



# Sport, Gesundheit und Tourismus

Grundlage für den Ausschuss Gesundheitstourismus  
Graubünden

# Impressum



Auftraggeber Gesundheitstourismus Graubünden

Bearbeitung Peder Plaz, Pierin Gantenbein

Begleitgruppe  
Yvonne Brigger-Vogel; Präsidentin  
Hans-Peter Risch; Vizepräsident  
Ariane Ehrat  
Philipp Gunzinger  
Beat Villiger  
Kristin Bonderer

Offenlegung von Quellen Die in diesem Dokument verwendeten Inhalte, Angaben und Quellen wurden mit grösster Sorgfalt zusammengestellt. Die Ausführungen beruhen teilweise auf Annahmen, die auf Grund des zum Zeitpunkt der Auftragsbearbeitung zugänglichen Materials für plausibel erachtet wurden. Die verwendeten Quellen und wortwörtlichen Zitate werden offengelegt. Bei der Verwendung von theoretischen oder wissenschaftlichen Konzepten, welche den gegenwärtigen Erkenntnissen der Wissenschaft entsprechen, wird zur Wahrung der Lesbarkeit und Verständlichkeit auf eine explizite Quellenangabe verzichtet.

Gleichwohl kann Hanser Consulting AG für die Richtigkeit der gemachten Annahmen keine Haftung übernehmen.

Projektnummer 17046.01

Hanser Consulting AG Die Hanser Consulting AG ist eine Politik- und Unternehmensberatung in der Schweiz. Unser Fokus liegt einerseits auf der Unterstützung von Unternehmen in Fragen der Strategieentwicklung und andererseits auf die Beratung der Öffentlichen Hand und Verbände in wirtschaftspolitischen Fragestellungen.

# Ziele und Methodik

## Ziel

- Im vorliegenden Dokument wird aufgezeigt, welche Rolle das Thema Sport im Gesundheitstourismus spielt, welches Potential es hat und welche Angebote im Kanton Graubünden bereits bestehen.
- Da Davos eine Vorreiterrolle im Bereich Sport, Gesundheit und Tourismus einnimmt, wird in einem zweiten Schritt auf Davos Health und Davos Sports & Health eingegangen.

## Methodik

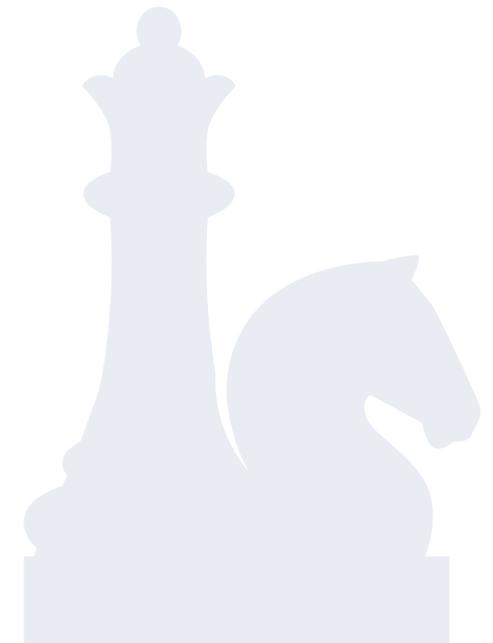
- Als Grundlage für das vorliegende Dokument dient die von der Begleitgruppe Gesundheitstourismus in Auftrag gegebene «Potentialanalyse Sport, Gesundheit und Tourismus» von der Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG (L&S).
- Die Informationen betreffend Davos Health und Davos Sports & Health basieren auf einer Internetrecherche, auf aus Interviews gewonnenen Erkenntnissen und auf Informationen von Verantwortlichen der beiden Projekte.

