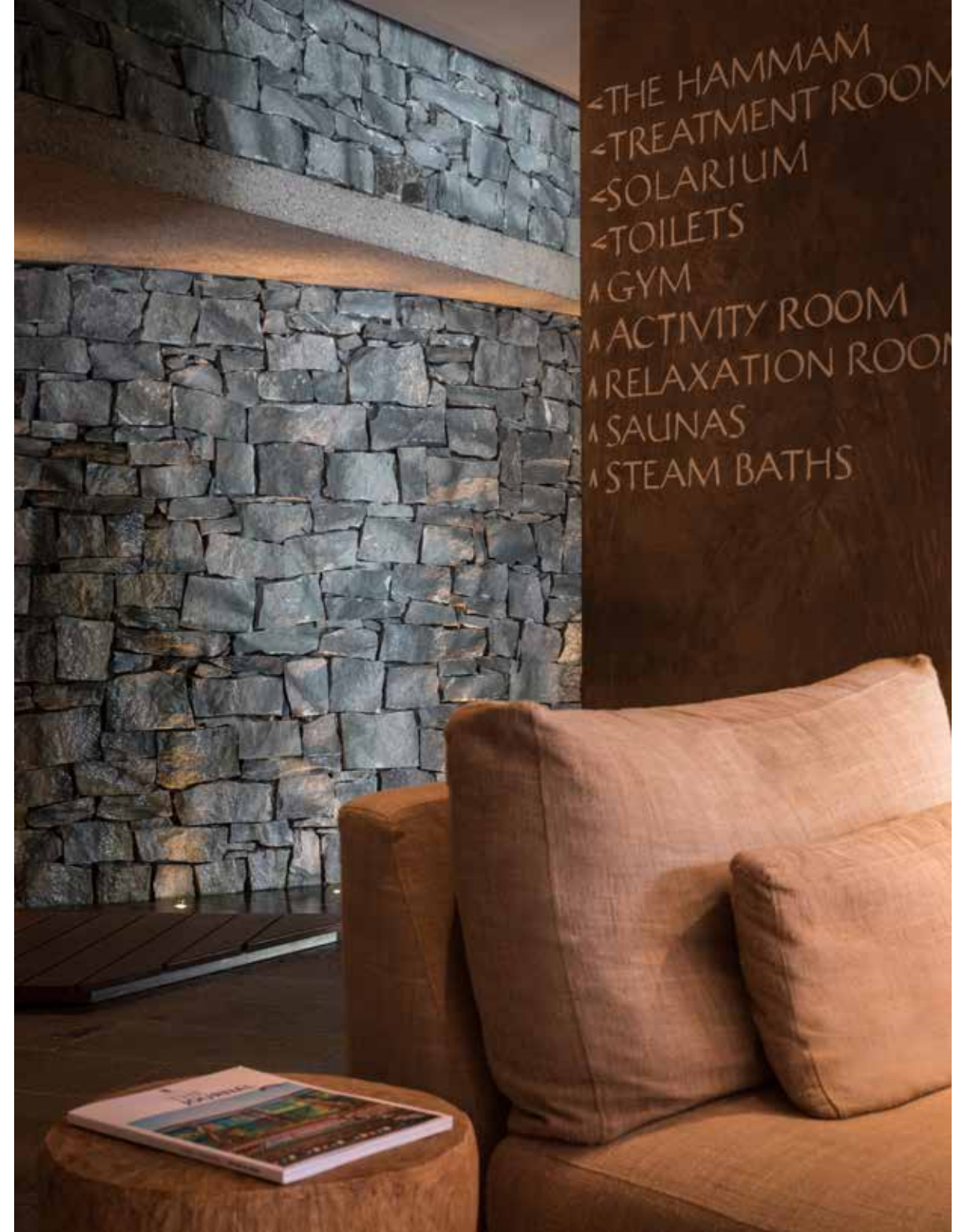


Sauna & Steam Bath

Thanks to our unique location, you also have a spectacular view here. You can even enjoy our special mountain setting in the sauna and steam bath. By the way, they are separate for ladies and gentlemen. Chill out in our comfortable outdoor area after a sauna. Or spend a relaxing time in the lounge with fireplace. We also offer our guests a solarium.

