

Spezialprogramm zum Global Wellness Day

Der Samstag, 11. Juni 2022 steht für den Welt-Wellness-Tag. Besucher:innen des FORTYSEVEN dürfen sich an diesem Tag auf ein spezielles Programm freuen, das ihnen den Wellness-Gedanken und den damit verbundenen Lebensstil näher bringt. Es warten einmalige Kurse und Erlebnisse auf die Gäste.

Wellness bedeutet nicht nur, dem Körper etwas Gutes zu tun, sondern ein Bewusstsein für ganzheitliches Wohlbefinden zu schaffen. Dafür bietet das FORTYSEVEN seinen Besucher:innen am Welt-Wellness-Tag am 11. Juni ein besonderes Programm und einmalige Kurse an.

Richtig saunieren

Wer gerne sauniert, erlebt am Global Wellness Day durch die Saunameister eine kleine Einführung in die Welt des Saunierens. Die Gäste erfahren, was Saunieren ist, woher es kommt, was die positiven Effekte auf Körper und Geist sind und wie ein korrekter Saunagang idealerweise ablaufen sollte. Nach der kurzen Einführung wird die Theorie bei einem gemeinsamen Saunagang in die Praxis umgesetzt.

Die weiblichen Gäste geniessen an diesem Tag exklusive Aufgüsse und Peelings in der Damensauna wie etwa ein Peeling nach der



Kneipp-Methode mit frischen Früchten und Kräutertee oder ein Hammam-Treatment.

Kurse, Soundbath und Rosé

Wer sich für die Kurse «Body Meditation» oder «Yoga Nidra» interessiert, kann an einem kostenlosen 20-minütigen Schnuppertraining teilnehmen.

Ein ganz besonderes und berührendes Erlebnis verspricht der Kurs «Solo Piano Soundbath» mit dem aus Deutschland stammenden Musiker Esh Loh. Mit seiner eigens komponierten Musik führt er die Gäste auf eine emotionale Reise in ihren inneren Kosmos. Mit klarem Bewusstsein wird ein meditativer Zustand herbeigeführt, welcher zu mehr Selbsterkenntnis führt.

Ausserdem gibt es am Welt-Wellness-Tag einmalig den Kurs «Namaste & Rosé». Teilnehmer:innen erhalten ein Glas Wein, welcher verbunden mit leichten Yogaübungen verkostet



Foto: FORTYSEVEN

wird. Für die Teilnahme an den Kursen benötigt es im Voraus eine Reservation über den Online-Shop.

Elektrisierende Blüte

Ein weiteres Erlebnis bietet die «Sechuan Blüte». Die kleine, essbare, gelbe Blüte sorgt für ein besonderes Geschmackserlebnis, das man nicht mehr vergisst. Zu Beginn des Verzehres beginnen die Blütenteile auf der Zungenspitze zu prickeln, wie Schaumwein. Dann beginnt der Geschmack sich im Mund

zu entwickeln – zuerst macht sich eine Art taubes Gefühl an den Wangen bemerkbar, gefolgt von einer starken Speichelabsonderung. Die Blüte kann im Innenbad probiert werden.

Um am Programm teilzunehmen, kann ein regulärer Eintritt gebucht werden. Wer am Welt-Wellness-Tag das FORTYSEVEN besucht, darf sich auf ein einmaliges Wellness-Erlebnis freuen. Weitere Informationen zu den Kursen und zum Programm sind unter www.fortyseven.ch/gwd zu finden.