

RUNDWANDERUNG AM SALTEN

mit Josef

Der Salten ist ein typisches Mittelgebirge, sanft gewellt und mit ausladenden, offenen Lärchenwiesen, die seit Jahrhunderten von den Bauern gepflegt und bewirtschaftet werden. Jetzt im Herbst beginnen sich die Lärchen goldgelb zu färben und strahlen in den blauen Himmel. Auf den Wiesen weiden noch Kühe und Pferde. Wir beginnen unsere Wanderung im Bergdorf Mölten auf ca. 1.200 m, wandern zuerst durch Wald aufsteigend bis zur Jausenstation Gschnofer Stall mit einer evtl. ersten Einkehr-möglichkeit; nun weiter durch die sanfte Wiesenlandschaft bis zum freistehenden Gehöft Langfenn mit Gasthof und romanischem Kirchlein zum Hl. Jakob. Hier kehren wir ein und halten unsere Mittagspause. Gut gestärkt wandern wir über Wirtschaftswege zurück nach Mölten.

In Mölten bietet sich ein Besuch in der Sektkellerei Arunda an; es ist die höchstgelegene Sektkellerei Europas und der größte Produzent Südtirols. Je nach Zeitplan und Interesse der Teilnehmer kann kurzfristig ein Besuch mit Verkostung organisiert werden.

Gehzeit: 3,5 Std. (Rückkehr ins Hotel um ca. 17.00 Uhr)
Strecke: ca. 11 km
Höhenmeter: 350 m

Anforderungen: durchwegs leichte Wanderung auf guten Steigen und Naturwegen.

Ausrüstung: gutes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, Pullover, gefüllte Trinkflasche, Sonnenschutz, evtl. Wanderstöcke.

Einkehrmöglichkeit: Jausenstation Gschnofer Stall, Gasthof Langfenn (gute Südtiroler Kost, Zutaten aus eigener Produktion oder unmittelbarer Nähe)

UNSER TIPP

Drehen Sie doch mal eine Runde auf dem Stand-Up-Paddle am frühen Morgen. Genießen sie die idyllische Ruhe des Sees. Stand-Up-Paddels kostenlos bis 10.00Uhr

*Wir bitten unsere Gäste beim **Abendessen** in angemessener Kleidung zu erscheinen! *

www.seeleiten.it



Postet euer schönstes Seeleiten Urlaubsbild auf Facebook und/ oder Instagram und markiert uns. #seeleiten @hotelseeleiten

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



11. -17. OKTOBER

WEIN-WANDERN-WELLNESS

Wir geben jeden Tag unser Bestes, um Ihnen einen unvergesslichen Urlaub zu ermöglichen!

WELLNESSBEHANDLUNG DER WOCHE



SENSATION

Diese wohltuende Körperpackung spendet intensive Feuchtigkeit und ist ein Genuss für alle Sinne. Hinterher erscheint Ihr Haut glatt, samtig und weich. Entspannen Sie sich anschließend bei einer wohltuenden Massage.

Ca. 50min 73€

PRODUKT DER WOCHE



660 Lift Expert

50 ml 99,50€

Eine neue Generation von Anti-Aging- Peptiden wirkt in Synergie mit kostbarem Eiswein-Extrakt, um die Zellaktivität anzuregen. Dadurch wird die Bildung von Kollagen und Elastin gefördert. Die Haut ist fester, straffer und glatter.

& So von 09:00 – 19:00 Uhr

freut sich unser SPA-Team auf Ihre individuellen Bedürfnisse eingehen zu dürfen.

Sara, Julia, Renate & Stefanie

WOCHENPROGRAMM

MONTAG 11.10

WEINDEGUSTATION: Um 16.30 Uhr lädt Sie Herr Moser in den hauseigenen Steinkeller ein, wo wir Spitzenweine aus Südtirol verkosten und viel Wissenswertes über Wein und Kulinarik hören.

Anmeldung an der Rezeption - max. 35 Personen



Weinverkostung ist nichts für Sie? Lassen Sie sich doch in der Zwischenzeit in unserer Beautyfarm bei einer entspannenden GESICHTSBEHANDLUNG verwöhnen.

DIENSTAG 12.10

LOMI LOMI NUI - Tanz des Meeres. Spüren Sie die Wellen des Meeres. Nach einem Start in den Tag mit Yoga geht's nachmittags weiter bei einer wohltuenden Massage.

KELLEREIBESICHTIGUNG DES WEINGUT MANINCOR: Start um **15:30 Uhr** vom Hotel mit dem Shuttle. Angekommen in der Kellerei erwartet uns eine spannende Führung durch die Kellerei mit anschließender Verkostung. Dauer ca. 1,5h Anmeldung an der Rezeption max. 14 Personen

Bitte vergessen Sie nicht eine Maske mitzubringen! Corona Pass erforderlich!



Ab 19.00 Uhr verwöhnen wir Sie mit einem tollen Herbstmenü, ganz unter dem Motto „WILD & WALD“.

MITTWOCH 13.10

WANDERUNG NACH MONTIGGL: Wir treffen uns um 10.30 Uhr an der Rezeption. Gemeinsam mit Herrn Moser wandern wir durch das Frühlingstal nach Montigg. Rückkehr gegen 14.00 Uhr mit Herr Moser mit dem Seeleitenshuttle bzw. können Sie gerne auch wieder zurückwandern. Gesamte Gehzeit hin und Retour: ca. 3 Stunden. Schwierigkeitsgrad: leicht/mittel. Teilnehmer min. 6 (Jause inklusive)

Anmeldung an der Rezeption!