Grâce à notre emplacement unique, vous avez chez nous une vue unique. Vous pouvez jouir de notre atmosphère de montagne particulière même dans le sauna et le bain de vapeur. Ceux-ci sont en outre séparés pour les femmes et pour les hommes. Reposez-vous dans notre zone extérieure confortable après une séance de sauna. Ou passez un moment relaxant dans le lounge avec le foyer. En outre, nous proposons à nos hôtes un solarium.

Durch unsere einzigartige Lage haben Sie bei uns auch eine einzigartige Aussicht. Unsere einmalige Bergatmosphäre können Sie sogar in der Sauna und im Dampfbad genießen. Diese sind übrigens nach Frauen und Männern getrennt. Ruhen Sie sich nach einem Saunagang in unserem gemütlichen Aussenbereich aus. Oder verbringen Sie eine erholsame Zeit in der Lounge mit Feuerstelle. Unseren Gästen bieten wir ausserdem ein Solarium an.





Treatments

Enjoy pure spa indulgence and be pampered by professionals! Only highly qualified therapists carry out the body and face treatments here. We place great importance on selecting the right products. We are therefore the first and only Swiss spa to offer three treatments using products from the luxury cosmetics range Margy's Monte Carlo. We can also guarantee an excellent and unforgettable spa experience with the first-class products from Ivo Pitanguy, Sisley and Jardin des Monts.

Laissez-vous choyer selon les règles de l'art du spa – et par des professionnels! Seuls des thérapeutes ayant le meilleur niveau de formation effectuent des soins du corps et du visage chez nous. Nous accordons également une importance particulière à la sélection des produits. En tant que premier et unique spa suisse, nous vous proposons ainsi trois soins avec les produits de la gamme de cosmétique luxueuse Margy's Monte Carlo. Nous pouvons vous garantir une expérience spa excellente et inoubliable avec les produits de haute qualité d'Ivo Pitanguy, Sisley et Jardin des Monts.

Lassen Sie sich nach allen Regeln der Spa-Kunst verwöhnen – und zwar von Profis! Nur topausgebildete Therapeuten führen bei uns die Körper- und Gesichtsbehandlungen durch. Besonderen Wert legen wir auch auf die Auswahl der Produkte. Als erstes und einziges Schweizer Spa bieten wir Ihnen deshalb drei Behandlungen mit den Produkten der Luxus-Kosmetiklinie Margy's Monte Carlo an. Auch mit den hochwertigen Produkten von Ivo Pitanguy, Sisley und Jardin des Monts können wir ein exzellentes und unvergessliches Spa-Erlebnis gewährleisten.



Massages

THAI MASSAGE

This full body treatment consists of assisted yoga type stretches as well as elongating movements, joint mobilisation and pressure point massages. Our masseurs work on ten select energy lines using rhythmic pressure in the process. During the Thai massage you lie clothed on a mat on the floor. We are happy to provide you with a shirt and comfortable trousers for this.

Ce traitement complet du corps est constitué de positions passives d'étirement empruntées au yoga ainsi que des mouvements d'étirement, des mobilisations des articulations et des massages des points de pression. Ce faisant, nos masseurs traitent dix lignes d'énergie sélectionnées avec une pression rythmique. Pendant le massage thaï, vous êtes allongé habillé sur un tapis de sol. Nous vous remettrons volontiers un t-shirt ainsi qu'un pantalon confortable.

Diese Ganzkörperbehandlung besteht aus passiven, dem Yoga entnommenen Streckpositionen sowie Dehnbewegungen, Gelenkmobilisationen und Druckpunktmassagen. Dabei bearbeiten unsere Masseure mit rhythmischem Druck zehn ausgewählte Energielinien. Während der Thai-Massage liegen Sie bekleidet auf einer Matte am Boden. Wir stellen Ihnen für dies gerne ein T-Shirt und bequeme Hosen zur Verfügung.

AROMATHERAPY MASSAGE

With this rhythmic massage, we are appealing to the sense of touch and smell thanks to the fragrant essential oils. This massage restores physical balance by relaxing the nervous system and reducing stress.

Avec ce massage rythmique, nous faisons réagir la perception tactile et – grâce aux huiles essentielles parfumées – également le sens de l'odorat. Grâce à la relaxation du système nerveux et la réduction du stress, ce massage rétablit l'équilibre physique.

Mit dieser rhythmischen Massage sprechen wir den Tastsinn und – dank der duftend-ätherischen Öle – auch den Geruchssinn an. Durch die Entspannung des Nervensystems und den Stressabbau stellt diese Massage das physische Gleichgewicht wieder her.

