



MITNAHME HUNDE IN ÖFFENTLICHEN VERKEHRSMITTELN: Leinen- und Maulkorbpflicht für mittelgroße und große Hunde, zahlen Einzelticket oder Südtirol Alto Adige GuestPass Junior (1, 3, 7 Tage, erhältlich bei: Tourismusbüros + SERBUS Sand in Taufers).

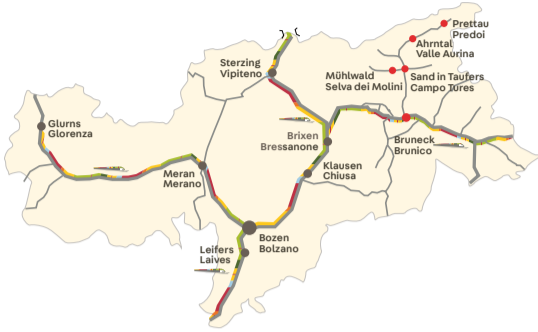
TRASPORTO CANI SUI MEZZI PUBBLICI: obbligo dell'utilizzo del guinzaglio e della museruola per cani di mezza e di grande taglia, pagamento di biglietto singolo oppure Südtirol Alto Adige GuestPass Junior (1, 3, 7 giorni, acquistabile presso: uffici turistici + SERBUS Campo Tures).

DOGS ON PUBLIC TRANSPORT: leashes and muzzles are obligatory for medium-sized and big dogs, tickets must be paid extra - one-way ticket or Südtirol Alto Adige GuestPass Junior (1, 3, 7 days, available at: Tourist Offices + SERBUS Sand in Taufers/Campo Tures).



Tickets / biglietti:
tickets.ahrntal.com

Mehr Information / Maggiori informazioni / More information:
www.ahrntal.com



ERMÄSSIGUNGEN

- 10% Tandemflug am Speikboden mit „Kronfly“
- 10% Lumen - Museum of Mountain Photography Kronplatz
- 10% bei einem Einkauf im Bergila-Kräuterladen in Issing (nicht gültig auf Märkten)
- 20% Museum Mansio Sebatum St. Lorenzen
- 10% Krippen- und Volkskunstmuseum Maranatha Luttach
- 10% Mineralienmuseum Kirchler St. Johann

RIDUZIONI

- 10% Volo in tandem allo Speikboden con "Kronfly"
- 10% Lumen - Museum of Mountain Photography Plan de Corones
- 10% sulla spesa nell'erboristeria Bergila a Issengo (non valido nei mercati)
- 20% Museum Mansio Sebatum S. Lorenzo
- 10% Museo dei Presepi e dell'Arte popolare Maranatha Lutago
- 10% Museo Mineralogico Kirchler S. Giovanni

REDUCTIONS

- 10% Tandemflights at Speikboden with "Kronfly"
- 10% Lumen - Museum of Mountain Photography Kronplatz/Plan de Corones
- 10% when shopping in the Bergila herb shop in Issing (not valid at markets)
- 20% Mansio Sebatum Museum St. Lorenzen near Bruneck/ Brunico
- 10% Maranatha Nativity Scene and Folk-Art Museum Luttach / Ahrntal valley
- 10% Kirchler Mineral Museum St. Johann / Ahrntal valley



DE / IT / EN

Ahrntal Valle Aurina

SÜDTIROL

Nur gültig, wenn vollständig ausgefüllt
Valido solo se debitamente completato
Only valid if completely filled out

GuestPass

Frühling / Primavera / Spring
01.05. – 30.06.2023

FREE BUS/TRAIN FOR YOU!

