



WINTER 19/20 im Biohotel Schweitzer in Mieming | Tirol



Liebe Gäste, freuen Sie sich auf Ihre Auszeit am Mieminger Sonnenplateau!

Wir freuen uns sehr darüber, unseren Gästen in unserer kleinen Oase immer wieder einen Ort für eine ganz persönliche Auszeit schaffen zu können. Als erstes kontrolliertes Biohotel Europas ist unser Haus ein Geheimtipp für bewusste Genießer. Klein und familiär geführt, bieten wir mit nur 19 Zimmern unseren Gästen das ideale Umfeld, um sich so richtig zu erholen.

Das Mieminger Plateau ist dabei die traumhafte Kulisse für einzigartige Naturerlebnisse und sportlich aktive Stunden. Hier können Sie Kraft und Energie tanken und finden dann zurück im Hotel einen wunderbaren Rückzugsort, um die Seele baumeln zu lassen. Um den verschiedenen Wünschen unserer Gäste noch besser entgegenzukommen, bieten wir zwei Verpflegungs-Varianten in Kombination mit dem Day-Spa Angebot in unserem Stammhaus Alpenresort Schwarz an. **So können sie aus folgenden Varianten wählen:**

Urlaub mit Bio-Frühstück

Ganz individuell und zu smarten Preisen urlauben Sie mit unseren Urlaub-mit-Bio-Frühstück Arrangements ab € 60,- pro Person im Doppelzimmer.

Das Abendessen im Biohotel Schweitzer oder Alpenresort Schwarz sowie auch ein exklusiver Spa-Tag kann selbstverständlich jederzeit gebucht werden. Ganz nach Ihren Wünschen.

Bio-Halbpension inklusive Day-Spa

Unsere Bio-Halbpension mit reichhaltigem Frühstücksbuffet bis 11 Uhr und einem Bio-Menü am Abend gibt es bereits ab € 131,- pro Person im Doppelzimmer.

In diesem Arrangement sind dann auch die Extra-Leistungen in unserem Stammhaus Alpenresort Schwarz sowie die Nutzung der Wasserwelten mit 9 Pools und des ME SENSE Spa mit Saunadorf inklusive.

Natürlich stammen alle Lebensmittel aus kontrolliert biologischem Anbau.

*Wir freuen uns
auf ein Wiedersehen!*

*Familie
Schweitzer-Pirktl*



„Ruhe im Innern,
Ruhe im Äußern.
Wieder Atem holen lernen,
das ist es.“
- Christian Morgenstern -





© Innsbruck Tourismus/Vorhofer



Bio-Suite „Zirbe“



© Innsbruck Tourismus/Vorhofer

Urlaub mit Bio-Frühstück

Inklusivleistungen

- Reichhaltiges BIO-Frühstücksbuffet
- Kaffee und Tee den ganzen Tag über vom Getränkebuffet
- Haussauna, Dampfbad, Tepidarium, Kneipp-Becken und Infrarotkabine
- Raum für Yoga, Gesundheitsgymnastik, Meditation
- Leistungen der Welcome Card Ferienregion Sonnen-plateau wie z.B. Fahrt mit dem öffentlichen Bus nach Innsbruck, Nutzung verschiedener Bergbahnen, 50 % Ermäßigung auf die Loipengebühr in der Olympiaregion Seefeld / Leutasch.
Übersicht über die Leistungen: www.innsbruck.info

ZUSATZLEISTUNGEN jederzeit buchbar

- 5-gängiges BIO-Abendmenü: € 38,- pro Person
- Day Spa im Alpenresort Schwarz: € 56,- pro Person

KINDERPREISE UND ERMÄSSIGUNGEN Im Zimmer oder Appartement der Eltern

bis zum 4. Geburtstag € 15,-

bis zum 8. Geburtstag 60% Ermäßigung

bis zum 12. Geburtstag 50% Ermäßigung

bis zum 15. Geburtstag 40% Ermäßigung

PREISE PRO PERSON GÜLTIG VOM 18.12.2019 BIS 05.04.2020	A TAGESPREIS SO - MI	B TAGESPREIS DO - SA	C 4 TAGE SO - DO	D 3 TAGE DO - SO	E 7 TAGE SO - SO	WEIHNACHTEN 22. - 26.12.2019 02. - 05.01.2020	SILVESTER 26.12.2019 - 02.01.2020
Bio-Zimmer „Zirbe“ ohne Balkon Ca. 20 - 22 m², kleine Sitzecke, Bad oder Dusche, WC	€ 60,-	€ 74,-	€ 196,-	€ 183,-	€ 357,-	€ 113,-	€ 123,-
Wohn-Schlafzimmer mit Balkon Ca. 32 m², gemütlicher Sitzecke, Bad oder Dusche, WC	€ 66,-	€ 80,-	€ 216,-	€ 202,-	€ 400,-	€ 121,-	€ 131,-
Bio-Zimmer „Zirbe“ mit Balkon Ca. 30 m², Balkon, Bad oder Dusche, WC	€ 72,-	€ 86,-	€ 236,-	€ 220,-	€ 435,-	€ 128,-	€ 139,-
Bio-Suite „Zirbe“ mit Balkon - 2-Raum Appartement Ca. 42 m², Wohnzimmer und Schlafraum, Bad oder Dusche, WC	€ 90,-	€ 104,-	€ 277,-	€ 257,-	€ 507,-	€ 145,-	€ 155,-
Familienappartement „Garten“ mit Balkon (3 Vollzahler) Ca. 92 m², 2 Schlafzimmer, Wohnzimmer, Küche, Bad, Dusche, WC sep.	€ 72,-	€ 86,-	€ 236,-	€ 220,-	€ 435,-	€ 128,-	€ 139,-
Einzelzimmer ohne Balkon Ca. 14 m², Dusche, WC	€ 60,-	€ 74,-	€ 196,-	€ 183,-	€ 357,-	€ 113,-	€ 123,-
Einzelzimmerzuschlag im Doppelzimmer	€ 31,-	€ 36,-	€ 124,-	€ 102,-	€ 217,-	€ 40,-	€ 42,-

