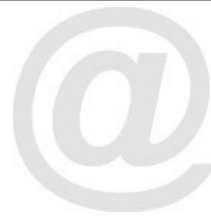


Datum: 17.02.2017

GLOBESESSION



primcom PR  
EXPERTISE  
IN TOURISM

Online Mag

Globe Session  
7031 Laax

Medienart: Internet  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften

Online lesen

Abo-Nr.: 1078634

AEV (in Tsd. CHF): 0.0



## Top 5 | Wellness in Zürich

Nina Merli 17. Februar 2017

Featured Lifestyle Wellness

1 | Atlantis Day Spa



ARGUS   
MEDIENBEOBACHTUNG

Medienbeobachtung  
Medienanalyse  
Informationsmanagement  
Sprachdienstleistungen

ARGUS der Presse AG  
Rüdigerstrasse 15, Postfach, 8027 Zürich  
Tel. 044 388 82 00, Fax 044 388 82 01  
www.argus.ch

Argus Ref.: 64354045  
Ausschnitt Seite: 1/7

Datum: 17.02.2017



Online Mag

Globe Session  
7031 Laax

Medienart: Internet  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften

Online lesen

Abo-Nr.: 1078634

AEV (in Tsd. CHF): 0.0



Das Atlantis Hotel am Fusse des Zürcher Üetlibergs hat eine bewegte Geschichte hinter sich. In den 70er Jahren beherbergte das Luxushotel Stars wie Steve McQueen, Shirley MacLaine oder Boxlegende Muhammad Ali. Nach seiner Schliessung diente der denkmalgeschützte Bau eine zeitlang als Übergangszentrum für Asylsuchende, wurde danach von jungen Künstlern besetzt und wurde zuletzt als Studentenwohnheim genutzt. Seit rund einem Jahr erstrahlt das Atlantis im neuen Glanz.

Uns interessiert aber allen voran der neue 1500 m2 grosse Spa - Bereich Dipiù, der auch Tagesgästen offen steht. Im Vergleich zur äusserst üppigen Hotellobby erscheint der Spa - Bereich sehr dezent. Schon beim Betreten der Spa - Lobby entspannt man sich: Zurückhaltende Farben (hellbeige, braun und warmes weiss dominieren), es gibt kaum Ecken und Kanten, stattdessen sind Interieur und auch die Wände sanft abgerundet. Die Luxusversion eines Barbapapa - Hauses!

Den Besuchern rate ich zuerst ein paar runden im Pool zu schwimmen (im Sommer hat es einen Outdoor - Pool!), danach ein paar Sauna - oder Dampfbadegänge. Und zum Abschluss natürlich eine Massage. Die von mir gebuchte Bürstenölmassage (eine Treatment à 60 Minuten ist im Eintrittspreis inbegriffen) ist eine eher intensive Massage, die meine Kreislauf in Schwung bringen soll. Schlacken werden abtransportiert und das Bindegewebe wird entwässert und gestrafft. Für Gäste, die « nicht so der Massage - Typ » sind, hat es zahlreiche Beauty - Treatments oder spezielle Bäder wie etwa das verjüngende und zellschützende Merlot Traubensalzbad.

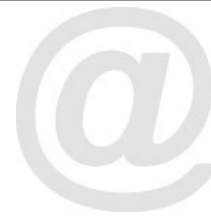
Atlantis Day Spa 200 Franken pro Person (inkl. 60 Min. Treatment)

Reservierungen: [spa@atlantisgiardino.ch](mailto:spa@atlantisgiardino.ch) oder +41 44 456 55 90

[atlantisbygiardino.ch/spa](http://atlantisbygiardino.ch/spa)

2 | Novum Spa im Hotel Limmathof

Datum: 17.02.2017



Online Mag

Globe Session  
7031 Laax

Medienart: Internet  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften

Online lesen

Abo-Nr.: 1078634

AEV (in Tsd. CHF): 0.0



Eines vorweg: Das Novum Spa liegt in Baden und nicht in Zürich. Aber per Zug ist die charmante aargauische Stadt in knapp einer Viertelstunde bequem erreichbar. Ausserdem bietet Baden eine zweitausendjährige Geschichte als Bäderstadt auf. An keinem anderen Ort in der Schweiz ist das Thermalwasser so reich an Mineralien wie hier! Schon die Römer kurierten sich hier in « Aquae Helveticae », wie die Stadt vor 2000 Jahren hiess. Grund genug also einen Wellness - Ausflug in die Bäderstadt zu unternehmen.

