



lenkerhof  
gourmet spa resort

PURER GENUSS IST BEI  
UNS INKLUSIVE  
5-STERNE-WOHLFÜHLKLIMA  
GOURMET-GASTRONOMIE  
7 SOURCES-WELLNESS



## **Chers hôtes, bienvenue au Lenkerhof, dans l'unique hôtel 5 étoiles supérieur de Suisse.**

Notre souhait le plus sincère est que vous repartiez avec un souvenir de bien-être et de repos hors du temps, et gardiez en mémoire d'agréables moments.

Nous serons à votre entière disposition durant tout le séjour et mettons un point d'honneur à offrir à chacun un service personnel et chaleureux. Ressentez l'enthousiasme, la passion et l'engagement qui animent notre équipe, et laissez-vous envoûter par l'ambiance détendue de notre maison.

Afin de prendre vos marques, vous trouverez ci-joint quelques informations et renseignements importants concernant notre établissement ainsi que les environs de la Lenk.

Avez-vous des questions, des souhaits ou besoin d'informations plus détaillées ? Venez donc nous en faire part !

Nous sommes heureux de vous avoir parmi nous.

Avec salutations alpines

**Christian Burkhard, Adriano Votta und Laurent Schenk**

La direction ainsi que l'équipe du Lenkerhof

# Sommaire

<b>A comme</b> .....	<b>4</b>
Alpine Play-Station .....	4
<b>B comme</b> .....	<b>4</b>
Babyphone.....	4
Baby-sitter.....	4
Bar/Lounge .....	4
Bons cadeau .....	4
Boutique .....	4
Bus.....	4
<b>C comme</b> .....	<b>5</b>
Change .....	5
Check-in.....	5
Check-out .....	5
Coffre-fort.....	5
Coiffeur.....	5
Couches pour enfants .....	5
Couvertures.....	6
<b>D comme</b> .....	<b>6</b>
Distributeurs de billets .....	6
<b>E comme</b> .....	<b>6</b>
Eau .....	6
Evènements.....	6
<b>F comme</b> .....	<b>6</b>
Fleurs .....	6
Fumeurs.....	6
<b>G comme</b> .....	<b>7</b>
Gouvernante .....	7
<b>I comme</b> .....	<b>7</b>
Information sur la Lenk.....	7
iPod Docking station .....	7
<b>L comme</b> .....	<b>7</b>
Late Check-out.....	7
Le petit prince .....	7
<b>M comme</b> .....	<b>8</b>
Médecin.....	8
Minibar .....	8
<b>O comme</b> .....	<b>8</b>
Ordinateur/Laptop.....	8
<b>P comme</b> .....	<b>8</b>
Peignoir/Pantoufles .....	8
Petit-déjeuner.....	9
Pique-nique.....	9
Piscine.....	9
Produits d'hygiène corporelle .....	9

Prolongation de votre séjour .....	9
<b>R comme</b> .....	<b>10</b>
Règles de sécurité .....	10
Restaurants .....	10
Réveil .....	11
Roomservice.....	11
<b>S comme</b> .....	<b>11</b>
Salle de sport .....	11
Saunas .....	11
Ski Service .....	11
Sport avec notre coach.....	11
Starter kit / Kit souvenir .....	12
Stationnement et places de parking.....	12
<b>T comme</b> .....	<b>12</b>
Tabouret/siège dans votre salle de bains.....	12
Taxi.....	12
Télécommande/Chaînes de télévision .....	13
Téléphone .....	13
Train .....	13
Traitements / Soins de beauté.....	14
Tickets pour ski et randonnées .....	14
<b>U comme</b> .....	<b>14</b>
Urgence .....	14
<b>V comme</b> .....	<b>14</b>
Vélos en location.....	14
Voiture.....	14
<b>W comme</b> .....	<b>14</b>
Wet 'n Wild.....	14
Wifi/Wlan.....	14

## A comme...

### Alpine Play-Station

Notre espace de jeux est ouvert tous les jours (l'animation est disponible sur demande entre 13h00 et 21h30). Jeux, rires et émotions garantis (à partir de 3 ans).

