

WELLNESS ŽIVA: RELAX CON VISTA MOZZAFIATO

al Wellness Živa del Rikli Balance Hotel e alla Spa Park dell'Hotel Park

Il complesso di piscine del Wellness Živa comprende sei piscine e uno scivolo interno con vista sul lago di Bled. Ogni ospite del Rikli Balance Hotel ha l'ingresso gratuito, mentre gli ospiti dell'Hotel Park e del Camping Bled possono usufruire di uno sconto del 50%. Al Wellness Živa potrete concedervi del relax olistico secondo il concetto di benessere Rikli e godervi una ricca offerta di programmi benessere dal carattere alpino, per una giornata ricca di coccole!

I NOSTRI CONSIGLI

Trattamento di bellezza per il viso (90 minuti)

Nel trattamento di bellezza del viso sono impiegati prodotti al veleno d'api e tecniche brevettate che rilassano, rafforzano e sollevano i muscoli del viso. Oltre al massaggio del viso, il trattamento comprende anche un massaggio del décolleté, dei muscoli della cintura scapolare, della testa, delle mani e dei piedi.

€ 75 € / a persona



La Spa Park - dove potrete percepire a ogni passo l'armonia dell'acqua e del bosco - si trova al piano superiore dell'Hotel Park. Nuotate nella piscina con acqua minerale naturale e ammirate le viste panoramiche offerte dal bagno turco e dalla sauna finlandese e a raggi infrarossi.

I NOSTRI CONSIGLI

Massaggio green line o massaggio verde (70 minuti)

Il massaggio del corpo con olio green tea, il massaggio del viso e l'applicazione di una maschera sul viso migliorano la circolazione, nonché la struttura e la morbidezza della pelle.

€ 75 € / a persona

VIVERE SECONDO I PRECETTI DI RIKLI

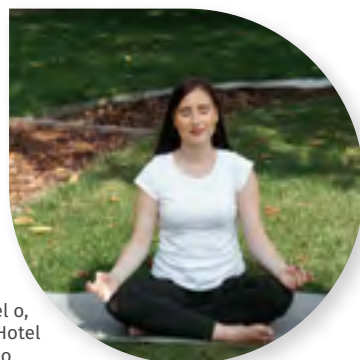
Il maggior conoscitore degli effetti curativi di Bled era il medico svizzero Arnold Rikli, il quale - verso la metà dell'Ottocento - creò nella località slovena il primo istituto di cure naturali. Nei nostri hotel siamo costantemente impegnati a continuare la sua tradizione nel campo terapeutico con lo scopo di fornire a ogni ospite un ambiente perfetto in cui rilassarsi e combattere lo stress. Per questo motivo, ogni sabato organizziamo dei **corsi di ginnastica mattutini con istruttore o istruttrice gratuiti**, secondo i precetti di Rikli.

Quando: sabato, 8:00 - 9:00

Ubicazione: nel parco rilassante di Rikli, di fronte al Rikli Balance Hotel o, in caso di maltempo, nella camera adibita allo yoga del Rikli Balance Hotel

Ritorno: alla reception del Rikli Balance Hotel, 5 minuti prima dell'inizio dell'allenamento

Iscrizioni: alla reception del vostro hotel



TESSERA ALPI GIULIE: BLED

Riceve la tessera, che ha carattere gratuito, ogni ospite che soggiorna a Bled per almeno 3 notti. La tessera estiva è disponibile fino al 20 novembre 2022.

Offre numerosi vantaggi e agevolazioni per i trasporti, le attrazioni locali, le attività, i servizi ristorativi, il servizio stampa e fotocopie, ecc.

Maggiori informazioni:
<https://www.bled.si/it/alloggi/tessera-alpi-giulie-bleed/>

La tessera è a disposizione di ogni ospite in formato digitale.

Per maggiori informazioni, potete rivolgervi alla reception del vostro hotel.



