

Herzlich Willkommen im Hotel Seiler au Lac

*Sie haben unser Haus für ein paar Tage oder Wochen ausgewählt,
wir freuen uns, Sie für diese Zeit bei uns verwöhnen zu dürfen.*

*Auf den nachfolgenden Seiten finden Sie praktische Informationen
über die Spezialleistungen unseres Hauses.
Sowie Informationen rund um Ausflüge und Aktivitäten
in der Jungfrau- und Brienzseeeregion.*

*Bei weiteren Fragen sind wir gerne für Sie da.
Unsere Rezeption ist von 7.00 – 22.00 Uhr besetzt,
ausserhalb dieser Zeiten
erreichen Sie uns unter der internen Telefon Nr. 401.*

*Wir wünschen Ihnen einen angenehmen und
erholsamen Aufenthalt im SEILER AU LAC.*

Stefan Zingg und Team

**Wenn Ihnen den Aufenthalt bei uns gefallen hat,
sagen Sie es Ihren Freunden und Bekannten und
hinterlassen Sie einen Eintrag auf Trip-Advisor oder Google+.
Wenn etwas nicht Ihren Vorstellungen entsprach,
sagen Sie es doch bitte uns.**

Check-In und Check-Out:

Bei der Anreise stehen die Zimmer ab 16.00 Uhr zur Verfügung.

Wir bitten Sie das Zimmer am Abreisetag bis 11.00 Uhr freizugeben.

Bei späterer Freigabe melden Sie sich bitte an der Rezeption.

Restaurant Öffnungszeiten:

Frühstücksbuffet

Vor und Nachsaison: 8.00 – 10.30 Uhr
Hochsaison: 7.00 – 10.30 Uhr

Restaurant „La Gare“

Mittwoch – Sonntag 8.00 – 22.00 Uhr
Mittagessen 11.30 – 14.00 Uhr
Abendessen 18.00 – 21.00 Uhr
Nachmittagskarte 14.00 – 17.30 Uhr

Pizzeria „La Boheme“

Freitag – Dienstag 17.30 – 22.00 Uhr
Hochsaison Mo. & Di. 12.00 – 23.00 Uhr

Starten Sie Ihren Tagesausflug vor den Frühstückszeiten, machen wir Ihnen gerne ein Lunchpaket zum Mitnehmen. Melden Sie sich bitte vor 20.00 Uhr an der Rezeption.

Zimmerreinigung:

Die Zimmerreinigung erfolgt bis 13.00 Uhr.

Wünschen Sie keine Zimmerreinigung, hängen Sie bitte das „Bitte nicht Stören“ Schild an die Tür.

Zimmerservice:

8.00 – 21.00 Uhr

Tel. Nr. 91 oder 401

Auf Wunsch servieren wir Ihnen das Frühstück (Continental) auf's Zimmer

8.00 – 10.00 Uhr. (Zuschlag Fr. 2.50 p. Person)

Minibar:

Die vorhandenen nichtalkoholischen Getränke in Ihrer Minibar sind im Zimmerpreis enthalten.

Gerne bestücken wir Ihre Minibar nach Ihren Wünschen, melden Sie sich bitte an der Rezeption.

Gepäck:

Melden Sie an der Rezeption (über Tel. 91 od. 401), wenn Ihr Gepäck bereit ist. Unser Portier freut sich, wenn er Ihnen helfen kann.

**Zusätzliche Artikel um Ihren Aufenthalt noch erholsamer zu machen:
(Melden Sie sich bitte vor 20.00 Uhr an der Reception)**

Kissen und Duvets:

Für Allergiker haben wir synthetische Kissen und Duvets.

Ist das Duvet zu warm oder zu kalt, haben wir eine passende Lösung für Sie.

Extra-Kissen sind auf Wunsch erhältlich.

Das Kopfende des Bettes kann je nach Wunsch verstellt werden. In den meisten Zimmern kann man beim Bett auch das Fussende verstellen.

