

Seiser Alm Balance

Top-Erlebnisse für einen aktiven und gesunden Frühling
07.05. – 29.06.2024

www.seiseralm.it/balance

Draußen sein, Wald und Berge genießen, in Bewegung kommen und gleichzeitig Ruhe, Entspannung und Genuss in der Natur finden – darum geht's bei Seiser Alm Balance.

Eine **Morgenwanderung zum Schutzhaus Tschafon**, ein **Bad im Wald**, eine **Führung am Bauernhof** mit anschließendem Mittagessen, **Yoga** auf dem Kastelruther Kofel, die **Herstellung von Naturkosmetik**, oder **Weidenflechten** und vieles mehr – lokale Experten begleiten Sie, damit Sie in der Natur neue Kraft tanken können.

Die **Erlebnisse und Workshops finden wöchentlich in den Dörfern** Kastelruth, Seis, Völs am Schlern, Tiers am Rosengarten und auf der Seiser Alm statt und sind für Erwachsene und Jugendliche ab 14 Jahren geeignet.

Info & Anmeldung

Für alle Erlebnisse ist eine Anmeldung in den Tourismusbüros der Dolomitenregion Seiser Alm oder online unter www.seiseralm.it/balance erforderlich.

Balance Wochenprogramm

SEISER ALM

Geführte Blumenwanderung auf der Seiser Alm

Dienstag: 28.05., 04.06., 11.06., 02.07., 09.07.2024 von 9:30 bis 16:00 Uhr

Donnerstag: 16.05., 23.05., 30.05., 06.06., 13.06.2024 von 9:30 bis 16:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 15,00 Euro

VÖLS AM SCHLERN

Vom Garten in den Teller – Frühling beim Bioland-Hof Huberhof

Dienstags: 07.05., 14.05., 21.05., 28.05., 04.06., 11.06., 18.06., 25.06.2024 von 9:00 bis 12:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 35,00 Euro

SEIS AM SCHLERN

Weidenflechten

Mittwochs: 08.05., 15.05., 22.05., 29.05., 05.06., 12.06., 19.06., 26.06.2024 von 13:00 bis 16:30 Uhr

Teilnahmegebühr: 25,00 Euro

TIERS AM ROSENGARTEN

Morgenwanderung zum Schutzhaus Tschafon mit Bergler-Frühstück

Donnerstag: 09.05., 16.05., 23.05., 30.05., 06.06., 13.06., 20.06., 27.06.2024 von 7:00 bis 11:30 Uhr

Teilnahmegebühr: 35,00 Euro

KASTELRUTH

Orthopädische Fußanalyse und richtige Ausrüstung

Donnerstag: 09.05., 16.05., 06.06., 13.06., 20.06. und 27.06.2024 von 15:30 bis 17:30 Uhr

Freitag: 24.05. und 31.05.2024 von 15:30 bis 17:30 Uhr

Teilnahmegebühr: 15,00 Euro

KASTELRUTH

Yoga auf dem Kastelruther Kofel mit Fitnessfrühstück

Freitags: 10.05., 17.05., 24.05., 31.05., 07.06., 14.06., 21.06., 28.06.2024 von 7:20 bis 9:30 Uhr

Teilnahmegebühr: 20,00 Euro

SEIS AM SCHLERN

Alpines Waldbaden

Freitags: 10.05., 17.05., 24.05., 31.05., 14.06., 21.06., 28.06.2024 von 13:00 bis 16:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 20,00 Euro

VÖLS AM SCHLERN

Naturkosmetik selbst herstellen

Samstag: 11.05., 18.05., 25.05., 01.06., 08.06., 15.06., 22.06., 29.06.2024 von 9:00 bis 12:00 Uhr

Teilnahmegebühr: 25,00 Euro