

Vacanze realmente ritempranti, di autentico relax e benessere psicofisico, nell'incomparabile e potente scenario delle Dolomiti della Val Gardena, in Alto Adige fra le mete montane internazionali più trendy e apprezzate: questo attende gli ospiti dell'Hotel Granbaita Dolomites, elegante 5 stelle nel cuore di Selva di Val Gardena che, con la sua calda e raffinata accoglienza, interpreta in modo contemporaneo l'ospitalità e lo stile altoatesini. A rendere unico il soggiorno è l'inconfondibile stile di questo storico e conosciuto hotel di proprietà della famiglia Perathoner – Puntscher, la sua inimitabile ospitalità, il servizio attento e discreto, i 4.000 mq fra SPA e giardino con le piscine interna ed esterna fra loro collegate, la cucina gourmet salubre e ricercata con forti radici nella tradizione e una potente vena innovativa.



Montagne del Seceda

Mountain Bike e attrezzature per pedalate e passeggiate sono gratis

Camminare, pedalare, fare attività fisica en plein air nel cuore delle Dolomiti, immergersi in scenari mutevoli e ammalianti, sono un toccasana per la salute e per lo spirito. Per questa estate l'hotel organizza tutti i giorni escursioni con guide esperte alla scoperta dei luoghi più spettacolari della Val Gardena ai piedi delle ripide pareti di roccia di alcune fra le più belle cime dolomitiche e fra fioriture di rododendri, e pedalate panoramiche in E-MTB lungo tracciati da mito. Fra l'altro, per i più sportivi, è in programma settimanalmente il giro guidato gratuito in bicicletta delle 4 vallate Ladine, ovvero la famosa Sella Ronda. Il tutto senza

bisogno di preoccuparsi se non si hanno con sé bicicletta ed attrezzatura adeguata per le escursioni, dato che l'hotel mette a disposizione **gratuitamente** tutto l'occorrente, dalle **Mountain Bike elettriche d'ultima generazione a caschetti, bastoncini e zaini da camminata.**



Granbaita Dolomites

Benessere alpino

Per chi ama invece il movimento dolce vengono organizzate coinvolgenti sessioni di **yoga e pilates**, sia nel giardino dell'hotel che nell'incantevole cornice della vicina **Vallunga**, con i suoi verdissimi prati punteggiati da fioriture, uno dei luoghi magici della Valle Gardena. Ed proprio da un suo delicato fiore, la Savinela, che prende il nome la **Spa** del Granbaita Dolomites, vero tempio del benessere alpino, dove tutto – dai prodotti utilizzati ai trattamenti – attinge ai salutari **principi attivi degli elementi naturali delle Dolomiti**, elisir di bellezza e salute.

Un percorso di benessere unico nel suo genere, a cui gli ospiti hanno **libero accesso** per godere dei benefici delle **saune al fieno e al cirmolo** (che attingono alla tradizione locale) e di quella **finlandese**, dei **bagni turchi aromatico e al vapore**, della **sauna panoramica** e di quelle **private** per chi desidera la massima privacy, oltre che della benefica e rilassante **oasi salina** con la piscina con acqua salata a 37° e musica subacquea e la salutare grotta di sale con iodio nebulizzato. A disposizione degli ospiti anche un **mondo benefico di acque rivitalizzate secondo il metodo GRANDER**, che ne potenzia le caratteristiche naturali e gli effetti

positivi: ne è cuore la **grande piscina** con l'acqua a 30°C, un continuum armonioso tra la grande vasca interna e la piscina panoramica esterna, affiancate da **vasche idromassaggio interne ed esterne**.



Val Gardena

Trattamenti alle erbe per rilassarsi

Fra i molti trattamenti proposti questa estate, affondano le loro radici nella tradizione locale il **Rituale al fieno** (che sfrutta le proprietà benefiche di erbe e fiori che lo compongono ed è utile per dolori articolari e muscolari, aiuta la detossicazione e stimola l'eliminazione dei rifiuti metabolici) e il **Rituale all'arnica** ideale per rilassare le contratture e la muscolatura dopo una passeggiata. I benefici delle erbe sono alla base anche del **Pinda Sweda**, un trattamento con sacchetti riscaldati contenenti erbe di montagna, personalizzabile in base alle esigenze, che vengono passati sul corpo e grazie all'olio rilasciano i principi attivi.



