PREVENTION & HEALTH PROGRAMMES

WALDHOTEL
HEALTH & MEDICAL EXCELLENCE
LAKE LUCERNE

A WARM WELCOME
ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ

UPLIFTED – SUBLIME

Swiss hotel hospitality of exceptional quality, the most modern of medical concepts and extraordinary architecture combine in the Waldhotel Health & Medical Excellence to create a place of healing and relaxation. Designed by Matteo Thun, the façade of the terraced building has a sunny southern aspect and blends harmoniously into its natural surroundings.

THE LAKE LUCERNE REGION

Surrounded by lush meadows and green forests, the Waldhotel Health & Medical Excellence is located in the heart of Switzerland on the Bürgenberg, a peninsula surrounded by the crystal clear waters of Lake Lucerne, which has always been known as a magical power place. Within 30 minutes, you can reach the city of Lucerne with its picturesque old town and famous wooden bridges.

ВОЗВЕДЕННЫЙ НА ВЫСОТЕ

Традиционное швейцарское гостеприимство, широкий спектр инновационных медицинских услуг и шедевр современной архитектуры – все это Waldhotel Health & Medical Excellence, идеальное место для восстановления сил и здоровья. Построенное по проекту известного архитектора Маттео Туна, здание Waldhotel Health & Medical Excellence как бы осторожно спускается вниз по внутреннему склону горы Бюргеншток. Благодаря своей структуре террас, естественно утепленных плоских крыш с богатым озеленением и конструкций из местного камня, отель прекрасно вписывается в природный, культурный и исторический ландшафт

ОЗЕРО ЛЮЦЕРН

Окруженный пышными лугами и зелеными лесами, отель Waldhotel Health & Medical Excellence находится в самом сердце Швейцарии на горе Бюргенберг, на мысе, окруженном кристально чистыми водами озера Люцерн, издавна известном как место магической силы.
Всего за 30 минут вы можете добраться до Люцерна с его живописным старым городом и знаменитыми деревянными мостами.

View from the Waldhotel Health & Medical Excellence.
Вид из Waldhotel Health & Medical Excellence

HEALTH & MEDICAL EXCELLENCE AT THE WALDHOTEL
HEALTH & MEDICAL EXCELLENCE B WALDHOTEL

Our extensive range of health-promoting therapeutic services at the Waldhotel Health & Medical Excellence will leave you feeling revitalised and refreshed. Treat yourself to some time spent taking care of your health and well-being in a holistic way, to take life at a slower pace and to practise mindfulness. The Bürgenberg is a power place with a high rating on the Bovis scale, due to Lake Lucerne concentrating energy and reflecting it onto the peninsula. Feel the energy and how your everyday stress just melts away.

Anyone wanting to stay healthy over the long term should make sure to have sufficient rest, a balanced diet and an adequate level of exercise. These three principles will be your companions during your stay at the Waldhotel Health & Medical Excellence. The health of our guests is our absolute priority and we give it all our time and attention because good health is our most valuable asset. It is our goal that, after your stay with us, you will feel noticeably more relaxed and filled with renewed energy.

IN THE BEST HANDS

We take care of your well-being – holistically and professionally. There is always a doctor available at any time of the day or night. The experienced doctors and therapists at the Waldhotel Health & Medical Excellence take care of you with respect and empathy and tailor your treatment personally to you.

Широкий спектр оздоровительных терапевтических программ Waldhotel Health & Medical Excellence позволит вам отдохнуть и набраться сил. Позаботьтесь о своем здоровье и хорошем самочувствии, обретите осознанность, отдохните от суеты и хронической усталости. Бюргенберг - место с очень сильной природной энергетикой и высокими показателями по шкале Бовиса, основанной на «естественной земной энергии».
Озеро Люцерн концентрирует энергию и проецирует ее на берег. Почувствуйте, как эта энергия растворяет ваш накопленный стресс.

Для того, чтобы сохранить здоровье, требуется сбалансированное питание, адекватные физические упражнения и достаточный отдых. Эти три принципа станут вашими спутниками во время пребывания в Waldhotel Health & Medical Excellence. Здоровье гостей - абсолютный приоритет, которому мы уделяем все свое время и внимание, ведь это самый ценный актив современного человека. Наша цель, чтобы после пребывания у нас вы почувствовали себя отдохнувшими, полными сил и энергии.

В НАДЕЖНЫХ РУКАХ

Мы заботимся о вашем хорошем самочувствии и обретении нового качества жизни. В Waldhotel Health & Medical Excellence в вашем распоряжении круглосуточно будет квалифицированная многопрофильная команда врачей. Они предложат оздоровительные программы, составленные с учетом ваших личных потребностей.

AN OVERVIEW OF THE BROCHURE
СОДЕРЖАНИЕ

- Healthy by Nature & Waldhotel Spa / Здоровье от Природы и Waldhotel Spa
- Waldhotel Check-up and PRO-Programmes / Диагностика и PRO-программы
- Our Expertise / Наш опыт
- Health Resort Stay / Курортный отель
- Oasis of Tranquillity and Regeneration / Оазис спокойствия и преображения
- Mediterranean Culinary Delights / Средиземноморская кухня
- Sustainability / Рациональное использование экоресурсов
- In the heart of the Bürgenstock Resort / Сердце Bürgenstock Resort

HEALTHY BY NATURE
ЗДОРОВЬЕ ОТ ПРИРОДЫ

IN PERFECT HARMONY WITH OUR PROGRAMMES

Find and consolidate your balance – in perfect harmony with nature with our holistic 'Healthy by Nature' concept. Medicinal plants and herbs, such the blueberry and elderflower, have a positive effect on our organism. On the basis of this knowledge, we work with various natural active ingredients in order to support the goals of the Waldhotel programmes and treatments that you have selected.

В ГАРМОНИИ С Н АШИМИ ПРОГРАММАМИ

Концепция «Здоровье от Природы» поможет вам обрести и укрепить баланс вашего здоровья, молодости и красоты в полной гармонии с природой. Лекарственные растения и травы, такие как черника и бузина, оказывают положительное воздействие на наш организм. Мы работаем с натуральными активными ингредиентами, чтобы достичь целей выбранных вами программ и процедур.

WALDHOTEL SPA

Forget the stress of your everyday life. Submerge yourself in a new dimension of physical and mental well-being. The treatments, which are coordinated with the Healthy by Nature concept, use medicinal plants and herbs and are ideal for combining with the Waldhotel Check-up and the Waldhotel programmes. Be inspired by our ideas for your personal time out and discover regeneration and well-being the exclusive way.

The Waldhotel Spa offers a bright pool area with an indoor and outdoor pool and relaxing views of the Alps, a Salt Grotto and Kneipp pools, as well as relaxation areas inside and in the fresh air. In the Mixed and Ladies' Spas, you will find various saunas and a Hammam. The innovative range of spa products from Swiss line, SkinCeuticals, Detox Intense and Susanne Kaufmann combine both medical and cosmetic expertise.

WALDHOTEL SPA

Забудьте о стрессе, погрузитесь в новое измерение физического и душевного благополучия.
Концепция «Здоровье от Природы» использует лекарственные растения и травы, которые позволяют комбинировать результаты диагностики и наши оздоровительные PRO - программы. Насладитесь эксклюзивным отдыхом, откройте новое качество жизни, восстановите баланс здоровья и красоты. Вы по достоинству оцените спа-зону отеля Waldhotel с крытым и открытым бассейнами, с чудесным видом на Альпы, соляным гротом и дорожками Кнайпа, а также зонами отдыха внутри здания и на свежем воздухе. В общих спа зонах и спа зонах для женщин вы найдете различные виды саун и хаммам. Профессиональная инновационная спа-косметика швейцарских линий SkinCeuticals, Detox Intense и Susanne Kaufmann используется как в медицинской косметологии, так и для повседневного ухода.

WALDHOTEL CHECK-UP AND PRO-PROGRAMMES
WALDHOTEL CHECK-UP AND PRO-ПРОГРАММЫ

All the programmes* at the Waldhotel Health & Medical Excellence focus on prevention and regeneration. The treatments are organised in such a way as to leave plenty of time between individual appointments so that we can adapt to your individual wishes and needs.

THE PROGRAMMES

The Waldhotel Health & Medical Excellence programmes are divided into five different categories and last between three and fourteen nights. In each category, there are one to three PRO-programmes which are aimed at different requirements and needs.

In order to optimally tailor the PRO-programmes to your needs in the Diagnostics & Advanced Check-up, Mobility & Activity and Weight Management & Metabolism departments, we ask you to receive the Waldhotel Check-up first. During this comprehensive check-up, our doctors gain important information about the current state of your health which serves as the basis for further treatments, for example, with specialist doctors at the largest central hospital in Switzerland.

The programmes of the Body & Mind Balance and Beauty & Healthy Ageing departments focus upon increasing your sense of well-being and can be booked without a Waldhotel Check-up beforehand.

If you would like to expand the individual programmes further, we will be happy to advise you about supplementary treatments – our so-called 'Excellence' services.

* The programmes can be booked from the age of 18 and are based upon the individual health plans and availability of the therapists.

Все программы* Waldhotel Health & Medical Excellence направлены на профилактику заболеваний и восстановление организма. Расписание процедур составлено таким образом, чтобы между приемами у врачей у вас было время на досуг, который вы можете провести в соответствии со своими предпочтениями и потребностями.

ПРОГРАММЫ

Программы Waldhotel Health & Medical Excellence подразделяются на пять различных категорий и длятся от трех до четырнадцати дней. В каждой категории есть от одной до трех PRO-программ, которые составлены таким образом, чтобы удовлетворить различные требования и потребности.

Для того, чтобы лучше адаптировать для вас PRO-программы «Diagnostics and advanced check-up», «Mobility & Activity», «Weight Management & Metabolism», мы просим вас пройти медицинское обследование у наших специалистов. В результате всестороннего медицинского обследования наши врачи получат важную информацию о текущем состоянии вашего здоровья и назначат соответствующие процедуры. Например, мы можем при необходимости направить вас к специалистам крупнейшей в Швейцарии центральной больницы.

Программы «Body & Mind Balance», «Beauty & Healthy Ageing» направлены на то, чтобы вы обрели хорошее самочувствие. Эти программы не требуют предварительного прохождения Waldhotel Check-Up.

Если вы захотите расширить спектр услуг индивидуальных программ, мы с удовольствием предложим вам дополнительные процедуры – наши услуги класса Excellence.

