

Essenszeiten im Restaurant

Am Morgen:

Frühstücks-Buffer
07:00-10:00 Uhr
+ Option eine Brotzeit
mitzunehmen.

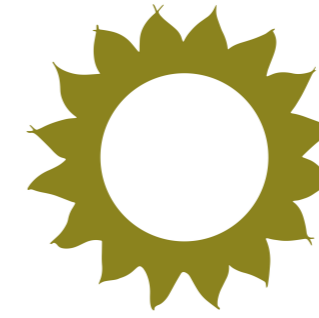
Zu Mittag:

12:00-14:00 Uhr
Suppe, Salat- & Rohkostbuffet

14:00-17:00 Uhr
Nachmittagskarte (exkl.)

Am Abend:

18:00-19:45 Uhr oder
20:00-21:45 Uhr
5 Gänge
Bio-Genussmenü



Diese Woche finden unsere Yoga-Kurse im Seminarraum am Wasser (rechts von der Rezeption) statt.

Montag 18.10.2021	Dienstag 19.10.2021	Mittwoch 20.10.2021	Donnerstag 21.10.2021
07:00 - 07:50 Uhr Yoga am Morgen mit Marcel	07:00 - 07:50 Uhr Yoga mit Sharron	07:00 - 07:50 Yoga mit Sharron	08:00 - 08:50 Uhr Yoga mit Bettina
08:30 - 09:00 Uhr Fantasie-Reise mit Marlene	09:00 - 16:00 Uhr Geführte Bergtour		
15:00 - 15:30 Uhr SPA-Führung mit Anni			
16:30- 17:45 Uhr Yoga für Anfänger mit Bettina € 5,00 p.P.	16:30-17:45 Uhr Yoga mit Bettina € 5,00 p.P.	16:30 - 17:45 Uhr Faszien-Yoga mit Bettina € 5,00 p.P.	16:30 - 17:45 Uhr Yoga mit Bettina € 5,00 p.P.
18:00 Uhr Permakultur-Führung mit Andi Haller		Ab 18:00 Uhr Österreichisches Strudelbuffet	Ab 19:00 Uhr Musikabend
20:30 Uhr Vortrag Permakultur mit Andi Haller		Bis 21:30 Uhr AlpinSPA unter Sternen	

Freitag 22.10.2021	Samstag 23.10.2021	Sonntag 24.10.2021
07:00 - 07:50 Uhr Yoga am Morgen mit Steffi	07:00 - 07:50 Uhr Yoga am Morgen mit Steffi	07:00 - 07:50 Uhr Yoga am Morgen mit Sharron
16:30 - 17:45 Uhr Yoga Rücken und Gelenke mit Bettina € 5,00 p.P.	16:30 - 17:45 Uhr Yoga mit Sharron € 5,00 p. P.	
Ab 18:00 Uhr Dessertbuffet	20:00 Uhr AlpinSPA Führung und Beratung mit Anni	20:30 Uhr Begrüßungsabend mit Familie Kessler
Bis 21:30 Uhr AlpinSPA unter Sternen		

ÖFFNUNGSZEITEN AlpinSPA

Chesa Mare	Chesa Mare	Chesa Mare	Chesa Mare
07:00 - 20:00 Uhr Bio Sauna	07:00 - 20:00 Uhr Bio Sauna	07:00 - 21:30 Uhr Bio Sauna	07:00 - 20:00 Uhr Bio Sauna
07:00 - 19:00 Uhr Dampfbad	07:00 - 19:00 Uhr Dampfbad	07:00 - 19:00 Uhr Dampfbad	07:00 - 19:00 Uhr Dampfbad
12:00 - 19:00 Uhr Finn. Sauna	12:00 - 19:00 Uhr Finn. Sauna	12:00 - 19:00 Uhr Finn. Sauna	12:00 - 19:00 Uhr Finn. Sauna
Nacktbereich 18+ 14:00 - 20:00 Uhr	Nacktbereich 18+ 14:00 - 20:00 Uhr	Nacktbereich 18+ 14:00 - 21:30 Uhr	Nacktbereich 18+ 14:00 - 20:00 Uhr

ÖFFNUNGSZEITEN AlpinSPA

Chesa Mare	Chesa Mare	Chesa Mare
07:00 - 21:30 Uhr Bio Sauna	07:00 - 20:00 Uhr Bio Sauna	07:00 - 20:00 Uhr Bio Sauna
07:00 - 19:00 Uhr Dampfbad	07:00 - 19:00 Uhr Dampfbad	07:00 - 19:00 Uhr Dampfbad
12:00 - 19:00 Uhr Finn. Sauna	12:00 - 19:00 Uhr Finn. Sauna	12:00 - 19:00 Uhr Finn. Sauna
Nacktbereich 18+ 14:00 - 21:30 Uhr	Nacktbereich 18+ 14:00 - 20:00 Uhr	Nacktbereich 18+ 14:00 - 20:00 Uhr

W
O
C
H
E
N
P
R
O
G
R
A
M
M