



# VIKTORIA

ALPINE SPA RESORT

waldSPA

INKLUSIVE  
VIKTORIA HIGHLIGHT



# WOCHENPROGRAMM

26.10.2024 - 02.11.2024

Herzlich Willkommen im Alpine SPA Resort Viktoria,  
ein Ort mit reichlich Platz  
zum Genießen, Wohlfühlen & Träumen.



Hotel Alpine Spa Resort Viktoria \*\*\*\*s  
Falzebenerstraße 9  
39010 Hafling - Südtirol  
Tel.: +39 0473 279422  
E-Mail: info@hotel-viktoria.com

# WOCHENPROGRAMM

## SAMSTAG



FITNESS

11:00 - 11:45 **Cardio**

16:00 - 16:45 **Workout  
Legs and Booty**

SAUNA

16:30 **Themenaufguss**  
Bad der Klänge

17:30 **Eventaufguss**  
Ötzi- Eismann

18:15 **Schoko-Peeling**



Salatbuffet

## 26. OKTOBER

### KUTSCHEN-NACHMITTAG

Erkunde die Gegend auf eine ganz besondere Art und Weise: bei einer Kutschenfahrt mit Haflinger Pferden. Zweimal wöchentlich spannt Sonja vom Reitstall Sulfner ihre gutmütigen Blondinen an und bietet so ein tierisches und zugleich romantisches Erlebnis für kleine und große Pferdeliebhaber.

**Start:** ab 14.00 Uhr

**Dauer:** jeweils 1 Stunde

**Treffpunkt:** Reitstall Sulfner, St. Kathrein/Hafling

**Kosten:** 25,00 € für Erwachsene ab 16 Jahren, 22,00 € für Kinder (von 3-15 Jahren)

*Anmeldung: erforderlich innerhalb 18.00 Uhr des Vortages beim Reitstall Sulfner, Tel. +39 366 6514449, reitstall@sulfner.com*

*Bei Regen entfällt der Kutschen-Nachmittag.*

## SONNTAG



SAUNA

16:30 **Themenaufguss**  
Klassisch

17:30 **Eventaufguss**  
Sommer Spezial

18:15 **Zitrone-Minze  
-Peeling**

18:30 **Themenaufguss**  
Relax



Salatbuffet

## 27. OKTOBER

### SUNRISE BREAKFAST

Ein besonderer Start in den Tag und ein wundervolles Erlebnis am Wochenende: Wandere von Falzeben zur Kuhleitenhütte den ersten Sonnenstrahlen entgegen, wo der Anstieg mit einem köstlichen Frühstück und einer atemberaubende Aussicht belohnt wird.

**Wann:** 7.00 - 10:00 Uhr

**Wo:** Kuhleitenhütte, Meran 2000

**Preis:** Einzelfahrt Umlaufbahn Falzeben 15,50€, Berg- und Talfahrt 22,00€ + Frühstück Gutschein

*Gutschein und Reservierung mindestens einen Tag im Voraus direkt bei der Kuhleitenhütte: +39 347 7143277*

## MONTAG



FITNESS

8:30 - 9:25 **Yoga**

9:35 - 10:10 **Meditation**

14:00 - 15:15 **Cardio &  
stretching**

21:30 **Start Wanderung**

SAUNA

16:30 **Themenaufguss**  
Relax

17:30 **Eventaufguss**  
Michael Jackson

18:15 **Joghurt-Gurken-  
Peeling**

18:30 **Themenaufguss**  
Klassisch



Dessert-Buffer

## 28. OKTOBER

### LATERNENWANDERUNG

Wir wandern zusammen gemütlich über den Sulfner Weiher nach St. Kathrein, wo wir nach ca. 25 min eintreffen. Von dort genießen wir einen wunderschönen Ausblick über Meran. Danach geht es wieder über einen Rundweg zum Hotel zurück.

