

**Sonntag, 07.03.10**

**16:30 Uhr: Gottesdienst** in der Franziskuskirche in Kompatsch

**18:30-19:00 Uhr: Skikurs**-Informationen und Einschreibung mit Bruno von der Skischule „Schlern 3000“

(an der Hotelbar)

**Ab 19:00 Uhr: Begrüßungscocktail** und Wellnessinfo mit Brigitte, anschließend Gala Dinner

Tagesempfehlung: Hot-Stone, hawaiianische Ganzkörpermassage mit warmen Basaltsteinen

**Montag, 08.03.10**

**09:00-09:30 Uhr: Aqua Gym** ★ mit Brigitte im Schwimmbad.

Tagesempfehlung: Ayurvedische Abhyanga Massage deluxe. 110 Minuten tiefste Entspannung.

**Mittwoch, 10.03.10**

**14:00-15:30 Uhr: Winterwanderung** um den Hexenhügel mit Brigitte ★.

Tagesempfehlung: Pflegende Apfel-Hagebutte Packung mit anschließender Teilmassage

**Donnerstag, 11.03.10**

**10:00-15:00 Uhr: Schneeschuhwanderung** ★ Von Herrn Sattler geführte

Schneeschuhwanderung zur „Almrosenhütte“. (Schneeschuhverleih inkl. Stöcke: 5,00 Euro pro Person.)

Tagesempfehlung: Ganzkörpermassage mit Rücken intensiv (80 Min.).

**Freitag, 12.03.10**

**08:45-ca. 17:00 Uhr: Sellaronda** ★ mit dem Chef Walter (Skitour für erfahrene Skifahrer). 08:45

Uhr: Transfer mit dem Hotelbus nach Monte Pana, Rückkehr ca. 17:00 Uhr. Anmeldung bis Mittwoch 18:00 Uhr. (Euro 15,00 pro Person) Max. 8 Personen.

Tagesempfehlung: Vitalpina Massage Rücken und Beine mit Wacholder-Apfel-Extrakt

**Samstag, 13.03.10**

**10:00-12:00 Uhr: "Gamssafari" mit Schneeschuhen** ★ Von Herrn Sattler geführte

Schneeschuhwanderung auf den Piz-Berg, mit Augenmerk auf die alpine Fauna.

(Schneeschuhverleih inkl. Stöcke: 5,00 Euro pro Person.)

Tagesempfehlung: Alpicare-Ganzkörpermassage mit Arnika und Johanniskraut

Für weitere Infos und/oder Anmeldungen wenden Sie sich bitte an die Rezeption.

Wir wünschen Ihnen eine wundervolle und erholsame Woche auf der Seiser Alm!

  
Familie Sattler und Team



★ Anmeldung erwünscht. Treffpunkt an der Rezeption.