
WOCHENPROGRAMM



MONTAG 22. APRIL

MONTANA SPA

DO-In Morgenübungen - 10:00 bis 10:30 Uhr

Anmeldung: bis Sonntag, um 22:00 Uhr | **Treffpunkt:** SPA-Réception in Trainingskleidung

KINDERPROGRAMM

14:00 - 16:00 Uhr

“Frische Luft“:

Gemeinsam gehen wir den Märchenweg und besuchen Murmin und Murmina.

16:00 - 18:00 Uhr

Am Nachmittag holen wir die Puzzle und Tischspiele raus und machen es uns gemütlich.

MONTANA SPA

Süßorange Peeling - 18:05 Uhr in unserem Aromadampfbad

DIENSTAG 23. APRIL

MONTANA SPA

Rückengymnastik - 10:00 bis 10:30 Uhr

Anmeldung: bis Montag, um 22:00 Uhr | **Treffpunkt:** SPA-Réception in Trainingskleidung

KINDERPROGRAMM

14:00 bis 16:00 Uhr

Wir spazieren durch Samnaun und machen ein
Wettrennen.

16:00 bis 18:00 Uhr

Im Murmeli Club tonen wir gemeinsam
einzigartige Kunstwerke.

MONTANA SPA

Arnika Peeling - 18:05 Uhr in unserem Aromadampfbad

MITTWOCH 24. APRIL

MONTANA SPA

Yoga - 10:00 bis 11:30 Uhr

Anmeldung: bis Dienstag, um 22:00 Uhr | **Treffpunkt:** SPA-Réception in Trainingskleidung

MONTANA SPA

Bella Italia Saunaaufguss - 18:05 Uhr in unserem Panoramasauna

WEINVERKOSTUNG

**Weinverkostung - Rotweine aus Rhone und Languedoc-Rousillon um 21:30 Uhr mit Diplom
Sommelier Thomas Monsberger**

Anmeldung und Treffpunkt: an der Réception | Preis: CHF 70,- pro Person

DONNERSTAG 25. APRIL

MONTANA SPA

Stretching - 15:00 bis 15:30 Uhr

Anmeldung: bis Donnerstag, um 10:00 Uhr | **Treffpunkt:** SPA-Réception in Trainingskleidung

KINDERPROGRAMM

14:00 bis 16:00 Uhr

„Ohne Eile im Freien“:
Wir gehen raus und toben uns aus.

16:00 bis 18:00 Uhr

Im Murmeli Club wird es bunt! Wir malen mit
Wasserfarben.

MONTANA SPA

Trauben und Blüten Saunaaufguss - 18:05 Uhr in unserem Panoramasauna

FREITAG 26. APRIL

MONTANA SPA

Do-In Morgenübungen - 10:00 bis 10:30 Uhr

Anmeldung: bis Donnerstag, um 22:00 Uhr | **Treffpunkt:** SPA-Réception in Trainingskleidung

KINDERPROGRAMM

14:00 - 16:00 Uhr

Wir gehen gemeinsam raus und genießen die frische Luft. Eine kleine Überraschung wartet am Ende auf euch.

16:00 - 17:00 Uhr

Zurück im Murmeli Club bemalen wir unsere Tonwerke. Ich bin schon so gespannt wie diese aussehen werden.

MONTANA SPA

Alpenkräuter Peeling - 18:05 Uhr in unserem Aromadampfbad

SAMSTAG 27. APRIL

MONTANA SPA

Atemübungen - 10:00 bis 10:30 Uhr

Anmeldung: bis Freitag, um 22:00 Uhr | **Treffpunkt:** SPA-Réception in Trainingskleidung

KINDERPROGRAMM

14:00 - 16:00 Uhr

Ein Spaziergang zum Kennenlernen. Tolle Fragen und kleine Überraschungen erwarten euch.

16:00 - 18:00 Uhr

„Bücherreise“: VORLESEN, ANSCHAUEN, ENTDECKEN im Murmeli Club.

MONTANA SPA

Saunaaufguss Kiwiland - 18:05 Uhr in unserem Panoramasauna

SONNTAG 28. APRIL

MONTANA SPA

Gehmeditation - 11:30 bis 12:15 Uhr

Anmeldung: bis Samstag, um 22:00 Uhr | **Treffpunkt:** SPA-Réception in Trainingskleidung

MONTANA SPA

Alpenwanderung Saunaaufguss - 18:05 Uhr in unserem Aromadampfbad

MONTAG 29. APRIL

MONTANA SPA

Atemübungen - 15:00 bis 15:30 Uhr

Anmeldung: bis Montag, um 10:00 Uhr | **Treffpunkt:** SPA-Réception in Trainingskleidung

MONTANA SPA

Fruchtbombe Saunaaufguss - 18:05 Uhr in unserem Aromadampfbad

DIENSTAG 30. APRIL

MONTANA SPA

Rückengymnastik - 10:00 bis 10:30 Uhr

Anmeldung: bis Montag, um 10:00 Uhr | **Treffpunkt:** SPA-Réception in Trainingskleidung

SAMNAUN TOURISMUS

Top of the Mountain Abschlusskonzert Black Eyed Peas

Treffpunkt: 13:00 Uhr Idalp (AUT) Silvretta Ski-Arena Samnaun/Ischgl

Weitere Informationen zum Konzert unter www.samnaun.ch/konzert

MONTANA SPA

Honig Erlebnis Saunaaufguss - 18:05 Uhr in unserem Panoramasauna



WIR WÜNSCHEN IHNEN EINE SCHÖNE ZEIT
