



SchlossHotel

ZERMATT

SCHLOSSSPA

## Spa Menu



*Stay active. Stay well.*

HOW TO SPA 4

DE	ALLES ÜBER CBD	9
	MASSAGEN ACTIVIEREND	10
	SIGNATURE TREATMENT	12
	MASSAGEN REGENERIEREND	13
	KÖRPERBEHANDLUNGEN & PACKUNGEN	14
	RITUALE	15
	BEAUTY	16
	SCHLOSSSPORT	17
	SPA ETIQUETTE	18

EN	ALL ABOUT CBD	21
	REACTIVATION MESSAGES	22
	SIGNATURE TREATMENT	24
	REGENERATING MESSAGES	25
	BODY TREATMENTS & WRAPS	26
	COMBINATION ROUTINES	27
	BEAUTY	28
	SCHLOSSSPORT	29
	SPA ETIQUETTE	30

FR	TOUT SUR LE CBD	33
	MASSAGES ACTIVANTS	34
	SIGNATURE TREATMENT	36
	MASSAGES RÉGÉNÉRANTS	37
	SOINS ET ENVELOPPEMENTS CORPORELS	38
	RITUELS	39
	SOINS DE BEAUTÉ	40
	SCHLOSSSPORT	41
	L'ETIQUETTE DU SPA	42

*Book online!*



T +41 27 966 44 00

SCHLOSSHOTELZERMATT.CH  
SPAZERMATT.CH

WILLKOMMEN | WELCOME | BIENVENUE

## Der erste CBD-Spa der Schweiz

Unser neuer SchlossSpa auf 630 m<sup>2</sup> ist ein reiner Erholungsraum. Weil das Wohlfühlen und die Balance der Energien zusammengehören, haben wir den ersten CBD-Spa der Schweiz eröffnet, in welchem sowohl auf die Kraft der Entspannung als auch auf die Mittel der Natur vertraut wird. In unserer Spa-Welt aus Sauna-Klassikern, Dampfbädern, der besonderen Hanf-Kräutersauna und dem Kaldarium wird Loslassen ganz leicht.

### FIRST CBD SPA IN SWITZERLAND

Our new SchlossSpa, covering an area of 630 m<sup>2</sup>, is a recovery area in every sense. Since wellbeing and balance are closely knit, we opened the first CBD Spa in Switzerland, in which both the transforming power of relaxation and natural products are trusted. In our Spa area with sauna classics, steam baths, the special CBD herbal sauna and a caldarium, letting go has never been easier.

### LE PREMIER SPA CBD EN SUISSE

Notre nouveau SchlossSpa de 630 m<sup>2</sup> est un espace dédié à la détente pure. Convaincus du lien très fort unissant bien-être et équilibre des énergies, nous avons ouvert le premier Spa CBD de Suisse qui combine la puissance de la relaxation aux ressources de la nature. Notre espace bien-être composé de saunas classiques, de bains de vapeur, du sauna spécial aux herbes CBD et du caldarium, est particulièrement propice à la détente.

### ÖFFNUNGSZEITEN | OPENING HOURS | HORAIRES D'OUVERTURE

POOL	6.00 – 22.00 H
SCHLOSSSPA	12.00 – 21.00 H
SCHLOSSSPORT	6.00 – 22.00 H

**1** Buchen Sie im Voraus.  
*Book in advance.*  
*Réservez à l'avance.*

SPAZERMATT.CH  
T +41 27 966 44 00

**2** Lassen Sie elektronische Geräte  
im Zimmer oder im Schliessfach.  
*Leave electronic devices  
in your room or locker.*  
*Laissez vos appareils électro-  
niques dans votre chambre ou  
dans votre casier.*

**3** Vor der Behandlung  
bitte nichts essen.  
*Please do not eat before  
your treatment.*  
*Nous vous prions de ne  
rien manger avant le  
soin.*  
⌚ 60 MIN

**4** Geniessen Sie eine milde Sauna oder ein  
Dampfbad und entspannen Sie sich.  
*Enjoy a mild sauna or steam room.*  
*Détendez-vous dans un sauna doux ou un  
bain de vapeur.*

 12.00 - 21.00 H

**5** Bitte nicht vergessen:  
Duschen, aufs WC gehen  
und Anmeldung an der  
Spa-Rezeption.  
*Please do not forget:  
take a shower, use the  
WC and register at the  
Spa Reception.*  
*N'oubliez pas: prenez  
une douche, allez aux  
toilettes et inscrivez-vous  
à la réception du Spa.*  
⌚ 10-15 MIN