Bio-Halbpension

Inklusivleistungen

- Reichhaltiges Bio-Frühstücksbuffet
- 5-gängiges BIO-Abendmenü - mit schmackhaften Fleischgerichten, Fisch oder vegetarischen Gerichten (1 x wöchentlich Galamenü)
- Wir kochen auch gerne VEGAN ODER LAKTOSEFREI
- Kaffee und Tee den ganzen Tag über vom Getränkebuffet
- Hausgemachte Kuchen vom 14 bis 16 Uhr vom Buffet
- Haussauna, Dampfbad, Tepidarium, Kneipp-Becken und Infrarotkabine
- Raum für Yoga, Gesundheitsgymnastik, Meditation
- Leistungen der Welcome Card Ferienregion Sonnenplateau wie z.B. Fahrt mit dem öffentlichen Bus nach Innsbruck, Nutzung verschiedener Bergbahnen, 50 % Ermäßigung auf die Loipengebühr in der Olympiaregion Seefeld / Leutasch.
Übersicht über die Leistungen: www.innsbruck.info
- und dazu die „Schwarz“-EXTRALEISTUNGEN mit Nutzung des 5.500 m² ME SENSE Spa, den Wasserwelten mit 9 Pools u.v.m. Siehe Seite 13

PREISE PRO PERSON GÜLTIG VOM 18.12.2019 BIS 05.04.2020	A TAGESPREIS SO - MI	B TAGESPREIS DO - SA	C 4 TAGE SO - DO	D 3 TAGE DO - SO	E 7 TAGE SO - SO	WEIHNACHTEN 22. - 26.12.2019 02. - 05.01.2020	SILVESTER 26.12.2019 - 02.01.2020
Bio-Zimmer „Zirbe“ ohne Balkon Ca. 20 - 22 m², kleine Sitzecke, Bad oder Dusche, WC	€ 131,-	€ 151,-	€ 480,-	€ 411,-	€ 854,-	€ 183,-	€ 194,-
Wohn-Schlafzimmer mit Balkon Ca. 32 m², gemütlicher Sitzecke, Bad oder Dusche, WC	€ 137,-	€ 157,-	€ 504,-	€ 429,-	€ 896,-	€ 191,-	€ 201,-
Bio-Zimmer „Zirbe“ mit Balkon Ca. 30 m², Balkon, Bad oder Dusche, WC	€ 143,-	€ 163,-	€ 524,-	€ 447,-	€ 931,-	€ 198,-	€ 208,-
Bio-Suite „Zirbe“ mit Balkon Ca. 42 m², Wohnzimmer und Schlafrum, Bad oder Dusche, WC	€ 161,-	€ 181,-	€ 564,-	€ 486,-	€ 1.001,-	€ 218,-	€ 229,-
Familienappartement „Garten“ mit Balkon (3 Vollzahler) Ca. 92 m², 2 Schlafzimmer, Wohnzimmer, Küche, Bad, Dusche, WC sep.	€ 143,-	€ 163,-	€ 524,-	€ 447,-	€ 931,-	€ 198,-	€ 208,-
Einzelzimmer ohne Balkon Ca. 14 m², Dusche, WC	€ 131,-	€ 151,-	€ 480,-	€ 411,-	€ 854,-	€ 183,-	€ 193,-
Einzelzimmerzuschlag im Doppelzimmer	€ 31,-	€ 36,-	€ 124,-	€ 102,-	€ 217,-	€ 40,-	€ 42,-

KINDERPREISE UND ERMÄSSIGUNGEN Im Zimmer oder Appartement der Eltern

bis zum 4. Geburtstag	€ 25,-	bis zum 12. Geburtstag	50% Ermäßigung
bis zum 8. Geburtstag	60% Ermäßigung	bis zum 15. Geburtstag	40% Ermäßigung

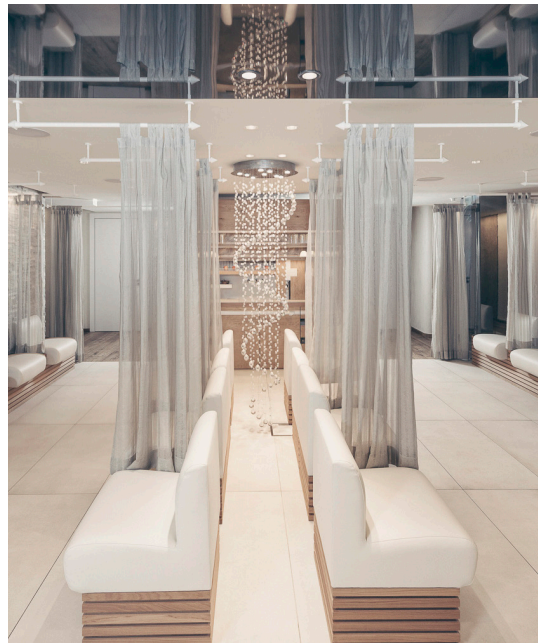
Stammhaus Alpenresort Schwarz

nur 3 Autominuten entfernt



Stammhaus Alpenresort Schwarz

nur 3 Autominuten entfernt



Schwarz Extraleistungen

im Rahmen der Bio-Halbpension inklusive*

- 5.500 m² Spa mit Saunadort
- Wasserwelten mit 9 Pools aufgeteilt in Relax-Wasserwelt ab 12 Jahren und Familien-Wasserwelt
- Naturbadesee
- Saunadort mit 7 Sauna- und Wärmekabinen, Relaxpool und Bergsee zum Schwimmen
- 7 Ruhe- und Entspannungsräume
- Fitnesscenter, täglich 5 Bewegungs- und Entspannungsprogramme, Yoga 9 x wöchentlich
- Geführte Ausflüge und Wanderungen in der Region (Aufpreis für Bus und Einkehr)
- Kinderbetreuung 1 - 3 Jahre von 15.00 – 18.00 Uhr (MO – FR)
 ab 3 Jahren von 10.00 – 21.00 Uhr (MO – SO)

