






Wochenprogramm:

	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag					
	16.00 - 17.00 Uhr Rückenfit Gymnastikraum	16.00 - 17.00 Uhr Stretch & Relax Gymnastikraum		16.00 - 17.00 Uhr Yoga Gymnastikraum	07.45 - 08.30 Uhr Aqua Fit* Hallenbad	16.00 - 17.00 Uhr Stretch & Relax	07.45 - 08.30 Uhr Aqua Fit* Hallenbad					
		Alpe Nova* mittel	Golmer Seeweg* mittel	Schmuglerpfad* schwer	Lamatrekking* leicht	Hohes Rad* schwer	Alpwanderung* mittel	Alpe Latons* mittel	Aquaweg* leicht	Madrisa Rundtour* schwer	Alpe Garnera* mittel	Geiss Spitze* 08.30 anspruchsvoll
		Ganifer-Tour* E-Bike	Wasserfall Tour* Kurztour	MaisäB Tour*	Balbierrwasserfall Tour E-Bike*	Panorama Tour*	Hochmoor Tour* E-Bike	Alpe Latons*	Geocaching Tour* E-Bike	Gargellen Tour* E-Bike	Wasserkraft Tour* Kurztour	Montafoner Bergseen-Tour* anspruchsvoll
	18.00 Uhr Welcome Drink	21.00 Uhr BergSPA Führung		Eisbuffet und hausgemachte Sorbets	regionale Spezialitäten frisch gegrillt	hausgemachtes Strudelbuffet	Bergkulinarium					frisch gerollter Fisch vom Vorspeisenbuffet
	Hochseilgarten Fun Forest* 09.00, 14.00 Uhr halbtage	Minigolf* halbtage	Märchentag* ganztage	Wassertag* ganztage	Waldseilpark* halbtage	Wir machen Käse* halbtage	Fun Forest* ganztage	Lamatrekking* ganztage	Waldseilpark* halbtage	Schatzsuche* halbtage	Entdeckertag* ganztage	



Aqua Fit
Gymnastikraum
Welcome-Drink
Schwimmsachen
bequeme Sportbekleidung
dem Anlass entsprechend (KEINE Anzugpflicht!)

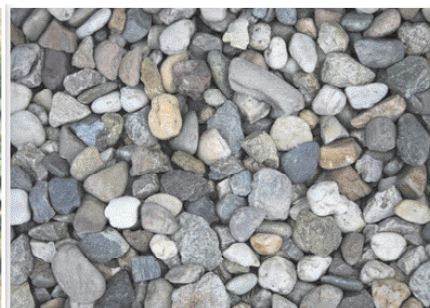
* Anmeldung erforderlich bis 18.00 Uhr am Vortag an der Hotelrezeption
(Naturerwachen 16.00 Uhr)

Weitere Informationen zu Aktivitäten und Bergerlebnissen auf Anfrage!