Menu à la carte per un salutare percorso nel gusto

Salute e benessere anche a tavola, dove gli ospiti sono invitati a fare un gustosissimo viaggio fra le prelibatezze

della cucina tradizionale altoatesina (che puntano alla territorialità e alla freschezza delle materie prime locali, anche di piccoli produttori) e l'esplorazione di raffinate proposte della cucina mediterranea e internazionale, scegliendo **à la carte** fra una sorprendente varietà di una quarantina di piatti, oppure affidandosi alle sorprese dei **Menu del giorno** che si rinnovano quotidianamente e sono creati dal talentuoso **Executive Chef Andrea Moccia**. Fra suggestioni altoatesine, italiane e internazionali e il **Menu Vital** (diverso di giorno in giorno, gustosissimo e a basso contenuto calorico, per chi volesse approfittare della vacanza per detossinarsi e perdere peso, seguendo un regime detox), ciascun ospite può comporre a piacere la propria cena compresa nel trattamento di mezza pensione, e ogni volta sarà una piacevole e stuzzicante sorpresa.



Bar Lounge

Sorprendenti emozioni al Ristorante Granbaita Gourmet

Andrea Moccia firma anche la tavola del **Ristorante Granbaita Gourmet**, fra gli indirizzi imperdibili della **più raffinata tavola della Val Gardena**. Aperto anche agli ospiti esterni, arredamento contemporaneo di rigoroso design, atmosfera ovattata, ha soli 7 tavoli per regalare agli ospiti il massimo del comfort. Andrea Moccia e il suo staff vi propongono un emozionante excursus del gusto fra ricerca e reinterpretazione in chiave moderna dei sapori della tradizione locale.

I piatti – frutto di una continua sperimentazione e di tanta

intelligente passione – cambiano periodicamente e seguono le suggestioni delle stagioni. Si può scegliere fra il Menu à la carte e i **Menu Degustazione Gherdeina** (5 portate) e **Dolomites** (6 portate) o affidarsi a quello **A sorpresa**, sinfonia a mano libera dello Chef, abbinati a pregiati vini della cantina dell'hotel (ricca di una collezione di oltre 500 etichette fra altoatesine, trentine e di blasonate aziende italiane e internazionali, custodite fra l'antica cantina di pietra e la moderna di vetro a vista).



Sauna

Pacchetti per sportivi, coppie, gourmet

Per questa estate e il prossimo autunno il Granbaita Dolomites ha messo a punto una serie di interessanti pacchetti. Per gli appassionati di Mountain Bike e per chi ama camminare, il pacchetto **Hiking & Biking Paradise** prevede stupende escursioni guidate a piedi e in MTB con guide certificate e, a disposizione degli ospiti, Mountain Bike elettriche di ultima generazione, bastoncini e zaini da camminata.

Fino all'1 luglio, ecco poi il **Couples Retreat**, una romantica proposta per una vacanza di almeno 5 notti dedicata alle coppie (che include, fra l'altro, il benvenuto in camera con una bottiglia di Champagne e delicatezze e un rituale di coppia con sauna e bagno turco privati, peeling, massaggio rilassante, impacco nutriente, piacevole relax con cocktail di frutta fresca) e il pacchetto **Granbaita Gourmet Experience** con una cena nell'**esclusivo ristorante Granbaita Gourmet**, dove si

gusterà il *Menu Gherdëina* firmato da **Andrea Moccia**. Sono tutti illustrati sul sito www.hotelgranbaita.com.

INFORMAZIONI:

<http://www.hotelgranbaita.com>



Piscina Interna

ARTICOLI CORRELATI:

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/benessere-salute/terme-in-trentino-alto-adige/><https://www.ilviaggiatore-magazine.it/enogastronomia-dintorni/piatti-del-trentino-alto-adige/>