Südtirol / Alto Adige
GUESTPASS



Der GuestPass inkludiert die freie Nutzung der öffentlichen Mobilität in ganz Südtirol: zugelassene Linien - Südtirolmobil-Verbundgebiet: → Nahverkehr Busse (Skibus, Stadt-, Überland- und Citybusse) → Regionalzüge in Südtirol: Brennero bis Trient sowie Mals bis Innichen bzw. Vierschach → Seilbahnen: Mühlbach bis Meransen, Burgstall bis Vöran, Vilpian bis Mölten, Bozen bis Kohlern, Bozen bis Ritten → Standseilbahn auf die Mendel → Rittner Schmalspurbahn / PostAuto Schweiz zwischen Mals und Müstair Ausgenommen: Shuttle-Dienst Toblach - Drei Zinnen (Auronzohtütte) & Fischleintal. Für diese Shuttles ist teilweise eine Reservierung notwendig. Außerdem ausgenommen sind: Nightliner, Fernzüge (z.B. EC- und Intercity-Züge, Railjet, Frece, Italo). Für Fahrräder, Hunde und andere Tierarten muss ein zusätzliches Ticket gelöst werden!

Der GuestPass inkludiert außerdem ein buntes Wochenprogramm und Ermäßigungen (siehe entsprechende Listen). Diese Vorteilskarte erhalten Sie als Gast eines Mitgliedsbetriebs unserer Tourismusvereine. Sie ist vor jeder Fahrt (Zug) oder im Bus zu entwerthen und nur gültig mit Namen und Aufenthaltsdatum des Gastes auf der Rückseite. Der GuestPass ist nicht übertragbar und nicht kumulierbar. Kinder unter 6 Jahren fahren kostenlos und benötigen keinen Fahrschein. Achtung: Bitte auf das Datum der Erstentwertung achten. Der GuestPass gilt für 7 aufeinander folgende Tage - während Ihres Aufenthaltes! Erhältlich nur bei Ihrem Gastgeber. Den GuestPass nicht zum Handy legen! Ist das Ticket mit Magnetstreifen beschädigt, wird dieses vom Entwertungsgarant im Bus/Zug mit „illeg./Unleserl.“ + Datum und Uhrzeit gestempelt. Der Fahrgast kann die Fahrten an diesem Tag fortsetzen, muss die Karte aber anschließend in seiner Unterkunft austauschen. Keine Mitnahme von Bikes in den Linien 450, 451, 452, 453, 454 und 455.

La tessera vantaggi GuestPass dà diritto all'utilizzo gratuito dei mezzi di trasporto pubblico in tutto l'Alto Adige: copertura geografica del servizio -

Trasporto Integrato Alto Adige: → Autobus (skibus, urbani, extraurbani e citybus) → Treni regionali in Alto Adige: Brennero - Trento e Malles fino a San Candido/Versciaco → Funivie: Rio Pusteria fino Maranza, Postal fino Verano, Vilpiano fino Meltina, Bolzano fino Colle, Bolzano fino Renon → Funicolare della Mendola → Trenino di Renon → L'AutoPostale Svizzera tra Malles e Müstair

Escluso: servizio shuttle Dobbiaco - Tre Cime di Lavaredo (rifugio Auronzo) & Val Fiscalina. Alcune di queste navette richiedono una prenotazione. Inoltre esclusi sono: nightliner, treni a lunga percorrenza (ad es. treni EC e Intercity, Railjet, Frece, Italo). Per biciclette, cani e altre specie animali è necessario acquistare un biglietto aggiuntivo!

Include inoltre un ricco programma settimanale di attività nonché riduzioni (vedere gli elenchi corrispondenti). È riservata agli ospiti degli esercizi aderenti alle Associazioni Turistiche, dev'essere obliterata prima di ogni viaggio (treno) oppure in autobus ed è valida solo se sul retro viene indicato il nome dell'ospite e la data della permanenza. Il GuestPass non è cedibile e non è cumulabile. I bambini sotto i 6 anni viaggiano gratis e non hanno bisogno del biglietto. Attenzione: si prega di notare la data della prima convalida. Il GuestPass è valido per 7 giorni consecutivi - durante il vostro soggiorno! Disponibile solo presso il vostro albergatore. Non mettere il GuestPass vicino al cellulare! Se il biglietto con banda magnetica viene danneggiato, il dispositivo di convalida dell'autobus/treno lo timbrerà con "illeg./Unleserl." + data e ora. Il passeggero potrà continuare il viaggio in quel giorno, ma poi dovrà richiedere la sostituzione del biglietto nel proprio alloggio. Le biciclette non possono essere portate sulle linee 450, 451, 452, 453, 454 e 455.

