Frankfurt am Main, Februar 2019

**Nur für Damen – Schweizer Erlebnisse für Ladies**

**Warum nicht den Weltfrauentag am 8. März zum Anlass nehmen, sich mit Freundinnen, Mutter oder Tochter zusammenzufinden oder gemeinsame Erlebnisse zu planen? Sei es ein Skitag, der nur den Damen gewidmet ist, eine Party mit sexy Privat-Butler, ein Frauenlauf, Erholung im Spa oder im Frauenbad.**

**Skitag „for ladies only“**

Am 11. März 2019 nehmen die Damen beim 14. Ladies Day den Flumserberg (Ostschweiz / Liechtenstein) in Beschlag. Ein Skitag von und für Damen, der mit einem Frühstück auf der Molseralp startet. Danach können über 130 Damen-Skimodelle getestet werden, bevor es gemeinsam die Hänge heruntergeht. „Power-Emotionen für Power-Ladys“ werden beim Schneemobilfahren auf präparierter Piste geboten. Nach dem Mittagessen im Panoramarestaurant Maschgenkamm wird für Sun, Fun und Hüttenzauber gesorgt. Kosten: 99 Schweizer Franken (rund 88 Euro) inklusive Tageskarte und Überraschungsgeschenk. www.flumserberg.ch/Lady-Day

Auch der Ladies Day in Elm (Glarus) am 18. März 2019 bietet einen abwechslungsreichen Skitag mit charmanten Schneesportlehrern und kulinarischen Zwischenstationen. Kosten: inklusive Skipass 82 Schweizer Franken (rund 73 Euro). www.sportbahnenelm.ch

**Einmal untertauchen – Ferien vom Alltag mit Privat-Butler Mr. Spax und MamaOase**

„Spa and the City“ heißt das schweizweit einmalige Package im Montana Art Deco Hotel Luzern. Die Penthouse Spa Superior Suite mit beheiztem Whirlpool auf der Terrasse, Privat-Sauna, Dampfkabine und sexy Privat-Butler „Mr. Spax“ beherbergt bis zu acht Ladys. Für das leibliche Wohl sorgen das Schweizer Frühstück, der Champagner-Apéro, Snacks und das Flying-Dinner in der Suite. www.hotel-montana.ch/spa-and-the-city

**Eine kleine Auszeit vom Babyalltag beschert die MamaOase im Schweizerhof Lenzerheide (Graubünden).** Zwei Übernachtungen inklusive Frühstück, Willkommens- und Abschiedsaperitif, Sechs-Gang-Vewöhn-Dinner mit Bündner Spezialitäten und vor allem die 36-Stunden-Babybetreuung durch fachkundige Betreuerinnen sowie die kostenlose Kinderbetreuung im hoteleigenen Kindergarten (für Geschwister) bieten Erholung pur. Entspannen können sich Mütter in der Wellnessoase sowie bei Yoga und Pilates. Inklusive sind auch eine Babymassage und eine gemeinsame Wasserstunde. **Kosten:** 845 Schweizer Franken (rund 750 Euro) inklusive aller Leistungen. www.schweizerhof-lenzerheide.ch/de/specials/

Eine Übersicht über weitere Wellness-Hotels in der Schweiz listet die Seite www.MySwitzerland.com/wellness.

**Frauenbäder in der Schweiz**

In der Schweiz existieren mehrere Freibäder, die grundsätzlich nur für Frauen zugänglich sind oder über einen Bereich verfügen, der dem weiblichen Geschlecht vorbehalten bleibt. So gibt es im Marzilibad in Bern an der Aare das „Paradiesli“, wo Frauen „unter sich“ auch textilfrei baden können. Das Gartenbad Eglisee Basel verfügt über ein eigenes, reines Frauenbad. In den Bains des Pâquis Genève ist ein großer Bereich des Genfer Seebades für Frauen reserviert. Das idyllische Familienbad Dreilinden St. Gallen besitzt ein malerisches, historisches Holzkastenbad nur für Frauen.

