



DER ALPINE KRAFTPLATZ

Herzlich willkommen!

HOTELINFORMATIONEN
FÜR IHREN
WOHLFÜHLURLAUB

Herr/Frau/Fam. _____

Zimmer-Nr. _____ Anreise _____ Abreise _____



ALPINE KRAFTPLATZ

WILLKOMMEN ZU LEBENSLUST UND FREUDE AM ALPINEN KRAFTPLATZ



HERZLICH WILLKOMMEN!

Wie schön, dass wir Sie bei uns begrüßen dürfen.
Fühlen Sie sich wie zu Hause und genießen Sie die Annehmlichkeiten
eines der besten Wellnesshotels im Alpenraum.

WAS UNS SO BESONDERS MACHT?

Wir meinen, es sind die Menschen in unserem Haus. Dazu gehören Sie
als unsere Gäste, aber auch unsere 190 WohlfühlspzialistInnen,
die Ihnen versprechen: Wir werden in den kommenden Tagen alles tun,
damit Sie sich rundum wohlfühlen.

Wir überreichen Ihnen unsere Hotelinformation als Visitenkarte
unseres Hauses. Selbstverständlich sind wir immer persönlich
für Sie und Ihre Wünsche da.

Wir freuen uns, dass Sie unsere Gäste sind!
Genießen Sie Tage voller Freude und Lebenslust!

Wolfgang Kostenzer *W. Kostenzer jun.*

Ihr Wolfgang und Wolfgang jun. Kostenzer



INHALT

- 6 Kraftplatz Kulinarium
- 8 Spa- und Wellnesswelten
- 9 Kräuteralm
- 10 Vitaltempel
- 13 SPA's im Haus der Elemente
- 14 Infrarot
- 15 Räume der Stille und der Ruhe
- 16 Badelandschaften
- 17 Alpine Botanic Garden
- 18 Gesund. Schön. Glücklich
- 19 Balance Alpine 1000+
- 20 Unsere Beautyfarm
- 22 Kraftplatz-Spa-Etikette
- 24 Fit-&-Fun-House
- 26 Kids- und Teensclub
- 28 Die Zeitgeist Boutique
- 30 Wellness-Club-Mitgliedschaft
- 32 Unsere A bis Z wichtigen Informationen
- 34 Wählen Sie Ihre GesprächspartnerInnen



KRAFTPLATZ KULINARIUM

Bedienen Sie sich nach Herzenslust an unserem täglich wechselnden Buffet.

Beginnen Sie den Tag mit einem kreativen, vollwertigen Frühstück, mittags genießen Sie vitale Kleingerichte, hausgemachte Kuchen sowie Imbisse und am Abend überrascht Sie unser Küchenteam täglich mit besonderen Gaumenfreuden zu speziellen Themen. **Im Wellness- und Badebereich stellen wir Ihnen kostenlos Tees und Mineralwasser zur Verfügung.**

FRÜHSTÜCKSBUFFET

7.30 BIS 11.00 UHR

Vitaminreich, naturnah: Produkte aus der Region, Vital- und Müsli-Ecke, frisch zubereitete Eierspeisen sowie frisch gepresste Säfte.

LIGHT LUNCH

13.00 BIS 16.00 UHR

Kalorienreduzierte Vitalgerichte, knackige Salate, Suppen, köstliche Snacks, Gemüse-Rohkost, würzige Imbisse, Kuchen und Torten aus unserer hauseigenen Patisserie, große Kaffeeauswahl, Ronnefeldt-Tees, Fruchtsäfte und Mineralwasser von der Saftbar.

GENIESSERMENÜ

18.30 BIS 21.00 UHR

Mehrgängiges Menü am Abend mit Variationen der österreichischen Vollwert- und Naturküche, Vorspeisen-, Salat- und Dessertbuffet, alkoholfreie Getränke zum Essen. Themen- und Spezialitätenbuffet.

FÜR UNSERE KLEINEN GÄSTE

Kinder- und Jugendtisch um 12.00 Uhr und um 18.00 Uhr im Kinderclub.

Unsere jüngsten Gäste können aus der eigenen Kinderkarte ihr Lieblingsgericht wählen. Selbstverständlich sind auch hier alle alkoholfreien Getränke von der Saftbar Teil der Kraftplatz-Extras ohne Aufpreis.

TRINKWASSER

Genießen Sie die wohltuende Wirkung des Grander®-Wassers. Das Trinkwasser im Alpinen Kraftplatz ist nach dem Verfahren der Original-Grander-Technologie belebt. Es ist wohlschmeckend und wohltuend.



Die Genussregion Österreich bietet uns die besten regionalen Produkte für Ihren Hochgenuss.





VINOTHEK / SINNESWERKSTATT

In unserer Vinothek bieten wir Ihnen eine Auswahl an erlesenen Weinen, die Sie erwerben können. Unsere Sommelière/ unser Sommelier berät Sie gerne.

KRAFTPLATZ

„RARITÄTENWEINKELLER“

Rund 4.500 Flaschen – darunter Spitzenweine aus Österreich und der ganzen Welt – schlummern in unserer Schatzkammer im alten Kellergewölbe ihrer Reife entgegen.

NACHTSCHWÄRMER BAR

AB 15.00 UHR

In unserer Nachtschwärmer Kaminlounge & Bar erwartet Sie täglich ein stimmungsvolles musikalisches Unterhaltungsprogramm. Unser Team verwöhnt Sie gerne mit speziellen Cocktails.



WINE & DINE



SPA- & WELLNESSWELTEN

Die Sorgen des Alltags vergessen, die Seele baumeln lassen, sich von Kopf bis Fuß verwöhnen ... all das können unsere Gäste in unseren verschiedenen Wellnesseinrichtungen auf über 8.500 m² nach Herzenslust tun.



