



DER ALPINE  
KRAFTPLATZ



Alpenrose®



COCON®

## EIN URLAUB DER EXTRAKLASSE



### KRAFTPLATZ KULINARIUM

Reichhaltiges Frühstücksbuffet von 07.30 bis 11.00 Uhr

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

Light Lunch von 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 von 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.

Spezielle Ernährungswünsche

Gerne gehen wir auf Ihre speziellen Ernährungswünsche  
ein. Wir bereiten Ihnen laktose- oder glutenfreie Menüs  
zu. Auf unserer täglichen Speisekarte finden Sie auch  
immer vegetarische und Detox-Gerichte. Bitte teilen Sie  
uns Ihre kulinarischen Sonderwünsche bei der  
Reservierung mit.

### GANZTÄGIG ALKOHOLFREIE GETRÄNKE

Fruchtsäfte, Kräutertees in der Spa- und Badelandschaft,  
Säfte sowie Sodawasser von der Schankanlage am Buffet,  
Kaffee und Tee, Minibar mit alkoholfreien Fruchtsäften  
sowie Mineralwasser, Obst vom Obstkorb.

### NACHHALTIGKEIT IM URLAUB

Wir vom Alpen Kraftplatz legen größten Wert auf die ge-  
naue Trennung des Mülls. Der Papierverbrauch wird durch  
Umstellung eines Großteils der Drucksorten auf online re-  
duziert, um unsere Wälder zu schützen. Weiters verzichten  
wir in Zukunft auf die Verwendung von Einweg-Badeslippern  
und bitten Sie daher, **Ihre persönlichen Badeschlappen  
mitzubringen.**

### WELLNESS & ENTSPANNUNG

auf 8.500 m<sup>2</sup> täglich von 10.00 bis 20.00 Uhr

- Kräuteralm-Erlebnissauna – täglich Aufgüsse
- Kräutersoledampfbad – tägliches Pflegeprogramm  
zur Einstimmung auf den Saunaaufguss
- Biosauna 65 °C
- Klassische Dampfbäder 47 °C
- Caldarium 50 °C
- Laconium 60 °C
- Zirbenholzsaua 80 °C
- Tepidarium mit warmen Steinliegen
- Sologrotte im Tiroler Fels
- Holzblocksaua im Residenzgarten (Familiensaua)
- Solarium, Alpha-Entspannungs-Liege,  
Soundmotion-Liege (gegen Gebühr)
- Wechselfußbäder
- Teebar mit alkoholfreien Getränken und Tees

### ZUM TRÄUMEN SCHÖN...

Unsere Ruhebereiche

Stille Alm – altes Holz, Heuduft, Träumen auf gewärmten  
Wasserbetten. Genießen Sie den Panoramablick.

Stille Hochalm – der Gipfel der Entspannung.  
Einzigartiger Ruhebereich mit Luxusfaktor.

Schlafmütze – absolute Entspannung bei knisterndem  
Feuer, dem Duft von heimischen Hölzern und leise  
plätscherndem Wasser.

Ruhebereiche in der Holzblocksaua und in der  
Erlebnissauna „Kräuteralm“.

### GESUNDE ENTSPANNUNG

Infrarotliegen in der Zirbenstube im Vitaltempel.  
Infrarotkabinen in der Erlebnissauna „Kräuteralm“.  
Pro Person 1 Badetasche mit Bade- und Saunatüchern  
sowie Bademantel.

## ALPINE BOTANIC GARDEN

Schwimmen Sie in den energetisierenden Bergwässern unseres neu angelegten Badesees oder kuscheln Sie in Liegen am See, umgeben von duftenden Kräutermatten und Latschenkiefern. Ein See eingebettet in einem Alpengarten aus Edellatschenkiefern, Ericamatten und Felsformationen sowie Liegestege am Wasser mit Komfortliegen. Ihnen stehen zwei Badeteiche zur Erholung zur Verfügung!

