



AT - Genusswelten

BEST OF SPECIAL WEEKS

genießen | relaxen | innehalten

03.11.2024 - 10.11.2024



Golden days ahead.

Wie Blumen auf den Baumkronen zeigen sich die bunten Blätter des Herbsts, während Sie gemeinsam mit unseren Wanderführern entspannte Touren durch die Dolomitenwelt unternehmen und sich beim anschließenden Gourmetmenü von uns verzaubern lassen. Tun Sie es der Natur gleich und stimmen Sie sich bei entspannten Meditationen, Bewegungseinheiten und Yoga-Workshops auf die schönste Jahreszeit ein.

at – genusswelten – best of special weeks highlights

ALLE YOGA- UND ENTSPANNUNGSEINHEITEN FINDEN IM BEWEGUNGSRAUM STATT.

FÜR ALLE EINHEITEN UND WANDERUNGEN BITTEN WIR UM ANMELDUNG INNERHALB 19.00 UHR DES VORTAGES AN DER REZEPTION.

montag

- UM 08.⁰⁰ Verwöhn Momente mit Dr. Boos Produkten
- UM 09.⁰⁰ Wanderung mit Wanderführer Axl von Brückeke auf das Hochplateau Plätzwiese
- UM 09.⁰⁰ Herbstwanderung auf den Roskogel mit Wanderführer Anton
- AB 15.¹⁵ Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna
- UM 21.³⁰ Träume Meditation mit Manuela & Ira im Panoramaruheraum

dienstag

- UM 09.⁰⁰ Wanderung mit Wanderführer Anton auf den Kühwiesenkopf
- UM 10.⁰⁰ Yoga Workshop „Gesunder Rücken“ mit Magdalena
- UM 12.⁰⁰ Gemütlicher Spaziergang mit Axl zu „AlpenHigh“ Seppila mit anschließender Schnaps-Verkostung.
- UM 15.⁰⁰ Yoga mit Magdalena
- AB 15.¹⁵ Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna
- UM 17.¹⁵ "Best Of" Showaufguss mit Lukas & Daniel
- AB 18.⁴⁵ Küchenparty „Törggelen Edition“ in der AT-Küche
- UM 21.³⁰ High End Verkostung im AT-Weinbunker - Master Class Weißes Cuvée Südtirol mit Sommelier Max
(begrenzte Teilnehmeranzahl | 45,-€)

mittwoch

- UM 09.⁰⁰ Morning Yoga mit Magdalena
- UM 09.⁰⁰ Highlight Wanderung um die weltberühmten Drei Zinnen mit Wanderführerin Zenzi
- UM 15.⁰⁰ Tipps und Anregungen für Ihr Ausdauertraining mit Lukas
- UM 15.⁰⁰ Rückengymnastik mit Daniel
- AB 15.¹⁵ Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna
- UM 15.³⁰ Sonnenuntergangswanderung auf den Lutterkopf mit Wanderführer Axl
- UM 17.⁰⁰ Infopoint Nui Cosmetics mit Manuela
- UM 21.³⁰ Geführtes Rumtasting mit Master Rummelier & IHK Barmeister Stefan Lercher
Anmeldung an der Rezeption, bis Mittwoch 12.00 Uhr (begrenzte Teilnehmerzahl) | 18,-€

donnerstag

- UM 09.⁰⁰ Wanderung mit Wanderführer Axl zu den wunderschönen Armentara Wiesen
- UM 10.⁰⁰ Yoga Workshop „Klassik Hatha“ mit Magdalena
- UM 15.⁰⁰ Yin Yoga mit Magdalena
- AB 15.¹⁵ Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna
- AB 18.⁴⁵ Highlight Galadinner
- AB 19.⁰⁰ BIS 24.⁰⁰ Lange Saunanacht- mit Highlight Aufgüssen bis 23.15 Uhr

freitag

- UM 09.⁰⁰ Wanderung auf den Monte Piana mit Wanderführer Axl
- AB 15.¹⁵ Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna
- AB 18.⁴⁵ Gourmetmenü mit Käse Verkostung mit Florian von „Goasglick“
- UM 21.³⁰ High End Verkostung im AT-Weinbunker- Master Class Bordeaux Blends mit Sommelier Max
(begrenzte Teilnehmeranzahl | 50,-€)

