



NATURCHALET  
Rinkwein & EinStein



## Informazioni Naturchalet EinStein

---

contatto: Alberto e Sonya Promberger  
Tel: +39 377 3296639  
Tel: +39 328 7312131  
[info@naturchalet.it](mailto:info@naturchalet.it)  
[www.naturchalet.it](http://www.naturchalet.it)

# Contenuto

Benvenuti!!.....	3
Attrezzatura.....	3
WIFI .....	4
pronto soccorso.....	4
Arrivo e posizione .....	4
Informazioni generali .....	5
Arredamento .....	6
Camere .....	6
Cucina .....	6
Bagni .....	6
Wellness .....	7
Letto di fieno .....	7
Vasca da bagno.....	7
Hot Tub.....	8
Stagno balneare.....	8
Massaggi e trattamenti cosmetici .....	8
Fornitura di energia.....	9
Fornitura di cibo .....	10
Rifiuti .....	10
Prato e terrazza .....	10
Difetti, riparazioni.....	11
Attività estive.....	12
Attività invernali .....	13
Altre destinazioni interessanti.....	14
In conclusione.....	15

## Benvenuti!!

Benvenuti nel nostro rifugio immerso nella natura. A un'altitudine di 1300 metri sopra il livello del mare in mezzo alla natura sotto il piccolo villaggio Rina (Welschellen) nella Val Badia si trovano i Naturchalet. A pochi chilometri dalla vivace cittadina di Brunico gli chalet vi offrono nel cuore delle Dolomiti luogo di rigenerazione nel silenzio assoluto della natura. Lontano dalla frenesia quotidiana, potrete fare quello che avreste voluto fare da tanto tempo: prendere un respiro profondo e godervi la natura!

Entrando nei nostri chalet vi darà il benvenuto l'odore di legno fresco proprio perché sono costruiti con materiali naturali, senza l'utilizzo di sostanze chimiche. Solo tasselli di legno tengono insieme le massicce travi di legno delle pareti e rafforzano la struttura senza colla e chiodi.

## Attrezzatura

<b>cucina</b>	<b>Soggiorno</b>	<b>Camera da letto</b>
lavastoviglie con rubinetti	grande tavolo da pranzo, 6 sedie	letto matrimoniale al piano superiore
forno	divano	due letti singoli nel seminterrato
frigorifero con scomparto congelatore	TV LCD	materassi di alta qualità
fornello elettrico con 4 piastre	stufa a legna	biancheria da letto
macchina da caffè con macinino	radio	armadio
tostapane		appendiabiti
bollitore elettrico		lampada da comodino
pentole e padelle		TV LCD al primo piano
posate		
stoviglie		
utensili da cucina		
liquido di lavaggio e spugna		
panno per la pulizia		
strofinacci		
sacchi della spazzatura		
<b>Bagno</b>	<b>Benessere</b>	<b>Area esterna</b>
doccia nel seminterrato e al primo piano	Sauna a infrarossi per 4 persone	sedie a sdraio
WC nel seminterrato e al piano superiore	Letto di fieno	set di seduta
specchio	Vasca da bagno indipendente in legno	erbe fresche
asciugacapelli	Hot Tub in giardino	stagno naturale
asciugamani	balcone e terrazza relax	vista su foresta e montagne
teli per la sauna	stagno naturale	
1 accappatoio per persona	angolo del tè con tisana	
lavatrice	galleria sul tetto con amaca	

## WIFI

Fare a meno dei telefoni cellulari, dei computer portatili e dell'accessibilità permanente di tanto in tanto è spesso non solo vantaggioso per la salute, ma aiuta anche a rilassarsi. Pertanto, cercate di evitare il più possibile l'elettrosmog nella nostra casa. Tuttavia abbiamo un WLAN gratuito a vostra disposizione.

Password: **EinStein2020!**

## Pronto Soccorso

Una cassetta di pronto soccorso e la coperta antincendio si trovano al piano terra sotto le scale.

