

Biohotel Schweitzer



Preise Sommer 2014

**Neu -
Individuell urlauben**
All inclusive Bio-Hauben-
Verwöhn Pension,
Wohlfühl Pension oder
Übernachtung/Frühstück



Liebe Gäste!

Freuen Sie sich auf Ihren Traumurlaub am Mieminger Sonnenplateau.

Als erstes kontrolliertes Biohotel Europas ist unser Haus ein Geheimtipp für bewusste Genießer. Klein und familiär geführt, bieten wir mit nur 30 Betten unseren Gästen das ideale Umfeld, um sich so richtig zu erholen und die Seele baumeln zu lassen.

Das Mieminger Plateau ist dabei die traumhafte Kulisse für einzigartige Naturerlebnisse. Hier können Sie Kraft und Energie tanken und finden dann zu Hause im Hotel Ruhe, Wärme und Behaglichkeit.

Kulinarisch verwöhnen wir Sie mit Köstlichkeiten aus der Bio-Hauben-Küche und gehen auch gerne auf Ihre Wünsche und Bedürfnisse (vegan, vegetarisch oder Diätküche) ein. Alle Lebensmittel stammen

dabei natürlich aus kontrolliert biologischen Anbau. Neben unserem kleinen Spa-Bereich mit Sauna, Dampfbad, Tepidarium, Kneippbecken und Infrarotkabine stehen Ihnen im Rahmen unseres All Inclusive Angebotes auch der 5.000 m² Spa Bereich und die Wasserwelten mit 9 Pools im Stammhaus Alpenresort Schwarz zur Verfügung und bei unserem gemeinsamen Aktiv-, Sport- und Freizeitprogramm ist für jeden etwas dabei.

Wir freuen uns auf Sie.

Ihre Gastgeber
Familie Schweitzer-Pirktl





All Inclusive Bio Hauben Verwöhnpension

- Reichhaltiges BIO-Frühstücksbuffet
- BIO-Mittagsbuffet mit Salaten, Suppe, Hauptgericht
- auch vegetarisch und köstliche hausgemachte Kuchen
- 5-gängiges BIO-Abendmenü - mit schmackhaften Fleischgerichten, Fisch oder vegetarischen Gerichten - Galamenüs
- **Wir kochen auch gerne VEGAN, LACTOSEFREI oder GLUTENFREI!**
- BIO-Getränke wie Kräutertee, Kaffee, Granderwasser und Biosäfte den ganzen Tag (bei NF bis 11 h und bei Wohlfühlpension bis 17 h)
- Haussauna, Dampfbad, Tepidarium, Kneipp-Becken und Infrarotkabine

- Idyllischer Märchengarten zum Speisen, Relaxen und Sonnen
- Seminarraum für Yoga, Gesundheitsgymnastik, Meditation

UND dazu die „Schwarz“ EXTRALEISTUNGEN INKLUSIVE:

- Geführte Wanderungen und Radtouren im Sommer
- Ski Alpin, Langlauf- und Schneeschuhwanderungen im Winter
- Die Nutzung des großzügigen SPA-Bereiches, der Relax Wasserwelt und der Familien Wasserwelt im Alpenresort Schwarz
- Kinderbetreuung im Alpenresort Schwarz (ab 3 Jahre)

BIO HOTEL SCHWEITZER Sommer 2014	WOCHE	MIDWEEK	SHORT STAY	WEEKEND	TAGESPREIS
Preise pro Person inklusive AI - Bio-Hauben-Verwöhnpension	7 Tage So. - So.	5 Tage So. - Fr.	4 Tage So. - Do.	3 Tage Do. - So.	
Komfort-Doppelzimmer ohne Balkon, ca. 22 m², Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio	€ 742,- (€ 106,- / Tag)	€ 550,- (€ 110,- / Tag)	€ 464,- (€ 116,- / Tag)	€ 393,- (€ 131,- / Tag)	€ 139,-
Wohn-Schlafzimmer mit Balkon, ca. 32 m², Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio	€ 812,- (€ 116,- / Tag)	€ 600,- (€ 120,- / Tag)	€ 512,- (€ 128,- / Tag)	€ 435,- (€ 145,- / Tag)	€ 154,-
Biozimmer - Zirbe ohne Balkon, ca. 22 m², Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio, Internetanschluss	€ 812,- (€ 116,- / Tag)	€ 600,- (ab € 120,- / Tag)	€ 512,- (€ 128,- / Tag)	€ 435,- (€ 145,- / Tag)	€ 154,-
Biozimmer - Zirbe mit Balkon, ca. 30 m², Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio, Internetanschluss	€ 882,- (€ 126,- / Tag)	€ 650,- (€ 130,- / Tag)	€ 552,- (€ 138,- / Tag)	€ 474,- (€ 158,- / Tag)	€ 166,-
Familienappartement - Garten , ca. 92 m², 2 Schlafzimmer, Küche, Bad, DU, WC - getrennt, 3 Vollzahler	€ 882,- (€ 126,- / Tag)	€ 650,- (€ 130,- / Tag)	€ 552,- (€ 138,- / Tag)	€ 474,- (€ 158,- / Tag)	€ 166,-
Einzelzimmerzuschlag	€ 196,- (€ 28,- / Tag)	€ 140,- (€ 28,- / Tag)	€ 120,- (€ 30,- / Tag)	€ 102,- (€ 34,- / Tag)	€ 38,-

