



CARLTON SPA

ST. MORITZ

ENTDECKEN SIE WELLNESS FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE IN KOMBINATION MIT EINEM EINZIGARTIGEN BLICK AUF DAS ST. MORITZER BERGPANORAMA. TRETEN SIE EIN IN DIE WELT DES CARLTON SPA, DAS SIE AUF DREI ETAGEN UND ÜBER 1200 LUXURIÖS AUSGESTATTETEN QUADRATMETERN IN ANDERE SPHÄREN ENTFÜHREN WIRD.

DISCOVER WELLNESS FOR YOUR BODY, MIND AND SPIRIT – ALONG WITH AN INCOMPARABLE VIEW OF THE ST. MORITZ MOUNTAIN PANORAMA. WELCOME TO THE WORLD OF THE CARLTON SPA... SPREAD OVER THREE LEVELS AND 1200 LUXURIOUSLY APPOINTED SQUARE METERS... HERE YOU WILL INDULGE IN NEW LEVELS OF LUXURY AND THE ULTIMATE IN WELLBEING.

SPA MIT AUSSICHT

SCHWIMMBAD

Das Schwimmbad verfügt über ein 15 x 6 m Schwimmbecken (30 °C) sowie einen Innen- und Aussenpool (35 °C) mit Sprudelliegen, Nackenduschen und Massagedüsen.

SAUNAWELT

Unsere Saunawelt verfügt über einen Damen-Saunabereich, ein Caldarium und ein Dampfbad im Textilbereich sowie eine finnische Sauna im textiltfreien Bereich. Zwischen den Saunagängen stehen Ihnen ein Ruheraum, eine Lounge mit Feuerstelle sowie ein kleiner Aussenbereich zur Verfügung.

CALDARIUM

Das Caldarium war schon vor Jahrhunderten Teil der römischen Saunakultur. Mit einer Temperatur von 42–45 °C und einer Luftfeuchtigkeit von 35–45% bereitet dieser Schwitzraum den Kreislauf behutsam auf heissere Temperaturen vor. Das Caldarium kann in Badebekleidung besucht werden.

SPA WITH A VIEW

SWIMMING POOL

The swimming pool is located on the 2nd basement level and has a 15 x 6 m pool (30 °C) as well as an indoor/outdoor pool (35 °C) with bubble jets, neck shower and massage jets.

SAUNA

Our Sauna World has a ladies' sauna area, a caldarium and a steam bath in the clothed area plus a Finnish sauna in the clothes-free area. Between your sauna sessions, a resting area, lounge with open-fire and an outdoor area are available for you to enjoy.

CALDARIUM

The Caldarium was part of the Roman sauna culture. With a temperature of 42–45 °C and humidity of 35–45%, the sweating room gently prepares the circulation for higher temperatures. You may enter the Caldarium in your swimsuit.

DAMPFBAD

Strahlungswärmebad bei einer Temperatur von ca. 45 °C und einer Luftfeuchtigkeit von 100%. Zur Vitalisierung und Förderung des Stoffwechsels.

Die Einleitung von Dampf in Verbindung mit hoher Luftfeuchtigkeit ist eine Wohltat für Haut, Haare, obere Atemwege und Bronchien. Das Dampfbad kann in Badebekleidung besucht werden. Bitte benutzen Sie die weissen, runden Sitzauflagen.

SAUNA

Schwitz- und Entschlackungsbad bei einer Temperatur von ca. 65–90 °C und einer Luftfeuchtigkeit von 10–15%. Die unmittelbare Einwirkung dieser Wärme verfeinert das Hautbild und bewirkt Entschlackung und Entspannung zugleich. Die Aufgüsse regen den Kreislauf an und stärken Ihre Abwehrkräfte. Die Sauna darf aus hygienischen Gründen nicht in Badebekleidung besucht werden – Badetücher stehen für Ihre Diskretion zur Verfügung.

DAMENSAUNA-BEREICH

Dieser Bereich ist exklusiv für Damen. Er verfügt über ein Dampfbad, eine finnische Sauna sowie eine Relaxzone.

STEAM BATH

Radiant heat bath with a temperature of around 45 °C and a humidity of 100%. Intended to revitalise and stimulate the metabolism. The introduction of steam in conjunction with high humidity is a boon for the skin, hair, upper respiratory tract and bronchial tubes. You may enter the steam bath in your swimsuit. Please use the round white cushions.

SAUNA

Sweating and purification bath with a temperature of around 65–90 °C and a humidity of 10–15%. The immediate effect of this heat is to refine the skin while bringing about detoxification and relaxation at the same time. The infusions stimulate the circulation and boost your immune response. For hygiene reasons, you may not enter the sauna in swimsuit — bath towels are available for your use.

LADIES' SAUNA AREA

The area is reserved exclusively for ladies. It has a steam bath, a sauna and a relax zone.

ABKÜHLUNG

Für die Abkühlung stehen Ihnen verschiedene Erlebnisduschen, ein Eisbrunnen sowie ein überdachter Aussenbereich zur Verfügung. Im Winter können Sie auf dem Schnee-Kneipp-Pfad vor der Saunawelt flanieren.

LOUNGE MIT FEUERSTELLE

Zur Entspannung zwischen Ihren Saunagängen befindet sich im Saunabereich eine gemütliche Lounge mit offener Feuerstelle. Hier stehen Ihnen auch Erfrischungen und kalte Getränke zur Verfügung.

SOLARIUM

Unser modernes Solarium befindet sich im zweiten Untergeschoss.

FITNESS

Das Fitnessstudio im Carlton Spa ist mit den neusten Geräten von Technogym ausgerüstet. Unsere Spa-Mitarbeiter erklären Ihnen gerne die einzelnen Geräte und stellen mit Ihnen einen individuellen Trainingsplan zusammen.

COOL DOWN AREA

To cool down, a wide range of hydro massage showers, an ice fountain and covered outdoor area are available. During wintertime you can take a stroll on the snow Kneipp trail in front of the sauna world.

LOUNGE WITH OPEN FIRE

A comfortable lounge with open fire is available in the sauna area for relaxation between your sauna sessions. Refreshments and cold drinks are also available here.

SOLARIUM

Our state-of-the-art solarium is located in the 2nd basement.

FITNESS

The fitness studio at the Carlton Spa is equipped with the latest Technogym machines. Our Spa staff will be pleased to show you how to use them. Our Spa Reception will be pleased to provide further information.



SAUNA

TEMPERATURA APPROX. 90°C