Numeri di contatto:

- Dottor Edoardo Agreiter, San Martino  
Tel. 0039 0474 523315 o 0039 333 1380852
- Veterinario di Brunico:  
Tel. 0039 0474 412077 o 0039 340 7171987 (fuori orario di ufficio)

chiamata di emergenza **112**

## Arrivo e posizione

### **Posizione:**

Gli chalet si trovano in Val Badia sotto il paese di Rina a 1200m. È possibile raggiungere gli chalet direttamente in auto. Il nostro garage è a vostra disposizione gratuitamente durante il vostro soggiorno. C'è anche una stazione di ricarica per le auto elettriche.

**Codice garage: 1234**

### **Arrivo in Val Pusteria:**

Uscita autostradale Bressanone/Varna - Val Pusteria - Val Badia - Rina  
Dopo aver svoltato in direzione di Rina, cercate la indicazione "Naturchalet" dopo circa 3-4 minuti.  
Prima di raggiungere il paese di Rina, svoltate a destra su una strada forestale e seguitemela fino a raggiungerci.

## Informazioni generali

### Arrivo e partenza

Arrivo dalle 15:00 h e partenza fino alle 10:00 h

### Acconto

Al momento della conferma della prenotazione chiediamo un acconto del 15% per poter fissare la prenotazione. Il deposito può essere pagato tramite bonifico bancario. Il mancato bonifico entro 14 giorni può comportare la cancellazione della prenotazione. L'importo residuo può essere pagato con bonifico bancario poco prima dell'arrivo o alla partenza in contanti.

### Dettagli del conto:

Promberger Alberto

*Südtiroler Volksbank, filiale San Lorenzo di Sebato*

*IBAN: IT70 0058 5658 8200 3257 1494 211*

*Swift BPAAIT2B032*

### Condizioni di cancellazione

Se per qualsiasi ragione non può usufruire del Suo soggiorno al Naturchalet, faremo il possibile per affittare lo chalet a qualcun altro. A meno che non riusciamo a trovare un altro ospite, si applicano le seguenti condizioni di cancellazione:

Fino a 3 mesi prima dell'arrivo mantenimento della caparra, fino a 1 mese prima dell'arrivo 40% del prezzo totale concordato, fino a 1 settimana prima dell'arrivo 70% del prezzo totale concordato, meno di 1 settimana prima dell'arrivo 90% del prezzo totale concordato.

## Arredamento

### Camere

L'intero interno dello chalet è stato realizzato in legno di pino cembro proveniente dal nostro bosco. Questo crea un'inconfondibile sensazione di intimità. Vivere e dormire in una stanza con il pino cembro abbassa la frequenza cardiaca e quindi garantisce un sonno migliore e più riposante.

Ci sono due camere da letto con 2 letti ciascuna. Altre due persone possono dormire sulla galleria del tetto. Inoltre, c'è un'altra stanza (con doccia e WC) con un letto matrimoniale e un divano letto se necessario.

L'occupazione massima dello chalet è quindi da 8 a 9 persone.



**Attenzione. È vietato fumare in tutta la casa.**

### Cucina



La cucina è ben attrezzata con frigorifero, fornello elettrico e lavastoviglie (comprese le tabs della lavastoviglie). Vengono forniti piatti, tazze, posate, pentole e padelle. Sono forniti strofinacci, prodotti per il lavaggio e la pulizia delle stoviglie, ma devono essere usati con moderazione.

C'è una macchina da caffè con macinino - i chicchi sono disponibili.

### Bagni

I bagni hanno ciascuno una doccia e un WC. Gel doccia e sapone per le mani dell'azienda altoatesina Dr. Vitalis sono disponibili per il vostro soggiorno.

Sono disponibili alcuni **rotoli di carta igienica**, ma siete pregati di provvedere voi stessi ad altri rotoli.

### Attenzione!

***I pavimenti e l'arredamento sono in legno naturale non trattato. Si prega di non camminare sui pavimenti con le scarpe sporche! In caso di danni intenzionali, devono essere pagati tutti i costi di riparazione!***

## Wellness

Nel nostro chalet troverete una piccola area benessere privata con sauna a infrarossi, letto di fieno, vasca da bagno indipendente, laghetto e Hot-Tub all'aperto.