Tel. 887

## B comme...

### Babyphone

Quand vous quittez votre chambre, vous pouvez appeler la réception et demander qu'on vous organise un baby phone. Les collaborateurs de la réception resteront à l'écoute de votre enfant durant votre absence jusqu'à 22h00. Veuillez nous indiquer le lieu où nous pouvons vous trouver dans l'hôtel en cas de besoin.

Tel. 600

### Baby-sitter

Un service de baby-sitter peut être organisé au prix de CHF 30.- par heure. Le cas échéant nous facturons un supplément de CHF 15.- par heure par enfant supplémentaire. Veuillez vous adresser dès que possible à la réception, car ce service ne peut être garanti en cas de demande à court terme. Les annulations de réservation sont prises en compte sans frais jusqu'à 24 heures à l'avance. Au-delà, le service est entièrement facturé.

Tel. 600

### Bar/Lounge

Envie d'un expresso le matin ? Un snack à midi ? Un café l'après-midi ? Un apéritif le soir ? Ou encore de passer en revue la journée avec un digestif ? Le bar est l'endroit idéal à tout moment de la journée. Ouvert de 10h30 à 01h00 environ. Animation musicale six jours par semaine du mardi au dimanche de 18h00 à 20h00 et à partir de 21h30.

Tel. 619

### Bons cadeau

Vous souhaitez partager votre expérience au Lenkerhof et faire plaisir ? Offrez un bon cadeau ! C'est avec plaisir que l'équipe de la réception vous aidera à composer un bon cadeau avec les prestations que vous souhaitez offrir. Tarifs communiqués sur demande.. Vous pouvez également commander votre bon cadeau sur [www.lenkerhof.ch/gutschein](http://www.lenkerhof.ch/gutschein) .

Si vous êtes en possession d'un bon que vous souhaitez utiliser, merci de nous le remettre dès votre check-in pour que nous puissions le prendre en compte sur votre facture.

Tel. 600

### Boutique

La boutique de l'hôtel se trouve au niveau de la réception. Des journaux et magazines pour lecteurs de tous âges sont en vente, ainsi qu'une petite sélection de cigarettes. Vous pouvez aussi y acheter nos vins à tarif spécial, et y trouver nos confitures et sirops maison.

Tel. 600

### Bus

À la Lenk, le transport en bus est déjà inclus dans la taxe de séjour et vous recevez les carte Lenk Simmental au check-in.

# C comme...

## Change

Si vous avez emporté des Euros ou US-Dollar, nous changerons volontiers votre argent en Francs suisses (jusqu'au CHF 500.-), au cours du jour augmenté d'une commission de 3% et 2 % pour le changements de taux de change.

## Check-in

Les chambres sont prêtes au plus tard à 15h30 le jour de votre arrivée.

## Check-out

Le jour de votre départ, nous vous prions de libérer votre chambre avant 11h00. Naturellement, le 7sources beauty & spa est à votre disposition jusqu'à 15h00 le jour de votre départ. Votre bagage peut être déposé à la réception ou chargé dans votre véhicule. Pour vous éviter l'attente en heure de pointe, notamment en fin de semaine, nous vous recommandons d'effectuer le règlement de vos consommations à l'avance.

## Coffre-fort

Dans l'armoire de votre chambre se trouve un coffre-fort pour lequel vous pouvez programmer vous-même la combinaison (valeurs assurées max. CHF 1'000.-).

Vous avez également la possibilité de faire enfermer vos objets de valeur à la réception (valeurs assurées max. CHF 50'000.-).

Nous déclinons toute responsabilité en cas de dommages, perte ou vol.

## Coiffeur

Dans notre espace beauté 7sources beauty & spa (sur rendez-vous) vous serez particulièrement bien conseillés et choyés.

