**Autunno nelle Dolomiti:**

**un pieno di energia prima dell’inverno**

 **al Granbaita Dolomites di Selva di Val Gardena**

**fra passeggiate, benessere nella Savinela Spa e buona tavola**

Da settembre la **Val Gardena** inizia ad infiammarsi dei mille, caldi, **colori dell’autunno** e regala splendidi paesaggi **carichi di energia vitale**, con cieli tersi, aria cristallina, boschi fiammeggianti delle mille tonalità dal giallo al rosso, rocce dolomitiche infuocate dallo straordinario fenomeno dell’enrosadira: per chi vuole fare un **pieno di benessere e vitalità** prima dell’inverno, l’**Hotel** **Granbaita Dolomites**, raffinato **5 stelle nel cuore di Selva di Val Gardena con Spa e ristorante gourmet** (associato allaprestigiosa associazione **les Collectionneurs**), resta aperto durante tutto l’autunno per far godere agli ospiti l’eccezionale **gastronomia di questa stagione** e coccolarli con i salutari **trattamenti benessere ideali per affrontare in piena forma la stagione invernale.**

E’ in questo periodo che si coglie **l’anima più intima della Val Gardena**, dove – dopo i frequentatissimi mesi estivi - torna **la calma**, che invita al relax più profondo. Per condividere con gli ospiti la **magia delle Dolomiti** incorniciate dagli infuocati colori autunnaliil Granbaita Dolomitesorganizza **escursioni con guide private dell’hotel** alla scoperta dei luoghi più nascosti e spettacolari della Val Gardena e **pedalate** panoramiche lungo semplici itinerari o tracciati da mito, quali la Sella Ronda che tocca le 4 vallate Ladine. Il tutto, mettendo a disposizione **gratuitamente e- bike dell’ultima generazione, caschetti, bastoncini e zaini da camminata.**

**Rituali autunnali di benessere**

L’autunno è una stagione perfetta per prendersi cura del proprio benessere e al Granbaita Dolomites lo si può fare grazie al salutare e rilassante percorso della **Savinela Spa,** che siestende per oltre 2.000 mq ed ha due grandi **piscine**, una interna ed unaesterna, con acqua a 32°. Per rafforzare il sistema immunitario ed eliminare le tossine, ideali sono **il** **bagno turco al vapore e quello aromatico,** le **saune** (dalla tradizionale **sauna finlandese a quelle al fieno e al cirmolo**),l’**oasi salina** con grotta e piscina. Fra i molti trattamenti adatti per l’autunno, per i quali la **sapienza alpina si mixa abilmente con quella ayurvedica** e vengono utilizzati prodotti che traggono i loro **principi attivi degli elementi naturali delle Dolomiti,** ci sono **Detox - Skin Regimen**, trattamento viso detox con azione anti-age per pulire in profondità la pelle dai metalli pesanti, con effetto chelante e con longevity complex, particolarmente adatto a chi vive in città; **Alpine Ritual Steviola,** con bagno di fieno che previene problemi alle vie respiratorie e malattie stagionali come bronchiti ed influenze, seguito da un massaggio; **Pinda Sweda**, un trattamento ayurvedico con sacchettini riscaldati contenenti erbe di montagna, personalizzabile in base alle esigenze, che vengono passati sul corpo, rilasciando i principi attivi dei loro olii. Le coppie si possono affidare al **Couple ritual**, preceduto da private sauna e bagno turco, che aiutano a preparare la pelle ai successivi trattamenti e rilassare muscolatura e mente. Seguono peeling, impacco (scelto tra arnica, artiglio del diavolo, nigritella, nocciola, larice) che nutre la pelle donandone setosità e massaggio rilassante dell'intero corpo, che dona una sensazione di tranquillità e pace. Alla fine il relax con un cocktail di frutta fresca per ripristinare i sali minerali e liquidi persi con la sauna.

**Autunno, la tavola è in festa!**

Dalla Spa, il benessere prosegue a tavola con la regia dall’**Executive Chef Andrea Moccia**. La proposta, estremamente varia e raffinata, del **ristorante è uno dei must** dell’hotel. L’autunno è una stagione particolarmente adatta per godere dei piaceri della tavola ed offre una straordinaria varietà di prodotti, dalle castagne alle noci di montagna, dalla zucca ai funghi, a cui Moccia attinge a piene mani creando un raffinato e ricchissimo **Menu à la carte**, che spazia dai tradizionali **piatti altoatesini** in cui sono valorizzate al massimo le materie prime locali, anche di piccolissimi produttori, alle ricercate proposte della **cucina mediterranea e internazionale**. Il tutto con l’abbinamento dei vini della fornitissima cantina (vanto dell’hotel), ricca di oltre 500 etichette altoatesine e delle più blasonate cantine internazionali.

