



# PlunVital

---

Il **Plunhof** Vital Magazine







# Plunhof

Patria delle generazioni

PlunVital – Per una vacanza vitale in montagna!

L'autunno in Val Ridanna sta finendo.

Sulle **cime** delle montagne circostanti è caduta la prima neve e si accendono i primi fuochi nei caminetti. Siamo in trepida attesa della **neve**, che ci invita a **sciare**, a praticare il **fondo** e a goderci le passeggiate invernali. Nella nuova edizione del nostro magazine PlunVital troverete molte novità del Plunhof e diversi consigli per il vostro **benessere**.

Forse riusciremo a stuzzicare la vostra curiosità e a darvi il più cordiale benvenuto nel paradiso invernale della Val Ridanna.

Buona lettura

*la vostra famiglia Volgger*

## *La forza terapeutica della terra*

L'argilla, fonte di vita | 6-7

---

## *Best Unique Experience Spa*

World Luxury Spa Awards | 8-9

---

## *Il nuovissimo programma della Spa*

I migliori rituali alpini di bellezza al Plunhof in Val Ridanna | 10-13

---

## *Spa & Acqua Minerale*

Pluripremiata | 14-15

---

## *Un paradiso per i fondisti*

Val Ridanna | 16

---



## *Mamma Paula racconta ...*

“Una volta il Capodanno si festeggiava così...” | 17

---

## *Un divertimento per l'intera famiglia*

Le discese in slitta & le gite in carrozza in Val Ridanna | 18-19

---

## *Scendere con maestria*

Sciare in Alto Adige | 20-21

---

## *L'inverno offre di più*

Il programma invernale al Plunhof | 22-23

---



## *Le vacanze possono offrire di più*

Servizi inclusi al Plunhof | 24-25

---

## *Ritrovare la pace interiore*

Camere e suite | 26-28

---

## *Inverno 2019/2020*

Prezzi e periodi | 29-30

---

## *Condizioni generali*

31

---

## *Perfettamente su misura*

Le offerte settimanali | 32-35

---



# Indice

Le proposte per  
la tua vita sana

---





# La forza terapeutica della terra

L'argilla, fonte di vita

---



Sin dai tempi antichi l'argilla medicamentosa è conosciuta per le sue proprietà curative. Era a portata di mano e veniva impiegata per molteplici scopi. Ma cos'è l'argilla medicamentosa? È una polvere naturale, minerale, estratta da un sedimento chiamato loess, somministrata sia per uso esterno che interno. A seconda della sua provenienza, l'argilla contiene percentuali diverse di silice, cloruro di calcio, alluminio, magnesio e sodio, silicio, ossido di ferro, composti di manganese e fosfati.

## *L'argilla curativa per l'impiego esterno*

L'argilla medicamentosa può essere impiegata per applicazioni esterne su pelli grasse, acne e per curare altri disturbi della pelle. Viene utilizzata per maschere, impacchi e compresse, ma anche aggiunta all'acqua del bagno. Grazie alla sua grande superficie interna e alla sua capacità assorbente l'argilla curativa è in grado di assorbire e legare molte sostanze, così ad esempio il sebo in

eccesso della pelle. Se la composizione è giusta, l'argilla curativa può avere un effetto antibatterico, particolarmente utile per combattere l'acne.

## *E per l'impiego interno?*

L'argilla curativa, disponibile anche in capsule o polvere idrosolubile, ha un effetto positivo sull'apparato digerente. È utile per combattere l'acidità di stomaco, i disturbi di reflusso e la dissenteria.

Anche al Plunhof abbiamo imparato a sfruttare le proprietà positive dell'argilla medicamentosa facendone uso in molti dei nostri trattamenti.



# *Best Unique Experience Spa*

World Luxury Spa Awards

---

## *Best Spa: il Plunhof è l'unico „global winner“ in Italia*

Erwin Volgger naturalmente non si è fatto sfuggire l'occasione di partecipare personalmente al 4° gala di assegnazione dei World Luxury Spa Awards 2019 che si è svolto il 6 luglio scorso sul palcoscenico, ovvero sul tappeto rosso dello „State Hermitage Museum Official Hotel“ a San Pietroburgo in Russia. In rappresentanza degli otto fratelli della grande famiglia del Plunhof, durante la premiazione Erwin Volgger era raggiante almeno quanto la Spa & Acqua Minerale inaugurata nel dicembre 2018. „Con il Plunhof i nostri genitori hanno realizzato il loro sogno che noi fratelli abbiamo il piacere di portare avanti. Questo premio è un riconoscimento speciale per l'impegno di una vita. Per questo motivo desideriamo dedicarlo a nostra mamma Paula e a nostro padre che non c'è più,“ sottolineano gli otto fratelli.

## *World Luxury Spa Awards: le migliori Spa del mondo*

Sul tappeto rosso si sono radunati oltre 200 ospiti provenienti dalle migliori destinazioni e resort turistici del mondo di oltre 90 paesi. La World Luxury Brand ed Events Manager Michelle Creus ha illustrato la filosofia dei rinomati Hotel Awards: „Il brand, la location e soprattutto la soddisfazione degli ospiti sono determinanti per ottenere il riconoscimento di World Luxury Spa. Quest'anno la nostra attenzione era focalizzata sull'unicità del design, la sua eleganza e la sua classe.“ Michael Hunter-Smith, direttore commerciale del World Luxury Awards Group ha aggiunto: „Non è facile raggiungere il vero lusso. Servono collaboratori appassionati, perfettamente organizzati, disposti a dare qualcosa in più affinché gli ospiti si sentano seguiti al meglio. Collaboratori che non temono alcuna sfida... Questo approccio consente agli alberghi premiati di aggiudicarsi il prestigioso riconoscimento – e di essere raggiunti.“ I World Luxury Spa Awards sono tra i riconoscimenti più importanti in ambito turistico a livello mondiale e vengono assegnati a livello nazionale, continentale, regionale e mondiale.

