

THE SPORTS EXPERIENCE

Montag, 20 September – Sonntag, 26 September 2021
Monday, 20 September – Sunday, 26 September 2021



HINWEISE NOTES

Liebe Gäste, bitte halten Sie die notwendigen Hygienemaßnahmen ein: *Dear guests, please observe the necessary hygiene measures:*



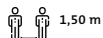
Bitte beachten Sie die derzeit gültige Testpflicht während Ihres Aufenthaltes – Sie haben vor dem Hotel die Möglichkeit, sich im Testzentrum testen zu lassen. *Please note the latest testing requirements during your stay. You have the opportunity to be tested at the test center in front of the hotel.*



Mund- & Nasenschutz über der Nase auf allen Laufwegen tragen. *Please wear a protective mask over your nose and mouth on all public walkways.*

Ab 6 Jahren From age 6 and up: OP oder Alltags Mund-Nasenschutz *Medical or ordinary face masks*

Ab 15 Jahren From age 15 and up: FFP2 Mund-Nasenschutz *Protective FFP2/ N95 masks*



Mindestabstand wahren. *Maintain the minimum distance.*



Aufgrund von Hygienemaßnahmen müssen liegengelassene Badeartikel in den Spas & Pools entsorgt werden. *Due to hygiene measures we have to dispose of any bathing equipment left in the Spa & Pool areas.*



Bitte bedecken Sie Ruheliegen mit den weißen Laken und legen Sie diese nach Gebrauch, wie die Handtücher in die Wäschekörbe. *Please cover recliners with the white sheets and, after you are finished using them, please place them, along with the towels, in the laundry baskets provided.*



Die Covid-19-Schutzmaßnahmen gelten auch für Kinder. Insbesondere dürfen sich Kinder nicht ohne Mund- und Nasenschutz, Plastikhandschuhen und nur in Begleitung von Erwachsenen am Buffet bedienen. Bitte die gebrauchten Handschuhe in die dafür vorgesehenen Abfalleimer entsorgen. *The Covid-19 preventive measures also apply to children. In particular, children may only help themselves at the buffet if they are wearing a protective mask and plastic gloves, and accompanied by an adult.*



Für alle Mahlzeiten ist eine Tischreservierung erforderlich. *Table reservations are required for all meals.*

MO

20.09.2021

Lauftreff* Morning Run* Johannes Mikenda 7.30 – 8.30 Start: Lobby Hideaway
Yoga Basic* Johannes Mikenda 9.00 – 10.00 Badehaus
Sommer E-Bike Tour* Sebastian Bech 9.45 – 13.00 Start: Sport Concierge
Tennis Experience* NEW 12.00 – 13.00 Tennisplatz <i>Tennis court</i>
Qigong* Dr. Imke König 10.15 – 11.15 Badehaus
Yoga Open* Johannes Mikenda 16.00 – 17.00 Badehaus
Functional Training* Timo Krieg 17.00 – 17.30 Gym Retreat
Faszien Training* Timo Krieg 17.30 – 17.50 Gym Retreat
Bergtour Einweisung <i>Hiking tour instruction</i> Hermann Glatz 18.00 – 18.20 Tea Lounge Hideaway

DI

21.09.2021

Yoga Basic* Johannes Mikenda 9.00 – 10.00 Badehaus
Sommer E-Bike Tour* Sebastian Bech 9.45 – 13.00 Start: Sport Concierge
Qigong* Dr. Imke König 10.15 – 11.15 Badehaus
Yoga Open* Johannes Mikenda 16.00 – 17.00 Badehaus
Cross Fit* Levente Kaperi 17.00 – 17.30 Gym Retreat
Stretching* Levente Kaperi 17.30 – 17.50 Gym Retreat

MI

22.09.2021

Lauftreff* Morning Run* Johannes Mikenda 7.30 – 8.30 Start: Lobby Hideaway
Geführte Bergtour* Guided hike* Hermann Glatz 8.30 Start: Lobby Hideaway
Alpine Tierwelten* € <i>Alpine Wildlife*</i> Hans Reiser 8.30 – 16.00 Start: Lobby Hideaway
Yoga Basic* Johannes Mikenda 9.00 – 10.00 Badehaus
Sommer E-Bike Tour* € Sebastian Bech 9.45 – 13.00 Start: Sport Concierge
Rennrad Tour* € <i>Race biking tour*</i> Johannes Mikenda 10.15 – 14.00 Start: Sport Concierge
Qigong* Dr. Imke König 10.15 – 11.15 Badehaus
Yoga Open* Johannes Mikenda 16.00 – 17.00 Badehaus
Functional Training* Timo Krieg 17.00 – 17.30 Gym Retreat
Faszien Training* Timo Krieg 17.30 – 17.50 Gym Retreat

DO

23.09.2021

Lauftreff* Morning Run* Johannes Mikenda 7.30 – 8.30 Start: Lobby Hideaway
Geführte Bergtour* Guided hike* Hermann Glatz 8.30 Start: Lobby Hideaway
Yoga Basic* Johannes Mikenda 9.00 – 10.00 Badehaus
Sommer E-Bike Tour* € Sebastian Bech 9.45 – 13.00 Start: Sport Concierge
Qigong* Dr. Imke König 10.15 – 11.15 Badehaus
Yoga Open* Jutta Däschlein 16.00 – 17.00 Badehaus
Functional Training* Timo Krieg 17.00 – 17.30 Gym Retreat
Stretching* Timo Krieg 17.30 – 17.50 Gym Retreat

