

# En Autriche, une oasis de santé sur une terrasse ensoleillée

● Au Park Igls Medical Spa Resort, la rigueur suisse rencontre la cordialité tyrolienne. La Zurichoise Andrea Gnägi dirige avec pragmatisme et empathie cet hôtel atypique qui a déjà remporté de nombreuses distinctions internationales.

CHRISTOPH AMMANN

Andrea Gnägi jette un oeil à la salle de sport panoramique. Deux hôtes transpirent sur le tapis de course et le vélo d'appartement. Les haltères et les appareils de musculation, eux, sont pour l'heure orphelins. «C'est la salle de sport avec la plus belle vue que l'on puisse imaginer», vante la directrice du Park Igls Medical Spa Resort. Jusqu'en 2009, les hôtes barbotaient au troisième étage dans la piscine couverte de l'hôtel et profitaient d'une vue dégagée sur les pics du massif du Karwendel à travers les fenêtres panoramiques. Depuis 2009, le bleu de la piscine intérieure scintille dans un pavillon situé dans le vaste parc naturel qui a donné son nom à l'hôtel. La piscine fait partie d'un spa ennobli de gneiss vert comptant divers saunas et un hammam.

Andrea Gnägi est arrivée au Park Igls peu avant la fin des travaux de transformation et d'agrandissement. En 2009, elle en est devenue la directrice. C'est la combinaison de deux événements d'ordre personnel qui l'a conduite à Igls. Son père, Albert Gnägi, un avocat zurichois, avait rejoint l'aventure en 1997 en tant que co-investisseur. Quatre ans plus tôt, l'ancien sanatorium Park Igls, construit en 1905, avait été transformé en centre de santé axé sur la médecine de F. X. Mayr. Entre-temps, Albert Gnägi est devenu propriétaire de l'ensemble de l'établissement, qui compte 51 chambres et suites d'hôtel.

## De la culture à la direction d'hôtel

Le père a demandé à sa fille de s'occuper du Park Igls, Andrea ayant justement quitté la Suisse pour le Tyrol par amour. Elle a accepté, est restée et a marqué la maison de son empreinte; un mélange d'empathie et de pragmatisme qui la caractérise. Pourtant, elle s'épanouissait dans son travail de manager culturelle, notamment au KKL de Lucerne.

«J'avais une petite fille et je m'apprêtais à me mettre à mon compte en créant ma propre agence», se souvient-elle. La transition n'a pas été facile, raconte la directrice, aujourd'hui âgée de 55 ans. «Dans le domaine culturel, chaque événement se termine un jour et puis, on recommence. Dans l'hôtellerie, ça ne s'arrête jamais.»

Malgré tout, Andrea Gnägi n'a jamais regretté s'être lancée dans le secteur de l'hôtellerie. «Ici, je suis à la fois directrice de l'hôtel, directrice générale et responsable du marketing, explique-t-elle. Nous ne sommes pas un hôtel ordinaire, mais un centre de santé où l'être humain est au centre des préoccupations. Pour cela, nous nous appuyons sur les trois piliers que sont l'alimentation, l'activité physique et la régénération.» Le Park Igls compte parmi les meilleurs Medical Health Spas du monde et ne cesse de recevoir des distinctions. Dernièrement, l'établissement a ainsi été élu meilleur centre de spa d'Europe par plus de 125'000 lectrices et lecteurs du «Condé Nast Traveler».

La recette secrète d'un établissement qui semble plutôt sobre et se contente de quatre étoiles? «Nous travaillons de manière très personnalisée», explique Andrea Gnägi. Les hôtes, qui déboursent au minimum 3000 euros par semaine, doivent se sentir pris en charge, non seulement par le personnel médical, les thérapeutes et les entraîneurs, mais aussi par le personnel de service. «Nous sommes très exigeants envers l'équipe de restauration, reprend-elle. Celle-ci ne se contente pas de servir des repas, mais fournit aussi des



**Sis dans un vaste parc magnifique, le Park Igls compte parmi les meilleurs Medical Health Spas au monde.**

Photos: Park Igls



**«Nous nous appuyons sur trois piliers: l'alimentation, l'activité physique et la régénération.»**

Andrea Gnägi, directrice du Park Igls Medical Spa Resort

informations sur l'alimentation et est souvent le premier point de contact pour les hôtes, qui ne passent pas simplement des vacances, mais s'occupent intensivement de leur santé.»

Andrea Gnägi encourage l'esprit d'équipe. «Chacun des plus de cent employés doit apporter ses points forts, explique la patronne. Il est important pour moi que tout le monde se sente bien et soit heureux de venir travailler.» Cette ambiance est renforcée par la bonne entente entre le personnel de l'hôtel et le personnel médical, dont sept médecins.