## QUELLENGARTEN

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

## SPA's - HAUS DER ELEMENTE

Unser Haus der Elemente bietet unseren erwachsenen Gästen (über 18 Jahre) auf mehreren Etagen eine neue Welt der Entspannung, mit:

- 23-m-Sportbecken und 10-m-Außenbecken
- Outdoor-Sole-Whirlpool unter freiem Himmel
- Panoramasauna „Himmelreich“
- Infrarot-Kraftplatz
- kuschelige Ruhebereiche im Zeichen der vier Elemente

## SPORT & AKTIV

Fit & Fun House 7.45 bis 19.00 Uhr

Lichtdurchflutetes Fitnessstudio auf 450 m<sup>2</sup> und zwei Etagen mit Trainingsgeräten der neuesten Technogym-Generation; ganztägige Betreuung durch unser bestens ausgebildetes, diplomiertes Wellness- und Fitnesssteam, abwechslungsreiches Sport- und Entspannungsprogramm indoor und outdoor an 7 Tagen die Woche, zu jeder Jahreszeit. Aktuelles Wochenprogramm unter [www.alpenrose.at](http://www.alpenrose.at)

## KOSTENLOSER VERLEIH

Wanderschuhe, Wanderstöcke, Rucksäcke, Regenschutz, Nordic-Walking-Stöcke, bestens gewartete Mountainbikes, Fahrräder, Helme, topmoderne Elektrofahrräder, E-Cars, Snowbikes, Trapperschuhe, Rodeln ...

## ACHENSEECARD

Kostenlose AchenseeCard für Gratis-Busfahrten, Achensee Free WLAN, Langlaufen in Pertisau und viele weitere Rabatte z. B. auf Seilbahnen, Museen und Abenteuerpark.

## BETREUTES OUTDOOR-PROGRAMM

Im Sommer: Geführte Wanderungen oder Biketouren, Nordic Walking, Golf-Schnupperstunden.

Im Winter: Geführte Schneeschuhwanderungen, Snowbiken, Skitouren, Rodelpartien oder Eisstockschießen mit unseren FreizeitbetreuerInnen.

Bei Schlechtwetter: Kulturprogramm und Ausflüge in die nähere Umgebung, z. B. Rattenberg, Innsbruck etc.



## ABENDUNTERHALTUNG

Tägliche Abendunterhaltung in der Nachtschwärmer Bar. Tanzabende mit Livemusik, Pianomusik oder Tiroler Stubenmusik in der Lobbybar, Casinoabend u.v.m.

## FÜR UNSERE KLEINEN GÄSTE

- Kompetente, liebevolle Betreuung täglich von 10.00 bis 22.00 Uhr für kleine Gäste ab 3 Jahren sowie spezielles Jugendprogramm ab 10 Jahren. Außerhalb der Ferienzeit betreuen wir auch Kinder unter 3 Jahren.
- Wasser-Erlebniswelt im Haus der Elemente mit 110 m langer Reifenrutsche, Abenteuer-Schwimmbad, Babybecken und Wasserspielen
- Kinderclub und Jugendlounge mit 3D-Kino, Tischfußball, Air-Hockey, Billard u.v.m.
- 20-m-Outdoor-Kletterwand
- 12.00 sowie 18.00 Uhr Kinderstammtisch mit Menüauswahl aus der eigenen Kinderkarte, Nachmittagsjause sowie Softdrinks zu den Mahlzeiten
- 800 m<sup>2</sup> Outdoor-Funpark mit Pirateninsel und Floß und vielen tollen Attraktionen wie: Flying Fox, Sandbagger, Zirbenturm, Funcourt, Baumkarussell, Trampolinen etc.
- Kraftplatz Indianerland im Wald

## WEITERE EXTRAS

- Kostenloses WLAN in allen Zimmern
- Pro Zimmer ein Tiefgaragenabstellplatz für Ihr Auto
- Ladestation für Ihr Elektroauto (gegen Gebühr)

*Gratis für  
unsere Gäste*



- E-Bikes (3 Std.), Fahrradverleih, E-Cars
- ganztägig alkoholfreie Getränke  
Fruchtsäfte, Kräutertees in der Spa- und Badelandschaft, Säfte sowie Sodawasser von der Schankanlage am Buffet, Kaffee und Tee, Minibar mit alkoholfreien Fruchtsäften sowie Mineralwasser
- ganztägige Nutzung der Infrarot-Wärmekabinen
- Shuttles in der Achenseeregion
- Gästekarte mit tollen Inklusivleistungen
- Rucksack mit Wanderjause
- Meditations- und Gesundheitswochen mit qualifizierten Toptrainern