* Abreisetag ausgenommen.

www.schwarz.at

Schwarz Extraleistungen

im Rahmen der Bio-Halbpension inklusive*

- 5.500 m² Spa mit Saunadorf
- Wasserwelten mit 9 Pools aufgeteilt in Relax-Wasserwelt ab 12 Jahren und Familien-Wasserwelt
- Naturbadesee
- Saunadorf mit 7 Sauna- und Wärmekabinen, Relaxpool und Bergsee zum Schwimmen
- 7 Ruhe- und Entspannungsräume
- Fitnesscenter, täglich 5 Bewegungs- und Entspannungsprogramme, Yoga 9 x wöchentlich
- Geführte Ausflüge und Wanderungen in der Region (Aufpreis für Bus und Einkehr)
- Kinderbetreuung 1 - 3 Jahre von 15.00 – 18.00 Uhr (MO – FR)
 ab 3 Jahren von 10.00 – 21.00 Uhr (MO – SO)

* Abreisetag ausgenommen.

www.schwarz.at

- ## Schwarz Extraleistungen
- im Rahmen der Bio-Halbpension inklusive*
- 5.500 m² Spa mit Saunadorf
 - Wasserwelten mit 9 Pools aufgeteilt in Relax-Wasserwelt ab 12 Jahren und Familien-Wasserwelt
 - Naturbadesee
 - Saunadorf mit 7 Sauna- und Wärmekabinen, Relaxpool und Bergsee zum Schwimmen
 - 7 Ruhe- und Entspannungsräume
 - Fitnesscenter, täglich 5 Bewegungs- und Entspannungsprogramme, Yoga 9 x wöchentlich
 - Geführte Ausflüge und Wanderungen in der Region (Aufpreis für Bus und Einkehr)
 - Kinderbetreuung 1 - 3 Jahre von 15.00 – 18.00 Uhr (MO – FR)
 ab 3 Jahren von 10.00 – 21.00 Uhr (MO – SO)
- * Abreisetag ausgenommen.
- www.schwarz.at

Schwarz Extraleistungen

im Rahmen der Bio-Halbpension inklusive*

- 5.500 m² Spa mit Saunadorf
- Wasserwelten mit 9 Pools aufgeteilt in Relax-Wasserwelt ab 12 Jahren und Familien-Wasserwelt
- Naturbadesee
- Saunadorf mit 7 Sauna- und Wärmekabinen, Relaxpool und Bergsee zum Schwimmen
- 7 Ruhe- und Entspannungsräume
- Fitnesscenter, täglich 5 Bewegungs- und Entspannungsprogramme, Yoga 9 x wöchentlich
- Geführte Ausflüge und Wanderungen in der Region (Aufpreis für Bus und Einkehr)
- Kinderbetreuung 1 - 3 Jahre von 15.00 – 18.00 Uhr (MO – FR)
 ab 3 Jahren von 10.00 – 21.00 Uhr (MO – SO)

* Abreisetag ausgenommen.

www.schwarz.at

Schwarz Extraleistungen

im Rahmen der Bio-Halbpension inklusive*

- 5.500 m² Spa mit Saunadorf
- Wasserwelten mit 9 Pools aufgeteilt in Relax-Wasserwelt ab 12 Jahren und Familien-Wasserwelt
- Naturbadesee
- Saunadorf mit 7 Sauna- und Wärmekabinen, Relaxpool und Bergsee zum Schwimmen
- 7 Ruhe- und Entspannungsräume
- Fitnesscenter, täglich 5 Bewegungs- und Entspannungsprogramme, Yoga 9 x wöchentlich
- Geführte Ausflüge und Wanderungen in der Region (Aufpreis für Bus und Einkehr)
- Kinderbetreuung 1 - 3 Jahre von 15.00 – 18.00 Uhr (MO – FR)
 ab 3 Jahren von 10.00 – 21.00 Uhr (MO – SO)

* Abreisetag ausgenommen.

www.schwarz.at



Wintererlebnis Langlaufen*

Vom klassischen Stil bis zum Skaten. Alles ist möglich am Mieminger Plateau, in Seefeld und Leutasch. Ein sportliches Naturerlebnis abseits der Skipisten. Bei guter Schneelage erwarten Sie in Mieming 80 km gespurte Langlauf- und Skatingspuren, die mit dem Loipen-Gütesiegel ausgezeichnet sind. Eine Tour durch märchenhafte Lärchenwälder und verträumte Weiler lässt Sie die Natur auf eine ganz individuelle Art und Weise erleben. Die beliebtesten Langlaufgebiete in unserer Umgebung sind Holzleiten, Leutasch, Seefeld und Lüsens.

