



Weekly Program

























montivas
lodge

montivas.com



IL NOSTRO PROGRAMMA SETTIMANALE

OUR WEEKLY PROGRAM

DOMENICA SUNDAY	LUNEDÌ MONDAY	MARTEDÌ TUESDAY	MERCOLEDÌ WEDNESDAY	GIOVEDÌ THURSDAY	VENERDÌ FRIDAY	SABATO SATURDAY
 Risveglio Muscolare Muscle Toning 8:00 - 8:30		 Risveglio Muscolare Muscle Toning 8:00 - 8:30		 Escursione all'Alba Sunrise Hiking 05:00		 Risveglio Muscolare Muscle Toning 8:00 - 8:30
 Escursione Hiking 9:30		 Escursione Hiking 9:30	 Percorso Vita 10:00	 Picnic * 10:30	 Escursione Hiking 9:30	 Escursione Hiking 9:30
	 Benefici Erbe Alpine Alpine Herbs Benefits 14:30 - 15:30		 Cena in Baita* Chalet Dining* 19:00	 Visita Museo* Museum Visit* 15:00 - 17:00		 Cura del viso Face care 14:30 - 15:30
		 Merenda Tast* Snack Tast* 17:00 - 18:30			 Degustazione Vini* Wine Tasting* 18:00 - 19:00	 Merenda Tast* Snack Tast* 17:00 - 18:30
 MTB / E-MTB* ask the reception	 MTB / E-MTB* ask the reception	 MTB / E-MTB* ask the reception	 MTB / E-MTB* ask the reception	 MTB / E-MTB* ask the reception	 MTB / E-MTB* ask the reception	 MTB / E-MTB* ask the reception

	Wellness & SPA		MTB
	Escursione/Hiking		Svago/Fun

Tutte le attività sono gratuite per i nostri ospiti ad eccezione di quelle contrassegnate dall'asterisco. E' possibile prenotarsi entro le ore 20:00 del giorno prima. Per maggiori informazioni rivolgitì alla reception.

All the activities are free for our guests except for those marked with the star. You can make your reservation by 8pm the day before. For more information please ask the reception.



Attività outdoor, consigli e seminari guidati dai nostri operatori del benessere.

Da non perdere:

- seminario sui benefici delle erbe alpine con la nostra naturopata

Outdoor activities, seminars and wellness tips from our SPA team.

Not to be missed:

- *the “alpine herbs benefits” seminar with our naturopath*

PER MAGGIORI INFORMAZIONI TI ASPETTIAMO ALLA RECEPTION

FOR MORE INFO ASK THE RECEPTION



Escursioni di difficoltà media o passeggiate semplici alle Cascate della Val Nera, al Plascianet o sul Sentiero d'Arte.

Da non perdere:

- escursione all'alba al Crap de la Parè

Medium difficulty hikings or simple walks to Val Nera waterfalls, Plascisnet, Sentiero d'Arte.

Not to be missed:

- *sunrise hiking to Crap de la Parè*

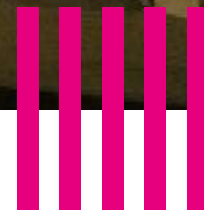
PER MAGGIORI INFORMAZIONI TI ASPETTIAMO ALLA RECEPTION
FOR MORE INFO ASK THE RECEPTION



Pedala alla scoperta dei sentieri più belli in sella ad una MTB o E-MTB accompagnato dalla guida di famiglia.

Ride to discover the most beautiful trails on a MTB or E-MTB along with the family guide.

PER MAGGIORI INFORMAZIONI TI ASPETTIAMO ALLA RECEPTION
FOR MORE INFO ASK THE RECEPTION



Alla scoperta del territorio e delle tradizioni: degustazione di vini valtellinesi, visita al MUS, assaggio di prodotti tipici locali.

Da non perdere:

- cena alla Tea, la tradizionale baita di montagna di Livigno
- TAST: la tipica merenda livignasca

Discover Livigno and its traditions: typical local products and Valtellina wine tasting, the museum of Livigno "MUS" visiting.

Not to be missed:

- a dinner in a Tea, the typical mountain hut in Livigno
- TAST: a special snack to enjoy the typical products of Livigno

PER MAGGIORI INFORMAZIONI TI ASPETTIAMO ALLA RECESSION
FOR MORE INFO ASK THE RECESSION