## Tenue de jour des hôtes: un peignoir

Si le médecin-chef Peter Gartner est un spécialiste de premier ordre de la médecine F. X. Mayr, il ne manque pas non plus de talent pour la communication et l'animation. Une fois par mois, il prend son saxophone et anime une soirée musicale au Park Igls avec un ami pianiste. Les hôtes, venus d'Allemagne, de Suisse, d'Autriche, de France, de Grande-Bretagne, des pays du Golfe et d'Europe de l'Est, sont reconnaissants de cette distraction, car ils se trouvent dans une situation exceptionnelle. Cela se voit déjà à la tenue de jour: un peignoir.

La désintoxication et la purification, bases de cette médecine, exigent aussi beaucoup du corps sur le plan mental. De nombreux hôtes se retirent dans leur



chambre, quand d'autres cherchent le contact au bar à thé ou à la bibliothèque. Les téléphones portables et autres tablettes restent proscrits dans les espaces publics, et le Park Igls ne sert ni café ni boissons alcoolisées.

Les hôtes doivent trouver le calme, et l'Igls est l'endroit idéal pour cela. L'hôtel est situé à seulement cinq kilomètres du centre-ville d'Innsbruck, sur une terrasse ensoleillée orientée plein sud. Igls, depuis longtemps rattaché à Innsbruck, a tou-

jours été une source de détente, avec en toile de fond le domaine skiable de Patscherkofel, qui suscite des sentiments mitigés chez les fans de sport suisse de la génération des boomers: c'est ici que Bernhard Russi a perdu en descente l'or qu'il croyait acquis au dernier virage des Jeux olympiques de 1976, au profit de l'Autrichien Franz Klammer.

Question à Andrea Gnägi: comment se sent-on au Tyrol en tant que Zurichoise? Selon elle, il n'est pas toujours facile de travailler en Autriche selon les critères suisses et il est même impossible, en tant que femme et étrangère, de pénétrer dans le cercle masculin du pouvoir tyrolien. «Mais nos hôtes apprécient que la rigueur suisse rencontre la cordialité tyrolienne au Park Igls. C'est le mélange parfait.»

Bien que le Park Igls soit très bien fréquenté, les investissements doivent être bien réfléchis. «Nous ne pouvons pas pondre des œufs d'or. L'exploitation nécessite beaucoup de personnel et les exigences des hôtes ne cessent de croître», explique la directrice. Qui énumère ainsi les différentes professions à l'œuvre au Park Igls: cuisinières nutritionnistes, scientifiques du sport, maîtres de bains thérapeutiques, masseurs médicaux, médecins spécialistes, physiothérapeutes et psychologues. «La plupart de ces métiers ne sont pas représentés dans un hôtel conventionnel. Je peux donc laisser le champ libre aux spécialistes en toute confiance.»

Centre de santé Park Igls, Igls/Innsbruck, ouvert toute l'année, park-igls.at

## Une cuisine diététique et savoureuse

Le concept de traitement du Park Igls Medical Spa Resort associe la médecine et le diagnostic universitaires aux connaissances de la médecine Mayr, mise sur pied par le médecin autrichien F. X. Mayr. «Outre la purification, il s'agit de ménager l'appareil digestif, en particulier les intestins, explique le médecin-chef Peter Gartner. On atteint cet objectif en déplaçant le travail de digestion de l'estomac et de l'intestin vers la bouche au moyen d'une mastication intensive.» Le régime Mayr ne se limite pas aux petits

pains secs et au lait. Ici, le chef Markus Sorg sert, selon le niveau de régime, des plats qui auraient toute leur place dans des restaurants gastronomiques. Pendant la cure Mayr, les carences en vitamines, bases, minéraux et oligo-éléments sont également compensées à titre préventif. L'exercice physique sous la direction de scientifiques du sport constitue un élément important. Les hôtes doivent en outre se retrouver eux-mêmes pour se débarrasser de leurs tracas psychologiques.

Chaque hôte passe un examen d'entrée au cours duquel sont fixés un bref objectif, des examens complémentaires et les traitements nécessaires. Le Park Igls est principalement fréquenté par une clientèle à la recherche de diagnostics et d'exams médicaux préventifs spécialisés, d'un contrôle du poids, d'une prophylaxie du burn-out ou de programmes spécifiques pour les femmes, tels que le «Menopause-Fit». 60% des hôtes sont des femmes et environ 20% viennent de Suisse.