# Inhaltsverzeichnis

1. Sport im Gesundheitstourismus	5
2. Davos Health und Davos Sports & Health	11

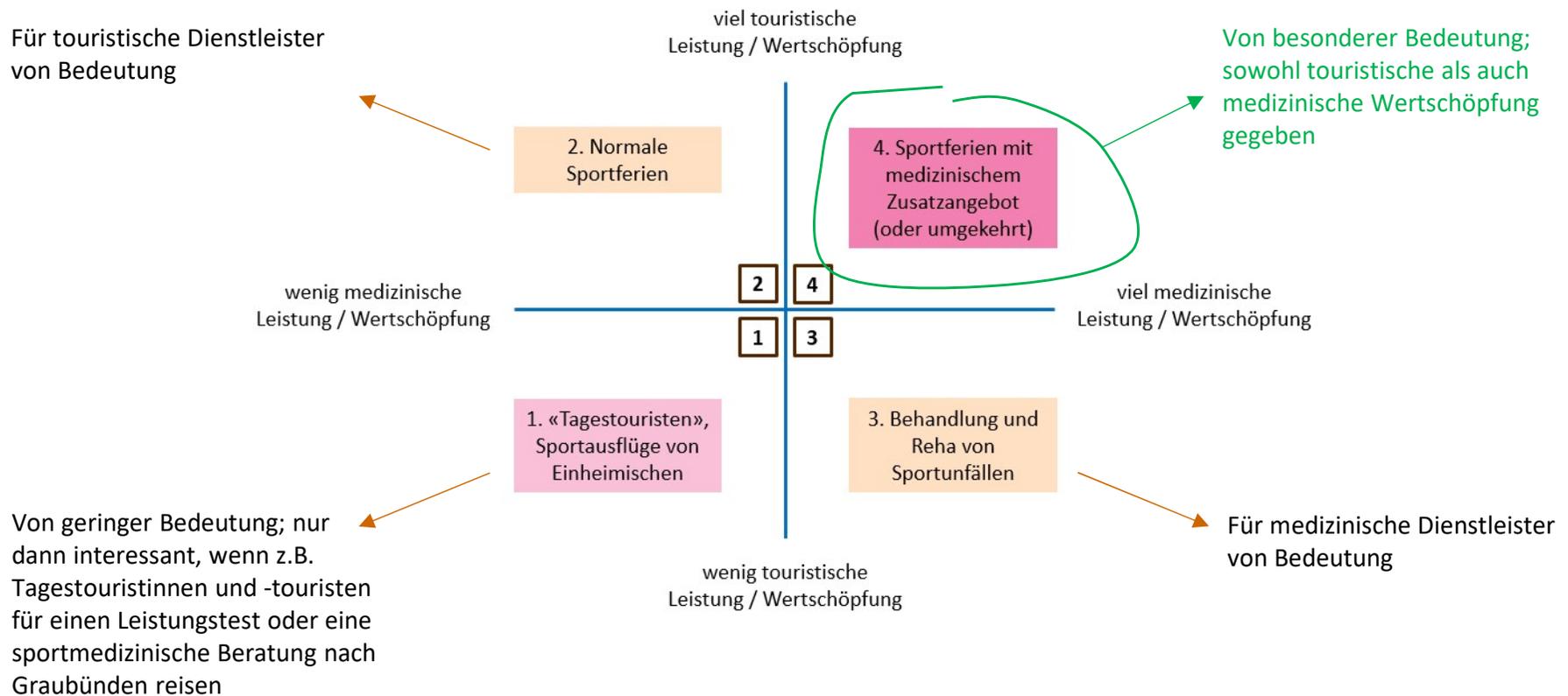
# 1 Sport im Gesundheitstourismus

- Welche Rolle spielt das Thema Sport im Gesundheitstourismus?
- Wie gross ist die Nachfrage nach Angeboten in diesem Bereich in der Schweiz?
- Welche touristischen und medizinischen Angebote gibt es in diesem Bereich in Graubünden?
- Welche zusätzlichen Angebote könnten in Graubünden geschaffen werden?
- Was lernen wir daraus?



## Sport, Gesundheit und Tourismus

Von besonderer Bedeutung für den Gesundheitstourismus sind Angebote im vierten Quadranten.

