

schneeweekend
des amies de la maison

fr 7. bis 9.4 '06
in sent bei scuol

informations importantes

chers amis de la maison

Reiseinfo:

Für die 14, die mit mir & dem Kollektiv reisen

Wir treffen uns am Freitag 7. April um 8:45 Uhr am HB Winterthur bei den Geleisen 1 & 2 (Milchrampe).

> Fahrplan für Kollektivreise (PDF)

Die Rückreise treten wir am Sonntag um 15:16 an. Wir sind um 19:03 zurück in Winterthur.

Für die, die später mit dem Zug nachreisen

> Fahrplan mit weiteren Verbindungen (PDF)

Für die, die mit dem Auto reisen

> Route (PDF)
> Vereina Tunnel (Link)
> Ortsplan von Sent mit Lagerhaus

Gepäckliste:

Für alle, die Massenschlag (4/6er) gebucht haben

- Schlafsack (oder Leintuchschlafsack für CHF 6.-) - Badetuch

Für die, die ein 2er-Zimmer gebucht haben

- Schlafsack & Badetuch zuhause lassen

- Zahnbürste & -paste, evtl. Deo
- Unkostenbeitrag (s.u.) & «Sackgeld»
- Halbtax o.ä.
- ID falls Ausflug nach Samnaun (Taxfree)
- Sonnenschutz (Crème, Brille, Hut)
- Ski-/Snowboard Ausrüstung *
- Kleider für auf die Piste / in den Schnee
- gutes Schuhwerk
- Badezeug, evtl 2. Badetuch für Saunabesuch
- iPod
- Schlitten *
- Schneeschuhe /-stöcke *
- Schlittschuhe *
- persönliche Medis & Drogen aller Art
* = kann auch vor Ort gemietet werden

Ich packe in meinen Rucksack

Kosten pro Person:

Hin- & Rückreise

55.- mit 1/2-Tax
80.- ohne

club d'activité des amies de la maison schneeweekend

2 x übernachten

40.- im Massenschlag (4/6er)
100.- im 2er Zimmer

2 x Zmorgen essen (Frühstückbuffet 8 - 11 Uhr)

20.-

2 x Znacht einkaufen, kochen & essen

20.-

> Individueller Betrag bitte ins Lager mitbringen!

Sackgeld für:

Tageskarte	43.-
1/2-Tageskarte (12:15)	34.-
...	...
Schlittelpass Ftan - Prui (3.5 km)	12.-
Airbordpass Ftan - Prui	25.-
...	...
Bad Scuol(2.5 Std.)	25.-
Römisch-Irisch Baden	66.-
...	...
Lunch, Süssigkeiten & andere Sünden †	[ΣήΠΥæ√Ωεζ]

remarque du chef

Ich freue mich, dass ihr euch für club'activité entschieden habt!

Es wird bestimmt eine unvergessliche Reise.

Ich hoffe ihr habt alle Infos, die ihr braucht. Wir sehen uns also am FR 7.4 um 8:45 am HB oder später im Swissroof in Sent. Gruss Böby

Bei Fragen - irgendwie melden.

zwitscher@al2.ch - b`bitch - 078 763 80 83
www.swissroof.ch - Fabiola & Jonas - 081 864 17 22

schneeweekend



inspirationen & informationen

du chef de la **club d'activité**
des amies de la maison

falls man nicht gerade auf der
sonnenterrasse eingeschlafen ist

Unser Zuhause: Hotel Piz Lischana «Swissroof»

- 4er/6er-Zimmer:

Von den schnarchenden Zimmergenossen abgesehen, hat das Übernachten in unseren hellen und freundlichen Mehrbettzimmern durchaus auch seine gemütlichen Seiten! Denn gibt es etwas Schöneres, als kurz vor dem Eintauchen ins Reich der Träume, einander die highlights des Tages zu erzählen? Was meinst du, hat dein Schlafsack Lust dich ins Swissroof zu begleiten? Ansonsten vermieten wir nämlich auch Leintuchschlafsäcke für CHF 6.00 pro Aufenthalt - Wolldecken stehen kostenlos zur Verfügung.

- 2er- bzw. Doppelzimmer mit Etagedusche:

Wenn ihr die einmalige Backpacker-Atmosphäre liebt, aber trotzdem eure eigenen vier Wände nicht missen möchtet, sind unsere 2er-Zimmer mit heimeliger Bergsicht genau das Richtige! Eure Schlafsäcke können zu Hause Ferien machen, denn unsere 2er-Zimmer sind mit Duvets ausgestattet.

- Sonnenterrasse:

Sonnencreme eingepackt? Achtung auf unserer grossen Terrasse mit einmaliger Aussicht auf das Unterengadiner Bergpanorama ist schon aus manchem "Nickerchen" ein stundenlanger Tiefschlaf entstanden...

- Aufenthaltsraum mit Cheminée:

Unser Backpacker hat ein grosses Herz! Hier ist Platz für alle. Ob zum Essen, Spielen, Lesen, gemütlichen Beisammensein oder zum Plaudern vor dem knisternden Kaminfeuer.

