

Wochenprogramm: Beispielwoche

	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag		
	Rückenfit* 16.00 - 17.00 Uhr Gymnastikraum	BergSPA-Führung 09.30 - 09.45 Uhr BergSPA	Aqua Fit* 10.00 - 10.30 Uhr Hallenbad	Nachtrodelspaß mit Shuttle* 20.00 - 22.00 Uhr Garfrescha	Aqua Fit* 10.15 - 11.00 Uhr Hallenbad	Stretch & Relax* 15.00 - 16.00 Uhr Gym		regeneratives Rollen der Faszien* 16.30 - 17.15 Uhr Gymnastikraum	Aqua Fit* 10.15 - 11.00 Uhr Hallenbad
	Sektempfang ab 18.00 Uhr Begrüßung 18.30 Uhr	Musik mit Georgie ab 20.30 Uhr Hotelbar	Moscow Mule-Cocktailparty Hotelbar	Piano-Musik mit Bernd 20.30 Uhr	Öster-reich Abend	hausgemachte Strudel vom Buffet	Montafoner Bergkulinarium	Soul & Jazz ab 20.30 Uhr Hotelbar	
	leichte Tour im Gauertal* 13.20 Uhr Talstation Golm	Silvrettastausee-Bielerhöhe* 09.45 Uhr Talstation Vermunt	Lama-Trekking* 15.00 Uhr Lamahof, Innerberg	Schmugglerdorf Gargellen* 09.35 Uhr Gargellen	Bartholomäberg* 10.30 Uhr Kirche Bartholomäberg	Feuerschalen-wanderung* 17.00 Uhr (~45min) Partenen			
		Skiguiding* 9.20 Uhr Valiserabahn Tal	Freeride Abenteuertag* 08.30 Uhr Valiserabahn Tal	Hochjoch Totale* 07.25 Uhr Grasjochbahn Tal	Weinverkostung auf 2000m* 11.00 und 14.30 Uhr Vinnova	Nova exlusiv* 07.20 Uhr Versettlabahn Tal	Ländle Frühsport ab 07.30 Uhr Zamangbahn Tal		
				Eisstockschießen* 16.00 Uhr (ab 12J) Aktivpark Montafon	Tourenski-Exkursion am Abend* 16.00 - 19.30 Uhr Gargellen	Nachtrodelspaß 18.00 - 23.00 Uhr Garfrescha		Nachtrodelspaß 18.00 - 23.00 Uhr Garfrescha	

Aqua Fit: Badebekleidung

Gymnastikraum: bequeme Sportbekleidung

Welcome-Drink: dem Anlass entsprechend (KEINE Anzugpflicht!)

* Anmeldung erforderlich bis 15.00 Uhr am Vortag an der Hotelrezeption

Programmpunkte teilweise gegen Aufpreis.

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 kraftspendende Wirkstoffe bestimmen auch die Inhalte der BergSPA-Anwendungen, ganz individuell, ganz persönlich und – in aller Ruhe.



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

- 8 Zugang zur Erweiterung
- 9 Eisgrotte
- 10 Biosauna
- 11 Erlebnisduschen

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, So: Familiensauna
10:00 - 12:00

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

Wir bitten um Anmeldung am Vortag
bis 18.00 Uhr an der Hotelrezeption.

