

Wellness nella Valle Isarco

Sauna, massaggi e bagni di fieno

Vipiteno e le sue vallate

VIPITENO

- **Sauna e beauty Balneum** con sauna alle erbe, bagno cirstalli, sauna finlandese, vasca kneipp, stanza ricreazione "sogno di fieno". Orari d'apertura inverno: Lunedì a venerdì, dalle ore 16 alle 22.30, sabato/domenica/giorni festivi/ferie scolastiche: dalle ore 11 alle 22.30. Ogni primo venerdì del mese lunga notte della sauna fino alle ore 24. Sauna per donne lunedì dalle ore 16 alle 19, giovedì dalle ore 9 alle 12 (escluso durante le vacanze natalizie, invernali e pasquali). Sauna per famiglia domenica/giorni festive dalle ore 11 alle 15. Orari d'apertura estate: ore 14-21.30, tel. 0472 760 107 www.balneum.sterzing.eu
- **Centro benessere "Romantica"**: Massaggi, bagni e cosmetica con prodotti naturali di dott. Vitalis, sauna finlandese con finestra panoramica, sauna a vapore e alle erbe, cabina a raggi infrarossi, fontana di ghiaccio, solarium, piscina coperta, whirlpool, Romatik Hotel Stafler, Mules 10. Orario d'apertura: dalle ore 15 alle 22, mercoledì giorno di riposo tranne in alta stagione, tel. 0472 771 136, www.stafler.com
- Sauna su richiesta, **Hotel Schaurhof**, Novale 20, Vipiteno, tel. 0472 765 366, sauna su richiesta

- Sauna finlandese, bagno turco, vasca kneipp, bagno di fieno, vasca idromassaggio, solarium e massaggi, **Hotel Zum Engel**, Via della Commenda 20. Orario d'apertura: lun. a dom. dalle ore 16 alle 21, martedì giorno di riposo, tel. 0472 765 132
- Massaggi, bagno di fieno, bagno di alghe, bagno turco, sauna finlandese, vasca idromassaggio e cosmetica, **Hotel Zoll**, Novale 30, tel. 0472 765 651. Orario d'apertura: lun. a dom. dalle ore 15 alle 22, mercoledì giorno di riposo
- Sauna su richiesta, **Hotel Lener**, Trens 8, Campo di Trens, tel. 0472 647 133
- Sauna su prenotazione, **Hotel Wieser**, Stilves 55, Campo di Trens, tel. 0472 647 116

COLLE ISARCO

- Sauna e solarium, **Hotel Erna**, Via Fleres 2. Tutti i giorni dalle ore 17 alle 21, tel. 0472 632 307
- Sauna a vapore, sauna finlandese, solarium e whirlpool, **Hotel Residence Lorenz**, Via Färber 5, tel. 0472 632 093. Tutti i giorni dalle ore 16.30 alle 21, martedì giorno di riposo, mercoledì sauna per donne.
- Sauna finlandese, bagni di fieno, bagni pietra e bagno turco, piscina, whirlpool, solario, massaggi e cosmetica, **Palast Wellness Hotel**, Via Färber 1, tel. 0472 632 433
- Trattamenti di tutto il corpo, ayurvedici e con il miele, **Body Work**, Gerda Plank, cell. 346 355 95 82, Metodi speciali di rilassamento.

RACINES/RIDANA

- Sauna e piscina coperta su richiesta, **Hotel Alpenhof**, Val Giovo 70, tel. 0472 764 120
- Massaggi e bagni a richiesta, **Hotel Resort Schneeberg**, Ridanna, tel. 0472 656 232

Area vacanze Gitschberg Jochtal

MARANZA

- Piscina coperta con area benessere, sauna finlandese, bagno a vapore, docce profumate e solarium al **Alpinpool**, Maranza 108a, cell. 349 067 62 19. Prezzi e orario: www.alpinpool.it

VANDOIES /VAL DI FUNDRES

- Bagni di fieno e alghe per rafforzare il sistema immunitario, sauna finlandese e biologica, **Lindenhof**, Via Getzenberg 7, Vandoies di Sopra, tel. 0472 868 535, cell. 333 414 52 50.
- Reparto benessere su 250 m², massaggi, sauna, piscine secondo il metodo del dott. Joseph Vitalis, bagno originale al cirmolo, programmi benessere completi, Ayurveda, trattamenti di cosmetica, nuovissime tecniche di solarium, diversi pacchetti wellness, **Lodenwirt**, Via Pusteria 1, Vandoies, tel. 0472 867 185.
- **Salone cosmetico Mythos**, Via J.-A.Zoller, Vandoies, cell. 347 514 88 56

RODENGO

- **Studio massaggi Klöcker Martina**, Villa 33/2 a Rodengo. Massaggi classici, massaggi piedi (zone di riflesso), massaggi anti-cellulite, massaggi polarità, massaggi meridiani cinesi, massaggi energetici (delle zone di riflesso-Chakra), massaggi Ayurveda, aroma-terapia, terapia di risonanza campo magnetico, impacchi, diversi bagni, cell. 340 352 63 22 oppure tel. 0472 455 221