- Küche:

Damit auch für das leibliche Wohl gesorgt ist, kannst du jederzeit unsere gut ausgestattete Grossraumküche mitbenutzen.

- TV Raum:

Falls es dich einmal vor die Flimmerkiste zieht, auch das können wir dir bieten. Ob Fernsehprogramm oder Video, lehne dich zurück und mach es dir gemütlich!

- Weitere Facilities:

Internet-Access, Billiard & Tischfussball, Velo-Abstellraum, zwei grosse Terrassen mit Liegestühlen, Garten mit Feuerstelle, Ski- & Snowboardraum, Waschgelegenheit mit Trockenraum, kleine Werkstatt für Bike und Snowboard Reparaturen



> zur Unterkunft

Ab in den Schnee:

Motta Naluns das Schneesportgebiet:

Das Schneesportgebiet Motta Naluns oberhalb von Scuol, Sent und Ftan ist auf einem sonnenverwöhnten Plateau vis à vis den Unterengadiner Dolomiten gelegen. Mit zwei Gondelbahnen von Scuol geht's nach Motta Naluns, wo Dir elf weitere Anlagen zur

Preise für Skipässe:

	ab 19.3.
1 TAG	43
ab 11.15	37
ab 12.15	34
ab 13.15	31

club d'activité
des amies de la maison
schneeweekend

Verfügung stehen.
Von anspruchsvollen Pisten über Steilhänge bis zu einfachen, sanften Pisten durch Lärchenwälder oder Wiesen, rassigen Buckelpisten und weiten Tiefschneegebieten stehen Dir alle Möglichkeiten offen, auf 80 km Pisten Deinen Wintersport zu geniessen. Im Ski- und Snowboardpark locken attraktive Strecken der besonderen Art, so auch der längste permanente Boarder Cross der Schweiz. Unvergleichlich schön ist auch die 12 km lange, im unteren Bereich beschneite Traumabfahrt nach Sent. [mehr](#)

- 12 km lange Traumpisten nach Sent

- 80 km Pistenzauber von 1250 - 2800 müM
- Weitläufiges Freeridegelände
- Snow Park
- Bordercross-Piste
- 3.5 km Schlittelbahn Prui - Ftan
- 3 km Lahnlaufloipe Motta Naluns, skating und klassisch
- Schöne Winterwanderwege
- Schneespass auch in Kombination RhB oder Erlebnisbad
- In Tageskarte + Fr. 1.- ist RhB ab Chur inbegriffen (erhältlich an RhB Bahnhof Chur)

Schlitteln:

Auf der 2,8 langen Bahn nach Sent oder einer anderen Strecke aus 33 km Schlittelweg...
[mehr](#)

Winterwanderwege

136 km gut markierte und präparierte Winterwanderwege.
Panorama-Höhenwanderweg von Motta Naluns nach Prui und Ftan.
[mehr](#)

Eisfelder

Eislaufen, Curling, Eisstockschiessen und Eishockey.
[mehr](#)

Langlauf

77 km Loipe mit direktem Anschluss an den Engadiner Skimarathon!!! 4,5 km Nachtloipe.
[mehr](#)

Badespass:

Baden im Engadin Bad Scuol:

Bäderlandschaft:

Zuerst geniessen Du die Wärme im grossen Innenbecken, ganz gemächlich nimmst Du dabei die besondere Atmosphäre des Bades in Dir auf.

1 1/2 d ab 12:15 63
2 d 74



> PDF-Download der Karte zum Skigebiet und zu Scuol/Sent

Interaktive Karte zum Skigebiet:

<http://ski.intermaps.ch/scuol/index.swf?lang=de>

Statische Übersicht des Skigebiets:

http://www.scuol.ch/sites/default/files/gebiet_gross.jpg

Übersicht des Skigebiets zum Drucken:

http://sdds.intermaps.com/scuol/web_scuol.asp?lang=de

Snowtubing

Eigens präparierter Schneekanal mit Lift für die Beförderung zum Start.
[mehr](#)

Airboarden:

Mit einem Airboard über die Piste schweben. Was'n das?
4 km lange Airboardpiste von Prui nach Ftan.
[mehr](#)

Spazieren und Einkehren in Sent

Das malerische Dorf Sent erkunden. Geht auch von Zuhause aus übers Netz...
<http://www.sent-online.ch/>

Skitouren:

Für geübte Skitourenfahrer können wir die 1/2 Tagestour von Sent zum Piz Spadla auf 2912 m empfehlen. Als Tagestour die Route von Vnà über Val Sinestra zur Heidelbergerhütte.
Bitte Lawinenbulletin beachten www.sif.ch oder Eidg. Institut für Schnee- und Lawinenforschung Davos 081/417 01 11