STATE HERMITAGE M

LL L L U

R A

ST. PE G - Ru





# *Il nuovissimo programma della Spa*

I migliori rituali alpini di bellezza al Plunhof in Val Ridanna

---

## *Nuovo menu trattamenti Spa Minera*

La Spa Minera è felice di presentare: la forza degli elementi, in particolare della terra e della pietra; le risorse più preziose della natura; formule innovative, frutto di ricerche decennali; la cosmesi naturale high-tech; la biocosmesi certificata; soluzioni esclusive per la pelle; i trattamenti anti-invecchiamento a base di collagene; l'innovativa tecnologia di peeling e l'ossigeno energizzante. E, tra una cosa e l'altro, il fieno, il fango e le alghe. E mani esperte che massaggiano con le pietre.

## **I migliori rituali alpini di bellezza al Plunhof in Val Ridanna:**

## *Trattamento Signature con l'energia delle pietre – in esclusiva by Spa Minera*

Natural beauty grazie al trattamento Signature con l'energia delle pietre. Un impacco di terre naturali, essicate al sole e combinate con acque floreali di estrema purezza, nutre la pelle con importanti minerali e oligominerali e ha un effetto calmante, rinfrescante e rilassante. Rafforza il sistema immunitario, purifica il corpo e, in combinazione con gli speciali oli cromoenenergetici, dona una sensazione di benessere generale. Seguono un benefico massaggio dei piedi, un massaggio della nuca e del capo per sciogliere con movimenti vigorosi le contratture e garantire un rilassamento in profondità. Questo straordinario rituale di trattamento è coronato da un massaggio con l'energia delle pietre: l'effetto frizzante



dell'alternanza tra caldo e freddo dei micascisti estratti in loco ri-stabilisce l'equilibrio energetico del corpo. Grazie all'impiego di oli essenziali questo massaggio attiva il metabolismo, riduce lo stress, dona nuova vitalità e favorisce l'armonia tra corpo, spirito e anima. Un rituale di bellezza & benessere per tutti i 6 sensi, sviluppato in esclusiva nel Wellness Hotel Alto Adige.

### ***Quarzite argentea – la scoperta wellness dell'Alto Adige***

Sono invisibili agli occhi, eppure esistono: le forze primordiali sotto forma di oscillazioni. Il cosmo è pervaso da un'energia universale. Al centro di questo nuovo trattamento la quarzite argentea estratta dalle montagne della Val di Vizze. Anche le persone

possono ora beneficiare delle sue singolari proprietà: per il suo elevato contenuto di silicio, la quarzite argentea rientra nella categoria delle argille medicamentose. Questa sostanza primordiale rassoda i tessuti connettivi, rafforza le ossa e alcalinizza il corpo. Essa contiene tra l'altro biotite, muscovite e zirconio – minerali preziosi, il cui effetto antibatterico e la cui conducibilità termica sono ampiamente documentati. Grazie alla sua composizione la quarzite argentea è la prima pietra delle Alpi ad essere impiegata per massaggi energizzanti. Lo potrete verificare di persona nel vostro Wellness Hotel a 4 stelle S Plunhof in Alto Adige.

“In questo mondo sofisticato, caratterizzato da pressione e stress, siamo alla ricerca di isole di pace che ci accolgano, avvolgano e ci facciano sentire di essere parte importante di un insieme.



In questo rituale di benessere, davvero singolare, beneficiamo delle risorse della natura. Attingiamo energia dalle preziose risorse che ci circondano e dalle magiche forze insite nella natura.”

### ***Il sale della vita nel Wellness Hotel in Alto Adige – Scioglie i blocchi energetici***

Un rituale olistico per il viso e il corpo che punta sull'effetto terapeutico del sale. Il Signature Treatment a base di sale della vita con peeling del corpo & impacco culmina nel massaggio con le pietre a base di cristalli di sale. Una combinazione fantastica di massaggio e lavoro energetico che agisce in profondità. I cristalli di sale eliminano i blocchi energetici e nutrono la pelle con oligoelementi. Al termine del massaggio vi consegneremo i cristalli di sale per un bagno disintossicante direttamente a casa vostra.

### ***Star meglio con la lana di pecora e il cirmolo – Un finesettimana wellness di coccole***

Decelerare e respirare a fondo con il rituale con la lana di pecora della Val d'Ultimo – avvolti in un vello di pura lana di pecora il cui calore e la cui lanolina penetrano delicatamente negli strati più profondi dell'epidermide creando una sensazione di benessere. Il corpo viene massaggiato delicatamente con battuffoli di lana. Un'affumicatura a base di cirmolo e rododendro libera la mente

e favorisce un rilassamento profondo. Good to know: al termine del rituale vi sarà consegnato il vostro vello di lana di pecora. Considerate un po' di cirmolo in più? Utilizzeremo dei bastoncini caldi di legno di cirmolo per un massaggio delicato e rilassante che migliora la circolazione sanguigna. I bastoncini di cirmolo allentano le tensioni ed eliminano i blocchi, favoriscono il flusso di energia e aumentano le capacità di autorigenerazione. Il Vital Signature Treatment al cirmolo comprende un delicato massaggio del viso con i bastoncini di legno di cirmolo! Per un indimenticabile finesettimana di coccole nel vostro Wellness Hotel in Alto Adige.

### ***Dr. Spiller Biocosmetics – Pure skincare solutions***

Nei sistemi di cura Dr. Spiller Biocosmetics si impiegano esclusivamente ingredienti della massima purezza biologica. Quali sono i trattamenti Signature Dr. Spiller Biocosmetics proposti dalla Spa Minerale del Wellness Hotel in Alto Adige? Anti-Aging-Facial „Celltresor Exclusive Solution“ – il programma esclusivo Celltresor che attraverso il rilassamento mirato dei muscoli facciali rende la pelle tonica in profondità e distende i tratti del viso. Il trattamento detox per il corpo sul lettino ad acqua softpack: il trattamento Thalasso con la sinergia di tre alghe diverse purifica la pelle, rafforza il tessuto connettivo e definisce l'intera silhouette. Il peeling del corpo stimola l'irrorazione sanguigna – il successivo



impacco ha un effetto disintossicante e leviga i tessuti. Al termine del trattamento si consiglia un massaggio drenante alle gambe per far defluire i liquidi ristagnanti. *ManAge your skin?* Il sistema di cura innovativo di Dr. Spiller particolarmente adatto alla pelle maschile. Gli ingredienti naturali e il lavoro di ricerca decennale tengono conto delle proprietà e delle esigenze specifiche. Ne risultano ricette estremamente efficaci per rendere la pelle dell'uomo naturalmente bella.