SPA- & ERHOLUNGS- LANDSCHAFT

- * Kräuteralm-Erlebnissauna – tägliche Aufgüsse
- * Kräutersoledampfbad – tägliches Pflegeprogramm zur Einstimmung auf den Saunaaufguss
- * Biosauna 65 °C
- * Klassische Dampfbäder 47 °C
- * Caldarium 50 °C
- * Laconium 60 °C
- * Zirbenholzs sauna 80 °C
- * Tepidarium mit warmen Steinliegen
- * Solegrotte im Tiroler Fels
- * Holzblocks sauna im Residenzgarten (Familiensauna)
- * Himmelreich-Panoramas sauna
- * Infrarotkabinen und -liegen
- * Solarium, Alpha-Entspannungsliege, Soundmotion-Liege (gegen Gebühr)
- * Wechselfußbäder
- * Teebar mit alkoholfreien Getränken und Tees
- * Obst vom Obstkorb

RICHTIG SAUNIEREN

- Nach Anstrengungen/Aufregungen nicht sofort in die Sauna; 15 bis 30 Minuten Wartezeit sind ideal.
- Nach Mahlzeiten etwa 1 bis 2 Stunden verstreichen lassen.
- Vor dem Saunagang sorgfältig duschen und abtrocknen.
- 8 bis 12 Minuten pro Saunagang sind eine ideale Zeit. Stehen Sie beim Verlassen der Sauna langsam auf, wenn Sie liegen, setzen Sie sich vor dem Aufstehen gerade hin.
- Empfohlen werden 2 bis 3 Saunagänge.
- Nach dem Saunagang ist ein kurzer Aufenthalt im Luftbad ideal.
- Dann mit Kaltwasser (ohne Druck) abgießen, von den Gliedmaßen zum Herzen hin oder im kalten Tauchbecken kurz eintauchen.
- Ein warmes Fußbad (4 bis 5 min) anschließend beugt der zu starken Abkühlung vor.

KRÄUTERALM

KRÄUTERALM-ERLEBNISSAUNA

Vollendete Perfektion des Saunagenußes. Ein Sauna-Blockhaus im Residenzgarten, direkt verbunden mit dem Hotel, lädt dreimal täglich zu abwechslungsreichen Erlebnisaufgüssen und zum erholsamen Ruhen inmitten von duftendem Holz oder zur Erfrischung im Open-Air-Bereich mit einem beherzten Sprung in unseren Badeteich ein. Die Aufgusszeiten entnehmen Sie bitte unserer Hauspost.
Täglich von 14.00 bis 19.00 Uhr.

HOLZBLOCKSAUNA IM RESIDENZGARTEN - UNSERE FAMILIENSAUNA

Im original schwedischen Saunahaus ist der Saunagang besonders authentisch. Für alle Saunafans gibt es Erlebnisaufgüsse mit unseren SaunameisterInnen. Im großzügigen Ruheraum kann man – auch ohne Saunagang – hervorragend ausspannen. Die Holzblocksauna ist über einen unterirdischen Gang vom Vitaltempel aus erreichbar.
Täglich von 14.00 bis 19.30 Uhr.

UNSER TIPP: FUSSWECHSELBÄDER

Vor und nach Ihrem Saunagang empfehlen wir Fußwechselfüßer.



KRÄUTERSOLEDAMPFBAD

Durch die Zugabe von Salzsole wird die positive Wirkung eines Dampfbades zusätzlich verstärkt. Die Atemwege werden befreit und die Haut belebt und geschmeidig. Es fühlt sich so an, als wehe im Dampfbad warme, feuchte Meeresluft in Begleitung von duftenden Kräutern. Täglich erwartet Sie hier ein Pflegeprogramm zur Einstimmung auf den Saunaaufguss.



VITALTEMPEL

Düfte wie im Sommergarten, warme Steinliegen, Saunen, Bäder, Wohlfühlrichtungen auf zwei Ebenen. Begleiten Sie uns in den Vitaltempel.

Täglich geöffnet von 9.00 bis 20.00 Uhr (Saunen ab 11.00 Uhr).

Bitte haben Sie Verständnis, dass der Zutritt für **Kinder unter 14 Jahren nicht gestattet** ist.

BIOSAUNA

Bei einem feuchten Warmluftbad, auch Biosauna genannt, handelt es sich um eine schonende Variante der finnischen Sauna, die im Allgemeinen als hautpflegend und gesundheitsfördernd gilt. Verbinden Sie die Vorzüge eines normalen Saunaganges mit den geringeren Temperaturen von ca. 65 °C und einer 40%igen Luftfeuchtigkeit.

ZIRBENHOLZSAUNA

Der wohlrig angenehme Geruch des Zirbenholzes sorgt für natürliche Aromatisierung. Zahlreiche Studien belegen, dass der Aufenthalt in Zirbenräumen für besseres Allgemeinbefinden und eine deutlich reduzierte Herzfrequenzrate sorgt. Circa 80 °C.

TEPIDARIUM

Der Aufenthalt im Tepidarium ist schonend und anregend zugleich. Da die Raumtemperatur im Bereich der Körpertemperatur liegt, kann der Aufenthalt im Tepidarium beliebig lange dauern. Zur Stärkung des Immunsystems und idealen Regeneration.

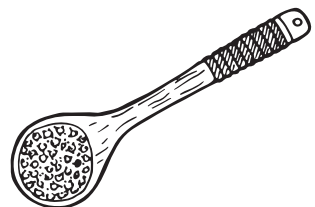
LACONIUM

Durch intensives Schwitzen wird der Körper optimal entgiftet. Die Durchblutung und die körpereigenen Abwehrkräfte werden angeregt, der Abbau von Stoffwechselschlacken wird beschleunigt. Circa 60 °C; Aufenthaltsdauer je nach eigenem Wohlbefinden, die entschlackende Wirkung setzt nach 15 bis 20 Minuten ein.

