

Programma Wellness e Attivo con Julia

Hotel The Vista



Attivo 1: 24. - 30. Luglio 2011

LUNEDI

09.00 : Presentazione

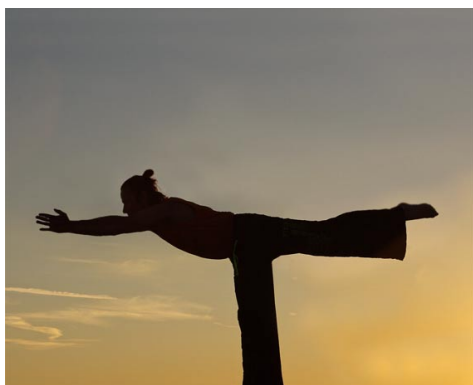
Per conoscermi meglio e la settimana puo iniziare...

10.00 : Partenza dell'escursione

Guidiamo insieme nella Val di Funes e da li partiamo su uno dei piú belli sentieri nei dolomiti: il sentiero Adolf Munkel

16.30 Uhr: Massaggi e bagni

Prenota un trattamento alla reception. Noi vi consigliamo volentieri!



MERCOLEDI

08.00 : Acqua Gym

Esercizi e divertimento in acqua. Allenamento articolare e corroborante!

09.30 : Partenza dell'escursione

Una camminata facile lungo le odle, nel patrimonio mondiale UNESCO

17.00 Uhr: Massaggi e bagni

Prenota un appuntamento alla reception. Godetevi un massaggio o bagno!



VENERDI

09.00 : Partenza dell'escursione

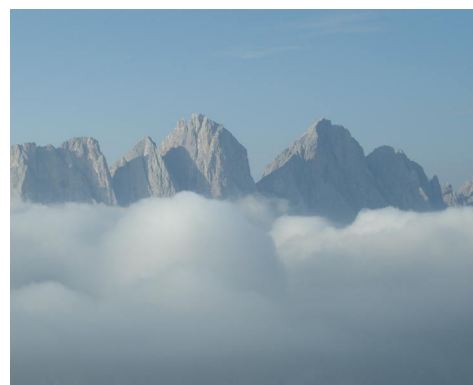
Guidiamo insieme nella Val di Funes e in leggera salita fino al prato del covello, visitiamo la chiesa luteranica.

15.30 : Rilassamento

Concedersi una pausa per i suoi muscoli sentirsi il rilassamento totale! (E.Jacobson)

16.30 : Massaggi e bagni

Prenota un trattamento alla reception. Noi vi consigliamo volentieri!



SABATO

15.00 : GAG Gym

Perdersi chili nelle zone problematiche: ventre, sedere e gambe...

16.00 : Massaggi e bagni

Prenota un trattamento alla reception. Noi vi consigliamo volentieri!



Per motivi di organizzazione, vi preghiamo gentilmente di prenotare tutti i trattamenti e partecipazioni alle gite guidate, il giorno prima alla reception. Grazie per la Sua comprensione!!