* Программы доступны гостям в возрасте от 18 лет. Они разрабатываются на основе индивидуального расписания процедур и графика работы терапевтов.

3 NIGHTS / НОЧИ
WALDHOTEL CHECK-UP

4 NIGHTS / НОЧИ
DIAGNOSTICS & ADVANCED CHECK-UP
Cardio Check PRO

4 NIGHTS / НОЧИ
MOBILITY & ACTIVITY
Mobility PRO | Activity PRO

7 | 14 NIGHTS / НОЧИ
WEIGHT MANAGEMENT & METABOLISM
Detox PRO | Weight Loss PRO

3 NIGHTS / НОЧИ
BODY & MIND BALANCE
Mindfulness PRO

3 NIGHTS / НОЧИ
BEAUTY & HEALTHY AGEING
Delight PRO | Bodyforming PRO | Rejuvenation PRO

WALDHOTEL CHECK-UP
WALDHOTEL CHECK-UP

3 NIGHTS / НОЧИ

The Waldhotel Check-Up is suitable for adults of any age who would like a personalised consultation and evaluation in order to maintain or improve their health.

The comprehensive check-up is the basis for any further examinations and treatments to support the maintenance of your health and well-being, but it can also be booked separately when you stay for three nights.

Программа медицинской диагностики в отеле Waldhotel подходит взрослым любого возраста, которым нужно медицинское обследование и заключение врача для поддержания или улучшения своего здоровья. Комплексное обследование является основой для любых дальнейших осмотров и процедур для поддержания вашего здоровья и хорошего самочувствия. Также можно записаться на отдельные виды обследования, если вы останавливаетесь в отеле на три ночи.

WALDHOTEL CHECK-UP

Medical services:
- in-depth admission consultation
- thorough physical examination
- skin screening by a dermatologist
- concluding consultation to discuss results

Diagnostic Procedures and Laboratory Analysis:
- comprehensive laboratory tests
- resting and stress ECG, heart rate variability test
- pulmonary function test
- abdominal ultrasound
- biometry and determination of body composition using DEXA
- analysis of mobility, stability and fitness by a physiotherapist (FMS©)
- measurement of energy metabolism (indirect calorimetry)

WALDHOTEL CHECK-UP

Медицинские услуги:
- первичная консультация
- детальное медицинское обследование
- обследование кожи у дерматолога
- заключительная консультация для обсуждения результатов

Диагностика и лабораторные анализы:
- комплексные лабораторные анализы
- ЭКГ в состоянии покоя и стресса, тест вариабельности сердечного ритма
- тест легочной функции
- УЗИ брюшной полости
- биометрия и определение состава тела с использованием DEXA
- анализ подвижности, стабильности и физической формы физиотерапевтом (FMS ©)
- измерение энергетического обмена (непрямая калориметрия).

At the end of the Waldhotel Check-Up, your results are being discussed with your doctor during an in-depth final consultation and you will receive a health dossier with specific recommendations to take home with you.

In combination with the Waldhotel Check-Up, you can book further PRO-programmes from the Diagnostics & Advanced Check-up, Mobility & Activity or Weight Management & Metabolism departments.

Во время подробной заключительной консультации вы обсудите результаты с вашим врачом и получите медицинское заключение с конкретными рекомендациями, которые можете использовать в будущем. Вместе с медицинским обследованием в вы можете заказать дополнительные PRO-программы: «Diagnostics and advanced check-up», «Mobility & Activity» или «Weight Management & Metabolism».

DIAGNOSTICS & ADVANCED CHECK-UP
DIAGNOSTICS & ADVANCED CHECK-UP

4 NIGHTS / НОЧИ

Based on the results of the Waldhotel Check-Up, you can book a programme of in-depth cardiac diagnostic tests which is tailored to the needs of middle-aged people with high levels of professional or personal stress in their everyday lives. The heart is the organ that is central to our existence and, with the right preventative care, it allows us to our live our lives feeling carefree and untroubled.

CARDIO CHECK PRO

A focus on the heart and circulation
The stress and hectic pace of our everyday lives can have a negative impact on our health. The prevention of cardiovascular disease is the focus of the Cardio Check PRO at our centre. In addition to the standard examination of the heart during the Waldhotel Check-Up, further cardiac diagnostic tests are performed.

- consultation with a cardiologist
- specific laboratory tests
- resting and stress ECG performed by the cardiologist
- 24 hour ECG
- an echocardiogram and ultrasound of the heart in order to evaluate heart anatomy and function, as well as the blood volume and flow rate in the arteries (carotid duplex scan)

WALDHOTEL CHECK-UP + CARDIO CHECK PRO

В соответствии с результатами медицинского обследования вы можете заказать программу расширенной кардио диагностики, составленную для людей среднего возраста с высоким уровнем профессионального или личного стресса в повседневной жизни. Сердце - самый важный орган нашего тела, и правильный профилактический уход за ним позволяет нам жить без забот.

CARDIO CHECK PRO

Программа направлена на обследование сердца и системы кровообращения. Стресс и неспокойный ритм повседневной жизни могут негативно сказаться на нашем здоровье. Профилактика сердечно-сосудистых заболеваний – главная задача программы кардио обследования нашего центра. В дополнение к стандартному обследованию сердца предлагаются дополнительная кардио диагностика и консультации:

- консультация кардиолога
- специальные лабораторные анализы
- ЭКГ в состоянии покоя и нагрузки
- ЭКГ 24 часа
- эхокардиограмма и УЗИ сердца для оценки анатомии и функции сердца, а также определения объема крови и скорости кровотока в артериях (каротидное дуплексное сканирование).

WALDHOTEL CHECK-UP + CARDIO CHECK PRO

MOBILITÄT & AKTIVITÄT
MOBILITY & ACTIVITY

4 NIGHTS / НОЧИ

Mobility and activity have a great influence on our quality of life, and that is true at any age. Rely on our modern infrastructure, our specialists and the power of nature for your preventative medicine. Feel the positive development of your body awareness and body consciousness.

To supplement the Waldhotel Check-Up, you can choose from two additional PRO-programmes or individual services à la carte. The programmes are specially designed to suit your individual needs.

Подвижность и физическая активность оказывают большое влияние на качество нашей жизни в любом возрасте. Положитесь на нашу современную инфраструктуру, специалистов и силу природы, которые помогут вам в профилактике. Почувствуйте позитивное развитие осознанности вашего тела.

Дополнительно к Waldhotel Check-Up вы можете выбрать одну из двух дополнительных PRO-программ или отдельных услуг из предлагаемого списка. Эти программы разработаны специально для удовлетворения ваших индивидуальных потребностей.

MOBILITY PRO

Mobile and sprightly to an advanced age
Stay mobile and flexible – the key to lasting well-being. Ageing joints and muscles require appropriate, individually tailored exercise.

- medical history of your musculoskeletal system taken by the doctor
- 1 x exercise plan consultation
- 2 x 50 minute training sessions with your personal trainer
- 1 x 60 minutes of nutritional advice
- 1 x 25 minute medical massage
- 2 x 25 minute wrap treatments
- 30 day supply of Microcare individually tailored micronutrient blend

WALDHOTEL CHECK-UP + MOBILITY PRO

MOBILITY PRO

Подвижность и бодрость до преклонного возраста - залог хорошего самочувствия в течение долгого времени.
Старение суставов и мышц требует соответствующих индивидуальных упражнений.

- прием у врача, который составит медицинскую историю вашей костно-мышечной системы
- 1 консультация у врача для составления плана физических упражнений
- 2 занятия (50 мин) с персональным тренером
- 1 консультация по питанию (60 мин)
- 1 лечебный массаж (25 мин)
- 2 сеанса обертывания (25 мин)
- 30-дневный индивидуально подобранный витаминный комплекс Microcare.

WALDHOTEL CHECK-UP + ILITY PRO

ACTIVITY PRO

Active and sporty
You like to be physically active and do a lot of sports. After the Waldhotel Check-Up, we will help you to optimise and maximise your flexibility, muscular strength and fitness level. Exercise, nutrition and relaxation result in a balanced, harmonious package.

- consultation with a sports physician
- analysis of cardiac, pulmonary and circulatory performance (spiroergometry)
- 2 x 50 minute training sessions with your personal trainer
- 1 x fasted training to stimulate the metabolism
- 2 x cryotherapy sessions in the 'icelab' at -110°C to increase endurance
- 1 x 60 minute nutritional advice session for athletes
- 30 day supply of Microcare individually tailored micronutrient blend
- 1 x 50 minute Regeneration Massage
- 2 x 25 minute wrap treatments

WALDHOTEL CHECK-UP + ACTIVITY PRO

ACTIVITY PRO

Активный и спортивный

Вам понравится быть активным и заниматься спортом. После проведения медицинского обследования мы поможем вам оптимизировать и максимально повысить гибкость тела, мышечную силу и уровень физической подготовки. Физические упражнения, питание и отдых обеспечат вам баланс здоровья и хорошего самочувствия.

- консультация спортивного врача
- анализ показателей сердечной, легочной и сердечно-сосудистой системы (спироэргометрия)
- 2 тренировки (50 мин) с вашим персональным тренером
- 1 тренировка натощак для стимуляции обмена веществ
- 2 сеанса криотерапии в крио камере при - 110 ° C для повышения выносливости
- 1 консультация (60 мин) по питанию для спортсменов
- 1 регенерирующий массаж (50 мин)
- 2 процедуры обертывания (25 мин)
- 30-дневный индивидуально подобранный витаминный комплекс Microcare.

WALDHOTEL CHECK-UP + ITY PRO

OUTDOOR ACTIVITIES IN NATURE

The varied range of leisure and sports activities at the Bürgenstock Resort supports your goals. Whether you decide to go off walking the many hiking trails that start right at the doors of the hotel, or swing up into the saddle of a bicycle or really push yourself playing golf or tennis, it depends entirely on your own personal preferences.

АКТИВНЫЙ ОТДЫХ НА ПРИРОДЕ

Одной из наших целей является предоставление разнообразных возможностей для отдыха и занятий спортом в Bürgenstock Resort. Захотите ли вы прогуляться по многочисленным туристическим тропам, которые начинаются прямо у дверей отеля, или проехаться на велосипеде, или поиграть в гольф или теннис – зависит от ваших личных предпочтений.