***!QMS Medicosmetics nella Spa Minera nel vostro Wellness Hotel in Alto Adige***

Award winning excellence – il sistema di cura della pelle pluri-premiato non ha vinto soltanto in occasione della “World’s Best Spa Brand” 2015, 2016 e 2017. La collezione di prodotti per la cura della pelle sviluppata dal Dr. med. Erich Schulte e prodotta in Germania ha moltissimi fan entusiasti in tutto il mondo, tra cui la famiglia Volgger. I prodotti anti-aging efficaci per il viso e il corpo conciliano tecnologie rivoluzionarie e principi attivi preziosi per il ringiovanimento su misura della pelle. *Beauty-Topping* al Plunhof con *Oxygen Boost?* Un concentrato di ossigeno puro al 98 % dona un aspetto giovanile, fresco e sano alla pelle.

***Scoprite inoltre nella Spa Minera del Plunhof...***

- > Trattamenti del viso (con apparecchiature)  
Top Brands Mary Cohr Parigi
- > Cosmesi decorativa di Horst Kirchberger
- > Tempo dedicato al benessere di ragazzi adolescenti  
Chill & Care
- > Phytomassopodia® – il primo progetto di benessere integrale per i piedi
- > Bagni & impacchi con prodotti naturali
- > I migliori rituali
- > Massaggi classici e speciali
- > 4.000 m<sup>2</sup> della Spa Minera & Acqua Minera







# Spa & Acqua Minerale

Pluripremiata!

La pluripremiata Spa, unica in Europa a offrire un programma wellness “in superficie e sotto terra”, riproduce l’ambiente di una miniera e punta sulla forza della pietra e della natura. Indipendentemente che si tratti del lago salato, del regno delle grotte, delle saune, della caldaia a vapore alla quarzite argentea o della stufetta biologica – qui si viene coccolati in un ambiente di puro benessere e ci si immerge nell’affascinante “mondo dei minatori”. L’anno scorso il Plunhof ha proseguito la sua “attività minieristica”: la famiglia Volgger ha ampliato la sua leggendaria Spa realizzando il nuovo mondo acquatico Acqua Minerale e raggiungendo così una superficie complessiva di oltre 4.000 m<sup>2</sup>.





# *Un paradiso per i fondisti*

Val Ridanna

---

Da molti anni ormai la Val Ridanna è una destinazione ideale per gli appassionati dello sci di fondo. Il centro di fondo e biathlon ospita regolarmente importanti eventi sportivi.

Una volta alla settimana gli ospiti del Plunhof possono partecipare a un corso di fondo per principianti e cimentarsi nei primi tentativi. Quali sono i benefici di questa disciplina sportiva? Sono molti: lo sci di fondo è in assoluto uno degli sport più sani. Rafforza il cuore, la circolazione e i polmoni, favorisce la resistenza, l'equilibrio e il coordinamento. Il movimento all'aria aperta e il paesaggio invernale sono un toccasana per la mente e lo spirito. Inoltre, lo sci di fondo consente di ammirare lo splendido panorama invernale: i boschi innevati, le alte vette e le ampie distese bianche.

La Val Ridanna offre 28 km di piste da fondo perfettamente preparate per la pratica dello stile classico e dello skating.

Esistono percorsi di vario grado di difficoltà che offrono condizioni ideali per principianti e amanti del fondo nonché per fondisti più ambiziosi. L'offerta comprende una pista da gara selettiva e un tratto di pista illuminato nelle ore serali. L'impianto di biathlon è a disposizione di tutti gli interessati. Nel centro di fondo si può noleggiare o acquistare l'attrezzatura necessaria.

Il grande vantaggio: per gli ospiti del Plunhof lo sci di fondo in Val Ridanna è gratuito.



# Mamma Paula racconta...

“Una volta il Capodanno  
si festeggiava così...”

---

Mamma Paula racconta come si festeggiava il Capodanno  
quando era bambina.

„Al giorno d’oggi la sera di San Silvestro si festeggia in pompa magna. In passato non era così”, racconta mamma Paula. Allora abitava insieme ai suoi tre fratelli e i suoi genitori a Maiern, in fondo alla Val Ridanna. „Non c’era una cena di 5 portate, normalmente si mangiava una minestra e un po’ di riso.” Durante l’infanzia di mamma Paula i giorni festivi servivano soprattutto per coltivare la fede e per andare a Messa. “In realtà la sera di Capodanno era una sera come tutte le altre”. Al mattino del primo dell’anno si andava alla Messa festiva delle 8. A mamma Paula piaceva in particolare la tradizione degli auguri. “Andavamo di casa in casa per fare gli auguri di buon anno. Qualcuno ci dava la mancia, circa 5 lire. A quei tempi il Capodanno era un evento tranquillo, seppur gioioso e riflessivo”.





# Un divertimento per l'intera famiglia

Le discese in slitta & le gite in carrozza in Val Ridanna

---

Andare in slitta è in assoluto uno dei primi divertimenti sulla neve. Una volta la slitta era soprattutto un mezzo di trasporto utilizzato per portare a valle la legna o il fieno. Il trasporto era faticoso, non solo perché prima di scendere si dovevano tirare le slitte su per la montagna, ma anche perché la discesa sulle slitte sovraccariche era tutt'altro che semplice. La conduzione della slitta per arrivare sani e salvi a valle richiedeva particolari abilità e molta esperienza. Oggigiorno slittare è un puro divertimento. Nella vacanza invernale non può mancare un'allegria discesa in slittino. La Val Ridanna offre innumerevoli possibilità e molte piste di varia lunghezza e difficoltà. Gli slittini si possono noleggiare in albergo o direttamente agli impianti.