**6** Füllen Sie den Gesundheits-Fragebogen aus.  
*Fill out the health questionnaire.*  
*Remplissez le formulaire de santé.*

**8** Entspannen Sie sich und trinken Sie  
viel Wasser oder Tee.  
*Relax and drink plenty of water or tea.*  
*Détendez-vous et buvez beaucoup  
d'eau ou de thé.*

**7** Geniessen Sie Ihre  
Anwendung.  
*Enjoy your treatment.*  
*Profitez de votre soin.*



A modern spa lounge featuring a wall of stacked, irregular stone tiles in warm tones of beige, tan, and brown. The wall is illuminated from below, creating a soft glow. In the foreground, there are several white, minimalist armchairs arranged in a row. A small, round, dark-colored table in front of the chairs holds a dark blue folder or book and a single green apple. The overall atmosphere is clean, sophisticated, and relaxing.

SchlossSpa  
ZERMATT

## Mit Leichtigkeit entspannen



## Faszination Hanf

Seit Jahrtausenden fasziniert Hanf die Menschen als Kultur-, Nutz- und Heilpflanze. Bis heute – denn Pharma- und Kosmetikhersteller haben jetzt einen ganz besonderen Wirkstoff für sich entdeckt: Cannabidiol (CBD), eine Substanz, die im Unterschied zum bekannteren THC nicht berauscht und völlig legal ist.

Studien weisen darauf hin, dass CBD und andere Cannabinoide grosses medizinisches und kosmetisches Potenzial haben. Dem Wirkstoff wird eine entspannende, schmerzlindernde, entzündungshemmende und angstlösende Wirkung nachgesagt. Viele Anwender setzen CBD erfolgreich bei Schlafstörungen, Stress und Muskelkater ein. Sie berichten, dass CBD-Öl die wohltuende Wirkung der Massage verstärkt und eine besonders tiefe Entspannung bewirkt.

Weil wir selbst von CBD überzeugt sind, haben wir als erstes Hotel in der Schweiz ein Wohlfühlkonzept rund um das Naturprodukt entwickelt. Dabei vertrauen wir auf einen starken Schweizer Partner: die Swiss Cannabis SA, Teil der Schibano Pharma Group AG. Das Unternehmen gewinnt besonders reines pflanzliches CBD und verarbeitet es zu hochwertigen Produkten.

Im SchlossSpa nutzen wir CBD-Öl bei Massagen und verwenden CBD-Pflegeprodukte für Anwendungen. Auch in unserer Kräutersauna und Tees vertrauen wir auf die Wirkung von Hanf. Natürlich führen wir alle Anwendungen auf Wunsch auch mit CBD-freien Pflegeprodukten durch.



### APRÈS-SKI- / APRÈS-HIKE-SPORTMASSAGE

Gönnen Sie Körper und Geist nach einem aktiven Tag in den Bergen etwas Gutes. Diese Behandlung bringt Sie wieder ins Gleichgewicht und behandelt Ermüdungserscheinungen sowie Muskelkater. Die Kombination aus Hot-Stone-Massage, Rücken-, Nacken- und Schultermassage mit anschließender Manua-Hüft-, Bein- und Fussmassage beschleunigt den Abbau von Körpergiften und verkürzt die Erholungszeit.

50 MIN | ✨ 150 | \* 130

### TIEFENMASSAGE

Diese Massage wird gezielt für die Behandlung des tiefen Körpergewebes eingesetzt. Sie entspannt müde, schmerzende Muskeln und beschleunigt die Erholungszeit. Um die gewünschte Wirkung zu erzielen, wird Druck auf einen spezifischen Körperbereich oder bestimmte Muskelgruppen ausgeübt.

25 MIN | ✨ 95 | \* 85

50 MIN | ✨ 150 | \* 130

### LYMPHDRAINAGE

Das Lymphsystem ist ein komplexes Transportsystem für Körperflüssigkeiten und spielt bei Abwehrmechanismen eine wichtige Rolle. Die Lymphdrainage ist eine rhythmische und sanfte Massage, sie regt den Lymphfluss an und trägt so zur Reinigung, Entgiftung und Regeneration des Körpers bei und verringert Schwellungen. Die Behandlung ist tief entspannend.

50 MIN | ✨ 140 | \* 120

### FUSSREFLEXZONENMASSAGE

Ihr Füße verdienen eine Auszeit: Die Fussreflexzonenmassage ist eine wirksame Behandlung mit entspannender Wirkung. Sie fördert die Durchblutung, reduziert Stress und Schmerzen, stellt das gesunde Gleichgewicht des Körpers wieder her und verbessert damit das allgemeine Wohlbefinden.

