

*Wohlfühlmomente auf über 750 Quadratmetern*

## **Durchatmen im neuen Badehaus, dem Berg- und Waldspa des Schweizerhof Flims**

*Flims, 15. Dezember 2022 – Wenn die Kerzen das 1903 eröffnete Vier-Sterne-Hotel erhellen, wird hier offiziell die Wintersaison eingeläutet: Im geschichtsträchtigen Schweizerhof Flims, Romantik Hotel treffen die Grandesse der Belle Époque und bewusst gelebter Zeitgeist aufeinander. Das neu erbaute Badehaus, der Berg- und Waldspa, vereint dabei Tradition und Moderne in perfekter Harmonie.*

### **Die Kraft der Natur drinnen erleben**

Die hölzernen Gänge sind dunkel, die Schritte gedämpft, als liefe man auf Schnee – plötzlich eröffnet sich einem ein grosser Raum, so strahlend hell, als befände man sich im Zentrum des Lichts. Die grossen Fensterfronten mit Blick auf die altherwürdigen Bäume des Hotelparks holen einen zurück in die Realität, erden seine Betrachter\*innen. Als sässe man mitten im Wald. Der Meditations- und Yogaraum, passend Waldraum genannt, ist nur eines der Highlights des neuen Badehauses im Schweizerhof Flims.

Am 9. Dezember öffnete das Hotel die Pforten für die Wintersaison. Entlässt seine Gäste in die unendlichen Weiten der Bündner Berge, bietet ihnen aber mit dem neuen Badehaus genügend Gründe, das Traditions Haus auch einfach mal nicht zu verlassen. So ist man über sich hinausgewachsen und hat das neue Badehaus kurzerhand auf den Natursteinpool gesetzt. Eine klimabewusst, nachhaltig ökologisch und lokal gebaute Fusion aus Alt und Neu, Tradition und Moderne. Und genau das soll das Wald- und Bergspa widerspiegeln: Es mag clean und chic daherkommen, steht aber dennoch im Zeichen althergebrachter Rituale.

### **Flims und das Badehaus – eine Geschichte**

Ein kleiner Exkurs: Im Sommer 1873 schrieb der Philosoph Friedrich Nietzsche begeisterte Briefe über wohltuende Bäder im Caumasee, bei denen er von einer kleinen Badehütte aus ins Wasser watete. Die stand idyllisch am Ufer des türkisblauen Sees, bevor sie 1880 einer der ersten Schweizer Badeanstalten Platz machte. Dort vergnügten sich auch die Gäste des Schweizerhofes. Und heute? 150 Jahre nach Nietzsches Briefen eröffnet der Schweizerhof ein Badehaus – ein Ort der Sinne und der Verbundenheit zur Natur. Was würde wohl Nietzsche jetzt schreiben? Vielleicht: «Nicht fort sollt ihr euch entwickeln, sondern hinauf.» Wo er Recht hatte, hatte er Recht.

Was wir nun auf drei Etagen und 750 Quadratmetern vorfinden, ist eine finnische Sauna mit Blick auf den Flimserstein, eine Bio-Arvensauna, eine Infrarotsauna, ein Dampfbad und Salzpeeling. Dazu kommen Ruhe- und Erholungsräume sowie der Waldraum. Alles aus unbehandeltem Fichtenholz, Stein und natürlichen Harzen. Der Waldraum ist künftiger Ort für Yoga-, Meditations- und Pilates-Lektionen, aber auch für Tagungen und Workshops im Rahmen von Business-Seminaren. Hier wird Wellbeing in all seinen Facetten erlebt. In den neuen Behandlungsräumen warten neben traditionellen Massagen, mal mit Kräuterstempeln oder wohlrig warmen Flimser Steinen, auch exotische Anwendungen wie hawaiianische Lomi Lomi-, Ayurveda- oder Thai-Massagen – jede Masseurin bringt ihr Spezialgebiet mit ein. Die Massageöle sind alle aus kaltgepressten, europäischen Bio-Ölen hergestellt. Die vier

Duftrichtungen wurden eigens aus natürlichen, regionalen Aromaessenzen für das Badehaus kreiert. Zum Runterkommen vor den wohltuenden Treatments werden gestressten und verspannten Seelen Tee serviert. Mit einem basischen Fussbad und kontemplativer Musik ist Warten reine Meditation.

### **Ein Retreat, das keines ist**

In der Ruhe liegt die Kraft – das war schon immer ein Konzept, das dem Schweizerhof am Herzen lag. Das in der 4. Generation geführte Traditions Haus hat sich mit Sandra Schmidt, die selbst zertifizierte Meditations- und Achtsamkeitslehrerin ist, gemeinsam weiterentwickelt. Der Fokus liegt dabei auf Wellbeing und Achtsamkeit. So streift die Chefin selbst mit ihren Gästen durch die Natur: Im Winter wird ihr Signature-Treatment Waldbaden zum «Atmen im Winterwald». Der Mental Wellbeing- und Achtsamkeits-Aspekt steht im Zentrum – auch bei den saisonal wechselnden Wochenprogrammen: Das Angebot umfasst sowohl das bereits genannte Waldbaden als auch Yoga, Meditation und Pilates und darf spontan wahrgenommen werden. Gehen die Meinungen bezüglich des Programms auseinander? Wer Lust auf Abenteuer hat, geht auf die Piste, wer die Ruhe sucht, schreitet zum Yoga Retreat in der Wintersonne im neuen Waldraum.

Vom 13. Januar 2023 bis 3. Februar 2023 findet die offizielle Einweihung statt – mit Workshops und Happenings rund ums Thema Wellbeing.

Weitere Informationen: [www.schweizerhof-flims.ch/wellness-badehaus](http://www.schweizerhof-flims.ch/wellness-badehaus)

## Über den Schweizerhof Flims, Romantik Hotel

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 und Salzpeeling 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 neun 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 Sören Pajewski 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-Terrasse mit Blick ins Grüne oder der Dachterrasse. Die Bar und Lobby lädt 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](http://www.schweizerhof-flims.ch)

### **Schweizerhof Flims, Romantik Hotel**

Rudi Dadens 1  
7018 Flims Waldhaus  
Schweiz

Telefon: 0041 81 928 10 10

Email: [info@schweizerhof-flims.ch](mailto:info@schweizerhof-flims.ch)

### **Für Presseinformationen und Bildmaterial:**

faulhaber Marketing GmbH  
Marie-Louise Emch  
Landstrasse 43a  
8450 Andelfingen  
Schweiz

Telefon: 0041 44 500 21 98

Email: [mle@faulhaber-marketing.ch](mailto:mle@faulhaber-marketing.ch)