

Warme Küche

Täglich durchgehend warme à la Carte Küche
von **12.00 Uhr bis 17.00 Uhr**
in unserem Restaurant.

Unser Tipp:

AROSEA Club Sandwich

(Paarlbrötchen, Fichtensprossenmayonnaise, Salat, gekochtes Ei,
Tomate, Hühnerbrust, gebackene Zwiebelringe, Speck)

1 Club Sandwich € 11,00



Cucina calda

À la carte **ogni giorno**
dalle ore **12.00 alle ore 17.00**
nel nostro ristorante.

Nostro consiglio:

AROSEA Club Sandwich

(„Paarlbrötchen“, Mayonnaise di aglio e olio, insalata, uovo sodo,
pomodoro, petto di pollo, anelli di cipolla fritti, speck)

1 Club Sandwich € 11,00



Anspannungs- und Entspannungsprogramm

Bleiben Sie im Einklang mit Körper und Geist.
Dafür bieten wir Ihnen unser Aktiv- und
Fit Halte-Programm an!



Montag 23. Oktober	Dienstag 24. Oktober	Mittwoch 25. Oktober	Donnerstag 26. Oktober	Freitag 27. Oktober	Samstag 28. Oktober	Sonntag 29. Oktober
<p>09.00 - 09.50 Uhr Breath & Stretch Übungen für Atmung und Dehnung mit Debora Anmeldung bitte an der Rezeption</p>	<p>09.00 – 09.40 Uhr ROSARIUM – Infostunde mit Martha Anmeldung bitte an der Rezeption</p> 	<p>Sauna geöffnet ab 11.00 Uhr Unsere Saunen sind täglich von 11.00 Uhr bis 19.30 Uhr geöffnet.</p> 	<p>09.00 – 09.50 Uhr Lernen Sie Ihren Rücken besser kennen. Bei unserer Rückengymnastik mit Debora Anmeldung bitte an der Rezeption</p> 	<p>09.00 - 09.50 Uhr Breath & Stretch Übungen für Atmung und Dehnung mit Debora Anmeldung bitte an der Rezeption</p> 	<p>09.00 – 10.00 Uhr TECHNOGYM: Infostunde im Fitnessraum Heute um 09.00 Uhr findet im Fitnessraum eine Einführung der Technogym-Geräte mit Debora statt. Anmeldung bitte an der Rezeption</p>	<p>09.00 – 09.50 Uhr Lernen Sie Ihren Rücken besser kennen. Bei unserer Rückengymnastik mit Debora Anmeldung bitte an der Rezeption</p>  
<p>Breuss - Massage Die Breuss – Massage ist eine energetische Wirbelsäulenmassage und bewirkt eine sanfte Lockerung und Streckung der Wirbelsäule und des Kreuzbeins. Besonders bei Bandscheibenleiden ist diese Methode effektiv. Die Massage, entwickelt von Rudolf Breuss, soll den Bandscheiben Geschmeidigkeit geben und sie elastischer werden lassen. Dies erfolgt durch die spezielle Technik und durch das Einreiben von Johanniskrautöl. Dauer 55 Minuten Preis Euro 73,00.-</p> 	<p>Wegleit-St. Walburg Im „Kräuterreich „Wegleit“ in St. Walburg ist jeden Dienstag , Donnerstag und Samstag der Hofladen von 16.00 - 18.00 Uhr geöffnet. Frau Schwenbacher gibt Ihnen dort Einblicke, wie sie Schafwolle verarbeitet und mit welcher Sorgfalt Kräuter sie anpflanzt!!</p> 	<p>Ultrner Urlärchen Die Urlärchen befinden sich in St. Gertraud. Das Dorf liegt auf 1.500 m und ist von alten Bauernhöfen umgeben. Bei einer umgestürzten Lärche in diesem Gebiet wurden über 2.000 Jahresringe gezählt. Drei der bis zu 28 Meter hohen Bäume stehen immer noch. Die von Sturm und Wetter gezeichneten Lärchen gehören zu den ältesten Nadelbäumen Europas.</p> 	<p>Wussten Sie... dass sich im AROSEA die Auswahl der Materialien nach bestimmten Schwingungsenergien richtet? Zirbenholz senkt die Herzfrequenz, steigert die Vitalität und wirkt zudem antibakteriell. Die Schafwolle hat eine natürliche Thermoregulations-Eigenschaft und verfügt über eine natürliche Selbstreinigungsfunktion Schieferstein gilt als ein Stein, der vor gesundheitsbelastenden Strahlen bewahrt. Allgemein wirkt er aufbauend und stärkend für den gesamten Körper.</p>	<p>17.00 – 18.00 Uhr Shiatsu Mit Schwarz Doris 1 Stunde € 69,00</p> 	<p>HOT ZIRM LIFE HONOURING BEAUTY®</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ultrner Bergkräutertrunk • Dampfbad mit Salz-Zirm-Peeling • Dusche mit frischem Guss • Umarmung mit Leinen • Augenkompressen • Osteopathische Einstimmung mit Sinnesbaumeln • Fußstimulation mit Ultrner Bergbach-Sand und Fußbad • Hot Zirm Life Honouring Massage für Rücken und Beine • Bergkräuter-Bad • Nachruhen im Schafwollbett <p>Für 1 Person €179,00 Für 2 Personen € 279,00</p> 	<p>Warme Küche Täglich durchgehend warme à la Carte Küche von 12.00 Uhr bis 17.00 Uhr</p>
<p>16.15 Uhr Sauna-Aufguss in der finnischen Außensauna mit Debora Duft: Pfefferminze Wirkung: entspannend</p>			<p>16.15 Uhr Sauna-Aufguss in der finnischen Außensauna mit Debora Duft: Orange Wirkung: erfrischend</p>	<p>16.15 Uhr Sauna-Aufguss in der finnischen Außensauna mit Debora Duft: Eukalyptus Wirkung: kräftigend</p>	<p>16.15 Uhr Sauna-Aufguss in der finnischen Außensauna mit Debora Duft: Lavendel Wirkung: beruhigend</p> 	<p>16.15 Uhr Sauna-Aufguss in der finnischen Außensauna mit Debora Duft: Rosmarin Wirkung: beruhigend</p>

Melden Sie sich bitte am Tag vorher bis 18.00 Uhr für die jeweilige Veranstaltung an.