samstag

- UM 08.³⁰ Wanderung mit Wanderführer Daniel zum traumhaften Lago delle Baste
- UM 10.⁰⁰ Workshop Kundalini Yoga mit Magdalena
- UM 15.⁰⁰ Meditationsreise "Kraft des Waldes" mit Mäggi
- AB 15.¹⁵ Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna
- 15.³⁰ BIS 16.³⁰ Herbstzauber mit dem AT-Rezeption-Team und AT-Haustechnik-Team
- AB 18.⁴⁵ Highlight Dinner mit Gastkoch Daniel Niederkofler vom Arieshof in St. Lorenzen

sonntag

- AB 07.¹⁵ Gourmet Frühstück mit besonderen Highlights

Montag

08.00 Uhr: Verwöhn Momente mit Dr. Boos Produkten mit Nadine an der Beauty Rezeption

09.00 Uhr: **Wanderung von Brückekele auf das wunderschöne Hochplateau Plätzwiese**

Die Rundwanderung im Altpragsertal beginnt am Parkplatz beim Hotel „Brückekele“ und führt auf Weg Nr. 18 durch Wald und Wiesen, entlang des Stolla-Bachs. Nach etwa 1,5 Stunden erreicht man die Stolla Alm, umgeben von den Felswänden des Dürrenstein und der Hohen Gaisl. Von dort geht es auf Weg Nr. 3 weiter zur Plätzwiese, einem Hochplateau mit beeindruckender Bergkulisse.

Schwierigkeit: mittelschwer | Höhendifferenz: 500 m | Gehzeit: 3,5 - 4 h

09.00 Uhr: **Wundervolle Herbstwanderung auf dem Rosskogel bei Toblach**

Die Wanderung auf den Rosskogel beginnt in Frondeigen und führt über Wald-, Lärchen- und Bergwiesen zum Gipfel, von dem man einen herrlichen 360°-Panoramablick auf die Dolomiten, Toblach und den Toblacher See genießt. Der Aufstieg ist leicht und belohnt mit beeindruckenden Ausblicken auf die umliegenden Berggipfel und Täler.

Schwierigkeit: mittelschwer | Höhendifferenz: 500 | Gehzeit: 3-4 h

Ab 15.15 Uhr: Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

21.30 Uhr: **Ein besonderes Highlight:** Träume-Meditation mit Manuela & Ira im Panoramaruheraum



Dienstag

09.00 Uhr: **Traumhafte Wanderung auf den Kühwiesenkopf in Prags**

Eine angenehme Bergwanderung führt vom Prager Wildsee über den Riedlhof zur „Franz-Josefshöhe“, die eine beeindruckende Rundumsicht auf die Zillertaler Alpen im Norden und die Dolomiten im Süden bietet. Nach dem Gipfelerlebnis kehren wir auf demselben Weg zum Ausgangspunkt zurück.

Schwierigkeit: mittelschwer | Höhendifferenz: 640 m | Gehzeit: 4 h

10.00 Uhr: Yoga Workshop „Gesunder Rücken“ mit Magdalena

12.00 Uhr: **Gemütlicher Spaziergang mit Axl zu „AlpenHigh“ Seppila mit anschließender Verkostung.**

Verkostung von Bergschnäpsen und Edellikören aus eigener Produktion im Rahmen einer Märchenstunde mit Jimmy Holzer

15.00 Uhr: Yoga mit Magdalena

Ab 15.15 Uhr: Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

17.15 Uhr: **„Best Of“ Showaufguss** mit Lukas & Daniel

Ab 18.45 Uhr: **Küchenparty „Törggelen Editon“ – entdecken Sie die Geheimnisse unserer AT-Küche**

Erleben Sie das Törggelen in einer neuen Form bei unserer Küchenparty, wo traditionelle und modern interpretierte Törggelen-Klassiker aufeinandertreffen. Genießen Sie die lebendige Atmosphäre unserer Küche, treffen Sie unsere talentierten Köche und entdecken Sie die Geheimnisse hinter den einzigartigen Kreationen.

21.30 Uhr: **High End Verkostung im AT-Weinbunker
Master Class Weißes Cuvèe Südtirol**

Unser Weingebiet Südtirol ist bekannt für außergewöhnliche Weißweine. Die Speerspitzen bilden unter anderen die großen Cuvèes verschiedener Kellereien. Unter der Leitung von Sommelier Max werden wir verschiedene Interpretation der jeweiligen Kellermeister verkosten. Freuen Sie sich auf eine unvergessliche Reise mit den heimischen Speerspitzen dieser Weinstilistik.