WEIGHT MANAGEMENT & METABOLISM
WEIGHT MANAGEMENT & METABOLISM

7 / 14 NIGHTS / НОЧИ

Exercise, nutrition and sleep are the keys to a healthy metabolism. Regular detox programmes increase your sense of well-being. Our integrated concept covers these areas including personalised diets, and can even include a consultation regarding bariatric surgery, if required.

During your stay, eat in accordance with the nutritional concept of 'Bürgenstock Colour Cuisine' (BCC). Every food has a different coloured dot according to the nutrients it contains. This simple system helps you to adapt your diet to your individual needs with an ideal combination of the six coloured dots. You can find out more about this in the chapter on 'Nutritional Advice' further on in this brochure.

Физические упражнения, здоровое питание и сон являются залогом хорошего обмена веществ. Регулярные программы детокса улучшают самочувствие. Наша интегрированная концепция учитывает все эти аспекты, и включает индивидуальную диету. В случае необходимости мы можем дать консультацию по поводу бариатрической хирургии.
Во время вашего пребывания Вам предложат питаться в соответствии с концепцией диетического цветного питания Bürgenstock Color Cuisine (BCC). Каждый продукт имеет свой цвет в зависимости от питательных веществ, которые он содержит. Эта простая система поможет вам адаптировать рацион к вашим индивидуальным потребностям. Более подробная информация об этой системе изложена в главе «Рекомендации по питанию».

DETOX PRO – 7 NIGHTS

Without harmful substances
A healthy lifestyle and regular, targeted cleansing of the body help to increase your sense of well-being. The complete detox programme frees the organism of damaging environmental stressors and toxins. Feel happy, satisfied and re-energised.

Medical services:
- follow-up consultation
- natural colon cleanse with figs
- 1 x biotherapy to release and expel toxins

Nutrition:
- nutritional advice and joint preparation of your diet plan, follow-up and final consultation
- 1 x cookery session with your dietician in the 'cooking lab'
- 1 day of fasting, otherwise full board in accordance with Bürgenstock Colour Cuisine and your personal diet plan
- 30 day supply of the Microcare micronutrient blend
- detox teas

Exercise and relaxation:
- 3 x 50 minute exercise sessions with your personal trainer
- 2 x fasted training sessions
- 3 x cryotherapy sessions in the 'icelab' at -110°C
- 3 x 25 minute wrap treatments
- 1 x 90 minute Active Circulation Signature Treatment
- 1 x 30 minute Coffee Peel

DETOX PRO – 7 НОЧЕЙ

Без вредных веществ здоровый образ жизни и регулярное целенаправленное очищение организма способствуют улучшению самочувствия. Полная программа детокса освобождает организм от вредных факторов окружающей среды и токсинов. Вы почувствуете себя счастливыми, довольными и полными энергии.

Медицинские услуги:
- консультация
- естественное очищение кишечника с помощью инжира
- 1 сеанс биотерапии для удаления токсинов

Диетическое питание:
- консультации по диетическому питанию и совместная подготовка плана диеты, последующее наблюдение и заключительная консультация
- 1 кулинарный мастер класс с диетологом в кулинарной лаборатории
- 1 день лечебного голодания, или полный пансион в соответствии с системой диетического цветного питания Bürgenstock Color Cuisine и вашим персональным планом диетического питания
- 30-дневный индивидуально подобранный витаминный комплекс Microcare.
- детокс-чаи.

Физические упражнения и релаксация:
- 3 тренировки (50 мин) с вашим персональным тренером
- 2 тренировки на голодный желудок
- 3 сеанса криотерапии в крио камере при температуре -110 ° C
- 3 процедуры обертывания (25 мин)
- 1 авторская процедура Active Circulation Signature Treatment (90 мин)
- 1 сеанс кофейного пилинга (30 мин)

WEIGHT LOSS PRO – 7 OR 14 NIGHTS

Achieve your ideal weight with us
Discover the uniqueness of your body, your metabolism and your eating and exercise habits. Together with you, we will find the right way to achieve your ideal weight for enhanced contentment and self-confidence.

Medical services:
- follow-up consultation during your stay

Nutrition:
- in-depth nutritional advice and joint preparation of your diet plan, follow-up and final consultation
- 2 x experiences of healthy gourmet cuisine in the 'cooking lab'
- full board in accordance with Bürgenstock Colour Cuisine and your personal diet plan
- 30 day supply of Microcare individually tailored micronutrient blend
- metabolism boosting teas

Exercise and relaxation:
- 7 x training sessions with your personal trainer
- 2 x fasted training sessions to stimulate the metabolism
- 2 x 50 minute massage to strengthen connective tissue or icoone treatment
- 2 x 30 minute Vital Dome, the individual infrared sauna
- 3 x 25 minute wrap treatments
- 5 x cryotherapy sessions in the 'icelab' at -110 °C

The minimum stay is seven nights. In order to achieve initial results, we recommend that you book for at least two weeks. After two weeks, your body composition is analysed in order to identify your first successes.

WALDHOTEL CHECK-UP + WEIGHT LOSS PRO

WEIGHT LOSS PRO – 7 |14 НОЧЕЙ

Достигните идеального веса.
Откройте уникальность вашего тела, обмена веществ, пищевых привычек и физических упражнений. Вместе мы найдем верный путь к достижению вашего идеального веса и уверенности в себе.

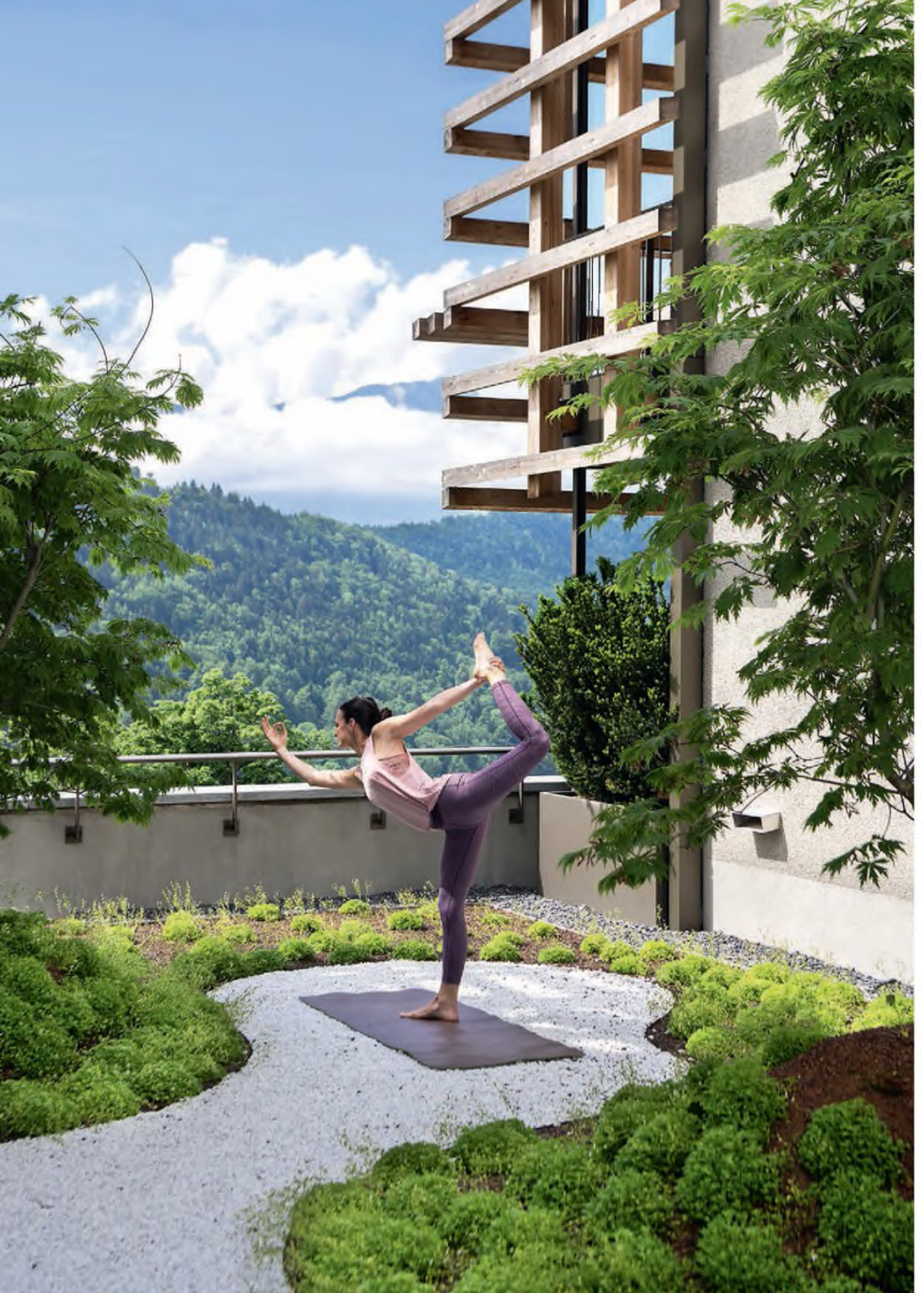
Медицинские услуги:
- консультация во время вашего пребывания в отеле

Диетическое питание:
- подробные рекомендации по диетическому питанию и составление плана диеты, последующее наблюдение и заключительная консультация
- 2 кулинарных мастер класса по приготовлению блюд здоровой кухни для гурманов в «кулинарной лаборатории»
- полный пансион в соответствии с концепцией диетического цветного питания Bürgenstock Color Cuisine и вашим персональным планом диетического питания
- 30-дневный индивидуально подобранный витаминный комплекс Microcare
- чаи, улучшающие обмен веществ

Физические упражнения и релаксация:
- 7 тренировок с вашим персональным тренером
- 2 тренировки на голодный желудок для стимуляции обмена веществ
- 2 массажа (по 50 мин) для укрепления соединительной ткани или процедура icoone
- 2 сеанса (по 30 мин) пребывания в Vital Dome, индивидуальной инфракрасной сауне - 3 процедуры обертывания (по 25 мин)
- 5 сеансов криотерапии в крио камере при температуре -110 ° C.

Минимальный срок проживания в отеле составляет семь ночей. Для достижения первых результатов мы рекомендуем бронировать не менее двух недель. Через две недели мы проанализируем состав вашего тела, чтобы определить ваши успехи.

