

Medienmitteilung

Datum: Mittwoch, 20. September 2023
Rubrik/Thema: Ferienregion / Tourismus
Link: [lenzerheide-experience.ch](https://www.lenzerheide-experience.ch)

«The Lenzerheide Experience» bestätigt mehr Erholung

Im April 2023 startete die Sommerkampagne der Ferienregion Lenzerheide «The Lenzerheide Experience» mit dem Ziel, die positive Wirkung von Ferien in Lenzerheide auf die Gesundheit messbar zu machen. Wir haben zwei Testpersonen nach Lenzerheide eingeladen, ihre Gesundheitsdaten vor, während und nach ihrem Aufenthalt mit der Garmin fēnix® 7 Smartwatch erhoben und ausgewertet. Das Resultat ist beeindruckend: Besserer Schlaf, weniger Stress, ein tieferer Ruhepuls und 100% positive Vibes.

Gesundheitsdaten können heute einfach und ohne teure Geräte gemessen und ausgewertet werden. Das Tracking von Trainings und Daten aller Art mit Smartwatches liegt deshalb im Trend. Die Ferienregion Lenzerheide hat sich dies zunutze gemacht und bestätigt, dass sich Ferien in Lenzerheide positiv auf den Gesundheitszustand der Gäste auswirken können. Konkret verbesserte sich der «sleep score» um 31% bzw. 21%, das Stresslevel sank um 30% bzw. 25% und auch der Ruhepuls war um 18% bzw. 8% tiefer als vor dem Aufenthalt in Lenzerheide. Der Ruhepuls blieb auch in der Woche nach dem Aufenthalt auf dem tieferen Niveau, während sich der «sleep score» und das Stresslevel wieder verschlechterten. «Gefühlt wussten wir schon immer, dass eine Auszeit in Lenzerheide trotz oder vielleicht gerade wegen der erhöhten körperlichen Aktivität einen positiven Effekt auf die Erholung hat. Es ist schön, dass unser kleines Feldexperiment diese These nun bestätigt», sagt Nicole Gysi, Projektverantwortliche der Lenzerheide Marketing und Support AG.

Das Experiment

85 Bewerbungen gingen auf den Aufruf zur Suche einer Testperson ein. Nach Sichtung der Unterlagen und Videocalls wurden die beiden Testpersonen Carla und Michi ausgewählt. Sie wurden im Juni 2023 für eine Woche nach Lenzerheide eingeladen. Für ihre Woche in Lenzerheide wurde ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt, das die Vielfalt der Ferienregion widerspiegelte. Es umfasste drei zentrale Bereiche: Sport, Erholung und Kulinarik. So wurden diverse Angebote rund um Lenzerheide getestet – von der anspruchsvollen Wanderung aufs Lenzerhorn über einen gemütlichen Spaziergang um den Heidsee bis zum entspannenden Wellness-Besuch. Beste Kulinarik in verschiedenen Gastronomiebetrieben der Region und die passende Unterkunft in der PRIVÄ Alpine Lodge inklusive. Weitere sportliche Aktivitäten wie Trailrunning, Biathlon, E-Bike und Wassersport durften auch nicht fehlen. Immer dabei war die Garmin fēnix® 7 zur Datenerfassung. Alle Informationen zum Experiment gibt es unter [lenzerheide-experience.ch](https://www.lenzerheide-experience.ch).

Eigene Lenzerheide Experience und Verlosungen

Während der Woche in Lenzerheide wurden Carla und Michi durch ein Filmteam von MOVIEMAINT begleitet, welches die einzelnen Tage in Reels und die gesamte «Lenzerheide Experience» in einem Clip zusammenfasste. Die täglichen Reels waren jeweils mit einem kleinen Wettbewerb verbunden und zum Schluss der Woche konnten sich Gruppen für eine mini «Lenzerheide Experience» im stettli resort bewerben. Zahlreiche Bewerbungen gingen ein und über 1'000 Personen halfen mit, die Gewinnergruppe zu bestimmen.

Die Lenzerheide Marketing und Support AG bedankt sich bei allen an der Aktion beteiligten Leistungsträgern und Partnern: PRIVÄ Alpine Lodge, stettli Resort, Hotel Schweizerhof Lenzerheide, Alpin Trend AG, Hüttenzauber, Roland Arena, Bikeschule Nova, Sportzentrum Lenzerheide, Bestzeit Lifestyle und Sport Hotel, Hotel Seehof, Garmin, Pesko, Salomon, Lenzerheide Bergbahnen AG und vielen mehr. «Wir freuen uns über die positiven Resultate und Rückmeldungen zur Kampagne. Natürlich

empfehlen wir allen die «Lenzerheide Experience» selbst zu testen und so etwas für die eigene Gesundheit zu tun», so Nicole Gysi.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Nicole Gysi
Brand Manager Familien & Nordic, Lenzerheide Marketing und Support AG
T +41 81 385 57 41
E-Mail nicole.gysi@lenzerheide.swiss

Marc Schlüssel
CMO, Lenzerheide Marketing und Support AG
T +41 81 385 57 20
E-Mail marc.schluessel@lenzerheide.swiss