

MELISSA NASCHENWENG LIVE ERLEBEN – DAS 35. FRÜHLINGS-SCHNEEFEST – 13:00 UHR



Freuen Sie sich auf ein unvergessliches Konzerterlebnis in den Schweizer Alpen! Am 26. April 2025 wird die beliebte österreichische Musikerin Melissa Naschenweng im Rahmen des traditionellen Frühlings-Schneefests auf der Alp Trida auftreten.
 Einzigartige Atmosphäre: Stellen Sie sich vor: Sie stehen inmitten einer atemberaubenden Berglandschaft, die Sonne scheint, und die Klänge von Melissa Naschenweng erfüllen die Luft. Dieses Konzert ist der perfekte Abschluss der Wintersaison und ein absolutes Highlight für Musikliebhaber und Skifahrer.
 Top-Hits und neue Songs: Melissa Naschenweng, bekannt für ihre Hits wie "I steh auf di", "Netzwerk" und "Wenn du mich berührst", wird mit ihrer energiegeladenen Performance das Publikum begeistern.
Veranstaltungsort: Alp Trida **Info:** Gäste-Info Samnaun, Tel. 081 861 88 30, samnaun.ch/konzert.

MONTANA SPA | 18:05 UHR – SAUNA AUFGUSS "RIBLISPASS" in der Panorama-Sauna



SONNTAG

MONTANA SPA | STRETCHING – 14:00 bis 14:30 Uhr

Stretching ist eine Übungsform des sportlichen Trainings, bei der Muskeln unter Zugspannung gesetzt werden, um eine verbesserte Beweglichkeit und Gelenkigkeit zu erreichen.
Anmeldung: am Samstag bis 20:00 Uhr an der Réception
Treffpunkt: an der SPA-Réception in Trainingskleidung

 MONTANA SPA | 18:05 UHR – SAUNA AUFGUSS "ASIA DUFTREISE" in der Panoramasauna



WOCHENPROGRAMM

VON 21. APRIL BIS 27. APRIL 2025



MONTAG

MONTANA SPA | GEFÜHRTE MEDITATION – 10:00 bis 10:30 UHR

«In der Ruhe liegt die Kraft».
 Die richtige Entspannung erleichtert dem Körper die angestauten negativen Energien abzubauen und lädt gleichzeitig die Batterien unseres Körpers neu auf.
Anmeldung: bis Sonntag um 20:00 Uhr an der Réception
Treffpunkt: an der SPA-Réception in Trainingskleidung



KINDERPROGRAMM

14:00 bis 16:00 Uhr: Ostermandala-Malen
Treffpunkt: 14:00 Uhr im Murmeli-Kidsclub
16:00 bis 18:00 Uhr: Ostereiersuche Ei Ei Ei, was seh ich da?
 Der Osterhase, der war da. Wir gehen Ostereier suchen.



MONTANA SPA | 18:05 Uhr – SAUNAAUFGUSS "TRIP NACH SÜDTIROL" in der Panoramasauna





DIENSTAG

MONTANA SPA | TRAINING MIT DEM GYMNASTIKBALL – 10:00 bis 10:30 UHR

Gezielte Übungen mit dem Gymnastikball beanspruchen die Muskulatur des gesamten Körpers. Das Training dient ebenso als gesunde Sitzmöglichkeit zur Entlastung des Rückens und der Bandscheiben und zur Verbesserung der Koordination. Zusätzlich haben die Techniken eine positive Wirkung auf die Konzentration und Leistungsfähigkeit.

Anmeldung: bis Montag um 20:00 Uhr an der Réception

Treffpunkt: an der SPA-Réception in Trainingskleidung



KINDERPROGRAMM

14:00 bis 16:00 Uhr: Kommt mit raus und lass uns die Wunder der Natur entdecken.

Treffpunkt: um 14:00 Uhr im Murmeli-Kidsclub

16:00 bis 18:00 Uhr: Hand- und Fuss Massage

Wir verwöhnen unsere Hände und Füsse mit einer Wohlfühlmassage.

MONTANA SPA | 18:05 UHR – PEELING "ROSE" im Aromadampfbad

MITTWOCH

MONTANA SPA | MASSAGESCHNUPPERKURS – 10:00 bis 11:00 UHR

Erlernen Sie von unserer Spa-Leiterin Lara einfache Massagegriffe für zu Hause.