Schneeschuhwandern*

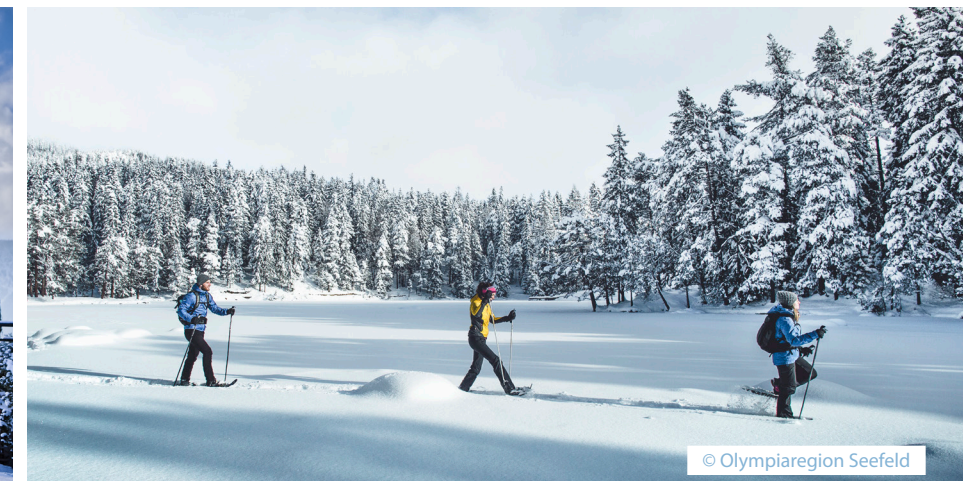
Auf leisen Sohlen durch den Schnee tapsen, Tierspuren lesen, die Stille genießen, einfach Durchatmen. Eine Schneeschuhwanderung am Mieminger Plateau ist ein unvergessliches Erlebnis, da man sich mit der Natur so verbunden fühlt.

Ski Alpin

Skisafari mit Hansi Skigebiet Hochoetz

Mit dem Schwarz Ski-Safaribus geht es mit unserem Skiguide Hansi mehrmals wöchentlich in die beliebtesten Wintersportgebiete der Region. Der Ski-Safaritag inkl. Skibus, Betreuung durch den Ski-Guide und Lift-Tageskarte kostet ca. € 52,- pro Person.

Insgesamt 12 Liftanlagen mit 39 Pistenkilometer in bester sonniger Lage. Montag - Freitag 3x täglich Ski-Shuttle vom Biohotel Schweitzer, nur 20 min entfernt. Bei der Halbpension ist der Shuttle-Service inklusive. Bei Übernachtung-Frühstück jederzeit gerne zubuchbar.



Winter von seiner schönsten Seite

Zauberhafte Stöttlalm

Eine kurze Wanderung zur Stöttlalm von etwa 35 Minuten wird mit einem traumhaften Panoramablick über das Mieminger Plateau, das gesamte Oberinntal bis nach Innsbruck belohnt. Eine Einkehr verspricht traditionelle Hüttenjause und Almschmankerln. Bei guter Schneelage ist der Weg wieder zurück ins Hotel auch auf der Rodel möglich!

Gratis Skibus nach Obsteig & Seefeld

Ab ca. 15.12.19 bis voraussichtlich 15.3.20 verkehrt mehrmals täglich ein kostenloser Skibus von Mieming nach Obsteig (Grünberglift), nach Holzleiten (schöne Langlaufloipen) und nach Seefeld (Skigebiet Gschwandkopf). Der Skibus ist mit der Gästekarte kostenlos.

* Gemeinsam mit dem Stammhaus Alpenresort Schwarz bieten wir ein vielfältiges Aktivprogramm an. Im Rahmen der Halbpension ist die Teilnahme inklusive. Kosten für Bus & Einkehr.

Urlaubsangebote

Der Schweizer Hit

Raus aus dem Alltag, ein paar Tage in den Bergen entspannen und sich verwöhnen lassen.

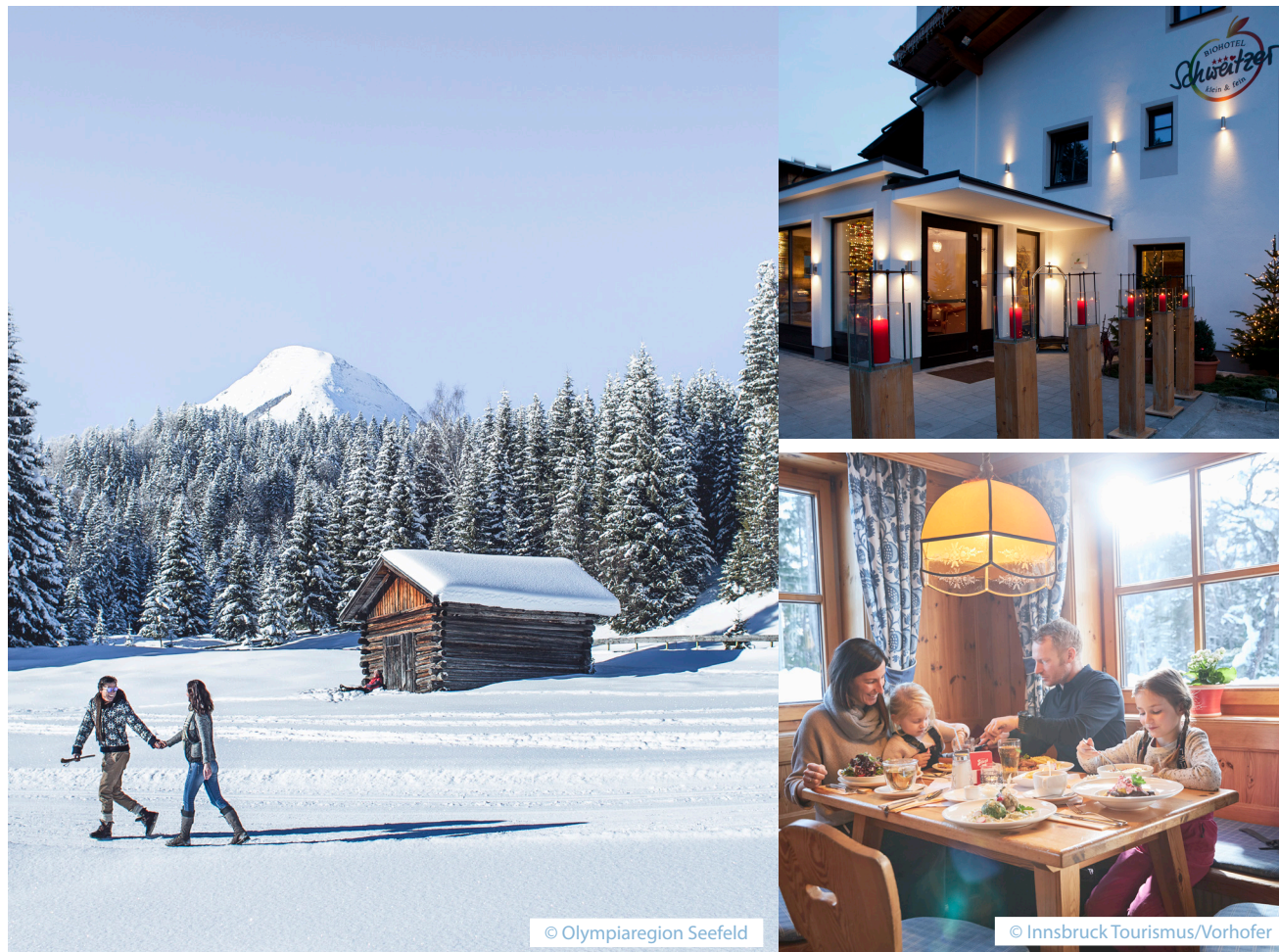
Die Schweizer-Hitangebote sind für einen winterlichen Kurzurlaub genau das Richtige!

