

	SAMSTAG	SONNTAG	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
WANDERN	<p>Eva unsere <b>WANDERFÜHRERIN</b> Mit Freude und Leidenschaft begleite ich Euch durch unsere schöne Alm – und Bergwelt. <b>MEINE EMPFEHLUNG:</b> <b>Gute Wanderschuhe</b> sind bei den Wanderungen erforderlich! <b>Wanderstöcke</b> sind hilfreich (an der Rezeption zum Ausleihen), <b>Getränke und Regenschutz</b> sollten im Rucksack nicht fehlen. Meine Wanderungen sind <b>nicht mit Kinderwagen geeignet.</b></p>	<p><b>ALMWANDERUNG ZUR AGLSBODENALM</b> Kondition: mittel Technik: einfach Gehzeit: 3,5 h Höhenmeter: 400 m Tourenlänge: 9,5 km Höchster Punkt: 1.722 m Einkehr: Aglsbodenalm Ausgangspunkt: Maiern Ridnaun Anmeldung: bis Samstag 19.00 Uhr Teilnehmer: min. 2 Personen</p> <p><b>Treffpunkt: 10.00 Uhr an der Rezeption</b></p>	<p><b>EINATMEN, AUFATMEN, DURCHATMEN</b> <b>Unsere Gesundheitswanderung mit Sandra</b> Entspannend und wohltuend für Ihren perfekten Erholungseffekt.</p> <p>Ausgangspunkt: ab Hotel Einkehr: Schölzhornhof Rückkehr: ca. 15.00 Uhr <b>Anmeldung:</b> bis Sonntag 19.00 Uhr Teilnehmer: min. 2 Personen <b>Treffpunkt: 10.00 Uhr an der Rezeption</b></p>	<p><b>SONNENAUFANGANGSTOUR ZUR FLECKNERSPITZE UND BERGFRÜHSTÜCK</b> <b>Start: 05.00 Uhr</b> Gehzeit: 2 h Höhenmeter: 320 m Tourenlänge: 6 km Höchster Punkt: 2.033 m Ausgangspunkt: Parkplatz Jaufen <b>Anmeldung:</b> bis Montag 19.00 Uhr Teilnehmer: min. 2 Personen <b>Treffpunkt: 05.00 Uhr an der Rezeption</b></p>	<p><b>GIPFELTOUR ZUR TATSCHSPITZE</b> Kondition: mittel Technik: einfach Gehzeit: 4,30 h Höhenmeter: 600 m Tourenlänge: 10 km Höchster Punkt: 2.523 m Einkehr: keine – Gipfeljause empfohlen mitzunehmen Ausgangspunkt: Penserjoch <b>Anmeldung:</b> bis Dienstag 19.00 Uhr Teilnehmer: min. 2 Personen <b>Treffpunkt: 09.30 Uhr an der Rezeption</b></p>	<p><b>ALMWANDERUNG ZUR FURTALM &amp; ALLRISSALM</b> Kondition: einfach Technik: einfach Gehzeit: 4 h Höhenmeter: 480 m Tourenlänge: 10 km Höchster Punkt: 1.760 m Einkehr: Allrissalm Ausgangspunkt: St. Anton Pflerschtal <b>Anmeldung:</b> bis Mittwoch 19.00 Uhr Teilnehmer: min. 2 Personen <b>Treffpunkt: 09.30 Uhr an der Rezeption</b></p>	<p><b>GIPFELWANDERUNG ZUM MAREITER STEIN</b> Kondition: mittel Technik: einfach Gehzeit: 4 h Höhenmeter: 750 m Tourenlänge: 7,5 km Höchster Punkt: 2.191 m Einkehr: Gipfeljause empfohlen mitzunehmen – Wurzeralm Ausgangspunkt: Entholz-Ridnaun <b>Anmeldung:</b> bis Donnerstag 19.00 Uhr Teilnehmer: min. 2 Personen <b>Treffpunkt: 09.30 Uhr an der Rezeption</b></p>
							