Kinderpreise und Ermäßigungen im Zimmer oder Appartement der Eltern – ganzjährig gültig:
bis 4. Geburtstag € 25,- p.Tag / bis 8. Geb.Tag 60 % Ermäßigung / bis 12. Geb.Tag 50 % Ermäßigung / bis 15. Geb.Tag 40 % Ermäßigung

Alternative An- und Abreisetage auf Anfrage. Mit dieser Preisliste verlieren alle vorhergehenden Preislisten ihre Gültigkeit.



BIO HOTEL SCHWEITZER - Sommer 2014		
	Tagespreis	Tagespreis Weekend
WOHLFÜHLPENSION		
Preise pro Person und Tag inklusive reichhaltigem Frühstücksbuffet, Mittagsbuffet und Kuchen am Nachmittag. Ohne Extraleistungen.	Sonntag – Donnerstag und ab 5 Übernachtungen	Donnerstag – Sonntag
Komfort-Doppelzimmer ohne Balkon, ca. 22 m ² , Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio	€ 76,-	€ 98,-
Wohn-Schlafzimmer mit Balkon, ca. 32 m ² , Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio	€ 88,-	€ 112,-
Biozimmer - Zirbe ohne Balkon, ca. 22 m ² , Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio, Internetanschluss	€ 88,-	€ 112,-
Biozimmer - Zirbe mit Balkon, ca. 30 m ² , Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio, Internetanschluss	€ 98,-	€ 124,-
Familienappartement - Garten , ca. 92 m ² , 2 Schlafzimmer, Küche, Bad, DU, WC - getrennt, 3 Vollzahler	€ 98,-	€ 124,-
Ermäßigung 3. erwachsene Person im Zimmer	30 %	30 %
Einzelzimmerzuschlag	€ 28,-	€ 38,-
Kinderpreise und Ermäßigungen im Zimmer oder Appartement der Eltern – ganzjährig gültig: bis 4. Geburtstag GRATIS / bis 8. Geb.Tag 60 % Ermäßigung / bis 12. Geb.Tag 50 % Ermäßigung / bis 15. Geb.Tag 40 % Ermäßigung		



BIO HOTEL SCHWEITZER - Sommer 2014		
	Tagespreis	Tagespreis Weekend
NÄCHTIGUNG / FRÜHSTÜCK		
Preise pro Person und Tag inklusive reichhaltigem BIO-Frühstücksbuffet. Ohne Extraleistungen	Sonntag – Donnerstag und ab 5 Übernachtungen	Donnerstag – Sonntag
Komfort-Doppelzimmer ohne Balkon, ca. 22 m ² , Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio	€ 56,-	€ 78,-
Wohn-Schlafzimmer mit Balkon, ca. 32 m ² , Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio	€ 68,-	€ 92,-
Biozimmer - Zirbe ohne Balkon, ca. 22 m ² , Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio, Internetanschluss	€ 68,-	€ 92,-
Biozimmer - Zirbe mit Balkon, ca. 30 m ² , Bad/DU, WC, SAT-TV-Radio, Internetanschluss	€ 78,-	€ 104,-
Familienappartement - Garten , ca. 92 m ² , 2 Schlafzimmer, Küche, Bad, DU, WC - getrennt, 3 Vollzahler	€ 78,-	€ 104,-
Ermäßigung 3. erwachsene Person im Zimmer	30 %	30 %
Einzelzimmerzuschlag	€ 28,-	€ 38,-
Kinderpreise und Ermäßigungen im Zimmer oder Appartement der Eltern – ganzjährig gültig: bis 4. Geburtstag GRATIS / bis 8. Geb.Tag 60 % Ermäßigung / bis 12. Geb.Tag 50 % Ermäßigung / bis 15. Geb.Tag 40 % Ermäßigung		



Die Region am und um das Mieminger Plateau gilt als Geheimtipp für Kletterbegeisterte. Sie bietet ideale Bedingungen für jeden Geschmack.



