

# Fitness und Wellness – 3 Tage in Österreich



## Aktivieren ☺ Entspannen ☺ Geniessen

STARKsein organisiert ein Fitness- & Wellness-Wochenende im traumhaften VALAVIER Aktivresort im Brandnertal (Vorarlberg). Im Preis enthalten sind 2 Übernachtungen, die täglich umfangreiche VALAVIER-Aktivpension, die Wellnessoase sowie 4 Bodyharmony-Lektionen.

**Bodyharmony** beinhaltet funktionelle Bewegungen aus Pilates, Power-Yoga, Rückengymnastik, klassischem Workout und Faszientraining. Kraft, Koordination und Beweglichkeit werden gleichzeitig verbessert. Zudem trägt Bodyharmony zur Energie sowie Elastizität bei und formt ein neues Körpergefühl.



Alle Lektionen werden jeweils an die Erfahrungen der Teilnehmenden angepasst, damit Anfänger wie Fortgeschrittene ein wirksames Ganzkörpertraining erleben.

<b>Hotel/Ort</b>	VALAVIER Aktivresort**** Superior in Brand, Österreich / <a href="http://www.valavier.at">www.valavier.at</a>
<b>Anreise</b>	Freitag, 10. September 2021 – individuell ab 18.00 Uhr
<b>Abreise</b>	Sonntag, 12. September 2021 – individuell ab 11.00 Uhr
<b>Zimmer</b>	alles Doppelzimmer VALAVIER-Suiten
<b>Preis</b>	Doppelzimmer <b>für 2 Personen</b> und 2 Nächte – CHF 1'090 Doppelzimmer <b>zur Einzelnutzung</b> und 2 Nächte – CHF 590
<b>Anmeldung</b>	bis spätestens Freitag, 28. Mai 2021
<b>Zahlung</b>	Rechnungsstellung erfolgt im Juli 2021
<b>Annullierung</b>	bis Mitte Juni 2021 kostenfrei; danach terminabhängige Kostenübernahme gemäss den Allgemeinen Geschäftsbedingungen des Hotels VALAVIER
<b>Versicherung</b>	ist Sache der Teilnehmenden

<b>Programm</b>	<b>Freitag, 10. September 2021</b>
	18.00 – 19.00 Uhr Eintreffen / Zimmerbezug / Apéro in Meyers Speis
	19.15 Uhr gemeinsames Abendessen

	<b>Samstag, 11. September 2021</b>
	07.00 – 07.30 Uhr Warm up für Frühaufsteher
	09.30 – 10.30 Uhr Bodyharmony
	16.00 – 17.30 Uhr Bodyharmony
	19.15 Uhr gemeinsames Abendessen

	<b>Sonntag, 12. September 2021</b>
	08.00 – 09.30 Uhr Bodyharmony
	bis 11.00 Uhr Zimmerabgabe
	07.30 – 14.30 Uhr umfangreiches Brunch-Bufferet



### VALAVIER-Aktivpension

- Grosszügiges Frühstücksbuffet von 07.30 – 10.30 Uhr
- Lunchbuffet von 12.00 – 14.30 Uhr
- Süsser Abschluss von 14.30 – 16.00 Uhr
- 6 Gänge Kulinarikmenü am Abend ab 18.00 Uhr
- Regionales Käsebrett an der Bar ab 21.00 Uhr

### VALAVIER-Inklusivleistungen

- **An- und Abreisetag können als volle Urlaubstage genutzt werden. An diesen Tagen sind das Lunchbuffet, der süsse Abschluss und die Hotelinfrastruktur im Zimmerpreis enthalten.**
- Parkplätze direkt beim Hotel
- Hotelterrasse mit Panoramablick
- WLAN in öffentlichen Bereichen
- Grander Wasser im ganzen Haus
- Hochwertige Schlafsysteme mit Auswahl an Kissen
- Wellnessbereich mit 6 Saunen – offen ab 13.00 Uhr
- Geheizte Poolanlagen Indoor & Outdoor
- Fitnesslounge mit modernsten Technogym-Geräten
- Greenfee Service im Hotel
- Freie Benutzung der Tennisplätze am Älmele
- Barfussweg und Kneippanlage
- Trinkflasche und Lunchpaket für einen Tag in den Bergen

### Beauty & Massage

Das Spa-Team bietet den Hotelgästen täglich von 10.00 – 19.00 Uhr ein breites Verwöhnangebot, um das Wohlbefinden von Körper und Geist zusätzlich zu stärken. Es ist empfehlenswert, Wunschtermine für Anwendungen im Voraus zu reservieren – Telefon: +43 5559 217 oder E-Mail: [servus@valavier.at](mailto:servus@valavier.at)



### Annullierung

Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen für die Hotellerie ([AGBH](#)) in Österreich. Der Abschluss einer Reise- bzw. Hotelstorno-Versicherung wird empfohlen – z. B. [www.europaeische.at](http://www.europaeische.at). Als Alternative kann man auch das [VALAVIER-Sorglospaket](#) buchen, um sich vor unnötigen Kosten im Falle einer Annullierung zu schützen.