## *Ecco gli hotspot per gli slittini:*

### > **Pista da slittino Stadlalm (lunghezza: 1,5 km)**

Dal parcheggio presso il Museo delle miniere a Maiern in fondo alla valle una romantica e piacevole passeggiata di circa 60 minuti porta alla Stadlalm.

### > **Pista da slittino Racines (lunghezza: 5 km)**

Con il nuovo impianto con cabine a otto posti nel comprensorio Racines-Passo Giovo si raggiunge comodamente la partenza della pista da slittino.

### > **Pista da slittino Atscherwiesen (lunghezza: 1,9 km)**

Dal paesino di Telfes in Val Ridanna si passeggia per circa 1 ora e mezza fino alla "Freundalm".

### > **Pista da slittino Waldeben (lunghezza: 1,4 km)**

La pista da slittino Waldeben si trova nella bella e tranquilla Valgiovò. Al termine di una passeggiata di circa un'ora inizia il divertimento. Anche questa pista è illuminata di notte.

### > **Pista da slittino Prantner Alm (lunghezza: 3,4 km)**

Questa pista, particolarmente adatta alle famiglie, si trova nei pressi di Vipiteno.

### > **Pista da slittino Monte Cavallo (lunghezza: 10 km!)**

La pista da slittino del Monte Cavallo è la più lunga in Italia. Slittare per 10 km dalla stazione a monte verso Vipiteno è un vero divertimento. La pista è innevata artificialmente ed è praticabile fino a primavera inoltrata. Ultimamente è illuminata nelle ore serali.



### Quattro consigli per una sciata perfetta! In pista per divertirsi

La vacanza invernale al Plunhof è incentrata sullo sci. La vicinanza dei comprensori sciistici Monte Cavallo, Ladurno e Racines-Giovo è garanzia di puro divertimento sulla neve. Ecco alcuni consigli per lasciare tutti a bocca aperta:

#### ***Curvare sugli spigoli:***

Impostate la curva con i piedi a cui seguirà il movimento delle ginocchia. Portate il bacino verso l'interno curva. L'inclinazione del corpo vi permetterà di mantenere l'equilibrio e faciliterà la presa di spigolo.

#### ***Fissare un punto:***

Individuate un punto a valle da fissare in modo che il corpo si orienti automaticamente. Allineando il baricentro del corpo (ombelico) favorirete la rotazione.

#### ***Distensione verso l'alto:***

Poco prima di curvare distendete il ginocchio e l'anca in modo da girare più facilmente.

#### ***Mani in avanti:***

Per curvare in modo ottimale i bastoncini vanno tenuti circa 10 cm davanti alle anche in posizione inclinata verso dietro.



#### ***Sciare a costo zero***

Per gli indecisi o per chi non è mai stanco di sciare e vuole fare un'ultima discesa prima di rientrare in albergo o per principianti che desiderano familiarizzare con gli sci e la neve in un ambiente accogliente senza stress, la sciovìa "Gasse" completa l'offerta della Val Ridanna. E la cosa fantastica è che per gli ospiti del Plunhof il suo utilizzo è gratuito. Forza, si scia!

# Scendere con maestria

Sciare in Alto Adige

---







## L'inverno offre di più

Il programma invernale al Plunhof

Tutti possono provare, nessuno è costretto. Secondo questo motto il Plunhof offre una serie di attività che promuovono la salute. Le **gettate** nelle saune avvengono a intervalli regolari, nella stanza della caldaia a vapore si offrono trattamenti di **peeling**. L'attività sportiva è considerata prioritaria. **Yoga** o **Qi Gong** nella sala fitness panoramica, **acqua fitness** in

piscina, **training miofasciale** o **fitnessbox** – l'offerta è varia. Una volta alla settimana il programma prevede una **lunga notte in sauna** con due gettate di vapore. Proponiamo inoltre un ricco programma di **attività outdoor** alla scoperta della Val Ridanna. Ulteriori informazioni a pagina 25.

A photograph of a rustic spa interior. The walls are made of rough-hewn stone, and the ceiling features wooden log beams. In the background, a hot tub is visible, illuminated with a warm, golden light. A stone pillar stands on the right side of the frame. The overall atmosphere is cozy and natural.

# *Le vacanze possono offrire di più*

Servizi inclusi del Plunhof

---



### *Servizi culinari inclusi*

- > Drink di benvenuto
- > Colazione a buffet per i dormiglioni (fino alle ore 11.00) con tutto ciò che il palato può desiderare
- > La giornata inizia con un bicchiere di prosecco per colazione
- > Ogni sera tagliere di formaggi e frutta fresca
- > Menu a scelta: da 4 a 5 portate con buffet di insalate fresche
- > Una volta la settimana buffet di dolci e aperitivo alla reception
- > Ogni venerdì buffet di antipasti di pesce

### *Servizi inclusi per immergersi nella natura*

- > Una volta la settimana escursione a una malga
- > Una volta la settimana fiaccolata con vin brulè
- > Skibus giornaliero gratuito per Racines
- > Noleggio gratuito di ciaspole, bastoncini e zainetti
- > Utilizzo gratuito delle piste di fondo in Val Ridanna per i nostri ospiti
- > Skiroom con armadietti e asciugatore per scarponi da sci
- > Skilift di casa a soli due minuti a piedi

### *Servizi wellness inclusi*

- > Uso gratuito della nostra grandiosa area wellness
- > Orario sauna prolungato – ore 11.00–19.30  
Per motivi igienici e sanitari nell'area sauna non è ammesso portare degli indumenti (zona nuda)! Alla nostra sauna tessile al pianterreno si può invece accedere in costume
- > Morbidi accappatoi per la durata del soggiorno
- > Cesto wellness con asciugamani e pantofole
- > Uso gratuito dell'intera area fitness con macchinari Life-Fitness e assistenza
- > Solarium integrale € 10,00
- > Programma fitness e wellness settimanale acquagym  
Coaching in palestra, il rito delle gettate di vapore in sauna, Yoga, Qi Gong, una volta la settimana notte all'insegna della sauna ...