Tel. 646

## Couches pour enfants

La réception du 7sources beauty & spa tient à votre disposition des couches imperméables au prix unitaire de CHF 6.- pour que vos plus petits puissent nager sans souci. À la réception de l'hôtel vous pouvez vous procurer des couches normales.

Tel. 646 / 600

## Couvertures

Il vous manque une couverture chaude ? Vous êtes allergiques aux plumes ? Ou vous préférez une couverture plus légère pour la nuit ? La gouvernante se tient à votre disposition.

Tel. 620

## D comme...

### Distributeurs de billets

Vous trouverez des distributeurs de billets au centre de la Lenk. En allant au Kronenplatz vous apercevrez le carrefour principal de la Lenk où se trouve la BEKB (Banque cantonale de Berne). Au Kronenplatz (en face de la Coop) se trouve la Poste. Devant le Kronenplatz à côté de l'information touristique il y a le Raiffeisen.

## E comme...

### Eau

Notre eau du robinet est d'excellente qualité. Elle est filtrée par les multiples couches rocheuses des montagnes de la Lenk. Nous vous recommandons aussi tout spécialement notre eau sulfurée, aux nombreuses vertus thérapeutiques, laquelle provient de l'une des sources les plus riches d'Europe. Vous pouvez la goûter tous les matins au buffet du petit-déjeuner et toute la journée au 7sources beauty & spa.

### Evènements

Vous souhaitez organiser un séminaire ou une cérémonie festive dans un cadre exceptionnel ? Nous serions heureux de vous présenter nos prestations et nos salles de conférence qui peuvent accueillir 10 à 150 personnes. Notre département événementiel vous conseillera volontiers, et sera heureux de vous assister dans l'organisation de votre évènement.

Tel. 610

## F comme...

### Fleurs

Une occasion particulière ou une simple envie ? Notre fleuriste vous préparera volontiers le bouquet adéquat si vous en faites la demande à l'avance. La valeur minimale de toute commande de bouquet de fleurs est de CHF 50.-. Bien entendu, vous pourrez aussi ne commander qu'une seule rose à CHF 8.-.

Tel. 659

### Fumeurs

Nous vous prions d'observer qu'au regard de la loi cantonale, tous les espaces accessibles au public doivent être non-fumeur. Par conséquent, l'hôtel dans son intégralité et naturellement les chambres elles-mêmes sont non-fumeur. Veuillez noter qu'en cas de nécessité, nous facturerons la désodorisation complète de la chambre. Vous souhaitez avoir un cendrier sur votre balcon ? Contactez la réception.

Tel. 600

Vous avez également la possibilité de fumer pipe, cigare et cigarette au Cigar Lounge. Fumer est également autorisé en terrasse.

Tel. 619

## G comme...

### Gouvernante

La gouvernante est disponible tous les jours de 07h30 à 22h00 et se chargera de prendre soin de votre chambre.

Tel. 620

## I comme ...

### Information sur la Lenk

L'équipe de la réception tient à votre disposition des informations sur les itinéraires à vélo ainsi que les randonnées aux environs du village et dans la région. A la réception vous trouverez également une carte détaillée de la Lenk. Pour plus de renseignements sur la Lenk et la vallée du Simmental, contactez le service de réception 24 heures sur 24.

Tel. 600

### Internet

Vous trouverez ces informations en page 9 sous « Ordinateur/Laptop

### iPod Docking station

L'iPod docking station est connectée à la télévision. Pour l'utiliser, veuillez suivre la procédure suivante: Allumer la télévision → connecter le portable avec la télévision → choisir le bouton « Source » → sélectionner le « USB-Anschluss » → confirmer avec ok.

## L comme...

### Late Check-out

Vous souhaitez rester plus longtemps dans votre chambre? Sur demande préalable et selon nos disponibilités, nous vous permettrons de rester jusqu'à 14h00.

Vous préférez profiter de votre chambre toute la journée ? Nous facturons jusqu'à 18h00 un supplément de CHF 80. - par personne. Au-delà, nous vous chargeons le montant total d'une nuitée.

