

SABATO		DOMENICA		LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		
ESCURSIONI E SALUTE	ANDREAS LA NOSTRA GUIDA ESCURSIONISTICA Con piacere e passione Vi faccio conoscere le nostre bellissime montagne. IL MIO CONSIGLIO: Per le mie escursioni è necessario avere scarpe da montagna. I bastoni possono essere noleggiati alla reception. Portatevi delle bevande e una giacca antipioggia. Le mie escursioni non sono adatte ai passeggini.	"Preludio" Spirito di ottimismo PLATZJÖCHL Punto d'incontro: 9:30 alla reception Punto di partenza: 1350 m Punto più alto: 1.740 m Differenza di altitudine: 390 m Lunghezza del tour: 3,7 km Condizione: medio Tecnica: facile Tempo di cammino: 2 h 45m / durata totale circa 4 h Sosta di ristoro: nessuna Partecipanti: min. 2 persone Registrazione: fino a sabato 21:00 presso bacheca escursioni	„ARMONIA" Escursione di fitness "Natura focalizzata “ Punto d'incontro: 9:30 alla reception Punto di partenza:1230 m Punto più alto: 1.455 m Differenza di altitudine: 295 m Lunghezza del tour: 6 km Condizione: facile Tecnica: facile Tempo di cammino: 2 h 15 m / durata totale circa 3 h Sosta di ristoro: Locanda Blosegg Partecipanti: min. 2 persone Registrazione: fino a domenica 21:00 presso bacheca escursioni	Escursione guidata sul sentiero delle malghe di Racines Punto d'incontro: stazione a monte di Racines alle ore 9:30 Punto di partenza: 1230 m Dislivello: 130 m Difficoltà: medio Durata: ca.1,5 h / totale ca. 5 h Mangiare & bere: Ristoro alla malga Partecipanti: min. 4 persone Registrazione: fino a lunedì alle ore 13.00 alla reception	Sulle orme del mago Teatro escursionistico per tutta la famiglia e laboratorio di cucina per bambini Punto d'incontro: 9:30 Larchhof Ratschings / fermata dell'autobus - Continuare fino al punto di partenza dell'escursione (sentiero a piedi nudi) Punto di partenza: 1.230m Difficoltà: facile Tempo di cammino: circa 3,5 h Mangiare & bere: Vi preghiamo di portalo per conto proprio Partecipanti: min. 4 persone Registrazione: fino a martedì alle ore 13.00 alla reception	Escursione avventurosa sul sentiero delle cascate fino alla malga Furtalm Punto di incontro: ore 8:45 alla reception – Transfer a Val di Fleres Punto di partenza: 1.210 m Punto piu alto: 1690 m Differenza di altitudine: 480 m Condizione: medio Tempo di cammino: 2,5 h / durata totale 4,5 h Sosta di ristoro: Malga Furt Partecipanti: min. 4 persone Registrazione: fino a mercoledì alle ore 13:00 alla reception	INDENNITÀ DI VETTA: Sorpran a quote più alte Telfer Weissen Punto d'incontro: 9:30 alla reception Punto di partenza: 1.795 m Punto più alto: 2.585 m Salita: 830 m Lunghezza del tour: 11 km Tempo di cammino: 4 h 30 m / durata totale circa 6 h Punto di ristoro: Kuhalm Partecipanti: min. 2 persone Registrazione: fino a giovedì 21:00 all'angolo delle escursioni							
	ATTIVO E CICLISMO	CONSIGLIO GIORNALIERO DELL'ALPHOTEL Sentiero a piedi nudi a Racines, raggiungibile in circa 1,5 ore dall'hotel (o pochi minuti in auto). Molto adatto per un'escursione in famiglia		activeCard Il tuo biglietto personale per un mondo di benefici e attrazioni gratuite.		“HEALTHY & GOOD” Venite al nostro aperitivo dalle ore 18.30 fino alle ore 19.30 nella nostra Bellavita Spa. Il nostro team sarà disponibile per darVi dei consigli ed di rispondere a tutte le Vostre domande!	Bastoni da trekking/ Nordic Walking, carrozzine e marsupi, siete invitati a prendere in prestito alla reception, a seconda della disponibilità	NOLEGGIO BICI ELETTRICHE Direttamente nell'hotel si può noleggiare per 30,00 € al giorno una delle nuovissime "hibike". Prenotate la Vostra bici in anticipo per potervi assicurare la data desiderata!						
VITAL E SAUNA	Infusi con Karin ore 17.00 infusione ghiacciaio-menta ore 18.00 infusione ai profumi di bosco	Infusi con Karin ore 17.00 Infusione al caffè ore 18.00 Infusione relax		Infusi con Karin ore 17.00 infusione ai profumi di bosco con peeling al abete ore 18.00 Infusione alla frutta		Infusi con Karin ore 17.00 infusione detox ore 18.00 infusione all´erba								
CULINARIO	CENA BENESSERE ALPINO La nostra cucina vi vizierà oggi con piatti sani e principalmente regionali. Fedele al motto "SANO & BUONO". Dalle ore 18.30	MENU' GOURMET Godetevi le prelibatezze culinarie a lume di candela e lasciateci consigliare un bel gioco nel piano inferiore. Dalle ore 18.30	APERITIVO La famiglia Eisendle Vi invita all’aperitivo sulla terrazza o nella sala d'ingresso dalle 18.30 alle 19.00.	COLAZIONE CON CHAMPAGNE Ogni giorno vi viziamo con piatti a base di uova fresche, spumante, succhi di frutta appena spremuti e prodotti biologici dei nostri agricoltori. Dalle 7.30 alle 11.00	SERATA “Tradizione e palato di gola alpino” “ Godetevi oggi le specialità tipiche della cucina altoatesina, come il delizioso Kaiserschmarrn. Dalle 18.30	SERATA COCKTAIL Deliziosi cocktail ad un prezzo speciale dalle 18.00. Cocktail alcolici € 5,80 Cocktail alcolici € 7,80	SERATA MEDITERRANEA La nostra cucina vi vizierà oggi con specialità italiane. Aspettatevi la "Dolce Vita" culinaria! Dalle ore 18.30							