

SAMSTAG

SONNTAG



SKIFAHREN



RODELN



SKITOUREN



SCHNEESCHUH
-WANDERN

HIGHLIGHTS DER WOCHE

Dienstag, 06.02.2018
21.00 Uhr

**Weinverkostung
mit Sommelier Sabrina**

Anmeldung an der Rezeption bis Dienstag 17.00 Uhr!

Freitag, 09.02.2018
10.00 Uhr

Skitag mit unserem Skiguide Alex

Gemeinsam erkunden wir die lässigsten Skipisten der Region
Anmeldung an der Rezeption bis Donnerstag 20.00 Uhr!



SKIFAHREN



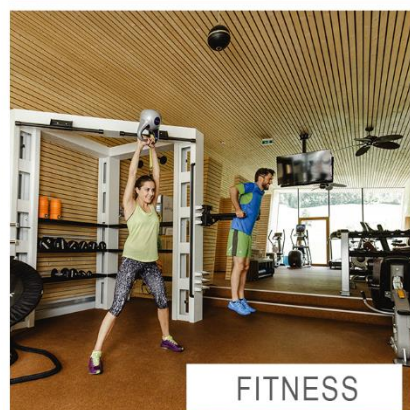
RODELN



SKITOUREN



SCHNEESCHUH
-WANDERN



FITNESS

Kinderkino
täglich
ab 20.00 Uhr
im Seminarraum

**05. Februar 2018 –
11. Februar 2018**

MONTAG



09.00 - 09.45 Uhr

Sportinfo

Alles rund um die Themen
Skifahren, Winterwandern &
Fitness *beim Sports Corner*



10.00 Uhr

Skivormittag

mit unserem Skiguide Alex

Gemeinsam erkunden wir
die Leoganger Skipisten.
Dauer ca. 2,5 Stunden
*Anmeldung an der Rezeption
bis Sonntag 20.00 Uhr!*



15.00 – 16.00 Uhr

Faszienrollentraining mit Sportconcierge Michaela

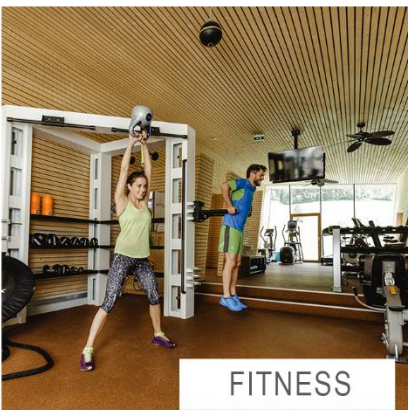
Hier können sich „verklebte“ Faszien lösen und
der Stoffwechsel wird angeregt,
die Leistungsfähigkeit wird gesteigert,
die Bewegungen geschmeidiger.
im Wellnessbereich IM FÜNFTEN
*Anmeldung an der Rezeption
bis Montag 12.00 Uhr!*



ab 19.00 Uhr

Nachtskilauf am Schanteilift

in der Ortsmitte Leogang
Skipässe ab 1-Tages-Skipass sind gültig!



DIENSTAG

08.00 – 12.00 Uhr

Vital- und Energiecheck

Kostenlos mit Herrn Doring
in unserem Seminarraum
pro Person je 20 min
*Anmeldung an der Rezeption
bis Montag 20.00 Uhr!*

08.30 – 09.30 Uhr

Pilates

mit Sportconcierge Michaela

Pilates ist ein systematisches
Körpertraining zur Kräftigung der
Muskulatur. Pilates zielt darauf ab, die
natürliche Ausrichtung des Körpers
wiederherzustellen, und neue
Haltungsgewohnheiten einzuüben, die
die Beweglichkeit erhöhen und einseitige
Belastungen vermeiden. Durch die
Übungen wird der Körper von der Mitte
aus gestärkt und gewinnt so die
notwendige Stabilität für harmonische,
belastungsfreie Bewegungen.
im Wellnessbereich IM FÜNFTEN
*Anmeldung an der Rezeption
bis Montag 20.00 Uhr!*