(max. 14 Personen | 45,-€)

Mittwoch

09.00 Uhr: Morning Yoga mit Magdalena

09.00 Uhr: **Highlight Wanderung um die weltberühmten Drei Zinnen**

Die Drei-Zinnen-Umrandung beginnt bei der Auronzohütte und führt über den Wanderweg Nr. 101 zur Lavaredo-Hütte und weiter zum Paternsattel, von wo man die beeindruckenden Drei Zinnen bewundern kann. Der Weg führt dann zur beliebten Drei-Zinnen-Hütte und weiter über den Weg Nr. 105 zur Langalm. Schließlich gelangt man über die Col-de-Medo-Scharte zurück zum Ausgangspunkt an der Auronzohütte.
Schwierigkeit: mittelschwer | Höhendifferenz: 400 m | Gehzeit: 4 h

15.00 Uhr: Tipps & Anregungen für Ihr Ausdauertraining mit Fitnesstrainer Lukas

15.00 Uhr: Rückengymnastik mit Daniel

Ab 15.15 Uhr: Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

15.30 Uhr: **Sonnenuntergang auf den Lutterkopf mit Wanderführer Axl**

Wir starten beim Mudlerhof Parkplatz (1.432m) oberhalb von Taisten und steigen hoch durch dichten Bergwald zum Lutterkopf. Ein sanfter, gemütlicher Wanderberg mit erstaunlicher Aussicht auf das Pustertal und die Dolomiten. Der Berg ist der erste Gipfel eines langen Kammes, der das Antholzertal flankiert.
Schwierigkeit: mittelschwer | Höhendifferenz: 530 m | Gehzeit: 3,5 h

17.00 Uhr: Infopoint Nui Cosmetics mit Manuela

21.30 Uhr: **Geführtes Rumtasting mit Master Rummelier & IHK Barmeister Stefan Lercher**

Lassen Sie sich in die faszinierende Welt des Rums entführen, während Sie verschiedene Sorten probieren und interessante Einblicke in die Geschichte und Herstellung dieses edlen Getränks erhalten. Genießen Sie die perfekte Kombination aus Expertise und Genuss in einer geselligen Atmosphäre. (max. 12 Personen | 18,-€)

Donnerstag

09.00 Uhr: **Wanderung mit Axl zu den herbstliche Armentara Wiesen**

Die Wanderung zur Wallfahrtskirche Heiligkreuz (La Crusc) führt von Wengen durch sonnige Wiesen und schattige Wälder hinauf zum malerischen Höhenkirchlein am Fuße des Heiligkreuzkofels, begleitet von der beeindruckenden Kreuzkofelgruppe. Nach etwa zwei Stunden sanften Aufstiegs genießen wir die Aussicht auf die Hochebene der Gardenaccia und die Marmolada, bevor wir zum Ausgangspunkt zurückkehren.
Schwierigkeit: mittelschwer | Höhendifferenz: 400 | Gehzeit: 3,5 h

10.00 Uhr: Yoga Workshop „Klassik Hatha“ mit Magdalena

15.00 Uhr: Yin Yoga mit Magdalena

Ab 15.15 Uhr: Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

Ab 18.45 Uhr: **Highlight Galadinner**

Ein Galadinner der Extraklasse - ein Abend voller Genuss beginnt.



Freitag

09.00 Uhr:

Highlight Wanderung mit Wanderführer Axl auf den Monte Piana

Die Route führt uns ausgehend vom Parkplatz in der Nähe des Misurina See zum Rifugio Bosi und zu einer kleinen Kapelle, die den Gefallenen des Ersten Weltkriegs gewidmet ist. Während des Ersten Weltkrieges war der Monte Piana ein vielumkämpftes Gebiet: Am Nordgipfel waren die Österreicher, am Südgipfel die Italiener. Zur Verteidigung wurden Stellungenanlagen, Tunnels, Stollen und Schützengräben errichtet. Diese kann man heute noch besichtigen. Mit den Drei Zinnen im Vordergrund, hat man von hier wahrscheinlich eine der schönsten Aussichten im gesamten Dolomitengebiet.
Schwierigkeit: mittelschwer | Höhendifferenz: 560 m | Gehzeit: 4- 5 h

Ab 15.15 Uhr: Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

Ab 18.45 Uhr: Gourmetmenü mit Käseverkostung mit Florian von der Hofkäserei „Goasglick“

