

Exklusiv für Frauen: Ladies Only-Auszeit

Das Valsana Hotel Arosa hat speziell auf weibliche Reisende zugeschnittene Packages kreiert. Konzipiert für Ladys, die lieber einmal unter sich bleiben, um sich auszupowern oder zu relaxen.

(Arosa, 8. Juni 2021) Weltenbummlerin, Sportlerin, Mutter, Unternehmerin, Strippenzieherin, Influencerin oder Geniesserin – auch die stärkste Frau darf sich einmal eine Auszeit gönnen. Und wo ginge dies besser als in den Bündner Bergen mit der besten Freundin, Kollegin oder Schwester? Im Valsana Hotel Arosa verschreibt man sich diesen Sommer den Damen dieser Welt. Verschiedene Packages stehen dabei im Vordergrund.

Ein inspirierender Mix aus Yoga und Wandern verbirgt sich hinter dem [Mädels Yoga Retreat](#): die kleine Auszeit von 2 Nächten. Der Tag startet mit einer Yogaeinheit im lichtdurchfluteten Panoramaraum oder am nahe gelegenen Untersee. Als Belohnung winkt ein gesundes, bekömmliches Frühstück nach den [Moving Mountains Ernährungsprinzipien](#). Bei der geführten Wanderung beeindruckt die grandiose Aussicht auf das Alpenpanorama und die wohlverdiente Entspannung danach bringt die 50-minütige Ganzkörpermassage. Der 800 m² grosse Spa des Valsana unterstützt die Erholung danach ebenfalls mit einem Relaxpool sowie Dampfbad und Saunen aus Altholz mit Ausblick in den Arosener Wald. Nach dem geselligen Get-together Aperitif gönnt man sich im Restaurant Twist, der unkomplizierten Wohnstube Arosas, ein auf köstlich-pflanzlicher Basis und von der international renommierten Ernährungswissenschaftlerin Raya Jordan konzipiertes Abendessen.

Für action-liebende Damen mit guter Kondition ist das [Alpine Ladys Trail & Yoga Camp](#) vom 9. bis 11. Juli 2021 genau richtig. In Zusammenarbeit mit [Die Rasenmäher](#) und Mountainbike Profi [Karen Eller](#) warten Alpine Singletrails mit Spitzkehren, Trails auf waldigem und wurzeligem Untergrund und technische Passagen auf – alles mit viel Flow. Arosa bietet diesem alpinen Trailcamp ein abwechslungsreiches MTB Revier mit einer perfekten Infrastruktur. Alle Seilbahnen transportieren Bikes, womit die spannenden Trails der umliegenden Täler gut erreicht werden können. Ein wenig kurbeln muss man trotzdem. Es stehen an den Tagen täglich bis zu 1000 Höhenmeter auf dem Programm und eine Hike-a-Bike Passage mit ca. 450 Höhenmeter. Die Yoga Sessions am Morgen wärmen für einen intensiven Trailtag auf, nachmittags lockern die Cool Down Yoga Sessions die müden Muskeln. Selbstverständlich ist für sportlerinnengerechte Verpflegung gesorgt, so ist bei den

VALSANA

zwei Übernachtungen das energiegeladene Frühstück und das Dine Around inklusive und wer mag, nimmt zu guter Letzt an der Gin Degustation teil.

Allen Valsana-Gästen stehen zudem die Arosa All-Inclusive-Card, die kostenlose Bikestation direkt vor dem Hotel, freier Zutritt zum Valsana Spa sowie eine breite Auswahl an inkludierten Fitnesskursen und die unentgeltliche Minibar und Kaffeemaschine im Zimmer zur Verfügung. Mehr Informationen unter www.valsana.ch.

Über das Valsana Hotel Arosa

Eingerahmt in die Bündner Berge und stets auf die Umwelt bedacht, ist das Viersternehaus Valsana Hotel Arosa der ideale Rückzugsort vom rastlosen Alltag zu Hause. Als eines der nachhaltigsten Hotels der Schweiz verfügt es über eine komplett CO2-neutrale Gebäudeinfrastruktur und einem allzeit bewussten Umgang mit unseren Ressourcen. Der moderne Chalet-Stil der 40 Zimmer und Junior Suiten sowie der 9 Apartments kombiniert geschickt Holz, Stein und Glas. Im Herzstück des Valsana, dem Restaurant Twist, gehen Lobby, Lounge, Restaurant und Bar nahtlos ineinander über. Ein Ort authentischer Begegnungen für alle, die ein zeitgemässes Ernährungskonzept suchen. Der 800 m2 grosse Spa verfügt über einen Relaxpool, Dampfbad und Saunen mit Ausblick in den Arosener Wald. Ausserdem stehen ein hochmoderner Fitnessraum, der Ski- und Bike-Shop und eine Tennishalle bereit. Inspiriert von der faszinierenden Landschaft rund um ihre Hotels hat die Tschuggen Hotel Group mit [Moving Mountains](#) darüber hinaus ein ganzheitliches Ferienerlebnis geschaffen – mit dem Ziel, die Vitalität zu stärken, die Natur neu zu entdecken und das Leben zu feiern.

Medienkontakt Tschuggen Hotel Group

Eva-Marie Knaak
Zeltweg 7, 8032 Zürich, Schweiz
Tel. +41 44 576 92 92, pr@tschuggenhotelgroup.ch