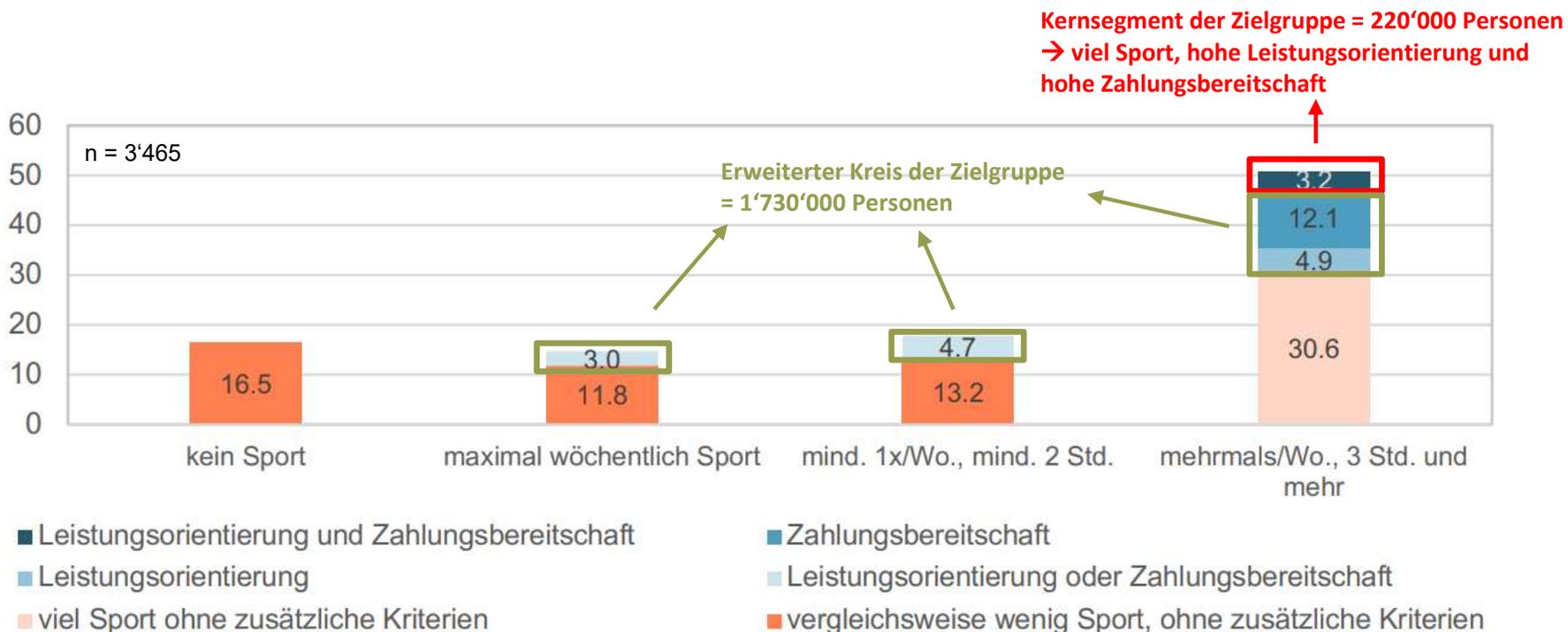


Quelle: Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG – Potenzialanalyse Sport, Gesundheit und Tourismus im Kanton Graubünden

## Nachfrage: Potentialabschätzung in der Schweiz

Rund 200'000 Personen in der Schweiz dürften an touristischen Angeboten, welche die Themen Sport und Gesundheit miteinander verknüpfen, interessiert sein.

Wer gehört zur Zielgruppe von Angeboten im Bereich Sport, Gesundheit und Tourismus?



Quelle: Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG – Potenzialanalyse Sport, Gesundheit und Tourismus im Kanton Graubünden; Potenzialabschätzung auf der Grundlage der Studie «Sport Schweiz 2020», die Angaben zum Sportverhalten von über 12'000 Personen im Alter ab 15 Jahren enthält.