Tel. 600

### Le petit prince

Le soir à 18h30, nous servons aux enfants (de 3 ans et plus) leurs plats préférés, sans oublier leurs besoins. Veuillez-vous inscrire le jour-même jusqu'à 17h00 à la réception ou directement auprès de notre animation. Vous trouverez plus des information en page 7 sous « forfait gourmet pour enfants».

Tel. 887

### Linge / Pressing

Le linge accroché avant 10h00 à votre porte vous sera rendu à 18h00 (sauf les samedis et dimanches). Nettoyage à sec sur demande. Vous trouverez le sac à linge et la liste des tarifs dans votre armoire. Merci d'informer la gouvernante (appuyez sur le bouton « Housekeeping » sur le téléphone), afin que votre linge soit pris en charge au plus vite.

Tel. 620

## M comme...

### Médecin

À la Lenk, il y a des médecins en cas d'urgence. Si vous avez besoin d'un médecin n'hésitez pas à contacter la réception. Nous nous occuperons de prendre rendez-vous. Le prochain hôpital se trouve à Zweisimmen.

- Simmepraxis  
Lenkstrasse 158  
3775 Lenk im Simmental  
+41 (0)33 733 16 01  
simmepraxis@hin.ch
- Numéro de médecin de garde :  
Tel. 0900 576 747
- **Numéro d'urgence : 144 ou depuis le téléphone de l'hôtel 0144**

### Minibar

Les boissons sans alcool de votre minibar sont incluses dans le prix de la chambre ! Le minibar est rempli une fois par jour. Pour toute commande supplémentaire ainsi que pour des commandes de boissons alcoolisées, contactez le service d'étage. Veuillez noter que nous appliquons un supplément de service de CHF 5.- pour les commandes de boissons et de CHF 10.- pour chaque commande de restauration.

Tel. 618

## O comme...

### Ordinateur/Laptop

Pendant votre séjour vous pourrez profiter gratuitement de notre accès WiFi disponible dans tout l'hôtel. Pour vous connecter au réseau, il faut agir de la manière suivante :

1. Choisissez de vous connecter au réseau « Hotspot Lenkerhof ».
2. Votre navigateur internet s'ouvre, et la page de connexion s'ouvre automatiquement. Cliquez sur « connect ».
3. Renseignez votre numéro de téléphone portable au format international comme indiqué (type 41 79 XXX XX XX). Après validation le code d'accès vous sera envoyé par SMS. Renseignez le code reçu dans la page de connexion et cliquez sur « registrieren »
4. Vous êtes connecté à Internet.

En cas de difficulté, ou en l'absence d'un téléphone mobile, choisissez l'option de connexion sans téléphone. Pour recevoir un code d'accès, contactez la réception.

Vous pouvez naturellement vous adresser à la réception pour toute question ou difficulté.

Tel. 600

## P comme...

### Peignoir/Pantoufles

Vous les trouverez dans le dressing de votre chambre. Si vous souhaitez une autre taille, nous vous prions de vous adresser au personnel d'étage. Vous y trouverez aussi un sac en toile noire dans lequel vous pourrez emporter vos affaires personnelles au Spa. Nous recommandons de laisser votre bijoux, objets de valeur et les appareils électroniques dans votre chambre. Des serviettes de bain et de sauna sont à votre disposition dans le 7sources beauty & spa. Nous vous prions de ne pas emporter les serviettes de votre chambre.

Tel. 620

## **Petit-déjeuner**

Pour bien commencer la journée, il faut un repas nourrissant. Du Muesli, un assortiment de yaourts et de céréales ainsi que des plats de fromage et de charcuterie variés: notre buffet richement garni est ouvert tous les matins de 7h30 à 11h00. Choisissez vous-même à quelle table vous installer. Si vous préférez déjeuner tranquillement au lit, merci d'en informer la réception ou le room service la veille au soir, et de détailler votre commande.