WALDHOTEL CHECK-UP + WEIGHT LOSS PRO



BODY & MIND BALANCE
BODY & MIND BALANCE

3 NIGHTS / НОЧИ

In addition to physical health, psychological well-being is the second important factor that affects your quality of life. Bring your body, mind and spirit into balance and benefit from nature and the energy that is radiated by the Bürgenberg. Enjoy your time outdoors in the monumental mountain landscape and in the light-bathed Waldhotel Spa. In our oasis of tranquillity, we will help you find the right balance and the deepest relaxation.

The Body & Mind Balance programme can be booked without a Waldhotel Check-Up beforehand.

Помимо физического здоровья, психологическое благополучие является вторым важным фактором, влияющим на качество вашей жизни. Приведите свои тело, душу и разум в равновесие и воспользуйтесь преимуществами, которые дарит вам природа и энергия, излучаемая Бюргенбергом. Насладитесь отдыхом на свежем воздухе среди живописных горных пейзажей и в пронизанной светом спа-зоне Waldhotel. Наш оазис покоя поможет вам обрести баланс и полностью расслабиться.

Программу «Body & Mind Balance» можно забронировать без прохождения Waldhotel Check-Up.

MINDFULNESS PRO

Time for mindfulness
Our hectic everyday lives leave little time for turning inwards for contemplation. We offer you the unique opportunity to rediscover precisely this mindfulness and also support you in processing formative and traumatic experiences.

- consultation with your coach (psychologist)
- 1 x 30 minute mindfulness practice
- 2 x 30 minute relaxation exercise sessions
- 2 x 50 minute training sessions with your personal trainer
- 2 x 50 minute yoga sessions for inner and outer harmony
- 3 x cryotherapy sessions in the 'icelab' at -110 °C to stimulate the circulation
- 2 x 25 minute acupuncture for muscle relaxation
- 1 x 90 minute De-Stress Massage
- 1 x 50 minute Regeneration Massage
- 1 x 25 minute Vital Massage
- 1 x 60 minute nutritional advice session

MINDFULNESS PRO

MINDFULNESS PRO

Время для осознанности.
Наши неспокойные будни не оставляют времени для того, чтобы заглянуть внутрь себя и настроиться на самосозерцание. Мы предлагаем вам использовать уникальную возможность открытия для себя процесса осознанности и поможем вам справиться с полученными когда-то негативными переживаниями.

- консультация с психологом
- 1 занятие (30 мин) для тренировки осознанности
- 2 сеанса релаксации (30 мин)
- 2 тренировки с личным тренером (50 мин)
- 2 занятия йогой (50 мин) для обретения внутренней и внешней гармонии - 3 сеанса криотерапии в крио камере при температуре -110 ° C для стимуляции кровообращения
- 2 сеанса иглоукалывания (25 мин) для расслабления мышц
- 1 массаж для снятия стресса (90 мин)
- 1 регенерирующий массаж (50 мин)
- 1 массаж Vital Massage (25 мин)
- 1 консультация по диетическому питанию (60 мин)

MINDFULNESS PRO

BEAUTY & HEALTHY AGEING
BEAUTY & HEALTHY AGEING

3 NIGHTS / НОЧИ

Combine a healthy lifestyle with beauty and vitality. Discover the ultimate in wellness, thanks to our 'Healthy by Nature' concept at the Waldhotel Spa. Be inspired by our programmes for your personal time out. In addition to the treatments with refreshing blueberries, which are proven to support your Beauty PRO-programme, the other medicinal plants and herbs used have a positive impact on your entire organism.

Beauty & Healthy Ageing programmes can be booked without a Waldhotel Check-Up beforehand.

Сочетайте здоровый образ жизни с красотой и жизненной силой. Обретите отличное самочувствие благодаря нашей концепции «Здоровье от Природы» в спа-зоне Waldhotel. Вы наверняка оцените наши программы свободного времени. В дополнение к процедурам с освежающей черникой, которая, как было доказано, незаменима для вашей программы Beauty PRO, другие используемые лекарственные растения и травы также окажут положительное и омолаживающее воздействие на весь ваш организм.

DELIGHT PRO

Let yourself be pampered
During your indulgent stay at the Waldhotel Health & Medical Excellence, you will experience various treatments that will bring out your natural beauty and vitality and enhance it.

- Skin Scope facial analysis with the specialist beautician
- 1 x 30 minute elderflower and sea salt body peel; it has a detoxifying effect and strengthens the immune system
- 1 x 75 minute Swiss Brightening Facial from Swiss line gives your complexion a fresher, more radiant appearance
- 1 x 90 minute Detox Manicure with nail polish and 1x 75 minute Detox Pedicure with nail polish by Susanne Kaufmann
- 2 x cryotherapy sessions in the 'icelab' at -110°C to stimulate the circulation

DELIGHT PRO

DELIGHT PRO

Побалуйте себя во время пребывания в отеле Waldhotel Health & Medical Excellence. Попробуйте различные процедуры, которые подчеркнут вашу естественную красоту, омолодят и преобразят вас.

- Анализ кожи лица спецналистом-косметологом
- 1 процедура пилинга тела из бузины и морской соли (30 мин); пилинг обладает эффектом детокса и укрепляет иммунную систему
- 1 процедура (75 мин) с использованием состава Swiss Brighening Facial от Swiss Line придаст вашему лицу более свежий и сияющий вид
- 1 процедура детокс маникюра (90 мин) с нанесением лака для ногтей и 1 процедура детокс педикюра детокс (75 минут) с нанесением лака для ногтей по методу Сюзан Кауфманн -
- 2 сеанса криотерапии в крио камере при температуре -110 ° С для стимуляции кровообра-щения.

DELIGHT PRO

BODYFORMING PRO

For firmer, smoother skin
The skin, the largest organ of the human body, plays a central role in our sense of well-being. In this programme, we have combined various treatments especially for you to support the regeneration of your skin and to leave it looking fresh, vital and healthy.

- 1 x 60 minute Shape It Up gentle coffee peel with massage treatment
- 1 x 90 minute Body Tone body wrap by SkinCeuticals
- 1 x 60 minute icoone body forming treatment with tissue tightening for firmer, smoother, more radiant skin, or a connective tissue massage
- 2 x cryotherapy sessions in the 'icelab' at -110°C to stimulate the circulation

BODYFORMING PRO

BODYFORMING PRO

Для более упругой и гладкой кожи.
Кожа, которая является самым большим органом человеческого тела, играет главную роль в ощущении хорошего самочувствия. В этой программе мы объединили различные процедуры, которые помогут вашей коже восстановиться и придадут ей свежнй и здоровый вид.

- 1 сеанс легкого кофейного пилинга с массажем (60 мин)
- 1 процедура обертывания с использованием состава Body Tone линии SkinCeuticals (90 мин)
- 1 процедура формирования контуров тела Icoone для стягивания кожи с целью обретения более упругой, гладкой, сияющей кожи, или массаж соединительной ткани (60 мин)
- 2 сеанса криотерапии в крио камере при температуре -110 ° С для стимуляции кровообращения.

BODYFORMING PRO

REJUVENATION PRO

For enduringly youthful looking skin
Keep your fresh and attractive appearance for as long as possible with the help of the preventative, anti-ageing treatments of the Rejuvenation PRO-programme. Thanks to the progress in aesthetic medicine, you can counteract the reduced skin elasticity and sagging tissue that result from the passage of time and the natural ageing process.

- 1 x 45 minute Rejuvenation Wrap by Susanne Kaufmann, firming foil pack with anti-ageing body serum
- 1 x 60 minute Deluxe Antioxidant Revitalising Treatment by SkinCeuticals for radiant, healthy skin
- 1 x 45 minute highly effective, yet gentle, skin firming using radiofrequency therapy
- 1 x 50 minute icoone anti-ageing treatment for a significant reduction of deeper lines and laugh lines

REJUVENATION PRO

MORE BEAUTY & HEALTHY AGEING

Let our team advise you about our other personalised treatments.

REJUVENATION PRO

Для поддержания молодости кожи
Сохраните свежесть и привлекательную внешность как можно дольше с помощью профилактических, омолаживающих, анти-возрастных процедур программы REJUVENATION PRO. Благодаря прогрессу в эстетической медицине вы можете противодействовать процессу снижения эластичности и упругости кожи, который происходит со временем по мере возрастных изменений.

- 1 процедура (45 мин) омолаживающего обертывания по методу Сюзан Кауфманн, укрепляющее обертывание с антивозрастной сывороткой для тела
- 1 восстанавливающая процедур (60 мин) Deluxe с антиоксидантом SkinCeuticals для сияющей, здоровой кожи
- 1 радиочастотная высокоэффективная, но мягкая, укрепляющая кожу процедура (45 мин)
- 1 anti-age процедура Icoone (50 мин) для значительного сокращения глубоких мимических морщин.

REJUVENATION PRO

MORE BEAUTY & HEALTHY AGEING

Наши специалисты предоставят вам информацию о наших индивидуальных процедурах.

Waldhotel Deluxe Suite with large balcony and mountain view.
Waldhotel Deluxe Suite с большим балконом и видом на горы

OUR EXPERTISE
НАШ ОПЫТ

Your health is our concern – holistically and professionally. We foster direct relationships with people who all have their own unique biographies, their special needs, and their own understanding of health, disease and treatment.

Our services comprise the following medical specialities:
- Internal Medicine
- Cardiology and Sports Medicine
- Orthopaedics
- Diagnostics & Laboratory Analysis
- Dermatology
- Dentistry
- Psychosomatic Medicine with Art and Creative Therapy
- Nutritional advice and 'cooking lab'
- Weight Management and metabolism
- Treatment & Fitness, Medical Massage
- Cryotherapy in the 'icelab' at -110°C

Ваше здоровье - наша забота. Нашими клиентами являются люди с разной биографией, индивидуальными потребностями, своим представлением о здоровье, болезнях и методах их лечения.

Мы предоставляем услуги по следующим медицинским направлениям:
- Заболевания внутренних органов
- Кардиология и спортивная медицина
- Ортопедия
- Диагностика и лабораторные анализы
- Дерматология
- Стоматология
- Психосоматическая медицина и арт-терапия
- Консультации по диетическому питанию и «кулинарная лаборатория»
- Контроль веса и метаболизм
- Лечебные процедуры и фитнес, лечебный массаж
- Криотерапия в крио камере при температуре -110 ° С.

