



Seiser Alm Balance

Vorschau Wochenprogramm

10.5. – 3.7.2021

Wenn im Frühjahr die Natur erwacht, steigt die Lust auf Bewegung im Freien und es zieht viele hinaus in die Frühlingsluft. Zahlreiche geführte Veranstaltungen und Workshops rund um die Themen gesunde Bewegung, Ausgeglichenheit, gesunde Ernährung, richtiges Training und die passende Ausrüstung bilden die ideale Grundlage für den Start in die warme Jahreszeit.



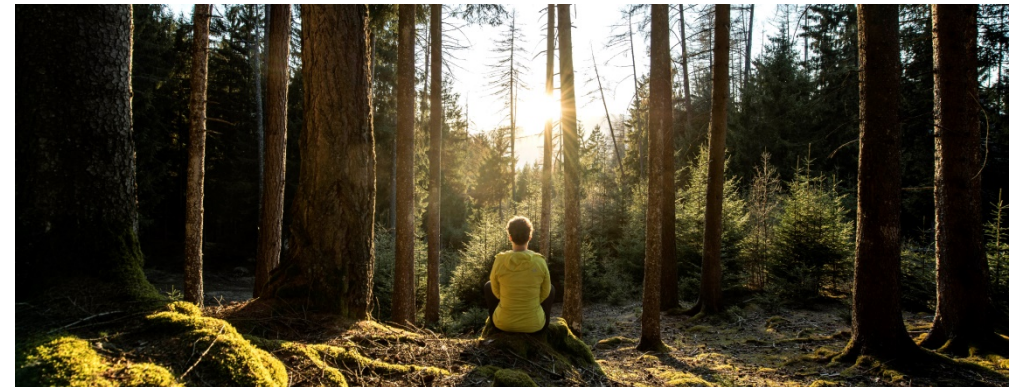
MONTAG:

Orthopädische Fußanalyse und richtige Ausrüstung

TIERS AM ROSENGARTEN: Montag, 10.05., Dienstag 25.05., Montag, 07.06. und 21.06.2021

KASTELRUTH: Montag, 17.05., 31.05., 14.06. und 28.06.2021
von 16.00 – 18.00 Uhr

10,00 € - KOSTENLOS mit dem Südtirol Alto Adige Guest Pass



DIENSTAG:

Alpines Waldbaden: Aufatmen - Kraft tanken – Durchstarten

VÖLS, ST. KONSTANTIN: 11., 18., 25. Mai; 8., 15., 22. und 29. Juni 2021

von 9:00 – 12:00 Uhr

10,00 € - KOSTENLOS mit dem Südtirol Alto Adige Guest Pass

Geführte Blumenwanderung im Naturpark Schlern-Rosengarten

SEISER ALM: 11., 18. und 25. Mai; 1., 8., 15., 22. und 29. Juni; 6., 13., 20. und 27. Juli 2021

von 9:30 – 16:00 Uhr

10,00 € - KOSTENLOS mit dem Südtirol Alto Adige Guest Pass

MITTWOCH:

Kraft tanken im Wald und gesunder Brunch

TIERS AM ROSENGARTEN: 12., 19., 26. Mai; 2., 9., 16., 23., 30. Juni 2021

von 8:30 – 11:30 Uhr

10,00 € - KOSTENLOS mit dem Südtirol Alto Adige Guest Pass



DONNERSTAG:

Die Fünf Tibeter®-Ausgleich und Aktivierung am Morgen

KASTELRUTH: 13., 20. und 27. Mai; 10., 17., 24. Juni; 1. Juli 2021

von 7:30 – 9:00 Uhr

10,00 € - KOSTENLOS mit dem Südtirol Alto Adige Guest Pass

Geführte Blumenwanderung im Naturpark Schlern-Rosengarten

SEISER ALM: 17. und 24. Juni; 1., 15., 22. und 29. Juli 2021

TIERS: 10. Juni und 8. Juli 2021

von 9:30 – 16:00 Uhr

10,00 € - KOSTENLOS mit dem Südtirol Alto Adige Guest Pass

FREITAG:

Belebendes Training im Laranzer Wald

SEIS AM SCHLERN, LARANZ: 14., 21., 28. Mai; 4., 11., 18., 25. Juni; 2. Juli 2021

von 18:00 – 19:30 Uhr

10,00 € - KOSTENLOS mit dem Südtirol Alto Adige Guest Pass

SAMSTAG:

Morgenwalk bei Sonnenaufgang mit Frühstück in der Natur

VÖLS, VÖLSER WEIHER: 15., 22., 29. Mai; 5., 12., 19., 26. Juni; 3. Juli 2021

von 7:00 – 9:00 Uhr

10,00 € - KOSTENLOS mit dem Südtirol Alto Adige Guest Pass

INFORMATIONEN UND ANMELDUNG

KASTELRUTH: Tel. +39 0471 706 333, info@kastelruth.com

SEIS AM SCHLERN: Tel. +39 0471 707 024, info@seis.it

VÖLS AM SCHLERN: Tel. +39 0471 725 047, info@voels.it

TIERS AM ROSENGARTEN: Tel. +39 0471 642 127, info@tiers.it

SEISER ALM: Tel. +39 0471 727 904, info@seiseralm.net

SEISER ALM MARKETING, Tel. +39 0471 709 600, info@seiseralm.it

www.seiseralm.it/balance

Änderungen vorbehalten!