

INHALT

Editorial	4
------------------	----------

Wellness-Ratgeber	7
Das Wellness-Einmaleins	7
Das ABC der Fitness- und Entspannungs-Trainings	23
Die 15 schönsten öffentlichen Wasserwelten der Schweiz	27
Europas reizvollste Thermen	31
Don'ts im Wellnesshotel!	33

Die Hotels nach Wertung	34
--------------------------------	-----------

50 beste Wellbeing- und Gesundheitshotels in der Schweiz	
Graubünden	38
Nord- und Ostschweiz	60
Zentralschweiz	74
Berner Oberland	86
Westschweiz und Wallis	102
Tessin	130

50 beste Wellbeing- und Gesundheitshotels im benachbarten Ausland	
Schwarzwald und Baden-Württemberg	138
Allgäu und Bayern	152
Vorarlberg	172
Tirol	182
Südtirol	208
Elsass und Savoyen	232

20 Top-Spas in aller Welt	
Europa	238
Asien, Indien, Indischer Ozean	252
Nordamerika, Karibik	270

Die Hotels von A bis Z	278
-------------------------------	------------
