



SONNTAG, 15.09.2019 – SAMSTAG, 21.09.2019

WIR BEGRÜSSEN SIE SEHR HERZLICH IM ALPENRESORT SCHWARZ

GUT ZU WISSEN

**MO – DI UND DO – FR VON 08:00 - 09:00 UHR
ANIMATION INFOPOINT**

In der Lobby erhalten Sie von unserem Animationsteam Informationen über unsere Outdooraktivitäten.

SPORT-AUSRÜSTUNG IM VERLEIH VORHANDEN:

Citybikes, Wanderschuhe, Rucksäcke, Wanderstöcke uvm.
Mountainbikes, E-Bikes (gegen Gebühr).

MOUNTAINBIKES | E-MOUNTAINBIKES | E-MOUNTAINBIKES FULLY

City-Bike: kostenlos,
Mountainbike: € 20,00, E-Mountainbike: € 34,00
E-Mountainbike Fully: € 48,00
E-Kickbike: € 20,00 (60 Minuten – zur vollen Stunde)

CONCIERGE 08:00 – 17:30 UHR

Unsere Concierge kümmert sich liebend gerne um Ihre individuellen Wünsche, spricht Empfehlungen aus und hat die besten Ausflugstipps parat. Zudem steht Ihnen unser Concierge bei organisatorischen Fragen zur Verfügung, hat stets ein offenes Ohr für Ihre Anregungen und ist bestrebt dazu beizutragen, Ihren Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten.

À LA CARTE RESTAURANT GREENVIEH

Montag bis Sonntag von 10:00 Uhr bis 24:00 Uhr.
Sie können Ihr Dinner gerne wahlweise im Hotelrestaurant oder á la Carte in unserem Golf-Restaurant Greenvieh genießen. Im Rahmen der Verwöhnspension erhalten Sie für das Greenvieh eine Genuss-Gutschrift von € 30,00 pro Person (nur am Abend) für die Erwachsenen. (Getränke sind vom Voucher ausgenommen) Für Kinder bis 14 Jahre ist das Abendessen auch dort inklusive.

STÖTTLALM

Von **Montag** bis **Sonntag** von 09:30 - 18:00 Uhr für Sie geöffnet Ihre Konsumation können Sie gerne auf Ihr Zimmer buchen lassen. Unser Stöttlalm Team freut sich über Ihren Besuch. Genießen Sie gegen einen Aufpreis von € 18,00 pro Person unser spezielles Almfrühstück auf unserer Stöttlalm. Wir bitten Sie den Tisch an der Hotelrezeption zu reservieren.

Machen Sie Ihr geplantes Familienfest oder Ihre Firmenparty zu einem unvergesslichen Erlebnis!

Die Stöttlalm bietet Platz für bis zu 80 Personen und ist für geschlossene Vereins- Gruppen- und Betriebsfeiern als auch für eine fetzige Hütten-Party (auf Wunsch auch mit Livemusik) bestens geeignet. Die Stöttlalm kann auch täglich ab 18:30 Uhr auf Anfrage exklusiv gemietet werden.

GOLF INFOS

Golfbüro: täglich von 08:00 bis 18:00 Uhr. Golfshop: täglich von 09:00-18:00 Uhr. (Wandern und Radfahren ist auf dem Golfplatzgelände nicht erlaubt).

GOLF ABSCHLAGZEITEN

Startzeiten können von 08:00 bis 18:00 Uhr beim Concierge oder im Golfclub unter der Durchwahl 641 gebucht werden. Wir bitten um Verständnis, dass der Golfclub bei kurzfristigen Stornierungen 75% der gebuchten Abschlagzeit in Rechnung stellt. Kostenlose Stornierung am Vortag bis 17:00 Uhr. Die Abrechnung von Greenfees kann direkt vom Golfbüro auf Ihre Zimmerrechnung gebucht werden.