BERG SPA



BergSPA Öffnungszeiten

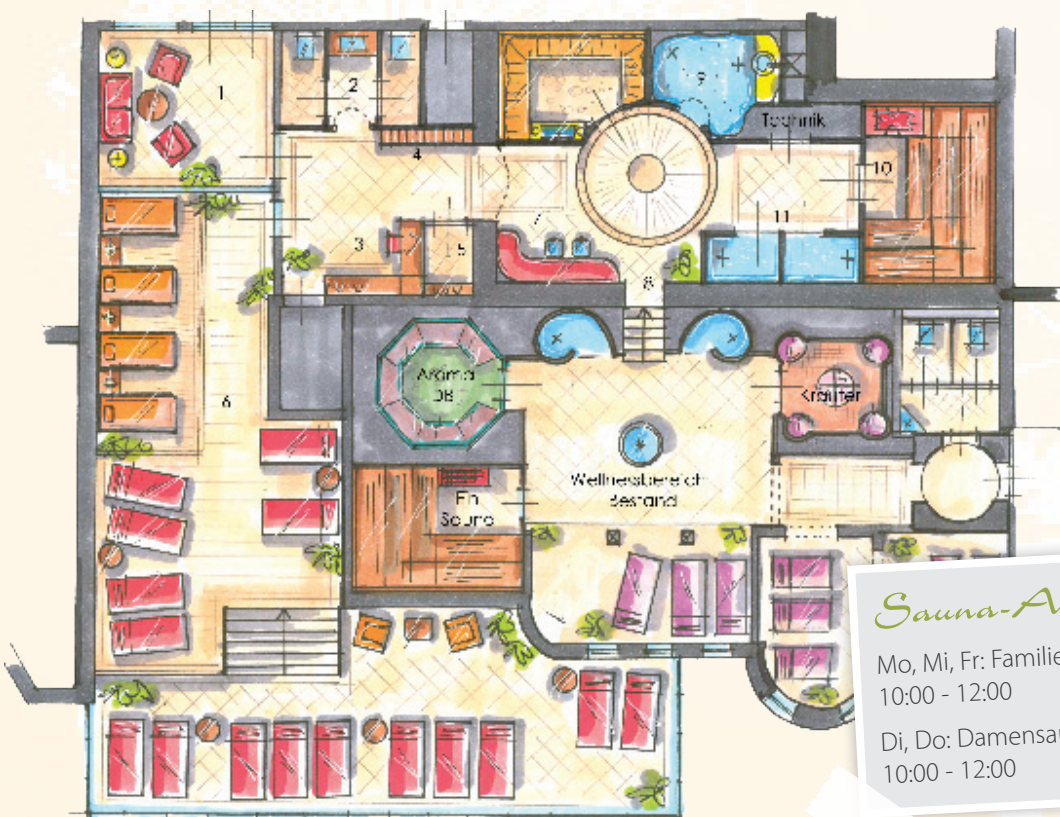
Montag bis Sonntag
9:00 - 19:00 Uhr

Reservierung erbeten:
+43 (0)55 57/62 38-400
info@bergSPA.at

Die ureigensten Wurzeln des Montafons – das ins Tal fließende Wasser, die alpinen Bergmassive und beeindruckenden Stein-welten sowie die heilenden Bergkräuter der Almwiesen – werden im neuen BergSPA hautnah und mit allen Sinnen spürbar und erlebbar. Die heimische Natur und deren kraftpendende Wirkstoffe bestimmen auch die Inhalte der BergSPA-Anwendungen, ganz individuell, ganz persönlich und – in aller Ruhe.

1.000 m² Wellnessbereich...

- großzügige Wellnessanlage mit Montafoner Schwitzstube (90°C), Sole-Dampfbad (45°C), Kräutersauna (55°C), Biosauna (50°C), Eisgrotte, Kneippbecken mit Fußsprudel, Erlebnisduschen sowie Tee- und Saftbar
- großräumige Ruhebereiche mit Wasserbetten und Panoramablick auf die Montafoner Berge
- Fitnessraum und Gymnastikraum
- BergSPA-Rezeption mit individuellen Informations- und Beratungsmöglichkeiten sowie Wartebereich
- großzügiger, lichtdurchfluteter Anwendungsbereich mit Beauty- und Kosmetikabteilung, Körperbehandlungen, Packungsbädern, Massagen sowie einer luxuriösen SPA-Suite mit 3 aufeinanderfolgenden Paarbehandlungen: Dampfbad, Nassmassage & Peeling, Hydro-Massagebad und Partnermassage



Sauna-Angebot

Mo, Mi, Fr: Familiensauna
10:00 - 12:00

Di, Do: Damensauna
10:00 - 12:00

- | | | |
|------------------------|--------------------|--------------------------|
| 1 Vorraum/Wartebereich | 5 Umkleidebereich | 8 Zugang zur Erweiterung |
| 2 WC Anlage | 6 Ruheliegen | 9 Eisgrotte |
| 3 Garderobe/Föhnplatz | und Wasserbetten | 10 Biosauna |
| 4 Handtuchablagen | 7 Fuß-Kneippbecken | 11 Erlebnisduschen |

