



DER ALPINE
KRAFTPLATZ



Alpenrose®



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.



WELLNESS & ENTSPANNUNG

auf 8.000 m² täglich von 10.00 bis 20.00 Uhr

- Kräuteralm-Erlebnissauna – täglich Aufgüsse
- Kräutersoledampfbad – tägliches Pflegeprogramm zur Einstimmung auf den Saunaaufguss
- Biosauna 65 °C (neu seit 2020)
- 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 Luxus-Faktor.

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,
Badeschuhe und Bademantel.

ALPINE BOTANIC GARDEN

Schwimmen Sie in den energetisierenden Bergwässern unseres neu angelegten Badesees oder kuscheln Sie in Liegenischen 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 m² und zwei Etagen mit Trainingsgeräten der neuesten Technogym-Generation; ganztägige Betreuung durch unser bestens ausgebildetes, diplomiertes Wellness- und Fitnessteam, abwechslungsreiches Sport- und Entspannungsprogramm indoor und outdoor an 7 Tagen die Woche, zu jeder Jahreszeit. Aktuelles Wochenprogramm unter www.alpenrose.at

KOSTENLOSER VERLEIH

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

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 Jahre 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-Meter-Outdoor-Kletterwand
- 12.00 sowie 18.00 Uhr Kinderstammtisch mit Menüauswahl aus der eigenen Kinderkarte, Nachmittagsjause sowie Softdrinks zu den Mahlzeiten.
- 800 m² 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 Tiefgaragenstellplatz für Ihr Auto.
- Ladestation für Ihr Elektro-Auto (gegen Gebühr).

Gratis für unsere Gäste

- E-Bikes, Fahrradverleih und 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 Achensee-Region
- Gästekarte mit tollen Inklusivleistungen
- Rucksack mit Wanderjause
- Meditations- und Gesundheitswochen mit qualifizierten Top-Trainern
- Tiefgaragenstellplatz

