

GEFÜHRTE WINTERWANDERUNG LAVAZÉPASS & JOCHGRIMM MIT WANDERFÜHRER JOSEF

Das Jochgrimm mit seinem kleinen Skigebiet für Familien und der Lavazè-Pass mit dem weitläufigen Loipennetz für den Skilanglauf bieten auch gute Möglichkeiten für Winterwanderungen. Je nach Schneelage und Witterung wählen wir eine Route zu einer der einladenden Almen in der Umgebung, wie der Auerleger Alm, Lieg Alm oder Gurndin Alm.

- START** am Freitag 20. Dezember um 9.30 Uhr
GEHZEIT 3-4 Stunden
HÖHENUNTERSCHIED 150-250 Höhenmeter
WEGSTRECKE ca. 8-12 km
ANFORDERUNGEN leichte Wanderung auf guten Steigen und Naturwegen,
bei Schneelage präparierte Winterwege
AUSRÜSTUNG gute wasserfeste Schuhe, warme Kleidung, Pullover, gefüllte Trinkflasche,
Sonnenschutz, Wanderstöcke.
VERPFLEGUNG Auerleger Alm, Lieg Alm, Gurndin Alm, Isi-Hütte,
überall gute einheimische Küche.

UNSER TIPP

Besuchen Sie unsere neue LAKE SAUNA am LAKE HOUSE.

Im LAKE HOUSE finden Sie Handtücher,

Liegen und Tee zum Entspannen.

13.00 - 17.00 Uhr geöffnet

Postet euer schönstes Seeleiten-Urlaubsbild auf
FACEBOOK und/oder **INSTAGRAM**
und markiert uns.

#seeleiten @hotelseeleyen

Das schönste Bild wird mit einem Gutschein für 2 Nächte
in einer Juniorsuite mit Verwöhnpension, in der Nebensaison,
Ende des Jahres prämiert.



SPABEHANDLUNG DER WOCHEN INKLUSIVE PRODUKTE

GLOW UP EXPRESS

Erleben Sie eine strahlende Verwandlung in nur 25 Minuten mit einer revitalisierenden Glow-Up-Behandlung, die ein Peeling und eine erfrischende Eisroller-Massage umfasst.

Das Besondere an dieser Behandlung? Sie erhalten ein exklusives Paket als Geschenk, das ein Peeling, eine Tagescreme und einen Eisroller beinhaltet - alles von unserer medizinischen Linie Mesoestetik!



25 min | 169 €

UNSERE SPA NINFEA IST TÄGLICH VON 8.00 - 19.00 UHR FÜR SIE GEÖFFNET

Unser SPA-Team freut sich auf Ihre individuellen Bedürfnisse eingehen zu dürfen. Sara, Stefanie, Katharina, Stephanie & Giuseppe

WOCHENPROGRAMM

MONTAG, 16. Dezember

KÜCHENVORSTELLUNG Wir treffen uns um 10.45 Uhr an der Rezeption. Küchenchef Eddi gibt Ihnen Einblick hinter die Kulissen und verrät Ihnen den ein oder anderen Geheimtipp.

Anmeldung an der Rezeption max. 15 Personen



Lassen Sie sich in unserer Ninfea Spa bei einer entspannenden **Gesichtsbehandlung** verwöhnen.

GIN- & VODKA Edelschwarz Alpine Bio Spirits präsentiert Gin & Vodka ab 18.30 Uhr an der Hotelbar. Wo Leidenschaft für Spirituosen auf die unberührte Schönheit der Alpen trifft!

DIENSTAG, 17. Dezember



Nach dem Sport empfehlen wir eine **Ecopassion Deep Opener Massage** um die Muskulatur zu lockern und somit steht nichts im Wege um sich am Abend die Südtiroler Spezialitäten schmecken zu lassen.

GLÜHWEIN & SÜDTIROLER SÜSSES von 12.30 Uhr -15.00 Uhr auf der Piazzetta

ROMANTISCHE KUTSCHFAHRT auf historischen Wegen durch Tramin und Umgebung. Wärmende Getränke inklusive. Treffpunkt 15.20 Uhr an der Rezeption.

- Dauer ca. 1,5 Stunden
- Min. 4 - max. 10 Personen

Anmeldung bis Montag 20.00 Uhr

SÜDTIROLER SPEZIALITÄTENABEND Ab 19.00 Uhr verwöhnen wir Sie mit einem Südtiroler Menü. Mit Produkten zu 95%+ aus der Region Südtirol-Trentino.

MITTWOCH, 18. Dezember



Mit der speziellen Kombination aus Bein-Massage und Wickel beleben und regenerieren Sie Ihre müden Beine nach einer Wanderung. **Light Legs.**

KELLEREI- UND BRAUEREIBESICHTIGUNG MIT VERKOSTUNG

Wir präsentieren Ihnen exklusiv unsere Weinkellerei und Bierbrauerei. Nach dieser lehrreichen Führung verkosten Sie die Weine und Biere, während wir uns Ihren Fragen stellen. Anschließend haben Sie die Möglichkeit im Hofladen lokale Spezialitäten zu entdecken.

- Abfahrt um 16.15 Uhr im Hotel
- Max. 15 Personen (only Adults)
- **Anmeldung an der Rezeption**

FACKELWANDERUNG Wir treffen uns um 21.00 Uhr an der Rezeption und gehen gemeinsam zum Römigberg hoch, begleitet von Fackeln. Dauer insgesamt ca. 1 Stunde.

