

---

GENIESSEN  
ENTSPANNEN  
ZEIT VERGESSEN



HAMMAM & SPA

OKTOGON • BERN

# EIN ORIENTALISCHER SINNESRAUSCH

Das Berner Hammam steht auf dem Fundament des ersten Gaskessels der Schweiz aus dem 19. Jahrhundert, einem achteckigen Gebäude, dem Oktogon. Das Hammam & Spa Oktogon Bern steht für ein Ritual wie aus 1001 Nacht und bietet ein einmaliges Baderlebnis auf vier Stockwerken.

Schon auf der Schwelle zum Berner Hammam schwindet der Alltag und die Reise in den Orient beginnt. Das Hammam & Spa Oktogon Bern ist in verschiedene Räume aufgeteilt. Das Reinigungsritual basiert auf der schrittweisen Aufwärmung und Reinigung des Körpers und folgt einem festen Ablauf.

Die Zeremonie beginnt mit dem sogenannten «Pestemal», ein Leinentuch, das man sich um den Körper wickelt. Im ersten Kräuterdampfraum «Sogukluk», wird der Körper bei 38 °C aufgewärmt. Im zweiten Raum «Kese» wird der Körper mit einem rauen Handschuh abgerieben. Bei diesem Peeling werden alte Hautzellen abgerubbelt. «Sicaklik» ist der zentrale Raum mitten im Oktogon mit dem warmen Entspannungsbad. Nach dem Bad geht es ins Dampfbad. Im «Bingül» öffnet der heisse Kräuterdampf bei 45 °C erneut die Poren und im fünften Raum «Lif» erfolgt das zweite Peeling mit Seife.

Auf einem grossen gewärmten «Nabelstein» erholen Sie sich und tauchen in die Behaglichkeit des Hammams ein. In unserem hübschen Bistro können Sie sich mit feinen, frischen Köstlichkeiten verpflegen. Zum Abschluss entspannen Sie sich im gemütlichen Ruheraum «Camekan».

## EINTAUCHEN UND BUCHEN

Weitere Informationen und Impressionen finden Sie auf unserer Website [hammam-bern.ch](http://hammam-bern.ch)

Oder buchen Sie Ihren Verwöhnmoment gleich online.



# HAMMAM-RITUAL

Für alle Day-Spa-Pakete, Anwendungen, Massagen und Wohlfühlmomente empfehlen wir Ihnen eine vorzeitige Reservation unter 031 311 31 01 oder buchen Sie Ihren Aufenthalt gleich online.

## HAMMAM

KINDER UNTER 16 JAHREN HABEN KEINEN ZUTRITT (Ausnahme: Event «Hamam for Kids»).

Hamam-Ritual CHF 48

Hamam-Ritual mit Rhassoul CHF 65

oder Rügener Heilkreide

6 Hamam-Rituale<sup>1</sup> CHF 240

(übertragbar)

6 Hamam-Rituale mit Rhassoul CHF 325  
oder Rügener Heilkreide<sup>1</sup>

(übertragbar)

Im Hamam-Ritual ist folgendes inklusive:

- Pestemal (traditionelles Leinentuch)
- Kese (Peeling-Handschuh)
- Tee im Bistro

## ÖFFNUNGSZEITEN

Mo.: 09.00–21.30 Uhr, «Tag der Stille»

Di.: 09.00–21.30 Uhr, «Frauen unter sich»\*

Mi.: 13.00–21.30 Uhr

Do./Fr.: 09.00–21.30 Uhr

Sa./So.: 10.00–20.00 Uhr

<sup>1</sup> Das Angebot ist 2 Jahre gültig.

\* Der Dienstag ist ausschliesslich für Frauen reserviert.

## HAMMAM-RITUAL

DAUER CA. 2 STUNDEN

### 1. Sogukluk 1. Kräuterdampf 38 °C

Haut vorbereiten und duschen

### 2. Kese

Peeling mit dem Kese-Handschuh

### 3. Sicaklik 35 °C

Entspannungsbad

### 4. Bingül 2. Kräuterdampf 45 °C

Schwitzen und entgiften

ERGÄNZENDE ANWENDUNG  
(RESERVATION ZWINGEND)

- Seifenschaum-Massage

### 5. Lif

Peeling mit dem Kese-Handschuh und Seife

### 6. Warme Nabelsteine

Entspannen und erholen

ERGÄNZENDE ANWENDUNG  
(RESERVATION ZWINGEND)

- Rhassoul-Packung
- Rügener Heilkreide-Packung

### 7. Hamam-Bistro

Entspannen, erholen, Tee und Gespräche

ERGÄNZENDE ANWENDUNG  
(RESERVATION ZWINGEND)

- All Senses (Honig-Milch-Bad oder vegan)
- Öl-Massagen

### 8. Camekan

Entspannen, erholen und Ruhe geniessen

# ANWENDUNGEN & MASSAGEN

Eine belebende Massage oder eine wohltuende Behandlung ergänzen Ihr Hammam-Ritual perfekt.

