

FORESTA DEL LATEMAR, DAL LAGO DI CAREZZA A HÄUSLER SAM CON JOSEF

Questa escursione ci porta dal lago di Carezza sul Latemar alla locanda alpina Häusler Sam nella val d'ega. Si attraversa una parte della foresta del Latemar con vecchi boschi di abeti rossi, si gode di una bella vista sul Latemar e sullo Corno nero e sul Corno bianco, e infine si raggiunge la grande radura alpina con la locanda di cui sopra. Torniamo indietro per la strada che abbiamo percorso, e ora potremmo vivere le Dolomiti con la luce particolarmente bella del sole pomeridiano.

- PARTENZA** Venerdì 30 dicembre ore 9.30
TEMPO DI CAMMINATA 3,5 ore
DISLIVELLO 150 m
PERCORSO circa 12 km
REQUISITI Escursione facile e senza problemi su sentieri e salite di buon livello.
ATTREZZATURA **buone scarpe impermeabili**, giacca da pioggia, pullover, copricapo, borraccia piena, protezione solare.
PUNTO RISTORO Malga Häusler Sam

IL NOSTRO CONSIGLIO

Visitate la nostra LAKE SAUNA galleggiante presso il LAKE HOUSE.

Presso il LAKE HOUSE troverete asciugamani e lettini per rilassarvi.

aperta dalle ore 13.00 - 17.00



Pubblica la tua migliore foto delle vacanze on
FACEBOOK o **INSTAGRAM**
e taggaci
#seeleiten @hotelseeleiten

La foto più bella sarà premiata con un buono per 2 notti in una junior suite con mezza pensione + in bassa stagione alla fine dell'anno.



TRATTAMENTO DELLA SETTIMANA

TRATTAMENTO VISO MESOESTETIC CON IONTOFORESI

Infiltriamo in profondità nella pelle i principi attivi adatti a voi, con effetto immediato. Lasciatevi sorprendere!

50 min | 120 €

PRODOTTO DELLA SETTIMANA



ENERGY C INTENSIVE CREAM

Il concentrato di vitamina C riduce i segni di stanchezza e protegge in modo ottimale la pelle del viso dai primi segni dell'invecchiamento. Applicare al mattino e alla sera!

70 €

LA NOSTRA SPA NINFEA È APERTA TUTTI I GIORNI DALLE ORE 8.00 - 19.00
Sara, Julia, Stefanie & Magdalena

PROGRAMMA SETTIMANALE



LUNEDÌ, 26 dicembre

PRESENTAZIONE DELLA CUCINA Ci ritroviamo alle 10.45 alla reception. Il nostro team di cucina vi darà una visione del dietro le quinte e vi svelerà uno o due consigli da insider.

Registrazione alla reception max. 15 persone

DEGUSTAZIONE DI VINO Alle 16:30, il signor Moser vi invita nella cantina di pietra dell'hotel, dove degustate vini buonissimi dell'Alto Adige e ascolterete molte cose interessanti sul vino e sulle delizie culinarie altoatesine.

Registrazione alla reception - max. 35 persone

MERCATINO DELL'AVVENTO con produttori locali e vin brulé dalle ore 20.30 sulla Piazzetta.



La degustazione di vini non fa per voi? Nel frattempo, lasciatevi coccolare nella nostra Spa Ninfea con un **trattamento rilassante per il viso** (ad esempio, cosmetica medica).

MARTEDÌ, 27 dicembre



Aprire e purificare le vie respiratorie con un massaggio a base di varie erbe e rafforzare così il sistema immunitario. **Io Respiro.**

GITA IN CAROZZA su sentieri storici a Termeno e dintorni. Bevande calde incluse. Punto d'incontro ore 14.00 alla reception

- Durata circa 1,5 ore
- Min. 4 - max. 10 persone

Registrazione alla reception entro lunedì ore 20.00

SERATA TIROLESE

Dalle ore 19.00 il nostro team di cucina vi vizierà con le specialità altoatesine.



MERCOLEDÌ, 28 dicembre

GIORNATA SCIISTICA con Moritz partenza alle ore 08.30.

Registrazione alla reception fino alle ore 15.00 di martedì

* **Conoscenze pregresse richieste***



Godetevi oggi un piacevole trattamento con impacchi sulle gambe. **Light Legs.**

CAMMINATA LANTERNA Ci incontriamo alla reception alle ore 21.00 e saliamo insieme al Römigberg, accompagnati dalle lanterne. Durata circa 1 ora.

Registrazione alla reception - minimo 4 persone.

GIOVEDÌ, 29 dicembre



Oggi consigliamo il massaggio **Sport Energia** per sciogliere i muscoli e nulla vi impedisce di gustare le delizie d'avvento stasera.

