

# SPA- SPEZIAL

*die schönsten wochenend-oasen*



Die Schweiz, Italien, Frankreich und Spanien: Bolero stellt Ihnen die spannendsten Spas Europas vor. Vom Tophotel in Barcelona bis zur «Ile aux Oiseaux» in Bordeaux (Foto) mit der exklusiven Martin-Margiela-Suite. Perfekt, um sich mit einer Freundin oder dem Liebsten eine Auszeit zu nehmen und neue Kraft zu tanken.

# SPA-SPEZIAL *die schönsten wochenend-oasen*



## Bordeaux-Martillac | Heilende Quelle im Weinberg

### In einem rustikalen Pfahlbau beherbergt das «Les Sources de Caudalie» eine Suite, eingerichtet vom Maison Martin Margiela.

TEXT: MALENA RUDER

**Wer den von Hecken umrankten Vorgarten des Spa-Hotels Les Sources de Caudalie überquert, betritt eine verwunschene Märchenwelt.** Der Architekt Yves Collet rezyklierte Materialien aus der Region und achtete darauf, die Gebäude des Hotels perfekt in die Landschaft einzubetten. Das Interieur ist einzigartig: Antiquitäten und Trouvaillen aus verschiedenen Epochen treffen aufeinander, jedes Zimmer hat seinen eigenen Charme. Alice Tourbier, die das Hotel gemeinsam mit ihrem Mann Jérôme leitet, hat alle Räume des Hotels eingerichtet – alle bis auf einen. Und in dem darf ich wohnen.

**Nebel liegt über dem Spiegel des Sees,** der den Mittelpunkt des Anwesens bildet. Lautlos gleiten zwei Schwäne über das Wasser, ich steige die kleine Treppe zum Pfahlbau «L'Ile aux Oiseaux» empor, der wegen des Nebels zu schweben scheint. Raues Holz, rustikale Stühle auf der Terrasse – die Hütte eines Fischers vielleicht? Doch wer die Tür öffnet, betritt eine andere Welt: die Welt des Maison Martin Margiela. Ein Team des französischen Modehauses hat der Suite ein völlig neues Gesicht gegeben. Alice Tourbier erklärt, warum sie das Maison Margiela für eine Zusammenarbeit anfragt hat: «Bordeaux wird als ein sehr traditioneller Ort angesehen. Natürlich servieren wir immer noch gutes Essen und guten Wein, aber die Suite gibt uns die Möglichkeit, neuen Esprit einzubringen!» Es ist das erste Mal, dass das französische Modehaus sich auf eine solche



Alice Tourbier und ihren Mann Jérôme eint die Liebe zum Wein: Alice lernte auf dem Gut ihrer Eltern, Jérôme hat ein Diplom im Weinverkosten von der Universität Bordeaux.

Kooperation eingelassen hat. Sandra Marquis, Innenarchitektin des Maison Margiela, hat das Projekt geleitet. «Wir hatten Carte blanche – also richteten wir die Suite ganz nach unserem Gusto ein. Der Raum hebt sich deutlich vom Rest des Hotels ab; wir spielen mit dem Realitätssinn des Betrachters, um eine surreale Welt zu erschaffen.»

**Schwarzweiss-Fotos von Interieurs im «Hausmannien»-Stil** bedecken die Wände wie Tapeten; aufgedruckte Türen öffnen sich gegeneinander ins Nirgendwo – oder es verbirgt sich ein Schrank dahinter. Ein Himmel aus Kopfkissen kippt das Bett optisch um einen 90 Grad Winkel, Spiegel schaffen Weite und täuschen das Auge des Betrachters. Die Einrichtung erinnert an die avantgardistischen Boutiquen des Labels; irritierend ist einzig das Sofa, das, untypisch

für das französische Mode- und Designatelier, eine überdimensionale rote Lippe darstellt – typisch für das Maison Margiela wäre weiss, wie die grosszügig ausgelegten Kuhfelle, die den Boden bedecken. Die Platten des Badezimmerbodens sind aufgedruckt, ebenso der offene Kamin; das Feuer wird durch grosse, weisse Kerzen visualisiert, deren Wachs über den Boden fliesst.

