



TEVINI

DOLOMITES CHARMING HOTEL

* * * * S

Daolasa, Via della Fantoma, 8
38020 - Commezzadura - Val di Sole - Trentino

T. +39 0463 974985
F. +39 0463 974892

Programma settimanale delle attività Sport, Natura e Benessere

LUNEDÌ:

Yoga: con la nostra insegnante **Sonia Tevini**, diplomatasi in India presso la “Satyananda Bihar School”. Avrete l'occasione di partecipare ad una sessione di Hatha Yoga nella quale vi verranno illustrate le pratiche che da millenni vengono tramandate per raggiungere un piacevole **rilassamento** e benefico effetto su **mente e corpo**.

Orario: 9:00 | 10:00 - presso la sala yoga dell'hotel

MARTEDÌ:

Giornata dedicata allo **sport**, sciare in Val di Sole, con impianti moderni e all'avanguardia ma soprattutto vivendo l'esperienza di una vacanza sulla neve tra le Dolomiti di Brenta, nella Ski area Campiglio Dolomiti di Brenta Val di Sole Val Rendena

Quest'area è inserita nel più vasto comprensorio sciistico integrato del Trentino ovvero Folgarida, Marilleva, Madonna di Campiglio e Pinzolo, con oltre 150 km di piste emozionanti.

Possibilità di sci accompagnato | Attività a pagamento

MERCOLEDÌ:

Passeggiata rigenerante e rinfrescante sulla neve. con partenza a piedi dall'hotel alle ore 9:30. Faremo un percorso con pendenze massimo al 10% dove mettere in pratica gli insegnamenti della nostra guida, conoscendo le pratiche di **respirazione e movimento** durante la passeggiata

Orario 9:30 | 12:00 - difficoltà facile

Degustazione vini nella nostra Cantina

Lasciatevi sedurre dall'aroma, dalla fragranza e dal colore dorato di uno vino tipicamente trentino.

Trovare il vino perfetto per ogni piatto può risultare un'impresa ardua. Con la nostra ricca scelta delle migliori etichette vi verrà voglia di provarli tutti!

Orario 18:00 – 19:00 | Attività a pagamento

GIOVEDÌ:

Escursione nel Gruppo Ortles-Cevedale. Si raggiunge Malga Bronzolo, partendo da Ortisé, accompagnati durante il cammino da un'emozionante vista sulle vette innevate della Presanella. E poi, prima del nostro rientro, gusteremo i piatti tradizionali della cucina trentina presso Malga Stabli.

Orario 09:00 | 15:45 - difficoltà medio

Attività a pagamento organizzata da Apt Val di Sole | Prenotazione necessaria



TEVINI

DOLOMITES CHARMING HOTEL

* * * * S

Daolasa, Via della Fantoma, 8
38020 - Commezzadura - Val di Sole - Trentino

T. +39 0463 974985
F. +39 0463 974892

VENERDI:

Escursione nel Parco Naturale Adamello Brenta: suggestiva vista sulle Dolomiti di Brenta, patrimonio dell'UNESCO, per poi proseguire nel cuore della Skiarea Campiglio Dolomiti di Brenta, dove ci concederemo un buonissimo pranzo nella tipica "Baita Ciocomiti - Malga Vigo".

Attività a pagamento organizzata da Apt Val di Sole | Prenotazione necessaria

Tempo per se, tempo per lo Yoga: Praticare yoga aiuta a sciogliere le tensioni, a concentrarsi su sé stessi e a raggiungere la pace dei sensi. L'alternanza di tecniche di respirazione e movimenti del corpo sono il segreto per l'introspezione e la concentrazione. Ritrovare l'equilibrio interiore è l'obiettivo comune di chi pratica yoga.

Orario: 17:00 | 18:00 - presso la sala yoga dell'hotel

SABATO:

Risveglio muscolare: Un approccio dinamico e semplice che aiuta a risollevare l'umore, spesso nero quanto la stanza prima di alzare le serrande, ma anche e soprattutto a far riprendere il corpo a funzionare nella maniera corretta. Un modo, insomma, per iniziare la giornata con il piede giusto, che garantisce benefici tanto mentali quanto fisici.

Orario: 8:00 | 9:00 - presso la sala fitness

Degustazione vini nella nostra Cantina

Un viaggio all'insegna del gusto nel mondo dei vini. Il nostro esperto Barman Alessandro vi accompagnerà e vi darà informazioni utili sulla produzione e le diverse proprietà dei migliori vini del Trentino e delle altre regioni d'Italia.

Orario 18:00 - 19:00 | Attività a pagamento

DOMENICA:

Giornata dedicata al relax. Nella nostra area wellness di 1.000 m² rilassarsi non è mai stato così semplice. Lasciatevi coccolare dai nostri trattamenti e massaggi rigeneranti.

Vi offriamo una ricca offerta di trattamenti che vi faranno uscire con un sorriso sulle labbra.

Trattamenti / massaggi a pagamento | necessaria la prenotazione anticipata