ALTO ADIGE
ORTISEI (BZ)

SPORT & WELNESS RESORT HOTEL ADLER

Descrizione: 123 camere. L'elegante struttura alberghiera sorge in una splendida posizione al centro del paese ed é circondata da un ampio parco che ne preserva la tranquillità. Il servizio efficiente e curato, frutto della lunga tradizione alberghiera, assicura un soggiorno piacevole e distensivo.
Sistemazione: le recenti camere Superior, sono dotate di Tv, telefono, frigobar, cassetta di sicurezza e servizi. Sono ubicate nella nuova ala Adler-Vital-Residenz, collegata al corpo centrale tramite passaggio interno o un sentiero nel parco. Nel corpo centrale, camere indicate per nuclei di 3/4 persone.
Ristorante: l'hotel dispone di un ristorante che propone una cucina curata con specialità della tradizione culinaria locale; prima colazione a buffet, pasti con servizio al tavolo.
Servizi: ascensore, ampie sale soggiorno, sala lettura, bar, sala conferenze, sala biliardo, parcheggio sotterraneo.
Per il benessere: centri benessere ubicati nel corpo centrale, "Dolasilla Vital Center ed Adler-fit", dove vengono effettuati i trattamenti curativi ed estetici previsti dai programmi, AGUANA "Il Mondo delle Acque", dove vengono effettuati bagni di vapore in grotta, bagni di fieno, bagni orientali e frizzanti, passaggi nel laghetto alpino con idromassaggio e ruscello Kneipp; il centro dispone anche di un'ampia piscina coperta riscaldata e del nuovissimo "Adler Fit", con sala fitness e meditazione, area cardio-fitness con macchinari attualissimi, area power-training e muscolazione e con centro posturale (schiena), il tutto coordinato da un team specializzato che offre anche la possibilità di programmi personalizzati a pagamento.

TRATTAMENTI & BENEFICI

Presso il centro vengono proposti vari programmi finalizzati al recupero dell'equilibrio psicofisico. Alla base di ogni programma vi è la coesione tra l'utilizzo delle più specifiche apparecchiature e le diverse tecniche di massaggio manuale classico ed orientale. Tutti i programmi vengono comunque personalizzati in base alle specifiche esigenze di ciascun ospite.

I PROGRAMMI INCLUDONO: uso piscina coperta, sauna finlandese, sauna al vapore, laghetto con effetti whirl, programma di fitness, ginnastica, yoga, passeggiate accompagnate, escursioni con guida, utilizzo accappatoio.

ANTISTRESS
Questo programma ha effetti rilassanti e rigenera i centri energetici procurando un diffuso benessere; **prevede:** 4 massaggi antistress da 45 min., 1 massaggio plantare, 1 massaggio al viso da 20 min., 3 bagni alle erbe, 3 trattamenti Color Line, 2 fanghi, 1 trattamento Myoskop Plus 3 fasi, 1 trattamento viso Thalasso con contorno occhi, 1 solarium viso, 2 solarium corpo.

AYURVEDA
Una serie di massaggi che promuovono il rilassamento e la purificazione, rafforzano il sistema immunitario e ringiovaniscono l'intero organismo; **prevede:** consulenza ayurvedica, 1 massaggio Kerala da 80 min., 1 trattamento Shirodbara, 1 massaggio Udvarthana da 50 min., 1 massaggio Garshan da 50 min., 1 massaggio Abhyanga da 50 min., 1 bagno alle essenze, 1 impacco alle erbe, 1 bagno Cleopatra, 1 bagno Rasul, 1 Kraxenofen.

MANAGER
Indicato per alleviare stati di ansia derivanti da ritmi lavorativi stressanti e riconquistare un buon equilibrio, salute e forma fisica; **prevede:** 1 massaggio ayurvedico da 50 min., 2 fanghi, 1 massaggio energetico da 75 min., 1 reiki da 50 min., 1 shiatsu da 50 min., 1 trattamento kraxenofen, 2 bagni alle erbe, 1 trattamento viso, 1 manicure, 1 solarium viso, 1 solarium corpo.