ESCURSIONI IN MONTAGNA

LA GOLA DI POKLJUKA

La gola di Pokljuka è una forra lunga 1,6 km posizionata ai piedi dell'altopiano alpino del Pokljuka all'interno del Parco nazionale del Triglav. Un sentiero facile e ben segnalato corre lungo la gola, le cui pareti alte 50 m sono state scavate nel corso dei secoli dal torrente Ribščica.

Nella parte centrale della gola, attualmente asciutta, si possono ammirare numerosi resti fossili, ponti naturali ed esempi di piante che di solito crescono solo ad altitudini più elevate. L'estremità più a sud - non transitabile - offre un'esperienza particolare: l'ascesa alle gallerie costruite in omaggio al principe Andrej. Dopo una camminata attraverso i ponti in legno, passando per un passaggio molto stretto, si arriva alla parte alta della forra. Da qui in poi, vi consigliamo di ritornare/ salire lungo il lato destro della gola. Dopo 10 m, si scorge la cavità rocciosa di Pokljuka, dotata di due ingressi e di tre finestre naturali. Attraversandola, il sentiero continua fino all'insediamento di Stara Pokljuka. In alternativa, si può ritornare lungo il percorso dell'andata al punto di partenza nel villaggio di Krnica.

Per visitare la gola, consigliamo di usare delle calzature adeguate.

📍 Punto di partenza e arrivo: parcheggio presso l'ingresso della gola di Pokljuka (accesso: Bled - Zg. Gorje - Krnica - Gola di Pokljuka)

📏 2 km

👤 Sentiero escursionistico di difficoltà media



IL SENTIERO DI TRIGLAVSKA BISTRICA: LA VALLE DI VRATA, LA CASCATA PERIČNIK E L'ALJAŽEV DOM

Il sentiero lungo la Valle di Vrata - la valle glaciale più grande nella parte settentrionale delle Alpi Giulie - si estende da Mojstrana seguendo il corso del torrente Triglavsk Bistrica. A circa metà del cammino, potrete arrampicarvi fino a due cascate denominate con un unico nome: Peričnik. Più avanti, il sentiero passa sotto le "Galerije", conglomerati rocciosi scavati e, in alcune parti, a strapiombo, plasmati ed erosi dal torrente che oggi scorre molto più in basso.

Seguite le caratteristiche colonnine informative del Parco naturale del Triglav e non dimenticatevi di visitare la cappelletta di Aljaž, dedicata ai santi Cirillo e Metod. Raggiungete il famoso cuneo, monumento agli alpinisti caduti, e rifocillatevi presso l'Aljažev dom. Alla fine dell'escursione a Mojstrana non perdetevi il **Museo sloveno della montagna**, dove potrete rivivere la vostra ascesa lungo il sentiero montano e raggiungere la vetta tramite alcuni compiti interattivi. Visto che il tempo in montagna è imprevedibile e può cambiare in qualsiasi momento, rifugiatevi nel bivacco. Grazie alla realtà virtuale, avrete l'occasione di conquistare 30 vette in infradito, di domare il costone del Triglav e di calarvi con una fune metallica dalla cima del nostro grande Avo. Ne vale davvero la pena!

📍 Punto di partenza e arrivo: parcheggio presso il Museo della montagna di Mojstrana (accesso: Bled - Zg. Gorje - Valle di Radovna - Mojstrana)

📏 10 km

👤 Sentiero escursionistico di difficoltà media

🕒 Museo sloveno della montagna di Mojstrana Orario di apertura: 9:00 - 17:00, tutti i giorni

€ Adulti: 9 €, Bambini e studenti: 4,50 €

📍 Punto di partenza e arrivo: parcheggio presso il Centro sportivo Triglav a Rudno polje, Pokljuka (accesso: Bled - Zg. Gorje - Pokljuka)

📏 5 km

👤 Sentiero escursionistico di difficoltà facile

IL RIKLI BALANCE HOTEL, L'HOTEL PARK E LA CAFFETTERIA PARK sono i nostri orgogliosi destinatari del marchio di sostenibilità ambientale "Chiave verde/Green Key"



Per maggiori informazioni, potete rivolgervi alla reception del vostro hotel.



