



Alpenrose®

ALPENROSE INCLUSIVE SERVICES

ALPENROSE : LA CUISINE DANS TOUS SES ÉTATS

Copieux buffet petit-déjeuner de 7h30 à 10h30

Riche en vitamines, produits naturels de la région, coin vitalité et muesli, plats à base d'œufs fraîchement préparés, jus de fruits fraîchement pressés.

Buffet déjeuner forme et santé de 12h00 à 14h00

Plats réduits en calories, sélection de salades croquantes, soupes, délicieux en-cas, jus de fruits et eau minérale au bar à jus.

En cas de l'après-midi de 15h00 à 17h00

Buffet de pâtisseries maison, crudités, collations épicées, grand choix de café et de thé, jus de fruits et eau minérale au bar à jus.

Menu gourmet de 18h30 à 20h30

Menu comportant plusieurs plats, servi uniquement le soir. Variations autour de la cuisine locale, naturelle et complète ; buffet d'entrées, de salades et de desserts, boissons sans alcool prises au cours du dîner. Buffets à thème et de spécialités.

Régimes alimentaires spécifiques

Si vous suivez un régime alimentaire spécifique, n'hésitez pas à nous en faire part. Nous pouvons préparer à votre attention des menus sans lactose ni gluten. Chaque jour, nous proposons par ailleurs des plats végétariens et détox que vous retrouvez sur notre carte. Si vous avez des souhaits particuliers en matière d'alimentation, veuillez nous en informer au moment de la réservation.

BOISSONS SANS ALCOOL À VOLONTÉ TOUTE LA JOURNÉE

Jus de fruits, eau minérale ; infusions au spa et dans l'espace aquatique ; jus de fruits sans alcool et eau minérale lors du déjeuner et du dîner, café et thé l'après-midi, minibar dans la chambre avec boissons sans alcool ; panier de fruits.

BIEN-ÊTRE & DÉTENTE

Espace spa et détente de 8000 m²

Ouvert tous les jours de 10h00 à 20h00

- Sauna sensation Kräuteralm – 3 cérémonies par jour
- Bain de vapeur au parfum de plantes alpines – 3 x par jour en prélude au sauna
- Sauna vapeur pierre de lave 45 °C
- Bain de vapeur classique 47 °C
- Caldarium 50 °C, Laconium 60 °C
- Sauna en bois d'arolle 80 °C
- Tepidarium avec couchettes en pierre tiède
- Grotte d'inhalation à l'eau saline creusée dans la roche
- Sauna en bois dans le jardin de la résidence (sauna familial)
- Solarium, séance de relaxation alpha, lit Sound Motion (payant)
- Bains de pied alternés chaud froid
- Bar à thé avec boissons sans alcool et choix de thés

FAITES DE BEAUX RÊVES ...

Nos espaces repos

Stille Alp (Doux alpage) - Bois ancien, odeur de foin, rêverie sur des lits à eau chauffés. Vue panoramique sur les montagnes environnantes.

Stille Hochalm (Doux alpage d'altitude) - Le top de la détente. Une zone de repos avec des prestations luxueuses.

Espaces repos dans le sauna en bois et le sauna « Kräuteralm ».

UNE DÉTENTE SAINTE

Temple de la vitalité : couchettes infrarouges dans le sauna en pin d'arolle.

Cabines infrarouges dans le sauna sensation « Kräuteralm »
1 sac par personne avec serviettes pour la piscine et le sauna, mules et peignoir de bain.



ESPACE BAINNADE

Un vaste étang de baignade de 800 m² dans le superbe jardin de la résidence, des chaises longues haut de gamme et une magnifique pelouse pour s'allonger offrent suffisamment d'espace à nos clients pour qu'ils se sentent bien.

NOUVEAU : LES SPAS DE L'ALPENROSE

Destinée aux adultes, notre toute nouvelle maison des éléments propose un nouvel univers de détente sur plusieurs étages. On y trouve :

- un bassin sportif de 23 m et un bassin extérieur de 10 m
- un jacuzzi d'eau saline à ciel ouvert
- un sauna panoramique « Himmelreich »
- une cabine de repos infrarouge
- des zones de repos confortables et douillettes placées sous le signe des quatre éléments

SPORT & VITALITÉ

Fit & Fun House de 7h45 à 19h00

Un espace de remise en forme inondé de lumière sur 2 étages et 450 m², des équipements de luxe pour un entraînement intensif. Des appareils Technogym dernière génération. Une équipe de coachs professionnels, spécialistes du bien-être et de la remise en forme, un programme sport et détente à l'intérieur ou en extérieur, 7/7j, quelle que soit la saison.

Pour consulter le programme de la semaine, rendez-vous sur www.alpenrose.at

PRÊT GRATUIT

Chaussures de randonnée, bâtons de randonnée, sacs à dos, vêtements de pluie, vélos, bâtons de nordic-walking, VTT parfaitement entretenus, casques, vélos et voitures électriques dernier cri, snowbikes, chaussures trappeur, luges, appareil de navigation GPS avec propositions d'itinéraires. Une place par chambre pour garer votre voiture en parking souterrain. Wifi gratuit dans toutes les chambres.

ACTIVITÉS DE PLEIN AIR ENCADRÉES

En été : randonnées guidées ou excursions en VTT, nordic-walking, cours d'initiation au golf.

En hiver : randonnées guidées en raquettes, snowbike, randonnées à ski, descentes en luge ou curling avec nos moniteurs.

En cas de mauvais temps : programme culturel et excursions dans les environs, par ex. à Rattenberg, Innsbruck...

DIVERTISSEMENT EN SOIRÉE

Animations tous les soirs au bar Le Rondo.

Soirées dansantes avec musique live, piano ou folklore tyrolien dans le salon, soirées casino, défilés de mode, conférences ...

POUR NOS JEUNES AMIS

- Animations de qualité tous les jours de 10h00 à 22h00 pour les enfants à partir de 3 ans ; programme spécial pour les adolescents à partir de 14 ans. Prise en charge des enfants de moins de 3 ans en dehors des périodes de vacances.
- Nouveau : le monde sauvage aquatique dans la maison des éléments, avec toboggan à bouées géant, bassin d'aventure, bassin pour bébés et jeux d'eau.
- Nouveau club ados et enfants avec mur d'escalade extérieur, baby-foot, air hockey, cinéma 3D, billard, château gonflable ...
- De 12h00 à 18h00 repas des enfants ; menus élaborés à partir des plats proposés sur la carte enfants, goûters, softdrinks lors des repas.
- Fun Park de l'Alpenrose : un terrain d'aventures fascinant sur plus de 800 m². Bateau de pirate, trampoline, terrain de foot.
- Parc des indiens de l'Alpenrose, situé au cœur de la forêt