

Was ist das ?



Tee mit was Rum! ©

Erinnerung

Vergessen Sie die Lieben „daheim Gebliebenen“ nicht ...

Freuen Sie sich nicht auch, wenn Sie eine Ansichtskarte von Freunden, Familie und Bekannten bekommen? Doch ?

Dann kaufen Sie doch Postkarten und Briefmarken bei uns an der Rezeption.

Sie können die Karten dann Auch direkt bei uns, an der Rezeption abgeben. Nur schreiben müssen Sie die Karten selbst.



Zum nachdenken...



Rauchfreie Bereiche

Liebe Walserhof-Gäste,

... wir möchten Sie darauf aufmerksam machen, dass unsere Restaurants und die öffentlichen Bereiche rauchfrei sind. **Zum Rauchgenuss, steht Ihnen jederzeit, die Florianstube und ab 21.00 Uhr die Herzerl-alm (Hausbar) zur Verfügung.** Sollten Sie sich wieder einmal eine Zigarre gönnen wollen, können Sie diese gerne im Restaurant erwerben.



Wissenswertes

Heute zum Thema: Großer Widderstein

Der höchste und mächtigste Berg im Kleinwalsertal ist der Große Widderstein mit einer Höhe von 2536m. Er thront am Ende des Tales und bewacht gleichsam die Orte und Bewohner. Aus unserer Sicht hinter dem Widderstein liegen der Hochalpenpass, Warth und der über die Berge benachbarte Arlberg, ebenfalls Siedlungen, die von den Walsern gegründet wurden. Eine der beliebtesten Bergtouren führt durch das Gemstetal hinauf zur Oberen Widdersteinhütte und zum Gippel.

Belohnt wird die Anstrengung mit einem grandiosen Rundblick in alle Himmelsrichtungen und hinunter auf die Orte des Kleinwalsertals. Mit Stolz erfüllt erfolgt der Abstieg über den Hochalpenpass hinunter durch das Bäruntal nach Baad.

Wenn Sie wie ein Vogel über den Widderstein fliegen möchten besuchen Sie unsere Homepage <http://www.wellnesshotel-walserhof.at>

Wellness-Tip

Siesta mit Wirkung

Wer kennt Sie nicht, diese bleibende Müdigkeit, die uns oft um die Mittagszeit überfällt? Schuld daran ist der Biorhythmus des Körpers, der zu diesem Zeitpunkt die Körpertemperatur herabsenkt und den Wunsch nach einem kleinen Nickerchen weckt.

Dieses Phänomen wird durch Untersuchungen in so genannten Schlaflaboren unterstützt. Wissenschaftler stellten fest, dass die Testperson nach einem Nickerchen geistig mobiler und aktiver waren.

Doch nicht jeder verträgt einen Mittagsschlaf, bei manchen Menschen wird dadurch der reguläre Nacht-Schlafrythmus gestört.

Wer das bei sich beobachtet, Sollte auf die Siesta verzichten...



Berühmte Geburtstage

- 1968:** **Sabrina** (in Genua): ital. Popsängerin
- 1967:** **Julia Biedermann** (in Berlin): dt. Schauspielerin
- 1962:** **Bret Michaels** (in Harrisburg, Pa.): amerik. Rocksänger
- 1961:** **Fabio** (in Mailand): ital. Model und Schauspieler
- 1949:** **Nick Lowe** (in Wollridge): engl. Popmusiker
- 1923:** **Willy Semmelrogge** (in Berlin): dt. Schauspieler (*10.4.1984)
- 1922:** **Karl-Otto Apel** (in Düsseldorf): dt. Philosoph
- 1907:** **Zarah Leander** (in Karlstad): schwed. Filmschauspielerin (*23.6.1981)

Heute im Jahre ...

- 1990:** Michail Gorbatschow wird zum ersten Staatspräsidenten der Sowjetunion gewählt.
- 1974:** In der Schweiz wird Tempo 130 auf Autobahnen eingeführt.
- 1972:** Im ersten Gerichtsverfahren gegen ein Mitglied der terroristischen Baader-Meinhof-Gruppe wird Karl-Heinz Ruhland in Düsseldorf zu vereinhalf Jahren Gefängnis verurteilt.
- 1961:** Mit dem Aufstand der Kongo und Dembos beginnt in Angola der Unabhängigkeitskrieg.
- 1955:** Bei den Panamerikanischen Spielen in Mexiko-City stellt der Brasilianer Adhemar Ferreira da Silva einen Weltrekord im Dreisprung auf. Er verbessert die bisherige Bestmarke um 23 cm auf 16,56 m.
- 1945:** In der US-Zeitschrift "Billboard" erscheint die erste Hitparade für Langspielplatten.
- 1937:** In Chicago wird die erste Blutbank der Welt eröffnet.
- 1936:** Der Österreicher Josef Bradl stellt bei der ersten Skiflugwoche in Planica (Jugoslawien) mit 101 m einen Skiflugweltrekord auf.
- 1927:** Unterhalb der Dnjepr-Stromschnellen wird mit dem Bau des größten Wasserkraftwerks der Sowjetunion begonnen, an dem u.a. die deutsche Siemens AG beteiligt ist
- 1916:** Der deutsche Großadmiral Alfred von Tirpitz tritt zurück. Ausschlaggebend für seinen Amtsverzicht ist, daß Kaiser Wilhelm II. den uneingeschränkten U-Boot-Krieg abgelehnt hat.