AKTIV & BIKEN	<p><b>NORDIC WALKING mit Nadia</b> Teilnehmer: min. 3 Personen Anmeldung: bis Freitag 19.00 Uhr <b>Treffpunkt: 14.00 Uhr an der Rezeption</b></p>	<p><b>Sandra UNSERE SAUNAMEISTERIN</b> Ich bringe Sie nicht nur in der Sauna, sondern auch beim Fitnessprogramm und den Mountainbike Touren zum Schwitzen.</p>	<p><b>ACQUA GYM</b> Treffpunkt: <b>16.00 Uhr</b> – Schwimmbad</p> <p><b>PROGRAMMVORSTELLUNG</b> mit Sandra und Eva. Treffpunkt: 18.30 – 19.00 Uhr am großen Tisch in der Hotelhalle</p>	<p><b>MOUNTAINBIKETOUR</b> Dauer: ca. 4,5 Stunden Teilnehmer: <b>min. 2 Personen – max. 7 Personen</b> <b>Anmeldung:</b> bis Montag 19.00 Uhr <b>Treffpunkt: 10.00 Uhr Rezeption</b></p>	<p><b>ACQUA GYM</b> Treffpunkt: <b>15.30 Uhr</b> – Schwimmbad</p> 	<p><b>MOUNTAINBIKETOUR</b> Dauer: ca. 5,5 Stunden Teilnehmer: min. 2 – max. 7 Per. <b>Anmeldung:</b> bis Mittwoch 19.00 Uhr <b>Treffpunkt: 10.00 Uhr Rezeption</b></p> <p><b>AFTER HIKE &amp; BIKE</b> Eine Kombination aus entspannenden Dehnungs- und Atemübungen. Teilnehmer: max. 6 Personen <b>Treffpunkt: 16.30 Uhr Fitnessraum</b></p>	<p><b>ACQUA GYM</b> Treffpunkt: <b>15.30 Uhr</b> – Schwimmbad</p> 
							
VITAL	<p><b>ALPHOTEL'S GEHEIMTIPP NACHTSCHWIMMEN</b> Unsere Poollandschaft ist für Sie täglich bis 23.30 Uhr geöffnet.</p>		<p><b>AUFGUSS IN DER SAUNAWELT SALZPEELING</b> im Aromadampfbad <b>Treffpunkt: 17.00 Uhr</b></p>	<p><b>BELLAVITA SPA</b> 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 09.00 – 19.00 Uhr für Sie da.</p>	<p><b>AUFGUSS IN DER SAUNAWELT GLETSCHEREISPEELING</b> im Aromadampfbad <b>Treffpunkt: 16.30 Uhr</b></p>	<p><b>MEDITATION</b> <b>Treffpunkt: 17.30 Uhr</b> -Raum der Stille mit Wasserbetten <b>AUFGUSS IN DER SAUNAWELT GESICHTSMASKE</b> im Aromadampfbad <b>Treffpunkt: 18.15 Uhr</b></p>	<p><b>AUFGUSS IN DER SAUNAWELT ZUCKERPEELING</b> im Aromadampfbad <b>Treffpunkt: 16.30 Uhr</b></p>
KULINARIUM	<p><b>ALPINES WELLNESSDINNER</b> Unsere Küche verwöhnt Sie heute mit gesunden und vorwiegend regionalen Gerichten. Ganz nach dem Motto „GSUND &amp; GUAT“ Ab 18.30 Uhr.</p>	<p><b>FEINSCHMECKERMENÜ</b> 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> Familie Eisendle lädt Sie herzlich zum gemeinsamen Umtrunk und kleinen kulinarischen Köstlichkeiten von 18.30 bis 19.00 Uhr auf der Terrasse.</p>	<p><b>COCKTAILABEND</b> Leckere Cocktails zum Sonderpreis ab 18.00 Uhr.  Analkoholische Cocktails € 4,00 Alkoholische Cocktails: € 6,00</p>	<p><b>TÖRGGELEABEND</b> Genießen Sie heute typische Spezialitäten aus der Südtiroler Küche. Leckere Kastanien und schmackhafte Gerichte nach Großmutter Rezepten. Ab 18.30 Uhr.</p>	<p><b>SEKTFRÜHSTÜCK</b> Täglich verwöhnen wir Sie mit frischen Eierspeisen, Sekt, frisch gepressten Fruchtsäften, Bioprodukten von unseren Bauern. Ab 7.30 Uhr – 11.00 Uhr.</p>	<p><b>ITALIENISCHER ABEND</b> Unsere Küche verwöhnt Sie heute mit italienischen Spezialitäten. Freuen Sie sich auf das kulinarische „La Dolce Vita“! Ab 18.30 Uhr</p>