### *inoltre offriamo ...*

- > Garage sotterraneo per i vostri gioielli a 4 ruote (massimo 54 posti)
- > Noleggio slitte direttamente in hotel, solo € 3,00 al giorno (diverse piste di slittino)
- > Nelle vicinanze noleggio sci da discesa e da fondo a prezzi modici
- > 2 splendidi comprensori sciistici a soli 15 minuti di macchina
- > Biliardo a pagamento
- > Vendita skipass alla reception per il comprensorio sciistico di Racines
- > Bowling nel nostro moderno impianto a quattro piste (a pagamento)
- > Connessione internet wireless gratuita
- > Stazione per la ricarica elettrica nel garage sotterraneo

# Ritrovare la pace interiore

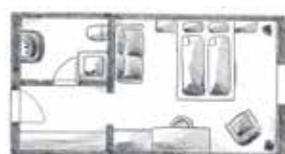
## Le nostre camere e suite

Le planimetrie delle camere sono a titolo esemplificativo, sono possibili variazioni. Esistono diverse varianti per le suite familiari e le suite Plun.



### Camera doppia *Minera*

Camera doppia con balcone o accesso alla terrazza o al prato, doccia/WC, asciugacapelli, minibar, TV-LCD, WiFi, telefono, cassaforte, scrivania, divano.



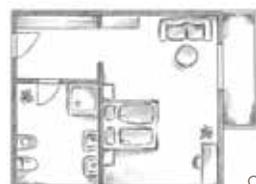
ca. 25 m<sup>2</sup>



### Camera *Comfort*

Letto matrimoniale, divano, TV-LCD, WiFi, cassaforte, scrivania, minibar, telefono, con balcone o accesso alla terrazza, doppio lavabo, WC, bidet, asciugacapelli, doccia, specchio cosmetico, termoarredo scaldasalviette.

(l'arredo e le dimensioni possono variare da camera a camera).



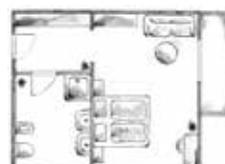
ca. 28 m<sup>2</sup>



### Comfort *Superior*

Letto matrimoniale, divano, TV-LCD, WiFi, cassaforte, scrivania, minibar, telefono, con balcone o accesso alla terrazza, a parte doppio lavabo, WC, bidet, asciugacapelli, doccia, specchio cosmetico, termoarredo scaldasalviette.

(l'arredo e le dimensioni possono variare da camera a camera).  
Si differenzia dalla camera comfort per la dimensione. Poltrona oppure divano.



ca. 32 m<sup>2</sup>



### Suite *Katharina*

Letto matrimoniale, divano con poltrona, in parte angolo soggiorno, minibar, telefono, TV-LCD, WiFi, cassaforte, radio, scrivania, specchio cosmetico, bagno o doccia, WC, bidet, asciugacapelli, balcone. (La Suite Katharina è disponibile in 3 varianti)

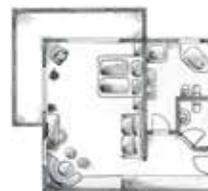


ca. 38 m<sup>2</sup>



### Suite *Lukas*

Letto matrimoniale, divano, soggiorno con panca ad angolo, TV-LCD, WiFi, cassaforte, scrivania, minibar, telefono, balcone. Doppio lavabo, vasca idromassaggio, asciugacapelli, bidet, WC, doccia, termoarredo scaldasalviette, specchio cosmetico, WC di servizio separato.



ca. 57 m<sup>2</sup>



### Suite *Miriam*

Letto matrimoniale, divano, angolo soggiorno, stufa contadina, minibar, TV-LCD, WiFi, cassaforte, telefono, balcone, vasca da bagno, doppio lavabo, doccia, WC, bidet, asciugacapelli, specchio cosmetico, termoarredo scaldasalviette.



ca. 40 m<sup>2</sup>



### *Plun* Suite (9 tipologie)

Letto matrimoniale, divano con poltrona, TV-LCD, radio, cassaforte, scrivania, minibar, WiFi, telefono, balcone. Vasca da bagno o whirlpool, doccia o doccia combinata, doppio lavabo, asciugacapelli, bidet, WC, doccia, termoarredo scaldasalviette, specchio cosmetico, WC di servizio separato.

Le seguenti Suite sono  
*Plun-Suite: Erna, Carolin, Andreas, Peter, Gabi, Petra, Thomas, René & Maria.*



ca. 50 m<sup>2</sup>



### *Suite per famiglie* (3 tipologie)

Suite per famiglie (da 3 pers.). Con occupazione di solo 2 persone, verrà applicato un supplemento di € 16,00 al giorno/suite. Letto matrimoniale, divano con poltrona, ulteriore camera da letto separata per 2 persone, TV-LCD, radio, cassaforte, scrivania, minibar, telefono, WiFi, balcone.

Vasca da bagno o whirlpool, doccia o doccia combinata, doppio lavabo, asciugacapelli, bidet, WC, termoarredo scaldasalviette, specchio cosmetico, WC di servizio separato.



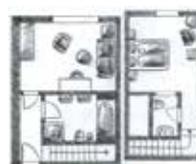
ca. 57 m<sup>2</sup>

Le suite per famiglie sono le seguenti: *Egon, Günter & Erwin.*



### Suite *Tobias*

Suite maisonette a due piani, letto matrimoniale, divano con poltrone, TV-LCD su entrambi i piani, radio, cassaforte, scrivania, minibar, WiFi, telefono, balcone. Bagno con vasca idromassaggio, doppio lavabo, asciugacapelli, bidet, WC, doccia, termoarredo scaldasalviette, specchio cosmetico, WC di servizio separato. (La Suite Tobias è disponibile in 4 varianti!)

