

Medienmitteilung

Zürich, 2. Juni 2016

Global Wellness Day im Dolder Grand

Am 11. Juni 2016 wird in über 80 Ländern weltweit der Global Wellness Day zelebriert – ein Tag, an dem das Bewusstsein für einen aktiven, bewussten und gesunden Lebensstil im Zentrum steht. Unter dem Motto «Ein Tag kann ein ganzes Leben verändern» wird der Global Wellness Day mit verschiedenen Aktivitäten rund um das Thema Sport und Wellness zum ersten Mal auch im Dolder Grand gefeiert.

Der Global Wellness Day ist ein soziales Projekt mit dem Ziel, jedem Interessierten Informationen über Wellness zugänglich zu machen. Dieser Tag soll dazu beitragen, sich in Achtsamkeit zu üben und ein gesundes und ausgeglichenes Leben voller Elan führen zu können.

Von 10.00 bis 16.00 Uhr finden in der Gallery, dem grössten Veranstaltungsraum im Dolder Grand, und draussen in der Natur verschiedene Aktivitäten zum Mitmachen statt: Running/Walking, Yoga, Boot Camp sowie Stretch und Relax. Die Besucher können sich einen ganzen Tag lang im Treatment-Bereich während Kurzbehandlungen mit Chairmassagen und Gesichtsmasken verwöhnen lassen. Ausserdem finden interessante Vorträge statt, unter anderem von der rein biologischen Pflegelinie Amala aus Deutschland. Die Plätze für die Mini-Treatments werden nach dem Prinzip «first come, first served» vergeben.

Die Teilnahme ist für alle Besucher kostenlos. Entsprechende Trainingsbekleidung wie Schuhe oder eine Matte für die Teilnahme an einem Yoga-Workshop müssen selbst mitgebracht werden.

Weitere Informationen sind unter www.thedoldergrand.com/global-wellness-day/ verfügbar.

Das Programm:

- 9.30 Uhr Türöffnung Gallery
- 10.15–10.30 Uhr Intro für Rhythmic Breathing for Runners/Walkers
- 10.30–10.45 Uhr Warm-up für alle
- 10.45–11.35 Uhr 108 Sonnengrüsse
- 10.45–11.45 Uhr Running/Walking
- 12.00–12.20 Uhr Amala-Vortrag Gesichtspflege
- 12.30–13.20 Uhr Boot Camp
- 14.00–14.15 Uhr Intro für Rhythmic Breathing for Runners/Walkers
- 14.15–14.30 Uhr Warm-up für alle
- 14.30–15.20 Uhr Yoga
- 14.30–15.30 Uhr Running/Walking
- 15.40–16.00 Uhr Stretch und Relax
- 16.00 Uhr Ende der Veranstaltung

The Dolder Grand *****
The City Resort of Zurich
since 1899

Kurhausstrasse 65
8032 Zürich
Switzerland
Tel +41 44 456 60 00
Fax +41 44 456 60 01
info@thedoldergrand.com
www.thedoldergrand.com

The Dolder Resort
The Dolder Grand
Dolder Waldhaus
Dolder Sports



Swiss Deluxe Hotels



THE LEADING HOTELS
OF THE WORLD®

Das Dolder Grand mit 175 luxuriösen Zimmern und Suiten, erlesener Gastronomie, einem Spa-Bereich auf 4'000 Quadratmetern, grosszügigen Bankett- und Seminar-räumlichkeiten sowie einer wertvollen Kunstsammlung ist Mitglied der Leading Hotels of the World und der Swiss Deluxe Hotels. Die erhöhte Lage zwischen pulsierender City und belebender Natur ermöglicht einen herrlichen Blick auf die Stadt Zürich, den See und die Alpen. Das City Resort wurde von 2004 bis 2008 durch die Londoner Architekten Foster and Partners vollumfänglich renoviert und umgebaut.

Ansprechpartner für die Medien

Stephanie Seibert
PR Manager – Communications
Dolder Hotel AG
Tel +41 44 456 66 40
pr@dolderhotelag.com