VAPORE &

PERICARPIUM AURELIUS

Angenehme Wärme und hohe Luftfeuchtigkeit sorgen für ein äußerst erholsames Klima. Die Atemwege werden gereinigt, der Kreislauf angeregt, Muskelverspannungen lösen sich, die Haut wird geschmeidig und weich. Wenig kreislaufbelastend. Circa 48 °C; empfohlene Aufenthaltsdauer 10 bis 20 Minuten, anschließend duschen und eventuell ins Tauchbecken.



CALDARIUM

Das Zusammenspiel von Wärme und Feuchtigkeit regt die Durchblutung an, reinigt Haut und Atemwege. Muskelverspannungen lösen sich, Stress wird abgebaut, Glieder- und Gelenkschmerzen lassen nach. Circa 50 °C; empfohlene Aufenthaltsdauer 20 Minuten, anschließend 20 bis 30 Minuten ruhen.

SOLEGROTTE IM TIROLER FELS

Die Mineralsalze im Solebad haben eine wohltuende Wirkung auf Ihr körperliches Gleichgewicht. Ihr Organismus kann sich entspannen, der Zellaustausch wird verbessert, die Ausscheidung von Giftstoffen intensiviert. Circa 34 °C; empfohlene Aufenthaltsdauer: 10 bis 12 Minuten. **Unser Tipp:** Nach dem Bad nicht abduschen!



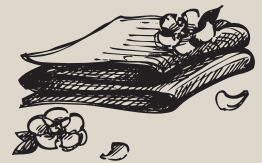
TURM IN BASILIKA

Mittelpunkt im römischen Thermaarium ist der 9 Meter hohe Kaltgussbereich.

SOLARIUM

Jetons erhalten Sie an der Vital-Rezeption.

RELAX & BE HEALTHY



WIR SIND FÜR SIE DA!

Vitaltempel-Rezeption:

Täglich geöffnet von 9.00 bis 19.00 Uhr.
Telefon (intern) DW 606
vitaltempel@alpenrose.at



UNSER TIPP:

Bitte vergessen Sie für Ihren Besuch im Haus der Elemente nicht Ihre Kraftplatz-Badetaste mit Badetüchern und Bademantel aus Ihrem Hotelzimmer. Es herrscht außerdem Handy- und Straßenschuh-Verbot.

SPA'S IM HAUS DER ELEMENTE

HAUS DER SINNE

Vom Vitaltempel aus erreichen Sie bequem das Haus der Sinne. Auf dem Weg dorthin lädt das „**Labyrinth der Sinne**“ zum Riechen, Schauen und Fühlen ein.

SPA'S IM HAUS DER ELEMENTE

Begegnen Sie in diesem außergewöhnlichen Tempel des Wohlfühlens auf mehreren Etagen **Wasser, Feuer, Erde und Luft** auf ganz neue Weise. Sie werden staunen! Im Vital- & Spa-Bereich erwarten Sie ein 23-m-Sportbecken mit 10-m-Außenbecken, ein Sole-Panoramapool, unsere Himmelreich-Panoramasauna, Physiotherm-Kraftplätze und unsere exklusiven Entspannungswelten ganz im Zeichen der vier Elemente.

HIMMELREICH-PANORAMASAUNA

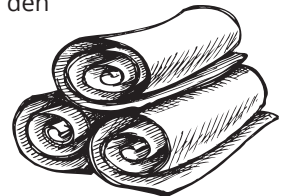
Auf der Dachterrasse unseres SPA's genießen Sie beim gesunden Schwitzen eine herrliche Aussicht auf die Berge Tirols.
Temperatur: ca. 75 °C. **Geöffnet von 14.00 bis 20.00 Uhr.**
Wir bitten Sie um Verständnis, dass dieser Bereich unseren **Gästen ab 18 Jahren** vorbehalten ist.

FAMILIENBEREICH

Auf unsere kleinen Gäste wartet ein **eigener Familienbereich** mit Babybecken, Kinderpool mit großer Reifenrutsche, vielen Wasserspielen, Kinderclub, Jugendlounge, 3D-Kino und Kletterwand.

ALPHA-LIEGE

Sanfte Vibrationen, leichtes Schaukeln, leise Musik – auf dieser multisensorischen Liege gleiten Sie in einen absolut tiefenentspannten Zustand, der Körper und Geist belebt. **Dauer:** ca. 20 Minuten.
Jetons erhalten Sie im Vitaltempel oder bei den MitarbeiterInnen im Fit-&-Fun-House.





INFRAROT

Das heilsame und doch sanfte Schwitzen beginnt bereits bei 35–45 °C durch die Wirkung der Infrarotstrahlungswärme. In der Infrarot-Zirbenstube im Vitaltempel, fünf separaten Zirbenkabinen im Erdgeschoss unserer Kräuteralm, auf 12 Liegen im Ruheraum im Obergeschoss oder auf den Infrarot-Kraftplätzen im SPA's können Sie die positive Wirkung auf Ihre Haut, die Muskeln, Gelenke und den Knochenbau genießen.

Unser Tipp: In unseren Cocoon-Suiten finden Sie ein Private Spa mit finnischer Sauna und Infrarotbestrahlung für ein exklusives Wellnessgefühl.

RÄUME DER STILLE UND RUHE

TÄGLICH GEÖFFNET VON 10.00 BIS 20.00 UHR

SCHLAFMÜTZE IM SPA's

AB 18 JAHREN

Absolute Entspannung finden Sie in unserem Ruhebereich im exklusiven Haus der Elemente bei knisterndem Feuer, dem Duft von heimischen Hölzern und leise plätscherndem Wasser.