50 MIN | ✨ 140 | \* 120

### NACKEN-, GESICHT- UND KOPFMASSAGE

Verspannungen und steife Muskeln im Nacken, in den Schultern, im Gesicht oder in der Kopfhaut können Schmerzen oder Müdigkeit verursachen. Diese Massage entspannt Muskeln, lindert Schmerzen und sorgt für Entspannung.

50 MIN | ✨ 140 | \* 120



### THAIMASSAGE (OHNE ÖL)

Die traditionelle Thaimassage basiert auf dem Konzept der Sen-Energielinien im Körper. Mit Akupressur werden Blockaden aufgelöst und der Atemfluss (Prana) angeregt. Dies hilft dabei, das allgemeine Wohlbefinden wiederherzustellen. Gelenke, Knochen, Bänder und Lymphsystem werden mit direktem Druck und Dehnungen stimuliert. Für die Behandlung wird lockere, bequeme Kleidung getragen. Oft erleben Gäste während der Massage das Gefühl tiefer Erdung, gleichzeitiger Wachheit und Ruhe.

50 MIN | \* 130

HIGHLIGHT

JUST CHILL

## Signature Treatment

Neugierig auf CBD? Dann lassen Sie sich von unseren Therapeuten mit unserem Signature CBD Spa-Ritual verwöhnen. Fühlen, riechen, sehen, hören und schmecken: die kunstvoll komponierte Behandlung stimuliert alle Sinne – 80 Minuten lang. Wählen Sie ein entspannendes oder aktivierendes Treatment – und spüren Sie die Wirkung von CBD vom Kopf bis in die Zehenspitzen.

80 MIN | ✳ 250



MASSAGEN REGENERIEREND

CHF

### KLASSISCHE MASSAGE

Mit sanftem oder mässigem Druck Schmerzen lindern, Verspannungen lösen, Blut- und Lymphzirkulation fördern und den Gewebestoffwechsel anregen: Die klassische Massage entspannt, revitalisiert und verbessert das allgemeine Wohlbefinden. Ideal nach einer anstrengenden Arbeitswoche oder nach einem aktiven Tag in den Bergen.

25 MIN | ✳ 80 | \* 70

50 MIN | ✳ 140 | \* 120

### INNER CALM AROMAÖLMASSAGE

Ätherische Öle verfügen über regenerierende Eigenschaften, sie entspannen Körper und Geist. In Stresssituationen, bei Gereiztheit oder Müdigkeit bringt die Aromatherapie-Massage innere Balance und Harmonie zurück. Die sanfte Massage mit Aromaölen beruhigt den Geist und wirkt dennoch belebend.

50 MIN | ✳ 150 | \* 130

### ALPENKRÄUTER-STEMPELMASSAGE

Die Kraft wertvoller Alpenkräuter im CBD-Stempel: Die erhitzte Komresse (Stempel) wird auf Muskeln und Gelenke gedrückt, die durch Wärme freigesetzten ätherischen Öle gelangen über die Haut in den Körper. Damit werden Giftstoffe ausgeleitet und die Muskelspannung verbessert.

50 MIN | ✳ 150 | \* 130

### HOT-STONE-MASSAGE

Glatte, erhitzte Steine werden für die Hot-Stone-Massage verwendet. Wärme entspannt die Muskulatur, deshalb wird während der Massage mit leichterem Druck gearbeitet. Wenn Muskeln extrem angespannt oder steif sind, sorgen die warmen Steine für zusätzliche Entspannung.

50 MIN | ✳ 150 | \* 130

**CBD-PEELING | KÖRPERNÄHRENDE CBD-KÖRPERPACKUNG**

Tiefenreinigung mit dem Salz-, Bergkräuter- und zellregenerierenden CBD-Peeling – für sanfte, geschmeidige und reichhaltig genährte Haut – mit anschliessender, nährstoffreichen CBD-Körperpackung mit CBD-Öl im Nuvola-Floating.

50 MIN | ✨ 160

**REMINERALISIERENDES MEERESPEELING | FEUCHTIGKEITSSPENDENDE KÖRPERPACKUNG**

Peeling zur Reinigung und Wiederherstellung von Struktur und Spannkraft, die Haut wirkt gesünder und erhält einen natürlichen Glanz. Das sanfte Marine Body Scrub und die Mineralienpackung machen die Haut weich und versorgen sie mit wertvollen Spurenelementen, Mineralsalzen und Feuchtigkeit. Die aromatische Körperpackung im Nuvola-Floating wirkt entspannend und sorgt mit pflegenden Inhaltsstoffen für ein gesundes Gleichgewicht der Haut.

