

	SAMSTAG	SONNTAG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
--	---------	---------	--------	----------	----------	------------	---------

AKTIV & RELAX	<p><b>ALPHOTEL'S GEHEIMTIPP</b></p> <p>NACHTSCHWIMMEN</p> <p>Unsere Poollandschaft ist für Sie täglich bis <b>23.30 Uhr</b> geöffnet</p>	<p><b>BELLAVITA SPA</b></p> <p>Ihr Jungbrunnen für Vitalität &amp; Schönheit! Lassen Sie sich von unserem Beautyteam verwöhnen und kehren Sie dem Alltag für eine Weile den Rücken zu. Wir sind täglich von 10.00 – 19.00 Uhr für Sie da.</p>	<p><b>Karin und Roland unsere SAUNAMEISTER</b></p> <p>Bringen Sie in der Sauna nicht nur zum Schwitzen, sondern überraschen und verzaubern Sie auch bei den Spezialaufgüssen.</p>	<p><b>WINTERWANDERUNG ZUR FREUNDALM TELFES</b></p> <p><b>Treffpunkt:</b> 10.00 Uhr Obertelfes  <b>Einkehr:</b> Südtiroler Aperitif Freundalm  <b>Ausgangspunkt:</b> Höhe 1300 m  <b>Höchster Punkt:</b> 1.700m  <b>Höhenmeter:</b> 470 m  <b>Tourenlänge:</b> ca. 6,6 km  <b>Kondition:</b> einfach-mittel  <b>Technik:</b> einfach  <b>Gehzeit:</b> 2,5 Std.  <b>Dauer</b> ca. bis 14.30 Uhr  <b>Mitzubringen:</b> Winterbekleidung, gutes Schuhwerk, Handschuhe, Sonnenbrille und Wanderstöcke</p> <p><b>Teilnehmer:</b> min. 4 Personen  <b>Anmeldung:</b> bis Montag 13.00 Uhr an der Rezeption</p>	<p><b>SCHNEESCHUHWANDERUNG für Einsteiger</b></p> <p><b>Treffpunkt:</b> 10.30 Uhr Bushaltestelle Larchhof  <b>Dauer:</b> ca. bis 15.00 Uhr  <b>Bekleidung:</b> Winterbekleidung, gutes Schuhwerk &amp; Handschuhe (Schneeschuhe und Stöcke werden zur Verfügung gestellt)</p> <p><b>Teilnehmer:</b> min. 4 Personen  <b>Anmeldung:</b> bis Dienstag 20.00 Uhr an der Rezeption</p> <p><b>Verleih Schneeschuhe € 6,00</b></p>	<p><b>RÄUCHERMEDITATION</b>  Reinigungsritual mit Karin</p> <p><b>Treffpunkt:</b> 16.00 Uhr Fitnessraum 1. Stock  <b>Teilnehmer:</b> min. 2 Personen, max. 8 Personen</p> <p><b>Anmeldung:</b> bis Mittwoch 20.00 Uhr an der Rezeption</p> <hr/> <p><b>FACKELWANDERUNG – „Kling Glöckchen“</b></p> <p>Romantische Fackelwanderung bis zur Kapelle beim Plattnerhof.</p> <p><b>Treffpunkt:</b> Bushaltestelle Larchhof um 21.00 Uhr <b>Dauer:</b> ca. 1 h  <b>Bekleidung:</b> Gutes Schuhwerk</p> <p><b>Teilnehmer:</b> min. 4 Personen  <b>Anmeldung:</b> bis Mittwoch 13.00 Uhr an der Rezeption</p>	<p><b>NACHTRODELN AM ROSSKOPF</b></p> <p>Eine Rodelpartie gefällig? Die Hütten des Rosskopf laden zu einem wildromantischen Abend ein mit anschließender Abenteuerabfahrt auf der Rodelbahn. Die Umflaufbahn befördert Sie von 19.00 bis 22. Uhr auf den Sterzinger Hausberg Rosskopf – zum Ausgangspunkt der Rodelbahn. Diese ist bis 24.00 Uhr beleuchtet.</p>
							