FAHRT NACH INNSBRUCK - MIT IHRER WELCOME CARD KOSTENLOS

Mit Ihrer Welcome Card (Gästekarte der Ferienregion) fahren Sie kostenlos mit dem öffentlichen Bus nach Innsbruck. Informationen über weitere Vergünstigungen erhalten Sie gerne bei unserem Concierge.

ÖFFNUNGSZEITEN WASSERWELT & FAMILIENWASSERWELT

Relax-Wasserwelt Indoor	07:00 – 22:00 Uhr
Wasserwelten Outdoor	07:00 – 20:00 Uhr
Solepool und Whirlpool	07:00 – 20:00 Uhr
Familien-Wasserwelt	10:00 – 19:00 Uhr
Familienwhirlpool	11:00 – 19:00 Uhr
Infinity Pool Stammhaus	07:00 – 19:00 Uhr

ME SENSE SPA

Spa Beratung	08:00 – 19:00 Uhr
Fitness	06:00 – 22:00 Uhr
Ruhebereiche	10:00 – 22:00 Uhr
Saunadorf UG	10:00 – 19:00 Uhr
Saunadorf EG & OG	13:00 – 22:00 Uhr
Textil- & Familiensauna (in der Familien-Wasserwelt)	14:00 – 19:00 Uhr

ANMELDUNGS- UND BEKLEIDUNGSHINWEISE FÜR DAS SPA PROGRAMM

- * Erscheinen Sie bitte in bequemer Kleidung mit Socken (Treffpunkt im Dojo bei der Spa Rezeption)
- ** Erscheinen Sie bitte in bequemer Kleidung mit Turnschuhen (Treffpunkt im Spa Bistro)
- *** Erscheinen Sie bitte in Badebekleidung (Treffpunkt ist in der Relax-Wasserwelt an der Bar)
- **** Erscheinen Sie bitte in bequemer Outdoorbekleidung mit Laufschuhen (Treffpunkt im Spa Bistro)

ANMELDUNGEN: Aus organisatorischen Gründen, bitten wir um Anmeldung für die jeweilige Aktiv-Programm Einheit bis 1 Stunde vor Kursbeginn. Anmeldung an der Spa Rezeption

SONNTAG, 15. SEPTEMBER 2019

15:00 UHR BAUCH BEINE PO **

MIT WOLFGANG | DAUER: 30 MINUTEN

16:00 UHR WIRBELSÄULENGYMNASTIK *

MIT WOLFGANG | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 UHR AQUA GYM ***

MIT WOLFGANG | DAUER: 30 MINUTEN

18:30 UHR APERITIF-EMPFANG mit Familie Pirktl

09:00 UHR WUNDERSCHÖNE WANDERUNG**AM PLATEAU** MIT ELISABETH

Vom Hotel aus fahren wir mit dem öffentlichen Bus nach Obsteig. Dort wandern wir von Holzleiten über den Arzkasten durch die Lärchenwiesen Richtung Gschwent zurück zum Hotel. Leichte Wanderung, Gesamtzeit: ca. 2,5 Stunden, Rückkehr ca. 13:00 Uhr.

10:00 UHR LEICHTE RADTOUR AM PLATEAU MIT HANSI

Vom Hotel aus starten wir eine leichte Mountainbike-Tour über's Mieminger Plateau. Gesamtfahrzeit: ca. 2,5 Stunden Rückkehr: ca. 13:00 Uhr.

11:30 UHR PFERDEKUTSCHENFAHRT AM MIEMINGER PLATEAU

Dauer: ca. 1,5 Stunden, Kostenbeitrag: € 25,00 p. P. für mind. 4 Pers. und max. 8 Pers. möglich.

Wir bitten um Anmeldung bis zum Vortag 18:00 Uhr und Abholung des Vouchers beim Concierge.

14:00 UHR BOGENSCHIESSEN MIT HANSI

Erlernen Sie die richtige Technik des Bogenschießens an unserer Bogenschießanlage. Dauer ca. 2 Stunden, Mindestalter: 12 Jahre, mind. 3 und max. 8 Teilnehmer.