**Die Freude über die Eröffnung der Suite** wird von einer Nachricht getrübt: Es ist definitiv, Monsieur Margiela wird das Haus verlassen, das er 20 Jahre lang geleitet hat. Sandra zuckt mit den Schultern. «Natürlich sind wir traurig. Aber dieser Schritt kam für uns nicht überraschend, seit Monaten schon zog Martin sich immer mehr zurück.» Das Maison Margiela wird keinen neuen künstlerischen Leiter erhalten; seit jeher haben die Mitarbeiter in Teams gearbeitet, die in regem Austausch miteinander waren, um den unverwechselbaren Stil des Hauses zu behalten – und so wird es weitergehen.

**Das Erwachen am nächsten Morgen** ist verwunschen. Sonne fällt durch die Fenster, Vögel zwitschern und weisse Pfauen schreiten würdevoll über den Rasen des Parks, der die fünf Häuser des Hotels mit seinen beiden Restaurants und das Spa umgibt.

**Die Entstehungsgeschichte von Les Sources de Caudalie** klingt selbst wie ein Märchen: Florence und Daniel Cathiard, die Eltern von Alice, erfüllten sich im Jahr 1990 einen >



Traum und kauften das Weingut Château Lafitte in Bordeaux, das zur Grundlage für die äusserst erfolgreichen Geschäfte ihrer beiden Töchter wurde: Mathilde brachte mit ihrem Mann Bertrand die Kosmetiklinie «Caudalie» auf den Markt, Alice leitet das Hotel mit ihrem Mann Jérôme. Beide Ideen haben ihren Ursprung in den weissen Trauben. Mathilde und ihr Ehemann Bertrand trafen bei der Weinlese den Leiter der pharmazeutischen Abteilung der Universität von Bordeaux; beim Anblick der weggeworfenen Traubenkerne war er entsetzt: «Das sind wahre Schätze, die Sie hier entsorgen!» Die Kerne weisser Trauben sind äusserst wirksam gegen freie Radikale, sogar wirksamer als Vitamin E. 1994 kam die erste Caudalie-Creme auf den Markt, der Auftakt zu einer ganzen Pflegelinie.

**Auch das Spa war nie geplant**, sein Bau ergab sich aus den Gegebenheiten: Ein Teil des Gutes brachte sehr schlechten Wein hervor. Der Grund war eine heisse Quelle, 540 Meter unter der Erdoberfläche. Schlecht für die

Reben, aber reich an Mineralien und Oligo-Elementen. Über diese Quelle wurde das erste Vinotherapie-Spa gebaut, in dem ausschliesslich die Caudalie-Produkte eingesetzt werden. Heute können Besucherinnen und Besucher des über der Quelle gebauten Bades in den pflegenden Mineralien baden. In einer an ein Weinfass erinnernden Wanne, der Barrique, lassen Düsen das Wasser sprudeln, das mit pflegenden ätherischen Ölen angereichert ist. Eine Kerze verströmt den Duft von Traubenblüten. Und eine Kopfmassage macht das Entspannungserlebnis perfekt.

**Sehr zu empfehlen** ist die Gesichtsbehandlung «Vinexpert». In nur 50 Minuten wird die Haut mit einer Massage gestrafft, sie sieht erholt und prall aus. Das Körperpeeling «Crushed Cabernet» wirkt wahre Wunder. Die speziell für das Treatment angerührte Mischung aus Honig, Zucker, pflegenden Ölen und Traubenkernen sorgt für glatte und straffe Haut. Während das Peeling unter einer Plastikfolie einzieht, erhalten

die Füsse eine entspannende Massage mit einem angewärmten Tuch.

**Die untergehende Sonne** taucht die Weinberge in rotes Licht, der Tag klingt mit einem guten Glas Wein aus. Zu Ehren von Martin Margiela wähle ich einen Weissen.