FR

24.09.2021

Lauftreff* Morning Run* Johannes Mikenda 7.30 – 8.30 Start: Lobby Hideaway
Alpine Tierwelten* € <i>Alpine Wildlife*</i> Hans Reiser 8.30 – 16.00 Start: Lobby Hideaway
Yoga Basic* Jutta Däschlein 9.00 – 10.00 Badehaus
Crossfit* Levente Kaperi 10.15 – 10.45 Gym Retreat
Sommer E-Bike Tour* € Sebastian Bech 15.45 – 18.00 Start: Sport Concierge
Yoga Open* Jutta Däschlein 16.00 – 17.00 Badehaus
Functional Training* Timo Krieg 17.00 – 17.30 Gym Retreat
Faszien Training* Timo Krieg 17.30 – 17.50 Gym Retreat

SA

25.09.2021

Geführte Bergtour* Guided hike* Hermann Glatz 8.30 Start: Lobby Hideaway
Yoga Basic* Jutta Däschlein 9.00 – 10.00 Badehaus
Sommer E-Bike Tour* € Sebastian Bech 9.45 – 13.00 Start: Sport Concierge
Bogenschießen 3D* Archery* € Christian Kuffer 11.00 – 13.00 Start: Family Spa HA
Yoga Open* Jutta Däschlein 16.00 – 17.00 Badehaus

SO

26.09.2021

Yoga Basic* Jutta Däschlein 9.00 – 10.00 Badehaus
Yoga Open* Jutta Däschlein 16.00 – 17.00 Badehaus

■ Für Erwachsene For adults

Mit eigener Yoga Matte möglich
Possible with your own Yoga mat

€ Kostenpflichtig Fees apply

! Kinder ab 6 Jahren müssen einen Mund- & Nasenschutz tragen *Children age 6 and up must wear a protective mask*

*** Anmeldung am Vortag bis 16.00 am Hospitality Desk oder buchen Sie online.**

Please register at the Hospitality Desk by 16:00 Tel. 880 | SMS +49 17 33 11 22 77 or book online.

**** Wir bitten um vorherige Anmeldung per SMS** *Please register in advance via SMS +49 17 33 11 22 77*

Änderungen vorbehalten Subject to change

BOOKING



TIPPS RUND UM SCHLOSS ELMAU

TIPS AROUND SCHLOSS ELMAU

BIKE TOUR ZUM WALCHENSEE

Eine Tour für Genießer. Die Anstiege sind moderat, das Panorama traumhaft. Neben dem atemberaubenden Walchensee bekommt man bei dieser Tour noch den kleinen aber feinen Geroldsee und seinen großen Bruder den Barmsee zu Gesicht. Die Tour verläuft zu dem durch zwei Ortschaften der Alpenwelt Karwendel, die sich mit ihren typisch, traditionell bayerischen Häusern wunderschön präsentieren.

WALCHENSEE LAKE

A tour for connoisseurs. The climbs are moderate, the panoramic views fantastic. Apart from breathtaking Walchensee Lake, this tour also includes small but exquisite Geroldsee Lake, and its big brother, Barmsee Lake. The route also passes through two beautiful villages of the Alpenwelt Karwendel region, notable for their typical, traditionally Bavarian houses.



WANDERTOUR ZUR STEPBERGALM

Klassisches Werdenfelser Almgelände. Von hier genießt man einen wunderschönen Ausblick auf das Wettersteingebirge mitsamt dessen prominenten Vertretern Alpspitze und Zugspitze. Wir bewegen uns über Fahr- und Fußwege, überwiegend über anregende Steige mit ruhigem, gleichmäßigem Bergsteigerschritt.

HIKING TOUR TO STEPBERGALM

Classic Werdenfels alpine pasture area. Enjoy wonderful views of the Wetterstein range with its prominent representatives, the Alpspitze and Zugspitze. The route encompasses roads and footpaths, mainly along stimulating paths that allow a calm, steady mountaineering pace.



BIKE TOUR ZUM ISARURSPRUNG

(Scharnitz – Kastenalm – Scharnitz)

Ausgehend vom Karwendelparkplatz in Scharnitz führt der Forstweg in Richtung Hinterautal. Der erste Anstieg führt bis zum Gasthof Wiesenhof. Von dort geht es weiter zur Gleirschhöhe. Entlang der Isar geht es rund 9 Kilometer taleinwärts bis zum Isar-Ursprung.

BIKE TOUR TO THE SOURCE OF THE ISAR RIVER

(Scharnitz – Kastenalm – Scharnitz)

Starting from the Karwendel car park in Scharnitz, the forest path leads in the direction of Hinterautal valley. The first ascent takes you to the Gasthof Wiesenhof restaurant, and continues from there to Gleirschhöhe. The route continues into the valley for about 9 kilometers (5.5 miles) along the Isar river to its source.