21.30 Uhr: High End Verkostung im AT-Weinbunker Master Class Bordeaux Blends

Ein Bordeaux Blend ist ein Weinstil, der aus den im französischen Bordeaux kultivierten Rebsorten hergestellt wird – Cabernet Sauvignon, Merlot, Cabernet Franc, Petit Verdot und Malbec.
Unter der Leitung von Sommelier Max werden wir große Vertreter verschiedene Weinbaugebiete verkosten.
Freuen Sie sich auf eine Reise durch die Welt dieser Weinstilistik.
(max. 14 Personen | 50,-€)

Samstag

08.30 Uhr:

Wanderführer Daniel wandert mit Ihnen zum traumhaften Lago delle Baste

Die Wanderung startet am Giau-Pass und führt durch das Val di Zonia, vorbei an der Forcella Col Piombin, hinauf zur Forcella Passo Giau. Von dort bietet sich ein spektakulärer Blick auf die Tofane und 5 Torri, während man weiter zum Lago delle Baste gelangt, wo die beeindruckende Spiegelung des Pelmo im See zu sehen ist.
Schwierigkeit: einfach | Höhendifferenz: 300 | Gehzeit: 3,5 h

10.00 Uhr: Workshop „Kundalini Yoga“ mit Magdalena

15.00 Uhr: Meditationsreise „Kraft des Waldes“ mit Mäggi

Ab 15.15 Uhr: Erleben Sie ab 15.15 Uhr stündlich Highlight-Themenaufgüsse in unserer Erlebnissauna

15.30 Uhr: „Herbstzauber“ mit dem AT-Rezeption-Team und AT-Haustechnik-Team auf der Hotelterrasse

Wir laden Sie herzlich zu einer gemütlichen Runde bei Kastanien, Glühwein und Ziehharmonika-Stimmung ein.

Ab 18.45 Uhr: Highlight Dinner mit Gastkoch Daniel Niederkofler

Freuen Sie sich auf ein exklusives Highlight-Dinner mit Gastkoch Daniel Niederkofler vom Arieshof in St. Lorenzen. Genießen Sie seine raffinierten Kreationen, die Tradition und Innovation auf köstliche Weise vereinen, und erleben Sie einen unvergesslichen Abend voller kulinarischer Höhepunkte.

Sonntag

Ab 07.15 Uhr:

Genießen Sie ein Gourmet Frühstück mit besonderen Highlights

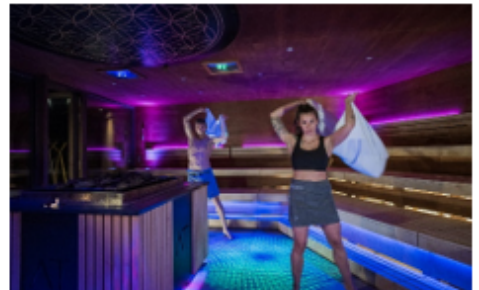
Freuen Sie sich auf Fin de Claire Austern | Pochiertes Ei | Schokobrunnen mit frischen Früchten
Weißwurst mit Brezen | Weißbier | Chai Latte

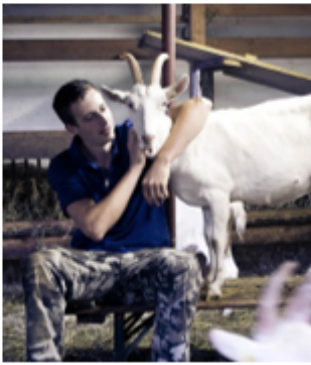
Heute um 16.00 Uhr schließen wir unser Hotel:

Die Schwimmbäder sind für Sie von 07.00 Uhr bis 16.00 Uhr geöffnet, die Saunen von 10.00 bis 16.00 Uhr. Heute verwöhnen wir Sie ab 11.15 Uhr stündlich mit 5 Highlight Aufgüssen in der Eventsauna
Wir laden Sie zum Mittagsbuffet von 12.30 Uhr bis 15.00 Uhr ein.

Wir wünschen Ihnen eine wundervolle AT-Genusswelten Woche.