Badezimmer:

Für die Dauer Ihres Aufenthaltes stellen wir Ihnen gerne auf Wunsch einen Bademantel zur Verfügung.

Wir haben auch rutschfeste Matten für die Badewanne

Falls Sie Zahnbürste, Rasierzeug oder Slipper vergessen haben – Wir helfen Ihnen gerne.

Wäsche:

Es stehen Bügelbretter und Bügeleisen zur Verfügung, diese bringen wir Ihnen gerne ins Zimmer.

Wir bieten Ihnen einen Wäscheservice an (Wäschesack und Preisliste finden Sie im Schrank.) Bitte den Wäschesack mit ausgefüllter Liste Ihrem Zimmermädchen geben oder auf das Bett legen.

Bei Abgabe vor 10.00h: Rückgabe der Wäsche innerhalb von 36 Stunden.

CHEMISCH REINIGEN wird nicht vom Hotel erledigt. Die nächste Reinigung finden Sie in Interlaken Ost in der Nähe des Bahnhofs.

Ein Waschsalon befindet sich in Matten, (Hauptstrasse 19, 3800 Matten bei Interlaken)

<https://washsaloon.jimdofree.com/>

Safe:

Jedes Zimmer verfügt über einen eigenen Safe. Für den Schlüssel wird Fr. 50.- als Depot auf die Rechnung gebucht und bei der Rückgabe wieder abgezogen.

Bei der Abreise den Safe bitte aufgeschlossen und geöffnet lassen

Garten:

In unserem Garten hinter dem Haus stehen Liegebetten wie auch ein Tischtennis-Tisch zu Ihrer Verfügung. Schläger und Bälle sind an der Rezeption erhältlich.

Salon Rouge:

Zum Spielen und verweilen hat es im „Salon Rouge“ einen Billardtisch, Bücher, Spielkarten und viele weitere Spiele. (Schlüssel für die Spielkiste erhalten Sie an der Rezeption.)

Kinder:

Bei der Schule Bönigen ist ein grosser Spielplatz für die Kinder.

Bei Spezialwünschen betreffend Menu und Essenszeiten bei Kleinkindern melden Sie sich an der Rezeption.

Hunde:

Hunde welche an der Leine gehalten werden, sind bei uns herzlich willkommen, ausgenommen im Speisesaal. Aus hygienischen Gründen dürfen Hunde nicht in den öffentlichen Räumen gefüttert werden. Sie bleiben auch brav unter dem Tisch. Wassernäpfe finden Sie vor dem Restaurant und vor der Pizzeria. (oder fragen Sie unsere Servicemitarbeiter / innen)

Strom-Spannung:

In der Schweiz haben wir 220V

Steckdosen Adapter erhalten Sie an der Rezeption (Depot Fr. 20.--)

Kreditkarten:

Im Hotel akzeptieren wir folgende Kreditkarten:

EC-DIRECT, POSTCARD, VISA, EURO/MASTERCARD, DINERS oder AMERICAN EXPRESS und TWINT

Fotokopien, Ausdrucke:

Während den Bürozeiten Fr. -.40 pro Farb-Kopie, Fr. -.20 Schwarz/Weiss

GRATIS W-LAN EINRICHTEN:

1. Auf Ihrem mobilen Telefon unter "Einstellungen" W-Lan antippen und MONZOOM Seiler au Lac wählen.
2. Geben Sie die Nummer von IHREM mobilen Telefon welches Sie benützen mit der Vorwahl Ihres Landes (00...) ein. Akzeptieren Sie die AGB's und drücken auf Registrieren.
3. Sie erhalten dann per SMS einen 4-stelligen Code, welchen Sie eingeben. Für die Zeit Ihres Aufenthaltes ist das W-Lan nun aktiviert. Dieselbe Telefonnummer und denselben Code können sie für 3 weitere Apparate (wie I-Pad etc.) benutzen.

Für diejenigen, welche keine SMS erhalten können, gibt es an der Rezeption Notfall-Codes!