### Sauna a infrarossi

Sudare è salutare! Da un lato, il sudore raffredda il corpo, dall'altro escreta anche molte sostanze nocive. L'effetto rilassante del calore infrarosso aumenta il benessere generale, riduce i disturbi nervosi e favorisce il sonno. Con l'uso regolare si ottiene un aumento delle difese immunitarie. Inoltre, il calore combatte i radicali liberi e favorisce l'effetto di "invecchiamento ottimale". A differenza della sauna finlandese, un soggiorno nella sauna a infrarossi è particolarmente delicato per il cuore e la circolazione. Nel caso di reumatismi dei tessuti molli e artrosi, il calore infrarosso ha un immediato effetto antidolorifico. Il calore infrarosso accelera il metabolismo e dilata i vasi sanguigni. In questo modo le aree muscolari indurite, sovraccaricate e tese sono meglio rifornite di sangue. La tensione nella zona della schiena e del collo viene alleviata, il dolore si attenua.

- Impostare la temperatura ad un livello confortevole, di solito intorno ai 40-50°C.
- Lasciare riscaldare la cabina a infrarossi per circa 10 minuti prima dell'uso.
- Si consiglia di non utilizzare la cabina a infrarossi per più di 30 minuti.

*Per ulteriori informazioni consultare le istruzioni per l'uso della sala.*

### Letto di fieno



Il fieno del nostro letto di fieno proviene dal nostro prato di montagna. L'eccellente effetto del fieno è noto da oltre 2000 anni, anche il pastore Kneipp ha descritto le applicazioni efficaci del "rimedio naturale". I principi attivi e gli oli essenziali vengono rilasciati e si dispiegano attraverso il calore del corpo. Una parte viene assorbita attraverso la pelle e scatena reazioni positive su articolazioni, muscoli, ossa e tessuti. L'altra parte viene

inalata attraverso il sistema nervoso vegetativo.

Si prega di non accendere candele o simili accanto al letto di fieno, in quanto il fieno è altamente infiammabile.

### Vasca da bagno

La vasca da bagno è realizzata in legno di robinia pregiato. Poiché si trova su un pavimento in legno naturale, vi chiediamo di fare attenzione a non far cadere l'acqua o di pulire l'acqua dal pavimento subito dopo il bagno.



## ***Hot Tub***



Rilassatevi in giardino in qualsiasi momento dell'anno nel Hot Tub, la vasca da bagno riscaldata a legna. Il bagno in una tradizionale vasca in legno ha le sue tradizioni e i suoi rituali. Il legno di robinia (acacia) arricchisce l'acqua con minerali e tannini preziosi. Un bagno in una vasca può essere particolarmente utile per problemi muscolari o articolari. Il calore dell'acqua allevia la tensione e assicura una buona circolazione sanguigna alla pelle. L'acqua calda sostiene circa il 90% del peso del corpo, quindi le articolazioni e la colonna vertebrale sono piacevolmente sollevate. Questi effetti possono avere un effetto preventivo e lenitivo su dolori alla schiena e alle articolazioni, malattie reumatiche, disturbi circolatori e malattie cardiovascolari. Divertitevi con tutti i sensi: L'odore del legno, il fuoco scoppiettante, l'acqua calda - e in più il cielo stellato in pieno inverno. E d'estate: puro rinfresco!

Il Hot Tub viene riempito con acqua fresca all'inizio del soggiorno.

## ***Stagno balneare***



Il piccolo laghetto balneabile con una profondità di 1,20 m è un gradito rinfresco soprattutto in estate. Ma anche in primavera o in autunno ci si può rilassare su una sedia a sdraio e godersi gli spruzzi rilassanti.

*I cani non sono ammessi nel laghetto da bagno.*

## ***Massaggi e trattamenti cosmetici***

Su richiesta, un'estetista esperta verrà allo chalet e offrirà vari servizi a pagamento, come massaggi e trattamenti di bellezza.

## Fornitura di energia

Grazie alla sua costruzione naturale e compatta, lo chalet non ha bisogno di riscaldamento, ma viene riscaldato solo da stufe a legna.

### **Stufa a legna**

Al piano terra c'è una stufa a legna per il riscaldamento dello chalet. Per un piacevole tepore in inverno, la stufa dovrebbe essere accesa una volta al giorno.