Vacanze
attive a
Bled

Scoprite e vivete Bled Estate 2022



SAVA HOTELI BLED
SAVA HOTELS & RESORTS

Informazioni alla reception.

Telefono: +386 4 579 16 00, E-mail: info@hotelibled.com www.sava-hotels-resorts.com

OFFERTA GASTRONOMICA



UN'ESPERIENZA GASTRONOMICA UNICA

Vi invitiamo al ristorante Julijana, situato nella parte più incantevole del lago di Bled e che può vantare dei riconoscimenti prestigiosi: il premio "Il piatto Michelin" 2020 e 2021 e 3 cappelli secondo la classificazione Gault&Millau. Viziate il palato con una gastronomia di vertice basata sui prodotti della zona.

- ☉ Menù Selezione locale di Bled "Selezione della Gorenška": 65 € / a persona
- ☉ Menù degustazione "Julijana - estate 2022": 65 € / a persona - 3 portate
80 € / a persona - 5 portate
90 € / a persona - 7 portate
- 📍 Ristorante Julijana, Grand Hotel Toplice, Cesta svobode 12, Bled

IL TAVOLO DEL CUOCO



Prenotate un tavolo nella cucina dell'hotel! Lo chef Simon Bertonec - autorevole membro della sezione Chef della Camera del turismo e della ristorazione della Slovenia - cucinerà per voi proprio davanti ai vostri occhi. Vi presenterà gli ingredienti e la realizzazione dei piatti, poi toccherà solo a voi raccogliere la sfida e collaborare con lui ai fornelli! Si possono iscrivere un minimo di 2 e un massimo di 6 persone. Le date per l'esperienza culinaria sono da concordare.

- ☉ Menù degustazione da 6 portate accompagnato da vini selezionati: 150 € / a persona
- 📍 Ristorante Julijana, Grand Hotel Toplice, Cesta svobode 12, Bled

CAFFETTERIA PARK: LA CASA



DELL'ORIGINALE MILLEFOGLIE ALLA CREMA DI BLED

Sfogliate la carta dei vini e scegliete tra le specialità calde e fredde della casa, mentre ammirate una delle viste più belle sul lago di Bled. Non è un segreto che i dolci sono la nostra più grande passione! Oltre all'originale millefoglie alla crema di Bled, potrete gustare numerose torte dal carattere moderno e provare il nostro gelato artigianale preparato con ingredienti freschi. I bambini e le bambine saranno sicuramente i più entusiasti quando verranno servite loro le millefoglie dal nostro cordiale personale, con l'aiuto degli assistenti digitali Tone e Pavla.

- 📍 Ristorante e Caffetteria Park, Cesta svobode 15, Bled



RISTORANTE À LA CARTE

Ogni ospite dei Sava Hotel Bled può scambiare la cena prevista dal trattamento a pensione con i piatti à la carte a scelta. Alla reception del vostro hotel riceverete un buono da utilizzare: **al Ristorante Julijana (Grand Hotel Toplice) e alla Caffetteria Park**

- 📌 Un buono del valore di 15 € compensa un pasto incluso nel vostro trattamento a pensione (pranzo o cena) durante il vostro soggiorno.

**Informazioni e prenotazioni:
presso la reception.**

AVVENTURE E ATTIVITÀ PER TUTTA LA FAMIGLIA



PARCO AVVENTURA E SLITTINO ESTIVO

Visitate il nuovo parco avventura per famiglie sul Monte Straža, uno dei punti panoramici migliori da dove osservare le splendide vedute sul lago e sul castello di Bled. Vivrete tante avventure - ecologicamente consapevoli - tra le fronde degli alberi! Le attività sono adatte a tutta la famiglia e, soprattutto, ai bambini e alle bambine sopra i 3 anni d'età. Il parco offre 8 piste con livelli di difficoltà diversi e 89 esercizi entusiasmanti.

Se volete condire la visita al parco con un pizzico di adrenalina, non dovete far altro che lanciarsi sulla pista da slittino estivo che si snoda lungo il percorso della seggiovia.