(Ps. der Code ist ein halbes Jahr gültig und funktioniert auch am Flughafen.)

ANLEITUNG ZUR BENÜTZUNG DES TELEFONS:

Von Zimmer zu Zimmer telefonieren:

Wählen Sie die gewünschte Zimmernummer

Telefonieren an externe Nummern:

1. Hörer abnehmen.
2. Die 0 wählen (mit der 0 wird die Leitung nach ausserhalb des Hotels geöffnet)
3. Wählen Sie die gewünschte Nummer

Schweiz z.Bsp.: 031 800 00 00; Sie wählen 0-031 800 00 00

Ausland z.Bsp.: Deutschland 0678 253 466, Sie wählen 0-0049 687 253 466

Diverse Länder – Vorwahlen:

Australia	0061	Kuwait	00965	
Belgique	0032	Luxembourg	00352	Auskunft-Information 111
China	0086	Niederlande	0031	
Deutschland	0049	Norwegen	0047	Internationale Auskunft
England UK	0044	Oman	00968	International Information
Espana	0034	Österreich	0043	No. 1818
France	0033	Portugal	00351	
Israel	00972	Qatar	00974	
Indien	0091	Südafrika	0027	
Italien	0039	S. Arabien	00966	
Ireland	00353	USA-Kanada	001	
Japan	0081	U.A.E	00971	

ANLEITUNG ZUR BENÜTZUNG DES WECKERS:

1. Nehmen Sie den Telefonhörer ab
2. warten Sie auf den Summton und drücken dann den Wecker
3. geben Sie die Weckzeit 4-stellig ein (z.Bsp. 07.15)
4. drücken Sie die Rautetaste zum Bestätigen (#)

Sie können auch vor 20.00 Uhr an der Rezeption melden, dass Sie geweckt werden möchten.

Notfallnummern:

Hotel Intern: 401 oder 91 (auch Nachts)

Spital Interlaken: 0-033 826 26 26 oder 144

HANI Hausarztnotfall Bahnhof Interlaken West:

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag: 18:00 – 20:00 Uhr

Samstag: 13:00 – 18:00 Uhr

Sonntag: 13:00 – 18:00 Uhr

Tel. Medphone

0-0900 57 67 47 CHF 3.23/min

0-0900 57 67 47 CHF 3.50/min für Prepaid

Ohne Voranmeldung möglich!

Pannendienst – Organisation Interlaken: 0-033 822 23 23

Taxi: Bahnhoftaxi: 0-033 822 50 50

Massage:

Wenn Sie sich mit einer Massage verwöhnen möchten, steht Ihnen unser Masseur Franco Vitaliano mit viel Freude und Professionalität zur Verfügung.

Reservation:

Behandlungen sind auf Anfrage buchbar und sollten mindestens einen Tag im Voraus bis 20.00 Uhr bei der Rezeption angefragt werden.

Preise und Info's:

Klassische Massage	60 min	CHF 110.-
	50 min	CHF 100.-
	30 min	CHF 55.-

Durch klassische Massagegriffe wird die Durchblutung gefördert, der Stoffwechsel und Kreislauf aktiviert und Beschwerden im Bewegungsapparat können gelindert werden.

Aroma Therapie	60 min	CHF 110.-
	50 min	CHF 100.-
	30 min	CHF 55.-

Eine Massage mit Aromaöl zur Förderung des physischen und psychischen Wohlbefindens

Manuelle Lymphdrainage	60 min	CHF 110.-
	50 min	CHF 100.-
	30 min	CHF 55.-

Mit grossflächigen und drucklosen Bewegungen entlang der Lymphbahnen wird Gewebeflüssigkeit abtransportiert, wodurch eine Entstauung erreicht werden kann.

Fussreflexzonenmassage	60 min	CHF 110.-
-------------------------------	--------	-----------

Mit gezielt eingesetztem Druck und mit teils kreisenden Bewegungen werden Akkupressurpunkte aktiviert.