ab 10.00 Uhr

Schneeschuhwanderung mit Sportconcierge Michaela

Entdecken Sie mit Michaela die
Schönheit der unberührten
Schneelandschaft. Die Tour wird dem
Können und der Ausdauer der
Teilnehmer angepasst. Für nähere
Informationen wenden Sie sich am
Vortag bitte an Michaela
Begrenzte Teilnehmerzahl!
*Anmeldung an der Rezeption
bis Montag 20.00 Uhr!*

ab 21.00 Uhr

Weinverkostung mit Sommelier Sabrina

Euro 20,00 pro Person
min. 4 - max. 10 Teilnehmer
*Anmeldung an der Rezeption
bis Dienstag 17.00 Uhr!*

MITTWOCH

!

15.00 – 16.00 Uhr

Funktionales Training

mit Sportconcierge Michaela

Funktionelle Bewegungsformen sind
Bewegungen unseres Alltags.
Hier werden mehrere Muskelgruppen
gleichzeitig bewegt - im FIT-LEO
*Anmeldung an der Rezeption
bis Mittwoch 12.00 Uhr!*

19.30 Uhr

Hüttenspringen

Hier wagen die Skilehrer der Skizene
Altenberger spektakuläre Sprünge auf
das Dach der KrallerAlm

DONNERSTAG

08.30 - 09.30Uhr

Balance & Stretching

mit Sportconcierge Michaela

Durch Stretching wird die Muskulatur
dehnbarer und die Verletzungsgefahr
beim Sport wird vermindert.
Beim Balancetraining geht es um
den Gleichgewichtssinn.
Die Koordination und damit die
Feinmotorik wird verbessert.
Im Wellnessbereich IM FÜNFTEN
*Anmeldung an der Rezeption
bis Mittwoch 20.00 Uhr!*

09.00 Uhr

Lichtholzwanderung

Wanderungen durch LichtHolzWälder
bieten die Möglichkeit, die Kraft der
Natur zu spüren und Lebensenergie zu
tanken. Euro 20,00 pro Person
*Anmeldung bis Mittwoch
16.30 Uhr an der Rezeption!*

13.00 Uhr

Geführte Skitour für Einsteiger

Auswahl der Route je nach Wunsch
und Können der Teilnehmer.
Treffpunkt beim
Skischulbüro Deisenberger
Euro 20,00 pro Person
(ohne Leihmaterial)
*Anmeldung bis Mittwoch
16.30 Uhr an der Rezeption*

ab 19.00 Uhr

Nachtskilauf am Schanteilift

in der Ortsmitte Leogang
Skipässe ab 1-Tages-Skipass
sind gültig!

20.30 Uhr

Schnapsbrennereiführung

Unkostenbeitrag für
Verkostung Euro 4,00 pro Person
*Anmeldung bis Donnerstag
16.30 Uhr an der Rezeption!*

FREITAG

08.30 - 09.30Uhr

Spielerisch Bouldern

Erlernen Sie an unserer Boulderwand wie
Sie Ihr Gewicht am besten einsetzen!
Balance, Kraft und Ausdauer!
Treffpunkt in der Lobby
*Anmeldung an der Rezeption
bis Donnerstag 20.00 Uhr!*

09.00 - 09.45 Uhr

Sportinfo

Alles rund um die Themen
Skifahren, Winterwandern &
Fitness *beim Sports Corner*

10.00 Uhr

Skitag mit unserem Skiguide Alex

Erkunden Sie mit unserem Skiguide die
lässigsten Skipisten der Region
Dauer ca. 5 - 6 Stunden
*Anmeldung an der Rezeption
bis Donnerstag 20.00 Uhr!*

ab 18.00 Uhr

Nachtrodeln am Asitz

Start: Stöcklalm/Mittelstation
Leihgebühr für die Rodel: Euro 8,00
Einsatz für die Rodel: Euro 10,00
Skipässe ab 2-Tages-Skipass
sind gültig!