Wir empfehlen eine LYMPHDRAINAGE für den ganzen Körper. Diese Massage unterstützt den Rückfluss der Lympflüssigkeit und ist ideal nach einer Wanderung.

DONNERSTAG 14.10

KELLEREI- UND BRAUEREI BESICHTIGUNG MIT VERKOSTUNG: Um 16.15 Uhr im Weingut Moser. 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. 24 Personen Beitrag 5€

Anmeldung an der Rezeption bis 14:00 Uhr



Nach einer Fahrradtour lässt man sich am besten bei einer entspannenden KOPF-, NACKEN-, SCHULTERMASSESSAGE massieren.

TÖRGGELE ABEND: Ab 19.00 Uhr findet unser traditioneller Törggeleabend statt. Unser Küchenteam verwöhnt Sie mit Südtiroler Köstlichkeiten, gebratenen Kastanien, und einem typischen DESSERTBUFFET mit Buchteln und Kaiserschmarrn, Suser (Neuer Wein) u.v.m.

MUSIKALISCHER ABEND mit Livemusik von **HANG LOOSE DUO**.

FREITAG 15.10

GEFÜHRTE WANDERUNG AUF DEN SALTEN:

09.30 Uhr Start im Hotel mit Wanderführer Josef

Anmeldung an der Rezeption bis Donnerstag 20.00 Uhr, mind. 3 Personen, max. 8 Personen.

Verpflegung nicht inklusive – Corona Pass erforderlich – mehr Infos auf der Rückseite.



BARBECUE: Ab 12.00 Uhr mit Hähnchen vom Grill auf unserer Piazzetta.

(Bei schlechter Witterung gibt es eine Alternative)



Tun Sie ihren Füßen etwas Gutes. Nach der Wanderung empfehlen wir eine FUSSTIMULIERENDE MASSAGE.

SPECKVERKOSTUNG: um 16:30 Uhr im Steinkeller. **Anmeldung an der Rezeption**- max. 35 Personen min. 2

SAMSTAG 16.10

STRUDELBUFFET: Ab 15.00 Uhr laden wir Sie herzlich zum Strudelbuffet auf die Piazzetta ein.



Lassen Sie sich heute mal richtig durchkneten beim ANSPRUCHSVOLLEN RÜCKENPROGRAMM.

SONNTAG 17.10

EMPFANGSAPERITIF: Von 18.30 Uhr bis 19.30 Uhr an der Hotelbar „Ambra“ mit Köstlichkeiten aus Küche und Keller. Anschließend verwöhnen wir Sie mit einem köstlichen Galadinner.

MUSIKALISCHER ABEND mit Livemusik von **POWER JOE**.

FITNESSPROGRAMM

MONTAG

08:15 - 09:00 Wassergymnastik

10:00 – 10:45 Fitnessberatung

11:00 – 11:45 Kräftigung mit Theraband

16:00 + 17:00 + 18:00 Saunaaufguss

DIENSTAG

08:15 - 09:00 Yoga: Um 08:15 Uhr starten Sie mit Yogameisterin Manuela mit viel positiver Energie gut in den Tag. Anmeldung bis Montag, 15.00 Uhr an der Rezeption - mind. 2 Personen

(Treffpunkt um 08:10 Uhr an der Rezeption)

09:15 - 10:30 Laufen-Joggen um den Kalterer See.

Anschließend Stretching

11:15 – 12:00 Cardiotraining

17:00 – 17:45 Bauch-Beine-Po

16:00 + 17:00 + 18:00 Saunaaufguss

MITTWOCH

08:15 - 09:00 Wassergymnastik

10:00 - 10:45 Balanceübungen mit Pezziball

11:00 - 11:45 Kräftigung mit Kleinhanteln

16:00 + 17:00 + 18:00 Saunaaufguss

DONNERSTAG

08:15 -09:00 Wassergymnastik

10:00 - 13:00 Radtour:

Treffpunkt um 10.00 Uhr in der Garage bei den Fahrrädern. Zusammen fahren wir mit Helmut nach Kaltern-Altenburg-Graun (Einkehr beim Lenzenhof) zurück über kurtatsch-Tramin

(HELMPLICHT – Verleih an der Rezeption) **Anmeldung an der Rezeption**

17:00 – 17:45 Pilates mit Pilatesring

16:00 + 17:00 + 18:00 Saunaaufguss

FREITAG

08:15 - 09:00 Wassergymnastik

10:00 – 10:45 Stability mit Flexibar

11:00 – 11:45 Rückenfit

16:00 + 17:00 + 18:00 Saunaaufguss

SAMSTAG

08:15 – 09:00 Wassergymnastik

11:00 – 11:45 Qi-Gong

15:00 + 16:00 + 17:00 Saunaaufguss

SONNTAG

08:15 - 09:00 Yoga: Um 08:15 Uhr starten Sie mit Yogameisterin Manuela mit viel positiver Energie gut in den Tag. Anmeldung bis Samstag, 15.00 Uhr an der Rezeption - mind. 2 Personen

(Treffpunkt um 08:10 Uhr an der Rezeption)

Treffpunkt ist immer im Fitnessraum (außer anders angegeben) & bei Wassergymnastik im Hallenbad.

Alle Hotelinfos von A-Z
finden Sie online unter:
hotelseeleiten.guestnet.info