- 3 - 4 geführte Radtouren bzw. Mountainbiketouren pro Woche
- Leichte Radwege und anspruchsvolle Mountainbikestrecken
- Verleih von Mountainbikes
- Radkarten kostenlos
- Radraum und Waschgelegenheit für eigene Bikes im Alpenresort Schwarz

Sommersport-Pakete

- Wöchentlich 5 geführte Wanderungen oder Spaziergänge laut Sommer-Aktivprogramm.
- Bestens gepflegte Spazier- und Wanderwege am Mieminger Sonnenplateau in jedem Schwierigkeitsgrad.
- 5 bewirtschaftete Almhütten als Ziel traumhafter Almwanderungen am Mieminger Plateau.
- Kostenlose Wanderpläne an der Rezeption erhältlich.
- 5 Sterne Wanderwochen
- Individuelle Wanderungen oder Klettertouren
- 105 km beschilderte Nordic Walking Strecken
- 4 geführte Nordic Walking Touren pro Woche
- Verleih von Nordic Walking Stöcken

Wanderwochen

7 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhn Pension inklusive:

- Begrüßungsabend mit dem Bergführer und Tourenbesprechung
- 3 leichte bis mittelschwere Wanderungen
- 1 anspruchsvolle Berg- oder Klettertour
- alternativ 2 gemütliche Spaziergänge
- 1 Fackelwanderung
- 1 Hüttengaudi auf der Stöttlalm
- Hotel-Wanderbus, Bahnen und alle Hüttenjauseen inklusive
- Wanderausrüstung und Wanderstöcke leihweise
- Verleihung der Wandernadel
- 1 Teilmassage (25 min)
- Wandergeschenk zur Erinnerung

Pauschalpreis pro Person ab € 789,-

Termine:

06.04.14 – 13.04.14	24.08.14 – 31.08.14
25.05.14 – 01.06.14	21.09.14 – 28.09.14
15.06.14 – 22.06.14	19.10.14 – 26.10.14
06.07.14 – 13.07.14	16.11.14 – 23.11.14

Klettersteigwoche

7 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhn Pension inklusive:

- Begrüßungsabend mit gemeinsamer Zielsetzung und Tagesplanung
- 3 der schönsten Klettersteige in Tirol (Wank-Klettersteig, „Die Perle von Tirol“, Adlerklettersteig etc.) oder alternativ leichte Sportkletterei in den umliegenden Klettergärten (Ötztal und Nassereith)
- Informationsabend mit dem Kletterführer über Klettertechnik und Kletterausrüstung
- Kletterausrüstung, Transfer und Jauseen inklusive
- Gemeinsamer Wochenabschluss mit Abzeichen- und Tourenbuchverleihung, Wochenrückblick mit den Bildern der Woche
- 1 Teilmassage (25 min)

Profil/Anforderungen: Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, keine Klettersteig-Vorkenntnisse notwendig, maximal 6 Teilnehmer.

Pauschalpreis pro Person ab € 826,-

Termine:

13.07.14 – 20.07.14	17.08.14 – 24.08.14
---------------------	---------------------

Bike Eldorado Wochen

7 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhn Pension inklusive:

- Begrüßungsabend mit Bike-Stammtisch und Tourenbesprechung
- 3 leichte bis mittelschwere Biketouren (35 – 70 km, 2 bis 4 Stunden Fahrzeit)
- 1 E-Bike-Tour
- Mountainbikes der Firma KTM für alle Touren leihweise
- Radkarten und Toureninfos
- Waschplatz und Radraum für eigene Bikes
- Bustransfers, Bahnen und alle Hüttenjauseen inklusive
- 1 spezielle Nacken-Rücken-Massage (25 min)
- 1 Hüttengaudi auf der Stöttlalm
- CD mit Erinnerungsbildern

Pauschalpreis pro Person ab € 799,-

Termine:

18.05.14 – 25.05.14	13.07.14 – 20.07.14
22.06.14 – 29.06.14	17.08.14 – 24.08.14



- 27-Loch nahe dem Hotel, bespielbar von März bis November
- Wöchentlich Golfschnuppern kostenlos
- Attraktive Golfeinsteigerkurse mit Platzreifezertifikat
- Überdachte Driving Range
- Putting und Chippinggreens
- Eigene kostenlose Caddyboxen für Hotelgäste im Alpenresort Schwarz
- Sonderkonditionen und günstige Clubmitgliedschaften für Gäste
- Herrliche Golfregion, 4 weitere Plätze nur 20 - 40 Minuten entfernt: Seefeld Wildmoos, Innsbruck Rum, Lans, Achensee - Pertisau

Golf

Golf und alpine Natur pur!

Die außergewöhnliche Lage inmitten der Tiroler Berge, die Wahl zwischen unterschiedlichen Golf-Courses und die herrliche reine, frische Luft am Mieminger Sonnenplateau - drei Gründe für ein paar Runden auf dem „grünen Rasen“.

Weitere liefern wir Ihnen gerne: Das milde Klima am Plateau ermöglicht Golfsportlern von März bis November uneingeschränktes Vergnügen.

3 Autominuten entfernt vom Hotel finden Einsteiger und Handicapspieler eine 27-Loch-Golfanlage. Golfanfänger oder gute Handicaper mit wenig Zeit haben die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten auf dem 9-Loch-Parkcourse zu trainieren. Die Runde mit den gepflegten Fairways und schnellen Grüns ist in knapp eineinhalb Stunden zu absolvieren. Der seit dem Jahr 2008 bespielbare 18-Loch-Championcourse gilt auch für geübte Spieler als willkommene Herausforderung.