www.badi-info.ch/Schwimmbad\_Schweiz/Frauenbaeder.html

Eines der bekanntesten Frauenbäder ist das Frauenbadi in Zürich. Tagsüber ein Freiluftbad für Frauen, verwandelt es sich nach Sonnenuntergang zur trendigen „Barfussbar“ und verführt mit seinem einzigartigen Zauber auch die männlichen Gäste – und das mitten in der Zürcher Altstadt. www.myswitzerland.com/de-ch/drink-in-der-frauenbadi-zuerich.html

**(Szenische) Frauenstadtrundgänge – Städte aus weiblicher Perspektive**

Einen guten Überblick über Stadtführungen von und für Frauen (und Männer) in der Schweiz bietet die Website des Zürcher Vereins Frauenstadtrundgang: www.frauenstadtrundgangzuerich.ch.

Von April bis Oktober finden regelmäßig öffentliche Führungen in Zürich statt. Weitere Frauenstadtrundgänge gibt es in Luzern, Winterthur und Fribourg. Pionierarbeit hat auch der Verein Frauenstadtrundgang Basel geleistet, der seit fast 30 Jahren unkonventionelle Stadtspaziergänge entwickelt, die die Geschichte Basels aus einer anderen Perspektive zeigen. Da gibt es zum Beispiel einen Spaziergang zu „Sex und Sitte im historischen Basel“, einen zur Hexenverfolgung oder einen zum Thema „Basel ’68 – Sex, Drugs and Rock’n’Roll“. Bei der Führung „Wutentbrannt und liebestoll“ geht es um die historische Dimension von Emotionen. www.frauenstadtrundgang-basel.ch/rundgange/

**Frauenläufe – gemeinsam sportlich**

Zu seinem 20-Jahr-Jubiläum 2019 steht der Engadiner Frauenlauf im Zentrum des diesjährigen Engadin Skimarathons am 3. März. Der Frauenlauf über 17 Kilometer von Samedan nach S-chanf erfreut sich enormer Beliebtheit. Mit über 1000 Läuferinnen war hier 2018 der höchste Anmeldestand aller Zeiten zu verzeichnen. [www.engadin-skimarathon.ch/frauenlauf.html](http://www.engadin-skimarathon.ch/frauenlauf.html)

Der größte Schweizer Frauenlauf findet am 16. Juni 2019 in Bern statt. Die fünftgrößte Laufveranstaltung der Schweiz wurde 1987 gegründet und startete mit 2230 Frauen. Mittlerweile sind über 16.000 Frauen auf den Laufstrecken über fünf und zehn Kilometer mit von der Partie. 2018 war die jüngste Läuferin vier Jahre und die älteste 85 Jahre jung.www.frauenlauf.ch

Der 4. Ladies Run Ticino startet am 29. September im Stadtzentrum von Lugano. Zwei Laufstrecken über fünf und zehn Kilometer stehen beim diesjährigen Ladies Run Ticino zur Wahl, und im Village auf der Piazza Riforma/Manzoni können sich die Teilnehmerinnen unterhalten und verwöhnen lassen. [www.ladiesrunticino.ch/ladiesrunticino/](http://www.ladiesrunticino.ch/ladiesrunticino/)

**Weitere Informationen zum Urlaub in der Schweiz gibt es im Internet unter www.MySwitzerland.com, der E-Mail-Adresse info@MySwitzerland.com oder unter der kostenfreien Rufnummer von Schweiz Tourismus mit persönlicher Beratung 00800 100 200 30.**

**Informationen an die Medien**

Weitere Bilder zur touristischen Schweiz stellen wir Ihnen auf www.Swiss-Image.ch zur Verfügung.

Weitere Auskünfte an die Medien erteilt:

Thomas Vetsch, District Manager Nord- und Ostdeutschland

Telefon 030 – 695 797 111, E-Mail: thomas.vetsch@switzerland.com, Twitter: @STMediaD