Hot Stone	60 min	CHF 110.-
------------------	--------	-----------

Tiefenentspannung durch eine Massage mit heissen Steinen

Wir bitten Sie, Ihre Massagen jeweils direkt und in bar bei unserem Masseur zu bezahlen.

Wissenswertes über Bönigen:

Bank / Bankomat:

Raiffeisenbank Bönigen; Öffnungszeiten:

Montag & Donnerstag 9.00h–12.00h und 14.00h – 17.00h

Geschäfte:

Sind normalerweise von Montag bis Freitag

von 8.00h bis 12.00h und von 14.00h – 18.30h geöffnet.

Samstags bis 16.00h.

Der Volg (Lebensmittelgeschäft) in Bönigen ist von 7.00 Uhr bis 20.00 Uhr geöffnet

Post:

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 7.30h – 11.30h und 14.00h – 18.00h

Samstags 8.30h – 11.00h

Strandbad:

Geöffnet von Mitte Mai bis Mitte September 9.00 – 18.00 Uhr

(Beheizter Pool von ende Mai bis ende August)

Verlangen Sie bei Bedarf ein Badetuch an der Rezeption (Bitte keine weissen Badetücher vom Zimmer mitnehmen.)

Coiffeur Bönigen:

Hair & Style Coiffure Oberland, Hauptstr. 39, Bönigen 033 823 31 32

Bus Verbindungen:

Mit Ihrer blauen Gästekarte fahren Sie auf dem Bödéli (Iseltwald, Bönigen, Ringgenberg, Interlaken , Matten Wilderswil) gratis Bus.

Die Bushaltestelle nach Interlaken befindet sich direkt vor dem Hotel (Holzhäuschen).

Abfahrtszeiten: jede halbe Stunde '08 und '42. Abends ab 20.00 Uhr immer '38.

Der letzte Bus ab Interlaken, ist Bus Nr. 102 dieser fährt um 22.55 in Interlaken West ab.

Bus nach Iseltwald, 1mal die Stunde, immer '10. Die Bushaltestelle befindet sich vor dem Tourismusbüro.

Stand-up paddles, Pedalos und Kajak:

Können im Strandbad gemietet werden. (www.hightide.ch)

Velos und E-Bikes:

Bei „Flying Wheels“ in Interlaken, können Sie Fahrräder Stunden od. Tage weise mieten

Mehr Info's: <https://www.flyingwheels.ch>

Wir verfügen über einen abschliessbaren Veloraum (Garage).

Ausflug Tip's:

Jet Boot:

Ein Trip mit dem Jet Boot können wir Ihnen nach eigener Erfahrung sehr empfehlen! In rasantem Tempo flitzen Sie über den See bis zu den Giessbachfällen und wieder zurück. Wir verfügen über einen abschliessbaren Veloraum
45 Minuten für Fr. 99.— pro Person.

Paragliding, Skydiving und Riverrafting:

Buchen Sie Ihren Paragliding, Skydiving und Riverrafting direkt an der Rezeption! Die meisten Anbieter holen Sie direkt beim Hotel ab.
(Ausser in der Hochsaison, da ist der Meetingpoint beim Bhf Interlaken Ost)

Fahrradfahren und Wandern ab Bönigen

Hier ein paar Vorschläge für Fahrrad-Touren ab Bönigen:

- **Rund um den Brienersee:** Eine Tour die fast gemacht werden muss...
Bönigen - Iseltwald - Giessbach - Brienz - Oberried - Niederried - Ringgenberg - Bönigen; Gesamtlänge ca. 36km, Dauer ca. 2h 40min

Mehr Info's: <https://www.interlaken.ch/erlebnisse/tour/brienersee-loop>

- **Entlang der Lütschine nach Lauterbrunnen:** Schön schattig an heissen Tagen...
Bönigen - Wilderswil - Zweilütschinen - Lauterbrunnen - Bönigen
Gesamtlänge ca. 26km

Für diejenigen, die gerne zu Fuss unterwegs sind,

hier ein paar Vorschläge für einfache Wanderungen und Spaziergänge:

- **Die Wanderung der 3 Wasserfälle** führt von Bönigen nach Iseltwald zum Giessbach und bis nach Brienz. (Gesamtlänge ca. 6h, kann aber auch in Teilstücken ca. 1,5 - 2h gemacht werden).
- **Spazieren Sie entlang vom See und der Aare nach Interlaken Ost** ca. 45min oder Interlaken West ca. 1h15min.
- **Spazieren Sie entlang der Lütschine nach Wilderswil** ca. 1h, Rückweg mit dem Bus Nr. 105 nach Interlaken West dort Umsteigen auf Bus Nr. 103 Bönigen.

Zieht es Sie weiter in die Höhe, erhalten Sie im Tourismusbüro eine Wanderkarte über Wanderungen in der Jungfrauregion. Die Ausgangspunkte erreichen Sie ganz einfach mit dem Bus Nr. 103 nach Interlaken Ost und ab da mit dem Zug Richtung Lauterbrunnen oder Grindelwald.

Bei einem längeren Aufenthalt lohnt sich der Jungfrau Travel Pass, dieser ermöglicht Ihnen während 3 - 8 Tagen freie Fahrt auf dem gesamten Jungfraubahnen-Netz.

Harder Kulm – Interlakens Hausberg



Innerhalb von 10 Minuten fahren Sie von Interlaken Ost aus mit der Standseilbahn hoch auf den Harder Kulm.

Von hier aus können Sie kleinere und grössere Rundwanderungen unternehmen oder einfach bei einem Kaffee im Restaurant die wunderschöne Aussicht auf Eiger, Mönch, Jungfrau und die beiden Seen geniessen.

Die Standseilbahn verkehrt ab 09.10 Uhr jede halbe Stunde von der Talstation zum Gipfel. Die letzte Bergfahrt ist um 20.55 Uhr.

Brienz Rothorn Bahn



Mit der 124 jährigen Dampfzahnradbahn mit Stampfen und Schnaufen den Berg erklimmen: an Wäldern und blühenden Wiesen vorbei, bis sich nach und nach eine immer atemberaubendere Aussicht öffnet. Vom Gipfel aus können Sie bei guter Sicht mehr als 100 Berggipfel entdecken.

Einmal oben angekommen bieten sich Ihnen diverse wander Möglichkeiten;

Für diejenigen, die einen kurzen Spaziergang bevorzugen, bietet sich der Edelweiss-Weg an, geniessen Sie die wunderbare Aussicht über die Schweizer Alpen während Sie zum Gipfel hoch spazieren. Diese leichte Wanderung dauert ca. 15 minuten pro Weg.

Mögen Sie es ein bisschen anspruchsvoller und haben gutes Schuhwerk eingepackt, dann empfehlen wir Ihnen die Wanderung zur Mittelstation Planalp. Der Weg führt, über Alpweiden vorbei an Alphütten, in ca 1h 45Min hinunter nach Planalp. Hier können Sie wieder die Bahn besteigen und sich gemütlich ins Tal befördern lassen.

Die Talstation befindet sich in Brienz gleich vis-a-vis vom Bahnhof der Zentralbahn.

Schynige Platte



Von Wilderswil aus fährt die Zahnradbahn hoch auf die Schynige Platte. Während der 50 minütigen Fahrt auf den Berg genießen Sie eine wunderschöne Sicht auf Interlaken und die umliegenden Berge.

Oben auf dem Berg angekommen, lohnt sich ein Abstecher in den Alpengarten. Hier blühen ab Ende Mai bis Mitte September Alpenblumen in leuchtenden Farben. Die Pflanzenarten, welche in ihrer natürlichen Umgebung gedeihen, sind mit einer Tafel gekennzeichnet. Auf diese Weise fällt es auch einem Laien leicht, die verschiedenen Arten zu unterscheiden.