4 Übernachtungen im Doppelzimmer inklusive

- Bio-Frühstücksbuffet
- Bio-Abendmenü im Biohotel Schweitzer
- Nutzung der Haussauna im Biohotel Schweitzer
- Nutzung des 5.500 m² und der Wasserwelten im Alpenresort Schwarz

Pauschalpreis p. P.* inkl. Bio-Halbpension ab € 450,-

12.01.20 - 16.01.20	08.03.20 - 12.03.20
26.01.20 - 30.01.20	22.03.20 - 26.03.20
09.02.20 - 13.02.20	29.03.20 - 02.04.20



© Olympiaregion Seefeld

© Innsbruck Tourismus/Vorhofer

Die Schweizer Vorteilswochen

7 Übernachtungen im Doppelzimmer inklusive

- Bio-Frühstücksbuffet & Abendmenü im Biohotel Schweitzer
- Nutzung der Haussauna im Biohotel Schweitzer
- Nutzung des 5.500 m² und der Wasserwelten im Alpenresort Schwarz

Pauschalpreis p. P.* inkl. Bio-Halbpension ab € 786,-

12.01.20 - 19.01.20	01.03.20 - 08.03.20
02.02.20 - 09.02.20	08.03.20 - 15.03.20

Die Familien-Vorteilswochen

Genießen Sie Ihren Familienurlaub mit 7 Übernachtungen inklusive

- Bio-Frühstücksbuffet & Abendmenü im Biohotel Schweitzer
- Nutzung der Haussauna im Biohotel Schweitzer
- Nutzung des 5.500 m² und der Wasserwelten im Alpenresort Schwarz
- 7 Tage Ganztages-Kinderbetreuung ab 3 Jahren und Krabbelstuben-Betreuung von 1 - 3 Jahren MO-FR 15 - 18 Uhr im Alpenresort Schwarz

19.01.20 - 26.01.20	22.03.20 - 29.03.20
09.02.20 - 16.02.20	29.03.20 - 05.04.20
01.03.20 - 08.03.20	

1 Tag GRATIS

1 Kind bis 14 Jahre
wohnt im Rahmen der
Familien-Vorteilswochen
GRATIS

Schweitzer Freundschaftswoche

7 Übernachtungen im Doppelzimmer inklusive

- Bio-Frühstücksbuffet
- Bio-Abendmenü im Biohotel Schweitzer
- Nutzung der Haussauna im Biohotel Schweitzer
- Nutzung des 5.500 m² Spa und der Wasserwelten im Alpenresort Schwarz

Termine: 15.03.20 - 22.03.20

- Begrüßung mit Bio-Cocktail
- Wanderung mit Frühstück auf der Stöttlalm
- Kaffeekränzchen mit köstlichem Kuchenbuffet
- Ausflugsfahrt nach Südtirol mit Einkaufsbummel und Einkehr zu Südtiroler Bio-Spezialitäten
- Galaabend mit Empfang und Festmenü

Pauschalpreis p. P. inkl. Bio-Halbpension ab € 814,-



GESUNDHEIT ME SENSE Pflege dein Leben

Die richtige Pflege der Haut schützt sie vor Umwelteinflüssen, erhält sie gesund und fördert, in Verbindung mit einem gesunden Lebensstil, Ausstrahlung und Schönheit.

ME SENSE ist eine reine, biozertifizierte Naturkosmetik-Linie. Die Produkte beinhalten einen speziell entwickelten Wirkstoff-Komplex aus der Region des Mieminger Plateaus und machen sie so exklusiv und einzigartig.



Wirkstoffe

Ein einzigartiger Wirkstoffkomplex aus Bergwacholder, Rosenwurz und Madonnenlilie für Reinheit, Klarheit und vollkommene Frische.

www.mesense.at





PFLEGE DEIN LEBEN

Wellnessprogramme & Massagen

Zeit für mich

- Spezielle Fußbehandlung 50 min
- Klangschalenbehandlung 50 min
- Kopf- & Gesichtsmassage 25 min

Pauschalpreis p. P. € 176,-
3 Behandlungstage

Energie tanken

- Aromaölmassage 50 min
- Intensive Rückenbehandlung 50 min
- Energie für die Mitte 50 min

Pauschalpreis p. P. € 205,-
3 Behandlungstage

Einzelanwendungen Massagen

Teilmassage 25 min	€ 41,-
Ganzkörpermassage 50 min	€ 72,-
Massage nach Maß 50 min	€ 72,-
Lymphdrainage 50 min	€ 72,-
Körper oder Gesicht / Kopf	
Aromaölmassage 50 min	€ 77,-
Sanfte Massage mit wertvollen Ölen. Entspannend, feuchtigkeitsspendend oder regenerierend.	