A STRONG PARTNERSHIP

To complement the diverse offering of the Waldhotel Health & Medical Excellence, the Bürgenstock Resort has a strong partner at its side in Central Switzerland's health care system. Thanks to close cooperation with the hospitals of the Lucerne/Nidwalden (LUNIS) hospital district, specialists in a range of medical disciplines are available regularly at the Waldhotel Health & Medical Excellence for specialist consultations in the context of 'Preferred Partnerships'.

This collaboration with the hospitals guarantees direct access to specialised diagnostics, when needed, and to a range of specialist doctors as well as further services that go beyond the range offered at the Waldhotel Health & Medical Excellence.

Services at our medical partners:
- Gynaecology
- Urology
- Gastroenterology
- Bariatric Surgery
- Heart and Vascular Surgery
- Spinal and Brain Surgery
- Dialysis Treatment

ПАРТНЕРСКИЕ ОТНОШЕНИЯ

В целях расширения списка разнообразных предложений отеля Waldhotel Health & Medical Excellence, курорт Bürgenstock Resort поддерживает партнерские отношения с системой здравоохранения Швейцарии. Благодаря тесному сотрудничеству с больницами в округе Люцерн /Нидвальден (LUNIS) специалисты различных направлений медицины регулярно проводят приемы в Waldhotel Health & Medical Excellence в соответствии с национальной партнерской программой.
Это сотрудничество с ведущими клиниками дает возможность проводить при необходимости специальную диагностику, приглашать для проведения консультаций врачей различных профилей, а также оказывать дополнительные услуги, не входящие в перечень услуг, предлагаемых отелем.

Наши медицинские партнеры предоставляют услуги по следующим направлениям:
- Гинекология
- Урология
- Гастроэнтерология
- Бариатрическая хирургия
- Хирургия сердца и сосудов
- Хирургия позвоночника и нейрохирургия
- Лечение методом диализа.

ADDITIONAL SERVICES

The services offered in the various specialities can be combined with the Waldhotel Check-Up and the Waldhotel PRO-programmes or booked as separate services.

For more information and bookings, please contact our medical centre. You will find all our contact details on the back of this brochure.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ УСЛУГИ

Услуги, предлагаемые по различным направлениям, могут сочетаться с программами медицинского обследования Waldhotel и программами профессиональных медицинских услуг, оказываемых в отеле. Их можно заказывать отдельно.
За дополнительной информацией и для записи на услуги, пожалуйста, свяжитесь с нашим медицинским центром. Вы найдете наши контактные данные на обратной стороне этой брошюры.

INTERNAL MEDICINE
ЛЕЧЕНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ВНУТРЕННИХ ОРГАНОВ

The examinations at the medical centre are for the treatment of acute illnesses, but can also form part of a check-up.

As general practitioners and specialists, our doctors cover every area of Internal Medicine.

Assessments are made for the prevention, treatment, rehabilitation and after-care of health problems and illnesses with the focus not only on the internal organs – the lungs, liver, stomac, intestine, heart, blood vessels, brain and kidneys – but also the joints and muscles.

Диагностика в медицинском центре проводится для лечения острых заболеваний, но также может быть частью общего медицинского обследования.
Наши врачи общей практики и узкие специалисты охватывают все области лечения заболеваний внутренних органов.
Обследования проводятся для профилактики, лечения, реабилитации и последующего ухода в связи с проблемами со здоровьем и болезнями не только внутренних органов - легких, печени, желудка, кишечника, сердца, кровеносных сосудов, мозга и почек - но также суставов и мышц.

CARDIOLOGY AND SPORTS MEDICINE
КАРДИОЛОГИЯ И СПОРТИВНАЯ МЕДИЦИНА

An experienced team is available for questions and assessments, both for those who already suffer from cardiovascular disease and those seeking prevention. Our services extend from the cardiology stress test to heart and blood vessel imaging tests. The Waldhotel Health & Medical Excellence also offers consultations in sports medicine and performance diagnostics.

Here is a selection of our range of treatments:
- Ergometry and Spiroergometry
- Echocardiogram (ultrasound of the heart)
- Dynamic Stress Echocardiogram
- Pacemaker and defibrillator (ICD) monitoring
- 24 hour blood pressure measurements
- Holter monitoring
- Ultrasound examination of the carotid arteries (carotid duplex examination)
- Cardiac catheter examination at a partner institute

Опытные врачи нашего отеля ответят на вопросы и проведут обследование как тех, кто уже страдает сердечно-сосудистыми заболеваниями, так и тех, кто хочет провести профилактику. Диапазон наших услуг широк: от кардиологического стресс-теста до получения изображений сердца и кровеносных сосудов. Waldhotel Health & Medical Excellence также проводит консультации в области спортивной медицины и функциональной диагностики.

Вот несколько вариантов лечения:
- Эргометрия и Спироэргометрия
- Эхокардиограмма (УЗИ сердца)
- Эхокардиограмма с динамическим стрессом
- Мониторинг кардиостимулятора и дефибриллятора
- 24-часовое измерение артериального давления
- Холтер -мониторинг
- Ультразвуковое исследование сонных артерий (каротидное дуплексное обследование)
- Катетеризация сердца в партнерской клинике

ORTHOPAEDIC MEDICINE AND RHEUMATOLOGY
ОРТОПЕДИЯ И РЕВМАТОЛОГИЯ

Our services concentrate on non-invasive orthopaedic medicine focussing on the musculoskeletal system and the holistic interrelationship of the various parts of the body. Operative procedures are performed in the institutions of our 'Preferred Partners'.

Our specialities lie in the treatment of:
- postoperative afflictions
- chronic spinal pain syndromes
- spinal disc problems
- muscle weakness and training
- degenerative and inflammatory joint conditions

Наши услуги основаны на методах неинвазивной ортопедической медицины, на методах лечения костно-мышечной системы и на концепции целостной взаимосвязи различных частей тела. Процедуры оперативного вмешательства выполняются в учреждениях наших партнерских клиник.

Мы специализируемся на лечении:
- послеоперационных осложнений
- синдромов хронических болей в позвоночнике
- проблем с позвоночными дисками
- мышечной слабости
- дегенеративных и воспалительных заболеваний суставов.

DIAGNOSTICS & LABORATORY ANALYSIS
ДИАГНОСТИКА И ЛАБОРАТОРНЫЕ АНАЛИЗЫ

Practice Laboratory
There is a modern practice laboratory at the Waldhotel Health & Medical Excellence available for thorough examinations and analyses. Hence, examinations can be tailored individually to your needs and carried out in the shortest possible time.

Based on the various Waldhotel Health & Medical Excellence programmes, specific lab examinations have been compiled which are in line with the latest medical knowledge and evidence.

State-of-the-Art Diagnostics
The right diagnosis is the precondition for every successful treatment. Various radiological procedures are available as important tools. Thanks to the enormous advances in medical technology and imaging, various impairments to your health can now be detected at an early stage.

The most important diagnostic procedures at the Waldhotel Health & Medical Excellence are:
- pulmonary function test and whole-body plethysmography (large pulmonary function test) as a screening procedure for pulmonary disease
- resting and stress ECG
- DEXA bone density measurement, an important screening tool for the early detection of osteoporosis
- biometry and the determination of the muscle-fat-bone-body composition using DEXA

Лаборатория
В Waldhotel Health & Medical Excellence есть современная лаборатория для тщательного обследования и анализов, поэтому мы можем провести все необходимые вам исследования в кратчайшие сроки.

В соответствии с различными программами отеля был составлен конкретный список лабораторных анализов, которые мы рекомендуем пройти по медицинским показаниям.

Современная диагностика
Правильный диагноз является непременным условием успешного лечения. Важным средством для достижения этого являются различные радиологические процедуры. Благодаря большим достижениям в области медицинских технологий и изготовления разного рода снимков можно обнаружить различные нарушения в функциях организма на ранних стадиях их развития.

Наиболее важными диагностическими процедурами в Waldhotel Health & Medical Excellence являются:
- проверка функции легких и плетизмография всего тела в виде процедуры скрининга заболевания легких
- ЭКГ в состоянии покоя и нагрузки
- измерение плотности костей (двухфотонная рентгеновская абсорбциометрия), скрининг для раннего выявления остеопороза
- биометрия и определение состава мышечно-жировой ткани с использованием метода двухфотонной рентгеновской абсорбциометрии.

