

# Programma coccole



## GIORNALIERO

08:00  
- 10:00

### LOVERS SAUNA

SPECIALE BUONGIORNO

LASCIATEVI COINVOLGERE GIÀ NEL PRIMO MATTINO DAL PIACEVOLE CALORE E VAPORE BOLLENTE DELLA NOSTRA LOVERS SPA! LE CABINE SONO SEMPRE A VOSTRA DISPOSIZIONE.

07:00  
- 11:00

### COLAZIONE

OGNI GIORNO COLAZIONE A TEMA NELLA NOSTRA SALA DA PRANZO

09:00

### GINNASTICA IN ACQUA

ESERCIZI NELLA NOSTRA PISCINA A RITMO DI MUSICA; MIRATI AL RAFFORZAMENTO DEL SISTEMA MUSCOLARE ED OSSEO, AL FINE DI MIGLIORARE LA CIRCOLAZIONE SANGUIGNA.

PRENOTAZIONI DISPONIBILI ENTRO LE 18:00 DEL GIORNO PRECEDENTE

11:30  
- 14:00

### PAUSA PRANZO ROMANTICA

PRESSO LA NOSTRA BEAUTY RECEPTION POTRETE GODERE DELLA PAUSA PRANZO CON UN PICCOLO BUFFET A BASE DI ZUPPE — INCLUSO PER I NOSTRI OSPITI NELLA PRENOTAZIONE DEL PACCHETTO COCCOLE — 1° PIANO — VESTITI OPPURE IN COSTUME DA BAGNO!

14:00  
- 18:00

### CUP & CAKE SPECIAL

NEL NOSTRO RISTORANTE ALPENHOTEL VI ASPETTANO A SOLI € 3,50 LE NOSTRE SPECIALITÀ DOLCIARE ! OGNI GIORNO UNA VARIETÀ DI TORTE E STRUDEL ACCOMPAGNATE DA UNA BEVANDA CALDA A SCELTA! (RIVOLGETEVI ALLA NOSTRA RECEPTION PER IL RILASCIO DEL BUONO)

16:15

### MERENDA BENESSERE

ANCORA FAME DOPO LA TISANA? ALLORA POTRETE STUZZICARE QUALCOSA NELL' AREA BUFFET DELLA NOSTRA SAUNA (IN COSTUME DA BAGNO!)

18:30  
- 20:00

### CENA ROMANTICA

OGNI SERA CENA A TEMA

20:30

### LOVE CINEMA 3D

SU RICHIESTA POTRETE RICEVERE ANCHE DEI POP-CORN

OGNI GIORNO PROIEZIONE DI UN FILM NEL NOSTRO LOVE CINEMA 3D - ATTENZIONE: DISPONIBILITÀ LIMITATA FINO A 6 COPPIE — ISCRIZIONE POSSIBILE FINO ALLE 18:00.



**PROGRAMMA DEL GIORNO DETTAGLIATO**  
**ISCRIZIONI DISPONIBILI FINO ALLE 18:00 DELLA SERA PRIMA**

<b>LUNEDÍ</b>	<b>09:30</b>	<b>JOGGING MATTUTINO</b> Chi dorme non piglia pesci!!! Fare jogging al mattino ha tanti vantaggi, tra cui quello di attivare e migliorare il metabolismo, in modo da affrontare la giornata con il buon umore e la giusta motivazione sia fisica che psicologica.
	<b>14:00</b>	<b>TRAINING AUTOGENO</b> É una tecnica di rilassamento utilizzata in differenti ambiti per il controllo dello stress e gestione delle emozioni. Viene applicata in discipline sportive, lavorative ed in tutte quelle situazioni che richiedono il raggiungimento di un alto livello di concentrazione.
<b>MARTEDÍ</b>	<b>09:30</b>	<b>PASSEGGIATA MATTUTINA</b> Una gradevole passeggiata mattutina attraverso Seefeld fino all' Olympiastadium ai piedi dello Gschwandtkopf per riattivare gli spiriti stanchi.
	<b>14:00</b>	<b>BABOR SEGRETI DI BELLEZZA</b> Accompagnati da una tazza di Té caldo, le nostre estetiste BABOR vi diranno tutto ciò che riguarda la cura della vostra pelle. Venite a conoscere i nostri cosmetici e trattamenti BABOR.
<b>MERCOLEDÍ</b>	<b>09:30</b>	<b>PASSEGGIATA MATTUTINA</b> Una gradevole passeggiata mattutina attraverso Seefeld per riattivare gli spiriti stanchi. Iscrizioni disponibili fino alle 18:00 del giorno prima
	<b>14:00</b>	<b>TRAINING AUTOGENO</b> É una tecnica di rilassamento utilizzata in differenti ambiti per il controllo dello stress e gestione delle emozioni. Viene applicata in discipline sportive, lavorative ed in tutte quelle situazioni che richiedono il raggiungimento di un alto livello di concentrazione.
<b>GIOVEDÍ</b>	<b>09:30</b>	<b>CIRCUIT TRAINING</b> Insieme a terapeuti professionisti esercitatevi con gli attrezzi della nostra palestra al 2° piano.
	<b>14:00</b>	<b>ALOE VERA INFORMAZIONI</b> L' Aloe Vera è una pianta naturale dai poteri straordinari. Vi forniamo tutti i segreti per la vostra ricetta di successo da utilizzare in caso di problemi di indigestione, della pelle, perdita di peso, dolori articolari e molto altro ancora.
<b>VENERDÍ</b>	<b>09:30</b>	<b>PASSEGGIATA MATTUTINA</b> Una gradevole passeggiata mattutina attraverso Seefeld per riattivare gli spiriti stanchi. Iscrizioni disponibili fino alle 18:00 del giorno prima.
	<b>14:00</b>	<b>INSPIRATION LOUNGE</b> L'amore da un nuovo punto di vista! Spesso nella quotidianità ci accorgiamo di perdere il nostro partner e di non soddisfare più i suoi bisogni. A volte anche un piccolo gesto può far risvegliare i vostri sentimenti! Un massaggio sensuale, un gioco o forse un salto nel mondo tantrico può aiutarvi a riscoprire e sperimentare nuove strade del vostro amore!
<b>SABATO</b>	<b>09:30</b>	<b>JOGGING MATTUTINO</b> Chi dorme non piglia pesci!!! Fare jogging al mattino ha tanti vantaggi, tra cui quello di attivare e migliorare il metabolismo, in modo da affrontare la giornata con il buon umore e la giusta motivazione, sia fisica che psicologica.
	<b>14:00</b>	<b>CONSIGLI DI MAKE-UP</b> Segreti e trucchi BABOR Face Design con la nostra Eszther.
<b>DOMENICA</b>	<b>09:30</b>	<b>PASSEGGIATA MATTUTINA</b> Una gradevole passeggiata mattutina attraverso Seefeld per riattivare gli spiriti stanchi. Iscrizioni disponibili fino alle 18:00 del giorno prima