


 **lich willkommen! Hier finden Sie die Übersicht des Rosenhof Berg- und Aktivprogramms mit vielen Angebotsempfehlungen.**

 Anmeldung zu den einzelnen Veranstaltungen (*mit Aufpreis) und ausführliche Informationen erhalten Sie bei den Urlaubscoaches und finden Sie, neben weiteren Veranstaltungen im Kleinwalsertal, im Urlaubsbuch. **Witterungsbedingte Programmänderungen sind möglich.**

Samstag, 24. September 2016	Sonntag, 25. September 2016	Montag, 26. September 2016	Dienstag, 27. September 2016
07.00h - ca. 18.30h Wasserwelt 07.00h - 09.00h und 15.00h-18.30h Außenpool Täglich für Sie unter „Dampf“: 14.00h – ca. 18.30h Familiensauna	07.00h - ca. 18.30h Wasserwelt 07.00h - 09.00h und 15.00h-18.30h Außenpool 09.00h-10.00h Masseur Imre berät Sie rund um Ihren Urlaubstag: Well-	07.00h - ca. 18.30h Wasserwelt 07.00h - 09.00h und 15.00h-18.30h Außenpool  07.30h Hatha-Yoga mit Jana	07.00h - ca. 18.30h Wasserwelt 07.00h - 09.00h und 15.00h-18.30h Außenpool
15.00h – ca. 18.30h Kräutersauna und Dampfbad 16.00h – ca. 18.30h Zirbensauna	ness, Tipps und Ausflugsempfehlungen Unser Tipp: ab 11.00h Älperletze auf der Kanzelwand	09.00h-10.00h Masseur Imre berät Sie rund um Ihren Urlaubstag: Wellness, Tipps und Ausflugsempfehlungen	 07.50h – ca. 11.30h Wanderung zum Bergfrühstück mit Nadine Tipp:10.00h Canyoning mit der Bergschule (Anmeldung bis 17.00h am Vortag unter +43 5517 30245)
	 16.30h Einführung an den Cardio- und Kraftgeräten, leichtes Zirkeltraining mit Imre	 10.00h Rosenhof Haustour mit Daniela von der Bergschule	Tipp:  13.45h Natur-Zeit: Einblicke in die Permakultur, Selbstversorgergarten
	17.30h Wellness-Rundgang und Terminvereinbarung mit Imre, Start: Foyer	Tipp: 09.30h Wanderung zu den Ochsenhofer Köpfen mit Guide der Bergschule. Treffpunkt Walmendingerhornbahn	
	18.30h-ca. 19.00h Grüß Gott Empfang im Rosensaal	 20.30h – ca. 22.30h Abendsauna für Erwachsene	

Mittwoch, 28. September 2016	Donnerstag, 29. September 2016	Freitag, 30. September 2016	Samstag, 01. Oktober 2016
07.00h - ca. 18.30h Wasserwelt 07.00h - 09.00h und 15.00h-18.30h Außenpool  08.00h Aqua-Fit mit Imre – der spritzige Start in den Tag	07.00h - ca. 18.30h Wasserwelt 07.00h - 09.00h und 15.00h-18.30h Außenpool 09.00h - 10.00h Tipps von Urlaubs- coach Nadine Tipp 09.00h Bergtour um den Widderstein mit der Bergschule (Anmeldung bis 17.00h am Vortag unter +43 5517 30245)	07.00h - ca. 18.30h Wasserwelt 07.00h - 09.00h und 15.00h-18.30h Außenpool 09.00h - 10.00h Tipps von Urlaubs- coach Nadine Tipp: 08.30h Drei-Gipfel-Tour mit der Bergschule (Anmeldung bis 17.00h am Vortag unter +43 5517 30245)	07.00h - ca. 18.30h Wasserwelt 07.00h - 09.00h und 15.00h-18.30h Außenpool Tipp:09.00h Zwei-Länder-Sport- klettersteig mit der Bergschule (Anmeldung bis 17.00h am Vortag unter +43 5517 30245) Tipp: 09.30h Bergtour am Gottes- acker mit der Bergschule (Anmeldung bis 17.00h am Vortag unter +43 5517 30245) Täglich für Sie unter „Dampf“ 14.00h – ca. 18.30h Familiensauna 15.00h – ca. 18.30h Kräutersauna und Dampfbad 16.00h – ca. 18.30h Zirbensauna
 10.15h Aqua Baby mit Imre	 10.00h Familien-Wanderung mit Nadine Tipp: Genießen Sie ein herbstliches 6-Gänge-Menü begleitet von	 10.00h Naturentdecker- Abenteuer mit Nadine 18.30h – ca. 19.00h Ferien- und Wochenausklang im Rosen-Saal	
 20.30h Mondschein-Schwimmen für Erwachsene	prickelnden Schaumweinen, die von Sommelier Richie Aichwalder, Fa. Wein Wolf präsentiert werden.	ca. 20.30h Zwärg Bartli-Geschichte – erzählt von Suzanne Hugger	

Der Kleinwalsertaler Rosenhof
 Suzanne Hugger und Gerd Hugger

An der Halde 15, 6993 Mittelberg – Österreich
 www.rosenhof.com, info@rosenhof.com

Tel. (0043) 5517 5194
 FAX. (0043) 5517 6585-40