Fußreflexzonenbehandlung	25/50 min	€ 41,- / € 72,-
Spezielle Fußbehandlung	25/50 min	€ 41,- / € 72,-
Wohltuende Fuß- und Wadenmassage		
Spezielle Nackenmassage	25/50 min	€ 41,- / € 72,-
Ohrenkerzenbehandlung	50 min	€ 80,-
Traditionelles Ritual aus Indien		
Cranio Sacrale Behandlung	50 min	€ 88,-
Alternativmedizinische Behandlungsform, wo vorwiegend Handgriffe im Bereich des Kopfes und des Kreuzbeins ausgeführt werden		
Intensive Rückenbehandlung	50 min	€ 72,-
Mobilisierende Behandlung mit einer heißen Rolle, Schröpfbechern und Klangschalen		

Kopf- & Gesichtsmassage	25/50 min	€ 41,- / € 72,-
mit Behandlung der Akupressurpunkte		
Klangschalenmassage	50 min	€ 77,-
Akupunktmassage	50 min	€ 77,-
Zur Harmonisierung des Energieflusses		
Energie für die Mitte	50 min	€ 72,-
Heublumen-Körperpeeling für Bauch und Rücken		
Faszienbehandlung	50 min	€ 77,-
Zur Lösung von Blockaden, für ein besseres Körpergefühl		
Medical Taping	25/50 min	€ 41,- / € 72,-
Bei Verletzungen oder Meridian- und Organbehandlung		
Atembehandlung	50 min	€ 72,-
Mehr Achtsamkeit, Klarheit und Lebensenergie sowie Befreiung von Ängsten		

20 Jahre Yoga im Biohotel Schweitzer Tradition mit Kompetenz und Erfahrung

Yoga – Zeit zum Genießen

Bereits seit 1995 ist Yoga ein fester Bestandteil in unserem vielfältigen Angebot. Unsere zertifizierten Yogalehrer Bernhard und Maria verantworten seit vielen Jahren unsere Yoga-Angebote und begleiten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer mit ihrer langjährigen Kompetenz und Erfahrung.

Die Popularität des Yoga beruht auf der Wirksamkeit seiner Methode. Diese ist ihrem Ansatz nach ganzheitlich. Gleichzeitig werden durch eine Vielfalt differenzierter Übungen die individuellen Bedürfnisse und Möglichkeiten berücksichtigt. So ist Yoga ein Übungs- und Erfahrungsweg, der uns im Alltag begleitet und wertvolle Impulse gibt, um den Herausforderungen unserer Zeit zu begegnen.

Infos und Details finden Sie auf unserer Homepage www.biohotel.at



Termine:
08.03.20 - 15.03.20
05.07.20 - 12.07.20 Yoga-Jubiläumswoche
06.12.20 - 13.12.20



Yoga-Retreat „Zeit zum Genießen“ mit Bernhard und Maria

3, 4 oder 7 Übernachtungen
inklusive gewähltem Verpflegungs-Arrangement und Yoga-Retreat

- Beginn: Sonntag 17 Uhr | einführende Yoga-Einheit
- täglich 2 x 1,5 Stunden Yoga | 07:30 – 09:00 Uhr & 17:00 – 18:30 Uhr
- Die Stille der Natur bewusst erleben | Gehmeditation
- Maria Locherboden bei Nacht | Abendmeditation
- Begleitete Tagesangebote im Rahmen des Wochenprogramms
- Biotees
- Yogaequipment leihweise
- Nutzung des Wellnessbereichs im Biohotel Schweitzer

Pauschalpreis pro Person	3 ÜN Anreise DO	4 ÜN Anreise SO	7 ÜN Anreise SO
Retreat inkl. Bio-Frühstück	ab € 218,-	ab € 246,-	ab € 432,-
Retreat inkl. Bio-Halbpension	ab € 446,-	ab € 530,-	ab € 930,-

ZUSATZLEISTUNGEN

- bei Frühstück-Arrangement
jederzeit buchbar
- Abendessen Biohotel Schweitzer: € 38,- p. P.
 - Day Spa im Alpenresort Schwarz: € 56,- p. P.

bewegen – entspannen – aufatmen

Gerade im Urlaub inspiriert Yoga in besonderer Weise, die Augenblicke des Lebens in ihrer Einzigartigkeit und Schönheit wahrzunehmen. Genießen Sie ihre Urlaubstage in der besonderen Atmosphäre unseres kleinen, feinen Biohotels und gönnen Sie sich eine Auszeit in der kraftvollen Natur unserer Alpenlandschaft.



Yoga & More

Durchatmen am Morgen.
Der Körper wird elastischer, kraftvoller und der Geist zentriert.

MO - SA um 8 Uhr – ein guter Start in den Tag.
Auch Einzeltrainings buchbar.

Weitere Yoga-Angebote im
Stammhaus Alpenresort
Schwarz www.schwarz.at

Namaste, ich bin Monika, Yoga-, Meditations- und Atemlehrerin,
staatlich geprüfte Heilmasseurin und medizinische Masseurin

Yogatage mit Monika

Für Anfänger und auch jene, die die Asanas kennen, jedoch tiefer erfahren möchten. Hatha Yoga als geistiger und körperlicher Übungsweg, der die Polaritäten von Ha (Sonne) und tha (Mond) ausgleicht und uns hilft, das im Alltag umzusetzen. Also raus aus dem Wettkampf, perfekt zu sein und rein in ein inneres Erspüren. Was ist gerade im Moment in einer Asana möglich...

