

AKTIVPROGRAMM WINTER

MONTAG

08:00 – 09:00 Uhr **Yoga Basic**
Treffpunkt an der SPA-Rezeption

10:30 Uhr „**Schnupper**“
Schneeschuhwanderung

Treffpunkt in der Hotelhalle;
Dauer ca. 2-3 Stunden

16:00 & 17:00 Uhr
Erlebnisaufguss
in der finnischen Außensauna

20:00 – 23:00 Uhr
Abendsauna (Außensauna,
Whirlpool und Wellness-alm)

21:00 & 22:00 Uhr **Aufguss**
in der finnischen Außensauna

SAMSTAG

08:00 – 09:00 Uhr **Yoga Basic**
Treffpunkt an der SPA-Rezeption

10:00 Uhr
Schneeschuhwanderung
zur Falzthurn-alm

Treffpunkt in der Hotelhalle;
Dauer ca. 4-5 Stunden (mit Einkehr)

14:00 Uhr **Rodeln**
Gemütliche Wanderung zur
Rodelhütte; nach einer Einkehr
wird zurück ins Tal gerodelt.
Treffpunkt in der Hotelhalle:
Dauer ca. 2 Stunden

17:00 Uhr **Erlebnisaufguss**
in der finnischen Außensauna

DIENSTAG

08:00 – 09:00 Uhr **Body-Art**
Treffpunkt an der SPA-Rezeption

09:00 Uhr
Schneeschuhwanderung
zur Pletzach-alm

Treffpunkt in der Hotelhalle;
Dauer ca. 3-4 Stunden (mit Einkehr)

15:30 – 16:30 Uhr
Faszientraining
Treffpunkt an der SPA-Rezeption

17:00 Uhr **Erlebnisaufguss**
in der finnischen Außensauna

SONNTAG

10:00 Uhr
Schneeschuhwanderung
zur Gern-alm

Treffpunkt in der Hotelhalle;
Dauer ca. 4-5 Stunden (mit Einkehr)

15:30 – 16:30 Uhr
Faszientraining
Treffpunkt an der SPA-Rezeption

17:00 Uhr **Erlebnisaufguss**
in der finnischen Außensauna

MITTWOCH

08:00 – 09:00 Uhr **Yoga Basic**
Treffpunkt an der SPA-Rezeption

DONNERSTAG
10:00 Uhr **Winterwanderung**
zur Feil-alm

Treffpunkt in der Hotelhalle;
Dauer ca. 4-5 Stunden (mit Einkehr)

15:30 – 16:30 Uhr
Faszientraining
Treffpunkt an der SPA-Rezeption

17:00 Uhr **Bier-Aufguss**
in der finnischen Außensauna

FREITAG

08:00 – 09:00 Uhr **BodyArt**
Treffpunkt an der SPA-Rezeption

10:00 Uhr
Schneeschuhwanderung
durchs Tristenau-Tal

Treffpunkt in der Hotelhalle;
Dauer ca. 3-4 Stunden (mit Einkehr)

16:00 & 17:00 Uhr
Erlebnisaufguss
in der finnischen Außensauna

Liebe Gäste,

bitte melden Sie sich für jedes Aktivprogramm **bis 22:00 Uhr am Vorabend an der Hotelrezeption** an. Die Programme finden auch schon ab einer angemeldeten Person statt.

Schneeschuhe und Stöcke erhalten Sie direkt bei uns im Hotel. Zum Rodeln leihen wir uns bei der Rodelhütte Schlitten aus.

Wir freuen uns auf eine zahlreiche Teilnahme und stehen Ihnen für Informationen jederzeit gerne zur Verfügung.