

## Digital Detox als Kraftquelle

Grand Hotel Kronenhof lädt zum Verzicht auf Handy und Co. -  
Sport und nachhaltige Entspannung schenken neue Energie

Abschalten und Auftanken: Wenn im Schweizer Bergdorf Pontresina der Sommer Einzug hält und die Natur ihre ganze Kraft entfaltet, bietet das Grand Hotel Kronenhof den perfekten Ort zum Entspannen und Energietanken. Wie schon im Vorjahr lädt das Hotel die Gäste ein, komplett auf elektronische Geräte zu verzichten und die freie Zeit für ausgedehnte Spa- und Sporteinheiten zu nutzen. Tiefenwirksame Anwendungen wie die haki purna Behandlung sorgen für wohltuende Entspannung. Bei einer Nordic Walking Tour und Wanderung im Sonnenaufgang sowie beim Stand Up Paddling auf dem St. Moritzersee schöpfen Gäste Kraft aus der Engadiner Natur. Das Digital Detox Retreat umfasst drei Übernachtungen im Fünf-Sterne-Superior-Grand Hotel Kronenhof inklusive Programm, Transfers, Frühstück und Abendessen und wird 2017 jeweils von Donnerstag bis Sonntag in folgenden Zeiträumen angeboten: 22. bis 25. Juni, 29. Juni bis 2. Juli, 6. bis 9. Juli, 13. bis 16. Juli, 24. bis 27. August, 31. August bis 3. September, 7. bis 10. September, 14. bis 17. September, 21. bis 24. September, 28. September bis 1. Oktober, 5. bis 8. Oktober und 12. bis 15. Oktober. Es ist ab zwei Personen buchbar und kostet ab 1.370 Schweizer Franken (zirka 1.252 Euro) pro Person im Doppelzimmer. Wer gerne noch länger komplett auf seine digitalen Geräte verzichten möchte, für den empfiehlt sich die Buchung des Retreats über sechs Nächte. Reservierungen werden telefonisch unter der Nummer +41(0)81/830 30 30 oder per E-Mail an [reservations@kronenhof.com](mailto:reservations@kronenhof.com) entgegengenommen. Weitere Informationen rund um das Hotel finden sich auf [www.kronenhof.com](http://www.kronenhof.com).

Bereits bei der Anreise wird es ernst: Sämtliche elektronischen Geräte werden abgegeben. Am besten bleiben Smartphone, Tablet oder Laptop gleich zu Hause, denn erst dann gelingt das Abschalten vollständig. Auf Wunsch werden sogar alle technischen Geräte aus dem Hotelzimmer entfernt. Am nächsten Morgen starten die Gäste mit einer Nordic Walking Tour begleitet von Assistant Spa Managerin Susanne Staib in den Sonnenaufgang. Die Sport- und Gymnastiklehrerin sowie Sporttherapeutin und Pilates-Trainerin ist seit über sechs Jahren im Kronenhof aktiv. Das anschließende Frühstück spendet frische Energie. Ein Detox Bad und eine 50-minütige Massage nach Wahl verhelfen zu nachhaltiger Entspannung.

.../2



Im Laufe des Wochenendes steigern eine Pilates-Stunde und eine haki purna Massage das Wohlbefinden. Die Ganzkörperbehandlung mit Griffkombinationen aus dem haki Stretch, Relax und Sacral löst vor allem Verspannungen im Bereich der Lenden, des Kreuzbeins und der Gesäßmuskulatur. Bei einer frühmorgendlichen Wanderung durch die Engadiner Bergwelt zeigt sich die volle Pracht der Natur. Jedes Körperteil von den Fußspitzen bis zum Kopf ist beim Stand Up Paddling auf dem St. Moritzersee gefordert. Die Abendessen im eleganten Grand Restaurant und im Gourmet Restaurant Kronenstübli runden den Aufenthalt ab. Hier stehen unter anderem auch vegetarische und leichte Alternativen zum klassischen Menü zur Auswahl. Spätestens bei der Abreise fällt auf, dass es sich - zumindest vorübergehend - auch ohne Handy und Co. wunderbar leben lässt.

Das unter Denkmalschutz stehende Grand Hotel Kronenhof befindet sich im Herzen des Schweizer Bergdorfs Pontresina und blickt auf eine über 165-jährige Geschichte zurück. Auf 1.800 Höhenmetern kommen die Gäste in den Genuss von 112 elegant gestalteten Zimmern und Suiten sowie einer der eindrucksvollsten Wellnessanlagen der Alpen. Als einziges Fünf-Sterne-Superior-Hotel im Ort verbindet es eine großartige Lage mit imposanter Architektur, atemberaubenden Ausblicken und ausgezeichneter Kulinarik. 2016 krönte TripAdvisor das Haus als Nummer eins der Schweizer Luxushotels und eines der Top 25 Hotels mit dem besten Service weltweit. Außerdem wurde es von der Touristikwebsite als eines der zwölf atemberaubendsten Luxushotels weltweit geehrt. Das Schweizer Wirtschaftsmagazin Bilanz kürte zudem die Mitarbeiterin Nadine Böning Soares zur Spa-Leiterin des Jahres 2016. In dem dazugehörigen Ranking erlangte das Hotel eine Top 15 Platzierung der 50 besten Schweizer Urlaubshotels. 2016 wurde das Haus darüber hinaus im Rahmen der World Luxury Spa Awards als bestes Spa Resort des Landes ausgezeichnet.

München/Pontresina, 24. Mai 2017

Für weitere Informationen:

Daniela Kerschensteiner/Saskia Kanzler  
STROMBERGER PR  
Haydnstraße 1  
80336 München  
Deutschland  
T: +49(0)89 18 94 78 75  
kerschensteiner@strombergerpr.de  
www.strombergerpr.de

Marc Eichenberger  
Grand Hotel Kronenhof  
Via Maistra 130  
7504 Pontresina  
Schweiz  
T: +41(0)81 830 30 30  
info@kronenhof.com  
www.kronenhof.com