- 🕒 Tutti i giorni: 10:00 - 19:00
- ☉ Adulti: 24 €, Bambini e bambine fino a 7 anni: 12 €, Bambini e adolescenti fino a 14 anni: 20 €
- ☉ Slittino estivo + seggiovia (1 corsa): Adulti: 10 €, Bambini e adolescenti dai 6 ai 14 anni: 7 €

VOLO IN MONGOLFIERA

Un volo in mongolfiera offre delle viste stupende sopra il lago di Bled e un'avventura indimenticabile tra le nuvole. I voli hanno luogo la mattina presto e durano circa 1 ora e mezza. Dopo l'atterraggio, si svolge il tradizionale battesimo della mongolfiera, durante il quale verrete designati barone o baronessa con un nome che dipenderà dal luogo in cui avete toccato terra.

- 🕒 Tutti i giorni: dalle 6:00
 - ☉ 230 € / a persona
- Possono partecipare ai voli in mongolfiera anche i bambini e le bambine sopra i 7 anni d'età.



RAFTING E TORRENTISMO

Grazie a una discesa con un gommone da rafting lungo il fiume Sava Dolinka, che si distende attraverso la riserva naturale di Brje, potrete ammirare da un punto di vista privilegiato la meravigliosa natura incontaminata circostante e, allo stesso tempo, vivere un'avventura ricca di adrenalina, adatta anche alle famiglie con bambini e bambine. L'intera escursione dura circa 3 ore, pause comprese. La discesa in rafting vera e propria dura 1 ora e mezza (si percorrono 10 km). Su ogni gommone, che può accogliere da 6 a 8 persone, è presente una guida autorizzata.

- 🕒 Tutti i giorni: 10:00 - 14:00
- ☉ Adulti: 40 € / a persona, Bambini e bambine: 35 €

L'idea migliore per rinfrescarsi nei caldi giorni estivi è il **TORRENTISMO**, uno sport acquatico in cui gli amanti dell'adrenalina, legati ad apposite imbragature e dotati di una muta in neoprene, si calano da scivoli in pietra e cascate poco profonde.

Le uscite sono organizzate a seconda delle condizioni dell'acqua nelle gole del Parco naturale del Triglav e durano circa 3 ore. Vi è sempre la presenza di una guida autorizzata. Per lo svolgimento di entrambe le attività, vi verrà fornita un'attrezzatura completa di alta qualità: muta in neoprene, giubbotto di salvataggio, casco e calzature. Portate con voi solo il costume, un asciugamano e... tanto buon umore!

- 🕒 Tutti i giorni: dalle 10:00
- ☉ 75 € / a persona



ZIPLINE DOLINKA

Effettuate un'escursione naturalistica ricca di adrenalina in compagnia di guide esperte lungo la valle del fiume Sava Dolinka, la cui parte centrale a Brje - grazie alle sue incredibili bellezze naturali - è protetta come monumento naturale. Potrete volare da una parte all'altra del fiume, scendendo lungo 7 cavi d'acciaio lunghi da 325 m a 530 m, per un totale di 4 km. I vari tratti di discesa sono intervallati da interessanti sentieri in mezzo a prati e boschi. Lungo il tragitto sono presenti diverse fermate, ideali per osservare il mondo animale e vegetale e le spettacolari montagne dei dintorni. L'escursione della durata di 2 ore comprende anche circa 30 minuti di cammino lungo i sentieri che attraversano prati e boschi e che, per qualche tratto, sono in salita.

- 🕒 Tutti i giorni: 10:00
- ☉ Adulti: 65 €, Bambini e bambine dai 6 ai 12 anni: 55 €

ESCURSIONI IN BICICLETTA

IN BICICLETTA LUNGO LA VALLE DI RADOVNA

Facile pista ciclabile che percorre l'idilliaca valle alpina del fiume Radovna, dal paese di Krnica fino alla fattoria Pocar, ora adibita a museo e tra le fattorie meglio conservate del Parco naturale del Triglav. Lungo il tragitto vi consigliamo di fare una sosta alle fermate dotate di cartelli informativi concernenti la valle e le sue peculiarità: visitate il taglio di Gogal di 500 anni, il ponte di Napoleone dei tempi delle Province illiriche e la sorgente carsica Lipnik e rinfrescatevi nelle acque del lago Kreda, che, grazie all'attività balneare, è diventato uno dei migliori a livello europeo. Importanti monumenti al patrimonio tecnico della valle meritevoli di una visita sono anche la segheria di Psnak e il mulino risalente al XVIII secolo. L'intera escursione - pause comprese - può essere completata in 2-3 ore.