Anwendungen und Massagen sind nur mit einem Hammam-Ritual-Eintritt buchbar.

## TRADITIONELLE HAMMAM-SEIFENSCHAUM-MASSAGE

25 MINUTEN // CHF 53  
50 MINUTEN // CHF 98

Geniessen Sie eine wohltuende Ganzkörper-Massage, beginnend mit einem Peeling. Anschliessend werden Sie eingehüllt in Schaum und mit gezielten Massagegriffen verwöhnt. Der Duft der milden und naturreinen Seife wirkt entspannend und stimmungsaufhellend. Bei der 50-minütigen Massage bildet eine wohltuende Haarwäsche inklusive Kopfmassage den idealen Abschluss.

## RHASSOUL-PACKUNG

20 MINUTEN // CHF 23

Rhassoul gilt als Geheimtipp für die natürliche Schönheitspflege. Im Orient seit Tausenden von Jahren ein bewährtes Schönheitsmittel – Rhassoul, die marokkanische Tonerde. Im Dampfbad tragen Sie die Packung auf Ihren Körper auf und lassen die pflegenden Stoffe einwirken. Rhassoul verhilft zu einer wirksam gereinigten und elastischen Haut – eine wohltuende und natürliche Schönheitspflege.

## RESERVATION

Alle Anwendungen und Massagen benötigen eine **vorzeitige Reservation** unter **031 311 31 01** oder buchen Sie gleich online.



## RÜGENER HEILKREIDE

20 MINUTEN // CHF 23

Die Kreide ist ein Naturprodukt, welches die Haut reinigt und pflegt. Sie hat eine wohltuende Wirkung auf viele Hautprobleme. Nach einer Packung mit Kreide fühlt sich Ihre Haut spürbar sanfter an. Die Durchblutung und der Stoffwechselprozess im gesamten Körper werden angeregt. Auch diese Packung wird im Dampfbad selbst aufgetragen, um sie anschliessend einwirken zu lassen.

## ALL SENSES

25 MINUTEN // CHF 29

Geniessen Sie nach dem Hammam-Ritual ein Bad für alle Sinne. Tauchen Sie in die Wärme ein und verwöhnen Sie Ihre Haut mit der Kraft der Natur, dazu geniessen Sie einen Prosecco.

All Senses kann auch zu zweit genossen werden.

- Milch-Honig-Bad mit ätherischen Ölen
- 1 Glas Prosecco

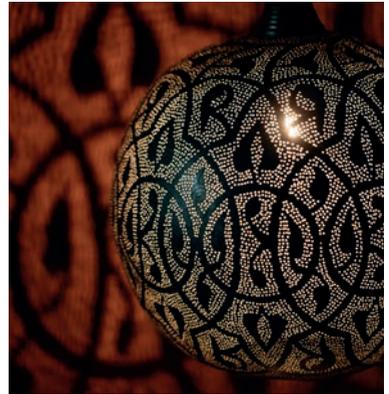
## ALL SENSES VEGAN

25 MINUTEN // CHF 29

Geniessen Sie die All Senses-Anwendung auch als vegane Variante mit Sojamilch.

All Senses-Vegan kann auch zu zweit genossen werden.

- Sojamilch-Bad mit ätherischen Ölen
- 1 Glas Prosecco



---

## HAMMAM-ÖL-MASSAGE

25 MINUTEN // CHF 53  
50 MINUTEN // CHF 98

Die Hammam-Öl-Massage ist eine einzigartige Kombination einer Ganzkörper-Öl-Massage mit der Hot-Stone-Massage. Der ganze Körper wird mit einem warmen Öl und sanften langen Streichungen massiert. Die warmen Steine runden die wohltuende Massage ab. Speziell für unsere Gäste entwickelt, können Sie bei dieser Massage entspannt loslassen und geniessen.