STILLE ALM

AB 14 JAHREN

Mit dem Panoramalift vom Vitaltempel gelangen Sie in die Stille Alm. Wohltemperierte Wasserbetten, der Duft von Heu und Holz, herrlicher Rundblick von hoch oben. Ein idealer Ort der Entspannung nach Sauna- oder Wellnessbehandlung, eine Einladung zum Träumen.

TOP OF ... STILLE HOCHALM

AB 14 JAHREN

Im 6. Stock des Hotels gelegen (erreichbar über den Panoramalift und die Stille Alm oder über die Treppe), bietet dieser Ruheraum im wahrsten Sinn des Wortes höchsten Genuss. Mehr als 50 Jahre alte Hölzer aus alten Bauernhäusern, Mühlen und Kornkästen wurden für die Gestaltung verwendet. Entsprechend wohltuend sind der Duft und die warme Atmosphäre. Bei schönem Wetter lädt die Dachterrasse zum Sonnen und Atemholen ein.

Weitere Ruheoasen finden Sie in der Kräuteralm, in der Holzblocksauna und bei den Steinliegen im Vitaltempel.



BADELANDSCHAFTEN

QUELENGARTEN

Eintauchen ins Hallenbad mit Wasserfall und herrlichem Blick aufs Karwendel. Über eine Verbindungsschleuse gelangt man ins Außenbecken. Temperatur: innen 30 °C, außen 34 °C.

„KRAFT-WERK“ SPORTBECKEN

AB 18 JAHREN

Ziehen Sie bei Kaminfeuer und Kerzenschein Ihre Bahnen in diesem 23 Meter langen Sportbecken mit 10-Meter-Infinity-Außenpool.

PANORAMA-SOLEBECKEN

AB 18 JAHREN

Entspannen Sie im gesundheitsfördernden Solebecken mit Panoramablick.

FAMILIEN-WASSER-ERLEBNISWELT

Im Babybecken oder Kinderpool, auf der 110 m langen Reifenrutsche oder beim Erkunden der vielen Wasserspiele bleibt im wahrsten Sinne des Wortes kein Auge trocken.





ALPINE BOTANIC GARDEN



Sensationelle Garten- und Wasserlandschaft. Hier genießen Sie pure Erholung und erleben, wie sich alles Unwichtige im Nichts verliert. Auf über **10.000 m² Gartenlandschaft** stehen Ihnen **zwei Biotop-Schwimmteiche** zur Verfügung. Schwimmen Sie in den energetisierenden Bergwässern unserer angelegten Badeseen oder kuscheln Sie in Liegenischen am See, umgeben von duftenden Kräutermatten und Latschenkiefern.

Schön, dass es in unserem wundervollen Garten **eigene Bereiche für Familien, Kinder und Ruhesuchende** gibt.



GESUND. SCHÖN. GLÜCKLICH

Entspannungsmassagen, hautstraffende Gesichtsbehandlungen, Wirbelsäulentherapie, Detox-Programme, osteopathische Anwendungen – egal, ob Sie eine persönliche Problemzone behandeln oder sich einfach nur ganzheitlich verwöhnen lassen wollen, bei unserem Team aus professionell ausgebildeten TherapeutInnen und SchönheitsexpertInnen, die eine sehr große Auswahl an modernsten Behandlungen, speziellen Therapien und fantasievollen Wohlfühlbädern anbieten, sind Sie in den richtigen Händen.

Unsere Anwendungen und Treatments werden begleitet von **hochwertigen Pflegeprodukten** von Ligne St. Barth, Balance Alpine 1000+, Maria Galland, Tiroler Steinöl, Vinoble, Alpenne, Age Attraction und E&M Vital.

Unser Tipp: In unserem SPA-Menü können Sie unser komplettes Wellnessangebot finden! Gerne berät Sie unser Team auch persönlich bei der Zusammenstellung Ihres Wohlfühlpakets.





BALANCE ALPINE 1000+

Balance Alpine 1000+ ist ein eigens für die **Best Alpine Wellness Hotels** entwickeltes, ganzheitliches Gesundheitskonzept zur Stärkung der Selbstheilungskräfte und Regeneration von Körper, Geist und Seele.

Basierend auf der **Traditionellen Europäischen Medizin (TEM)** wird dafür aus den ursprünglichen Kraftquellen der Alpen geschöpft. Dazu werden in ökologischen Almkulturen kultivierte Kräuter zu hochwirksamen spagyrischen Essenzen verarbeitet, ganz ohne Mineralöle, Paraffine und Parabene. Die dabei gewonnenen wertvollen Balance-Alpine-1000+- Pflegeprodukte entfalten in perfekt darauf abgestimmten Schönheits- und Wohlfühlanwendungen ihre ganze alpine Kraft.





BEAUTY & LIFESTYLE

WIR SIND
FÜR SIE DA!

Beautyfarm:

Täglich geöffnet von 9.00 bis 19.00 Uhr.

Telefon (intern) DW 609

beautyfarm@alpenrose.at



UNSERE BEAUTYFARM

VON KOPF BIS FUSS VERWÖHNT

In unserer Beautyfarm erwarten Sie eine entspannte Atmosphäre, wohltuende Behandlungszereemonien, edle Produkte und die kundigen Hände unseres erfahrenen Teams, das Sie gerne persönlich berät. Alle Angebote unserer Schönheitsfarm im Überblick finden Sie in unserem SPA-Menü.

WIR VERWÖHNEN SIE GERNE MIT

- * Gesichts-, Hals- und Dekolletébehandlungen mit Liftingeffekt oder zur Hautverfeinerung
- * Körpertreatments – pflegend oder straffend
- * passende Programme für Schwangere, Frauen im Klimakterium, Kinder und Jugendliche
- * Maniküre, Pediküre, Depilation u.v.m.
- * nach Terminvereinbarung: Permanent Make-up

FRISEUR

Der Friseur befindet sich in der Schönheitsfarm und ist **Dienstag, Donnerstag und Freitag von 13.00 bis 19.00 Uhr** für Sie geöffnet. Terminvereinbarungen jederzeit in der Beautyfarm möglich. Durchwahl 609.



