



# Wellnessbereich mit Solbad 33 °C

  
**SCHWEIZERHOF**  
SILS-MARIA

Herzlich willkommen in unserer Welt der Erholung:

Hallensolbad 33 °C (6 x 14 m) mit Unterwassermassagedüsen, Whirlpool (2 x 2 m),  
Aussenbecken mit Süßwasser 26 °C (6 x 12 m), Fasssauna auf der Sonnenterrasse, Massagen.

## MASSAGEN

Unsere Massagen haben einen beruhigenden und entspannenden Einfluss auf Körper und Geist.

<b>Ganzkörpermassage</b>	50 Min.	CHF 115.-	Lassen Sie den Alltag hinter sich und schöpfen Sie neue Energie.
<b>Sportmassage</b>	50 Min.	CHF 115.-	Entspannung für Körper, Geist und Seele. Die Muskeln werden gelockert, Verspannungen lösen sich, die Durchblutung und der Stoffwechsel werden angeregt. Die Sport-Massage ist kräftiger, angepasst an Ihre Muskulatur.
<b>Ganzkörper Peeling</b>	25 Min.	CHF 70.-	Ein Peeling mit den nährstoffreichen Extrakten verleiht der Haut Elastizität und Geschmeidigkeit. Die wertvollen Mineralstoffe aktivieren den Zellhaushalt, stellen die Hautbalance wieder her und sorgen für feine, zarte Haut.
<b>Soglio-Aroma-Öl Massage</b>	50 Min	CHF 115.-	Neben der wohltuenden Wirkung der Massage entspannen Sie durch die individuellen Düfte der ätherischen Öle und Sie werden von jeglichem Stress befreit.
<b>Rückenmassage</b>	25 Min.	CHF 70.-	Verklebungen und Verspannungen der Rückenmuskulatur werden gelöst oder gelockert.
<b>Hot Stone Massage</b>	50 Min. 80 Min.	CHF 115.- CHF 170.-	Eine wohltuende Entspannungsmassage mit warmen Marmorsteinen. Sie werden auf die Energiepunkte des Körpers gelegt. Die anschliessende Massage mit den Steinen führt zu tiefer Entspannung.
<b>Kalifornische Massage</b>	50 Min.	CHF 115.-	Diese Massageform zeichnet sich durch sanfte Berührungen, fliessende Bewegungen und tiefe Entspannung aus. Sie wurde entwickelt, um sowohl physische als auch emotionale Spannungen zu lösen, das Immunsystem zu stärken und ein Gefühl von innerer Ruhe und Wohlbefinden zu fördern.
<b>Ayurveda Grundmassage</b>	50 Min. 80 Min.	CHF 115.- CHF 170.-	Die Ayurveda Grundmassage ist eine traditionelle indische Technik, die Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht bringt. Sie verwendet warme Öle und langsame, umhüllende Bewegungen, um die Durchblutung zu fördern, Giftstoffe zu entfernen und eine tiefe Entspannung zu ermöglichen. Ideal für alle, die innere Harmonie und körperliches Wohlbefinden suchen.

Änderungen vorbehalten

## MASSAGEN

Unsere Massagen haben einen beruhigenden und entspannenden Einfluss auf Körper und Geist.

<b>Hawaiianische Massage (Lomi Lomi)</b>	50 Min.	CHF 115.-	Die hawaiianische Massage, auch Lomi Lomi genannt, basiert auf der polynesischen Philosophie von Gleichgewicht und Liebe. Sie wird mit weiten, rhythmischen und fließenden Bewegungen durchgeführt, oft unter Einsatz der Unterarme, um Verspannungen zu lösen, den Energiefluss zu fördern und ein tiefes Gefühl von Frieden und Regeneration zu schenken.
<b>Kobido Gesichtsmassage</b>	50 Min	CHF 115.-	Kobido ist eine alte japanische Gesichtsmassage, auch bekannt als „natürliches Facelifting“. Durch Techniken wie Druckpunktmassage, Streichen und Klopfen wird die Mikrozirkulation und der Muskeltonus angeregt, die Hautelastizität verbessert und Alterserscheinungen reduziert. Sie verleiht Leuchtkraft und ein sichtbar entspanntes Aussehen.
	25 Min	CHF 70.-	
<b>Lymphdrainage“ Vodder“</b>	50 Min	CHF 115.-	Die Lymphdrainage nach Vodder ist eine sanfte manuelle Technik, die das Lymphsystem stimuliert, um überschüssige Flüssigkeiten und Giftstoffe abzutransportieren. Ideal zur Behandlung von Schwellungen, Wassereinlagerungen, Cellulite und zur Verbesserung der Lymphzirkulation. Auch nach Operationen und bei lymphatischer Ermüdung hilfreich.
<b>Fußreflexzonenmassage</b>	50 Min	CHF 115.-	Die Fußreflexzonenmassage ist eine alte Praxis, bei der bestimmte Punkte am Fuß stimuliert werden, die energetisch mit Organen und Körpersystemen verbunden sind. Durch gezielten Druck hilft sie, Körperfunktionen auszugleichen, Stress und Verspannungen zu lindern und das allgemeine Wohlbefinden zu fördern. Sie unterstützt Entspannung und kann chronische Beschwerden verbessern.
<b>Elastisches Taping (Kinesio Taping)</b>	50 Min	CHF 115.-	Das elastische Taping verwendet elastische Klebebänder, die auf der Haut angebracht werden, um Muskeln und Gelenke zu unterstützen, die Blut- und Lymphzirkulation zu verbessern, Schmerzen zu reduzieren und die Rehabilitation zu fördern. Besonders geeignet für Sportler, vor allem in der Erholungsphase nach Aktivitäten wie Skifahren, Radfahren, Laufen oder anderen Sportarten mit hoher Belastung. Es unterstützt natürliche Bewegungen ohne die Mobilität einzuschränken.

## WELLNESSBEREICH TAGESGÄSTE

PREISE FÜR TAGESGÄSTE	ERWACHSENE	KINDER (4 – 16 Jahre) C
Einzeleintritt Winter	CHF 30.-	CHF 26.-
5er Abonnement Winter	CHF 140.-	CHF 120.-
10er Abonnement Winter	CHF 280.-	CHF 240.-
Saison Abonnement	CHF 410.-	CHF 330.-

### Inbegriffen

Solbad, Aussenbad, Fasssauna, Innensauna, Badetuch

### Für Tagesgäste

Bademantel: CHF 12.-, Badeschlappen: CHF 2.-

Kindern unter 4 Jahren nicht empfohlen, Kinder unter 12 Jahren in Begleitung Erwachsener.

### Öffnungszeiten

Badelandschaft: 07.00 – 20.00 Uhr

Sauna: 14.00 – 20.00 Uhr

letzter Einlass 19.00 Uhr

### Schweizerhof Sils Maria

info@schweizerhof-silsmaria.ch | schweizerhof-silsmaria.ch | T +41 81 838 58 58

Renovation: Erneuerung ab Ostern 2026. Geschlossen bis Sommersaison 2027 - bis dahin vollständig nutzbar.

Änderungen vorbehalten