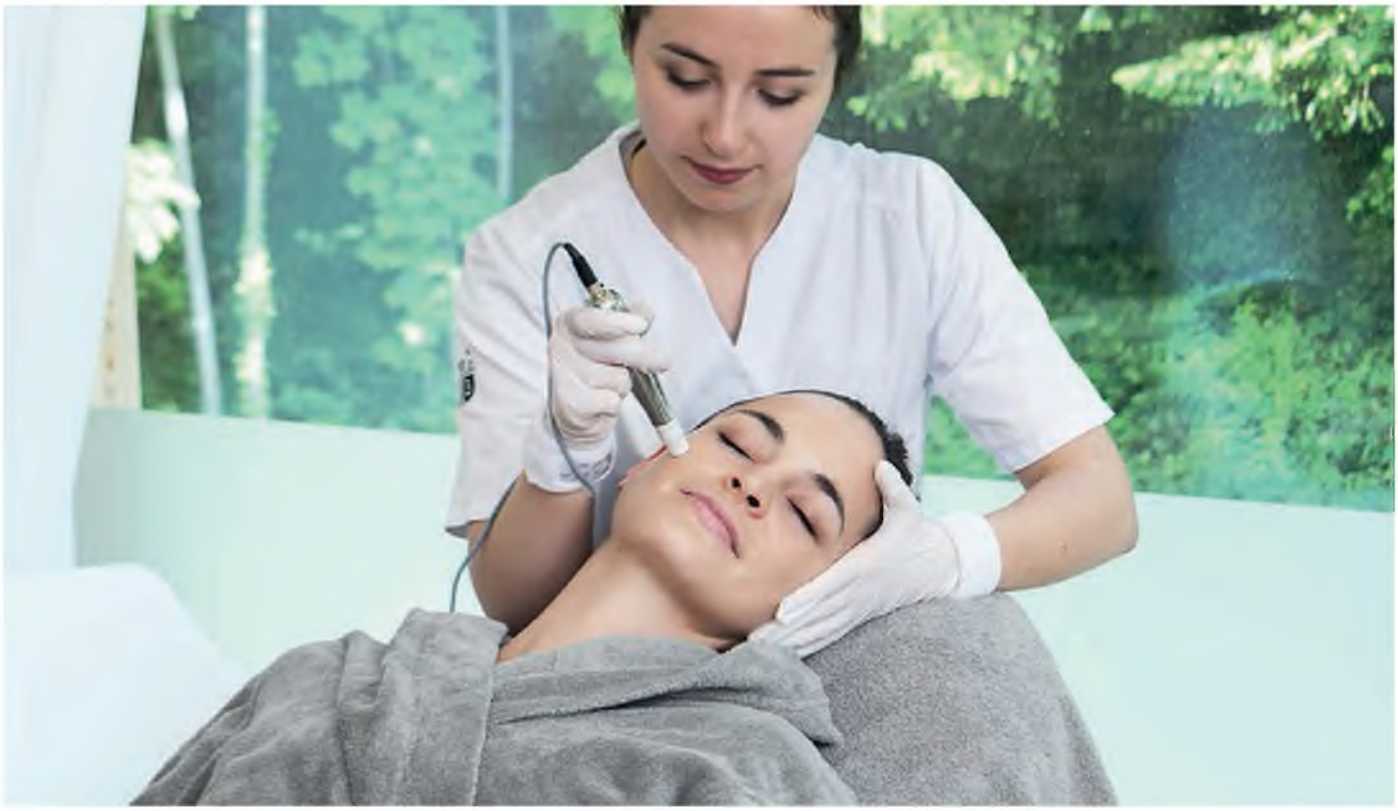
DERMATOLOGY
ДЕРМАТОЛОГИЯ

The skin forms a barrier between the human body and the environment and has both sensory and protective functions. At the Waldhotel Health & Medical Excellence, we offer the entire spectrum of dermatological diagnostics and therapies. This includes competent assessment by a doctor, diagnosis and treatment of various medical conditions in classical and aesthetic dermatology. In addition, we offer state-of-the-art treatments in medical cosmetics.

Our specialities are:
- classic dermatology with special expertise in the treatment of psoriasis, neurodermatitis and autoimmune diseases
- modern laser treatment of pigmentation disorders, for skin rejuvenation and for the removal of unsightly skin lesions
- modern skin cancer screening with the FotoFinder® and skin cancer treatment in the early stages, as well as conventional and daylight photodynamic therapy (unique in Switzerland with Green House option)
- personalised cell therapy with autologous stem cells stimulates the regeneration and healing of tissue
- state-of-the-art aesthetic treatments, such as Pelleve skin smoothing and firming, icoone anti-ageing and lifting for the effective treatment of localised accumulations of fat, cellulite and loose skin.

Кожа образует барьер между телом человека и окружающей средой и выполняет как сенсорные, так и защитные функции. В Waldhotel Health & Medical Excellence мы предлагаем полный спектр дерматологической диагностики и терапии. Он включает в себя профессиональную оценку, диагностику и лечение различных заболеваний в классической и эстетической дерматологии. Кроме того, мы предлагаем самые современные процедуры лечебной косметики.

Мы специализируемся на:
- классической дерматологии с особым опытом лечения псориаза, нейродермита и аутоиммунных заболеваний
- современном лазерном лечении нарушений пигментации для омоложения кожи и устранения патологических изменений
- современном скрининге рака кожи с помощью аппарата FotoFinder® и лечении рака кожи на ранних стадиях, а также традиционной терапии и фотодинамической терапии естественным светом (уникальная в методика с использованием эффекта теплицы)
- индивидуальной клеточной терапии с использованием аутологических стволовых клеток, стимулирующей регенерацию и заживление тканей
- современным эстетическим методам лечения, таким как разглаживание и уплотнение кожи, anti-age уход за кожей Icoone и подтяжка для эффективного лечения локальных отложений жира, целлюлита и вялой кожи.



DENTAL CLINIC
СТОМАТОЛОГИЯ

A healthy, functioning set of teeth is not just a matter of improved quality of life – if you can chew efficiently, you can nourish yourself better. Ensuring that teeth are healthy protects against tooth loss and inflammation. In addition to the daily care of teeth at home, comprehensive individual preventive care includes regular professional dental cleaning.

At the Dental Clinic, our dentist and dental hygienist work together as a team. The qualified dental hygienist is responsible for individual patient care and performing dental check-ups (including tooth decay diagnosis and X-rays). Should this bring a dental issue to light, your care will be transferred seamlessly to the dentist. His broad specialist knowledge, combined with the latest equipment and a first-class network of specialists, enables him to find the optimum solution for every dental challenge.

You will receive individual treatments of the highest quality in the following areas:
- general dental health and preventative care
- conservative dentistry, periodontal treatment, dental restoration
- dental foci diagnostics and treatment
- implantology, ceramic and titanium implantation, bone grafting and fixed dental prosthesis
- aesthetic dentistry
- snoring diagnosis

Здоровые, выполняющие свои функции зубы не только улучшают качество жизни. Правильное пережевывание пищи способствует ее лучшему усвоению. Обеспечение здоровья зубов защищает от их потери и воспалений полости рта. Помимо ежедневного ухода за зубами в домашних условиях, комплексный индивидуальный профилактический уход включает в себя регулярную профессиональную чистку зубов.

В стоматологической клинике наш стоматолог и стоматолог-гигиенист работают вместе. Квалифицированный стоматолог-гигиенист отвечает за индивидуальный уход за пациентами и выполнение стоматологических осмотров (включая диагностику кариеса и рентгенографию). Если обнаружится проблема с зубами, вы будете направлены на лечение к стоматологу. Его конкретные знания в сочетании с новейшим оборудованием и первоклассной сетью специалистов позволят найти оптимальное решение любых стоматологических задач.

Вы получите индивидуальное лечение высочайшего качества в следующих областях:
- проверка общего состояния зубов и профилактика заболеваний
- консервативная стоматология, лечение пародонтоза, реставрация зубов
- диагностика и лечение очагов заболевания зубов
- имплантология, имплантация зубов с последующим изготовлением протезов из керамики и титана, костная пластика и фиксированные зубные протезы
- эстетическая стоматология
- диагностика храпа.

PSYCHOSOMATIC MEDICINE
ПСИХОСОМАТИЧЕСКАЯ МЕДИЦИНА

Our specialist care and treatments, as well as interdisciplinary cooperation with psychologists and specialist therapists, ensure that we are in a position to meet your needs and requirements on an individual basis. The individual is the focal point of our attention.

We treat individuals experiencing:
- burnout, exhaustion-induced depression, after-effects of stress
- sleep disorders and chronic tiredness
- chronic pain disorders
- depressive moods
- eating disorders (anorexia, bulimia)
- obesity

Art and Creative Therapy
The atelier with its glorious view of the mountain scenery invites you to discover your creativity and to find new ways of expressing yourself. Art therapy (process-oriented therapeutic painting and creating) promotes general well-being, taps inner sources of energy and strengthens trust in one's own potential.

Высокая квалификация наших врачей, а также сотрудничество с психологами и терапевтами – гарантия того, что мы можем удовлетворить ваши потребности и выполнить требования каждого нашего клиента. Любая ваша проблема является центром нашего внимания.

Мы лечим тех, у кого наблюдаются:
- истощение, депрессия, вызванная истощением, последствия стресса
- нарушения сна и хроническая усталость
- хронические болевые расстройства
- депрессивное настроение
- расстройства пищевого поведения (анорексия, булимия)
- ожирение

Арт- терапия
Студия с великолепным видом на горные пейзажи приглашает вас раскрыть свои творческие способности и найти новые способы самовыражения. Арт-терапия (живопись и творчество как средство терапии) улучшает самочувствие, задействует внутренние источники энергии и укрепляет веру в собственный потенциал.

NUTRITIONAL ADVICE
СОВЕТЫ ПО ПИТАНИЮ

Along with exercise and rest, correct nutrition constitutes another mainstay of your well-being. Enjoy being healthy: With a diet plan that has been individually tailored to your needs, you will feel healthier and able to achieve more. The dieticians at the Waldhotel Health & Medical Excellence work closely with doctors, physiotherapists, psychologists, restaurateurs and diet cooks. Our aim is to understand you as a person and to give you holistic advice. It is the only way for long-lasting success.

Bürgenstock Colour Cuisine
Bürgenstock Colour Cuisine (BCC) is a new method for attuning your diet specifically to you and your individual needs. Your nutritional profile is determined by means of various measurements and the information you have given during your consultation, and from this we derive personal nutritional recommendations. In addition, your diet may be complemented with micronutrients that have been especially blended for you.

"cooking lab"
In the Waldhotel Health & Medical Excellence training kitchen, you can experience healthy gourmet cuisine with your dietician or cook a meal based around a theme that is especially meaningful for you. Learn a new approach to food after the diagnosis of an allergy or find out how you can prepare old favourites in a healthier way.

Наряду с физическими упражнениями и отдыхом правильное питание является еще одним залогом вашего хорошего самочувствия. Наслаждайтесь здоровьем: с планом здорового питания, адаптированным к вашим потребностям, вы будете чувствовать себя здоровее и сможете достичь большего. Диетологи Waldhotel Health & Medical Excellence тесно сотрудничают с врачами, физиотерапевтами, психологами, рестораторами и диетологами. Наша цель - понять вас и дать вам необходимый совет. Это единственный путь к длительному успеху.

Система диетического цветного питания Bürgenstock Color Cuisine (BCC) – новый метод разработки диеты с учетом ваших индивидуальных потребностей. Ваша схема диетического питания определяется с помощью различных измерений и информации, которую вы предоставили нам во время консультации. На основании этого мы составляем персональные рекомендации по питанию. Кроме того, ваша диета может быть дополнена индивидуально подобранным комплексом витаминов.

Кулинарная лаборатория
На учебной кухне Waldhotel Health & Medical Excellence вы можете научиться готовить блюда здорового питания вместе с диетологом или приготовить то, что будет полезно для вас. Откройте новый подход к еде после диагностики аллергии или узнайте, как можно приготовить блюда по старым любимым рецептам более полезным способом.

METABOLISM, OBESITY, DIABETES
МЕТАБОЛИЗМ, ИЗБЫТОЧНЫЙ ВЕС, ДИАБЕТ

Without the intervention of specialist medical treatment, metabolic disorders, an imbalanced diet and genetic disposition, often combined with a lack of exercise, can lead to multiple serious chronic diseases and obesity.