VISITA ALLA CANTINA E ALLA BIRRERIA CON DEGUSTAZIONE

Alle 16.15 alla Azienda vinicola Moser. Vi daremo una presentazione esclusiva della nostra cantina e del birrifico. Dopo questo tour informativo, assaggerete i vini e le birre mentre rispondiamo alle vostre domande. In seguito, avrete la possibilità di scoprire le specialità locali nel negozio della Azienda vinicola.

- Si parte alle ore 16.15 dall'hotel
- Max. 15 persone

Registrazione alla reception

VIN BRULÈ, DELIZIE D' AVVENTO & FALÓ

in piazzetta dalle ore 17.30 alle 19.00

SERATA MUSICALE con musica dal vivo da INA PROSS.

VENERDÌ, 30 dicembre



ESCURSIONE GUIDATA

a **Häusler Sam - lago di carezza** con Josef

- Partenza alle ore 9.30
- Ritorno ca. alle ore 17.00
- Min. - 3 max. 8 persone
- Maggior informazioni sulla pagina dietro

Registrazione alla reception



Fate qualcosa di buono per voi stessi e per i vostri piedi: dopo un'escursione mattutina, godetevi un **massaggio stimolante per i piedi.**

BUFFET DI DOLCI Dalle ore 20.30 il nostro pasticcere vi vizierà con un delizioso buffet di dolci.

SABATO, 31 dicembre

SERATA DI CAPODANNO Inizio alle ore 18.00 - 19.00 Aperitivo con spettacolo di fuoco e musica dal vivo.

Alle ore 19.00 inizio della cena di gala di Capodanno di 8 portate dopo musica dal vivo di PENNY LANE presso il bar dell'hotel

Ore 00.00 fuochi d'artificio e dalle ore 0.30 festa con DJ MENKA in cantina con un piccolo spuntino.



Arrivato o sta ancora godendo degli ultimi giorni? Provate il nostro massaggio **Lomi Lomi Ninfea** di 80 minuti.

DOMENICA, 01 gennaio

9.00 - 14.30 BRUNCH DI CAPODANNO



Soffre di dolore acuto e desidera essere curato? Julia ed i suoi **massaggi curativi** sono il posto giusto per voi.



PROGRAMMA FITNESS



CON PERSONALTRAINER HELMUTH



LUNEDÌ, 26 dicembre

8.15 - 9.00 Acquagym

10.30 - 11.15 Gambe-pancia-glutei

16.00 + 17.00 + 18.00 Gettata di vapore alla Spa Sensea

MARTEDÌ, 27 dicembre

8.15 - 9.15 Yoga: Alle ore 08:15 iniziamo la giornata con tanta energia positiva e forza con la maestra di yoga Manuela. Punto d'incontro alle ore 08.15 presso la reception
Registrazione fino lunedì ore 20.00

10.00 - 10.45 Allenamento per la schiena

16.00 + 17.00 + 18.00 Gettata di vapore alla Spa Sensea

MERCOLEDÌ, 28 dicembre

8.15- 9.00 Acquagym

8.30 Giornata sciistica con Moritz

Min. 3 - max. 8 persone

Registrazione alla reception entro martedì ore 15:00

* **Conoscenze pregresse richieste***

10.30 - 11.15 Balance con la palla ginnastica

16.00 + 17.00 + 18.00 Gettata di vapore alla Spa Sensea

GIOVEDÌ, 29 dicembre

8.15 - 9.00 Acquagym

10.00 - 14.00 Sci di fondo

Registrazione alla reception

16.00 + 17.00 + 18.00 Gettata di vapore alla Spa Sensea



VENERDÌ, 30 dicembre

8.15 - 9.00 Acquagym

11.00 - 11.45 Pilates

16.00 + 17.00 + 18.00 Gettata di vapore alla Spa Sensea

SABATO, 31 dicembre

8.15 - 9.00 Acquagym

16.00 + 17.00 + 18.00 Gettata di vapore alla Spa Sensea

DOMENICA, 01 gennaio

15.00 - 16.00 Yoga con la maestra di yoga Manuela. Punto d'incontro alle ore 15.00 presso la reception Registrazione alla reception entro sabato ore 20:00

16.00 + 17.00 + 18.00 Gettata di vapore alla Spa Sensea

ORARI DI APERTURA SPECIALI

IL 31 DICEMBRE, LA RECEPTION CHIUDE ALLE ORE 21.00
E RIAPRE IL 1 GENNAIO ALLE ORE 9.00



IL PUNTO D'INCONTRO È SEMPRE NEL GYM RECREA (SE NON DIVERSAMENTE INDICATO) & ACQUAGYM NELLA PISCINA COPERTA