**Les Sources de Caudalie:** Das Hotel beherbergt zwei Restaurants, die sich wunderbar ergänzen: Im La Grand Vigne kocht Nicolas Masse, Koch mit Michelin-Stern, im La Table du Lavoir sind Küche und Ambiente rustikaler. Am Samstagmorgen können Gäste des Hotels bei Nicolas Masse einen Kochkurs absolvieren. Die «Maison Martin Margiela Suite» kostet ab Euro 650.– pro Nacht; Preise variieren saisonal. Les Sources de Caudalie, Chemin de Smith Haut Lafitte, F-33650 Bordeaux-Martillac, Tel +33 5 57 83 83 83, [www.sources-caudalie.com](http://www.sources-caudalie.com)

**Behandlungen:** Peeling «Crushed Cabernet» (35 Minuten) Euro 80.–; Bad «Bain Barrique» (15 Minuten) Euro 60.–; Facial «Soin Vinexpert» (50 Minuten) Euro 100.–

**Anreise:** Mit dem Flugzeug: von Zürich, Genf und Basel zum Flughafen Bordeaux-Mérignac; von dort aus 20 Autominuten bis zum Hotel.



## Crans Montana | Brasilien in den Walliser Bergen «Spa Beauty by Clinica Ivo Pitanguy» im Guarda Golf Hotel – mit der Pflegelinie des Stars unter den Schönheitschirurgen.

TEXT: MALENA RUDER

**Je weiter sich das Auto die Serpentine nach Crans-Montana hinaufschraubt, desto verzauberter wird die Welt.** Schweizer Berge in Reinkultur, mittendrin das Hotel Guarda Golf, das von aussen an die windgeduckten Holzchalets der Bergbauern erinnert. In der Lobby und in den Zimmern sucht man vergebens nach Rustikalem: Das Interieur ist in einem modern interpretierten spanischen Stil gehalten. «Wir wollten die Gemütlichkeit eines Chalets, ohne das Hotel allzu ländlich einzurichten», sagt Nati Felli, die das Guarda Golf gemeinsam mit ihrem Mann Giancarlo leitet.

**Das Spa mit Ausblick** auf die Kulisse der Walliser Alpen bietet neben einem Indoor-pool, einem Whirlpool, Sauna, Hammam und Fitnessraum noch etwas Besonderes: Es ist weltweit das erste Spa, in dem ausschliesslich Produkte von «Beauty by Clinica Ivo Pitanguy» verwendet werden. Der brasilianische Schönheitschirurg Ivo Pitanguy gilt als Michelangelo des Skalpells; seit über 40 Jahren ist er Vorreiter im Bereich der Schönheits- und rekonstruktiven Chirurgie. Seine Tochter Gisela Pitanguy, die als Ärztin und Psychotherapeutin das Schönheits- und Gesundheitszentrum der Klinik ihres Vaters in Rio de Janeiro leitet, verbringt seit vielen Jahren ihre



Dr. med. Gisela Pitanguy ist Psychotherapeutin und Ärztin. Sie betreut die Patienten von der Schönheitsklinik ihres berühmten Vaters, Dr. Ivo Pitanguy, vor und nach chirurgischen Eingriffen.

Winterferien in den Schweizer Bergen. Sie erzählt, wie es zur eigenen Kosmetiklinie kam: «Zuerst gab es Cremes, die mit einem Team von Dermatologen, Biologen und Biochemikern massgeschneidert wurden – daraus entwickelte sich eine ganze Linie.»

**Gisela Pitanguy selbst hat sich bisher** noch nicht unters Messer gelegt – sie schliesst einen schönheitschirurgischen Eingriff in der Zukunft aber nicht aus. «Natürlich kann eine Creme nie die Wirkung eines Liftings haben. Aber Anti-Aging in dem Sinn, drastische Schritte wie eine Operation hinauszuzögern – das ist durchaus möglich.»

**Da die Säume in diesem Sommer** weiter nach oben klettern, lasse ich meinen Körper vorbeugend mit dem «Sculpt & Slim Body Treatment» straffen. Erst wird die Figur mit Massagen entschlackt und remodelliert. Danach wird das «Exfoliating Formula Peeling-Gel» aufgetragen und die Haut von Schüppchen und Unregelmässigkeiten befreit. Wie jedes Pitanguy-Produkt enthält das Peeling-Gel Wirkstoffe aus Brasilien: Muschelpulver und Papaya-Extrakt exfolieren, Amazonas-Guarana regt die Fettverbrennung an. Nach dem Pflegeritual gilt es, sanft in die Welt zurückzukehren, um den Kreislauf nicht zu überlasten. Eingehüllt in eine Decke, mit dem Blick auf das Bergpanorama, lässt es sich schon gut von luftigen Sommerkleidern träumen.