Der PAR 72-Meisterschaftsplatz bietet mit einer Länge von 6.550 Metern ein perfektes Golfvergnügen.

Gerade für einen Kurzurlaub ist es ideal, wenn Sie alle Golfangebote nahe dem Hotel vorfinden.

Golf Short Stay

3 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhhnpension inklusive:

- Golf-Begrüßungsgeschenk
- Caddy-Box
- Essen im Clubrestaurant Greenvieh
- 2 Tage Greenfee 18-Loch (Championcourse)

Pauschalpreis pro Person ab € 463,- Anreise So.

Golf Hit-Tage

4 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhhnpension inklusive:

- Golf-Begrüßungsgeschenk
- Caddy-Box
- Essen im Clubrestaurant Greenvieh
- 2 Tage Greenfee 18-Loch (Championcourse)

Pauschalpreis pro Person ab € 569,- Anreise So.



Golf Hit-Intensivwoche „Platzreife“

7 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhn Pension inklusive:

- Golf-Begrüßungsgeschenk
- 5 Tage Platzterlaubnis-Intensivkurs:
28 Unterrichtseinheiten, Bälle, Leihschläger und Rangefee
- 9-Loch Übungsrunde mit dem Golf-Pro inklusive Greenfee
- Starterpaket
- Platzterlaubnisprüfung (Hcp -54)
- Essen im Clubrestaurant Greenvieh

Pauschalpreis pro Person ab € 1.154,-

Golf Hit-Intensivwoche „Aufbau“

7 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhn Pension inklusive:

- Golf-Begrüßungsgeschenk
- Golf-Aufbaukurs mit 14 - 17 Unterrichtseinheiten
- Intensivkurs am Parkcourse / Intensivkurs am Champions-
course / Trainieren wie die Profis
- Bälle, Leihschläger und Rangefee
- Platzterlaubnisprüfung (Hcp -54)
- Essen im Clubrestaurant Greenvieh

Pauschalpreis pro Person ab € 1.104,-

Golf Hit-Intensivwoche „Player“

Mit der Golf Tirol Card spielen Sie auf den schönsten Plätzen Tirols.

7 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhn Pension inklusive:

- Golf-Begrüßungsgeschenk
- Caddy-Box
- Essen im Clubrestaurant Greenvieh
- 5 Tage Golf Tirol Card

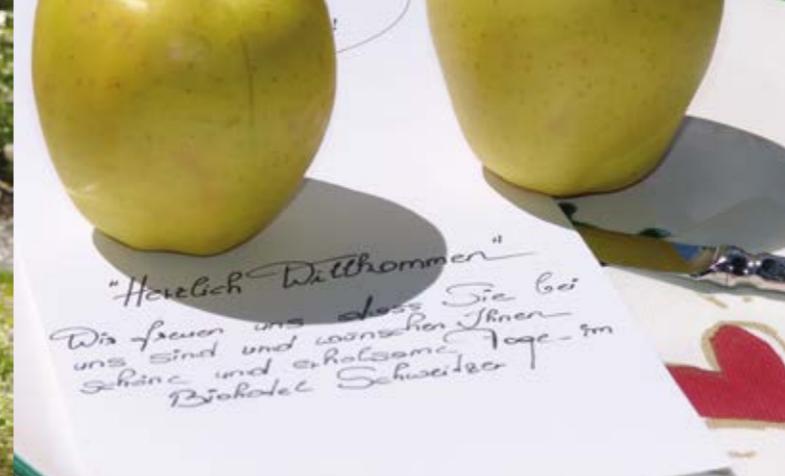
Pauschalpreis pro Person ab € 1.039,-

Greenfee Preise

Trainings-Academy Fee	€ 12,-
9-Loch Parkcourse	
Vorteilspreis 9-Loch Parkcourse	€ 28,-
Vorteilspreis 18-Loch Parkcourse	€ 41,-
18-Loch Championscourse	
Vorteilspreis	€ 66,-
Nachmittags-Greenfee	€ 52,-
Sunrise (9-Loch inkl. E-Car)	€ 41,-
Sundowner	€ 41,-
Kinderpreise (bis zum vollendeten 16. Lebensjahr)	
9-Loch Parkcourse	€ 14,-
18-Loch Parkcourse	€ 26,-
18-Loch Championscourse	€ 41,-
Golf Tirol Card (5 x 18 Loch Greenfee)	€ 330,-

Golfschulpreise

Einzelunterricht (Preise exklusive Rangebällen)	
25 min	€ 33,-
55 min	€ 64,-
55 min (PGA Head Pro)	€ 74,-
Gruppenunterricht	
1 Tag Golfluft schnuppern	€ 199,-
3 Tage Einsteigerkurs	€ 285,-
5 Tage Platzterlaubniskurs	€ 449,-
4 Tage Aufbaukurs	€ 399,-



Hitangebote

Der Schweitzer Hit

Raus aus dem Alltag, ein paar Tage in den Bergen entspannen und sich verwöhnen lassen. Die Schweitzer-Hitangebote sind für einen sommerlichen Kurzurlaub genau das Richtige!