16:00 – 17:00 UHR GOLFSCHNUPPERSTUNDE

Am Golfplatz Mieminger Plateau. Treffpunkt im Golfhaus. Bitte um Anmeldung bis Montag 08:00 Uhr an der Hotelrezeption. Kostenlos, ab 14 Jahren, max. 15 Personen.

08:30 UHR WANDERUNG ZUR HANDSCHUHSPIITZE MIT HANSI

Mit dem Hotelbus fahren wir bis zum Arzkasten und starten von dort unsere Wanderung in 1200 Höhenmetern zur Handschuhspitze. Eine außergewöhnliche Bergtour in einem wunderschönen Wandergebiet mit herrlichem Ausblick. Am Retourweg kehren wir in der Marienbergalm zu einer zünftigen Jause ein. Gesamtzeit: ca. 5,5 Stunden, Rückkehr: ca. 16:00 Uhr, zünftige Wanderung.

12:00 UHR RAFTING IN HAIMING OHNE BEGLEITUNG – NUR TRANSFER

Wir fahren mit dem Hotelbus zur Raftingbasis nach Haiming. Mitzubringen sind Badekleidung und Handtuch. (ab 10 Jahren möglich, bis 14 Jahren nur in Begleitung von Erwachsenen), Rückkehr ca. 16:30 Uhr, Kosten: € 56,00 p. P., Anmeldeschluss: bis Montag 15:00 Uhr.

15:00 UHR – Wir laden Sie zum Infotalk über unseren **BEST ALPINE WELLNESS CLUB** ein. 5 % Preisnachlass beim Arrangement, eine unschlagbare Verzinsung und viele weitere Vorteile. Treffpunkt: Hotelrezeption.

UNSER AUSFLUGSTIPP DES TAGES**SWAROVSKI KRISTALLWELTEN**

Die Swarovski Kristallwelten in Wattens begeistern seit ihrer Eröffnung im Jahr 1995 mit einer funkelnden Symbiose aus Kristallwunder und hohem künstlerischem Anspruch. Schon der von André Heller geschaffene Riese am Eingang der Kristallwelten ist ein Faszinosum für sich. Reguläre Öffnungszeiten (September bis Juni) Täglich von 8:30 Uhr bis 19:30 Uhr Letzter Einlass: 18:30 Uhr, (ca. 50 km vom Hotel entfernt).

08:00 UHR HATHA YOGA | BEGINNER * MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN**10:00 UHR EINFÜHRUNG IN UNSERE TRAININGSGERÄTE** | MIT IWONA**11:00 UHR FÜHRUNG SPA & SAUNADORF****11:00 UHR BAUCH SPEZIAL **** MIT KLAUS | DAUER: 30 MINUTEN**14:00 UHR VORTRAG: MENTALES GESUNDHEITSTRAINING** MIT KLAUS**15:00 UHR MENTALES ENTSPANNUNGSTRAINING *** MIT KLAUS**16:00 UHR KOORDINATIONSTRAINING MIT KÖRPERGEWICHT ****
MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN**17:00 UHR SANFTES RÜCKEN- UND NACKENTRAINING ***
MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN**17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA****08:00 UHR YOGA YANG | BEGINNER *** MIT EDITH | DAUER: 50 MINUTEN**10:00 UHR EINFÜHRUNG IN UNSERE TRAININGSGERÄTE** MIT KLAUS**11:00 UHR FASZIEN TRAINING MIT DER ROLLE ***
MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN**14:00 UHR VORTRAG: FASZINIERENDE FASZIEN** MIT KLAUS**15:00 UHR PILATES **** MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN**16:00 UHR MEDIATION LICHT UND FREUDE *** MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN**17:00 UHR AQUA JOGGING ***** MIT KLAUS | DAUER: 30 MINUTEN**17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA****21:00 UHR MAGIC S. – Live Musik****19:00 UHR** Wir laden Sie sehr herzlich zum heutigen **GALA ABEND** ein.**21:30 UHR MODENSCHAU MAURER****HEUTE ABEND IM GREENVIEH - STEAKS VOM HOLZKOHLEGRILL**

Im Rahmen der Verwöhpension erhalten Sie für das Greenvieh eine Genuss-Gutschrift von € 30,00 pro Person (nur am Abend) für die Erwachsenen. (Getränke sind vom Voucher ausgenommen) Für Kinder bis 14 Jahre ist das Abendessen auch dort inklusive. Tischreservation an der Hotelrezeption möglich.