Das Hotel Limmathof liegt direkt an der Limmatpromenade und ist seit 1836 in Betrieb und gilt lange Zeit als Flaggship des Kurortes. Im Jahr 2000 wird das Hotel komplett renoviert, das Novum Spa entsteht. Highlight dieses Spa ist selbstverständlich das hauseigene Thermalbad. Das von 47° auf angenehme 36° abgekühlt Wasser hat einen sehr hohen Gehalt an Eisen, Fluor, Jod, Magnesium, Kalium, Calcium und wirkt in Verbindung mit der Wärme sehr durchblutend und entschlackend. Nach ca. 15 Minuten floaten im heissen Wasser, beginnt man die Wirkung zu spüren – man bekommt richtig heiss! Wichtig ist darum auch immer wieder ein bisschen ruhen, um den Kreislauf nicht zu überfordern. Vor allem, wer auch die Sauna oder das Dampfbad besucht, sollte sich dazwischen Ruhe oder – für Mutige – ein paar Minuten im Eisraum gönnen.

Bei meinem Aufenthalt teste ich auch eine klassische Massage, die es in sich hat! Die Therapeutin schafft es auch ganz tiefe Verspannungen im Nacken und Rücken zu lösen und zeigt mir auch noch ein paar Rückenentspannungsübungen, die ich zuhause machen kann.

Novum Spa Limmathof Einzeleintritt à 45 Franken, bei Buchung einer Massage ab 120 Franken ist der Eintritt inbegriffen.

Reservierung: Über [info@limmathof.ch](mailto:info@limmathof.ch) oder +41 56 200 17 17

[limmathof.ch](http://limmathof.ch)

3 | Kameha Grand

Datum: 17.02.2017



Online Mag

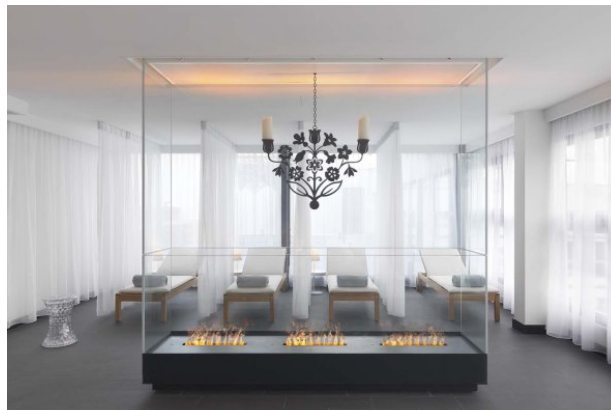
Globe Session  
7031 Laax

Medienart: Internet  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften

Online lesen

Abo-Nr.: 1078634

AEV (in Tsd. CHF): 0.0



Wer unter Wellness vor allem gemütliches Floaten im Wasser versteht, ist im Spa des Kameha Grand Hotels falsch. Denn: Es hat weder einen Swimming - noch einen Whirlpool. Aber das Kameha - Spa hat anderes zu bieten: Körpermassagen, Anti - Aging - Gesichtsbearbeitungen oder spezielle Körperpackungen. Eine 50 - minütige Körpermassage ist im Eintrittspreis von 119 Franken enthalten. Zudem bietet das Kameha Grand zwei finnische Saunen – eine 60° und eine 90° für wahre Hitzeliebhaber. Sehr zu empfehlen sind übrigens ein oder zwei Saunagänge vor einer Massage, weil dann die Muskulatur schön gelockert ist. Entspannen kann man im Kameha in einem der beiden Ruheräume oder im Sommer, draussen auf der Sonnenterrasse.

Nach dem Spa - Aufenthalt bekommt man in der hoteleigenen Puregold - Bar noch einen Smoothie offeriert – in meinem Fall ein Detox - Smoothie, der ausgezeichnet war.