## FUSSMASSAGE

25 MINUTEN // CHF 53

Müde, erschöpfte Beine und Füsse finden hier Erholung pur. Basierend auf der indischen Fussmassage geniessen Sie einen Verwöhnmoment der ersten Klasse für Ihre Füsse. Sanfte Massagegriffe und wohltuende Lotion lassen keine Wünsche offen.



---

## ROYAL MASSAGE

50 MINUTEN // CHF 115

Zu Beginn entspannen Sie bei einer sanften Ganzkörper-Massage mit feinem Öl. Das warme, wohlriechende Öl pflegt dabei Ihre Haut nach dem Hammam-Ritual.

Die Massage bereichern wir mit einem poren-reinigenden Peeling. Das Gesicht wird anschliessend mit einer sanften Gesichts- und Kopfmassage königlich verwöhnt.

## SATIN SHIMMER

75 MINUTEN // CHF 168

Die Ganzkörper-Massage mit Kerzenwachs ist wirklich ein einmaliges Sinneserlebnis – schon nach wenigen Momenten erreichen Sie die totale Entspannung und tauchen in eine wunderbare innere Sphäre ein.

Nach einer einleitenden Massage mit einem sanften Öl und einem Ganzkörper-Peeling mit der Seife erfolgt die Kerzenöl-Massage mit angenehm warmem, fein duftendem Kerzenwachs von bester Qualität.



# RITUAL PACKAGES

Lassen Sie den Alltag hinter sich und gönnen Sie sich einen Moment der Ruhe und Entspannung.

Anwendungen und Massagen sind nur mit einem Hammam-Ritual-Eintritt buchbar.

## PURE RELAX

CA. 3 STUNDEN // CHF 156

- Hammam-Ritual
- Seifenschaum-Massage (25 Minuten)
- Hammam-Öl-Massage (25 Minuten)
- Eine kleine Spezialität aus dem Bistro

## RESERVATION

Für alle Anwendungen, Massagen und Ritual-Pakete empfehlen wir Ihnen eine **vorzeitige Reservation** unter 031 311 31 01 oder buchen Sie Ihren Aufenthalt gleich online.

## SPIRIT OF THE ORIENT

SAISONAL BUCHBAR: JUNI–AUGUST

CA. 4 STUNDEN // CHF 188

- Hammam-Ritual
- Rhassoul-Packung
- Royal Massage (50 Minuten)
- Eine kleine Spezialität aus dem Bistro



## MORNING DREAM

CA. 3,5 STUNDEN // CHF 126

Eintritt Montag–Freitag (exkl. mittwochs und Feiertage), 09.00–12.00 Uhr

- Hammam-Ritual
- Rhassoul-Packung oder Rügener Heilkreide-Packung
- Seifenschaum-Massage (25 Minuten) oder Hammam-Öl-Massage (25 Minuten)
- Eine kleine Spezialität aus dem Bistro

## SALT & SOAP

CA. 3,5 STUNDEN // CHF 133

Eintritt Montag–Freitag (exkl. mittwochs und Feiertage), 09.00–12.00 Uhr

Verwöhnen Sie Ihre Haut mit der Kraft des Salzes und der Wirkung der reinigenden Seife.

- Hammam-Ritual
- Seifenschaum-Massage (25 Minuten)
- Meersalz-Bad
- 30 ml pflegendes Öl
- Eine kleine Spezialität aus dem Bistro

## SALT & SOAP DELUXE

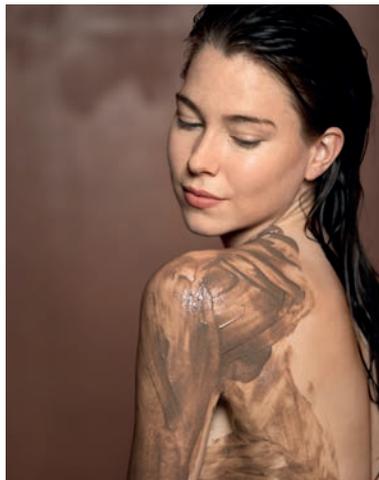
CA. 4 STUNDEN // CHF 178

Eintritt Montag–Freitag (exkl. mittwochs und Feiertage), 09.00–12.00 Uhr

- Hammam-Ritual
- Seifenschaum-Massage (50 Minuten)
- Meersalz-Bad
- 30 ml pflegendes Öl
- Eine kleine Spezialität aus dem Bistro

### GEHEIMTIPP

Geniessen Sie das Hammam in seiner ganzen Pracht bereits zu Tagesbeginn. Tauchen Sie in die Ruhe ein und tanken Sie Energie für den bestehenden Tag.



