

SEIJAKU

SEIJAKU – OASE DER RUHE

Über den Dächern der Stadt erwartet Sie ein Refugium fern des Alltags: Seijaku – entworfen vom renommierten Architekturbüro Herzog & de Meuron – ist mehr als ein Rückzugsort. Es ist eine Hommage an die japanische Kunst der Achtsamkeit.

Hier dreht sich alles um Yasuragi, Ki und Ichigo-ichie – Harmonie, Energie und das bewusste Erleben des Augenblicks. Sanfte Wärme, wohlthuender Dampf und vollkommene Stille begleiten Sie auf dem Weg zu innerer Balance und tiefer Regeneration.

Öffnungszeiten

SEIJAKU WELLBEING
Täglich von
10.30 bis 19.30 Uhr

GYM
Rund um die Uhr geöffnet
(24/7)

Kontakt und Reservierung

Gerne stehen wir Ihnen für Ihre
Reservierung zur Verfügung:

T +41 61 260 58 60
seijaku@lestroisrois.com

UNSER BEHANDLUNGSANSATZ: PERSÖNLICH & ACHTSAM

Unsere Anwendungen vereinen japanisch inspirierte Massagetechniken mit modernen Elementen der Körpertherapie – individuell abgestimmt auf Ihre Bedürfnisse. Ob entspannend, belebend oder pflegend: Jede Behandlung ist ein Ritual für mehr Achtsamkeit, Balance und Wohlbefinden.

Lassen Sie den Alltag hinter sich, finden Sie zurück zu Ihrer Mitte – und entdecken Sie die wohltuende Kraft bewusster Berührung.

GESTALTEN SIE IHR PERSÖNLICHES SEIJAKU-ERLEBNIS

Wählen Sie Ihre individuelle Auszeit: Entscheiden Sie sich für eine unserer wohltuenden Grundmassagen (35, 50 oder 80 Minuten) und ergänzen Sie diese auf Wunsch mit einer 30-minütigen Zusatzbehandlung – für noch mehr Tiefenwirkung und Wohlfühl.

Unser erfahrenes Team berät Sie gerne persönlich und richtet sich ganz nach Ihren Vorstellungen.

SIGNATURE TREATMENTS

Yasuragi – Entspannungsmassage

BERUHIGEND. LÖSEND. AUSGLEICHEND.

Ein Ritual für innere Ruhe: Diese Massage kombiniert sanfte Techniken mit dem beruhigenden Duft der Zypresse. Ideal für alle, die innere Ruhe und Ausgeglichenheit suchen – diese Behandlung fördert Gelassenheit und löst Verspannungen.

Ki – Vitalmassage

KRÄFTIGEND. ANREGEND. SPORTLICH.

Belebend und klärend: Mit aktivierenden Griffen und ätherischen Ölen wie Yuzu und Eukalyptus bringt diese Massage Körper und Geist in Fluss. Wohltuend für neue Energie und Vitalität – ideal für alle, die sich mehr Antrieb und Leichtigkeit wünschen.

Ichigo Ichie – Im Hier und Jetzt

INSPIRIEREND. GENUSSVOLL. WOHLTUEND.

Bewusst den Moment geniessen: Diese Massage lädt dazu ein, innezuhalten. Begleitet vom Duft der Magnolienblüte erleben Sie eine achtsame Auszeit – für neue Lebensenergie und Selbstfürsorge.

Shiatsu

ZENTRIEREND. TIEFENWIRKSAM. GANZHEITLICH.

Shiatsu ist die Kunst der achtsamen Berührung entlang der Meridiane. Druck- und Dehn Techniken lösen Blockaden und fördern den Energiefluss. Ideal für Regeneration, Stressabbau und innere Balance.

Preise

Grundmassagen

35 Minuten CHF 130
50 Minuten CHF 190
80 Minuten CHF 250

Shiatsu

50 Minuten CHF 210
80 Minuten CHF 280

BEGLEITRITUALE

Wärme & Wohlgefühl

ENTSPANNUNG DURCH WÄRME.

Hot Stones lösen Verspannungen, lindern Stress und fördern innere Ruhe. Die Kombination aus Wärme- und Kältetherapie bringt Entspannung für Körper und Geist – ideal bei Rücken- und Nackenverspannungen.

Energie & Erneuerung

BELEBEND & STIMULIEREND.

Belebende Pflege für müde Beine: Trockenbürstung, Zupfmassage und Schröpfgläser regen die Durchblutung an und schenken neue Leichtigkeit.

Reflexion & Ruhe

WOHLBEFINDEN DURCH ACHTSAME BERÜHRUNG.

Gezielte Fussreflexzonenmassage für tiefe Entspannung und innere Balance. Harmonisiert Körper und Geist und aktiviert das vegetative Nervensystem.

Hydra & Harmonie

REGENERATION FÜR GESICHT UND GEIST.

Gesichtsmassage mit Maske, Kopf- und Nackenbehandlung. Löst Spannungen, beruhigt das Nervensystem und sorgt für ein frisches, vitales Hautbild.

Rein & Regeneriert

PFLEGE FÜR EINE STRAHLENDE HAUT.

Ein Peeling-Ritual mit lymphanregenden Griffen für glatte, frische Haut. Perfekt vor Sonnenbädern oder als Frischekick für zwischendurch.

Beruhigt & Belebt

LEICHTIGKEIT UND NEUE ENERGIE FÜR DIE FÜSSE.

Ein wohltuendes Fussbad mit Peeling und Lymphanregung. Fördert die Durchblutung, unterstützt die Entgiftung und schenkt ein Gefühl von Leichtigkeit und Wohlbefinden.

Preise Begleitrurale

30 Minuten CHF 90

Buchbar nur in Kombination mit einer Basis-Behandlung.