4 herrliche Urlaubstage im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhpension inklusive

Pauschalpreis pro Person ab € 410,-

Termine

11.05.14 – 15.05.14	02.11.14 – 06.11.14
25.05.14 – 29.05.14	09.11.14 – 13.11.14
15.06.14 – 19.06.14	23.11.14 – 27.11.14
21.09.14 – 25.09.14	

Die Schweitzer Vorteilswochen

7 Tage urlauben und 6 Tage zahlen -
1 Urlaubstag ist gratis!

7 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhpension inklusive

Pauschalpreis pro Person ab € 696,-

Termine

11.05.14 – 18.05.14	07.09.14 – 14.09.14
22.06.14 – 29.06.14	19.10.14 – 26.10.14
29.06.14 – 06.07.14	02.11.14 – 09.11.14
31.08.14 – 07.09.14	23.11.14 – 30.11.14

Wellness- Pauschalangebote



8 Wellness-Sonntage

7 Übernachtungen
im Komfort-Doppelzimmer
mit Bio-Hauben-Verwöhpension inklusive:

- Bio-Vital-Begrüßungstrunk
- Bio-Galamenü
- Verwöhpmassage (50 min)
- Bio-Gesichtsbehandlung (80 min)
- Maniküre
- Öl-Basensalz-Massage

Pauschalpreis pro Person ab € 934,-

(Anreise Samstag oder Sonntag/Kategorie-
aufpreis und EZ-Zuschlag lt. Preisliste)

4 Bio-Relaxing-Tage

3 Übernachtungen
im Komfort-Doppelzimmer
mit Bio-Hauben-Verwöhpension inklusive:

- Bio-Vital-Begrüßungstrunk
- Maniküre
- Pediküre
- Verwöhpmassage (50 min)
- Massage nach Maß (50 min)

Pauschalpreis pro Person ab € 546,-

(Anreise Sonntag-Mittwoch/Kategorie-
aufpreis und EZ-Zuschlag lt. Preisliste)

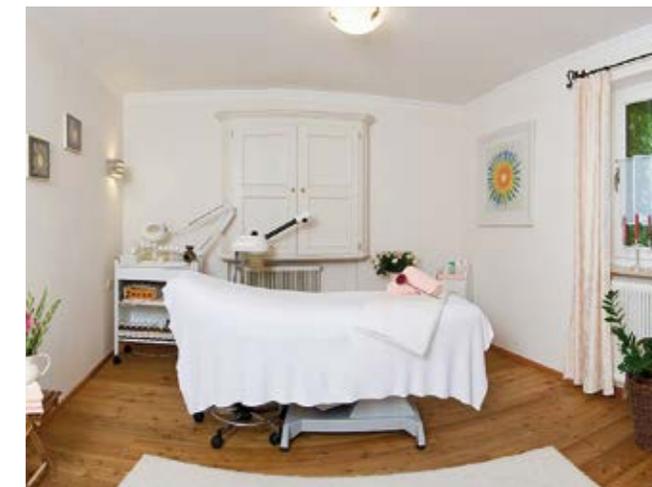
4 Bio-Dynamische-Vitaltage

3 Übernachtungen im
Komfort-Doppelzimmer
mit Bio-Hauben-Verwöhpension inklusive:

- Bio-Vital-Begrüßungstrunk
- Verwöhpmassage (50 min)
- Teilmassage
- Entgiftende Fuß-Salzmassage (25 min)

Pauschalpreis pro Person ab € 467,-

(Anreise Sonntag-Mittwoch/Kategorie-
aufpreis und EZ-Zuschlag lt. Preisliste)



Einzelanwendungen Kosmetik



Gesichtsbehandlung nach Maria Piper®

mit Rückendeblockade, Reinigung, Peeling,
Bioenergetischer Lymphdrainage und Vapozon,
Tiefenreinigung, Gesichtsmassage und Packung

80 min € 87,- 110 min € 99,-

Men´s Care

mit Reinigung, Peeling, Gesichtsmassage,
Pflegepackung

50 min € 60,-

Strahlender Teint

Reinigung, bioenergetische Gesichtsd-
rainage, Pflegepackung.

