

PROGRAMM

FREUNDSCHAFTSWOCHE

07. bis 14.06.2026

EIN HERZLICHES WILLKOMMEN!

Liebe Gäste, liebe Freunde,
wenn Gäste zu Freunden werden, beginnt eine ganz
besondere Zeit. Freuen Sie sich auf gemeinsame
Erlebnisse, unvergessliche Momente und eine Woche
voller Genuss, Natur und Herzlichkeit

Ihre Familie Kostenzer & das Alpenrose-Team

Ankommen &
Genießen

SONNTAG,
07. JUNI 26






ab 12.00 Uhr – Lunch & Wein-Genussmomente

Liebe Stammgäste und Freunde der Tiroler Küche,
2026 laden wir Sie herzlich zu unseren exklusiven **Lunch & Wein-Genussmomenten** ein!

Erleben Sie die Vielfalt unserer Heimat bei einem reichhaltigen Mittagsbuffet voller regionaler Spezialitäten und traditioneller Schmankerl. Unser Sommelier Krisztian hält eine feine Weinauswahl für Sie bereit – kommen Sie vorbei, verkosten Sie die edlen Tropfen und finden Sie die perfekte Begleitung zu Ihrem Gericht.

Wir freuen uns auf unvergessliche Genussmomente mit Ihnen!

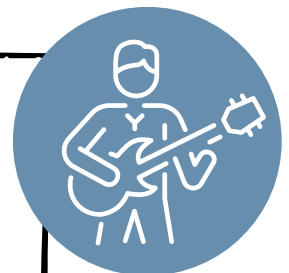
Sauna-Aufgüsse in der Erlebnissauna Kräuteralm mit unseren Saunameistern

 15.30 Uhr - Aufguss zum Genießen  16.30 Uhr - Fruchtzauber  17.30 Uhr - Waldspaziergang

ab 21.00 Uhr – Gemütlicher Ausklang in unserer „Zeitlos“ Lounge & Bar

Treffen Sie langjährige Freunde in unserer „Zeitlos“ Lounge & Bar und stoßen Sie gemeinsam auf die Freundschaft an.

„FREUNDSCHAFT IST DIE KUNST,
GEMEINSAME MOMENTE IN
UNVERGESSLICHE ERINNERUNGEN
ZU VERWANDELN.“



Achensee
erleben

MONTAG,
08. JUNI 26

Gehzeit
ca. 1,5h

10.20 Uhr Schifffahrt zur Gaisalm & Panorama-Wanderung

Mit dem Achenseeschiff fahren wir zur idyllisch gelegenen Gaisalm - einem der schönsten Plätze am Achensee, nur zu Fuß oder per Schiff erreichbar. Vor dort wandern wir entlang des malerischen Uferweges Richtung Pertisau. Türkisblaues Wasser, schattige Waldabschnitte und beeindruckende Felskulissen machen diese Tour zu einem echten Naturerlebnis.

Die Rückkehr belohnen wir mit einer herzhaften Brettljause, einem frisch gezapften Bier und einem Schnapsperl in unserem Garten bei der Gaudi-Lodge – der perfekte Abschluss für eine erlebnisreiche Wanderung mit Freunden.

Rückkehr: ca. 13.15 Uhr



Anmeldung bis 16.00 Uhr am Vortag | Treffpunkt: Rezeption

13.00 - 16.00 Süße Genussmomente

Unser Buffet verwandelt sich in ein Paradies für Naschkatzen: Erleben Sie knusprig-frische, süße **Strudelspezialitäten**, wie Topfen-, Erdbeer-, Zwetschken-, Kirsch-, Apfel- und Marillen-Strudel und stellen Sie sich an unserer Eisstation cremig-genussvolle **Eisorten** zusammen.

Sauna-Aufgüsse in der Erlebnissauna Kräuteralm mit unseren Saunameistern


 15.30 Uhr - Traumreise  16.30 Uhr - Sizilianische Brise  17.30 Uhr - Überraschungsaufguss

21.00 Uhr "Freiklang 3" in unserer "Zeitlos" Lounge & Bar

Freuen Sie sich auf ein breites Repertoire an belebender Tanzmusik und Rhythmen, die sofort ins Bein gehen. Ob leidenschaftlicher Tänzer oder gemütlicher Zuhörer – genießen Sie einen ausgelassenen und schwungvollen Abendausklang bei uns.

21.00 Uhr Lange Nacht der Sauna mit Saunameister Abu

Unser Saunameister entführt Sie bei diesem einzigartigen Nachtaufguss in unserer Kräuteralm-Erlebnissauna in die Kunst des richtigen Schwitzens.