After careful evaluation by a specialist, we develop a customised treatment plan on an individual basis, which can include diet and exercise, as well as endocrine therapy and even surgery. Thanks to our Preferred Partnership with the largest central hospital of Switzerland “LUNIS”, all diagnostic and therapeutic procedures, including surgery, are available from a single provider.

Без помощи врача нарушение обмена веществ, несбалансированное питание и генетическая предрасположенность, часто в сочетании с отсутствием физической нагрузки, могут привести к множественным серьезным хроническим заболеваниям и избыточному весу.

После составления заключения специалистом мы разрабатываем индивидуальный план лечения, который включает диету и физические упражнения, а также эндокринную терапию и при необходимости хирургическое вмешательство. Благодаря партнерству с крупнейшей центральной клиникой Швейцарии "LUNIS" все диагностические и терапевтические процедуры, включая хирургию, предоставляются одним провайдером.

TREATMENT & FITNESS – MEDICAL MASSAGE
ЛЕЧЕНИЕ И ФИТНЕС – ЛЕЧЕБНЫЙ МАССАЖ

Physical activity is one of the fundaments of keeping healthy for the long term. Sport, apart from having many benefits for the body, also has a positive impact upon our mental health and well-being.

In the therapy area of the Waldhotel Health & Medical Excellence, there is a spacious fitness area with a treatment pool. Suffused with light, and boasting the latest treatment equipment, it is an inviting location in which to exercise. Strength, endurance, coordination and mobility training with the most up-to-date equipment, a SensoPro trainer and a functional training room are at your disposal for your training needs. It goes without saying that you will be looked after
by a qualified team.

Our offer:
- fitness area
- physiotherapy and medical training therapy
- personal training
- SensoPro (sensorimotor training under stress)
- water therapy
- regular group training sessions based on the 'Your own Healthy Activity' concept
- relaxation techniques, mindfulness exercises
- acupuncture according to alleviate tension, stress and sleep disorders
- medical massages, reflexology massage, lymphatic drainage, connective tissue massage and wrap treatments
- electro, ultrasound and shock wave therapies
- cryotherapy in the 'icelab' at -110°C

Specific strength, endurance and mobility training sessions (HIT, stabilisation training with Sling/TRX, Pilates, etc.) in addition to outdoor services and special training (e.g. fasted morning training) complete the range of services offered.

Физическая активность является основой здоровья. Спорт, помимо того, что он приносит много пользы для тела, также оказывает положительное влияние на наше психическое здоровье и самочувствие.

В терапевтическом центре Waldhotel Health & Medical Excellence находится просторный фнтнес-центр с лечебным бассейном. Залитый светом и оснащенный новейшим оборудованием для проведения процедур, он очень подходит для занятий фитнесом. Тренировки на силу, выносливость, координацию движений и подвижность с использованием самого современного оборудования, тренажера SensoPro и функциональной комнаты для тренировок - в вашем распоряжении. Вы будете находиться под присмотром команды профессиональных тренеров.

Наше предложение:
- фитнес-центр
- физиотерапия и лечебная физкультура
- тренировка с персональным тренером
- Тренажер SensoPro (сенсомоторная тренировка при стрессе)
- водная терапия
- регулярные групповые тренировки
- техники релаксации, упражнения на осознанность
- акупунктура для снятия напряжения, стресса и расстройств сна
- лечебный массаж, рефлексологический массаж, лимфодренаж, массаж соединительной ткани и процедуры обертывания
- электро, ультразвуковое и ударно-волновое лечение
- криотерапия в крио камере при температуре -110 ° C.

Специальные занятия для развития силы, выносливости и подвижности (высокоинтенсивные тренировки, тренировка на стабилизацию с использованием слинга TRX, пилатес и т. д.) в дополнение к активностям на открытом воздухе и специальные тренировке (например, утренние занятия натощак) входят в спектр предлагаемых услуг.

CRYOTHERAPY ICELAB AT -110°C
КРИОТЕРАПИЯ, КРИО КАМЕРА ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ -110°

SOOTHING AND STIMULATING TREATMENT USING EXTREMELY LOW TEMPERATURES

Whole body cryotherapy has established itself over the last few years as a highly effective, passive, physical short-term therapy.

The 'icelab' consists of three chambers. In the first chamber, it is minus 10, in the second minus 60 and in the third minus 110 degrees Celsius. You go through the three chambers in sequence wearing your swimwear, with gloves and ear and mouth protection. After two shorter visits in the first two chambers, which prepare you for the extreme cold, you stay for up to three minutes in the minus 110 degree chamber.

Due to the cold, the heart pumps more blood through the body per heartbeat and the perception of pain is blocked for a short time. This increases the circulation to the muscles and muscle metabolism is stimulated.

Cryotherapy is used successfully as a treatment for pain in rheumatology, it enhances the training efficiency of elite athletes and reduces the recovery time of muscles after training.

УСПОКАИВАЮЩИЙ И СТИМУЛИРУЮЩИЙ ЭФФЕКТ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЧРЕЗВЫЧАЙНО НИЗКИХ ТЕМПЕРАТУР

За последние несколько лет криотерапия всего тела зарекомендовала себя как высокоэффективная пассивная кратковременная физиотерапия.

Крио камера состоит из трех отсеков. В первом отсеке температура минус 10, во втором - минус 60 и в третьем - минус 110 градусов по Цельсию. Вы проходите три отсека по порядку в купальных костюмах, в перчатках и защитой для ушей и рта. После двух кратких посещений первых двух отсеков, которые подготовят вас к экстремальному холоду, вы остаетесь в отсеке с температурой минус 110 градусов до трех минут.

Из-за холода сердце прокачивает больше крови через тело за одно сердцебиение, и восприятие боли на короткое время блокируется. Это увеличивает циркуляцию крови в мышцах и стимулирует мышечный метаболизм.

Криотерапия успешно применяется в качестве лечения боли в ревматологии, она повышает эффективность тренировок спортсменов и сокращает время восстановления мышц после тренировки.

HEALTH RESORT STAY
КУРОРТНЫЙ ОТЕЛЬ

The Bürgenberg and the surrounding nature with its forests and mountain peaks radiate an energy that you are sure to feel during your stay. Fresh air and the high rating on the Bovis scale make the Bürgenberg an ideal power place. Treat yourself to luxury and time to do something good for yourself and your health, and to completely unwind and rest. According to your needs and your personal situation, you can arrange further treatments with our doctors and therapists during your stay.

Tranquillity, rest and relaxation are guaranteed during a stay at the Waldhotel Health & Medical Excellence. As a health resort guest, we give you all the time you need to completely recover after an illness, a medical intervention or a stressful situation.

Бюргенберг и окружающая его природа с ее лесами и горными вершинами излучают энергию, которую вы обязательно почувствуете во время своего пребывания у нас. Свежий воздух и высокие показатели по шкале Бовиса делают Бюргенберг идеальным в энергетическом отношении местом. Позвольте себе окунуться в роскошь и посвятить время тому, чтобы сделать что-то хорошее для себя и своего здоровья, а также полностью расслабиться и отдохнуть. В соответствии с вашими потребностями вы можете организовать дальнейшее лечение у наших врачей и терапевтов во время пребывания в отеле.

В Waldhotel Health & Medical Excellence вам гарантированы спокойствие, отдых и расслабление. Здесь вы получите все необходимое для полного восстановления после болезни, медицинского вмешательства или стрессовой ситуации.

OASIS OF TRANQUILLITY AND RECOVERY
ОАЗИС СПОКОЙСТВИЯ И ВОССТАНОВЛЕНИЯ

STYLISHLY DESIGNED ROOMS

The hotel, with its integrated spa, has over 160 rooms and suites with their natural materials and south-facing terraces, inviting you to stay a little longer. In addition to the **Deluxe Balcony Rooms** with views of the picturesque mountain ranges and the **Executive Rooms** on the upper floors, the hotel also offers suites. Choose between an **Alpine Suite** with a separate living room and a Waldhotel Deluxe **Suite** with a separate living room, fireplace and library. For pure grandeur, choose the Waldhotel **Executive Suite** with two bedrooms and a spacious living room.

СТИЛЬНЫЙ ДИЗАЙН НОМЕРОВ

Waldhotel Health & Medical Excellence предлагает предлагает 160 номеров и сьютов, декорированные натуральными материалами, все с видом на юг и с удобной солнечной террасой. Помимо номеров делюкс с балконами и видом на живописные горные хребты и executive номеров на верхних этажах, отель также располагает номерами класса люкс. Вы можете выбрать номер **Alpine Suite** с отдельной гостиной и или номер **Waldhotel Deluxe Suite** с отдельной гостиной, камином и библиотекой. Если вы хотите погрузиться в атмосферу особого комфорта, выберите **Waldhotel Executive Suite** с двумя спальнями и просторной гостиной.

DELUXE ROOM WITH SUN BALCONY, 33 m²

The exquisite furnishings ensure comfort and cosiness, from the king-size bed to the comfortable sofa, right up to the desk. From the 7 m² balcony, you can enjoy the wonderful view of the greenery and mountain peaks. You can even see outside through the large interior window of the bathroom and from the bathtub itself or the separate rain shower.

EXECUTIVE ROOM WITH SUN BALCONY, 33 m²

The Executive Rooms offer the same comfort as the Deluxe Balcony Rooms but are all located on the upper floors of the hotel.

DELUXE SUITE С БАЛКОНОМ НА СОЛНЕЧНОЙ СТОРОНЕ, 33 КВ.М

Изысканная обстановка - от кровати размера king-size до удобного дивана и письменного стола - обеспечит комфорт и уют. С балкона площадью 7 кв.м вы можете наслаждаться прекрасным видом на живописные зеленые пейзажи и горные вершины. Потрясающие виды природы также открываются через большое окно ванной комнаты.

EXECUTIVE SUITE С БАЛКОНОМ НА СОЛНЕЧНОЙ СТОРОНЕ, 33 КВ.М

Представительские номера предлагают тот же уровень комфорта, что и Deluxe Suite с балконом, но все они расположены на верхних этажах отеля.

ALPINE SUITE, 80 m²

The Alpine Suite, with one bedroom and main bathroom, living room, additional toilet and a large balcony, offers plenty of space and comfort. The bedroom with a king-size bed and desk is directly connected to the bathroom, which has a rain shower and a free-standing bathtub. The fireplace in the living area and the warm colours of the exquisite furniture give the room a feeling of great charm and cosiness.