Yogatage – die 3 Säulen des Hatha Yoga

3 Übernachtungen im Doppelzimmer

- Donnerstag 17 Uhr - Come together | erste Yogaeinheit
- Freitag und Samstag morgens und abends 1,5 h Yoga
- Sonntag abschließende Yoga-Einheit am Morgen
- 1 geführte Wanderungen mit Monika
- Yogaequipment leihweise
- Nutzung der Haussauna im Biohotel Schweitzer

Termin: 13.02.20 - 16.02.20

Pauschalpreis pro Person	3 Übernachtungen Anreise DO
Retreat inkl. Bio-Frühstück	ab € 218,-
Retreat inkl. Bio-Halbpension	ab € 446,-

Der Weg zur Gesundheit
führt durch die Küche,
nicht durch die Apotheke.

- Sebastian Kneipp -



Fasten im Biohotel Schweitzer

Unser kleines, feines Haus bietet Ihnen einen wahren Rückzugsort, um Ihrem Körper wieder einmal etwas Gutes zu tun. Wir gehen individuell auf Ihre Bedürfnisse ein und schaffen so das ideale Umfeld für das Fasten.

Machen Sie diese besondere Erfahrung unter der fachkundigen Betreuung unserer Fastenleiterin Barbara Walter, ärztlich geprüfte dipl. Fasten- und Gesundheitstrainerin. Wenn Sie noch nie gefastet haben, ist das Basenfasten ein sanfter Einstieg. Hier nehmen Sie neben frischen Säften und Tees auch Obst und Gemüse zu sich. Das Heilfasten nach Dr. Buchinger / Dr. Lütznert bedeutet gänzlicher Verzicht auf feste Nahrung.



8 Tage Neugeburt für Körper, Geist und Seele

Fastenwoche BASIC

- 7 Übernachtungen
- Einstiegsgespräch mit ärztlicher Begleitung
- Irrigatorset und Glaubersalz zu Fastenbeginn
- Fastenbetreuung mit täglichem Einzel-Kurzgespräch
- Fastenverpflegung aus biologischem Anbau
- Heilfasten: frische Säfte und Suppe
- Basenfasten: Obst, Gemüse, frische Säfte und Suppe

- Vorträge und Gesprächskreise
- Tägliche Morgengymnastik oder Yoga (50 min)
- Täglich Morgengang und Nachmittagswanderung
- Tägliche Meditationseinheit oder Entspannungsübungen
- Nutzung der Haussauna im Biohotel Schweitzer

Die Fastenwochen sind auch inklusive Day-Spa Package im Alpenresort Schwarz als Fastenwoche PLUS buchbar.

Termine & Preise

19.01.20 - 26.01.20 Heilfasten
16.02.20 - 23.02.20 Basenfasten
22.03.20 - 29.03.20 Heilfasten
19.04.20 - 26.04.20 Basenfasten

Pauschalpreis pro Person	Fastenwoche BASIC	Fastenwoche PLUS inkl. Day Spa
Heilfasten	ab € 777,-	ab € 1.043,-
Basenfasten	ab € 847,-	ab € 1.113,-

Betreuung

Barbara Walter, ärztlich geprüfte, dipl. Fasten- u. Gesundheitstrainerin
Bei Fragen steht Ihnen Barbara auch schon im Vorfeld gerne zur Verfügung: welcome@schwarz.at

Individuelles Fasten

Falls zu den angegebenen Terminen die Teilnehmerzahl nicht erreicht wird oder Sie individuell fasten möchten, wird das Programm auf Sie angepasst. Unsere Fastenleiterin steht Ihnen gerne täglich eine halbe Stunde für Fragen zur Verfügung.

Aufpreis für Einzelzimmer pro Woche ab € 215,-

Mindestteilnehmerzahl 4 Personen, bei weniger Teilnehmern wird das Programm individuell auf die Teilnehmer abgestimmt.

Was Sie sonst noch wissen sollten

An- und Abreise

Die Zimmer sind ab 15.00 Uhr beziehbar. Wir bitten Sie, Ihr Zimmer bis 11.00 Uhr freizugeben.

Anzahlung bei Fixreservierung

mittels Kreditkarte oder Vorabüberweisung

1 Übernachtung € 100,- pro Person
2 Übernachtungen € 200,- pro Person
Ab 3 Übernachtungen € 300,- pro Person
(Bei Bio-Frühstücks-Arrangement die Hälfte)

Innerhalb der EU: Raiffeisenbank Telfs-Mieming
IBAN: AT51 3633 6000 0252 1698 BIC: RZTIAT22336

Schweiz: Überweisungen in € auf die Acrevis Bank AG in
9004 St. Gallen, Marktplatz 1
BIC/SWIFT: ACRGCH22
Clearing-Nr. 6900
IBAN: CH52 0690 0016 0393 0340 3

Vermerk: Biohotel Schweitzer und Res. Nummer. Sollten Sie die Überweisung weniger als 1 Woche vor Ihrem Aufenthalt tätigen, bitten wir Sie, den Zahlungsbeleg mitzubringen, da es bis zu einer Woche dauern kann, bis die Anzahlung gebucht ist.

Hunde

Für Hunde berechnen wir € 22,- pro Tag ohne Futter. Wir bitten um Verständnis, dass Hunde nicht in den Speisesaal und auf die Liegewiese dürfen. Besitzer haften für Schäden, die durch ihren Hund entstehen.

Nichtraucher

Wir sind ein ausdrückliches Nichtraucher-Hotel.

