

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 22. Januar	Dienstag 23. Januar	Mittwoch 24. Januar	Donnerstag 25. Januar	Freitag 26. Januar	Samstag 27. Januar	Sonntag 28. Januar
<p>09.00 - 09.50 Uhr Breath & Stretch Übungen für Atmung und Dehnung mit Debora 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 – 09.40 Uhr ROSARIUM – Infostunde mit Martha 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 – 09.50 Uhr Lernen Sie Ihren Rücken besser kennen. Bei unserer Rückengymnastik 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 Breath & Stretch Übungen für Atmung und Dehnung mit Debora Anmeldung bitte an der Rezeption</p> 
<p>Seeweg Der Zogger Stausee entstand im Jahre 1970, er ist nach dem ehemaligen Hof Zogger benannt, der zusammen mit anderen Höfen in den Fluten des Stausees verschwunden ist. Der Seeweg, ist als kürzere Halbtages-wanderung sehr empfehlenswert. Er führt auf meist ebenen Wegen zur Umrundung des Zogger Stausees.</p> 	<p>Unser Beitrag zur Umwelt:</p>  <p>Die Schonung und Wertschätzung der Natur und deren nachhaltige Nutzung ist im AROSEA ein zentrales Thema. Daher nutzen wir für unsere Wärmezulieferung das Biomasse-Fernheizwerk. Als Brennstoff werden unbehandelte und ungenutzte Holzabfälle, wie Waldhackgut, Sägemehl, Industriehackgut und Rinde eingesetzt.</p>	<p>PHYSIOTHERAPIE Unter Physiotherapie versteht man Behandlungsmethoden, welche die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des Menschen fördern, erhalten und wiederherstellen. Dauer 55 Minuten Preis € 92,00€</p> 	<p>Schwemmalm Das Skigebiet Schwemmalm reicht von 1.500 bis 2.600m. Es gibt 25 km Pisten. Speziell die neu erschlossenen Pisten unter dem Mutegg zählen zu den schönsten in Südtirol. Sie führen über weite, baumfreie und sonnige Hänge. 08.30 Uhr – 17.00 Uhr</p> 	<p>Warme Küche Täglich durchgehend warme à la Carte Küche von 12.00 Uhr bis 17.00 Uhr</p> 	<p>11.00 – 12.00 Uhr Yoga mit Alex Parmeggiani Mindestteilnehmer 4 Personen Anmeldung bitte an der Rezeption</p>	<p>UITNER BioBROT Die Bäckerei „Ultner Brot“ steht in der Tradition handwerklicher Tiroler Backkunst. Das Festhalten an der Tradition, die Suche nach althergebrachten Rezepturen und Verarbeitungsweisen hat den Bäckermeister Richard Schvienbacher über die Grenzen des Tales hinaus bekannt gemacht.</p> 
<p>Das Ultner Schafwollbad Beim Schafwollbad wird der Körper in Ultner Schafwolle eingewickelt. Die Wärme unterstützt die Energiezirkulation und steigert die Oberflächendurchblutung. Dauer 20 Minuten Preis Euro 52,00.-</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 Theo Duft: Zitrone Wirkung: erfrischend</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: beruhigen</p>

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