The GuestPass includes the free use of the public transport throughout South Tyrol: geographic area of use - Südtirol Integrated Transport Network: → Buses (ski bus, city bus, urban and extra-urban buses) → Regional trains in South Tyrol: Brennero/Brennero to Trient/Trento and Mals/Malles to Innichen/San Candido or Vierschach/Versciaco → Cable cars: Mühlbach-Meransen/Rio di Pusteria-Maranza, Burgstall-Vöran/Postal-Verano, Vilpian-Mölten/Vilpiano-Meltina, Bozen-Kohlern/Bolzano-Colle, Bozen-Ritten/Bolzano-Renon → Mendel/Mendola funicular → Ritten/Renon narrow-gauge railway → PostBus Schweiz (between Mals/Malles Venosta and Müstair) Excluded: Toblach/Dobbiaco shuttle service - Three Peaks Dolomites (Auronzo refuge hut) & Fischleintal/Val Fiscalina. Reservation are partly required for these shuttles. Also excluded are: Nightliner, long-distance trains (e.g. EC and Intercity trains, Railjet, Frece, Italo). An additional ticket must be bought for bicycles, dogs and other types of animals!

The GuestPass also includes a colourful weekly programme as well as discounts (see corresponding lists). This discount card is available to all guests who are staying at one of the accommodations which are a member of our Tourism Associations. It must be validated before each ride (in train) or directly in the bus and it is only valid once the name of the guest and their retention time has been entered on the rear side. It is not transferable and cannot be accumulated. Children up to 6 years travel free of charge and do not need a ticket. Attention: please note the date of the first validation. The GuestPass is valid for 7 consecutive days - during your stay! It is only obtainable from your host. Do not put the GuestPass next to the mobile phone! If the ticket is damaged with a magnetic stripe, it will be stamped by the validation machine on the bus/train with "illeg./Unleserl." + date and time. The passenger can still continue the journey on this day, but must then exchange the card at their place of accommodation. No transport of bikes on the lines 450, 451, 452, 453, 454 and 455.

MindfulMountainDays

Achtsame Streifzüge, durch innere wie äußere Landschaften. Sanfte, nachhaltige Entspannung. Am Berg und im Tal, am See, im Wald. Mitten in den Zillertaler Alpen. Ahrntaler Bergfrühling: erfrischend, belebend.

Primavera in montagna: infinite sfaccettature, tra paesaggi interni ed esterni e momenti di dolce e intensa distensione. In riva al lago, nel bosco, in montagna, nel fondovalle. Rinfrescante, rinvigorente.

Ahrntal valley mountain spring: mindful rambles through internal and external landscapes alike to gentle, lasting relaxation. By the lakeside, in the forest, on the mountain and in the valley. Refreshing, invigorating.

SO / DOM / SUN 11.06.2023

„Wir riechen besser als wir denken“

Mit jedem Atemzug gelangen Duftstoffe in unsere Nase, aber wir nehmen sie meist nicht bewusst wahr. Wie beeinflussen uns Düfte, warum können Düfte Erinnerungen und Assoziationen auslösen, wie können wir unseren Geruchssinn verbessern? Diese und andere Fragen werden vom Wissenschaftler und Autoren Johannes Frasnelli in einem interaktiven Vortrag diskutiert.

