





# MORGENPOST

Heute ist Dienstag, der 16. Oktober 2018



## Was sagt der Wetterfrosch...

Das wetterbestimmende Hoch über Osteuropa schwächt sich an den kommenden Tagen langsam ab. Damit verringern sich zwischen dem Hoch und Tiefdruckgebieten über Westeuropa die Luftdruckgegensätze über unserem Raum, was zur Folge hat, dass auch die föhnige Südströmung schon bald wieder schwächer wird. Der leicht föhnig-wechselhafte Wetterverlauf zu Beginn dieser Woche macht also schon bald wieder ruhigerem und neuerlich sehr sonnigem Wetter Platz. Die Woche klingt bei einem freundlichem Mix aus viel Sonne und nur wenigen Wolken niederschlagsfrei aus. Gleichzeitig kündigt sich aus Westen der Vorstoß eines neuen Hochdruckausläufers an, womit derzeit auch langfristig gesehen kein entscheidender Wetterumschwung abzusehen ist.

Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
			
Viel Sonnenschein Harmlose, hohe Wolken	Ein Mix aus Sonne und Wolken - Es bleibt warm	Ein Mix aus Sonne und Wolken - Es bleibt warm	Ein Mix aus Sonne und Wolken - Es bleibt warm
☀ 6h	☀ 7h	☀ 7h	☀ 7h
MIN.   MAX. <b>6°C</b>   <b>18°C</b>	MIN.   MAX. <b>6°C</b>   <b>18°C</b>	MIN.   MAX. <b>6°C</b>   <b>18°C</b>	MIN.   MAX. <b>7°C</b>   <b>18°C</b>
VORM.   NACHM. ☔ 0%   ☔ 0%	VORM.   NACHM. ☔ 0%   ☔ 30%	VORM.   NACHM. ☔ 0%   ☔ 20%	VORM.   NACHM. ☔ 0%   ☔ 20%

## **Saiwalo** – *die Wohlfühlwelt im Jerzner Hof*

*Terminvereinbarungen bitte am einfachsten direkt an der Rezeption vornehmen!*

### **!QMS AUGENLIFTING**

Reinigung, Tonic, Spezialmassage mit Collagen, Straffungsmaske, Augen-und Tagespflege Spezialbehandlung bei Fältchen, Schatten und Schwellungen werden reduziert. 30min. € 43,00



### **Für zuhause empfehlen wir unser Highlight für die Augenpflege:**

Cellular Alpine: diese enthält Stammzellen aus der Alpenrose, ist sehr straffend, feuchtigkeitsspendend, schützt vor negativen Einflüssen der UV Strahlung und verhindert, dass Pigmentierungen im Augenbereich entstehen. € 132,00

### **Nachtkerzenölcremebad**

Vorab zur Einstimmung eine warme Kräuternackenrolle Nachtkerzenöl wirkt dem Alterungsprozess der Haut entgegen, ist zellaktivierend, belebend und zugleich stark rückfettend und feuchtigkeitsspendend, ideal bei trockener, reifer Haut. 25 Minuten € 38,00



### **Kombimassage Fußreflex- und Rückenmassage**

Die klassische Rücken- oder Beinmassage, kombiniert mit einer Fußreflexzonentherapie. 50 Minuten € 56,00

### **Wellness-Tipps:**

#### **Meersalzbad für glatte Haut**

Mit einem Meersalzbad pro Woche kann man überschüssige Wasseransammlungen aus dem Gewebe schwemmen, die Haut straff und weich pflegen. Dazu löst man 500g Meersalz in einer Wanne voll Wasser (36 Grad) auf. 15 Minuten baden, danach 30 Minuten ruhen.



#### **Heißer Tipp mit Eiswürfeln**

Sowohl zur Regeneration nach sportlichen Belastungen als auch zur erfolgreichen Behandlung von Cellulite haben sich Abreibungen mit Eiswürfeln bewährt. Dazu reibt man die betroffenen Partien nach einer leichten Massage etwa drei bis fünf Minuten mit Eiswürfeln ab. Durch den Kältereiz wird das Bindegewebe gestrafft.



## **AUSFLUGSTIPP**

### ***BRAUEREI SCHLOSS STARKENBERG in Tarrenz (ca. 30 Minuten)***

Erfahren Sie alles über die Geschichte des Starkenberger Biers, von den Anfängen bis zur hochmodernen Brauerei von heute.

Auf einer Schaufläche von über 4.000 m<sup>2</sup> werden Sie im Schloss Starkenberg in das Thema Bier eingeführt. Sie lernen viel Wissenswertes über die Braukunst sowie über die gesundheitsfördernde Wirkung von Bier für Körper und Geist. Sie kommen in Berührung mit der Braustätte in Vollbetrieb und finden sich im gleichen Moment wieder in den mittelalterlichen Gewölben, Gängen und Schlossräumen.