 21.15 Uhr 1001 Nacht

 22.00 Uhr Gute Nacht Aufguss



Naturerlebnis
Karwendel

DIENSTAG,
09. JUNI 26

Gehzeit
ca. 1-1,5h

08.30 Uhr Wanderung Engalm - Binsalm Panoramaweg

Erleben Sie alpine Idylle pur. Nach einer bequemen Fahrt mit unserem Hotelbus in die Eng wandern wir gemeinsam hinauf zur Binsalm. Genießen Sie während der Tour die beeindruckende Kulisse des Karwendelgebirges und den einzigartigen Ausblick auf den Großen Ahornboden. Zum Abschluss lassen wir uns bei einer gemütlichen Hütteneinkehr mit einer Tiroler Wander-Jause verwöhnen.

maximal 24 Teilnehmer | Fahrzeit pro Strecke: 1.30h
Rückkehr: ca. 16.30 Uhr

Anmeldung bis 16.00 Uhr am Vortag | Treffpunkt: Rezeption

Gehzeit
ca. 1-1,5h

10.30 Uhr Alpaka-Wanderung

Wir fahren mit dem Hotelbus nach Achenkirch zur Alpakafarm Achensee. Dort erwarten uns bereits die friedliebenden Alpakas, die wir während unserer Wanderung besser kennenlernen werden. Gemütlich und in Ihrem eigenen Rhythmus wandern wir mit den Tieren gemeinsam zurück auf die Weide oder in den Stall wo wir sie noch füttern können

Rückkehr: ca. 12.30 Uhr
Maximal 14 Teilnehmer

13.00 - 16.00 Uhr Tiroler Kuchenklassiker

Hausgemachte Blechkuchen und feine Klassiker, die einfach himmlisch schmecken!
Mit dabei: Zwetschken-Streuselkuchen, gedeckter Apfelkuchen, Guglhupf, Käsekuchen, Marillenkuchen und Linzerkuchen.

Sauna-Aufgüsse in der Erlebnissauna Kräuteralm mit unseren Sauameistern



15.30 Uhr - Body Relax



16.30 Uhr - Wald & Wiese



17.30 Uhr - Frucht Aufguss



21.00 Uhr Zauberer "Ben" in unserer "Zeitlos" Lounge & Bar

Das absolute Highlight unseres Programms: Ein magischer Abend voller geheimnisvoller Tricks und spektakulärer Zauberkünste! Lassen Sie sich in den Bann der Magie ziehen und erleben Sie eine unvergessliche Zaubershow mit Ben.



*Panorama &
Geselligkeit*

**MITTWOCH,
10. JUNI 26**

09.30 Uhr Bründlalm (Achenkirch)

Mit dem Hotelshuttle fahren wir nach Achenkirch. Vom Christlum-Parkplatz wandern wir auf einem sanften Komfortweg durch lichte Bergwälder hinauf zur idyllischen Bründlalm. Nach einer gemütlichen Alm-Jause auf der Sonnenterrasse mit Blick auf das Karwendel- und Rofangebirge geht es entspannt zurück zur Alpenrose.

Rückkehr: ca. 14.00 Uhr

Gehzeit
ca. 2h

Anmeldung bis 16.00 Uhr am Vortag | Treffpunkt: Rezeption

Sauna-Aufgüsse in der Erlebnissauna Kräuteralm mit unseren Sauameistern



15.30 Uhr - Bee Happy



16.30 Uhr - Alm & Wiesen



17.30 Uhr - Freundschafts Aufguss

15.00 Uhr Boccia-Turnier in unserem Funpark

Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Nachmittag voller Spaß! Dem Sieger-Duo winkt unser Hauptgewinn: Ein Gutschein im Wert von € 100,00 (€ 50,00 pro Person).

Kulinarischer Genuss vom Berg & See ab 18.30 Uhr

Erleben Sie heute Abend eine feine Auswahl des Besten, was unsere heimischen Gewässer und Wälder zu bieten haben. Handverlesene Köstlichkeiten aus unserer Region, wie zart Geräuchertes, erlesene Wildspezialitäten und würziger Hirschschinken werden von unserem Küchenteam mit viel Liebe zum Detail für Sie zubereitet.

ab 21.00 Uhr Gaudi Abend mit "Heini" in unserer "Zeitlos" Lounge & Bar

Heute wird es richtig traditionell! Freuen Sie sich auf einen gemütlichen und urigen Abend mit Heini, einem echten Tiroler Original. Mit seiner „Ziacha“ (Steirischen Harmonika) und typischen Instrumenten bringt er echte alpenländische Lebensfreude direkt zu uns in die Bar. Schunkeln Sie mit, genießen Sie die vertrauten Klänge aus der Heimat und erleben Sie einen unvergesslich geselligen Abend in bester Gesellschaft!



Genuss &
Natur

DONNERSTAG,
12. JUNI 26

Fahrzeit
ca. 1-1,5h

10.00 Uhr gemütliche Radtour in die Karwendeltäler

Direkt vom Hotel radeln wir mit den E-Bikes entspannt am Achensee entlang nach Pertisau. Von dort führt uns ein breiter, flacher Komfortradweg mitten hinein in das wunderschöne Gerntal.

Umrahmt von den mächtigen Felswänden des Karwendels gleiten wir mühelos durch die unberührte Natur. Am idyllischen Talschluss erreichen wir die Gernalm. Auf der Sonnenterrasse genießen wir ein erfrischendes Getränk bei herrlichem Bergblick, bevor wir ganz entspannt die Rückfahrt antreten.