Uhrzeit: 14.00 Uhr / Veranstaltungsort: Seebühne, Trejer See, Speikboden, erreichbar mit der Kabinenbahn Speikboden und einer 30-minütigen Wanderung / Sprache: deutsch / Eintritt: frei

„L'olfatto è più potente del pensiero“

Ad ogni respiro inaliamo profumi e odori, e il più delle volte lo facciamo in maniera del tutto inconscia. In che modo ci influenzano questi stimoli olfattivi, perché sono in grado di evocare ricordi e sensazioni e come possiamo migliorare il nostro senso dell'olfatto? Queste ed altre domande verranno discusse dallo scienziato nonché autore Johannes Frasnelli in occasione di una relazione interattiva.

Quando: ore 14 / Dove: palco galleggiante, lago Trejer See, raggiungibile con la cabinovia Speikboden e un'escursione di 30 minuti / Lingua: tedesca / Ingresso: libero

„We smell better than we think“

With every breath that we take, aromas reach our noses, but for the most part we do not consciously notice them. How do scents influence us, why can they trigger memories and associations, how can we improve our sense of smell? These and other questions are discussed by the scientist and author Johannes Frasnelli in an interactive presentation.

Time: 2 pm / Venue: lake stage „Trejer See“ lake, accessible with the Speikboden gondola and a 30-minute hike / Language: German / Entry: free

SO / DOM / SUN 25.06.2023

„Maipfeife schnitzen – Frühlingsklänge in den Bergen“

Im Frühling – dann, wenn alle Sträucher und Bäume blühen – ist die beste Zeit, um ein Maipfeifchen zu schnitzen. Ein Vormittag zwischen frischer Almluft, Frühlingsklängen und bäuerlicher Tradition.

Uhrzeit: 10.00 Uhr
Veranstaltungsort: Streichelzoo Speikboden, erreichbar mit der Kabinenbahn Speikboden

„Maipfeife – Suoni primaverili in montagna“

In primavera, quando tutti gli alberi e arbusti sono in fiore, è il tempo migliore per realizzare un Maipfeife o flauto di corteccia. Una piacevole mattinata tra aria fresca di malga, suoni primaverili e tradizioni contadine.

Quando: ore 10
Luogo: mini zoo Speikboden, raggiungibile con la cabinovia Speikboden

„Carving may-pipes – The sounds of spring in the mountains“

Spring – when all of the shrubs and flowers are in bloom – is the best time to carve a may-pipe. A morning spent in fresh alpine air immersed in the sounds of spring and rural traditions.

Time: 10 am
Venue: Speikboden children's zoo, reachable with the Speikboden gondola



BERGBAHNEN
FUNIVIE
CABLE CARS

FREE

MAY & JUNE 2023

SKIWORLD AHRNTAL
SPEIKBODEN
& KLAUSBERG

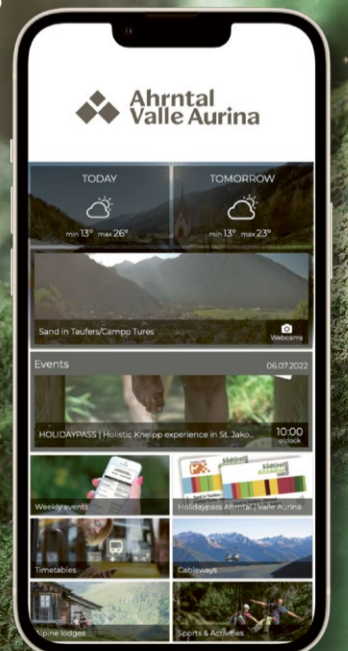
Ahrntal Valle Aurina

Alle Infos & Events auf einer digitalen Plattform.

Tutte le info e gli eventi su una piattaforma digitale.