Anmeldung: für ein Paar - bis Dienstag um 20:00 Uhr an der Réception

Treffpunkt: an der Spa-Réception

Preis: CHF 60.-



KINDERPROGRAMM

14:00 bis 18:00 Uhr: Frisbee-Spielen

Treffpunkt: 14:00 Uhr im Murmeli-Kidsclub

16:00 bis 18:00 Uhr: Mode-Show: Wir verkleiden uns und spielen lustige Rollenspiele.



MONTANA SPA | 18:05 UHR – SAUNA AUFGUSS "ALPENWANDERUNG" in der Panorama Sauna

DONNERSTAG



KINDERPROGRAMM

14:00 bis 16:00 Uhr: Spielplatzbesuch. Kommt mit auf den Spielplatz und lasst uns Schaukeln, Rutschen und Toben.

Treffpunkt: um 14:00 Uhr im Murmeli-Kidsclub

16:00 bis 18:00 Uhr: Wir packen die Brettspiele aus und spielen lustige Spiele zusammen.



MONTANA SPA | GEHMEDITATION – 10:00 bis 10:30 UHR

Gehmeditation entsteht, wenn Körper und Geist in der Bewegung miteinander verschmelzen und du dich vollkommen der Achtsamkeit im Hier und Jetzt wiederfindest.

Anmeldung: bis Mittwoch um 20:00 Uhr an der Réception

Treffpunkt: an der SPA-Réception in Trainingskleidung

MONTANA SPA | 18:05 UHR – PEELING "JOJOBA" im Aromadampfbad

FREITAG

MONTANA SPA | GEFÜHRTE MEDITATION – 15:00 bis 15:30 UHR

«In der Ruhe liegt die Kraft».

Die richtige Entspannung erleichtert dem Körper die angestauten negativen Energien abzubauen und lädt gleichzeitig die Batterien unseres Körpers neu auf.

Anmeldung: bis Freitag um 10:00 Uhr an der Réception

Treffpunkt: an der SPA-Réception in Trainingskleidung

KINDERPROGRAMM



14:00 bis 16:00 Uhr: Märchenwanderung. Wir begeben uns auf eine abenteuerliche Reise in den Wald und statten Murmina und Murmin einen Besuch ab.

Treffpunkt: um 14:00 Uhr im Murmeli-Kidsclub

16:00 bis 18:00 Uhr: Rate-Rätsel-Runde. Wer bin ich & wer bist du? Lasst es uns herausfinden.

ROTARY PRÄSENZ APÉRO – 18:00 UHR

Liebe Rotary Mitglieder, wir laden Sie herzlich ein, jeden Freitag um 18:00 Uhr beim Präsenz Apéro vom Rotary Club teilzunehmen. Weitere Informationen erhalten Sie dazu gerne an der Réception.



WEINVERKOSTUNG – 21:30 UHR - mit Dipl. Sommelier Thomas Monsberger

Thema: Rotweine aus der Toskana

Anmeldung: bis Freitag um 11:00 Uhr an der Réception oder bei Thomas Monsberger

Treffpunkt: 21:30 Uhr in der Lobby

Teilnehmer: min. 7 bis max. 12 Personen

Preis: CHF 75.-



MONTANA SPA | 18:05 UHR – PEELING "CITRUS" im Aromadampfbad

SAMSTAG

MONTANA SPA | BAUCHMUSKELTRAINING – 10:00 bis 10:30 UHR

Wir zeigen ihnen Übungen die Sie Zuhause im Wohnzimmer durchführen können, ohne dafür Geräte benutzen zu müssen. Für eine Straffung der Bauchmuskulatur und einer Verringerung der Fettansammlung, zu der der Körper besonders im Bauch- und Hüftbereich neigt, ist ein durchdachtes Training unumgänglich. Für ein effektives Training, müssen nicht nur die „geraden“ Bauchmuskeln, sondern auch die „seitlichen“ angesprochen werden.

Anmeldung: bis Freitag um 20:00 Uhr an der Réception

Treffpunkt: an der SPA-Réception in Trainingskleidung

9. FORMATION-EUROPAMEISTERSCHAFTEN – VOM 25.04. BIS 27.04.2025

Präzise Schwünge und perfekte Koordination, gezeigt von schneesportbegeisterten Teams. Zum 9. Mal treffen sich schneesportbegeisterte Teams aus ganz Europa, um ihr Können im Skigebiet Samnaun unter Beweis zu stellen. Im Mittelpunkt stehen Perfektion, Präzision, Koordination und Timing.

Weitere Informationen auf samnaun.ch/formations-em

Ort: Silvretta Arena Samnaun/Ischgl