**Hotel Guarda Golf:** Ein Aufenthalt kann der Beginn eines neuen Hobbies sein: Im Sommer werden Golfkurse, im Winter Ski- und Snowboardlektionen angeboten. Dem Muskelkater kann man anschliessend in der Sauna oder im Hammam des Spas entgegenwirken. DZ ab CHF 750.–. Hotel Guarda Golf, Route des Zirès 14, 3963 Crans Montana, Tel. 027 486 20 00, [www.hotelguardagolf.com](http://www.hotelguardagolf.com)

**Behandlungen:** Facial «Business Treatment» (45 Minuten) CHF 170.–, «Sculpt & Slim Body Treatment» (90 Minuten) CHF 250.–

**Anreise:** Mit dem Zug von Zürich in ca. drei Stunden nach Montana, anschliessend kann ein kostenloses Shuttle ins Hotel organisiert werden.



## Zuhause | Mein Badezimmer, das Spa Erholung nach kalten Wintertagen: Unser Verwöhnprogramm für Wohlbefinden und eine strahlende Haut.

TEXT: KATARINA GRIESBACH FOTOS: ELIANE DÜRST

**Duftparade.** Den Tag hinter sich lassen und eintauchen in die Duftwelt aus Bergamotte, Basilikum und Mandarine. Dieses Badeöl pflegt die Haut auch als Körper- und Massageöl. «Lime Basil & Mandarin Bath Oil» von Jo Malone (CHF 125.–)

**Blütenmeer.** Verwöhnmoment für den Körper und die Sinne. Goldene Perlmutterpartikel lassen die Haut edel schimmern. «Crème Idéale pour le Corps» aus der «Idylle»-Duftlinie von Guerlain (CHF 119.–)

**Porentief.** Die zarte Geltextur ist mit Preiselbeeren-Extrakt angereichert, Silica-Puder glättet die Haut sanft und lässt sie wieder

strahlen. «Gommage corps lissant nourrissant» von Darphin (CHF 75.–)

**Pfirsichhaut.** Von wegen Orangenhaut: Ein reibungsloser Stoffwechsel soll die Bildung neuer Fettzellen verhindern. Die Pfirsichhaut ist programmiert. «Celluli Laser Slim. Code» von Biotherm (CHF 69.–)

**Puristisch.** Die klare Form des Airless-Flakons unterstreicht die klassische Textur der Körperpflege aus Jojobaöl und Aloe Vera. «Luxury Body Lotion» aus der «Scent 21»-Linie von Costume National (CHF 79.–)

**Naturschönheit.** Das reichhaltige Arganöl und das duftende Patchouliöl reinigen die

Haut, ohne sie auszutrocknen und verleihen ihr ein geschmeidiges Gefühl. «Superbly Restorative Argan Body Cleansing Oil» von Kiehl's (CHF 56.–)

**Pflegeritual.** Extrakte aus der asiatischen Zitrusfrucht Yuzu schenken der Haut Feuchtigkeit und machen sie geschmeidig. Einen Hauch Exotik verleiht die fernöstliche Duftkomposition aus Sambac-Jasmin. «Replenishing Body Cream» von Shiseido (CHF 104.–)

**Pflegevergnügen.** Dieses Trockenöl belebt die Beine und sorgt für eine straffe und seidene Hautoberfläche. «Svelte Huile Satinante Créatrice de Fermeté» von Dior (CHF 74.–)





## Zermatt | Reise zu sich selbst

### Die Suiten des Hotels Firefly sind inspiriert von den vier Elementen, der Wellnessbereich überrascht mit dem «Aiomyth Spa»-Konzept.

TEXT: SITHARA ATASOY

**Das Hotel macht seinem Namen alle Ehre:** Wenn man sich abends dem Firefly nähert, strahlen dem Besucher hell erleuchtete Fenster entgegen. Wie Glühwürmchen, die als Namensgeber gedient haben. «Genauso hiess auch eine Bar auf der Karibikinsel Mustique», erzählt Maria, die zusammen mit Ehemann Michael Kalbermatter das Hotel führt, geplant und eingerichtet hat. «Es waren unsere ersten grossen Ferien.» Es müssen Traumferien gewesen sein.