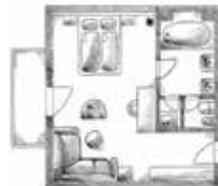


ca. 60 m<sup>2</sup>



## Suite *Annalena*

Letto matrimoniale, divano con poltrone, TV-LCD, telefono, WiFi, radio, cassaforte, scrivania, minibar, balcone. Bagno con vasca idromassaggio per 2 persone e TV-LCD, doppio lavabo, asciugacapelli, bidet, WC, doccia, termoarredo scaldasalviette, specchio cosmetico.



ca. 55 m<sup>2</sup>



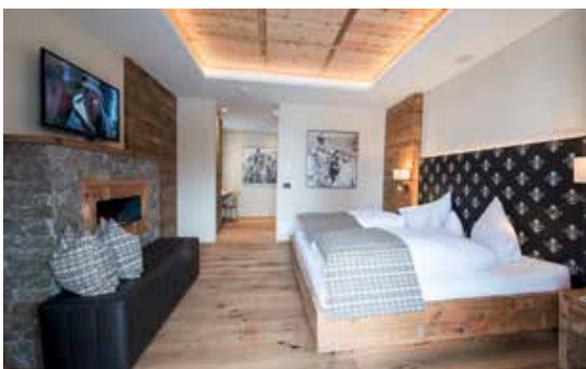
## Suite *Poldi*

Letto a baldacchino, divano con 2 poltrone, stufa contadina, minibar, cassaforte, TV-LCD, radio, telefono, WiFi, scrivania e terrazza. Grande bagno (ca. 20 m<sup>2</sup>) con TV e soffitto stellato. Piccola SPA interna: vasca idromassaggio per due persone, cabina a raggi infrarossi per due persone.

Doppio lavabo, specchio cosmetico, bidet, asciugacapelli, WC, doccia, termoarredo scaldasalviette, WC di servizio separato.



ca. 60 m<sup>2</sup>



## Suite *Jonas*

Suite in legno rustico, letto matrimoniale, ampio soggiorno con stufa contadina, divano, esclusivo caminetto decorativo, TV-LCD, WiFi, radio, cassaforte, scrivania, minibar, telefono, accesso alla terrazza; doccia, bagno, doppio lavabo, asciugacapelli, bidet, WC, termoarredo scaldasalviette, specchio cosmetico.

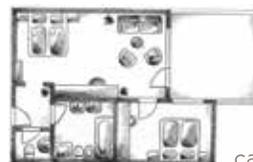


ca. 68 m<sup>2</sup>



## Suite *Paula*

Suite per famiglie (da 3 pers.). Con occupazione di solo 2 persone, verrà applicato un supplemento di € 16,00 al giorno/suite. Letto matrimoniale, divano con poltrone, ulteriore camera da letto separata per 2 persone, stufa contadina, TV-LCD, radio, cassaforte, scrivania, minibar, telefono, WiFi, balcone. Vasca idromassaggio, doppio lavabo, asciugacapelli, bidet, WC, doccia, asciugamani, specchio cosmetico, WC di servizio separato, accesso al balcone della torre.



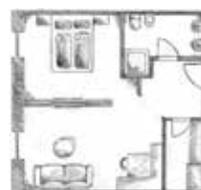
ca. 70 m<sup>2</sup>

Soffitto stellato in camera da letto.



## Suite *Lara*

Letto matrimoniale, divano, panca ad angolo con tavolo, TV-LCD, radio, safe, scrivania, minibar, WiFi, telefono, balcone o terrazzo, doppio lavandino, asciugacapelli, specchio cosmetico, doccia. La suite Lara è disponibile in 3 varianti diverse.