Il forno funziona come segue:

- 1.) Mettere i ceppi nella stufa (quasi completamente pieni).
- 2.) Accendere la stufa con un accendino da camino

3.) Chiudere la porta di vetro - l'alimentazione d'aria si chiude automaticamente non appena il fuoco si è spento.



La legna è davanti alla casa. Questa legna può essere utilizzato anche per il Hot Tub all'esterno.

### **Attenzione!**

**Per motivi di sicurezza, la porta di vetro non deve mai essere lasciata aperta durante la fase di combustione! La stufa si riscalda dopo circa un'ora e mantiene il calore a lungo. Non è necessario riscaldare nuovamente entro 12 ore! Seguire scrupolosamente le istruzioni, altrimenti c'è il rischio di incendio e la stufa potrebbe danneggiarsi!**

### **Stazione di ricarica elettrica per auto**



C'è una stazione di ricarica per auto elettriche nel garage. Si tratta di uno **SMA EV Charger** alimentato ad energia solare, compatibile con tutti i comuni veicoli elettrici grazie ad un cavo di ricarica di tipo 2 collegato in modo permanente.



## Fornitura di cibo

### Acqua

Abbiamo acqua potabile buona e fresca - arriva direttamente dalle nostre montagne nei nostri rubinetti. Aiuta a ridurre la plastica, l'imbottigliamento e i lunghi trasporti per una merce che fortunatamente scorre dai nostri rubinetti. Per evitare di intasare lo scarico dell'acqua sporca, non gettare nulla (tranne la carta igienica) nel gabinetto. Non versare oli o fondi di caffè nello scarico!

### Negozi

A Longega si trovano un negozio di alimentari e una macelleria. Un ristorante si trova nel villaggio di Rina, a tre minuti di macchina. Una selezione più ampia di negozi, supermercati, caffè e ristoranti si trova a San Vigilio o a Brunico, a 20 minuti di distanza.

## Rifiuti

- Si prega di separare i rifiuti
- I bidoni della spazzatura si trovano nel locale rifiuti di fronte al garage.
- Tutti i materiali devono essere puliti, cioè lattine e contenitori sciacquati, cartone, carta e metalli non contaminati.
- Si prega di non lasciare all'aperto gli avanzi di cibo per tutta la notte (gli animali ne sarebbero attratti).

Vetro e lattine	Bottiglie di Plastica e plastica	Carta	Rifiuti organici	Rifiuti residui
- tutti i tipi di bottiglie e barattoli - tutte le lattine (ben lavate) - Fogli di alluminio	-Bottiglie di plastica vuote e pulite - Vasetti di yogurt - Bottiglie di saponi, prodotti per l'igiene personale e della casa, - Sacchetti e buste di plastica - vaschette e imballaggi in plastica trasparente - Sacchetti e buste per alimenti (ad es. pasta, riso, patatine, dolci, prodotti surgelati, ecc.)	- Carta - Confezioni di latte e tutte le altre confezioni Tetra Pak	tutti i tipi di rifiuti alimentari  Niente sacchetti o imballaggi di plastica!	tutto ciò che non si può assegnare

## Prato e terrazza

### **Terrazza**

Davanti alla casa c'è una grande terrazza in legno. Inoltre, le sedie a sdraio offrono il giusto relax.

### **Prato**

Lo chalet è circondato da prati rigogliosi. Si prega di assicurarsi che tutti i rifiuti, compresi i mozziconi di sigaretta, siano smaltiti.



## Difetti, riparazioni...

Vi chiediamo di informarci di eventuali difetti o danni che possono verificarsi in modo che possano essere corretti il più presto possibile. Se c'è un problema urgente, potete chiamarci in qualsiasi momento.

## Attività estive

Ci sono possibilità di escursioni nelle immediate vicinanze sulla malga di Rina. Grazie ai sentieri abbastanza pianeggianti, sono facilmente percorribili da ogni escursionista e non sono molto impegnativi. Si può godere di una splendida vista sulle valli della Pusteria e dell'Isarco e sull'intera catena alpina dall'Ortles al Gran Zebrù.

Altre possibilità di escursioni si trovano sul Passo delle Erbe nel Parco naturale di Puetz-Geisler, a San Vigilio/Pederü nel Parco naturale di Fanes-Sennes-Prags e sul Plan de Coronas. I depliant escursionistici sono disponibili nello chalet.