**Maria Kalbermatter** führt mich durch das Hotel und die Suiten. Die Einrichtung folgt in der Farbgebung den vier Elementen Feuer, Wasser, Luft und Erde. Bei den Materialien dominieren Fell, Leder, Stein und Metall. In den Bädern wurde Granit verarbeitet, Schränke und Garderoben sind aus Holz. Und: Maria Kalbermatter hat der Inneneinrichtung auch ein Element aus ihrer Heimat angefügt. Die Flügel- und Zettellampen sind vom deutschen Lichtdesigner Ingo Maurer. «Das musste sein», sagt sie und lacht. «Ich bin eine waschechte Bayerin.» Im ganzen Haus begegnet man Holzstühlen von «Spoon» Thomas Löffel und dem Zermatter Künstler Heinz Julen.

**Auch im Wellness- und Fitnessbereich** begegnet man Inspirationen aus der Walliser



Sie haben sich den Traum vom eigenen Hotel erfüllt: Firefly-Besitzer Maria und Michael Kalbermatter mit ihren Kindern Timo und Lisa-Marie.

Bergwelt. Die Sole-Grotte wirkt wie eine Höhle im Fels, die Eis-Grotte erinnert an einen Gletscher, die Sauna an einen Stadel. In den zwei Behandlungskabinen wird die «Aiomyth-Spa»-Methode angewendet, ein noch wenig bekanntes Spa-Konzept, dessen Ziel es ist, Körper und Seele in Einklang zu bringen. Die Inhaltsstoffe der Produkte sind aus kontrolliert biologischem Anbau.

**Corina Hickman ist die Gründerin** von Aiomyth. Sie lässt sich ungern in die Karten blicken. Ihr geht es allein darum, dass man sich entspannt und geniesst. Gemeinsam rühren wir eine Reinigungsemulsion aus Salz und Kokosflocken an. Das Gemisch dient als Peeling, um meinen

Körper auf die anschliessende Massage mit wohlriechenden Ölen vorzubereiten. Ich schliesse die Augen, beginne zu entspannen. Bis mich ein Geräusch aus meinen Gedanken reisst: Hickman trommelt leise und rhythmisch, dann fängt sie an zu singen.

**Während man in einen Zustand** der Meditation versinkt, glaubt man Einflüsse aus verschiedenen Kulturen auszumachen. Sind sie Indien, Japan, gar dem Norden entlehnt? «Geniessen Sie es, entspannen Sie einfach», sagt Hickman. Und ich denke: «Warum nicht?» Hickman hat jahrelang als Reiseleiterin gewirkt. Jetzt bietet sie wieder eine Reise an: diesmal eine zu sich selbst.

**Hotel Firefly:** 4-Sterne-Hotel mit 14 Suiten. Preis für eine 30 Quadratmeter grosse Suite (2 Personen) pro Tag inkl. Frühstück und Nutzung des Wellnessbereichs in der Hochsaison: CHF 690.-. Hotel Firefly, Schluhmattstrasse 55, Zermatt, Tel. 027 967 76 76. [www.firefly-zermatt.ch](http://www.firefly-zermatt.ch)

**Behandlungen:** Eine «Aiomyth-Verwöhnreise» mit Reinigung und Ölpackung (60 Minuten) CHF 140.-. Corina Hickman, Gründerin und Inhaberin von Aiomyth ist zudem Yogalehrerin, ihre «Verwöhnreise» kann man auch bei Airyoga geniessen.

**Anreise:** Mit dem Zug von Zürich 3 Std. 45 Min., von Bern 2 Std. 45 Min. Mit dem Auto bis Täsch, danach mit dem Taxi oder der Bahn nach Zermatt (ca. 12 Minuten).