## Bestehende Angebote in Graubünden

### Touristische Angebote

- 75% aller 4\*- und 5\*-Hotels in Graubünden verfügen über einen **Fitnessraum**.
- Viele Hotels bieten weitere Sportarten an, wobei **Yoga, Personal Training und Aquafitness** besonders populär sind.
- Vielerorts können hauseigene **Tennisplätze** genutzt, **Bikes** gemietet und **Tourenvorschläge** abgeholt werden.
- Touristische Angebote im Bereich von Sport und Medizin gibt es jedoch nur sehr wenige. Wenn vorhanden, basieren diese in der Regel auf einer **Zusammenarbeit mit externen Partnern**:
  - **Hotel Belvédère, Hotel GuardaVal, Hotel Belvair (Scuol)**: Kooperation mit ORIGYM, wo Leistungstest und Ganzkörper-Assessments angeboten werden. Zudem lässt sich das ORIGYM Package «health» mit Ernährungs-Check-Up und dreitägigem Personal Training sowie das ORIGYM Package «performance» mit Leistungstest und dreitägigem Personal Training buchen.
  - **Hotel San Gian (St. Moritz)**: Leistungsdiagnostik und Ernährungsberatung in Zusammenarbeit mit dem externen Partner OVAVERA.
  - **Waldhotel, Hotel Grisca, Hotel Ameron, Hotel AlpenGold, Hotel Mountain Plaza, Hotel Edelweiss (Davos)**: verschiedene Angebote im Bereich Sport und Gesundheit und Zusammenarbeit mit Davos Health
  - **Innhub La Punt**: Das Projekt soll dereinst auch (sport)medizinische Angebote umfassen.

### Medizinische Angebote

- Insgesamt bieten **9 medizinische Institutionen** Angebote im Bereich von Sport, Gesundheit und Tourismus.
- 4 der 9 Institutionen befinden sich an **touristischen «Hotspots»**.
- Die einzigen Tourismusorte mit einer grösseren Zahl an 4\*- und 5\*- Hotels im Kanton Graubünden, die über kein nahegelegenes sportmedizinisches Zentrum verfügen, sind **Arosa und Samnaun**.
- Folgende Organisationen bieten **Dienstleistungen in den Bereichen Leistungsdiagnostik, Trainingsplanung und Rehabilitation (Physiotherapie)** an:
  - Swiss Olympic Medical Center, Davos (Spital Davos)
  - Sport Medical Base und sportmedizinisches Zentrum, St. Moritz (Klinik Gut)\*
  - Sport Medical Base Chur, Chur (Praxisgemeinschaft CHURMED)
  - ZELS Zentrum für Leistungsdiagnostik und Sportmedizin, Thusis (Spital Thusis)
  - Sportmedizin Lenzerheide, Lenzerheide (Arztpraxis)
  - Sport Medical Base, Ilanz (Regionalspital Ilanz)
  - Center da Sandà Engiadina Bassa, Scuol
  - Hochgebirgsklinik Davos, Davos
  - Spital Oberengadin, Samedan

Quelle: Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG – Potenzialanalyse Sport, Gesundheit und Tourismus im Kanton Graubünden

\*Im Frühjahr 2024 baute die Klinik Gut ihr sportmedizinisches Zentrum weiter aus und bietet sowohl für Spitzen- als auch Breitensportlerinnen und -sportler nebst diversen Check-Ups und Beratungen Messmöglichkeiten des Fitnesszustandes und des Trainingserfolges an (Kooperation mit Davos Sports & Health und dem MTZ Heilbad St. Moritz).

## Angebotsmöglichkeiten für Graubünden

Für Graubünden kann es vielversprechend sein, die Ansprache der Zielgruppe breiter zu fassen und auch die Entwicklung und Kommunikation von Angeboten für Begleitpersonen einzuplanen.