# ANGEBOTE FÜR 2 PERSONEN

## YOU & ME

CA. 3,5 STUNDEN // CHF 366

- Hammam-Ritual
- Seifenschaum-Massage (25 Minuten)
- All Senses, auch als vegane Variante mit Sojamilch  VEGAN
- Hammam-Öl-Massage (25 Minuten)
- Eine kleine Spezialität aus dem Bistro

## YOU & ME DELUXE

CA. 4 STUNDEN // CHF 454

- Hammam-Ritual
- Seifenschaum-Massage (25 Minuten)
- All Senses, auch als vegane Variante mit Sojamilch  VEGAN
- Hammam-Öl-Massage (50 Minuten)
- Eine kleine Spezialität aus dem Bistro

Die Massagen geniessen Sie zu zweit ganz privat im gleichen Raum.



# WELLNESS & MORE

## DINE & RELAX

HAMMAM-RITUAL CA. 2 STUNDEN // CHF 127

Eine Reise vom Orient mitten ins prunkvolle Gesellschaftshaus in der Berner Altstadt.

- Hammam-Ritual
- 3-Gang Überraschungsmenu im Restaurant Casino Bern (inkl. Wasser und Kaffee)

Beide Angebote sind nur am gleichen Tag und mit Reservation einlösbar.

Reservierung unter 031 328 02 00.

## CASINO BERN

[CASINOBERN.CH/KULINARIK/](https://casinobern.ch/kulinarik/)

Das renovierte Gesellschaftshaus mitten in der Altstadt ist seit seiner Eröffnung 1909 der kulturelle und gesellschaftliche Treffpunkt Berns.

Für klassische Genussmomente – das Restaurant versprüht einen Hauch Noblesse. Wählen Sie zwischen italienischen Klassikern, «Grosses Pieces» und Gerichten inspiriert von der französischen Haute Cuisine. Angepasst an die jeweilige Saison, widerspiegelt sich in den Gerichten zudem die Region und das Terroir.



# UNSERE SPA-WELTEN BIETEN FLIESENDE ERLEBNIS- WELTEN, RUHE UND ENTSPANNUNG. WIR SIND IN SECHS REGIONEN DER SCHWEIZ VERTRETEN.

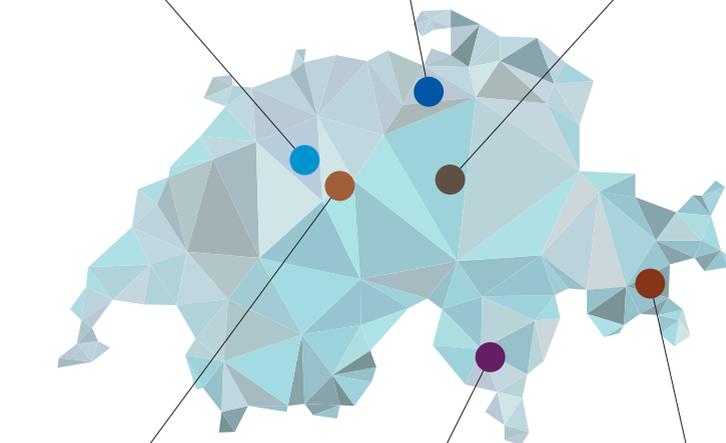
Solbad & Spa  
**SCHÖNBÜHL**



Hürimannbad & Spa  
**ZÜRICH**



Mineralbad & Spa  
**RIGI KALTBAD**



Hamмам & Spa  
**OKTOGON BERN**



Termali Salini & Spa  
**LOCARNO**



Mineralbad & Spa  
**SAMEDAN**

Alle Preise in CHF inkl. MwSt. Angebots- und Preisänderungen vorbehalten. Stand Juli 2022

GENIESSEN – ENTSPANNEN – ZEIT VERGESSEN IN EINER DER SPA-WELTEN DER AQUA-SPA-RESORTS  
Bern | Schönbühl | Samedan | Zürich | Rigi Kaltbad | Locarno

AQUA-SPA-RESORTS AG, Hammam & Spa Oktogon, Weihergasse 3, 3005 Bern  
031 311 31 01, [info@hammam-bern.ch](mailto:info@hammam-bern.ch), [hammam-bern.ch](http://hammam-bern.ch)