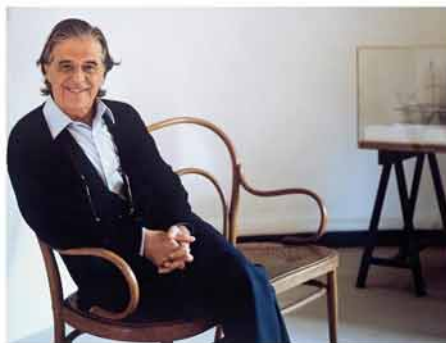


## Barcelona | Hotel ahoi! Gehen Sie auf Kreuzfahrt im neuen W Hotel in Barcelona – und erleben Sie Glückseligkeit im dazugehörigen Bliss Spa.

TEXT: TINA BREMER

**Im alten Fischereihafen drängeln sich die Yachten und Segelboote.** Das Gewirr aus Masten wiegt sich im Rhythmus des Wellengangs, Möwen kreischen und Salz liegt in der Luft. Weiter hinten haben mehrere Kreuzfahrtschiffe festgemacht. Dominiert wird die maritime Kulisse von einem überdimensionalen Segel, das sich in den Himmel schiebt. Das jüngst eröffnete W Hotel soll das neue Wahrzeichen von Barcelona werden.

Das von Ricardo Bofill entworfene Gebäude befindet sich auf einer Landzunge an der Strandpromenade von Barceloneta. Der katalanische Architekt, der an der École d'Architecture in Genf studiert hat, gilt als Visionär: Bofill hat die Firmensitze von Cartier und Dior in Paris sowie jenen von Shiseido in Tokio gebaut. In Barcelona ist ihm ebenfalls Besonderes gelungen: Jedes der 473 Zimmer hat eine spektakuläre Aussicht, und wenn sich morgens die Vorhänge in der Cool Corner Suite zur Seite schieben, glaubt sich der Gast auf einem Kreuzfahrtschiff. Blaues Meer bis zum



Der katalanische Architekt Ricardo Bofill gilt als Visionär: Neben dem W Barcelona hat er auch die Firmensitze von Cartier und Dior in Paris sowie jenen von Shiseido in Tokio gebaut.

Horizont, das einzige Geräusch ist der Atem, der kurz stockt. Das bodentiefe Fenster zielt eine Reeling, die Sitzbank davor möchte man nicht mehr verlassen.

Der maritime Charakter zieht sich durch das gesamte Hotel: Kerzenständer in Form von Korallen, Kissen, die schimmern wie Perlmutter, transparente Wände, in denen Algen wachsen, und überall Panoramafenster. Die Atrium-Lobby öffnet sich zur

Terrasse mit Pool, im Sommer werden sich die Gäste auf den weißen Tagesbetten räkeln, Cocktails schlürfen und den Klängen des DJs lauschen. Noch ist es dafür ein bisschen zu kühl. Lediglich ein paar wage-mutige Surfer stürzen sich mit Neopren-Anzug in die Brandung des Mittelmeers. Das W ist das einzige Hotel in Barcelona, das direkten Zugang zum Strand hat.

Und es ist das erste Hotel in Europa, das über ein Bliss Spa verfügt. Die New Yorker Wellness-Kette hat prominente Anhänger wie Rihanna oder Molly Sims, vertrieben werden die Gesichts- und Körperpflegeprodukte in Luxuskaufhäusern wie Bloomingdale's, Saks oder Harvey Nichols. Von selbstverliebter Attitüde oder gar Borniertheit aber keine Spur: Alle Mitarbeiter tragen ein Lächeln im Gesicht und die weißen Räumlichkeiten mit den türkisfarbenen Akzenten vermitteln eine Leichtigkeit, die gut zum W Hotel passt. Dass ein Spa-Besuch im Bliss Spa vor allem ein Genuss sein sollte, davon zeugen auch die Brownies und der Cava, die im Warteraum angeboten werden.



«Wir wollen, dass unsere Gäste eine gute Zeit bei uns verbringen. Trotzdem sollen sie nach den Behandlungen das Gefühl haben, dass sie auch ihrem Körper etwas Gutes getan haben», sagt Therapeutin Sandrine. Die Französin hat zuvor im schottischen Edinburgh gearbeitet. «Dort hat es viel geregnet. Ich wollte einfach an einem Ort arbeiten, an dem ich auch im Winter Sonnen-garantie habe. Und für ein Bliss Spa arbeiten zu dürfen ist toll.» Einen Monat lang wurden die 15 Mitarbeiter von einem Trainer aus New York ausgebildet und in die besonderen Techniken eingeführt.