	Leistungs-orientierung	Gesundheits-orientierung	Ausgleichs-angebote	Entwicklungs-stand GR	Quadrant gemäss Folie 6
<b>Leistungsdiagnostik und -tests</b>	x			K	4
<b>Mentalcoaching und sportpsychologische Betreuung</b>	x			E	4
<b>Orthopädische Behandlungen (medizinische Massagen, Physio- und Osteotherapie)</b>	x	x		K	4
<b>Ernährungsberatung und -pläne</b>	x	x	x	E	4
<b>Gesundheits-Check-Up</b>		x	x	K	4
<b>Rehabilitation («Back to Sport») nach Verletzungen</b>	x	x		K	3/4
Trainingsanalyse (inkl. Optimierungsvorschläge und Trainingspläne) und Athletiktraining	x			E	2/4
Geleitetes Training/Trainingswochen als Wettkampfvorbereitung (inkl. Höhentraining)	x			E	2
optimaler Einsatz digitaler Hilfsmittel (Fitnessuhren etc.)	x	x		A	2
Gesundheitssport (Yoga, Pilates, Kraft- und Fitnesstraining etc.) und Entspannung (Meditation)		x	x	K	2
Einführung in neue (Ausgleichs-)Sportarten			x	A	2
Programm für Begleitpersonen (Partner:innen, Kinder etc.)			x	E	2

Zeichenerklärung:

Spalte «Entwicklungsstand Graubünden»:

K Kompetenzen und Personal im Kanton Graubünden oder einzelnen Regionen bereits vorhanden.

E Kompetenzen erst teilweise vorhanden; weitere Entwicklung allenfalls notwendig.

A Kompetenzen nicht oder erst ansatzweise vorhanden; sie müssen ggf. aufgebaut werden.

Spalte «Quadrant»:

1 geringe medizinische und geringe touristische Leistung/Wertschöpfung

2 geringe medizinische und hohe touristische Leistung/Wertschöpfung

3 hohe medizinische und geringe touristische Leistung/Wertschöpfung

4 hohe medizinische und hohe touristische Leistung/Wertschöpfung

Quelle: Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG – Potenzialanalyse Sport, Gesundheit und Tourismus im Kanton Graubünden

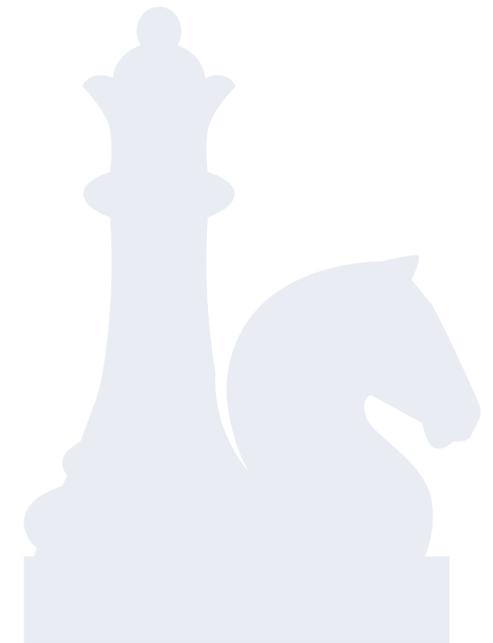
## Was lernen wir daraus?

**Graubünden bringt alle nötigen Voraussetzungen mit, um im Bereich Sport, Gesundheit und Tourismus gesundheitstouristische Angebote zu lancieren/weiterzuentwickeln.**

- Angebote im Bereich Sport, Gesundheit und Tourismus in Graubünden reichen von normalen Sportferien bis hin zu Sportferien mit medizinischem Zusatzangebot und decken damit die ganze **Bandbreite des Gesundheitstourismus** ab.
- Projekte im Bereich Sport, Gesundheit und Tourismus, die ausgehend vom Sport touristische mit professionellen gesundheitlichen Angeboten kombinieren, sind ein **Nischenprodukt**.
- Die **Entwicklung und Kommunikation von Angeboten für Begleitpersonen** ist im Bereich Sport, Gesundheit und Tourismus entscheidend.
- Fast alle touristischen «Hot Spots» in Graubünden verfügen über die nötige **medizinische und touristische Infrastruktur** und könnten dementsprechend ein gesundheitstouristisches Angebot in diesem Bereich lancieren.
- Die **Schaffung von Kooperationen und die Nutzung von Synergien** ist im Bereich Sport, Gesundheit und Tourismus von grosser Bedeutung.