**Il Menu Vital e le sorprese del Granbaita Gourmet**

Che la ristorazione sia uno dei valori su cui punta la famiglia Perathoner - Puntscher, proprietaria dell’hotel da tre generazioni, per rendere indimenticabile il soggiorno dei suoi ospiti è evidenziato anche dalla molteplicità, e diversità, di proposte che essi vi trovano. Chi desidera approfittare della vacanza per seguire un regime detox o dimagrante, può scegliere il **Menu Vital,** gustosissimo ma con basso contenuto calorico, che varia ogni giorno. Chi volesse poi regalarsi un’esperienza culinaria veramente eccezionale, può provare lo straordinario percorso del gusto del **Granbaita Gourmet, il ristorante fine dining dell’hotel**, aperto anche a chi non vi alloggia (chiuso in novembre). Atmosfera ovattata, mise en place ricercata, servizio ineccepibile, ha soli 7 tavoli per offrire il massimo del comfort. I menu variano con le stagioni. Seguendo le suggestioni dell’autunno, Andrea Moccia ha creato anche quest’anno una serie di nuovi piatti ad alta creatività, che si scoprono seguendo i diversi percorsi del **Menu Degustazione Gherdeina**e di quello**Dolomites**, frutto di tanta ricerca ed abile accostamento fra i sapori della tradizione alpina e quanto di più raffinato offre il mercato internazionale, dall’astice al Wagyu, al fois gras d’anatra. Chi ama farsi sorprendere può infine affidarsi al **MenuA sorpresa**, sinfonia a mano libera dello Chef. Oppure si può scegliere liberamente à la carte, giocando fra i vari percorsi.

**Pacchetti d’autunno**

Per l’autunno il Granbaita Dolomites ha messo a punto una serie di interessanti pacchetti. Per le coppie, 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. Per gli appassionati di Mountain Bike e per chi ama camminare, il pacchetto **Hiking & Biking Paradise** prevede 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. Sono tutti illustrati sul sito [www.hotelgranbaita.com](http://www.hotelgranbaita.com).

**Informazioni**: **Hotel Granbaita Dolomites**

Str. Nives 11, Selva di Val Gardena (BZ)

Tel. +39 0471 795210 - [www.hotelgranbaita.com](http://www.hotelgranbaita.com) - info@hotelgranbaita.com

**Granbaita Dolomites. Lusso, stile, calda accoglienza familiare**

Nato dalle idee e dai sogni della **famiglia Perathoner - Puntscher**, che l’aveva aperto in una posizione invidiabile nel centro di Selva di Val Gardena nel 1961 e ha deciso di rinnovarlo radicalmente nel 2019 con un’impegnativa e riuscitissima ristrutturazione di classe che gli ha fatto conquistare le 5 stelle, il **Granbaita Dolomites** **interpreta in modo contemporaneo l’ospitalità e lo stile altoatesini**, accogliendo gli ospiti con i suoi ambienti ampi e luminosi, rifiniti con amore e cura dei dettagli. Linee eleganti di legno, vetro e pietra che rievoca le Dolomiti che si scorgono al di là delle ampie vetrate, focolari che invitano al calore familiare, tessuti caldi e naturali per un progetto firmato dall’arch. Rudolf Perathoner, che ha saputo interpretare al meglio l’idea di ospitalità dei proprietari, sintetizzando **innovazione e tradizione,** **contemporaneità e storicità**, grazie adun attento studio delle forme e una ricercata selezione dei materiali.

Il progetto è stato insignito del **Premio In/Architettura 2020 Willis Towers Watson dall’Istituto Nazionale di Architettura.** Uno **sguardo sempre avanti senza dimenticare i valori della tradizione,** la **famiglia Perathoner - Puntscher da oltre 50 anni** **si dedica al genuino piacere dell’ospitalità**. Fra le mura dell’hotel si respirano familiarità, autenticità e un senso di benvenuto a casa. Carmen e Raphael con i figli Marco, Alexander e Anna curano personalmente ogni dettaglio per rendere la vacanza un’esperienza eccellente, convinti che anche un piccolo particolare la può trasformare in un ricordo carico di emozione.

**Ufficio Stampa: Agorà - Marina Tagliaferri -** tel. +39 0481 62385 - agora@studio-agora.it - [www.studio-agora.it](http://www.studio-agora.it/)