KRAFTPLATZ-SPA-ETIKETTE

EINE BEHANDLUNG GANZ NACH IHREN WÜNSCHEN

Sprechen Sie mit unseren ausgebildeten TherapeutInnen über Ihre Wünsche und gesundheitlichen Aspekte, die zu beachten sind. Mit den Informationen über eventuelle Beeinträchtigungen, Allergien, Medikamenteneinnahme oder Schwangerschaft können wir gemeinsam Ihr optimales Verwöhnprogramm zusammenstellen.

IHRE VERWÖHNSPEZIALISTINNEN

Natürlich bleibt es ganz Ihnen überlassen, ob Sie lieber von einer Therapeutin oder einem Therapeuten behandelt werden. Bitte teilen Sie uns Ihre Wahl im Zuge der Buchung mit. Wir werden unser Bestes tun, um Ihre Wünsche zu erfüllen.

VON BEGINN AN ENTSPANNT

Stimmen Sie sich bereits vor Ihrer Behandlung mit einem Besuch unserer Entspannungsoase ein. Eine wohlige Dusche oder ein Saunabesuch bereitet Sie optimal auf die Behandlung vor. Bitte seien Sie etwa 10 Minuten vor dem Termin an der Vital- oder Beautyrezeption bzw. im Fit-&-Fun-House. Wir bitten um Verständnis, dass ein verspätetes Eintreffen aus Rücksicht auf die nachfolgenden Gäste zu einer Verminderung Ihrer Behandlungszeit führen kann.

RUNDUM UNGESTÖRT

Sie suchen Erholung für Körper, Geist und Seele. Diese Atmosphäre der Ruhe und Entspannung sollte nicht durch laute Gespräche sowie Mobiltelefone gestört werden. Aus diesem Grund bitten wir unsere Gäste, auf das Telefonieren in unseren Wellnessoasen zu verzichten. Aus Rücksicht auf andere Gäste ist der Spa-Bereich Nichtraucherzone. Aus hygienischen Gründen ist vom Mitnehmen von Getränken und Speisen im Spa-Bereich abzusehen.

Unser Tipp: Genießen Sie unsere spezielle Auswahl an Kräutertees, Wasser und Trockenfrüchten, die in der Spa- und Badelandschaft zur Verfügung stehen.

GROSSZÜGIGKEIT IST TRUMPF

Wir haben darauf geachtet, dass genügend Liegen und Ruheplätze für unsere Gäste vorhanden sind. Deshalb bitten wir Sie, auf das Reservieren von Liegen zu verzichten.

IHRE WERTGEGENSTÄNDE ...

... sind am besten im Zimmersafe aufbewahrt. Wir können keine Verantwortung für verlorene Gegenstände übernehmen.



FÜR DIE KLEINEN GÄSTE

Gerne können Sie mit Ihren Kindern die Holzblocksauna im Residenzgarten und das Schwimmbad „Quellgarten“ sowie den Familienbereich im SPA's benutzen. Dort lassen ein Kinderpool mit Reifenrutsche, ein Babybecken und viele spritzige Wasserspiele Kinderherzen höherschlagen. Ansonsten bitten wir Sie höflich zu berücksichtigen, dass Kinder unter 14 bzw. 18 Jahren keinen Zutritt zu Saunalandschaft sowie Ruhebereichen haben.

VERLÄNGERTER GENUSS

Wenn Sie vor Ihrer Abreise unseren Wellnessbereich genießen möchten, haben Sie die Möglichkeit, Ihre Kleidung in einem Spind aufzubewahren. Ihre Zimmerkarte funktioniert am Abreisetag als Spindkarte.

WENN ETWAS DAZWISCHENKOMMT

Wir bitten um Verständnis, dass wir bei kurzfristiger Stornierung Ihrer Behandlung 50 % des Preises verrechnen müssen. Bis zu 12 Stunden vorher ist die Stornierung kostenlos.





KRAFTPLATZ RÜCKENSCHULE

Rückenbeschwerden gehören zu den wenigen Erkrankungen, von denen beide Geschlechter gleichermaßen betroffen sind: Wir haben ein Informationspaket für Sie geschnürt – mit Vorschlägen für ein Trainingsprogramm sowie Tipps für Alltag, Sport und Rückenschule – lassen Sie sich durch unsere bestens ausgebildeten MitarbeiterInnen unterstützen!

UNSER FITNESSSTUDIO

Großzügig, hell, mit großen Panoramafenstern – das ist die ideale Umgebung für Freude an der Bewegung. Auf 450 m² erstreckt sich das Fit-&-Fun-House, unser Fitnessstudio, in das wir Sie herzlich einladen.

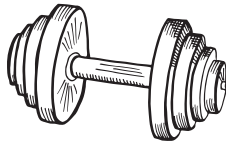
Täglich geöffnet von 7.45 bis 19.00 Uhr.

Telefon (intern) DW 650, fitandfun@alpenrose.at

In dieser Zeit steht Ihnen unser erfahrenes Fitnessteam zur Seite. Wir beraten Sie, erklären Ihnen die Geräte und Übungen und gehen speziell auf Ihre Wünsche ein.

Wir laden Sie auch ein, am **täglichen abwechslungsreichen Bewegungs- und Entspannungsprogramm** teilzunehmen. Das Programm von Ernährungsberatung bis Personaltraining, das im Fit-&-Fun-House angeboten wird, entnehmen Sie bitte unserem SPA-Menü.