Durch seine Lage im Glattpark (Opfikon) ist das Kameha auch für all jene attraktiv, die auf hohem Niveau wellnessen wollen aber keine Lust oder Zeit haben, um sich in die Zürcher Innenstadt zu begeben.

Kameha Grand Day Spa 119 Franken pro Person (inkl. 50 Minuten Körpermassage)

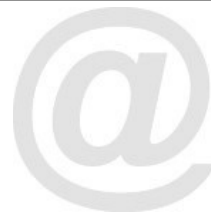
Reservierung: [kamehagrandzuerich.com/day-spa-angebote](http://kamehagrandzuerich.com/day-spa-angebote) oder +41 44 525 50 00

[kamehagrandzuerich.com](http://kamehagrandzuerich.com)

4 | Hammam Basar im Seefeld

Datum: 17.02.2017

# GLOBESESSION



primcom PR  
EXPERTISE  
IN TOURISM

Online Mag  
Globe Session  
7031 Laax

Medienart: Internet  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften

Online lesen

Abo-Nr.: 1078634

AEV (in Tsd. CHF): 0.0



© Photo: Katharina Lütcher



© Photo: Katharina Lütcher



Datum: 17.02.2017

GLOBESESSION



primcom PR  
EXPERTISE  
IN TOURISM

Online Mag

Globe Session  
7031 Laax

Medienart: Internet  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften

Online lesen

Abo-Nr.: 1078634

AEV (in Tsd. CHF): 0.0



Mitten im Zürcher Seefeld - Quartier, gleich unterhalb der malerischen Villa Patumbah, befindet sich eine regelrechte Hammam - Perle – der Hammam - Basar im Seefeld. Ein Besuch erfordert keinerlei Vorbereitung: Beim Check - in ins Hammam bekommt man Zoccoli, Foutah, Badetücher, Shampoo, Spülung, Körperlotion und Gesichtscrème stehen einem ebenfalls zur Verfügung. Und da ein Hammam eine Nacktzone ist muss man nicht mal ein Badekleid oder Bikini einpacken. Übrigens: Frauen und Männer können nicht gemeinsam in den Hammam. Für Frauen sind der Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag und Sonntag reserviert, Männer sind am Montag und Samstag unter sich.

Mit den Hammam - Utensilien ausgerüstet, begibt man sich zunächst in den Warmraum, wo man sich mit dem reichhaltigen « Savon Noir » gründlich wäscht. Danach gehts ab ins Dampfbad. Zurück im Warmraum schrubbelt man sich den ganzen Körper mit einem Peeling Handschuh. Erst am Schluss trägt man von Kopf (auch auf die Haare!) bis Fuss die marokkanische Tonerde Rhassoul auf. Diese entfernt die restlichen Schlacken und nährt die Haut mit Mineralstoffen und Spurenelementen. Wer noch nie ein Hammamritual ausprobiert hat, wird erstaunt sein, wie samtweich die Haut danach ist! Als krönenden Abschluss empfehle ich die Massage « Sur les traces du Hammam » – ich habe selten eine derart gute Massage bekommen!

Hammam Basar im Seefeld, Einzeleintritt à 45 Franken, Ganzkörpermassage ab 110 Franken

Reservierung: [kontakt@hammambasar.ch](mailto:kontakt@hammambasar.ch) oder +41 44 382 90 60

[hammambasar.ch](http://hammambasar.ch)

5 | Thermalbad Zürich

ARGUS   
MEDIENBEOBACHTUNG

Medienbeobachtung  
Medienanalyse  
Informationsmanagement  
Sprachdienstleistungen

ARGUS der Presse AG  
Rüdigerstrasse 15, Postfach, 8027 Zürich  
Tel. 044 388 82 00, Fax 044 388 82 01  
[www.argus.ch](http://www.argus.ch)