All info & events on one digital platform.

ahrntal.guestnet.info



ZEICHENERKLÄRUNG / LEGENDA / SYMBOLS

	Treffpunkt / punto d'incontro / meeting point		bis 11,99 Jahre frei / bimbi fino agli 11,99 anni gratis / children up to 11,99 years: free
	mitzunehmen / da portare / to bring along		mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar / raggiungibile con i mezzi pubblici / reachable by public transport
	Schwierigkeitsgrade / livelli di difficoltà / levels of difficulty: leicht / facile / easy		Anmeldung tags zuvor bis 18:00 Uhr / iscrizioni fino al giorno precedente entro le ore 18:00 / registration the day before by 18:00
	Schwierigkeitsgrade / livelli di difficoltà / levels of difficulty: mittel / medio / medium		Anmeldung selber Tag bis 12:00 Uhr / iscrizioni fino allo stesso giorno entro le ore 12:00 / registration the same day before 12:00
	keine Hunde erlaubt / cani non sono ammessi / no dogs allowed		
	Mindestalter / età minima / minimum age		

GuestPass

Frühling / Primavera / Spring
01.05. – 30.06.2023



INFO & ANMELDUNG / INFO & ISCRIZIONE / INFO & REGISTRATION



tickets.ahrntal.com

Sand in Taufers/Campo Tures: (+39) 0474 678 076

Luttach/Lutago: (+39) 0474 671136

MO-FR/LU-VE/MON-FRI 09:00-12:00+15:00-18:00

SA/SA/SAT 09:00-12:00



Persönlich (**keine E-Mail**) in den Tourismusbüros / Personalmente (**no e-mail**) presso gli uffici turistici / By person (**not by e-mail**) at the tourist offices

Begrenzte Teilnehmerzahl / Il numero dei partecipanti è limitato / Limited number of participants



Frühling 2023

INKLUDIERTES WOCHENPROGRAMM

vergünstigt buchbar nur bei Vorlage des GuestPasses

Montag

	15:00–18:00 08.05. – 26.06. außer/eccetto/except 29.05., zudem/inoltre/ also 02.05. + 30.05.	Die Kräuter-Tour – leichte, geführte Wanderung mit vielen Insider-Tipps zur Verwendung der Kräuter.	Tourismusbüro, Luttach eigenes Auto
	17:00–17:50 01.05. – 26.06.	Das kleine Pfarrmuseum: sakrale Kunst des Tales und Südtirols entdecken mit Doris Kirchler – geführter Rundgang	Pfarre, Sand in Taufers

Dienstag

	09:30–15:30 23.05. – 27.06.	Ahrntaler Sonnenwege – Geführte Wanderung vorbei an 2 Wasserfällen. Kultur, Tradition und das Leben auf 1.400 Metern erleben. Mittelschwierige Tour	Tourismusbüro, Luttach festes Schuhwerk, Wetter-, Sonnenschutz, Proviant
	09:15 – 13:00 06.06. – 27.06.	MindfulMountainDays – Achtsamkeitswanderung mit Meditation am Bergsee Höhenspaziergang auf der Suche nach Spuren zu uns selbst. Wohltuende Meditation als Brücke zu einer stabilen, soliden Verbindung mit der Natur	Talstation Bergbahn Speikboden, Sand in Taufers geeignete Kleidung, festes Schuhwerk, Getränk, Snack, Sitzunterlage
Anmeldung: Bergbahn Speikboden, Tel. +39 0474 678122 oder online Shop Speikboden / Iscrizioni: Funivie Speikboden, tel. 0474 678122 o online Shop Speikboden / Reservation Cableways Speikoden or online Shop Speikboden			
	10:00–12:00 06.06. – 27.06.	„Aria pura“ – Atme reinste Luft 2-stündige Spieläotherapie im Klimastollen Prettau	Klimastollen, Prettau warme Kleidung, ev. Snack
Anmeldung: direkt im Klimastollen Prettau, Tel. +39 0474 654298 / Iscrizioni: Centro climatico Predoi, tel. 0474 654298 / Registraion: Climate gallery, phone: +39 0474 654298			
	17:00–18:30 02.05. – 27.06.	Käse, Wiese & Wald – auf der Suche nach edlen Geschmackszutaten (mit Verkostung).	Eggemoa Mühlwald