SAUNA	<p>Aufgüsse mit <b>Karin</b></p> <p>16.00 Uhr: <b>Gesichtsmaske</b> im Dampfbad  17.00 Uhr: <b>Hot Hot</b> Aufguss  18.00 Uhr: <b>Kräuter</b> Aufguss mit <b>Aloe Vera</b> Körpercreme</p>	<p>Aufgüsse mit <b>Karin</b></p> <p>16.00 Uhr: <b>Zuckerpeeling</b> im Dampfbad  17.00 Uhr: <b>Kaffee</b> Aufguss  18.00 Uhr: <b>Relax</b> Aufguss</p>	<p>Aufgüsse mit <b>Roland</b></p> <p>16.00 Uhr: <b>Salzgel- Peeling</b> im Dampfbad  17.00 Uhr: <b>Frucht</b> Aufguss  18.00 Uhr: <b>Walddüfte</b> Aufguss</p>	<p>Aufgüsse mit <b>Roland</b></p> <p>16.00 Uhr: <b>Körperpackung</b> im Dampfbad  17.00 Uhr: „<b>Bella Italia</b>“ Aufguss  18.00 Uhr: <b>Hot Hot</b> Aufguss</p>	<p>Aufgüsse mit <b>Karin</b></p> <p>17.00 Uhr: <b>Blütenzauber</b> Aufguss  18.00 Uhr: <b>Relax</b> Aufguss</p>	<p>Aufgüsse mit <b>Karin</b></p> <p>17.00 Uhr: <b>Walddüfte</b> Aufguss  18.00 Uhr: <b>Minze- Zitrone</b> Aufguss</p>	<p>Aufgüsse mit <b>Roland</b></p> <p>16.00 Uhr: <b>Peeling</b> im Dampfbad  17.00 Uhr: <b>Tiroler</b> Aufguss  18.00 Uhr: <b>Relax</b> Aufguss</p>
-------	--	--	--	---	---	---	--

KULINARIUM	<p><b>ALPINES WELLNESSDINNER</b></p> <p>Unsere Küche verwöhnt Sie heute mit gesunden und vorwiegend regionalen Gerichten. Ganz nach dem Motto „GSUND &amp; GUAT“. Ab 18.30</p>	<p><b>FEINSCHMECKERMENÜ</b></p> <p>Genießen Sie kulinarische Köstlichkeiten bei Kerzenschein und lassen Sie sich dazu einen guten Tropfen aus unserem Weinkeller empfehlen. Ab 18.30 Uhr</p>	<p><b>HAUSAPERITIF</b></p> <p>Wir laden Sie herzlich zum Hausaperitif von 18.30 bis 19.00 Uhr in der Eingangshalle</p>	<p><b>SEKTFRÜHSTÜCK</b></p> <p>Täglich verwöhnen wir Sie mit frischen Eierspeisen, Sekt, frisch gepressten Fruchtsäften und Bioprodukten von unseren Bauern. Von 7.30 Uhr – 11.00 Uhr</p>	<p><b>SPEZIALTÄTEN</b></p> <p>„Traditionelle und alpine Gaumenfreuden“ heute ab 18.30 Uhr</p>	<p><b>COCKTAILABEND</b></p> <p>Leckere Cocktails zum Sonderpreis ab 18.00 Uhr.  Analkoholische Cocktails € 5,80  Alkoholische Cocktails: € 7,80</p>	<p><b>MEDITERRANER ABEND</b></p> <p>Unsere Küche verwöhnt Sie heute mit italienischen Spezialitäten. Freuen Sie sich auf das kulinarische „La Dolce Vita“! Ab 18.30 Uhr</p>
------------	--	--	--	---	---	---	---