Ci sono **possibilità di arrampicata** in diverse palestre di roccia sul Passo delle Erbe e a San Vigilio si trova una palestra di roccia al coperto a Brunico.

**Per i tour in montagna più impegnativi possiamo organizzare una guida alpina o una guida escursionistica (a pagamento)!**

### **Zip-Line a San Vigilio di Marebbe**

3200 metri di adrenalina pura! Questo è ciò con cui vi aspetta lo Zipline a San Vigilio di Marebbe nell'Adrenaline X-treme Adventures. Basta agganciarsi, sfrecciare da una montagna all'altra e superare 10 tappe diverse. Dal palco più alto si può ammirare il paesaggio da un'altezza di 100 metri. Si sfreccia alla velocità di 80 km/h e poi si scende a 420 metri fino a San Vigilio.

### **Parco Avventura "KronAction"**

In Val Pusteria, situato direttamente sul lago di Issengo, il parco avventura offre divertimento, emozioni e avventure da brivido. Ci sono proposte per tutta la famiglia: grandi e piccini non avranno che da scegliere. I punti salienti sono la fionda umana "SlingShot", la piattaforma di visualizzazione "The Vision", oltre 140 stazioni e 14 diversi percorsi da facili a impegnativi. La sicurezza è garantita da un team esperto di guide alpine professionali e istruttori di corsi di alta fune con una formazione speciale in questo settore.

### **Alpine Coaster "Klausberg Flitzer"**

Sono le **montagne russe** più lunghe e spettacolari di tutta l'Italia. Gli appassionati delle forti emozioni troveranno pane per i loro denti a bordo di quest'adrenalinica attrazione situata vicino alla **stazione a monte** del comprensorio Klausberg Skiarena!

Con una lunghezza di 1.800 metri, una velocità punta oltre ai 40 chilometri orari, tanti saliscendi e giri della morte a 360°, il Klausberg-Flitzer è proprio perfetto per tutti coloro che cercano forti emozioni e l'adrenalina. Questo vi farà ricordare le vostre vacanze di sicuro!

### **Rafting nella bassa Val Pusteria**

La Rienza è uno dei fiumi più adatti per il rafting e la canoa in Alto Adige, ideale per bambini, famiglie e gruppi. Sguazzare in acque tranquille e onde attive: questo tour è pensato per coloro che vogliono prendere confidenza con le acque dei fiumi. Consigliato per famiglie e bambini con accompagnamento. Facendo rafting nella Rienza è possibile scorgere un paesaggio completamente nuovo, in continuo movimento. Il silenzio e l'inaspettata tranquillità rendono la discesa un'esperienza unica e indimenticabile. Superare le correnti o i moti ondosi sveglia inoltre l'ambizione sportiva che c'è in ognuno di noi.

## Attività invernali

**Godetevi la vostra vacanza in modo diverso .....**

... senza stress nella natura incontaminata nel piccolo villaggio di montagna di Rina. Sulla **montagna locale "Col dal Lé"** si possono fare escursioni con le racchette da neve e sci alpinismo facili e sicure da valanghe.



A 20 minuti di auto da noi, il **Passo delle Erbe** offre ulteriori possibilità di slittino, escursioni invernali e sci di fondo direttamente sotto il magnifico Sass de Putia.

...o semplicemente godersi un giorno/sera d'inverno nel **Hot Tub caldo** del chalet sotto le stelle.

### **Dolomiti Superski & Sella Ronda**

A pochi chilometri dallo chalet si trovano le montagne più belle del mondo per lo sci - le Dolomiti, dichiarate patrimonio dell'umanità dall'UNESCO. Che si tratti dell'area sciistica di **Plan de Corones o dell'Alta Badia** - in mezzo al magnifico panorama, sciare è un vero piacere.

Il **Sella Ronda**, il circuito attorno all'imponente massiccio del Sella, è uno dei più famosi e sicuramente più suggestivi tour sciistici delle Dolomiti e dell'intero arco alpino. Il circuito sciistico si snoda su 4 passi dolomitici (Passo Campolongo, Passo Pordoi, Passo Sella e Passo Gardena) e può essere affrontato in due direzioni, in senso orario e antiorario.