## 2 Davos Health und Davos Sports & Health

- Was ist Davos Health und Davos Sports & Health, welche Ziele werden bei den Projekten verfolgt und was wird angeboten?
- Was lernen wir daraus?



## Davos Health – Konzept und Ziele

**Davos Health gilt als Vorzeigeprojekt und schafft es, durch Einbezug verschiedener Dienstleister, ein ganzheitliches und individuell anpassbares Angebot zu vermarkten.**

### Portrait

Mit dem Projekt Davos Health will sich Davos als die Nummer 1 Destination für ganzheitliche Gesundheit in der Schweiz positionieren und sowohl nationale als auch internationale Gesundheitsgäste an die Region binden. Im Zentrum der ganzheitlichen Gesundheit steht der Einbezug von Körper, Geist, Seele und Natur. Um dieses Ziel zu erreichen, wurde von Anfang an versucht, die regionalen Leistungsträger möglichst optimal einzubinden. Heute kann Davos Health Partnerschaften mit 3 Kliniken, 6 Hotels und 23 weiteren medizinischen und touristischen Dienstleisterinnen und Dienstleistern sowie Kooperationen mit der Merian Iselin Klinik und der Universitätsklinik Balgrist vorweisen.

- **Medizinische Gesundheitsangebote:** Die medizinischen Gesundheitsangebote sollen einen Mix aus Ferien, Erholung und medizinischen Leistungen ermöglichen, wobei der Schwerpunkt auf der medizinischen Behandlung liegt.
- **Wellness-Tourismus:** Bei den Wellness-Tourismus Angeboten stehen die Themen «Body», «Mind&Soul», «Nature» und «Sports&Health» im Vordergrund. Meist handelt es sich um Einzelangebote, die jedoch optimal in den Urlaub miteingebunden werden können.
- **Gesundheitstage und -festivals:** Bei den Gesundheitstagen und -festivals handelt es sich um ein Zusatzangebot, das vordergründig die Vermarktung des Projekts, der Projektpartner und der Destination Davos zum Ziel hat.

### Strategie

#### Ausgangslage

- Die Geschäftsstelle von Davos Health wurde am 1. März 2022 eröffnet. Das NRP-Projekt wird von 2022 bis 2025 von der Gemeinde Davos, der Destination Davos Klosters, der Regionalentwicklung und dem Amt für Wirtschaft und Tourismus (AWT) finanziell unterstützt.

#### Kern der Strategie

- Davos Health will unter Einbezug von Körper, Geist, Seele und Umwelt eine ganzheitliche Gesundheit ermöglichen, die individuell auf die Bedürfnisse der Kunden zugeschnitten werden kann.
- Bündelung vielseitiger Produkte zu Angebotspaketen durch Kooperationen mit den regionalen Leistungsträgern
- Fokussierung der Angebotsentwicklung auf Produkte der Bereiche Prävention und Vorsorge und nicht auf die medizinische Behandlung von Krankheiten

#### Learnings

- Der Miteinbezug bestehender Akteure im Bereich Gesundheit und Tourismus ermöglicht eine optimale Synergienutzung.
- Die Angebotspakete werden einheitlich über die Davos Destination-Organisation vermarktet.
- Die Personalisierung der Angebotspakete auf individuelle Bedürfnisse ermöglicht das Ansprechen verschiedener Zielgruppen.

## Davos Health – Angebote

Zusätzlich zu den Gesundheitstagen/-festivals und dem Wellness-Tourismus konnten 2024 die ersten beiden medizinischen Gesundheitsangebote lanciert werden.

