

Wie der Gesundheitstourismus den Plattners ein volles Haus beschert

Zwischen Ende Oktober und Anfang Dezember ist im Oberengadin kaum etwas los. Ein neues Angebot des Hotels «Maistra 160» in Pontresina trifft jedoch auf enormes Interesse. Wie sich das erklären lässt und was das für das Tal bedeutet.

von Marius Kretschmer

Es ist Anfang November und das Hotel «Maistra 160» in Pontresina ist beinahe ausgebucht. Sehr ungewöhnlich, gilt die Zeit von Ende Oktober bis Anfang Dezember doch als Zwischensaison. Es ist noch nicht lange her, da verirrte sich zu dieser Zeit fast niemand ins Oberengadin. Viele Hotels und Restaurants schliessen noch immer vorübergehend ihre Türen. Und zwar bis zum Start der Wintersaison. Also wie kommt es, dass im «Maistra 160» derzeit Hochbetrieb herrscht?

«Yoga, Meditation und Achtsamkeit bieten schon sehr viele Hotels an, wir wollten aber noch mehr machen.»

Bettina Plattner

Hotelière des «Maistra 160»

Das liegt am Engagement von Bettina und Richard Plattner, die das Hotel vor etwa einem Jahr eröffnet haben. Die Idee war, dass ihr Hotel – von Grund auf neu errichtet, mit Spannung in der Hotellerie- und Architekturszene erwartet (siehe Info) und unter Direktion von Irene und Martin Müller – im Herbst offen haben sollte, im ganzen Jahr mindestens zehn Monate. «Das ist aus betriebswirtschaftlicher Sicht sehr wichtig; nur acht oder neun Monate Umsatz sind ein grosses Problem und machen einen auch für potenzielle Mitarbeitende weniger attraktiv», sagt Bettina Plattner. «Aber wir können nicht einfach nur offen haben und hoffen, dass jemand kommt, sondern müssen auch etwas liefern.»

Gesundheitstourismus wieder in

Ein grosser Trend in der Hotellerie ist aktuell der sogenannte Gesundheitstourismus. Das Spannende daran ist, dass dieser für eine lange Zeit richtig boomte – und dann ausstarb. Für strikt organisierte Gesundheitsferien mit starrem gesellschaftlichen Rahmenprogramm kamen im 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts etliche Gäste aus ganz Europa ins Engadin. Trinkkuren rund um die Heilquellen, etwa von St. Moritz oder Scuol, waren beliebt. Doch nach den Weltkriegen wurde dieser Tourismus unattraktiv – man fuhr lieber in Städte wie Rimini und suchte Vergnügen am Strand statt Erholung in den Alpen.

Kurferien gibt es natürlich auch heute noch, aber die richten sich eher an Menschen, die nach Erkrankungen oder Verletzungen wieder fit werden wollen oder Linderung für chronische Krankheiten suchen. Der Gesundheitstourismus richtet sich, das erklärte ein Touristiker bei den Engadiner Gesundheitstagen in Pontresina im vergangenen Jahr, eher an Menschen, die gesund bleiben wollen. Ein riesiges



Haben sich was für die Nebensaison einfallen lassen: Bettina und Richard Plattner bieten eine neue Art Gesundheitstourismus an.

Pressebild



Impressionen aus dem Retreat: Regula Saner, Psychotherapeutin und Achtsamkeitslehrerin, leitet einen Kurs.

Pressebild

Architekturpreis für Hotel «Maistra 160»

Der Schweizer Architekturpreis «Swiss Arc Award» kürte jedes Jahr die besten Bauten der Schweiz. Aus 397 eingereichten Projekten hat eine Fachjury die Siegerinnen und Sieger ermittelt. Der Bündner Architekt Gion A. Caminada durfte sogar zwei der begehrten Awards entgegennehmen, einmal in der Kategorie «Freizeit & Lifestyle» für das Projekt «Hotel Maistra 160» in Pontresina sowie den Lifetime Achievement Award, der Caminadas gesamtes architektonisches Schaffen ehrt. (krm)

Schlüsselwort ist dabei Achtsamkeit, ein Konzept, das über den Buddhismus ins medizinische Umfeld der Psychotherapie kam und sich seit einigen Jahren in der westlichen Popkultur verankert

hat. Es bedeutet, einfach gesagt, seine Aufmerksamkeit, absichtsvoll und ohne Bewertung, auf den gegenwärtigen Moment zu lenken.