## Altre destinazioni interessanti

### ***Voli turistici in elicottero***

Volete vivere l'esperienza del patrimonio mondiale dell'UNESCO, le Dolomiti dall'alto? Poi concedetevi un indimenticabile volo in elicottero. L'elicottero verrà a prendervi direttamente allo chalet. Piccolo tour delle Dolomiti (15 minuti) 750€, Grande tour delle Dolomiti (30 minuti) 1200€ per un massimo di 5 persone  
*Per motivi organizzativi, vi chiediamo di prenotare questo servizio il più presto possibile presso di noi*



### ***Messner Mountain Museum Coronas***

Il Messner Mountain Museum, di recente costruzione, si trova sull'altopiano del Plan de Coronas a 2275 metri sul livello del mare. Si tratta dell'alpinismo tradizionale, che Reinhold Messner ha influenzato in modo decisivo. La storia alpina viene qui raccontata, così come la vista unica delle grandi pareti delle Dolomiti e delle Alpi sono incluse nella mostra. Proiezioni di film che cambiano ogni anno.

### ***Messner Mountain Museum Ripa - Brunico***

Il Messner Mountain Museum Ripa presso il castello di Brunico, un tempo residenza estiva dei principi vescovi, è dedicato ai popoli di montagna di tutto il mondo - Asia, Africa, Sud America ed Europa - nonché alla loro cultura, religione e turismo. Poiché la cultura della montagna si riflette in particolare nella vita quotidiana degli abitanti della montagna, il "patrimonio della montagna", che da millenni garantisce la sopravvivenza in alta montagna, viene avvicinato ai visitatori del museo attraverso abitazioni, film e incontri.

### ***Museum Ladin***

Il Museum Ladin si occupa della storia e della cultura ladina. La sede del museo si trova nel castello di Thurn (Ladin Čiastel de Tor) vicino a San Lorenzo di Sebato. Sono esposti reperti archeologici ladini. Altri punti focali storici sono i diritti dei governanti nelle valli dolomitiche e la storia moderna del turismo. I visitatori sono anche informati sulla lingua ladina. Gli aspetti folcloristici sono trattati attraverso le arti e l'artigianato locale, le parti di scienze naturali della mostra si occupano di geologia e mostrano i fossili.

### ***Il Museo provinciale degli usi e costumi***

Il Museo provinciale degli usi e costumi di Teodone presso Brunico si trova nel cuore della Val Pusteria. Mostra la vita della popolazione rurale del passato - dalla nobiltà terriera al contadino autosufficiente al lavoratore a giornata. Il pezzo forte è il maniero barocco Mair am Hof con le sue sale signorili e le sue collezioni folcloristiche. L'annesso edificio agricolo ospita una varietà di attrezzi agricoli e compagni. L'area all'aperto con vecchie case coloniche originali, laboratori artigianali, orti e animali domestici invita a soffermarsi e racconta la vita quotidiana di un tempo.

### ***Les Viles***

Direttamente dallo chalet, sul lato opposto della valle, si può vedere una nota, elencata, vista della Val Badia: piccole frazioni - chiamate "Les Viles" in ladino. L'estrema ripidezza del terreno, l'armonia dei campi, i crinali e i pochi altipiani tra i quali sono così squisitamente inseriti i borghi rurali, sono considerati unici nel loro genere. Gruppi di case di legno, case di pietra e fienili in legno, si annidano su pendii ripidi o sul bordo esterno delle terrazze in modo caratteristico.

## In conclusione



I nostri chalet vi permettono di vivere completamente nel qui e ora. Lo stretto legame con la natura è qui costantemente presente, dalla costruzione naturale all'arredamento delle camere.

Venite a riposare e sentitevi a casa vostra, attingete nuova energia e vivete in armonia con la natura. Imparate la semplicità delle cose e godetevi il vostro tempo a casa nostra.

Vi preghiamo di considerare lo chalet come la vostra casa per la vostra settimana di vacanza. Grazie!

Auguriamo a tutti i nostri ospiti un piacevole soggiorno nel nostro chalet EinStein!

Alberto e Sonya Promberger

Tel: +39 377 3296639

Tel: +39 328 7312131