Schlummertrunk

Sex on the Beach

Orangensaft, Cranberrysaft, Pfirsichlikör, Vodka

Zubereitung:

Alle Zutaten im Shaker kurz und kräftig mit 3-4 Eiskwürfel shaken. Dann in ein Longdrinkglas abseihen und einige frische Eiskwürfel dazugeben und dekorieren.

Aus der Cocktail-Geschichte:

Sex on the Beach ist in seiner ursprünglichen Form ein fruchtiger, mäßig süßer Cocktail. Das wohl bekannteste Rezept aus den USA wird mit Cranberrysaft gemixt. Da dieser aber früher in anderen Regionen, wie zum Beispiel Deutschland, schwer erhältlich war, existieren heute viele andere Variationen unter dem beliebten Namen *Sex on the Beach*.

Unser Barkteam freut sich auf Ihren Besuch!

Casino Kleinwalsertal

Damentag im Casino

Zeitpunkt:

Mittwochs ab 19:00 Uhr

Veranstaltungsort:

Casino Kleinwalsertal, Riezlern

Jeden Mittwoch heißt es "Ladies Night" im Casino. Am Damentagen bieten wir speziell für Damen jede Menge zusätzliche Unterhaltung. Lassen Sie Ihre Männer zu Hause und geben Sie Gas!

Wetterservice

Heute



Morgen



Übermorgen



°C Nacht/Tag - 04 / +/- 00

- 03 / + 01

- 06 / + 08

Der Start in die neue Woche bringt uns noch einmal einen Wintereinbruch bevor es zur Wochenmitte frühlingshaft wird. Am Montag und Dienstag dominiert zumeist die stärkere Bewölkung und es kann wiederholt auch etwas kräftiger schneien. Auflockerungen, oder gar Sonnenschein sind kaum zu erwarten. Am Mittwoch bessert sich das Wetter deutlich. Der Luftdruck steigt und vom Atlantik nähert sich deutlich mildere Luft an. Der Frühling macht sich bemerkbar.

Heute schon gelacht?

Eine Blondine ruft total verzweifelt Ihren Freund von der Arbeit aus an. Der Mann hebt ab und fragt was Sie denn habe.

Sie total fertig, antwortet:
"Ich habe mir heute ein Puzzle in der Stadt gekauft, schaffe es aber nicht es zusammenzubauen."

"Warum denn", fragt der Freund.

"Es hat lauter gleich aussehende Teile antwortet die Frau."

"Na Schatz", sagt der Mann, "beschreib mal wie der Karton des Puzzles aussieht!"

"Es ist ein weißer Karton, mit einem roten Hahn darauf", sagt Sie.

"Kein Problem Schatz, pack alles wieder zusammen und nimm das Puzzle am Abend mit, wir werden es gemeinsam probieren."

Gemacht, getan. Die Beiden sitzen gemeinsam zu Hause und sie schüttet das Puzzle am Wohnzimmerisch aus. Er nimmt Sie darauf zärtlich in die Arme und spricht zu Ihr:

"Schatz, wir packen nun die Cornflakes zurück in die Packung und dann vergessen wir die ganze Sache."

Hotelprogramm

Heute Yoga mit Johanna

Zeitpunkt:

Heute, 15. März 2010

17.20 – 18.10 Uhr

Min. 04 bis max. 12 Personen

Treffpunkt:

Fitnesshimmel

Anmeldung am Infobrett bei der Rezeption.

Was ist eigentlich Yoga ?

Yoga ist eine indische philosophische Lehre, die eine Reihe geistiger und körperlicher Übungen wie Yama, Niyama, Asanas, Pranayama, Pratyahara, Kriyas, Meditation und/oder Askese umfasst.

Der Begriff **Yoga** (Sanskrit, m., □□□, *yoga*, von *yuga* „Joch“ *yuj* für: „anjochen, zusammenbinden, anspannen, anschnüren“) kann sowohl als „Vereinigung“ oder „Integration“ als auch im Sinne von „Anschirren“ und „Anspannen“ des Körpers an die Seele zur Sammlung und Konzentration verstanden werden.



Johanna freut sich auf rege Teilnahme

091. Winterausgabe / 15. März 2010
Wir wünschen all unseren Hausgästen einen Guten Morgen, Good morning, Bonjour. Goede morgen ...



Familie Sättele–Wirz & alle Mitarbeiter

Spruch des Tages

Heutzutage wird das Licht der Wahrheit ausschließlich von Neonlampen gespendet...

Alexander Eilers

dt. Aphoristiker u. Buchautor, geb. 1976

Winterwandern

Wanderroute:

Bärgunttal (Baad – Bärgunthütte – Baad)

Wissenswertes:

1,5 Std. Gehzeit / 190 Höhenmeter

Von Baad führt der Weg südwärts ins Bärgunttal. An der Westflanke des Widdersteins (2.536m) genießt man traumhafte Blicke in die Hochgebirgswelt. Wählen Sie beim Anstieg zur Bärgunthütte den links abzweigenden Brunnenweg nach Baad den Talweg entlang des Bärguntbaches.

Eine wunderschöne Wanderung in ein abgeschiedenes Tal am Fuße des mächtigen Widdersteins.

Nach Baad kommen Sie bequemsten mit der Linie 1 – die Haltestelle heißt „Baad“.