FIT & FUN HOUSE



KINESIS – TRAINIEREN IN 3D

Das so genannte „Free-Motion-Training“ ermöglicht Bewegungsfreiheit in alle Richtungen. Lassen Sie sich von unserem Team in diese völlig neue Form des Trainierens einführen und wählen Sie aus über 250 Übungen für ein ganzheitliches Training oder das Stärken spezieller Muskelketten aus.

SCHMERZTHERAPIE NACH LIEBSCHER & BRACHT

Schmerzfrei ohne OP oder Medikamente. Die Schmerztherapie nach Liebscher & Bracht basiert auf der Erkenntnis, dass Schmerzen vor allem Alarmschmerzen des Körpers sind, die auf bereits vorliegende, aber auch auf drohende Schädigungen hinweisen. Ziel der LNB-Schmerztherapie ist es, die Fehlprogrammierungen in der Muskulatur zu löschen. Dadurch kommt der Körper wieder ins muskeldynamische Gleichgewicht und der Alarmschmerz hört auf.



FAMILIENBEREICH IM SPA'S

Unser SPA's zieht unsere kleinen Gäste magisch an. Vielleicht liegt es an der bunt **beleuchteten Reifenrutsche** mit abenteuerlichem Auslauf oder am eigenen **Kinderpool** mit Rutsche. Vielleicht sind aber auch die vielen **Wasserspiele** und die schöne **Babylounge** für erste Schwimmversuche der Grund. Oder auch die Tatsache, dass man hier einfach Kind sein darf. Plantschen, Austoben und viel Spaß inklusive.



BETRIEBSZEITEN

110 M LANGE REIFENRUTSCHE

11.00 – 12.00 Uhr

14.00 – 16.00 Uhr

17.00 – 18.00 Uhr

ALLE WASSERATTRAKTIONEN

13.00 – 14.00 Uhr

16.00 – 17.00 Uhr

18.00 – 19.00 Uhr

FUN- & ACTIONPARK

Wenn die Sonne lacht, gibt es kein Halten mehr: Es geht an die frische Luft in den **800 m² großen Abenteuer- & Funpark** mit Flying Fox, Sandbagger, Zirbenturm, Funcourt, Baumkarussell, Trampolinen und vielem mehr. Ein **Indianerland**, eine **20 m hohe Kletterwand** und ein **tolles Aktivprogramm** füllen den Tag mit Kinderlachen.



WO DIE JÜNGSTEN GÄSTE KAISER SIND

KRAFTPLATZ KINDERCLUB UND JUGENDLOUNGE

Unsere Kids und Teens haben in unseren Clubräumlichkeiten ihr eigenes, 220 m² kleines Reich. **Von 9.30 bis 22.00 Uhr** werden kleine **Gäste von 3 bis 10 Jahren** täglich von unseren ausgebildeten Best Alpine Kids Coaches bestens betreut, mit fantasievollen Spielideen und einem pädagogisch wertvollen Animationsprogramm. Hüpfburg, Kinderdisco, Indierpartys u.v.m. machen den Urlaub zum unvergesslichen Vergnügen.

Beim **gemeinsamen Kinderstammtisch um 12.00 und 18.00 Uhr** gibt es gesunde Köstlichkeiten, speziell für den Geschmack der jungen Gäste. Selbstverständlich sind auch hier alle alkoholfreien Getränke Teil der Kraftplatz-Extras ohne Aufpreis.

Alle Aktivitäten für die Woche entnehmen Sie bitte dem Wochenprogramm. Spezielles Programm für Jugendliche ab 10 Jahren mit unserem Jugendbetreuer.

Telefon (intern) DW 608

EIGENES REICH FÜR TEENS

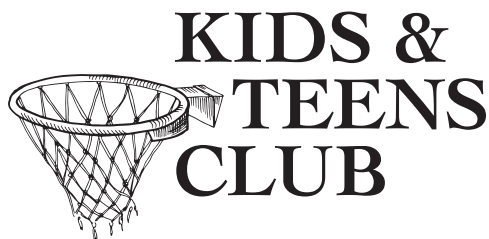
Teens treffen sich in unserer Jugendlounge mit eigenem Kino, Tischtennis, Air-Hockey, Tischfußball, Billard, Spielkonsolen, Disco und Twall®-Aktivitätswand. Und im Sommer geht's an die Outdoor-Kletterwand für Groß und Klein (mit Jugendbetreuer).

HEY BABY!

Auch unsere kleinsten Gäste sind bestens aufgehoben. Vom Babyphone bis zum Wickeltisch stellen wir kostenlos eine Babyausstattung zur Verfügung. Auf Wunsch und gegen Voranmeldung organisieren wir gerne Babysitter (geringer Kostenbeitrag).

KRAFTPLATZ KIDS COACH

Unsere Best Alpine Wellness Kids Coaches haben eine professionelle Ausbildung in den Bereichen Pädagogik mit Schwerpunkt Entwicklungspsychologie, Ernährung, Bewegung und Entspannung durchlaufen. Ihr pädagogisch wertvolles Animationsprogramm sorgt täglich aufs Neue für Begeisterung.



FAMILIENWELLNESS

Wellness kennt kein Alter. Gemeinsam mit den Eltern können die Kinder in der Holzblocksaua im Residenzgarten schwitzen oder sich bei einer kindgerechten Anwendung in der Schönheitsfarm und im Vitaltempel verwöhnen lassen.



FASHION, ACCESSOIRES & LIFESTYLE

*be
yourself*



**WIR SIND
FÜR SIE DA!**

Zeitgeist Boutique:

Täglich geöffnet von 9.30 bis 17.00 Uhr.

Telefon (intern) DW 806

DIE ZEITGEIST BOUTIQUE

Immer am Puls der Zeit, regional, nachhaltig, einzigartig.