50 MIN | \* 160

**SÜSSES & SALZIGES PEELING MIT MEERESSCHLAMM | PYRIFIZIERENDE KÖRPERPACKUNG**

Süßes und salziges Körperpeeling mit anschliessender Entgiftungspackung im Nuvola-Floating regt den Stoffwechsel an und stellt das Gleichgewicht im Körper wieder her. Diese Anwendung wirkt belebend und erfrischend.

50 MIN | \* 160

## NUVOLA DRY-FLOATING EXPERIENCE

## Wir betten Sie auf Wolken

Träumen Sie manchmal davon zu schweben und sich schwerelos zu fühlen? Bei all unseren Body Treatments und Packungen umfängt Sie unser Nuvola Dry-Floating Bed und wiegt Sie in einen Zustand tiefster Entspannung. Eine Urerfahrung für Körper und Geist.

**CBD SPORT RECHARGE**

Kräuter-CBD-Rücken-Peeling mit anschliessender Rücken-, Fuss- und Beinmassage. Diese Kombination weckt neue Energie und verleiht Kraft und Vitalität für den nächsten Tag.

80 MIN | ✨ 210

**CBD RESTORATIVE BODY**

Kräuter-CBD-Peeling, Feuchtigkeitsspendende Körperpackung und Inner Calm CBD-Aromaöl-Massage. Beruhigend und dennoch belebend.

110 MIN | ✨ 240

**BODY RECOVERY**

Süßes und salziges Körperpeeling und Meerschlammpackung mit revitalisierender Fussreflexzonenmassage. Für ein ruhiges, strahlendes und belebtes Gefühl.

110 MIN | \* 230

**HOLISTIC BODY**

Remineralisierendes Marine Peeling, pflegende Feuchtigkeitsspackung für den Körper und erfrischende Gesichtsbehandlung. Die ganzheitliche Behandlung belebt Körper und Geist und lässt die Haut strahlen.

110 MIN | \* 240



**QUICK FIX GESICHTSBEHANDLUNG**

Für eine schnelle Hautauffrischung. Die Produkte werden auf die persönlichen Bedürfnisse abgestimmt, die Behandlung beinhaltet Gesichtereinigung, Maskenserum und Feuchtigkeitscreme.

25 MIN | \* 80

25 MIN | ✱ 90

**TIEFENREINIGENDE GESICHTSBEHANDLUNG**

Für mehr Feuchtigkeit und Strahlkraft. Besonders geeignet für sensible und unreine Haut. Die Behandlung für saubere, frische und weiche Haut.

50 MIN | \* 130

**ANTI-AGING-GESICHTSBEHANDLUNG**

Für Revitalisierung und Ausstrahlung der reifen Haut. Die Behandlung wirkt straffend, glättend, nährend, regenerierend und verleiht der Haut mehr Energie.

50 MIN | \* 130

**SENSIBLE HAUT GESICHTSBEHANDLUNG**

Für die empfindliche Haut. Die sanfte Behandlung mit beruhigenden Inhaltsstoffen für die beispielsweise durch Umwelteinflüsse geschädigte Haut.

50 MIN | \* 130

**AUGENBRAUEN FÄRBEN  
AUGENBRAUENKORREKTUR**

25 MIN | 45

25 MIN | 45

**MANIKÜRE**

50 MIN | 90

**PEDIKÜRE**

50 MIN | 90

**HAARENTFERNUNG**

Ganzes Bein 50 MIN | 80

Unterschenkel 25 MIN | 60

Achsel 25 MIN | 45

Bikinizone 25 MIN | 45

# Aktiv sein

Kraft, Haltung, feste Konturen: Träumen Sie nur davon oder tun Sie schon etwas dafür? In unserem neuen SchlossSport straffen Sie Ihren Körper beim Krafttraining an Technogym-Geräten oder im grossen Functional-Bereich mit klassischem Bodyforming, TRX und Ausdauersport. Im neuen Yoga-Raum führen Sie erfahrene Trainerinnen mit langsamen oder intensiveren Einheiten behutsam in die Balance von Körper, Geist und Seele. Unser abwechslungsreiches Kursprogramm motiviert und unterstützt Sie beim Erreichen Ihrer Trainingsziele. Alle Fitness- und Yoga-Klassen stehen nicht nur Hotelgästen, sondern auch externen Besuchern offen.