Familie Feichter und das gesamte AT-Team ❤️





Daniel Niederkofler

Chefkoch vom Arieshof in St. Lorenzen

Daniel Niederkofler ist ein passionierter Koch aus dem Ahrntal und ist heute Küchenchef im Restaurant im Arieshof in St. Lorenzen. Seine kulinarische Philosophie basiert auf regionalen und saisonalen Zutaten, die aus biologischer und nachhaltiger Landwirtschaft stammen. Neben seiner Tätigkeit als Koch ist er auch als Biolandwirt, Fischer, Imker und Jäger aktiv, was seinen Ansatz der 0-km-Küche perfekt ergänzt. Gemeinsam mit seiner Frau Marion führt er den Maurmairhof, wo sie Ziegen züchten und Fleisch veredeln. Niederkofler ist ein weitgereister Koch mit Erfahrung in Ländern wie Spanien, Portugal, England und

Neuseeland, die seine Leidenschaft für hochwertige Lebensmittel geprägt haben. Besonders wichtig sind ihm Regionalität und die Verarbeitung von Naturprodukten, die er selbst produziert. Mit viel Engagement und Liebe zum Detail bietet er ein kulinarisches Erlebnis, das die Gäste auf eine nachhaltige Genussreise mitnimmt.



Stefan Lercher

Master Rummelier & IHK Barmeister

Stefan Lercher ist ein anerkannter Master Rummelier und IHK-Barmeister, der sich auf exklusive Spirituosen und hochwertige Cocktails spezialisiert hat. Seine Leidenschaft für Rum und die Kunst des Mixens hat ihn zu einem gefragten Experten in der Barszene gemacht. Als Master Rummelier verfügt er über tiefgehendes Wissen rund um die Welt des Rums, von der Herkunft und Herstellung bis hin zu den feinsten Aromen und Nuancen dieser Spirituose, das er aufspannende und unterhaltsame Weise vermittelt. Besonders beeindruckend sind seine Geschichten von Reisen zu Zuckerrohrplantagen und seine

tiefgehenden Sensorik-Schulungen. Seine Verkostungen sind nicht nur informativ, sondern auch ein Genuss für die Sinne. Neben seiner Spezialisierung auf Rum ist Stefan Lercher auch ein erfahrener Barmeister, der regelmäßig Schulungen und Tastings anbietet. Er ist bekannt für seine Fähigkeit, komplexe Aromen in einzigartigen Cocktails zu kombinieren und seinen Gästen ein unvergleichliches Geschmackserlebnis zu bieten. Durch seine Arbeit trägt er zur Verfeinerung der Barkultur bei und begeistert sowohl Liebhaber als auch Fachleute mit seinem Können.



Josef Holzer

Alpen High® - Seppila

Josef Holzer, „Jimmy“ ist ein Tausendsassa, Querdenker und kreativer Geist, der immer wieder neue Ideen in die Tat umsetzt. Alpen High Seppila ist ein bodenständiges Unternehmen, dessen erklärtes Ziel es ist, hochwertige Schnäpse und Liköre herzustellen, und dabei größtenteils natürliche Ausgangsstoffe zu verwenden. Alle Aromen für diese Schnäpse und Liköre werden durch eine Extraktion von diversen Kräutern, Wurzeln, Beeren oder Früchten gewonnen. Das besonders elegante Verfahren von Alpen High® - Seppila ist es, eben diesen Kornbrand als Lösungsmittel zu verwenden und so mit Hilfe

verschiedenster Naturprodukte neue, überraschende und natürliche Geschmacksexplosionen zu kreieren.



Florian Wolfsgruber

Goasglick

Die Hofkäserei GoasGlick liegt malerisch eingebettet auf 1575 Metern über dem Meeresspiegel im kleinen Dorf Oberwienbach bei Bruneck, auf dem traditionsreichen Hof „Oberwolsgrube“. Die Geschichte dieses denkmalgeschützten Hofes reicht bis ins Jahr 1545 zurück. Heute wird der Hof von Florian und Ulrike mit großer Hingabe und Leidenschaft geführt. Dabei legen sie besonderen Wert auf nachhaltige Bewirtschaftung und höchste Qualitätsstandards. Auf den saftigen Bergwiesen rund um den Hof weiden rund 80 Milchziegen verschiedener Rassen: Die Bunte Deutsche Edelziege, die Saanenziege und die

Anglo-Nubier-Ziege. Das Ergebnis dieser artgerechten Haltung und der naturnahen Bewirtschaftung ist eine besonders reichhaltige und geschmackvolle Milch, die die Grundlage für den hochwertigen Ziegenkäse bildet. Der Käse, der in sorgfältiger Handarbeit hergestellt wird, zeichnet sich durch seinen einzigartigen, intensiven Geschmack aus, der die Aromen der Bergkräuter und Gräser einfängt und in jeder Käsesorte wieder spiegelt.