Von Beautyprodukten aus unserer Spa- und Vitalwelt bis hin zu den neuesten Mode- und Dekotrends finden Sie in unserer Zeitgeist Boutique in der Cocoon – Alpine Boutique Lodge auf 250 m² eine Vielzahl an exklusiven Markenprodukten und edlen Accessoires für den Urlaub und zu Hause.



#MY ALPINE LIFE BALANCE

BALANCE YOUR LIFE THE ALPINE WAY



Im Einklang mit sich selbst und der Bergnatur,
mit individuellen Behandlungen, Sport, Genuss und Lebensfreude.
Balance Alpine - Entspannt. Energetisiert. Beruhigt. Zentriert.
Ausgewählte, exklusive Wellnessresorts in den Alpen Österreichs
und Südtirols, herausragende geprüfte Qualität und Gästebegeisterung -
dafür stehen die Best Alpine Wellness Hotels.



HOTELS
bestwellnesshotels.at



FRIENDS
bestwellnessfriends.com



SHOP & GUTSHEIN
mybestwellness.com



GEMEINSAM MEHR BEWIRKEN
myalpineheart.at

WELLNESS-CLUB-MITGLIEDSCHAFT

Eine Mitgliedschaft im **Best Wellness Club** ist für jeden Gast eine hervorragende Art, sein Geld gewinnbringend anzulegen. Als Wellness-Club-Mitglied erhalten Sie einen Genussschein sowie eine Clubkarte und genießen folgende Vorteile:

GARANTIERTER WELLNESSRABATT

Auf die Logiskosten erhalten Sie im Alpinen Kraftplatz einen **Preisnachlass von 5 %**. Dieser Nachlass gilt auch für die Familie des Genussschein-Inhabers (Ehepartner und Kinder). Für Freunde, Bekannte und weitere Familienangehörige gilt der Preisnachlass einmalig im Rahmen des Erstaufenthaltes. Diese Vorzüge können Clubmitglieder auch in weiteren **Best Alpine Wellness Hotels**, die ebenfalls in den schönsten Regionen der Alpen gelegen sind, beanspruchen.

Zudem erhalten Sie auf den einbezahlten Clubbeitrag einen **jährlichen Wellnessrabatt** von € 80,- (1. Anspruch auf den Bonus: 1 Jahr nach Ausstellungsdatum). Der Wellnessrabatt kann ausschließlich in Form von Hotelleistungen (Logis) konsumiert werden. Eine Bar-einlösung ist nicht möglich. Fallweise nicht beanspruchte Wellnessrabatte werden gutgeschrieben und können zu einem späteren Zeitpunkt in voller Höhe konsumiert werden.

LAUFZEIT

Der Genussschein ist für 5 Jahre gültig. Nach Ablauf der Bindungsfrist von

5 Jahren können Sie den Genussschein im ausgebundenen Hotel um weitere 5 Jahre verlängern. Sollten Sie nicht verlängern wollen, können Sie den Betrag konsumieren oder alternativ eine Auszahlung vereinbaren. Ab dem 6. Jahr ist ein jährlicher Ausstieg auf Wunsch des Clubmitglieds möglich. Es bedarf einer schriftlichen Kündigung 1 Monat vor dem gewünschten Ausstiegstermin. Auf Wunsch des Clubmitglieds und mit Zustimmung des Hotels kann das Vertragsverhältnis auch früher aufgelöst werden. In diesem Fall ist der Clubbeitrag nur in Hotelleistungen konsumierbar. Bei Ableben des Wellness-Club-Inhabers kann der Wellness-Club auf den Ehepartner oder die Kinder umgeschrieben werden – alternativ ist auch eine Auszahlung möglich.

ZAHLARTEN

Der Clubbeitrag kann vor Ort direkt bar oder mit Kreditkarte beglichen werden. Dadurch profitieren Sie beim Aufenthalt direkt von dem 5%igen Preisnachlass auf das Logis. Alternativ können Sie den Betrag auf eines unserer Konten überweisen.

UNSERE A BIS Z WICHTIGEN INFORMATIONEN

AUSRÜSTUNGSVERLEIH

Bergschuhe, Wanderstöcke, Regenbekleidung, aber auch Schneeschuhe und Fahrräder stellen wir Ihnen kostenlos zur Verfügung. Unser Rezeptionsteam berät Sie gerne.



BANK UND BANKOMAT

Raiffeisenkasse Maurach
T +43 5243 5286
Sparkasse Maurach
T +43 5243 5500

BLUMEN

Unsere MitarbeiterInnen an der Rezeption nehmen gerne Ihre Bestellung entgegen.

BUSSE

Mit der Achensee Gästekarte können Sie Busse in der Ferienregion Achensee kostenlos benützen. Auskünfte über Busverbindungen erhalten Sie an der Rezeption.

E-GOLFCAR

Für kleinere Ausflüge in die nähere Umgebung können Sie gerne im Sommer kostenlos unser E-Golfcar benützen. Den Schlüssel erhalten Sie an der Rezeption.

EMPFEHLUNG

Ihre Empfehlung ist unser Dankeschön: Für jede Empfehlung, die zu einer Buchung führt, bedanken wir uns bei Ihnen mit einer Kraftplatz-Dankemünze im Wert von € 25,-, die Sie bei Ihrem nächsten Aufenthalt bei uns einlösen können.

FAHRRÄDERVERLEIH

60 bestens gepflegte Fahrräder und Mountainbikes – darunter auch zahlreiche E-Bikes – stehen kostenlos Ihrer Verfügung. Wählen Sie Ihr Rad nach der Rahmengröße und geben Sie die Radnummer bitte an der Rezeption bekannt. Hier erhalten Sie auch Fahrradschlösser sowie Fahrradhelme. Zu Ihrer Sicherheit empfehlen wir Ihnen, während der Tour einen Helm zu tragen. Wir weisen darauf hin, dass wir bei Unfällen keine Haftung übernehmen.