**Start:** 21.30 Uhr im Rezeption

**Gesamtgezeit:** ca. 50 Minuten

**Rückkehr:** ca. 22:30 Uhr

**Mindestteilnehmerzahl:** 6 Personen (nur bei guter Witterung)

*Anmeldung bitte bis zum Vortag 19:00 Uhr an der Rezeption oder über unseren digitalen Concierge*



Sie sind auf der Suche nach einer passenden Wanderung, den schönsten Sehenswürdigkeiten, oder suchen die Öffnungszeiten unserer Sauna? – All dies und vieles mehr finden Sie bei unserem Online-Concierge

IHR PERSÖNLICHER CONCIERGE





## DIENSTAG

FITNESS

9:30 Start Wanderung  
11:00 - 11:45 HIT Pilates

16:00 - 16:45 Slow flow  
yoga stretching

SAUNA

16:30 **Themenaufguss**  
Into the wild

17:30 **Eventaufguss**  
Magic Shaman

18:15 **Früchte-Salz**  
-Peeling

18:30 **Themenaufguss**  
Klassisch



Südtiroler Abend



## MITTWOCH

FITNESS

8:00-9:00 Wasser  
Meditation

11:00 - 11:45 Muskelaufbau  
ohne Geräte

16:00-16:45 Slow flow  
Pilates

SAUNA

16:30 **Themenaufguss**  
WaldSpa ritual

17:30 **Eventaufguss**  
La casa de papel

18:15 **Kräuter-Pesto-**  
**Peeling**

18:30 **Themenaufguss**  
Klassisch



Galadinner



## DONNERSTAG

FITNESS

8:30 - 9:25 Yoga

9:35 - 10:10 Forest - Therapy

10:15 - 11:00 Klangschalen  
meditation

10:30 Start Wanderung

11:15-12:00 Kraft der Atmung

SAUNA

16:30 **Themenaufguss**  
Oldis

17:30 **Themenaufguss**  
Queen

18:15 **Honig-Peeling**

18:30 **Themenaufguss**  
Klassisch



Italienischer Abend

## 29. OKTOBER

### HAUSGÄSTEWANDERUNG ZUR MÖLTNER KASER MIT CHEFIN VALERIA

Fahren wir ca. 30 Minuten Richtung Mölten-Flaas zum Parkplatz „Lanzenschuster“. Von dort wandern wir gemütlich über ein wunderschönes Hochplateau, welches wir nach kurzer Gehzeit erreichen. Wir genießen einen wunderschönen Ausblick über die Berge. Nach ca. 1,5 Stunden Gehzeit erreichen wir den Möltner Kaser, wo wir eine kleine Pause einlegen und uns stärken können. Dann geht es über das Jenesinger Jöchel über einen Rundweg zurück zum Ausgangspunkt.

**Start:** 09:30 Uhr in der Hotellobby

**Gesamtgehzeit:** ca. 2,5 Stunden

**Höhenunterschied:** 140m

**Mindestteilnehmer:** 4 Personen

*In unserem Hotelbus haben wir 7 Plätze zur Verfügung.*

*Hunde nur auf Anfrage erlaubt.*

*Anmeldung bitte bis zum Vortag 19:00 Uhr an der Rezeption*

*oder über unseren digitalen Concierge*



## 30. OKTOBER

### LAMA-UND ALPAKAWANDERUNG

#### mit unserer Frühstücksbedienung Riki

Eine kleine Gruppe flauschige Lamas und Alpakas sind die besten Begleiter für eine Wanderungen und zugleich Balsam für die Seele. Unsere Frühstücksbedienung Riki organisiert eine tolle Wanderung mit ihren gutmütigen, neugierigen und intelligenten Tieren durch die Natur Vöran: an - abseits von Lärm und Hektik. Seien auch Sie Teil davon und schaffen tierische Urlaubserinnerungen.

**Start:** 14:30 Uhr bei Lapakafun in Vöran (über Google Maps)

**Preis:** € 35,00 pro Person und Tier

€ 20,00 pro Begleitperson ab 10 Jahren ohne Tier

**Mitzubringen:** Gutes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung.

Trittsicherheit und Kondition vorausgesetzt.

Hunde sind leider nicht erlaubt.