09:30UHR HERBSTWANDERUNG ZUM PIBURGER SEE MIT ELFRIEDE

Mit dem Hotelbus fahren wir ca. 20 Min. bis nach Oetz. Begleitet vom Rauschen der Ötztaler Ache wandern wir über die Wellerbrücke zum Seejöchl, wo wir den herrlichen Ausblick auf den idyllisch gelegenen See genießen. Weiter geht's über den Weiler Piburg zum See. Bei einer gemütlichen Einkehr im Seerestaurant besteht die Möglichkeit frische Forellen oder andere Köstlichkeiten zu essen. Gesamtgezeit: ca. 2,5 Stunden, mittelschwere Wanderung (ca. 200 HM), Kosten: € 25,00 p. P. (Transfer, Einkehr), Rückkehr: ca. 15:00 Uhr.

09:30 UHR E-BIKETOUR AUF DEN GRÜNBERG MIT HANSI

Vom Hotel aus fahren wir Richtung Arzkasten weiter nach Holzleiten zum Skilift und dann zum Grünberg hoch, rund um den Panoramaweg. Zum Abschluss findet ein kleiner Fußmarsch auf den Aussichtsturm statt. Mittelschwere Tour; ca. 2,5 Stunden Fahrzeit, 1550 HM, Rückkehr: ca. 14:00 Uhr, E-Mountainbike Verleih: € 28,00 p. P.

AB 13:00 UHR – ABSCHLAG ZUM „MIEMING GOLFCUP“

Gespielt werden 18-Loch Parkcourse (d.h. 2 Runden an der 9-Loch Parkcourse Anlage). Anmeldung am Vortag bis 10:00 Uhr an der Hotelrezeption möglich. Geeignet für Teilnehmer mit Handicap über 36. Treffpunkt: direkt beim Golfclub; min. 3 und max. 12 Teilnehmer. Kosten Greenfee - Parkcourse: € 46,00 p. P., Rückkehr: ca. 16:00 Uhr.

14:30 UHR BOCCIA – TURNIER MIT HANSI

Anschließend Preisverleihung. Dauer: ca. 1,5 Stunden, ab 12 Jahren.

09:00 UHR RADTOUR DURCH DAS GAISTAL MIT HANSI

Mit dem Hotelbus fahren wir nach Leutasch zum Parkplatz Moos. Von dort startet unsere wunderschöne Bike Tour durch das idyllische Gaistal hoch zum Seebensee auf 1700 HM Seehöhe (man kann dort eine Runde schwimmen gehen). Mit Einkehr auf einer gemütlichen Hütte. Danach geht es wieder zurück zum Parkplatz. Kosten: € 25,00 p. P. (inkl. Transfer und Einkehr), Fahrzeit: ca. 3,5 Stunden, Rückkehr: ca. 15:30 Uhr, mittelschwere Radtour.

09:30 UHR WANDERUNG IM GAISTAL MIT ELFRIEDE

Wir fahren mit dem Hotelbus ca. 30 Min. ins Almenparadies Gaistal. Unsere Wanderung führt uns über den Ganghoferweg zur gemütlichen Einkehr auf die Gaistal Alm. Retour geht es entlang der Leutascher Ache. Gesamtgezeit: ca. 2,5 Stunden, leichte Wanderung, Rückkehr: ca. 15:00 Uhr, Kosten: € 25,00 p. P. (Transfer, Einkehr).

12:30 UHR PFERDEKUTSCHENFAHRT AM MIEMINGER PLATEAU

Dauer: ca. 1,5 Stunden, Kostenbeitrag: € 25,00 p. P. für mind. 4 Pers. und max. 8 Pers. möglich. Wir bitten um Anmeldung bis zum Vortag 18:00 Uhr und Abholung des Vouchers beim Concierge.