- 📍 Percorso in bicicletta: lungo la strada locale Bled - Podhom - Zgornje Gorje - Krnica (5 km) - Valle di Radovna.
- 📍 Nel paese di Krnica inizia la facile pista ciclabile di 16 km lungo la valle del fiume Radovna.



ESPERIENZE ADRENALINICHE

VOLO IN TANDEM IN PARAPENDIO

I voli in tandem in parapendio rappresentano un'esperienza adrenalinica in grado di offrire delle viste spettacolari sulle montagne della zona, nonché su Bled e il suo lago. Vengono effettuati sotto la guida di istruttori o istruttrici esperti e, quindi, sono adatti anche ai principianti. Oltre a un abbigliamento sportivo, per un volo in parapendio avrete bisogno solo di un paio di scarpe da escursionismo e... tanto buon umore! Prima del volo, l'istruttore o l'istruttrice vi fornirà tutte le nozioni utili per sapere che cosa fare durante il decollo e l'atterraggio. I voli in parapendio vengono effettuati in varie località e ad altezze diverse:

- Vogar:** 🕒 il volo dura circa 10 min ☉ 110 €/a persona
- Gače:** 🕒 il volo dura circa 10 min ☉ 120 €/a persona
- Vogel:** 🕒 il volo dura circa 20 min ☉ 180 €/a persona

Vi consigliamo anche di provare un'esperienza unica che include: **volo in elicottero sul Monte Stol**, merenda del pastore al rifugio sulla vetta e **volo in tandem in parapendio fino a Bled**.

- 🕒 Tutti i giorni: 10:00
- ☉ 390 € / a persona

NOLEGGIO DI BICICLETTE

Ogni ospite può noleggiare e-bike e bici da trekking presso le reception dei nostri hotel.

- ☉ E-bike: 25 € / 4 h, 45 € / tutto il giorno
- ☉ Bici da trekking: 10 € / 4 h, 15 € / tutto il giorno

PISTA CICLABILE DELL'APICOLTURA

Dal centro di Bled costeggiate il lago in sella alla vostra e-bike fino a raggiungere il villaggio di Mlino e i successivi paesini sparsi, ricchi di cultura e caratterizzati da una vita agricola ancora vivace. Durante la pedalata lungo le poco impegnative strade che costeggiano il fiume Sava Bohinjka, avrete tutto il tempo di ammirare la meravigliosa natura circostante. Una volta arrivati a Radovljica, visitate il Museo dell'apicoltura, dove potrete conoscere come vivono e operano le api autoctone: le lavande della Carniola.

Al ritorno, fermatevi nel villaggio di Selo e date un'occhiata all'apiario didattico. L'intera escursione - pause comprese - può essere completata in 2-3 ore.

- 📍 Percorso in bicicletta: lungo la strada locale Bled - Mlino - Ribno - Bodešče - attraverso il fiume Sava Bohinjka - Lancovo - Radovljica (15 km).

- 📍 Vi consigliamo un'escursione guidata.
- ☉ Prezzo dell'escursione: 50 € / a persona. Compresi nel prezzo: guida, ingresso al Museo dell'apicoltura, noleggio e-bike, visita all'apiario didattico e degustazione dei prodotti a base di miele.
- 📍 Museo dell'apicoltura di Radovljica, Linhartov trg 1
- Orario di apertura: 10:00 - 18:00; martedì - domenica
- ☉ Adulti 8 €, Bambini e bambine 5 €



**Informazioni e prenotazioni:
presso la reception.**