Der Rundgang führt Sie vom Sudhaus mit den charakteristisch kupfernen Kesseln, weiter durch das Panoramazimmer mit Blick über das schöne Gurgltal, vorbei an dem alten Kühlkompressor von Carl Linde.

Das Bier Bad im alten Gärkeller ist ebenso ein Highlight, wie das Museum mit der herrlichen Balkenkonstruktion und der hauseigenen Quelle. Der mittelalterliche Rittersaal kann für verschiedenste Veranstaltungen gemietet werden. Danach geht's runter ins Kellergewölbe, wo Sie die zahlreichen Auszeichnungen besichtigen können, bevor die Besichtigung im Brauerei-Laden endet.

**Öffnungszeiten der Biermythos-Besichtigungstour:** täglich von 10:00 bis 17:00 Uhr

**Öffnungszeiten der Brauerei:** Montag - Freitag: 07:00 - 12:00 und 13:00 - 17:00 Uhr  
An Sonn- und Feiertagen geschlossen! Preise: Erw. € 7,00 / Kinder bis 10 Jahre sind frei

### **Wissenswertes über Bier:**

Die ältesten Rezepte, die bisher gefunden wurden, sind vermutlich über 5000 Jahre alt und beschreiben, wie Bier hergestellt wird.

Das weltweit teuerste Bier kostet umgerechnet stolze 750 €: Es heißt „Vieille Bon Secours“ und wir nur in einer einzigen Londoner Bar namens „Bierdrome“ verkauft.

Der für Bier verwendete Hopfen ist ein enger Verwandter der Marihuana Pflanze.  
(sollte aber trotzdem nicht geraucht werden)

Ein Schock für die Männerwelt: die ersten professionellen Brauer waren Frauen. Männern war es im alten Ägypten sogar verboten, Bier zu brauen oder zu verkaufen.

Ein amerikanischer Archäologe hat herausgefunden, dass Pyramidenbauer im alten Ägypten pro Tag rund vier Liter Bier tranken (es war gesünder als das schmutzige Nilwasser) und somit regelmäßig betrunken arbeiteten.

Mit stolzen 57% Alkoholgehalt ist der bayerische „Schorschbock“ das stärkste Bier der Welt.

## Die Knappenwelt - ein Ausflugsziel für Jung und Alt



In der „Knappenwelt Gurgltal“, am Fuße des Tschirgants in Tarrenz (ca. 24km) können Sie am harten aber auch faszinierenden Leben der Knappen teilhaben.

Neun Gebäude und ein Stollen laden Sie auf eine wunderbare Reise in die Vergangenheit ein. Erfahren Sie, wie die Knappen in der damaligen Zeit gelebt und gearbeitet haben. Haben Sie Teil an der harten Tätigkeit und lernen Sie den

Weg des Erzes vom Stollen bis zur Weiterverarbeitung kennen!

Öffnungszeiten bis 31.10.2018: Dienstag bis Sonntag von 10.00 – 17.00 Uhr (Montag Ruhetag)

## Schon probiert?

Wir verleihen zusätzlich zu unseren kostenlosen Mountainbikes auch zwei E-Bikes (Mountainbikes) der Marke Ghost.

**4 Stunden EUR 10,00 / 1 Tag EUR 15,00**

Nähere Infos erhalten Sie an der Rezeption und bei unserem Hausmeister Rumen.



## Was ist heute los ...

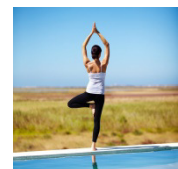
- ✘ **10:45 Uhr bis 11:30 Uhr: Rückentraining**  
mit Vitaltrainerin Miriam im Gymnastikraum
- ✘ **16:00 Uhr - 16:45 Uhr: Pilates**  
mit Vitaltrainerin Daniela im Gymnastikraum
- ✘ **17:30 Uhr / 18:15 Uhr: Dampfbad Peeling / Saunaaufguss**  
in der finnischen Sauna



## Vorschau auf Mittwoch ...

**AQUAFIT**

- ✘ **09:00 Uhr – 09:45 Uhr: Aqua Fit**  
mit Vitaltrainerin Miriam im Hallenbad
- ✘ **16:30 Uhr – 17:15 Uhr: Yoga**  
mit Vitaltrainerin Daniela im Gymnastikraum
- ✘ **18:00 Uhr: Saunaaufguss** in der finnischen Sauna



### INFORMATION – Pitztaler Umweltticket

Dieses Ticket berechtigt Sie das öffentliche Bussystem im Pitztal kostengünstig zu benutzen. Sie fahren somit von Mittelberg (Talstation Gletscherbahn, Gletscherstube) bis nach Imst (Bahnhof/ Postplatz) und zur Hochzeiger Bergbahn in Jerzens. Das Umweltticket erhalten Sie zum Preis von € 5,00 pro Person an unserer Rezeption.