Wie Plattner auf das Thema stiess

Bettina Plattner sagt, sie sei vor acht Jahren erstmals mit dem Begriff in Verbindung gekommen, als jemand in ihrem Freundeskreis psychisch erkrankte. «Ohne Achtsamkeit geht nichts», sagte ihr eine befreundete Psychotherapeutin damals. Sie selbst habe das Konzept in ihren teils stressigen Alltag eingebunden und sei davon begeistert gewesen. Als die Plattners also überlegten, was sie in ihrem neuen Hotel im Herbst anbieten können, um Gäste anzulocken, sei das Gesundheitsthema am naheliegendsten gewesen. «Auch weil wir das Thema schon seit Jahren verfolgen», sagt die Hotelière. «Yoga, Meditation und Achtsamkeit bieten schon sehr viele Hotels an, wir wollten aber noch mehr machen und das Ganze in einen grösseren Kontext setzen.»

Gäste der Plattners, zwei Ärzte, haben dann den entscheidenden Tipp gegeben: die Mind-Body-Medicine. Die-

se umfasst laut Plattner zwar auch Yoga, Meditation und Achtsamkeit, aber nicht nur. Das Konzept der Mind-Body-Medicine ist in den 1970er-Jahren in den USA entwickelt worden, ausgehend von der Harvard Medical School. Sie verbindet den Körper mit der Psyche, vermittelt Selbstfürsorge und beruht auf wissenschaftlichen Erkenntnissen und Methoden aus Komplementärmedizin, Psychologie, Ernährungs- und Sportwissenschaften. Erforscht wird die Disziplin unter anderem an der Universität Zürich. Der Vorteil dabei ist, dass keine medizinische Infrastruktur nötig ist und sich Angebote sehr gut in der schönen Natur umsetzen lassen, wie Plattner erklärt.

Die Plattners haben sich also in das Thema eingelesen und sich mit Kursleitenden vernetzt und konnten in diesem Jahr zwischen Ende Oktober und Anfang Dezember mehrtägige Retreats anbieten – zu so verschiedenen Themen wie Stressreduktion im Alltag oder der achtsamen Führung von Mitarbeitenden. Ebenso wollen sie ein Fachpublikum ansprechen – und zwar mit dem ersten Schweizer Mind-Body-Medicine-Kongress. Hierzu kommen Fachpersonen aus der Schweiz, Deutschland und sogar den USA nach Pontresina, um sich über die neuesten Erkenntnisse auszutauschen.

Wie das Engadin profitieren kann

In diesem Rahmen gibt es auch eine öffentliche Veranstaltung über das

Potenzial der Mind-Body-Medicine im hochalpinen Tourismus (Freitag, 8. November, 17 Uhr, Rondo Pontresina). Das Angebot im «Maistra 160» ist neben anderen Angeboten im Gesundheitstourismus – etwa den Engadin Gesundheitstagen, die ebenfalls in Pontresina stattfinden – ein weiterer Schritt auf dem Weg, den Gesundheitstourismus im Oberengadin zu verankern. Den Erfolg, den die Plattners mit ihrem Kursangebot haben, könnte auch andere Anbieter im Tal überzeugen und insgesamt zu einer Stärkung der Nebensaison führen.

Und davon profitieren auch die Einheimischen, nicht nur durch zusätzliche Wertschöpfung im Tal, sondern ganz konkret. Denn den Plattners ist wichtig, ihr Hotel auch den Menschen aus dem Tal zugänglich zu machen – so können etwa Einheimische im Hotel speisen oder auch die Kurse zu einem reduzierten Preis buchen.

Und was ist mit dem Frühjahr? «Das Frühjahr ist ein wenig anders als der Herbst», sagt Bettina Plattner. «Während es im Herbst schön bleibt, bis der Schnee kommt, ist es im April wirklich erst mal fertig, bis der Frühling im Juni richtig beginnt.» Kategorisch ausschliessen will Plattner eine Öffnung im Frühjahr nicht, aber: «Alles zu seiner Zeit.»

INSERAT

venenlaserzentrum

KRAMPFADERN? BESENREISER? MÜDE BEINE?

KRANKENKASSEN-ANERKANNTE VENENLEIDEN-ABKLÄRUNGEN UND BEHANDLUNGEN

Jetzt anrufen!
Tel. 081 250 74 49
Comercialstrasse 32, Chur

Tel. 081 852 17 27
Via Maistra 21, Silvaplana
www.venenlaserzentrum.com

WEIHNACHTSSESSON IN DEN BERGEN! JETZT FÜR DEINEN BETRIEB BUCHEN.

Hinter dem Mond links Berggaur Sulzfluh

Hüttenfeeling. Apèro mit Feuerschale weihnachtliche Menüs Übernachtung und Hotpot Vollmond-Spaziergang
Tel. +41 81 332 12 13
E-Mail: info@sulzfluh.ch