GÄSTEKARTE

Mit der Gästekarte, die Sie am Tag Ihrer Anreise erhalten, haben Sie bei zahlreichen Einrichtungen der Achenseeregion Vergünstigungen, z. B. Berg- und Talfahrt mit der Rofanseilbahn, Rundfahrt mit dem Ausflugsdampfer usw. Die Gästekarte finden Sie am Abend Ihrer Anreise an Ihrer Zimmertür.

HAFTUNG

Wir übernehmen nur die Haftung für Wertgegenstände, die im Zimmersafe deponiert sind. Größere Wertsachen können Sie gerne im Hotelsafe an der Rezeption hinterlegen.

HUNDE

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass keine Hunde in den Speise- und Wellnessräumen sowie auf der oberen Terrasse und der Liegewiese erlaubt sind. Für Ihre Vierbeiner steht im Fahrradraum eine Hundebadewanne bereit. Wir behalten uns das Recht vor, eine eventuell erforderliche Endreinigung in Rechnung zu stellen.

INTERNET

WLAN ist im gesamten Hotel verfügbar. Unser Passwort lautet: **rose1959**

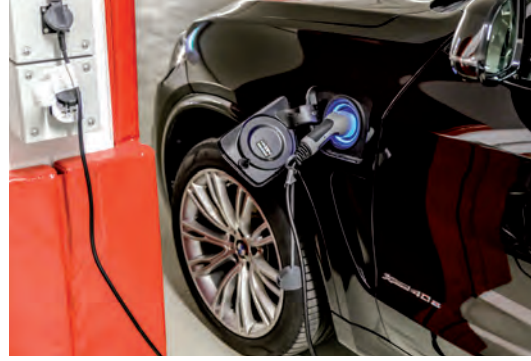
MINIBAR

Bedienen Sie sich an der Minibar kostenlos mit Mineralwasser und Fruchtsäften.

PARKEN

Gönnen Sie Ihrem Auto Urlaub. Wir haben es auf dem kostenlosen Tiefgaragenplatz geparkt. Selbstverständlich holt einer unserer Hausmeister Ihr Auto in der Garage ab und stellt es Ihnen vor den Hoteleingang.

Sie haben ein E-Auto? Gerne laden wir Ihr Fahrzeug gegen Gebühr auf einer unserer E-Tankstellen auf!



POST

Ihre Post können Sie an der Rezeption abgeben. Ansichtskarten und Briefmarken erhalten Sie ebenfalls an der Rezeption.

PRALINEN UND SCHOKOLADE

Handgefertigt von unseren Patisserie-künstlerInnen. Bestellungen nimmt die Rezeption gerne entgegen.

RECHNUNG

Extras werden auf Ihre Zimmerrechnung gebucht und können bereits am Abend vor der Abreise bis 22.00 Uhr an der Rezeption beglichen werden. Bitte unterzeichnen Sie Ihre Rechnung mit Angabe Ihrer Zimmernummer. Reklamationen können wir im Nachhinein leider nicht mehr entgegennehmen!

WÄSCHEREI

Wir waschen und bügeln gegen einen Unkostenbeitrag gerne Ihre Wäsche. Bitte geben Sie die Wäsche in den dafür vorgesehenen Wäschebeutel und den ausgefüllten Wäscheauftrag Ihrem Zimmermädchen oder an der Rezeption ab.

WÄHLEN SIE IHRE GESPRÄCHSPARTNERINNEN

**VOM ZIMMER AUS KÖNNEN SIE DIREKT
EXTERNE TELEFONGESPRÄCHE ANWÄHLEN.**

Drücken Sie die „0“ für die Amtsleitung.

Dann wählen Sie die jeweilige Vorwahl für Land und Ort sowie Ihre Telefonnummer. Eine Einheit wird mit € 0,22 berechnet.

Hausinterne Telefongespräche sind gebührenfrei.

Sie brauchen dafür nur die jeweilige Telefonnummer bzw. Zimmernummer wählen, ohne vorher eine Taste zu drücken.

IHR INTERNES TELEFONVERZEICHNIS

Amtsleitung	0-...
Rezeption, Gepäckservice	200/300
Nachtschwärmer Bar (15.00 - 24.00 Uhr)	600
Restaurant	605
Rezeption Vitaltempel	606
Rezeption Beautyfarm/Friseur	609
Kinder- & Jugendclub	608
Fit-&Fun-House	650
Rezeption Cocoon	801
Restaurant Cocoon	804
Zeitgeist Boutique	806

NOTRUFTELEFON (intern) 200
von 23.00 bis 7.30 Uhr

Feuerwehr	(0) 122
Polizei	(0) 133
Rettung	(0) 144

WECKDIENST

Mit der Telefonnummer 93 können Sie die gewünschte Uhrzeit eingeben.
Bsp.: 93 08 00 = Weckzeit um 8.00 Uhr morgens.



Gerne besorgen wir Ihnen Medikamente aus der Apotheke. Bitte wenden Sie sich an die Rezeption.



Zirbe

ENJOY YOUR STAY!



Konzept & Design: Anita Posselt Werbeagentur.

Fotos: Franz Wüstenberg, Johannes Felsch, Die Bildartisten, Werner Elmer, Shutterstock.
Änderungen und Irrtümer einschließlich Druckfehler vorbehalten.

Neu: Unsere Kraftplatz-App



Einfach den QR-Code scannen
und alle Kraftplatz-Erlebnisse direkt
auf Ihr Smartphone bekommen!



DER ALPINE
KRAFTPLATZ



Alpenrose®



COCOON®

Der Alpine Kraftplatz, Mühlthalweg 10, 6212 Maurach am Achensee, Austria
T +43 (0)5243 5293-0, info@alpenrose.at, www.alpenrose.at