Argus Ref.: 64354045  
Ausschnitt Seite: 6/7

Datum: 17.02.2017

GLOBESESSION



primcom PR EXPERTISE IN TOURISM

Online Mag

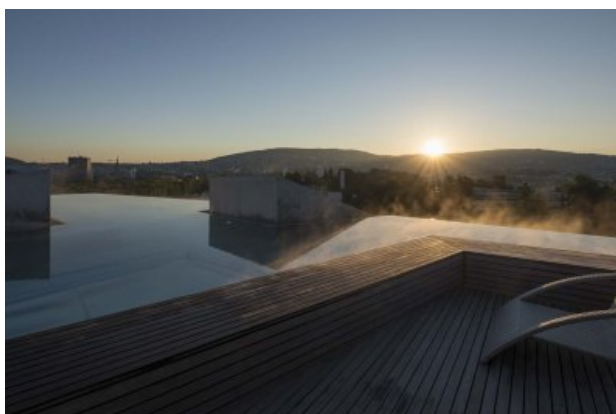
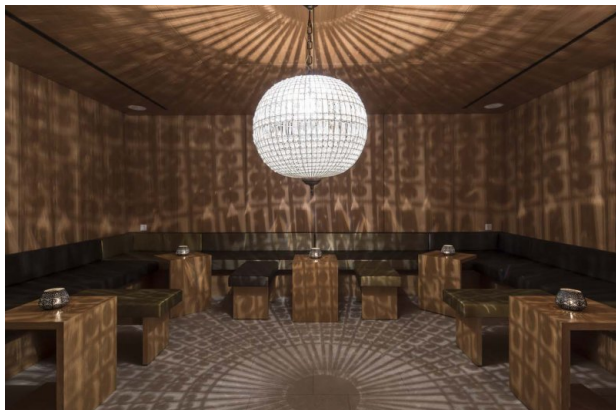
Globe Session  
7031 Laax

Medienart: Internet  
Medientyp: Spezial- und Hobbyzeitschriften

Online lesen

Abo-Nr.: 1078634

AEV (in Tsd. CHF): 0.0



Fast 150 Jahre lang wurde hier Bier gebraut. Seit 2010 ist in der ehemaligen Brauerei Hürlimann Zürichs erstes Thermalbad zuhause. Betrieben wird das Thermalbad mit Wasser der « AQUI » - Quelle. Wenn es aus dem Berg tritt ist es 23,5 Grad warm, fürs Bad wird es zusätzlich erwärmt. Wer ein bisschen Zeit hat, sollte sich den « Irisch - Römischen - Rundgang » gönnen (am Dienstag ist der Rundgang nur für Frauen reserviert). In zehn aufeinander folgenden Stationen wird der Körper langsam erwärmt, gereinigt, entspannt und anschliessend wieder abgekühlt. Der Rundgang beginnt im Blütendampf. Bei angenehmen 40° öffnen sich langsam die Poren der Haut, ideal für das darauf folgende Peeling, das man in speziellen Nischen durchführt. Hat man seine Körper ordentlich abgeschrubbelt und von den abgestorbenen Hautzellen befreit, gehts ins nächste, leicht wärmere Dampfbad. Es folgen noch weitere Stationen, die ich jetzt nicht alle beschreibe. Wichtig ist: Nehmen Sie sich Zeit! Sie ist es wert! Sehr genossen habe ich auch das Entspannen auf den grossen, gewärmten Podesten. Keine Magazine, keine Musik – nur Ruhe! Den Besuchern stehen übrigens verschieden Day Spa - Pakete zur Auswahl, die man unbedingt frühzeitig buchen sollte.

Thermalbad Zürich Tageseintritt Bad à 36 Franken, Spa Irisch - Römisch à 60 Franken

Reservierung: [info@thermalbad-zuerich.ch](mailto:info@thermalbad-zuerich.ch) oder +41 44 205 96 50

[thermalbad-zuerich.ch](http://thermalbad-zuerich.ch)

SHARE AND ENJOY!

Facebook Google Twitter Email

ARGUS   
MEDIENBEOBACHTUNG

Medienbeobachtung  
Medienanalyse  
Informationsmanagement  
Sprachdienstleistungen

ARGUS der Presse AG  
Rüdigerstrasse 15, Postfach, 8027 Zürich  
Tel. 044 388 82 00, Fax 044 388 82 01  
[www.argus.ch](http://www.argus.ch)

Argus Ref.: 64354045  
Ausschnitt Seite: 7/7