Für geübte Wanderer mit gutem Schuhwerk ist die Schynige Platte ein schöner Start für diverse Höhenwanderungen:

Zum einen der Panoramaweg:

Schynige Platte-Lauchernhorn-Schynige Platte (2h30)

Oder die Tagestour **Schynige Platte- Faulhorn –First (6h10)**

Mit dem Schiff auf den Brienersee



Die Schiffsstation von Bönigen liegt direkt vor dem Haus. Gönnen Sie sich einen entspannten Tag auf und um den Brienersee.

Im Sommer fahren die Schiffe im Stundentakt. Das Erste startet um 9.25 h in Bönigen das Letzte um 16.25 Uhr.

Kombinieren Sie Ihre Schiffsreise mit einem Spaziergang am Seeufer.

z.B. von Iseltwald nach Giessbach oder umgekehrt je 1 ½ Std.

Eine schöne Wanderung ist „Der Weg der drei Wasserfälle“ von Bönigen bis nach Brienz. Dieser Weg kann bequem in drei Etappen gewandert werden.

- Ab Bönigen führt ein neu erstellter Wanderweg zu den beiden Wasserfällen Erschwanden und Mülibach (ca. 2,5 Std.), der Mülibach befindet sich oberhalb von Iseltwald.
- Führen Sie Ihre Wanderung fort, geht der Höhenweg nach dem Wasserfall Mülibach weiter bis zu den Giessbachfällen (ca.1.5 Std)
- Das letzte Teilstück führt dann vom historischen Hotel Giessbach dem See entlang bis nach Brienz (ca. 1 Std.).

Die gesamte Wanderung dauert ca. 5 Std. Gute Schuhe sind Bedingung

Ausflüge bei regnerischem Wetter

St. Beatus Höhlen



Erleben Sie die faszinierenden Tropfsteinhöhlen und tauchen Sie ein in den mystischen Naturpark des legendären St. Beatus, welcher gemäss Sage im 6. Jh einen Drachen bekämpfte, um in den Höhlen sein eremitisches Dasein zu fristen.

Ein schöner Spaziergang führt vom Parkplatz durch den Wald hinauf zum Höhleneingang. Er überquert mit mehreren Brücken den aus der Höhle stürzenden Wasserfall.

Vom weitverzweigten Höhlensystem sind 1 Kilometer, dank elektrischer Beleuchtung und gesicherten Pfaden, bequem begehbar.

Der Rundgang durch die Grotten führt Sie durch gewaltige Tropfsteinformationen, weite Hallen und Schluchten. Lassen Sie sich bezaubern von den einzigartigen Formen und Farben. Das Erlebnis dieser einmaligen Naturwelt unter der Erde wird Sie in Staunen versetzen!

Trümmelbachfälle



Lauterbrunnen ist das Tal der Wasserfälle.

Bewundern sie die malerischen und tosenden Wasserfälle während einer Wanderung von Lauterbrunnen nach Stechelberg. Die Wanderung ist einfach ziemlich flach und somit auch für Kinderwagen geeignet.

Ein Highlight im Lauterbrunnental sind die Trümmelbachfälle. Diese zehn Gletscher-Wasserfälle im Berginnern sind einzigartig in Europa. Durch Treppen, Brücken und einen Tunnel-Lift wurden die Fälle erschlossen. Ein unvergessliches Erlebnis für gross und klein.

BALLENBERG – Freilichtmuseum der Schweiz



Die Schweiz auf dem Ballenberg neu entdecken:

Mehr als 100 originale, jahrhundertealte Gebäude aus allen Landesteilen der Schweiz, 250 einheimische Bauernhoftiere, ursprüngliche Gärten und Felder sowie Veranstaltungen und Vorführungen von traditionellem Handwerk zeigen das ländliche Leben von gestern und inspirieren für heute und morgen.

Tip's für Familien:

- Spielplatz, Streichelgehege und Karussell
- Kinderspiele ausprobieren
- "Haus zum Berühren" – alles darf angefasst und erforscht werden
- Kinderausstellung „Zauberwald
- Ziegel herstellen