PERFECT BODY
Programma intensivo per ridurre i cuscinetti e donare morbidezza ed elasticità ai tessuti; **prevede:** 4 massaggi corpo, 2 trattamenti Wonder Body, 2 trattamenti Infrasnella, 1 presso-trattamento, 1 impacco alle alghe bio-attivante, 2 impacchi alle alghe snellenti, 1 bagno alle erbe, 1 massaggio plantare, 1 peeling corpo, 1 maschera corpo, 1 trattamento Color-Line, 1 solarium viso, 1 solarium corpo.

FIOR DI LOTO
Una pausa di relax dal sapore orientale; **prevede:** 1 trattamento ayurvedico alle terme, 1 massaggio Kerala con Swedana, 1 massaggio Shiatzu, 1 massaggio Thai, 1 Shirodhara, 1 bagno Rasul, 1 bagno alle essenze.

Per Chi & per Cosa

KRAXENOFEN: particolarmente indicato per distendere i tessuti e sciogliere contratture articolari e muscolari, alleviando gli stati di tensione e dolore. Consiste in un impacco di fieno nebulizzato da getti di vapore che penetrano nei tessuti generando una sensazione d'immediato benessere.

SPORT & WELNESS RESORT HOTEL ADLER — 638 VS — ★★★★ S

Dal 15/05/04 al 09/04/05 Periodi	Notti	Solo Soggiorno	Antistress	Ayurveda	Manager	Perfect Body	Fior di Loto
A 15/05-12/06; 09/10-06/11	7	609	1.297	1.189	1.201	1.289	1.124
B 12/06-26/06; 25/09-09/10	7	679	1.367	1.259	1.271	1.359	1.194
C 26/06-03/07; 11/09-25/09	7	735	1.423	1.315	1.327	1.415	1.250
D 03/07-10/07; 04/09-11/09	7	833	1.521	1.413	1.425	1.513	1.348
E 10/07-17/07; 28/08-04/09	7	938	1.626	1.518	1.530	1.618	1.453
F 17/07-31/07; 21/08-28/08	7	1.050	1.738	1.630	1.642	1.730	1.565
G 31/07-21/08	7	1.197	1.885	1.777	1.785	1.877	1.712
H 04/12-18/12; 02/04-09/04	7	778	1.473	1.378	1.388	1.476	1.308
I 18/12-01/01	7	1.343,50	2.038,50	1.943	1.953,50	2.041,50	1.873,50
L 01/01-08/01; 05/02-12/03	7	1.126	1.821	1.726	1.736	1.824	1.656
M 08/01-15/01; 26/03-02/04	7	906	1.601	1.506	1.516	1.604	1.436
N 15/01-29/01	7	971	1.666	1.571	1.581	1.669	1.501
O 29/01-05/02; 12/03-26/03	7	1.036	1.731	1.636	1.646	1.734	1.566

Quote per persona in camera Superior. Le quote in tabella sono da intendersi in pensione completa per i soggiorni con programma, in mezza pensione nel caso di solo soggiorno.

INIZIO/FINE SOGGIORNO: sabato/sabato in tutti i periodi; periodo I soggiorno fisso e obbligatorio; la settimana 14/8-21/8 deve essere obbligatoriamente abbinata alla precedente o alla successiva. **SUPPLEMENTI** (a settimana): **camera singola,** € 70 nel periodo A, € 98 in B/C/D/E/F, € 112 in G, € 114 nei restanti periodi; **pensione completa** per accompagnatori, € 98. **RIDUZIONI** (sulle quote solo soggiorno): **3/4° letto: dal 15/5 al 6/11**: bambini 2/6 anni 70%, 6/15 anni 50%, adulti 30%, **dal 4/12 al 9/4**: bambini 2/6 anni 50%, oltre 6 anni 30%. **BABY 0/2 ANNI:** in culla € 22 al giorno da pagare in loco, pasti inclusi. **ANIMALI:** non ammessi. **NOTE:** 3/4° letto e culla, disponibili unicamente in camera Superior ubicata nel corpo centrale. Le quote di solo soggiorno sono relative esclusivamente ad accompagnatori nella stessa camera di un curista. Nei periodi in cui sono richiesti soggiorni di minimo 2 settimane, è possibile effettuare una sola settimana di soggiorno con programma e le successive di solo soggiorno. La struttura resterà chiusa nel periodo 6/11-4/12.
CENTRO BENESSERE: il centro è aperto tutti i giorni ad esclusione del sabato (chiusura settimanale) dalle ore 8.30 alle ore 12.30 e dalle ore 16 alle ore 19.30.