ALPINE SUITE, 80 КВ.М

Alpine suite с одной спальней и основной ванной комнатой, гостиной, дополнительным туалетом и большим балконом – просторный и комфортный номер. Спальня с кроватью размера king-size и письменным столом соединена с ванной комнатой с тропическим душем и отдельно стоящей ванной. Камин в гостиной и теплые тона изысканной мебели придают номеру обаяние и уютный вид.

DELUXE SUITE, 145 m²

Enjoy the privacy of your suite and relax on the spacious balcony nestled in a bucolic paradise. The suite has a bedroom, with a sofa and desk, and is directly connected to the main bathroom. In the large living room, the dining table is separated from the cosy seating area and library by the fireplace. The suite also has a small kitchen and an additional bathroom.

DELUXE SUITE, 145 КВ.М

Вам придется по душе уединенность вашего номера. Вы сможете отдохнуть на просторном балконе, окруженном пасторальным раем. В этом номере есть спальня с диваном и письменным столом, которая соединена с основной ванной комнатой. В большой гостиной обеденный стол отделен от уютного гостиного пространства и библиотеки камином. В этом номере также есть небольшая кухня и дополнительная ванная комната.

EXECUTIVE SUITE, 151 m²

Breathe in the pure air of the mountain forest – and recharge your batteries in this luxurious Executive Suite! Daylight streams into the two bedrooms and large living room through the floor-to-ceiling windows. Both bedrooms are directly connected to a private bathroom. In the living room, there is plenty of room for spending relaxing hours, whether at the dining table or in the seating area by the fireplace. The suite also has a library, a walk-in wardrobe, a small kitchen and an additional bathroom. The sunny terrace offers the perfect vantage point for looking down into the valley and towards the high peaks of the Swiss Alps.

EXECUTIVE SUITE, 151 КВ.М

Вдохните чистый воздух горного леса и зарядитесь энергией в этом роскошном представительском люксе! Дневной свет проникает в две спальни и большую гостиную через панорамные окна. Обе спальни соединены с ванной комнатой. В гостиной много места для отдыха как за обеденным столом, так и у камина. Есть также библиотека, гардеробная комната, небольшая кухня и дополнительная ванная комната. С солнечной террасы открывается великолепный вид на долину и вершины Швейцарских Альп.

MEDITERRANEAN CULINARY DELIGHTS
СРЕДИЗЕМНОМОРСКАЯ КУХНЯ

VERBENA RESTAURANT & BAR

The inviting aroma of the Mediterranean, herb-infused dishes and the incomparable ambiance, created by award-winning architect Matteo Thun, merge in the Verbena Restaurant to provide you with the ultimate sensual experience.

Be amazed by the refreshingly creative cuisine. The cuisine of the Verbena Restaurant is defined by the principle that flavour and healthy eating are not necessarily mutually exclusive. The use of regional and seasonal products and fresh ingredients of the highest quality guarantees maximum nutritional content. Enjoy the view of the green landscape of the Bürgenberg and the white mountain peaks of the Alps of Central Switzerland from the large sun terrace or through the floor-to-ceiling windows.

HEALTHY – BALANCED

The holistic health concept at the Waldhotel Health & Medical Excellence also includes nutrition. The restaurant concept shares our philosophy that healthy cuisine should also be fun and taste good. At the Verbena Restaurant, you can compose your meals in accordance with the Bürgenstock Colour Cuisine (BCC) concept.

РЕСТОРАН И БАР VERBENA

Притягательный аромат наполненных травами средиземноморских блюд и несравненная атмосфера ресторана Verbena, созданная знаменитым архитектором Маттео Туном, не оставят вас равнодушными.

Вы поразитесь тому, насколько креативна кухня ресторана Verbena, совмещающая принципы здорового питания и насыщенного вкуса. Использование местных и сезонных продуктов и свежих ингредиентов самого высокого качества гарантирует максимальную питательную ценность блюд. Насладитесь видом зеленых пейзажей Бюргенберга и белоснежных горных вершин Швейцарских Альп с большой солнечной террасы или через панорамные окна.

ЗДОРОВЫЙ И СБАЛАНСИРОВАННЫЙ

Концепция здоровья в Waldhotel Health & Medical Excellence включает в себя правильное питание. Меню ресторана отражает нашу философию, заключающуюся в том, что здоровая кухня должна доставлять удовольствие и быть вкусной. В ресторане Verbena вы можете составить индивидуальное меню в соответствии с концепцией диетического цветного питания Bürgenstock Color Cuisine (BCC).

SUSTAINABILITY
РАЦИОНАЛЬНОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭКОРЕСУРСОВ

At the Waldhotel Health & Medical Excellence and in the entire Bürgenstock Resort, sustainability is not just to be experienced in the restaurant kitchens. It is not only your health but also the health of the natural world that are close to our hearts.

Our architectural concept has not only kept the natural accents that give the hotel its stylish character, but also a large part of the building has been constructed in natural materials from the immediate vicinity. Some of the stones of the façade were taken from a slope that had been previously removed, underscoring our focus on environmental thinking and sustainability.

The water from the depths of Lake Lucerne is used as a source of renewable energy to both cool and heat the resort, with 100% of the cooling capacity and 80% of the heat energy required for the resort gained by carbon neutral means.

В Waldhotel Health & Medical Excellence и на всей территории курорта Bürgenstock Resort мы придерживаемся принципа рациональности и эко-ответственности. Это касается не только кухни ресторана. Нам дорого и ваше здоровье, и здоровье окружающей среды.

Благодаря структуре террас, естественно утепленных плоских крыш с богатым озеленением и конструкций из местного камня, отель прекрасно вписывается в ландшафт. Большая часть здания построена с задействованием природных ресурсов региона в ближайшей доступности: это сократило расходы на транспортировку, а значит, и объем физического и аудиального загрязнения окружающей среды.
Это свидетельствует о том, что мы заботимся о природе и придерживаемся принципа эко-рациональности.

Вода из глубин озера Люцерн используется как источник возобновляемой энергии для поддержания оптимальной температуры на курорте и обеспечения нейтрального уровня выбросов углерода в атмосферу.

IN THE HEART OF THE BÜRGENSTOCK RESORT
СЕРДЦЕ BÜRGENSTOCK RESORT

Surrounded by lush meadows and green forests, the Waldhotel Health & Medical Excellence is located on the sunny side of the Bürgenberg. The elegant, comfortable rooms with views of the Alps offer plenty of peace and privacy due to their secluded location within the resort.

Окруженный пышными лугами и зелеными лесами, Waldhotel Health & Medical Excellence расположен на солнечной стороне горы Бюргенберг. Элегантные, комфортабельные номера с видом на Альпы обеспечивают покой и приватность благодаря своему уединенному расположению в курортной зоне.

BÜRGENSTOCK HOTELS & RESORT

BÜRGENSTOCK HOTELS & RESORT

The Waldhotel Health & Medical Excellence is located on the southern side of the Bürgenberg and is an integral part of the Bürgenstock Resort Lake Lucerne. Although Lucerne is only 30 minutes away, you will find peace and tranquillity here, far away from the all the hustle and bustle.

A LEGEND. SINCE 1873.

Ever since the opening of the Grand Hotel on the Bürgenberg in 1873, and over the many years since then, the Bürgenstock Resort has been a legend. This is thanks to the irrepressible pioneering spirit of the founders of the resort who built the first electric funicular railway in Switzerland and the highest outdoor lift in Europe; but it is also due to its connection with many celebrities and the glamour of Hollywood. Audrey Hepburn got married here, Charlie Chaplin was a regular guest, and Sophia Loren and Carlo Ponti made the resort their home.

AN EXTENSIVE RANGE OF SERVICES

Today, three additional hotels welcome guests from all over the world: the charming 3* Taverne 1879, the historic 4* Superior Palace Hotel & Conferences and the exclusive 5* Superior Bürgenstock Hotel & Alpine Spa. In addition, the resort offers eight restaurants, bars and lounges, a 9-hole golf course with a driving range, two indoor tennis courts and one outside, as well as the 10,000 m² Alpine Spa with its fascinating Infinity Edge outdoor pool and breathtaking view over Lake Lucerne, luxury shopping and numerous hiking and cycling trails.

GETTING HERE

For a spectacular journey to the Bürgenstock Resort, take the shuttle boat from Lucerne to the Kehrsiten-Bürgenstock station and let the legendary Bürgenstock Funicular convey you directly to the resort. There is garage parking available at the resort for those arriving by car.

Waldhotel Health & Medical Excellence расположен на южной стороне Бюргенберга и является частью курортного комплекса Bürgenstock Resort Lake Lucerne. Несмотря на то, что Люцерн находится всего в 30 минутах езды, вы найдете здесь тишину и покой, вдали от городского шума и суеты.

ЛЕГЕНДА С 1873 ГОДА

С момента открытия Grand Hotel в Бюргенберге в 1873 году и на протяжении многих лет Bürgenstock Resort стал легендой благодаря неудержимому новаторскому духу основателей курорта, которые построили первый электрический фуникулер в Швейцарии и самый высокий открытый лифт в Европе. Отель стал легендарным также благодаря многим знаменитостям Голливуда. Здесь вышла замуж Одри Хепберн, был постоянным гостем Чарли Чаплин, а Софи Лорен и Карло Понти сделали курорт своим домом.

БОЛЬШОЙ АССОРТИМЕНТ УСЛУГ

Сегодня еще три отеля принимают гостей со всего мира: прелестный отель Taverne 1879 3*, исторический отель Superior Palace Hotel & Conferences 4* и эксклюзивный отель Superior Bürgenstock Hotel & Alpine Spa 5*. Кроме того, на курорте есть восемь ресторанов, баров и лаунджей, поле для гольфа на 9 лунок с автодромом, два крытых и один открытый теннисный корт, а также Alpine Spa площадью 10 000 кв.м с панорамным инфинити бассейном и умопомрачительным видом на озеро Люцерн, роскошные магазины и многочисленные пешеходные и велосипедные маршруты.

КАК ДОБРАТЬСЯ

Совершите незабываемое путешествие к курорту Bürgenstock Resort на роскошном катамаране, который отвезет вас из Люцерна до станции Kehrsiten-Bürgenstock, а легендарный фуникулер доставит вас прямо на курорт. Для тех, кто приезжает на машине, есть парковка в гараже.

We look forward to your visit.
Мы ждем вас!