Die Vakuumdrainage im Gesichts-,
Hals- und Dekolleté-Bereich wirkt
entstauend, durchblutend, löst
Ablagerungen, Schlackenstoffe und
aktiviert das Lymphsystem

50 min € 63,-

Hand- und Fußpflege

Maniküre

50 min € 44,-
mit Lack € 49,-

Pediküre

50 min € 46,-
mit Lack € 51,-

Wimpern färben € 10,-

Augenbrauen färben € 7,-

Einzelanwendungen- Massage



Teilmassage 25 min € 36,-

Ganzkörpermassage 50 min € 64,-

Massage nach Maß 50 min € 64,-

Fußreflexzonenmassage 25 min € 36,-

Fußreflexzonenmassage 50 min € 64,-

Fußmassage

Verwöhnen sie Ihre Füße. Wahlweise

entschlackend, beruhigend oder erfrischend 25 min € 36,-

50 min € 64,-

Lymphdrainage 50 min € 64,-

Klangschalenmassage 50 min € 66,-

Öl-Basensalz-Massage

Regeneration für Niere und Haut 25 min € 38,-

Verwöhnmassage

Sanfte Massage mit wertvollen Ölen. Entspannend,
feuchtigkeitsspendend oder regenerierend 25 min € 40,-
50 min € 68,-

Energie für die Mitte

Wirkt straffend und fördert die Verdauung 40 min € 48,-

Bindegewebssmassage

mit Narbenentstörung 50 min € 69,-

Atembehandlung 50 min € 64,-

Mehr Achtsamkeit, Klarheit und
Lebensenergie. Befreiung von Ängsten.

Tragen Sie bitte zu dieser

Anwendung bequeme Kleidung.

Yoga

- seit 19 Jahren Tradition im Biohotel Schweitzer

Bereits seit 1995 ist Yoga im Biohotel Schweitzer fester Bestandteil des vielfältigen Hotelangebotes.

Frau Liesel Goltermann, eine der erfahrensten Yoga-Lehrerinnen Europas, leitete über viele Jahre hinweg die bei unseren Gästen so beliebten Yoga-Wochen. Dabei lehrte sie Yoga als einen „Weg des lebenslangen Lernens“, als einen Weg der Achtsamkeit, der uns hilft, zu uns selbst zu finden.

Dieser Bestimmung folgte sie aktiv bis ins hohe Alter von 96 Jahren, bis sie die Verantwortung und Leitung der Yoga-Seminare im Biohotel Schweitzer an ihre langjährigen Yogaschüler/innen Bernhard Frindt und Maria Okle übergab.



Sie geben den Geist des Yoga, den sie von ihrer Lehrerin Liesel über viele Jahre hinweg erfahren durften, im Rahmen unserer Yoga-Seminare weiter.

So ist Yoga ein Übungs- und Erfahrungsweg, der Sie im Alltag begleitet und wertvolle Impulse gibt, um den Herausforderungen unserer Zeit mit mehr Toleranz, menschlicher Wärme, Weitsicht und Kreativität zu begegnen.

Schöpfen Sie in diesen Tagen neue Kraft und Energie und genießen Sie unter anderem die herrliche Naturlandschaft, entspannende Wohlfühlbehandlungen und die kulinarischen Highlights unserer „Grünen Hauben-Köchin“ Frau Maria Schweitzer.

Glücksmomente - „Yoga und Wellness“

Frühlingserwachen für Körper und Geist. Bringen Sie Körper und Geist mit belebenden Yoga-übungen in Schwung und genießen Sie außerdem eine Wohlfühlmassage bei Monika oder eine Verwöhn-Kosmetikbehandlung bei Gabi.

3 oder 4 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhnspension inklusive:

- Bio-Galamenü
- täglich 3 Stunden Yoga (5 Einheiten)
- Die Stille der Natur bewusst erleben (Gehmeditation) mit anschließendem Frühstück auf der Stöttlalm
- Wohlfühlmassage oder Verwöhn-Kosmetik-Behandlung je 40 min
- Geführte Wanderungen im Rahmen des Wochenprogrammes
- Nutzung der kleinen Wellnessanlage mit Sauna, Dampfbad, Kneipp-Anlage im Haus
- Nutzung des luxuriösen SunWelly Spa und der Wasserwelten im Stammhaus Alpenresort Schwarz

3 Übernachtungen Pauschalpreis p.P. ab € 435,-
4 Übernachtungen Pauschalpreis p.P. ab € 581,-

Termine: 16.03.2014 - 19.03.2014
04.05.2014 - 08.05.2014

Tiroler Bergsommer - „Yoga und Wandern“

Erleben Sie die Einzigartigkeit der Tiroler Bergwelt bei Spaziergängen, Wanderungen oder Bergtouren und erfahren Sie auf dem Yoga-Weg, wie sich Körper und Geist verbinden. Freuen Sie sich auf eine Woche, in der Sie ganz im Einklang mit der Natur sein können.

6 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhnspension inklusive:

- Bio-Galamenü
- täglich 3 Stunden Yoga (11 Einheiten)
- Sonnenaufgang über dem Inntal (Morgenmeditation)
- Mondschein am Mieminger Plateau (Abendspaziergang)
- Geführte Wanderungen im Rahmen des Wochenprogrammes
- Nutzung der kleinen Wellnessanlage mit Sauna, Dampfbad, Kneipp-Anlage im Haus
- Nutzung des luxuriösen SunWelly Spa und der Wasserwelten im Stammhaus, Alpenresort Schwarz

6 Übernachtungen
Pauschalpreis pro Person ab € 825,-

Termin: 24.08.2014 - 30.08.2014

Der goldene Herbst - Yoga und Meditation

Herbst ist die Zeit der Ernte und die Zeit um Danke zu sagen. Man kommt zur Ruhe und blickt schon voraus auf die nahende Adventzeit.