16:00 UHR BOGENSCHIESSEN MIT ELFRIEDE

Erlernen Sie die richtige Technik des Bogenschießens an unserer Bogenschießanlage. Dauer ca. 2 Stunden, Mindestalter: 12 Jahre, mind. 3 und max. 8 Teilnehmer.

08:00 UHR MORNING FLOW YOGA | LEICHT FORTGESCHRITTEN *

MIT EDITH | DAUER: 50 MINUTEN

10:00 UHR EINFÜHRUNG IN UNSERE TRAININGSGERÄTE | MIT KATI**11:00 UHR BAUCH SPEZIAL **** MIT KATI | DAUER: 30 MINUTEN**14:00 UHR KLANGERLEBNIS IN DER MEDITATIONSSAUNA**

MIT MARKUS

15:00 UHR SANFTES RÜCKEN- UND NACKENTRAINING *

MIT WOLFGANG | DAUER: 50 MINUTEN

16:00 UHR BAUCH BEINE PO **

MIT WOLFGANG | DAUER: 30 MINUTEN

17:00 UHR YOGA FÜR DEN RÜCKEN | BEGINNER *

MIT MIRIAM | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 UHR AQUA GYM *** MIT WOLFGANG | DAUER: 30 MINUTEN**17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA****08:00 UHR QI GONG *** MIT FLORIAN | DAUER: 50 MINUTEN**10:00 UHR EINFÜHRUNG IN UNSERE TRAININGSGERÄTE** | MIT KATI**11:00 UHR FASZIENTRAINING MIT DER ROLLE ***

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

14:00 UHR VORTRAG: HERZFREQUENZZONEN MIT KATI**15:00 UHR BOOTY CAMP **** MIT KATI | DAUER: 30 MINUTEN**16:00 UHR ASHTANGA YOGA | FORTGESCHRITTEN ***

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 UHR AQUA JOGGING *** MIT KATI | DAUER: 30 MINUTEN**17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA****18:30 UHR SCHMUCKAUSSTELLUNG** mit Ingo Appelt**21:00 UHR CASINO-LOUNGE** mit Blackjack, Roulette und Poker

08:30 WANDERUNG ZUR SIMMERINGALM MIT HANSI

Mit dem Hotelbus fahren wir nach Obsteig und los geht die Wanderung über den Alpsteig zur Simmeringalm. Weiter dann zum Wetterkreuz und über die schönen Almböden zum Horn, zurück zur Simmeringalm mit gemütlicher Einkehr. Abstieg über den Harnersteig zum Ausgangspunkt. 950 HM, Gehzeit 4,5 Stunden, mittelschwere Wanderung. Rückkehr: ca. 16:00 Uhr.

AB 09:30 UHR – ABSCHLAG ZUM „SCHWARZ GOLFCUP“

Wir laden Sie herzlich zum hoteleigenen SCHWARZ-GOLFCUP ein: Handicapwirksames Turnier. Für die anschließende Preisverleihung haben wir einen Tisch im Golfclubrestaurant Greenvieh reserviert (im Rahmen der Vollpension ist das Essen inkludiert, Getränke exkl.). Anmeldung bis Mittwoch 10:00 Uhr an der Hotelrezeption möglich. Geeignet für Teilnehmer ab Handicap 36 und weniger. Min. 3 und max. 12 Teilnehmer; Treffpunkt: direkt beim Golfclub Kosten Greenfee - Championscourse: € 73,00 p. P. Rückkehr: ca. 16:00 Uhr.

12:00 UHR SONNENSTADLFEST MIT GERDI

In einer kurzen Wanderung von ca. 45 Minuten geht es zum Sonnenstadl auf den Fiechter Lärchenwiesen. Freuen Sie sich auf ein gemütliches Zusammensein bei leckeren Grillereien und zünftiger Musik mit Willi.