### Medizinische Gesundheitsangebote

#### **Sicher zurück zu Sport und Gesundheit**

- Zusammenarbeit mit der Merian Iselin Klinik
- Ziel: Sicherer Wiedereinstieg in den Sport nach einer Verletzung
- 3-tägiges individuell anpassbares, ambulantes Programm

#### **Prähabilitation**

- Zusammenarbeit mit der Universitätsklinik Balgrist
- Ziel: durch eine physiotherapeutische Vor- und Nachbetreuung wird der Spitalaufenthalt verkürzt, die Komplikationsrate verringert und die Lebensqualität verbessert
- 1- oder 2-wöchiges ambulantes Programm

### Wellness-Tourismus

#### **Themenschwerpunkt Body**

- Div. Bewegungs- und Sportangebote

#### **Themenschwerpunkt Mind & Soul**

- Yoga, Atemtherapie, Meditation, etc.

#### **Themenschwerpunkt Nature**

- Nachhaltige Ernährung und weitere Projekte rund um das Thema Nachhaltigkeit

#### **Themenschwerpunkt Sports & Health**

- Angebote von Davos Sports & Health

### Gesundheitstage und -festivals

#### **Davos Health Days**

- Viertätiges Festival, an dem die Gesundheit im Zentrum steht
- Ziel: Aufmerksamkeit für das Projekt Davos Health
- Breite Auswahl an Kursen (Pilates, Trailrun, Tanzen, Mentale Gesundheit, Ernährung und Bewegung, etc.)
- Findet 2024 zum 2. Mal statt

#### **Yoga Festival Davos**

- Viertätiges Festival rund um das Thema Yoga
- Ziel: Aufmerksamkeit für das Projekt Davos Health
- Breite Auswahl an Yoga-Kursen
- Findet 2024 zum 2. Mal statt

#### **Women's Days Davos**

- Auszeit mit Programm rund ums Thema «Frausein»
- Findet 2025 zum 1. Mal statt

## Davos Sports & Health – Konzept und Ziele

**Durch die Leistungen von Davos Sports & Health nimmt Davos eine Vorreiterrolle im Bereich Sport, Medizin und Tourismus ein.**

### Portrait

Davos Sports & Health ist dem Spital Davos angegliedert. Mit dem Ziel, das führende regionale Sportmedizin-Zentrum mit nationaler Bedeutung zu werden, bietet Davos Sports & Health ein breites Spektrum an sportmedizinischen Gesundheitsleistungen. Als offiziell akkreditiertes Swiss Olympic Medical Center betreut Davos Sports & Health sowohl Spitzen- als auch Freizeitsportlerinnen und -sportler. Nebst diversen Gesundheits- und Sport-Check-Ups wird mit gezielten Programmen die Gesundheit gefördert und durch Forschung und Lehre Wissen in der Sportmedizin geschaffen. Das Team von Davos Sports & Health besteht aus Spezialistinnen und Spezialisten aus den Disziplinen Sportmedizin, Physiotherapie, Bewegungswissenschaften, medizinische Massage sowie Forschung und Lehre. Davos Sports & Health kann Partnerschaften mit 5 Hotels, 4 Kliniken, 6 touristischen Dienstleistern, 12 Forschungsinstitutionen und 16 Sport- und Leistungsinstitutionen vorweisen.

- **Sport/Leistung:** Die ambulanten Angebote in diesem Segment richten sich sowohl an Leistungs- als auch Freizeitsportlerinnen und -sportler. Im Zentrum stehen die Sportmedizin, Sportphysiotherapie sowie Spor- Check-Ups.
- **Gesundheit/Fitness:** Die ambulanten Angebote in diesem Segment richten sich vor allem an Breiten- und Freizeitsportlerinnen und -sportler sowie an gesundheitsbewusste Personen. Im Zentrum stehen Krafttraining, Orthopädie, Physiotherapie, medizinische Massagen und die innere Medizin.
- **Forschung/Lehre:** Davos Sports & Health schafft neues Wissen durch Forschung und Lehre.

### Strategie

#### Ausgangslage

- 2020 baute das Spital Davos seine sportmedizinische Abteilung aus, mit dem Ziel, das regional führende Sportmedizinzentrum von (inter)nationaler Bedeutung zu werden.