**FITNESS- & YOGAKLASSEN**

Hotelgäste kostenlos

Externe Gäste 25

**PERSONAL TRAINING**

50 MIN | 120

**FITNESS**

Tageseintritt 35

Abo 1 Monat 280

Abo 5 Monate 840

Zugang für Hotelgäste kostenlos. Spezialtarife für Lokalbevölkerung auf Anfrage.

**ÖFFNUNGSZEITEN SCHLOSSSPORT**

6.00 – 22.00 H

*Online buchen!*

Reservieren Sie Ihren Kursplatz online  
SPAZERMATT.CH

## Wissenswertes für Ihren Aufenthalt

### ZUTRITT

Der SchlossSpa steht unseren Hotelgästen kostenfrei zur Verfügung. Im Spa-Bereich sind Jugendliche ab 16 Jahren und im Familien-Bereich (Pool & Textilsauna) Kinder in Begleitung eines Erwachsenen herzlich willkommen. Externen Gästen steht der SchlossSpa gegen Aufpreis bei einer Spa-Behandlung zur Verfügung.

### RUHE

Der SchlossSpa ist ein Ort der Ruhe. Bitte unterhalten Sie sich daher aus Rücksicht auf andere Gäste leise und zurückhaltend. Handys im Spa-Bereich sind nicht gestattet, wir bitten Sie, diese im Zimmer zu lassen oder im Schliessfach zu verstauen. Im Familien-Bereich sind Unterhaltungen selbstverständlich in Ordnung.

### BEKLEIDUNG

Bitte betreten Sie den SchlossSpa nur im Bademantel und in Badeschlappen. Im Familien-Bereich (Pool & Textilsauna) tragen Sie bitte Badekleidung. Der Sauna-Bereich ist aus hygienischen Gründen eine textilfreie Zone. Anstelle von Badebekleidung können Sie ein Hamam-Tuch benutzen, dieses finden Sie im Spa-Bereich.

### RICHTLINIEN & EMPFEHLUNGEN

Wir haben Richtlinien zur Anwendung von Therapien. Wir bitten Sie dennoch, auf Ihren Gesundheitszustand zu achten und allenfalls Ihren Arzt zu fragen, welche Stimulations- und Wärmetherapien, Massagen oder Behandlungen für Sie geeignet sind. Schwangerschaft, Krampfadern, hoher Blutdruck, die Einnahme von Medikamenten, grippale Infekte, Erkältungen, Fieber oder empfindliche Haut / Allergien sind Gründe, die eine Nutzung von Saunas, Dampfbädern oder stimulierenden Therapien einschränken können.

### TERMINBUCHUNGEN

Buchen Sie Termine online auf [www.spazermatt.ch](http://www.spazermatt.ch), telefonisch +41 (0)27 966 44 00, per E-Mail [info@schlosshotelzermatt.ch](mailto:info@schlosshotelzermatt.ch) oder persönlich an der Rezeption.

### STORNIERUNGEN & VERSPÄTUNGEN

Für Änderungen oder Absagen von Buchungen besteht eine Frist von 24 Stunden. Nicht rechtzeitig abgesagte Termine werden zu 100 % in Rechnung gestellt. Sollten Sie sich verspäten, wird die Behandlungszeit entsprechend verkürzt.



### PRIVATSPHÄRE UND BEKLEIDUNG

Die meisten Ganzkörperbehandlungen geniessen Sie im SchlossSpa unbekleidet. Vor der Behandlung legen Sie die Bekleidung ab und warten im Bademantel. Alle Körperteile, die nicht in die Behandlung mit einbezogen werden, sind mit Tüchern bedeckt, zudem erhalten Sie einen Einwegslip.

### EINTREFFEN

Damit Sie genügend Zeit haben, sich an die Umgebung des Spas zu gewöhnen, empfehlen wir, 45 bis 60 Minuten vor dem Termin im SchlossSpa einzutreffen und eine milde Sauna oder ein Dampfbad zu geniessen. Der Saunabereich öffnet um 12.00 Uhr. Bitte finden Sie sich spätestens 10 Minuten vor dem Behandlungstermin an der Spa-Rezeption ein.

SchlossHotel Zermatt  
Bahnhofplatz 18 | 3920 Zermatt | Switzerland  
T +41 27 966 44 00 | [info@schlosshotelzermatt.ch](mailto:info@schlosshotelzermatt.ch)  
[schlosshotelzermatt.ch](http://schlosshotelzermatt.ch) | [spazermatt.ch](http://spazermatt.ch)