Tel. 616

## **Pique-nique**

Vous avez la possibilité d'emprunter des sacs à dos et d'y mettre votre pique-nique lorsque vous partez en randonnée. Nous vous préparons volontiers un panier-repas tout frais. Veuillez s'il vous plaît nous prévenir 24 heures à l'avance.

Tel. 600

## **Piscine**

Les heures d'ouverture de notre piscine d'eau soufrée (demi-lune, rayon de 7.9 mètres, 34°C) et de notre piscine couverte (rectangulaire, longueur de 14.85 mètres, 28°C) sont de 7h30 à 20h00.

Les horaires pour les enfants (jusque 16 ans) sont de 7h30 à 17h30. S'il vous plaît, veuillez noter que les enfants n'ont pas accès au 7sources beauty & spa en dehors des horaires mentionnés. Après 17h30 le spa est seulement pour les adultes.

Tel. 646

## **Produits d'hygiène corporelle**

A la réception vous avez la possibilité de vous procurer divers articles d'hygiène tels qu'un set de rasage, d'hygiène dentaire ou des couches pour les enfants. Pour tout autre article dont vous auriez besoin veuillez vous adresser à notre équipe de réception.

Tel. 600

## **Prolongation de votre séjour**

Vous souhaitez prolonger votre séjour ? Nous mettrons tout en œuvre pour vous éviter un déménagement dans une autre chambre et pour vous permettre de prolonger votre séjour.

Tel. 601

# R comme...

## Règles de sécurité

**Cher hôte**, votre sécurité est notre préoccupation. Le Lenkerhof gourmet spa resort est surveillé par le système de détection d'incendie automatique le plus moderne. Les détecteurs automatiques de toutes les chambres sont reliés aux sapeurs-pompiers locaux. Les plans d'évacuation se trouvent en règle générale sur le mur près de votre porte d'entrée. Les chemins d'évacuation sont indiqués au moyen de panneaux.

### Feu

Constatez-vous du feu ou de la fumée ? Le bouton d'alarme se trouve dans le couloir: Brisez le verre, pressez le bouton ! En cas d'incendie vous serez prié de suivre les indications de notre personnel formé.

### Lieu de rassemblement en cas de danger

En cas d'alerte, suivez les panneaux indiquant les sorties de secours et

### En cas d'urgence

1. Gardez votre calme.
2. Alertez vos voisins.
3. N'utilisez aucun ascenseur.
4. Suivez les instructions de l'équipe du Lenkerhof.
5. Suivez les panneaux « EXIT » et quittez l'immeuble par les sorties de secours. Rejoignez le lieu de rassemblement : sur le parking extérieur à l'entrée du 7sources beauty & spa, et signalez-vous au collaborateur en charge du comptage des hôtes.

### Fumée dans la chambre

Quittez la chambre en refermant bien la porte et les fenêtres - avertissez l'équipe de réception.

## Restaurants

Nous serons heureux de vous gâter dans nos restaurants. Vous pouvez choisir notre forfait gourmet pour tout le séjour ou dîner à la carte dans nos restaurants.

Tel. 616

### Restaurant



Le soir, nous vous servons un dîner à la carte du Gault Millau, qui change tous les jours. Les clients qui bénéficient d'un forfait gourmet peuvent choisir leur propre menu parmi les 15 plats, en termes de nombre, d'ordre et de choix des plats. Les hôtes qui n'ont pas réservé le forfait peuvent choisir à la carte.

Vous pouvez commander de 19h00 à 21h00. S'il vous plaît notez qu'à compter de 21h00, vous pourrez encore sélectionner un maximum de 3 plats.

Tel. 616

### Restaurant



Tous les jours de 12h00 à 14h00, ce restaurant vous servira soit un menu du jour. Le soir, du mercredi au dimanche entre 19h00 et 22h30 nous vous servirons une cuisine méditerranéenne soignée. Commandez à la carte, ou profitez dans le cadre de votre forfait gourmet d'un dîner à 34 plats. L'équipe de l'Oh de Vie vous conseillera volontiers.