Rückkehr: ca. 14:30 Uhr

Anmeldung bis 16:00 Uhr am Vortag | Treffpunkt: Rezeption

13.00 - 16.00 Uhr Eis, Eis, Baby - draußen auf der Terrasse

Holen Sie sich Ihre Lieblingskugeln direkt an unserer Eisstation und verpassen Sie Ihrem Becher mit genialen Toppings das perfekte Upgrade.

Sonne, eine traumhafte Aussicht und cremiges Eis – mehr Nachmittag geht nicht!

Kommen Sie vorbei und genießen Sie die **süße Seite des Lebens**.

Sauna-Aufgüsse in der Erlebnissauna Kräuteralm mit unseren Sauameistern



15.30 Uhr - Durchatmen



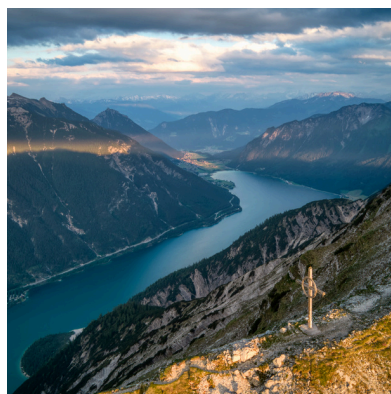
16.30 Uhr - Fruchtexpress



17.30 Uhr - Nordischer Aufguss

ab 21.00 Uhr "Casino Royal" in unserer "Zeitlos" Lounge & Bar

Die Jetons klirren, die Karten werden gemischt und die Spannung steigt. Tauchen Sie ein in die Welt von James Bond und erleben Sie einen aufregenden Abend voller Spiel, Glamour und bester Stimmung. Versuchen Sie Ihr Glück und genießen Sie prickelnde Momente in eleganter Atmosphäre!



Natur &
Kraftplatz

FREITAG,
12. JUNI 26

Gehzeit
ca. 2,5-3h

09.30 Uhr Wolfsklamm & Wallfahrtsort St. Georgenberg

Mit dem Hotelbus fahren wir nach Stans im Inntal. Von dort starten wir unsere Wanderung durch die beeindruckende Wolfsklamm. Über gut angelegte Stege und zahlreiche Stufen führt uns der Weg entlang des tosenden Wassers durch eine der schönsten Schluchten Tirols.

Am Ende der Klamm erreichen wir den Wallfahrtsort St. Georgenberg - ein besonderer Kraftplatz hoch über dem Tal. Nach einer gemütlichen Einkehr genießen wir die einzigartige Atmosphäre dieses historischen Ortes, bevor wir den Rückweg antreten.

Rückkehr: ca. 14.30 Uhr

Anmeldung bis 16.00 Uhr am Vortag | Treffpunkt: Rezeption

13.00 - 16.00 Uhr Knödel-Liebe neu entdeckt

Genuss, der verbindet: Heute verwöhnen wir Sie mit frisch gedrehten, Tiroler Knödel-Spezialitäten. Entdecken Sie am Buffet die Vielfalt von herzhaft-deftig bis fruchtig-süß. Kreieren Sie Ihren persönlichen Lieblingsteller!

Sauna-Aufgüsse in der Erlebnissauna Kräuteralm mit unseren Saunameistern



15.30 Uhr - Aufguss zum Abschalten



16.30 Uhr - Lass dich überraschen Aufguss



17.30 Uhr - Verwöhn Aufguss

ab 21.00 Uhr Die Band „Offtang“ sorgt für Stimmung in unserer „Zeitlos“ Lounge & Bar

Nach einem entspannten Tag im Spa schalten wir jetzt einen Gang hoch. Vergessen Sie die Ruhepause – heute Abend wird gefeiert! Mit den besten Party-Hits und fetzigem Sound bringt die Band die Stimmung zum Kochen. Schnappen Sie sich einen erfrischenden Cocktail, tanzen Sie die Muskeln locker und feiern Sie mit uns eine unvergessliche Nacht.



HINWEIS

Aufgrund aktueller Wetterlagen können sich Änderungen im Programm ergeben!

Wir ersuchen um **Anmeldung bis spätestens 21.00 Uhr am Vorabend**, damit wir die Transfers mit unseren externen Partnern entsprechend planen können.

Das Fitness- und Bewegungsprogramm entnehmen Sie bitte aus dem separaten Wochenprogramm.



HERZLICHEN DANK

Wiederkehrende Gäste sind für uns das **schönste Kompliment.**

Jahr für Jahr dürfen wir gemeinsam Zeit verbringen und einander besser kennenlernen.

Aus Gästen werden Freunde, auf die man sich immer wieder freut und die man nicht mehr missen möchte. Für Ihre langjährige Treue möchten wir uns bei all unseren lieben Gästen herzlich bedanken.

Ein großes **Dankeschön!**