REFLEXOLOGY MASSAGE

Would you like to stimulate your body's own self-healing powers? Then opt for the reflexology massage. It relaxes and activates the blood and lymphatic circulation and regulates the nervous system.

Vous souhaitez stimuler les forces d'auto-guérison de votre corps? Alors, décidez-vous pour un massage des zones de réflexologie plantaire. Il sert à la relaxation ainsi qu'à l'activation du circuit sanguin et lymphatique et à la régulation du système nerveux.

Sie möchten die Selbstheilungskräfte Ihres Körpers stimulieren? Dann entscheiden Sie sich für die Fussreflexzonenmassage. Sie dient der Entspannung sowie der Aktivierung des Blut- und Lymphkreislaufs und der Regulierung des Nervensystems.

DEEP TISSUE MASSAGE

This deep tissue massage has a positive effect on tension, cramping and stress. The slow deep movements stretch the different layers of muscles. This massage technique therefore contributes to increased mobility.

Ce massage des tissus profonds a un effet positif en cas de tensions, de contractions et de stress. Les mouvements lents et profonds assurent l'extension des différentes couches de muscles. Ainsi, cette technique de massage contribue à une meilleure mobilité.

Diese Tiefengewebemassage hat einen positiven Effekt bei Verspannungen, Verkrampfungen und Stress. Die langsamen, tiefgehenden Bewegungen sorgen für die Dehnung der verschiedenen Muskelschichten. So trägt diese Massagetechnik zu grösserer Beweglichkeit bei.

JARDIN DES MONTS ENERGISING MASSAGE

We have developed a unique ritual together with "Jardin des Monts" that brings you together with the magic of the mountains. We only use natural and organic oils for these treatments.

En commun avec le «Jardin des Monts», nous vous avons concocté un rituel unique qui vous lie au charme de l'univers montagneux. Pour ces soins, nous utilisons exclusivement des huiles naturelles et biologiques.

Gemeinsam mit «Jardin des Monts» haben wir ein einzigartiges Ritual entwickelt, das Sie mit dem Zauber der Bergwelt verbindet. Für diese Behandlungen benutzen wir ausschliesslich natürliche und biologische Öle.



Spa Information

Our spa is open every day from 8.30 a.m. to 8.00 p.m. in summer. We close an hour later, therefore at 9.00 p.m. in winter. The indoor pool is open every day from 7.30 a.m. to 8.00 p.m.

ADMISSION TO THE SPA

- Admission to the spa is free for our hotel guests.
- For your own benefit, please report to the spa reception 10 to 15 minutes before your treatment.
- The minimum age for admission to the spa and jacuzzi is 14 years old. Children under 14 can use the indoor pool accompanied by an adult.
- Children are welcome in the Palace Spa every Sunday and Wednesday from 8.30 a.m. to 3.00 p.m. accompanied by a parent.
- The admission price for external guests is CHF 70.– per day. Booking is required.
- Admission is free when you book a treatment worth at least CHF 160.–.

BOOKING AND CANCELLATION

- We recommend you to book early. Please contact us on +41 (0) 33 748 58 90, internal number #890 or email us at spa@palace.ch.
- Cancellations are free up to 24 hours before the booked appointment. The full amount is charged with cancellations or appointment changes less than 24 hours before the booked appointment. Subject to changes to prices and treatments.

En été, notre spa est ouvert tous les jours de 08h30 à 20h00. En hiver, nous fermons une heure plus tard, à 21h00. La piscine couverte est ouverte tous les jours de 07h30 à 20h00.

ACCÈS AU SPA

- L'accès au spa est gratuit pour les clients de l'hôtel.
- Pour votre propre bien-être, nous vous demandons de bien vouloir vous annoncer à la réception 10 à 15 minutes avant le début du soin.
- L'âge minimal pour l'accès au spa et jacuzzi est de 14 ans. Les enfants de moins de 14 ans peuvent utiliser la piscine couverte sous la surveillance d'un adulte.
- Les enfants sont les bienvenus dans le Spa du Palace tous les dimanches et mercredis de 08h30 à 15h00 lorsqu'ils sont accompagnés d'un parent.
- Le prix d'entrée pour les clients externes est de CHF 70.– par jour. Une réservation est nécessaire.
- Si un soin d'une valeur minimale de CHF 160.– est réservé, l'entrée est gratuite.