Tel. 617

## Restaurant **BÜHLBERG** BY LENKERHOF

Sur la plus belle terrasse de la Lenk, nous vous servons des plats saisonniers et authentiques, la fondue au fromage ou le filet de bœuf du Simmental, au cœur de nos magnifiques montagnes. Avec le forfait gourmet vous pouvez choisir trois plats à la carte. Une expérience que vous ne devez pas manquer. Pour plus d'informations veuillez contacter notre site internet [www.buehlberg.ch](http://www.buehlberg.ch).

Tel. 033 733 15 60

## Réveil

Si vous souhaitez être réveillé par une voix agréable à une heure déterminée, nous vous prions de vous adresser à la réception.

Tel. 600

## Roomservice

Vous trouverez notre menu du room service en dernière page de ce livret. Les plats servis 24 heures sur 24 sont marqués d'une étoile.

Veuillez noter que nous facturons un supplément de CHF 5.- pour toute commande de boissons et de CHF 10.- pour chaque commande de restauration.

Tel. 618

## S comme...

### Salle de sport

La salle de fitness est ouverte de 7h30 à 20h00 et de décembre à avril jusqu'au 22h00 chaque mardi et jeudi soir. Les appareils de gymnastique sont équipés d'une connexion pour iPhone et iPod. De plus, vous trouverez des casques d'écoute à la réception du 7sources beauty & spa.

Tel. 646

### Saunas

#### Heures d'ouverture espace sauna textile

- tous les jours de 09h00 - 20h00

#### Heures d'ouverture espace sauna sans textile

- Avril - Novembre: tous les jours de 14h00 - 20h00
- Décembre - mars: tous les jours de 11h00 à 20h00

Les enfants de moins de 16 ans ne sont pas autorisés à utiliser le sauna. Des serviettes dédiées sont tenues à votre disposition à la réception du spa.

Tel. 646

### Ski Service

Le service Overnight d'Intersport Troxler vous propose une prestation spéciale pour vos skis ou snowboards. Pendant que vous êtes au pays des rêves, l'équipe du magasin de sport s'occupe de vos skis/snowboards pour qu'ils brillent d'un nouvel éclat. Si vous êtes intéressé, contactez la réception.

Tel. 600

### Sport avec notre coach

Notre programme de fitness se déroule au pavillon et inclut gymnastique, stretching, pilates, etc... Si vous êtes intéressé, veuillez vous inscrire à l'avance à la réception du 7sources beauty & spa. Nous vous proposons volontiers un entraînement personnalisé. Pour d'avantage d'information adressez-vous à la réception du 7sources beauty & spa.

Tel. 646

## Starter kit / Kit souvenir

Un souvenir de vacances à emporter chez vous ? Volontiers ! Vous pouvez toujours obtenir l'un de nos nombreux produits. Notre offre en produits alimentaires est également disponible à emporter. Plusieurs fromages, notre moutarde exclusive ou une bonne bouteille de vin feront un cadeau idéal ! Adressez-vous aux collaborateurs des domaines correspondants, ou commandez directement via le formulaire « Starter kit » dans votre chambre.

Tel. 600

## Stationnement et places de parking

Vous pouvez bénéficier gratuitement de notre service de voiturier. C'est avec plaisir que nous stationnerons votre voiture dans le garage au tarif de CHF 24.- par nuit en été et de CHF 29.- par nuit en hiver. Pour entrer, vous pouvez obtenir une télécommande du garage à la réception. D'autres emplacements de parking, gratuits, sont également à votre disposition sur le côté droit de la rue qui mène à l'hôtel (sans garantie de l'hôtel en cas de dommages ou autres).

Nous vous prions de ne pas stationner devant l'entrée de l'hôtel.

Tel. 600

## T comme...

### Tabouret/siège dans votre salle de bains

Vous souhaitez avoir un tabouret dans votre salle de bains ou dans votre douche ? Notre équipe housekeeping vous apportera volontiers un siège adapté.