Reise-Stornoversicherung

Deckt alle Stornokosten bei Unfall, Krankheit oder Todesfall des Versicherten, dessen Kinder, Geschwister, Eltern oder Großeltern vor Urlaubsantritt oder während des Aufenthaltes. Die Reise-Stornoversicherung beträgt € 3,- pro Person und Tag. Kinder bis 15 Jahre bezahlen keine Stornoversicherung.

Stornierungen

Stornierungen sind nur schriftlich gültig. Bis 1 Monat vor Urlaubsantritt keine Stornokosten. Bei Stornierung ab 1 Monat vor Urlaubsantritt verrechnen wir bei einem Aufenthalt von bis zu 3 Übernachtungen das gebuchte Arrangement. Ab 4 Übernachtungen verrechnen wir 3 Urlaubstage. Dies gilt auch bei vorzeitiger Abreise.

Ortstaxe

Die Preise sind exklusive Ortstaxe - derzeit € 2,- pro Person und Tag. Kinder bis 15 Jahre bezahlen keine Ortstaxe.

Pauschalen

Sind generell auf Basis Biozimmer „Zirbe“ ohne Balkon kalkuliert. Aufpreis für höhere Kategorien und Einzelzimmerzuschläge laut Preisliste. Preisvorteil - es gilt immer nur ein Preisvorteil. Es gilt der für den Gast günstigste Preis.

Wechselkurs

Umrechnung in Fremdwährungen erfolgt zum aktuellen Tageskurs.

Zahlungsart

Barzahlung oder EC-Karte. Kreditkarten: Mastercard und Visa. Überweisung nur im Voraus.

Zimmerwunsch

Wir erfüllen Ihnen gerne Ihren Zimmerwunsch, fixe Zimmernummern können wir leider nicht zusichern.

Mit dieser Preisliste verlieren alle vorhergehenden Preislisten ihre Gültigkeit.



© Innsbruck Tourismus/Vorhofer



Lage und Anreise

Das Biohotel Schweitzer liegt klimatisch besonders begünstigt am Mieminger Sonnenplateau auf 890 m Seehöhe. Der Flughafen Innsbruck ist nur ca. 30 km entfernt. München und Salzburg erreichen Sie in zirka 2 Stunden.

Anreise mit dem Auto

Adresse Navi: 6414 Mieming, Barwies 292

Von Westen Vorarlberg, Schweiz: ab Grenze Feldkirch 153 km – ca. 2 Stunden

Von Norden aus Richtung Stuttgart, Frankfurt: ab Grenze Vils 65 km – ca. 1 Stunde
aus Richtung Garmisch-Partenkirchen: ab Grenze Scharnitz 30 km – ca. 35 min
aus Richtung Nürnberg, Würzburg: ab Grenze Kufstein 110 km – 1 Stunde 10 min

Von Süden ab Grenze Brenner 70 km – ca. 1 Stunde

Anreise mit der Bahn

Bahnhöfe in nächster Nähe sind

- Telfs-Pfaffenhofen - ca. 20 min
- Ötztal-Bahnhof - ca. 20 min
- Innsbruck - ca. 30 min

Wir organisieren gerne den Transfer für Sie.

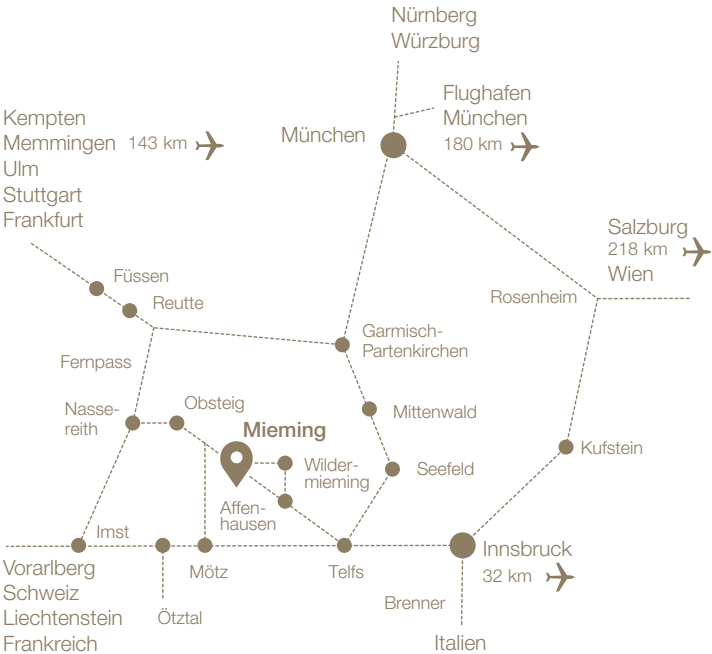
Anreise mit dem Flugzeug

- Flughafen Innsbruck 30 km ca. 30 min
- Flughafen Salzburg 218 km ca. 2 ¼ Stunden
- Flughafen München 180 km ca. 2 Stunden
- Flughafen Memmingen 143 km ca. 1 ¾ Stunden

Taxipreise

Wir organisieren gerne einen Transfer für Sie.

TAXI	PKW	ab 4 Personen
Innsbruck Flughafen oder HBF	€ 70,-	€ 80,-
Bahnhof Ötztal	€ 40,-	€ 45,-
Flughafen München	€ 300,-	€ 330,-
Bahnhof Landeck	€ 90,-	€ 100,-
Bahnhof Telfs	€ 19,-	€ 22,-
Garmisch	€ 110,-	€ 130,-
Mittenwald	€ 75,-	€ 90,-



Gute Anreise!

BIOHOTEL SCHWEITZER

A-6414 Mieming in Tirol · Barwies 292

Tel. +43 5264 5285 · Fax +43 5264 5285 30

info@biohotel.at · www.biohotel.at



© Innsbruck Tourismus/Vorhofer