Wellness im Römisch-Irischen Bad:

täglich von 10.00 - 21.45 Uhr
Fr 66.- berechtigt zudem zur zeitlich unbeschränkten Benützung des Engadin Bad Scuol)

club d'activité
des amies de la maison
schneeweekend

Im Heissprudelbad, direkt neben dem grossen Becken, kannst Du Deinem Körper Ruhe gönnen und alte Verspannungen lösen. Das warme Mineralwasser ist sehr kraftvoll. Vielleicht lässt Du Dich aber lieber im Solebad vom Salzwasser tragen und dabei leicht massieren. Wie heilsam die natürlichen Mineralsalze wirken, wird seit jeher gerühmt. Nach all diesen erhaltenden Baderlebnissen - die Wassertemperaturen liegen zwischen 34° und 37° - verspürst Du vielleicht Lust auf etwas Abwechslung: Nun wird es Zeit für die Kalt- und Warmwassergrotte. Hier erlebst Du ein unvergessliches und anregendes Wechselspiel zwischen kühlem (15° - 17°) und warmem Wasser (ca. 37°). Wenn Du hinaus ins Aussenbad schwimmst, wirst Du entdecken, wie harmonisch die einmalige Bergwelt mit dem Element Wasser verbunden ist.

Saunalandschaft:

Vollends ausspannen kannst Du in der Saunalandschaft: Hier findest Du alles, was diese Badekultur immer wieder zum besonderen Erlebnis macht. Von der Biosauna (55-65°C) mit Licht- und Farbtherapie über die Normalsauna (85°C) bis zur heissen Finnsauna (95°C) stehen Dir alle Wärmelebnisse zur Verfügung. Bitte vergiss nicht, dass Du hier immer zwei Badetücher brauchst. Für alle, die es gerne etwas weniger heiss mögen, gibt es ein wohliges Dampfbad (45-47°C). In der Solarienlandschaft schliesslich hast Du die Wahl: Willst Du lieber auf die Liegewiese oder bevorzugst Du eine gediegene Einzelkabine? Ein praktischer Tipp: Wenn Du ein Solebad genommen hast, wird Deine Haut empfindlicher auf die UV-Strahlen reagieren. Dosiere deshalb gut.
zum Engadin Bad Scuol

etc:

Maps, maps, maps

Allerlei Kartenmaterial zur Region.
> Kartenmaterial

Snow'n'Rail Angebote der SBB

30% Ermässigung auf die Bahnfahrt sowie ermässigte Tageskarte, Bahnbillett 3 Tage gültig.
Preisbeispiel für die Strecke: Zürich HB - Scuol
mit Halbtax: 79.- | ohne Halbtax: 120.20 | Aufpreis für eine Zweitageskarte: 27.60
Zudem bei Snow'n'Rail dabei: «Als Snow'n'Rail Kunde erhalten Sie bei «INTERSPORT Rent» 15% Rabatt auf die Miete Ihrer Wintersporttausrüstung (Ski, Snowboard, Schuhe). Verlangen Sie an Ihrem Abgangsbahnhof den Gutschein für die 15% Ermässigung. Dieser ist einlösbar im

Abauf: Empfang, Ablagen, Körperreinigung, Toilette, Warmluftbad, Heissluftbad, Duschen, Seifen-Bürsten-Massage, Duschen, Mineral-Dampfbad I, Mineral-Dampfbad II, Duschen, Mineral-Sprudelbad, Mineralbad, Kaltwasserbad, Duschen, Abtrocknen und eincremen, Ruhen, entspannen.
Zeitbedarf: 2 Std. 15 Min.

Das "Römisch-Irische Bad" ist ein einzigartiges Wellnesserlebnis! Die klassischen Römer schworen auf sanftes Erhitzen und Abkühlen mit warmer Luft, wohltuendem Wasser und waberndem Dampf, die alten Iren hingegen genossen das Bad in trockener, heisser Luft. Im "Bogn Engiadina Scuol" wurden beide Badestile zu einer neuen Erfahrung verschmolzen.

Integriert in diesen Badeablauf ist eine hautreinigende und durchblutungsfördernde Seifen-Bürsten-Massage sowie eine Creme-Station, wo Du Deiner Haut die nötige Feuchtigkeit spendest. In ein warmes Tuch gebettet, geniesst Du schliesslich die Stille oder die herrliche Aussicht aus dem Panorama-Ruheraum. Zum Ausklang wird Dir ein erfrischendes Getränk serviert. Das Römisch-Irische Bad geniesst man nackt. Am Empfang, bis wohin Du Dein Badekleid trägst, erhältst Du eine Toga.

Reservationen über <http://bad.scuol.ch>. Für kurzfristige Buchungen ist eine telefonische Reservation am Vortag ab 08.00 Uhr möglich (Tel. +41 81 861 20 02).

zum Römisch-Irischen Bad



HEINRICH SPORT (Stradun 400, Tel. 081 864 19 56) in Scuol.»
<http://www.railaway.ch/Deutsch/snowandrail/angebote/scuol.html>



© by böby

schneeweekend