#### Kern der Strategie

- Durch die klimatischen Bedingungen, die Höhenlage, die erstklassige Infrastruktur und das vielfältige Sportangebot bietet Davos die optimalen Voraussetzungen für Athletinnen und Athleten.
- Überregionale Zusammenarbeit mit Partnern aus Tourismus, Medizin, Forschung und Sportverbänden, um ein interdisziplinäres Angebot garantieren zu können.
- Nach dem Konzept «Sports Unlimited» soll das sportmedizinische Angebot nicht nur dem Spitzensport sondern auch Hobby- und Freizeitsportlerinnen und -sportlern zur Verfügung stehen.

#### Learnings

- Der Miteinbezug bestehender Akteure im Bereich Gesundheit und Tourismus ermöglicht eine optimale Synergienutzung.
- Die Angebotspakete werden über Davos Sports & Health und über Davos Health vermarktet.
- Die ambulanten Angebote ermöglichen die Zusammenstellung eines individuellen Programms und den Miteinbezug von ebendiesem in einen Ferienaufenthalt.

## Davos Sports & Health – Angebote

Das Angebot umfasst ein breites Spektrum an ambulanten, sportmedizinischen Check-Ups, Diagnostiken und Behandlungen.

### Sport/Leistung

#### **Sportmedizin**

- Diagnose und Behandlung von Erkrankungen, Verletzungen und Überbelastungen

#### **Sicher zurück zu Sport und Gesundheit**

- Zusammenarbeit mit Davos Health (s. Angebote Davos Health)

#### **Sportphysiotherapie**

- Prävention, Rehabilitation und Leistungssteigerung

#### **Sport-Check-Up**

- Zwei unterschiedliche Sport Check-Ups mit verschiedenen Untersuchungen, Analysen und Beratung (z.B. Laktatstufentest, Rückencheck, etc.)

### Gesundheit/Fitness

#### **Allgemeine Physiotherapie**

- Prävention und Rehabilitation

#### **Medizinische Massage**

- Diverse Massageangebote

#### **Gesundheits-Check-Up**

- Drei unterschiedliche Gesundheits-Check-Ups mit verschiedenen Untersuchungen, Analysen und Beratungen (z.B. Blutbild, Ruhe-EKG, etc.)

#### **Fitnesskurse**

- Drei unterschiedliche Fitnesskurse

#### **Herzgruppe**

- Bewegungsprogramm, das auf Personen mit Herz-Kreislauf-Krankheiten zugeschnitten ist (zwei Trainingseinheiten pro Woche)

#### **Kraftraum**

- Massgeschneiderte Trainingsprogramme

### Forschung / Lehre

#### **Leistungen**

- Wissenschaftliche Arbeiten, Schulungen, Projektpartner

#### **Forschungsgebiete**

- Die Forschungsgebiete umfassen vor allem Sportmedizin, Asthma/Immunologie sowie Probleme des Bewegungsapparates.

## Was lernen wir daraus?

**Mit Davos Health und Davos Sports & Health existieren zwei Projekte im Kanton Graubünden, die auch in der Zukunft für den Gesundheitstourismus von Bedeutung sein können.**

- Sowohl Davos Health als auch Davos Sports & Health nutzen die gegebenen **natürlichen Ressourcen** optimal und bauen ihr Angebot auf diesen auf.
- Die **Zusammenarbeit mit touristischen und medizinischen Leistungsträgern** ermöglicht ein interdisziplinäres, qualitativ hochwertiges Gesamtangebot.
- Im Zentrum stehen die **ganzheitliche Gesundheit** und die individuellen Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten.
- Der Schwerpunkt der Angebotsentwicklung liegt auf Produkten aus den Bereichen **Prävention und Rehabilitation**.
- Durch das **breite Spektrum an verschiedenen Angeboten** können unterschiedliche Zielgruppen angesprochen werden.
- Fast alle Angebote können problemlos in eine **Ganzjahresstrategie** miteingebaut werden.