Signature Treatment ist die Massage «Blissage», die mit einer Paraffin-Behandlung für die Füße beginnt. Das warme, weiche Wachs, das sich in einer Tüte befindet, die über den Fuss gestülpt wird, wärmt herrlich und versetzt den Gast in einen Wohlfühlmodus, noch bevor Sandrine begonnen hat, den Körper zu massieren. Bei der «Blissage» wechseln sich Elemente der Schwedischen Massage und Shiatsu ab. Mit fließenden Bewegungen arbeitet sich Sandrine von den Knöcheln zum Kopf

hoch, knetet Verspannungen weg, dehnt müde Gelenke und drückt sanft die Punkte auf der Kopfhaut, welche die Nerven beruhigen. Nach mehr als einer Stunde Verwöhnprogramm weiss der Gast, warum das Spa den Namen Bliss trägt – Glückseligkeit.

Anschliessend geht es mit dem «Triple Oxygen Treatment» weiter. Highlight des Facials ist ein Cocktail aus Sauerstoff und den Vitaminen A, C und E, der mittels Dampf in die Gesichtshaut geschleust wird. Vorher wurde diese durch ein Fruchtsäurepeeling und eine Maske aufnahmefähig gemacht. Der Sauerstoff und die Vitamine wirken wie eine Verjüngungskur und noch drei Tage später fühlt sich die Haut wunderbar prall und genährt an. «Ihr Gesicht leuchtet regelrecht», meint Sandrine und nickt anerkennend. Das Tüpfchen auf dem i bildet die abschliessende Maniküre. Während Edison aus Kolumbien die Nagel-feilen schwingt, als wäre es Akrobatik, kann man entspannt das Geschehen auf dem Monitor verfolgen, der über der Maniküre-Station hängt. Carrie und ihre Freundinnen aus «Sex and the City» schleppen schwere

Einkaufstaschen und erholen sich anschliessend bei einem Cosmopolitan von ihrer Shoppingtour durch Manhattan.

Für tolle Bars, schicke Boutiquen und hübsche Menschen muss man mit seinen Freundinnen aber nicht extra nach New York reisen. Ein Besuch von Barcelona und dem neuen W Hotel tut es auch. Meererausgehen und Glückseligkeit inklusive.

**W-Barcelona:** Michelin-Sterne-Koch Carles Abellan führt das Bravo Restaurant. Am Wochenende erfreut sich vor allem die Eclipse Bar im obersten Stock bei Gästen und Einheimischen regen Zulaufs. Internationale DJs legen hier auf. DZ ab 295 Euro.–  
W-Barcelona, Placa de la Rosa dels Vents, 1, Final Passeig de Joan de Borbo, Barcelona, Spanien, Tel. +34 93 295 2800, [www.w-barcelona.com](http://www.w-barcelona.com)

**Behandlungen:** z.B. «Massage Blissage» (75 Minuten) Euro 130.–; «Triple Oxygen Treatment» (75 Minuten) Euro 140.–, «Hot Cream Manicure» (30 Minuten) Euro 30.–

**Anreise:** Swiss fliegt viermal täglich von Zürich nach Barcelona, Flugdauer ca. 1,5 Stunden. Informationen und Buchung unter [www.swiss.com](http://www.swiss.com)



## Gargnano, Gardasee | Der Weg zur inneren Balance

Im Lefay Resort & Spa wird mit eigenem Gesundheitskonzept und in wunderschöner Landschaft entspannt.

TEXT: TINA BREMER

**Einen Helikopterlandeplatz gibt es nicht. Obwohl die Besitzer des Lefay Resorts, Familie Leali, auch Gründer der Fluggesellschaft Air Dolomiti sind.** Mittlerweile hat man sich jedoch von dem emissionsreichen Geschäft verabschiedet und eine 180-Grad-Wende absolviert. Das Lefay Resort & Spa an der Zitronenküste des Gardasees ist das erste von drei geplanten Destination Spas und Vorzeigeprojekt für den italienischen Tourismus.