3 Übernachtungen im Komfort-Doppelzimmer mit Bio-Hauben-Verwöhnspension inklusive:

- Bio-Galamenü
- täglich 3 Stunden Yoga (5 Einheiten)
- „Maria Locherboden bei Nacht“ (Abendmeditation)
- Geführte Wanderungen im Rahmen des Wochenprogrammes
- Nutzung der kleinen Wellnessanlage mit Sauna, Dampfbad, Kneipp-Anlage im Haus
- Nutzung des luxuriösen SunWelly Spa und der Wasserwelten im Stammhaus, Alpenresort Schwarz

3 Übernachtungen
Pauschalpreis pro Person ab € 414,-

Termin: 26.10.2014 – 29.10.2014

Fasten



Unter der fachkundigen Betreuung von unserer Fastenleiterin Karin Trommsdorff - Heilpraktikerin, Feldenkraislehrerin, Pädagogin, ärztlich geprüfte Fastenleiterin, Yoga- und Qi Gong-Lehrerin finden auch 2014 wieder unsere bewährten Fastenwochen im BIOHOTEL SCHWEITZER statt:



Das Fasten ist so alt wie die Völker der Erde.

In allen Kulturen wusste man immer, dass das Fasten mit seiner Wirkung den Körper entschlacken, reinigen und heilen kann und zur Klärung der Seele und Erleuchtung und Wachheit des Geistes führte.

Heute ist Fasten unter sachkundiger Leitung weit mehr als nur eine Diät. Es ist Fitness und Freude, Konzentration und Kraft. Außerdem ist es eine qualitative Erfahrung von Besinnung und Entspannung.

Nicht nur wenn man lästige Kilos loswerden will, ist eine Fastenkur sinnvoll. Fasten ist auch für „Schlanke“ eine bereichernde Erfahrung. Vorbeugendes Heilfasten für Gesunde, die bewusste Auseinandersetzung mit dem Thema Essen und dem eigenen Konsumverhalten, all das ist Voraussetzung für einen gesunden Körper.

Zusätzlich erreichen wir eine Stärkung des Immunsystems und eine Linderung oder Heilung bei ernährungsbedingten Erkrankungen und Allergien.

- Unterkunft im Komfort-Doppelzimmer
- Fastenverpflegung aus biologischem Anbau
- Medizinische Fastenbetreuung mit täglichem Einzel-Kurzcheck am Morgen
- Vorträge und Gesprächskreise über Ernährung, Gewichtsreduktion, Wirksamkeit von Herz-Kreislauftraining und Entspannungstechniken
- Täglich Wanderungen in die erholsame Bergwelt
- Ausgewogene Bewegungsangebote am Morgen und Abend (Yoga, Rückenschule, Entspannungsübungen, Qigong)
- Nach Wahl eine Fußreflexzonenmassage, Tuina-Massage oder

- Rückenmassage (je 30 Min)
- Entsäuerungsfußbäder nach Dr. Jentschura
- Nutzung der kleinen Wellnessanlage mit Sauna, Dampfbad, Kneippanlage und Infrarotkabine – Wärme und Wohlbefinden
- Nutzung des Wellness- und Entspannungsbereiches sowie der Wasserwelten im Stammhaus, dem Alpenresort Schwarz

Pauschalpreis pro Person im Komfort-DZ € 953,-

Termin: 08.03.2014 - 15.03.2014 06.09.2014 - 13.09.2014

Wie wir atmen, leben wir -
wie wir leben, atmen wir!



Der Fluss
der Lebensenergie



Atempädagogik als Weg zum Wohlbefinden

Atempädagogik nach der Middendorf-Methode ist ein zentraler psychosomatischer Zugang zu sich selbst. Im Mittelpunkt steht der Mensch als Einheit von Körper, Geist und Seele; das verbindende Element ist der Atem.

Jeder Mensch erwirbt im Laufe seines Lebens Körperspannungs- und Atemmuster, die für ihn typisch sind und zu Störungen im gesamten Organismus führen können. Die atempädagogische Tätigkeit ist ressourcenorientiert und ermöglicht Menschen, ihre individuellen Potenziale zu entfalten.

Zusätzliche Atem-Einzelbehandlungen: € 64,- / 50 min.

3 Übernachtungen inklusive Bio-Hauben-Verwöhnspension und Atemworkshop mit Monika – 10,5 h Atempädagogik (3 x 17.00 – 19.00 Uhr / 3 x 8.00 – 9.30 Uhr)

Pauschalpreis pro Person im Komfort-DZ € 498,-

Termine: 23.03. – 26.03.2014 28.09. – 01.10.2014
18.05. – 21.05.2014 08.12. – 11.12.2014

Kursleitung: Monika Hiel-Höpperger, akad. Atempädagogin
Mindestens 3 Teilnehmer, Anmeldung bis 14 Tage vor dem Workshop möglich.