ca. 40 m<sup>2</sup>

# Inverno 2019/2020

Prezzi e periodi

	20.12.2019-06.01.2020		06.01.2020-26.01.2020 15.03.2020-05.04.2020		26.01.2020-21.02.2020 01.03.2020-15.03.2020 05.04.2020-19.04.2020		21.02.2020-01.03.2020	
	da 4 gg	1-3 gg	da 4 gg	1-3 gg	da 4 gg	1-3 gg	da 4 gg	1-3 gg
Camera doppia <i>Minera</i>	€ 181 <sup>00</sup>	€ 196 <sup>00</sup>	€ 132 <sup>00</sup>	€ 147 <sup>00</sup>	€ 137 <sup>00</sup>	€ 152 <sup>00</sup>	€ 160 <sup>00</sup>	€ 175 <sup>00</sup>
Camera <i>Comfort</i>	€ 184 <sup>00</sup>	€ 199 <sup>00</sup>	€ 135 <sup>00</sup>	€ 150 <sup>00</sup>	€ 140 <sup>00</sup>	€ 155 <sup>00</sup>	€ 163 <sup>00</sup>	€ 178 <sup>00</sup>
Comfort <i>Superior</i>	€ 187 <sup>00</sup>	€ 202 <sup>00</sup>	€ 138 <sup>00</sup>	€ 153 <sup>00</sup>	€ 143 <sup>00</sup>	€ 158 <sup>00</sup>	€ 166 <sup>00</sup>	€ 181 <sup>00</sup>
Suite <i>Katharina</i>	€ 190 <sup>00</sup>	€ 205 <sup>00</sup>	€ 141 <sup>00</sup>	€ 156 <sup>00</sup>	€ 146 <sup>00</sup>	€ 161 <sup>00</sup>	€ 169 <sup>00</sup>	€ 184 <sup>00</sup>
Suite <i>Miriam</i>	€ 195 <sup>00</sup>	€ 210 <sup>00</sup>	€ 146 <sup>00</sup>	€ 161 <sup>00</sup>	€ 151 <sup>00</sup>	€ 166 <sup>00</sup>	€ 174 <sup>00</sup>	€ 189 <sup>00</sup>
<i>Plun</i> Suite	€ 200 <sup>00</sup>	€ 215 <sup>00</sup>	€ 151 <sup>00</sup>	€ 166 <sup>00</sup>	€ 156 <sup>00</sup>	€ 171 <sup>00</sup>	€ 179 <sup>00</sup>	€ 194 <sup>00</sup>
<i>Suite per famiglie</i>	€ 205 <sup>00</sup>	€ 220 <sup>00</sup>	€ 154 <sup>00</sup>	€ 169 <sup>00</sup>	€ 159 <sup>00</sup>	€ 174 <sup>00</sup>	€ 184 <sup>00</sup>	€ 199 <sup>00</sup>
Suite <i>Tobias</i>	€ 212 <sup>00</sup>	€ 227 <sup>00</sup>	€ 162 <sup>00</sup>	€ 177 <sup>00</sup>	€ 167 <sup>00</sup>	€ 182 <sup>00</sup>	€ 190 <sup>00</sup>	€ 205 <sup>00</sup>
Suite <i>Annalena</i>	€ 214 <sup>00</sup>	€ 229 <sup>00</sup>	€ 164 <sup>00</sup>	€ 179 <sup>00</sup>	€ 169 <sup>00</sup>	€ 184 <sup>00</sup>	€ 192 <sup>00</sup>	€ 207 <sup>00</sup>
Suite <i>Poldi</i>	€ 219 <sup>00</sup>	€ 234 <sup>00</sup>	€ 169 <sup>00</sup>	€ 184 <sup>00</sup>	€ 174 <sup>00</sup>	€ 189 <sup>00</sup>	€ 197 <sup>00</sup>	€ 212 <sup>00</sup>
Suite <i>Jonas</i>	€ 224 <sup>00</sup>	€ 239 <sup>00</sup>	€ 174 <sup>00</sup>	€ 189 <sup>00</sup>	€ 179 <sup>00</sup>	€ 194 <sup>00</sup>	€ 202 <sup>00</sup>	€ 217 <sup>00</sup>
Suite <i>Paula</i>	€ 209 <sup>00</sup>	€ 224 <sup>00</sup>	€ 157 <sup>00</sup>	€ 172 <sup>00</sup>	€ 162 <sup>00</sup>	€ 177 <sup>00</sup>	€ 188 <sup>00</sup>	€ 203 <sup>00</sup>
Suite <i>Lara</i>	€ 198 <sup>00</sup>	€ 213 <sup>00</sup>	€ 149 <sup>00</sup>	€ 164 <sup>00</sup>	€ 154 <sup>00</sup>	€ 169 <sup>00</sup>	€ 177 <sup>00</sup>	€ 192 <sup>00</sup>
Suite <i>Lukas</i>	€ 204 <sup>00</sup>	€ 219 <sup>00</sup>	€ 153 <sup>00</sup>	€ 168 <sup>00</sup>	€ 158 <sup>00</sup>	€ 173 <sup>00</sup>	€ 183 <sup>00</sup>	€ 198 <sup>00</sup>

## Per i singles: la nostra offerta

Viaggiare soli ma non esserlo: prendete al volo la nostra offerta dal 15.03.-05.04.2020. Per chi viaggia solo, in camera doppia "Minera" e camera comfort, per un soggiorno minimo di 5 notti, non calcoliamo alcun supplemento per la camera singola.



## Un grande benvenuto ai nostri piccoli!

Camera doppia + suite	06.01.-21.02.2020	20.12.19-06.01.20
	01.03.-19.04.2020	21.02.-01.03.2020
da 0 a 2 anni	100 %	85 %
3 a 5 anni	70 %	70 %
6 a 8 anni	60 %	60 %
9 a 13 anni	40 %	40 %
14 a 17 anni	30 %	30 %

Suite per famiglie	06.01.-21.02.2020	20.12.19-06.01.20
	01.03.-19.04.2020	21.02.-01.03.2020
da 0 a 2 anni	85 %	85 %
3 a 5 anni	70 %	70 %
6 a 8 anni	60 %	60 %
9 a 13 anni	40 %	40 %
14 a 17 anni	30 %	30 %





## Condizioni generali di contratto

- > Per tutte le persone di età superiore ai 14 anni dal 01.01.2018 verrà calcolata l'imposta di soggiorno pari a € 2,10 per persona e notte. L'imposta non sarà compresa nel prezzo complessivo del soggiorno e potrà essere pagata soltanto in loco.
- > I prezzi s'intendono in euro, al giorno per persona con mezza pensione incluso pacchetto Plunhof valido per soggiorni di almeno 4 pernottamenti.
- > Per soggiorni da 1 a 3 notti applichiamo il supplemento per soggiorno breve di € 15,00.
- > Purtroppo non ci è possibile garantire un determinato numero di camera o di piano al momento della prenotazione.
- > Il giorno d'arrivo le camere sono disponibili a partire dalle ore 15.00. Se non riuscite ad arrivare entro le ore 19.00, Le chiediamo cortesemente di comunicarcelo per tempo.
- > Vi preghiamo di liberare le camere entro le ore 10.30 del giorno di partenza.
- > Per cancellazioni, arrivi posticipati e partenze anticipate dobbiamo calcolare l'importo per i letti vuoti, previsto dalla legge. Confidiamo nella vostra comprensione. Per evitare di addebitarvi costi per la cancellazione della camera, vi consigliamo di stipulare l'assicurazione. Vi inviamo volentieri informazioni in merito.
- > Il supplemento per le camere ad uso singolo ammonta a € 25,00 al giorno (solo nelle camere Minera). Nei periodi dal 20.12.2019 - 06.01.2020 e dal 21.02.2020 - 01.03.2020 calcoliamo un supplemento di € 35,00.
- > Nelle camere comfort ad uso singolo viene calcolato un supplemento pari al 50% del prezzo giornaliero della camera.
- > Per pernottamento con colazione il prezzo viene ridotto di € 10,00.
- > I cani sono ammessi su richiesta. Per motivi igienici non hanno accesso a tutte le camere/suite.
- > Il supplemento per i vostri amici a quattro zampe è di € 20,00 al giorno (senza cibo). Siete pregati di portare con voi la cesta del cane. Alla vostra partenza, l'hotel si riserva il diritto di addebitare in fattura un'eventuale e necessaria pulizia finale. I cani non possono accedere alla sala da pranzo e all'area della Spa Minera.
- > Pagamento possibile in contanti, carta bancomat, carta di credito, bonifico bancario. Non accettiamo le carte di credito Diners Club, American Express e gli assegni.