RÉSERVATION ET ANNULATION

- Nous vous recommandons de réserver à l'avance. Veuillez nous contacter au +41 (0) 33 748 58 90, numéro interne #890 ou par email au spa@palace.ch.
- Les annulations jusqu'à 24 heures avant le rendez-vous réservé sont gratuites. En cas d'annulations ou de modifications de rendez-vous à partir de 24 heures avant le rendez-vous réservé, la somme totale est facturée. Modifications de prix et de soins sous réserve.



Unser Spa ist im Sommer täglich von 8.30 bis 20.00 Uhr geöffnet. Im Winter schliessen wir eine Stunde später, also um 21.00 Uhr. Das Hallenbad steht Ihnen täglich von 7.30 bis 20.00 Uhr zur Verfügung.

ZUTRITT ZUM SPA

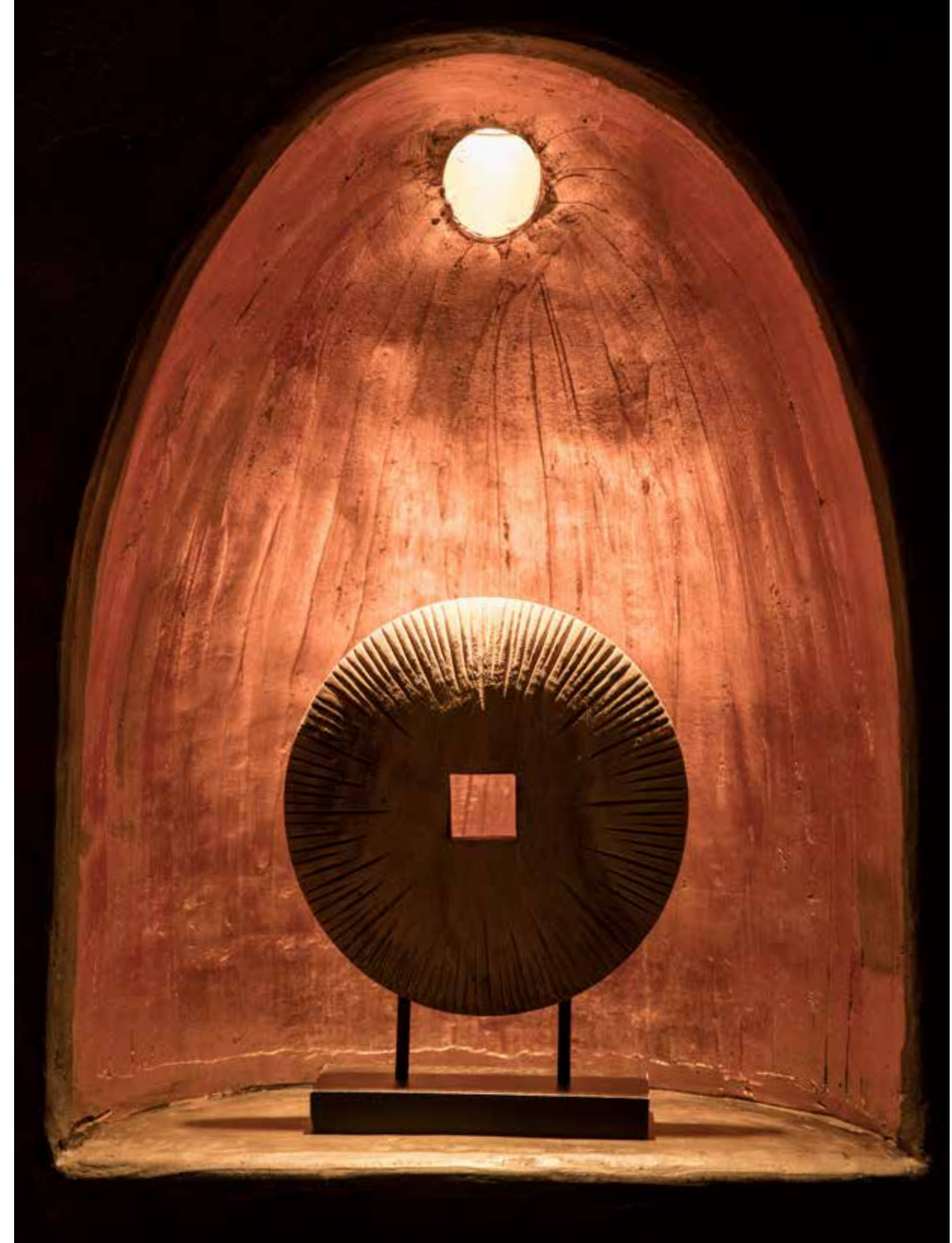
- Der Zutritt zum Spa ist für unsere Hotelgäste kostenlos.
- Für Ihr eigenes Wohlbefinden bitten wir Sie, sich 10 bis 15 Minuten vor Behandlungsbeginn an der Spa-Rezeption zu melden.
- Das Mindestalter für den Zutritt zum Spa und Jacuzzi ist 14 Jahre. Kinder unter 14 Jahren können das Hallenschwimmbad in Begleitung eines Erwachsenen benutzen.
- Kinder sind im Palace Spa jeden Sonntag und Mittwoch von 8.30 Uhr bis 15.00 Uhr in Begleitung eines Elternteils willkommen.
- Der Eintrittspreis für externe Gäste beträgt CHF 70.– pro Tag. Eine Reservierung ist erforderlich.
- Bei Buchung einer Behandlung im Wert von mind. CHF 160.– ist der Eintritt frei.