Tel. 620

## Taxi

Destination	1 - 4 Pers.	Durée du parcours
Zweisimmen	CHF 48.60	0 h 20 min.
Spiez	CHF 178.20	1 h 00 min.
Thun	CHF 189.00	1 h 15 min.
Gstaad	CHF 102.60	0 h 40 min.
Zürich Aéroport ou ville	CHF 750.60	2 h 30 min.
Berne	CHF 307.80	1 h 30 min.
Belp	CHF 286.20	1 h 30 min.
Genève Aéroport	CHF 642.60	2 h 30 min.

Veillez noter que les tarifs ci-dessus ainsi que la durée de parcours sont donnés à titre indicatif.

## Télécommande/Chaînes de télévision

Pour allumer la télévision, veuillez appuyer sur un chiffre à votre choix ou sur le chiffre du programme.

1 HOME-TV	21 VOX	41 tagesschau24	61 BBC Two	81 Sony Action+1	101 TRT World HD
2 BPN	22 kabel eins	42 EURONEWS GE	62 BBC World News	82 Sony Channel	102 Tunisie Nationale
3 SRF 1	23 kabel eins Doku	43 Eurosport 1 De	63 Bloomberg Europe	83 Sony Classic	
4 SRF zwei	24 3sat	44 SPORT1	64 CNN Int.	84 Sony Movies	
5 SRF info	25 arte	45 DMAX	65CNBC Europe	85 Sony Movies+1	
6 Das Erste	26 KiKA	46 REGIO TV	66 ITV	86 Tiny Pop	
7 ZDF	27 TOGGO	47 RTS Un	67 ITV2	87 NTV MIR	
8 zdf_neo	28 WDR HD Bonn	48 RTS Deux	68 ITV4	88 1TVRUS Europe	
9 ZDFinfo	29 NDR FS NDS	49 France 24	69 Sky News Intl	89 ROSSIIY A24	
10 ONE	30 hr-fernsehen	50 TV5MONDE EU	70 Al Jazeera English	90 RTR	
11 SWR BW	31 rbb Berlin	51 EURONEWS FR	71 CBBC	91 Russia Today	
12 BR Fernsehen Süd	32 NITRO	52 CGTN F	72 CGTN	92 PMC	
13 SAT.1	33 NICKELODEON AT	53 RSI LA 1	73 CCTV-4	93 Channel 112	
14 SAT.1 Gold	34 Comedy Central AT	54 RSI LA 2	74 CGTN Documentary	94 Al Jazeera Channel	
15 Prosieben	35 TELE 5	55 Rai 1	75 DW English	95 2M Monde	
16 Pro7 MAXX	36 phoenix	56 Rai 2	76 RT Doc	96 Arirang TV	
17 RTL Television	37 WELT	57 Rai 3	77 CITV	97 ARMPUB TV	
18 RTL2	38 Welt der Wunder	58 Rai News 24	78 France 24	98 BBC Arabic TV	
19RTLplus	39 ServusTV DE	59 SMTv San Marino	79 POP	99 Cubavision Int	
20 SUPER RTL	40 n-tv	60 BBC One	80 POP Max	100 RTPi	

## Radio

110 SRF 1	125 1LIVE	140 hr2	155 radioeins
111 SRF 2 Kultur	126 WDR2 Rheinland	141 hr3	156 Dlf Kultur
112 SRF 3	127 WDR3	142 hr4	157 COSMO
113 SRF 4 News	128 WDR4	143 MDR Sachsen DD	158 1LIVE diGGi
114 SRF Musikwelle	129 WDR5	144 MDR JUMP	159 RTS-1ere
115 SRF Virus	130 SR 1 Europawelle	145 MDR SPUTNIK	160 Eepace 2
116 Swiss Classic	131 SR 2 KulturRadio	146 MDR AKTUELL	161 Couleur3
117 Swiss Classique	132 SR 3 Saarlandwelle	147 MDR KLASSIK	162 Option Musique
118 Swiss Jazz	133 Bayern 1	148 NDR 2 NDS	163 Rete Uno
119 Swiss Pop	134 Bayern 2	149 NDR Kultur	164 Rete Due
120 SWR1 BW	135 BAYERN 3	150 NDR Info NDS	165 Rete Tre
121 SWR2	136 BR-Klassik	151 Bremen Eins	166 Radio-Rumantsch
122 SWR3	137 B5 aktuell	152 Bremen Vier	
123 SWR4 BW	138 BAYERN plus	153 Antenne Brandenburg	
124 SWR Aktuell	139 hr1	154 rbb 88.8	