Bressanone e dintorni

BRESSANONE

- L'oasi balneare a Bressanone, per appassionati del nuoto, del fitness e del wellness. Un unico reparto sauna vi aspetta con 6 diversi tipi di sauna: sauna esterna a 90° C, sauna finlandese a 100° C, biosauna a 70° C, sauna alle erbe, bagno turco a vapore "vulcano", talassoterapia, piscinetta

riscaldata con musica subacquea, vasca idromassaggio, sauna bar **all'Acquarena**, via Mercato Vecchio, Orari d'apertura: la sauna è aperta tutto l'anno giornalmente dalle ore 14 alle 23, sabato dalle ore 11 alle 23, domenica dalle ore 11 alle 22; sauna per signore il giovedì dalle ore 10 alle 18. Nel periodo dal 1° maggio al 10 settembre la sauna è aperta ogni giorno dalle ore 14 alle 22, giovedì (sauna per signore dalle ore 10 alle 18) e domenica dalle ore 10 alle 22, tel. 0472 268 433, info@acquarena.com, www.acquarena.com

- **Bodywell "wellness - fitness - beauty" nell'Acquarena.** Bodywell è il paradiso fitness-wellness. Il team vi aspetta con massaggi, Ayurveda, hot stone, multi bath vitalis del dott. Joseph Vitalis, shiatsu, beauty, solarium, tel. 0472 262 520, info@acquarena-well.com, www.acquarena.com.
- Paradiso wellness "Mondo arcobaleno", **Goldene Krone Vital Hotel**, via Fienili 4, tel. 0472 835 154.
- Sauna, solarium, whirlpool, **Hotel Alpenrose**, Pinzago 24, tel. 0472 832 191. Aperto solo su prenotazione, lunedì giorno di riposo.

VARNA/NOVACELLA

- Sauna finlandese, bagno a vapore turco, solarium (ingresso: € 10,00 a persona), massaggi, riflessologia plantare, terapia della musica e cromoterapia, **Hotel Clara**, Varna, via Brennero 64, tel. 0472 833 777. Aperto solo su prenotazione, lunedì giorno di riposo.
- Sauna finlandese, bagno a vapore, piscina in grotta, centro vitale, terapia Kneipp, sdrai terapeutici, ossigenoterapia, **Hotel Löwenhof**, Nucleo Leone 60, tel. 0472 836 216. Massaggi su richiesta.
- Reparto benessere, sauna, massaggi e beauty, **Hotel Pacher**, Novacella, aperto ogni giorno dalle ore 16 alle 22, tel. 0472 836 570.

LUSON

- Sauna, massaggi, bagni di fieno, **Hotel Lüsnerhof**, tel. 0472 413 633
- Sauna, massaggi, bagni di fieno, **Hotel Bergschlössl**, tel. 0472 413 933

Chiusa e dintorni

CHIUSA

- Reparto relax con bagni al vapore di fieno, vasca Kneipp, docce speciali, solarium, Beauty Farm e centro massaggi, **Hotel Rierhof**, Fraghes 7, sauna dalle ore 16-19, piscina coperta aperta tutto il giorno, prenotazione richiesta, tel. 0472 847 454
- Sauna finlandese, whirlpool, solarium, **Hotel Bischofhof**, Gries 4. Ogni giorno solo su prenotazione, martedì giorno di riposo, tel. 0472 847 448.
- Sauna, solarium, massaggi, bagni di fieno, **Hotel Zur Sonne**, Gudon 80, tel. 0472 847 407, prenotazione obbligatoria
- Area relax, percorso Kneipp, bagno turco, sauna finlandese, solarium, palestra, **Hotel Goldener Adler**, Fraghes 14. Uso reparto benessere dalle ore 17-21, tel. 0472 846 111
- Sauna finlandese, bagno turco, **Hotel Brunnerhof**, Gries 4, tel. 0472 847 622, prenotazione obbligatoria
- Sauna finlandese, bagno turco, whirlpool e solarium, **Hotel Sylvanerhof**, Coste 34, tel. 0472 847 557

VELTURNO

- **Nuovo centro benessere - castanea**, Hotel Taubers Unterwirt, Via Josef Telser 2, tel. 0472 855 225. Aperto solo su prenotazione. Mercoledì giorno di riposo.
- **Nuovo centro benessere – Wellness-Panorama**, Panorama-Wellness Hotel Feldthurnerhof, Gola 1, tel. 0472 855 333. Aperto solo su prenotazione. Lunedì giorno di riposo.
- **Bagni di fieno, sauna alle erbe, vasca Kneipp**, Alpenbadl Oberfrauner, Snodres 22, tel. 0472 855 318. Prezzo: bagno di fieno € 27,00, prezzo ridotto con più trattamenti, sauna alle erbe per 2 persone € 24,00, per ogni ulteriore persona € 5,00.

VILLANDRO

- **Piscina coperta con controcorrente, piscina all'aperto, sauna, bagno turco, lampada, massaggi**, Gran Panorama Hotel Stephanshof, S. Stefano 12, tel. 0472 843 150, prenotazione richiesta, giovedì giorno di riposo
- **Sauna alle erbe, bagno turco, sauna finlandese, palestra, massaggi, vasca idromassaggio all'aperto a temperatura +24°**, Hotel Sambergerhof, Oberland 48, tel. 0472 843 166

Val di Funes - il paradiso escursionistico nelle Dolomiti

- **Bagno turco, Biosauna, bagno a vapore, whirlpool all'aperto**, Hotel Tyrol, S. Maddalena, tel. 0472 840 104. Aperto solo su richiesta