RESERVIERUNG UND STORNIERUNG

- Wir empfehlen Ihnen, frühzeitig zu reservieren. Bitte kontaktieren Sie uns unter +41 (0) 33 748 58 90, interne Nummer #890 oder schreiben Sie uns eine E-Mail an spa@palace.ch.
- Stornierungen bis zu 24 Stunden vor dem reservierten Termin sind kostenlos. Bei Stornierungen oder Terminänderungen ab 24 Stunden vor dem reservierten Termin wird der gesamte Betrag belastet. Preis- und Behandlungsänderungen vorbehalten.

Facts and Figures

Since	December 1913
General Manager and owner	Andrea Scherz The hotel has been owned by the Scherz family for three generations.
Opening dates	Summer: mid-June to mid-September Winter: mid-December to mid-March
Size of grounds	30,000 m ²
Category	5-Star Superior
Arrival	Zurich airport: approx. 220 km (2 ½ hours) Geneva airport: approx. 160 km (2 hours) Bern airport: approx. 91 km (1 hour) Saanen airport: approx. 6 km (10 minutes)
Arriving by train	Trains run to Gstaad several times a day
Transfer	Limousine or taxi service can be booked with the concierge
Rooms and suites	95 rooms, of which: 10 single and 50 double rooms 15 Junior suites 13 suites (5 Classic, 4 Corner, 4 Deluxe) 2 Tower suites (2 bedrooms and 1 salon) 1 Penthouse suite (3 bedrooms and salon) on the hotel's top floor
Restaurants	Le Grand Restaurant & La Grande Terrasse International cuisine Le Grand Restaurant: 240 seats La Grande Terrasse: 130 seats
Le Grill, Rôtisserie	Gourmet restaurant with show kitchen 35 seats
La Fromagerie	Typical Swiss dishes in a cosy setting 90 seats (only open in winter)



Gildo's Ristorante	Authentic Italian cuisine 60 seats (only open in winter)
Snack & Barbecue	Perfect for a light lunch outdoors 80 seats (only open in summer)
Bars	Lobby Bar – Gstaad's living room 120 seats
Le Bar du Grill	Elegant atmosphere with live music 60 seats
GreenGo	The Palace nightclub has been considered the place to be in Gstaad since its opening in 1971.
Palace Spa	The 1,800 m ² wellness area is available to all guests at the Gstaad Palace, Palace Spa members and day guests with reservation Opening hours: every day from 8.30 a.m. to 8.00 p.m. in summer and to 9.00 p.m. in winter. Indoor pool every day from 7.30 a.m. to 8.00 p.m.
Spa infrastructure	8 treatment rooms including manicure/pedicure, separate area for ladies and gentlemen with saunas, steam baths and outdoor relaxation area; shared relaxation area for ladies and gentlemen; private spa suite with sauna, steam bath; lounge corner, pool and small outdoor pool with Jacuzzi (36°C)
Sport on offer	Gstaad Palace puts together various workout options for its guests, both in summer and winter. The infrastructure includes a gym, activity room for yoga, pilates and fitbox courses as well as personal training, four sand tennis courts (only open in summer/ legendary training camps are held every year with the tennis stars Roy Emerson, multiple Grand Slam winner from Australia, and Marc Rosset, Olympic Champion 1992 and former Top Ten player from Switzerland), a squash court, indoor pool and heated Olympic-sized outdoor pool (only in summer).