Sechs Kilometer winden sich die Serpentina den Berg hinauf, bevor das Tor des Lefay Resorts erreicht ist. Nur Hotelgäste erhalten Zutritt, Schaulustige und der Alltag müssen draussen bleiben. «In Italien gibt es nicht viele 5-Sterne-Hotels und wenige sind auf Wellness ausgerichtet», erzählt die Direktorin Cinzia Zanella. «Weil wir ein Destination Spa sind, war es uns wichtig, dass unsere Gäste ihre Ruhe haben und nicht durch Tagesbesucher gestört werden.» Fast können einem die Abgewiesenen leid tun. Denn der Blick auf den Gardasee und die kleinen Dörfer, die wie Puppenhaus-Ansammlungen in der Landschaft stehen, ist von hier oben traumhaft schön.

Noch bemerkenswerter als die Lage ist das Hotel selbst. «Das Hotel operiert sehr umweltbewusst», sagt Zanella. «Die Bäder und Saunen werden mit Solarenergie und Holzschnitzeln geheizt, der Garten wird mit Regenwasser bewässert.» Das naturnahe Konzept zieht sich auch durch die 90 Suiten, die allesamt zum See ausgerichtet sind. Das Parkett wurde aus einheimischem



Dr. Maurizio Corradin leitet das Spa des Lefay Resorts. Der Chirurg hat in Mailand und Rom gelehrt und ein Buch über traditionelle chinesische Medizin herausgegeben.

Olivenbaumholz gefertigt, die Möbel aus Nussbaum, die Badezimmer sind mit rotem Marmor aus Verona ausgestattet. Statt einer Klimaanlage regelt unterschiedlich temperiertes Wasser, das durch Boden und Decke fließt, die Temperatur.

Um zu den Zimmern zu gelangen, führen alle Wege durch das Spa. Das Herzstück des Lefay Resorts ist die Rezeption, von der man auch zu den Saunen, Dampf- und Schwimmbädern sowie zum Salzpools gelangt. Ziel der von Dr. Maurizio Corradin entwickelten «Lefay Spa Method» ist es, dem Körper verloren gegangene Energie zurückzugeben. Wer Glück hat, wird vom Dottore persönlich behandelt. Zunächst wird ein Check-up-Gespräch geführt, um herauszufinden, was den Körper aus dem Gleichgewicht gebracht hat. Anschliessend arbeitet Corradin mittels eines Baukasten-

systems ein Programm aus, das aus Massagen, Bädern und der richtigen Ernährung besteht. So soll die innere Balance wieder hergestellt werden.

Im Gegensatz zu einer traditionellen Massage konzentriert sich die Methode von Corradin, die eine Verbindung von westlicher und chinesischer Medizin ist, auf die Meridiane des Körpers. Sind die Energielinien blockiert, reagiert der Körper mit Verspannungen und Stress. Langsam arbeitet Corradin sich an Hals und Nacken entlang, drückt sanft mit den Fingerspitzen dort, wo die stärksten Verspannungen sitzen. Die Berührungen sind leicht und zwischendurch meldet sich leiser Zweifel, ob durch das Stimulieren der Energiepunkte tatsächlich die Muskeln gelockert werden können. Aber spätestens am nächsten Tag, wenn man sich so ausgeruht fühlt wie schon lange nicht mehr, wird die Frage hinfällig.

**Lefay Resort:** Fantastische Aussicht auf den Gardasee, Zimmerpreise sind inklusive Halbpension. Das Restaurant serviert ausgezeichnete mediterrane Gerichte, wer auf die Figur achtet, kann von den leichten Menüs der «Lefay Vital Gourmet»-Küche schlemmen. DZ inkl. Halbpension ab Euro 390.–. Lefay Resort, Via Angelo Feltrinelli, 118, Gargnano, Italien, Tel. +39 0365 241800, [www.lefayresorts.com](http://www.lefayresorts.com)

**Behandlungen:** z.B. «Scambio nel vento», entspannende Massage (50 Minuten) Euro 120.–; «Derma di Luce», energetische Gesichtsmassage (50 Minuten) Euro 120.–

**Anreise:** Mit dem Zug von Zürich in 5 Stunden nach Desenzano, von da aus ca. eine Stunde mit dem Bus nach Gargnano. Das Hotel kann einen Transfer organisieren.