



Carlton Hotel St Moritz. Vacanze invernali sugli sci? Non solo: ci sono innumerevoli modi e attività alternative per esplorare e vivere la natura durante l'inverno. Il **Carlton Hotel St Moritz** offre ai suoi ospiti un ventaglio di esperienze e attività indimenticabili. Per una vacanza invernale a stretto contatto con la magnificenza della natura dell'**Alta Engadina**.

Tra le esperienze proposte dal **Carlton** per questa stagione invernale c'è il **Forest Bathing**, ovvero "bagno nella foresta". Una pratica giapponese di benessere estremamente rilassante e con molteplici benefici, che consiste nell'immergersi totalmente nella natura, tra gli alberi. Partenza dal Carlton prima che sorga il sole, per arrivare nei boschi che circondano St. Moritz: qui i partecipanti assorbono tutta l'energia della foresta durante gli esercizi di respirazione e yoga. Proprio sul finire dell'attività arriva il momento clou: un'alba suggestiva sulle montagne engadinesi, per un inizio di giornata speciale.



Carlton Hotel St. Moritz

## **Bagno nella foresta e nel ghiaccio tra le proposte del Carlton Hotel di St Moritz**

Dal bagno nella foresta a quello nel ghiaccio. Tra le attività più apprezzate del Carlton c'è il bagno nel ghiaccio a **Lej Marsch**, che offre un'indimenticabile scarica di adrenalina e tanti benefici per la salute. Tra cui il miglioramento della

circolazione con conseguente aumento delle endorfine. Un insieme di effetti positivi che influiscono sul benessere generale. Un'attività guidata e supervisionata con cura da esperti, sempre a disposizione per garantire la sicurezza di tutti i partecipanti e aiutarli a prepararsi nel modo più corretto per trarre il massimo da questa esperienza.

Tra le escursioni da non perdere, organizzate dall'hotel, vi è anche quella con le **racchette da neve** (Snowshoeing), con partenza da **Muottas Muragl**. Si prende la funivia, si arriva alla cima della montagna e si prosegue con le racchette da neve, fino ad arrivare in uno dei punti più panoramici dell'Alta Engadina. Vale la pena fare un po' di fatica per arrivare a godere della splendida vista sui laghi.



## **Relax al Carlton Hotel St Moritz, poi avventura lungo il Sentiero dei Filosofi**

Partendo da **Muottas Muragl** ci si può avventurare lungo il **Sentiero dei filosofi**, un percorso escursionistico e contemplativo di circa sette chilometri sulle tracce dei grandi pensatori del passato, caratterizzato da dieci segnavia con frasi e citazioni di importanti filosofi. Sempre con partenza da Muottas Muragl, è possibile arrivare alla Capanna Segantini, dedicata al famoso pittore Giovanni Segantini, che accoglie ancora oggi i visitatori da tutto il mondo e da cui è possibile godersi l'incantevole vista sull'Engadina. A St. Moritz si può visitare anche il Museo Segantini dove è

esposto, tra le varie opere, l'imponente Trittico delle Alpi (La vita – La natura – La morte), da sempre la principale attrazione del museo.

Chiude questa breve panoramica delle attività invernali offerte da Carlton hotel, un'esperienza diversa dal solito: il Winter Canyoning (canyoning invernale). Gli istruttori della scuola di alpinismo di Pontresina introducono i partecipanti a questo sport adrenalinico, per poi partire subito per le gole dell'Engadina, arrampicandosi, facendo escursioni e planando sulle zipline davanti alle scenografiche cascate ghiacciate (senza mai bagnarsi!). Un'avventura entusiasmante della durata di circa tre ore che, come anche le altre attività proposte dal Carlton hotel di Saint Moritz, permette di entrare in contatto con luoghi naturali incontaminati dal fascino spettacolare.



## Nel Carlton Hotel St Moritz seduzione di lusso

Il Carlton Hotel St Moritz seduce tutti i sensi con un ambiente originale e colorato, delizie culinarie di alto livello e un'attenzione agli ospiti senza pari. Tutte le **60 camere** e suite del prestigioso hotel a **cinque stelle** del gruppo Tschuggen Collection offrono una splendida vista sul lago e sulle montagne dell'Alta Engadina. I due ristoranti – Romanoff e Da Vittorio St. Moritz (2 stelle Michelin e 18 punti GaultMillau) – servono le loro creazioni culinarie in un ambiente autentico e informale. Il Carlton Bar & Lobby invece – definito da Forbes tra i 45 migliori bar del mondo – invita

a rilassarsi sulla grande terrazza solarium, con una vista incantevole sul lago di St. Moritz.

## Vacanza olistica nei 1.200 metri quadrati della Spa del Carlton Hotel St Moritz

Con una superficie di **1.200 metri quadrati**, la spa del Carlton Hotel di St Moritz si sviluppa su tre piani. Offre piscina coperta, piscina all'aperto e una spaziosa area benessere con cabine per trattamenti individuali. È sempre a disposizione degli ospiti del Carlton Hotel di St. Moritz. l'Outdoor Butler, un maggiordomo dedicato a organizzare programmi personalizzati, basati sulle richieste e creatività degli ospiti. Ispirandosi all'affascinante paesaggio che circonda i suoi hotel, la Tschuggen Collection ha creato ***Moving Mountains***. Un programma per un'esperienza di vacanza olistica, composto dai cinque pilastri MOVE – PLAY – NOURISH – REST – GIVE, che mirano a rafforzare la vitalità, riscoprire la natura e celebrare la vita.



### INFORMAZIONI:

<https://www.myswitzerland.com/it-it/>

## ARTICOLI CORRELATI:

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/benessere-salute/terme-in-svizzera/>

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/luoghi-viaggi/svizzera-da-visitare-dai-musei-di-basilea-ai-parchi-di-berna/>