*Bei schlechtem Wetter findet keine Wanderung statt.*

*Teilnehmerzahl begrenzt.*

*Anmeldung bitte bis 13:00 Uhr bei Riki persönlich oder nach 13:00 Uhr unter folgender Telefonnummer +39 34026 87 045*

## 31. OKTOBER

### GEFÜHRTE HAUSGÄSTEWANDERUNG MIT JULIA ZUM KNOTTKINO

Begleiten Sie unsere Fitness-Trainerin Julia auf einer geführten Hausgästewanderung durch Hafling und wandern Sie direkt vom Hotel bis zum Knottkino. Dort angekommen können Sie einen atemberaubenden Blick über das Etschtal genießen. Erleben Sie die vielfältigen Facetten unseres Heimatdorfes.

**Uhrzeit:** von 10:30 Uhr bis ca. 14:00 Uhr

**Treffpunkt:** Hoteleingang

*In unserem Hotelbus haben wir 6 Plätze zur Verfügung*

*Hunde nur auf Anfrage erlaubt*

*Anmeldung bitte bis zum Vortag 19:00 Uhr an der Rezeption*

*oder über unseren digitalen Concierge*



### TANZABEND IN DER HOTELLOBBY

Heute Abend nach dem Abendessen sorgt unser DJ für Stimmung an der Bar mit unterhaltsamer Musik, die zum Tanzen animiert. Unsere Barkeeper kreieren Ihnen dazu tolle Cocktails, wir freuen uns auf Sie!







## FREITAG

FITNESS

11:00 - 11:45 **Cardio boxing**

16:00 - 16:45 **Workout  
Total body**

15:30 **Themenaufguss**  
Banja

16:30 **Themenaufguss**  
Nightsky

17:30 **Eventaufguss**  
Fluch der Karibik

18:15 **Kaffee-Peeling**

SAUNA



Vorspeisen-Bufferet

## 01. NOVEMBER

### GROSSER WOCHENMARKT IN MERAN

Verschiedene Verkaufsstände: Kleider, Schuhe, Lederwaren, Pflanzen, Lebensmittel wie Brot, Wurstwaren, Käse, Fisch, Obst, Gemüse, usw.

**Uhrzeit:** 8.00 - 13.00 Uhr

**Ort:** Praderplatz, in der Andreas-Hofer-Straße und entlang der Meinhardstraße bis zur Kreuzung Otto-Huber-Straße.

*Keine Voranmeldung nötig.*



## SAMSTAG

FITNESS

11:00 - 11:45 **Cardio**

16:00 - 16:45 **Workout  
Legs and Booty**

16:30 **Themenaufguss**  
Bad der Klänge

17:30 **Eventaufguss**  
Ötzi - Eismann

18:15 **Schoko-Peeling**

18:30 **Themenaufguss**  
Klassisch

SAUNA



Salatbuffet

## 02. NOVEMBER

### STADTFÜHRUNG IN MERAN

Ideal zum Erkunden der Stadt: Unter der Leitung von kompetenten Stadtführern werden hier selbst Kenner Neues entdecken.

**Dauer:** ca. 90 Minuten

**Uhrzeit:** 10.30 - 12.00 Uhr

**Preis:** € 11,50 Erwachsene nicht stornierbares Ticket ab 12 Jahre.

€ 13,50 Erwachsene stornierbares Ticket ab 12 Jahre.

Teilnahmegebühr pro Person: € 11,50; kostenlos für Kinder unter 12 Jahren.

*15 Minuten vor Beginn der Führung den Teilnahmecoupon im Informationsbüro Meran abholen.*

*Anmeldung (erforderlich) online oder bei der Kurverwaltung Meran, Tel. +39 0473 272000, E-Mail: info@meran.eu*



# WISSENSWERTES



INKLUSIVE  
VIKTORIA  
HIGHLIGHT

Nr. 9 **45°C KräuterNebel**  
alle unsere Peelings finden in unserem 45° KräuterNebel statt. Hierfür benötigt es keine Voranmeldung

Nr. 10 **95°C Haflinger Stadelsauna**  
alle unsere Event und Themenaufgüsse finden in unserer 95° Haflinger Stadelsauna statt. Hierfür benötigt es keine Voranmeldung

Nr. 27 **FitnessWelt**  
unser Fitnessprogramm findet in unserem Bewegungsraum statt (Ausnahme Yoga und Meditation: Dies finden im waldSpa statt