## Téléphone

### Numéros importants

<u>Service</u>	<u>Numéro</u>
Réception & Concierge	600
7sources beauty & spa	646
Roomservice	618
Housekeeping	620
Ligne extérieure	0

### Volume et Haut-parleur

Les touches « + » et « - » de réglage volume se trouvent au centre du téléphone. Pour régler le volume du combiné vous devrez préalablement le décrocher, et pour le volume du haut-parleur l'activer d'abord avec la touche haut-parleur qui se trouve entre les touches « + » et « - ».

## Train

Si vous décidez d'arriver en train la prochaine fois, nous viendrons vous chercher à la gare de la Lenk. Vous désirez faire préacheminer vos bagages ? Nous nous occupons volontiers de récupérer vos affaires. Naturellement, ce service est aussi disponible au jour de votre départ.

Les liaisons ferroviaires de Suisse et d'Allemagne sont excellentes. (ICE Berlin-Spiez ou avec le « Panorama Express » de Montreux à Zweisimmen).

## Traitements / Soins de beauté

Pour des traitements, massages et rendez-vous coiffure, l'équipe du 7sources beauty & spa est disponible tous les jours de 9h00 à 20h00. Vous pouvez annuler gratuitement votre rendez-vous jusqu'à 24 heures à l'avance. Nous retenons des frais d'annulation de 100% pour tous les rendez-vous qui ne seraient pas respectés.

Tel. 646

## Tickets pour ski et randonnées

C'est avec plaisir que nous vous organiserons les billets d'accès aux télécabines locales. Pour avoir une impression des environs dans le domaine de randonnée et de ski « Adelboden-Lenk », nous tenons à votre disposition des cartes de la Lenk. Veuillez vous adresser à la réception. Avec la carte « Lenk Simmental » l'utilisation des télécabines Betelberg et Metsch en été est gratuite pendant tout le séjour.

Tel. 600

## U comme...

### Urgence

En cas de maladie ou de blessure, vous pouvez vous rendre au service d'urgence médicale ou à l'hôpital de Zweisimmen. Vous trouverez plus d'informations à la page 9 sous « Médecin ». L'équipe de la réception est à votre disposition. À la réception se trouve une trousse de premier secours ainsi qu'un défibrillateur.

**Numéro d'urgence : 144 ou depuis le téléphone de l'hôtel 0144**

Tel. 600

## V comme...

### Vélos en location

La réception vous aidera volontiers pour la location d'un E-Bike ou d'un vélo au magasin Troxler sport.

Bien sûr, vous pouvez louer vous-même un vélo ou un VTT dans le magasin de cycles « Sputnik ». Si vous le désirez, nous pouvons facturer la location sur votre note d'hôtel. A la réception, vous trouverez un plan avec des suggestions de balades à vélo.

Tel. 600

### Voiture

Vous trouverez plus d'information à la page 13 sous « Stationnement ».

## W comme...

### Wet 'n Wild

Tous les jours, de 7h30 à 17h30 les enfants s'en donnent à cœur joie dans le « turbotube » et les deux piscines. Veuillez noter, chers parents, qu'en dehors de cet horaire l'accès au 7sources beauty & spa n'est pas autorisé à vos enfants. Nous vous en remercions d'avance.

Tel. 646

### Wifi/Wlan

Vous trouverez ces informations en page 9 sous « Ordinateur/Laptop