# Perfettamente su misura

Le offerte settimanali  
del Plunhof

---

## Grandi momenti per due

---

*Lasciatevi coccolare e cominciate  
a vivere il Vostro sogno!  
Ideale anche come idea regalo!*

- > 1 bagno per due nella nostra vasca imperiale con prosecco, seguito da un massaggio dorsale rilassante a persona
- > Fragole fresche e 1 bottiglia di Champagne in stanza all'arrivo
- > Un mazzo di rose

Prezzo del pacchetto € 199,00 a persona  
Pacchetto prenotabile in aggiunta al Vostro soggiorno!



## Settimane bianche

06.01.2020 – 26.01.2020

- > Pacchetto **Plunhof** incluso (pagina 25)
- > 7 pernottamenti con mezza pensione gourmet
- > **Vacanza** gratuita per un bambino fino a 8 anni in camera con i genitori (con due persone paganti prezzo intero, escluso nelle suite familiari)
  - > **Escursione** guidata con le ciaspole
  - > **Slittata** notturna
- > Cartina gratuita per le piste di sci di fondo
  - > Skibus gratuito per Racines
- > **Skilift**: dietro la casa gratis per adulti e bambini

Da € 924,00 a persona  
nella camera doppia Minerà

Pacchetto incluso nelle tariffe per camere/suite  
per soggiorni di almeno 1 settimana

## Ski & Wellness nel cuore delle montagne

06.01. – 26.01.2020  
22.03. – 05.04.2020

- > Pacchetto **Plunhof** incluso (pagina 25)
- > 4 pernottamenti con mezza pensione gourmet
- > **3 giorni Skipass** per l'area sciistica Racines
  - > 15% di sconto sul noleggio **attrezzatura sci** a Racines
  - > Phytomassopodia – Rituale per i piedi
  - > **Massaggio Vital al cirmolo** – sperimentare la natura con tutti i sensi
  - > Bagno alle erbe **Alpenrausch**

da € 850,00 a persona  
nella camera Comfort

Prenotabile anche per 7 giorni e/o possibilità  
di prolungare il soggiorno





## Settimane sole, neve & bellezza

15.03.2020 – 05.04.2020

- > Pacchetto **Plunhof** incluso (pagina 25)
- > 7 pernottamenti con mezza pensione gourmet
- > **Corso di cucina** con Egon, il nostro chef (riceverete un ricettario e un regalo ricordo)
  - > **Degustazione** di vini con vini altoatesini di qualità € 24,00
- > Escursione in valle con sosta al nostro maso „Tötschhof“ e piccola merenda
- > **Vacanza** gratuita per un bambino fino a 8 anni in camera con i genitori (con due persone paganti prezzo intero, escluso nelle suite familiari)

da € 924,00 a persona  
nella camera doppia Minera

incluso nel prezzo della camera/suite per un soggiorno minimo di una settimana!

## Breve fuga all'insegna del benessere

06.01. – 21.02.2020  
01.03. – 19.04.2020

- > Pacchetto **Plunhof** incluso (pagina 25)
  - > 5 pernottamenti con mezza pensione gourmet
    - > **La forza della pietra** - trattamento con la forza delle pietre 110 minuti
    - > **Alpenrausch Biocosmetic** - Trattamento viso Dr. Spiller 50 minuti
    - > **Trattamento corpo detox** - Dr. Spiller Body 50 minuti
- 5 notti a partire da € 945,00 a persona nella camera doppia Comfort

Offerta disponibile per tutte le categorie.  
Trattamenti non modificabili né rimborsabili in contanti. Possibilità di estensione del soggiorno.





## Settimane pasquali

05.04.2020 – 19.04.2020

- > Pacchetto **Plunhof** incluso (pagina 25)
- > 7 pernottamenti con mezza pensione gourmet
  - > I bambini ricevono una piccola sorpresa dal **coniglietto di Pasqua**
  - > **Skibus** gratuito per Racines (in base alle condizioni della neve)
- > **Vacanza** gratuita per un bambino fino a 8 anni in camera con i genitori (con due persone paganti prezzo intero, escluso nelle suite familiari)
- > Prenotando un pacchetto benessere nella nostra **Spa Minera** riceverete un particolare set in omaggio  
**da € 959,00 a persona nella camera doppia Minera**  
 incluso nel prezzo della camera/suite per un soggiorno minimo di una settimana!

## Settimane di neve cristallina

26.01.2020 – 21.02.2020

01.03.2020 – 15.03.2020

- > Pacchetto **Plunhof** incluso (pagina 25)
- > 7 pernottamenti con mezza pensione gourmet
  - > **Escursione** guidata con le ciaspole e slittata notturna (in base alle condizioni della neve)
  - > **Skibus** gratuito per Racines
- > Cartina gratuita per le piste di sci di fondo
- > Prenotando un pacchetto benessere nella nostra **Spa Minera** riceverete un particolare set in omaggio  
**da € 959,00 a persona nella camera doppia Minera**  
 incluso nel prezzo della camera/suite per un soggiorno minimo di una settimana!





# Plunhof

Patria delle generazioni

Via Obere Gasse 7 | I-39040 Racines-Ridanna | Alto Adige  
Tel. +39 0472 656 247 | Fax +39 0472 656 249 | info@plunhof.it

[www.plunhof.it](http://www.plunhof.it)