Jin Shin Jyutsu Selbsthilfekurs

Jin Shin Jyutsu ist eine mehrere tausend Jahre alte Kunst zur Harmonisierung der Lebensenergie im Körper. Indem wir unsere Hände sanft auf bestimmte Bereiche legen, harmonisiert sich der Fluss der Lebensenergie.

Die Grundlagen der Harmonisierung werden in Theorie und Praxis vermittelt.

Kursinhalt:

- einige der 26 Sicherheitsenergieschlösser
- Selbsthilfeenergieströme des Körpers
- Bedeutung von Fingern und Zehen in Theorie und Praxis
- Skriptum für zu Hause

3 Übernachtungen inklusive Bio-Hauben-Verwöhnspension
Jin Shin Jyutsu Workshop mit Silvia Margreiter

Pauschalpreis pro Person im Komfort-DZ € 498,-

Termin: 26.06. - 29.06.2014

Kursleitung: Monika Margreiter, Dipl. Gesundheits-Krankenschwester und Jin Shin Jyutsu Praktikerin
Mindestens 3 Teilnehmer
Anmeldung bis 14 Tage vor dem Workshop möglich.
Einzelbehandlungen: € 64,- / 50 min.

Und wenn es Winter wird...



- Wöchentlich 4 - 5 geführte Wanderungen und Schneeschuhwanderungen
- Wöchentlich 3 geführte Langlauftouren
- Montag - Freitag Skishuttle nach Hochötzt kostenlos
- Skisafari in die schönsten Skigebiete Tirols
- Langlaufausrüstung leihweise
- Kinderskiverleih im Alpenresort Schwarz
- Rodeln, Varianten-Skifahren, Tourengehen, Eisstockschießen



Was Sie sonst noch wissen sollten:

An- und Abreise:

Bitte legen Sie An- und Abreise auf das Wochenende.

Die Zimmer sind ab 15.00 Uhr beziehbar.

Wir bitten Sie, Ihr Zimmer bis 11.00 Uhr freizugeben.

Anzahlung: Anzahlung bei Fixreservierung € 250,- pro Zimmer auf folgende Konten:

Österreich: Raika Mieminger Plateau,
BLZ 36276, Konto Nr. 21, 691, IBAN AT26 3627 60000002 1691,
Swift BIC RZTIAT 22276;

Deutschland: Raika Mittenwald,
BLZ 70169459, Konto Nr. 87491, Swiftcode GENODE FIMTW;

Schweiz: Überweisungen in €:

auf die acrevis Bank St. Gallen in 9004 St.Gallen

Kto.-Nr. 160.393.034.03, BLZ 6900

IBAN: CH52 0690 0016 0393 0340 3 SWIFT: CASGCH22XXX

Bitte mit dem Vermerk: Biohotel Schweitzer

Sollten Sie die Überweisung sehr kurzfristig 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. Benutzer haften für Schäden, die durch ihren Hund entstehen.

Nichtraucher: Wir sind ein ausdrückliches NICHTRAUCHER-HOTEL

Reise Storno Versicherung: 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 € 5,- pro Person und Tag. Kinder bis 15 Jahre bezahlen keine Stornoversicherung.

Stornierungen: Es gelten die international üblichen Stornobedingungen. Zimmerstornierungen sind nur schriftlich gültig. Bis zu 3 Monate vor Urlaubsantritt keine Stornokosten, ab 3 Monate bis 1 Monat vor Urlaubsantritt stellen wir 3 Tage in Rechnung, ab 1 Monat vor Urlaubsantritt oder bei vorzeitiger Abreise verrechnen wir 80% des gebuchten Aufenthaltes.

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

Pauschalen: sind generell auf Basis Komfort-Doppelzimmer kalkuliert. Aufpreis für höhere Kategorien und Einzelzimmerzuschläge laut Preisliste!
Preisvorteil - es gilt immer nur 1 Preisvorteil, jedoch der für den Gast günstigste!

Taxi: Taxipreis Bahnhof oder Flughafen Innsbruck € 60,-, Bahnhof Seefeld oder Ötztal (wir empfehlen den Bahnhof Ötztal für Anreisen aus der Schweiz) € 35,-, Bahnhof Telfs € 19,-, Bahnhof Landeck € 80,-, Flughafen München € 250,-.

Wechselkurs: Die Umrechnung in CHF erfolgt zum aktuellen Tageskurs.
Zahlungsart: Barzahlung, Travellerschecks 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.



Biohotel Schweitzer

A-6414 Mieming | Barwies 292

Tel. +43/5264-5285

Fax +43/5264-5285-30

info@biohotel.at

Flughafen Innsbruck	32 km	30 min
Flughafen München	180 km	2 h
Flughafen Salzburg	218 km	2 h



www.biohotel.at