Anmeldung bitte an der Hotelrezeption! Zur Information: Wir bieten um 12:30 Uhr einen Busshuttle-Transfer zum Sonnenstadl an. Rückkehr: ca. 14:30 Uhr, leichte Wanderung.

UNSER TIPP DES TAGES**INNSBRUCK TAG MIT STADTFÜHRUNG**

Busfahrt mit dem öffentlichen Postbus bis zur Haltestelle Innsbruck Finanzamt, wo bereits der Stadtführer / die Stadtführerin auf Sie wartet. Geführter Rundgang durch die zauberhafte Innsbrucker Altstadt, anschließend Freizeit nach Belieben. Abfahrtszeiten für Bus-Linie Nr. 4176: Mieming Gasthof Post 10:38 Uhr, Führung ca. 1 ½ Stunden. Rückfahrt individuell. Busfahrt und Führung mit Welcome Card kostenlos. Anmeldung bis zum Vortag, 16:30 Uhr in den Tourismus Informationen Mieming oder bei unserem Concierge. Weitere Informationen erhalten Sie bei unserem Concierge.

11:30 UHR PFERDEKUTSCHENFAHRT AM MIEMINGER PLATEAU

Dauer: ca. 1,5 Stunden, Kostenbeitrag: € 25,00 p. P. für mind. 4 Pers. und max. 8 Pers. möglich. Wir bitten um Anmeldung bis zum Vortag 18:00 Uhr und Abholung des Vouchers beim Concierge.

15:00 UHR – WIR LADEN SIE ZUM INFOTALK ÜBER

unseren **BEST ALPINE WELLNESS CLUB** ein.

5 % Preisnachlass beim Arrangement, eine unschlagbare Verzinsung und viele weitere Vorteile.

Treffpunkt: Hotelrezeption.

UNSER TIPP DES TAGES**TIROLER LANDESMUSEUM FERDINANDEUM IN INNSBRUCK**

Erfahren Sie mehr über das Leben in Tirol in der Steinzeit, im Mittelalter oder zur Zeit von Volksheld Andreas Hofer! Das Tiroler Landesmuseum zeigt umfangreiche Sammlungen zu vielen verschiedenen Themen: Wie etwa Frühgeschichte, Kunst und Kunstgeschichte, Kartografie oder Alltagsleben.

Die Ergebnisse von archäologischen Ausgrabungen im Tiroler Raum sind zu sehen. Ebenso Gemälde, Informationen über Tirols Bergbaugeschichte und vieles mehr.

Im Landesmuseum betrachten Sie außerdem Instrumente des berühmten Tiroler Geigenbauers Jakob Stainer. Seine Instrumente waren so heiß begehrt wie die von Antonio Stradivari.

Kunstfreunde finden Bilder von Künstlern wie Lucas Cranach d.Ä., Rembrandt van Rijn, Franz Defregger, Albin Egger-Lienz und Max Weiler.

Öffnungszeiten - Dienstag - Sonntag: 09:00 - 17:00 Uhr.

08:00 UHR YOGA SANFT | BEGINNER * MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

10:00 UHR EINFÜHRUNG IN UNSERE TRAININGSGERÄTE MIT KATI

11:00 UHR FÜHRUNG SPA & SAUNADORF

11:00 UHR FITNESSBOXEN ** MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

15:00 UHR KLANGSCHALENENTSPANNUNG *

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

16:00 UHR POWERLEGS ** MIT KATI | DAUER: 30 MINUTEN

17:00 UHR GENTLE FLOW YOGA | LEICHT FORTGESCHRITTEN *

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA

08:00 UHR QI GONG MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN

10:00 UHR EINFÜHRUNG IN UNSERE TRAININGSGERÄTE MIT KLAUS

11:00 UHR FASZIEN TRAINING MIT DER ROLLE *

MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN

15:00 UHR WIRBELSÄULENGYMNASTIK *

MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN

16:00 UHR PILATES ** MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 UHR HATHA YOGA | BEGINNER *

MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA

21:00 UHR COOKIE JAR – Live Musik