Anmeldung an der Rezeption - min. 4 Personen

DONNERSTAG, 19. Dezember



Öffnen und entkrampfen Sie Ihre Atemwege mit Inhalation und Massage mit verschiedenen Kräutern und stärken Sie somit Ihr Immunsystem. **Ich Atme.**

SÜSSE LECKEREIEN, GLÜHWEIN & LAGERFEUER

ab 16.30 Uhr auf der Piazzetta

BELLA ITALIA SPEZIALITÄTENABEND Ab 19.00 Uhr verwöhnen wir Sie mit einem typisch italienischen Menü.

MUSIKALISCHER ABEND mit Livemusik von INA PROSS.

FREITAG, 20. Dezember

GEFÜHRTE WINTERWANDERUNG

LAVAZÉPASS UND JOCHGRIMM

mit Wanderführer Josef

- Start 9.30 Uhr
- Rückkehr ca. 17.00 Uhr
- Teilnehmer mind. 3 max. 8 Teilnehmer
- Mehr Infos auf der Rückseite
- **Anmeldung an der Rezeption** bis Donnerstag 20 Uhr



Tun Sie sich und Ihren Füßen etwas Gutes. Nach einer morgendlichen Wanderung genießen Sie eine **Fußstimmulierende Massage.**

TIPP

KEKSE BACKEN mit Rosi um 14.30 Uhr

Anmeldung an der Rezeption bis Donnerstag 20.00 Uhr min. 4 - max. 6 Teilnehmer

DESSERTBUFFET ab 20.30 Uhr verwöhnt Sie unser Hauspatissiere Florian mit einem köstlichen Dessertbuffet.

SAMSTAG, 21. Dezember

SÜSSE KÖSTLICHKEITEN & GLÜHWEIN ab 15.00 Uhr

bis 16.30 Uhr verwöhnt Sie unser Hauspatissiere Florian mit Süßem auf der Piazzetta.



Angekommen oder noch die letzten Tage genießen Erleben Sie unsere 80 min **Lomi Lomi Ninfea Massage**

ADVENTSMARKT mit lokalen Handwerks-Produzenten & Glühwein ab 20.30 auf der Piazzetta.

SONNTAG, 22. Dezember

EMPFANGSAPERITIF von 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr an der Hotelbar Vitae mit edlen Tropfen. Anschließend erwartet Sie eine kulinarische Geschmacksreise im Restaurant Terra.



Sie klagen über Schmerzen und möchten sich behandeln lassen? Bei Giuseppe und seiner **Tailored for your senses massages** sind Sie richtig.

MUSIKALISCHER ABEND mit Livemusik von MICHAEL ASTER.

FITNESSPROGRAMM



MANUELA



HELMUTH



MARTIN

MONTAG, 16. Dezember

- 8.15 - 9.00** Wassergymnastik
- 10.00 - 10.45** Fitnessberatung
- 11.00 - 11.45** Kräftigung mit Kleinhanteln
- 16 + 17 + 18.00** Saunaaufguss in der Spa Sensea

DIENSTAG, 17. Dezember

- 7.45 - 9.00** Yoga mit Yogameisterin Manuela Starten Sie mit viel positiver Energie in den neuen Tag **Treffpunkt um 7.45 Uhr an der Rezeption** **Anmeldung bis Samstag 15.00 Uhr**
- 10.00 - 14.00** Langlaufen am Lavazé **Anmeldung an der Rezeption - Verleih von Equipment, direkt auf Lavazé** ***abhängig von der Schneelage***
- 17.00 - 17.45** Bauch-Beine-Po
- 16 + 17 + 18.00** Saunaaufguss in der Spa Sensea

MITTWOCH, 18. Dezember

- 8.15 - 9.00** Wassergymnastik
- 10.00 - 10.45** Cardiotraining
- 11.00 - 11.45** Balance mit Pezziball
- 17.00** Saunaaufguss mit Peeling im Dampfbad
- 16.00 + 18.00** Saunaaufguss in der Spa Sensea

DONNERSTAG, 19. Dezember

- 8.15 - 9.00** Wassergymnastik
- 10.30 - 12.00** Nordic Walking
- Anmeldung an der Rezeption**
- 17.00 - 17.45** Pilates mit Pilatesring
- 16 + 17 + 18.00** Saunaaufguss in der Spa Sensea

FREITAG, 20. Dezember

- 8.15 - 9.00** Wassergymnastik
- 10.00 - 10.45** Fintessberatung
- 11.00 - 11.45** Kräftigung mit Theraband
- 16 + 17 + 18.00** Saunaaufguss in der Spa Sensea

SAMSTAG, 21. Dezember

- 8.15 - 9.00** Wassergymnastik
- 17.00** Saunaaufguss mit Peeling im Dampfbad
- 16.00 + 18.00** Saunaaufguss in der Spa Sensea

SONNTAG, 22. Dezember

- 7.45 - 9.00** Yoga mit Yogameisterin Manuela Starten Sie mit viel positiver Energie in den neuen Tag **Treffpunkt um 7.45 Uhr an der Rezeption** **Anmeldung bis Samstag 15.00 Uhr**
- 16 + 17 + 18.00** Saunaaufguss in der Spa Sensea

TREFFPUNKT IST IMMER IM GYM RECREA
BEI WASSERGYMNASTIK IM HALLENBAD
(AUSSER ANDERS ANGEGEBEN)