Mittwoch

	9:30–13:00 24.05. – 28.06.	Waldbaden – eintauchen in die heilende Kraft des Waldes; mit Stefan Fauster.	Tourismusbüro, Sand in Taufers festes Schuhwerk, Wetter-, Sonnenschutz, Proviant
	10:00–14:00 07.06. – 28.06.	„Aria pura“ – Atme den Duft des Waldes und erfahre Ruhe und Erholung. Geführte, entschleunigende Achtsamkeitswanderung mit sanften Yoga-Übungen an einem magischen Ort	Naturparkhaus, Kasern warme Kleidung, festes Schuhwerk, Proviant, Sitzunterlage und Handtuch
	14:00–16:20 03.05. – 28.06.	Klangbad im Klimastollen – fern der Welt. Sanft die Musik, vollkommen die Erholung. Musik von Klangschalen, Gongs. 2-stündiger Ruhe-Aufenthalt im Klimastollen Prettau.	Klimastollen, Prettau warme Kleidung
Anmeldung: direkt im Klimastollen Prettau, Tel. +39 0474 654298 / Iscrizioni: Centro climatico Predoi, tel. 0474 654298 / Registraion: Climate gallery, phone: +39 0474 654298			
	03.05. – 28.06.	Goasroscht: Ziegen, Milch & Käse. Führung mit Verkostung der Produkte aus Ziegen- und Kuhmilch in der Käseerei, Nähe Wasserfälle (15:30–17:00; Anmeldung bis 10 Uhr, Mindestteilnehmeranzahl: 4 Pers.).	Goasroscht in Winkel bei Sand in Taufers

Donnerstag

	10:00–14:00 25.05. – 29.06.	Wasser, Wald & Kneipp. Gesundheits-Achtsamkeits-Wanderung mit diplomierten Kneipp-Gesundheitstrainerinnen am Reinbach-Wasserfall.	Parkplatz Schwimmbad Cascade, Sand in Taufers Wander- oder Turnschuhe, Sitzunterlage, Handtuch
	10:00–12:00 08.06. – 29.06.	„Aria pura“ – Atme den Hauch von Bergquellwasser Geführte Wasserfallwanderung in erstklassiger Reinluft beim Wasserfall	Naturparkhaus, Kasern gutes Schuhwerk, Proviant
	15:00–17:00 04.05. – 29.06.	Brauereiführung in der Brauerei GustAhr mit Verkostung	Brauerei GustAhr, St. Johann
25,00 € inklusive Bierverkostung / inclusa degustazione di birra / including beer tasting 35,00 € inklusive Bier- und Spezialitätenverkostung / inclusa degustazione di birra e specialità / including beer and specialties tasting			

Freitag

	10:00–12:00 05.05. – 16.06.	Die Mühlener, die Mühlen, die Müller. Kulturspaziergang auf den Spuren der Wasserkraft.	Benjaminplatz, Mühlen
	10:00–16:00 09.06. – 30.06.	„Aria pura“ – Atme das Leben Geführte Wanderung zum Biotop Wieser Werfa mit Kneippanwendungen, Barfußgehen und Atemübungen in Höhenlage	Naturparkhaus, Kasern festes Schuhwerk, passende Kleidung, Proviant, Sitzunterlage, Handtuch

Programmpunkt GuestPass
programma GuestPass
GuestPass activity

Programmpunkt MindfulMountainDays
programma MindfulMountainDays
MindfulMountainDays activity

Primavera 2023

PROGRAMMA SETTIMANALE INCLUSO prenotabile a prezzo ridotto solo con presentazione del GuestPass

Lunedì

	Scoprire e conoscere le erbe medicinali con suggerimenti dell'esperto – escursione facile guidata.	ufficio turistico, Lutago la propria macchina
	Il piccolo museo parrocchiale: alla scoperta dell'arte sacra dei dintorni e dell'Alto Adige con Doris Kirchler – visita guidata	Parrocchia, Campo Tures

Martedì

	Escursione guidata lungo i sentieri del sole della Valle Aurina passando accanto a due cascate. Scoprire la cultura, la tradizione e la vita su 1.400 m. Camminata di media difficoltà.	ufficio turistico, Lutago scarpe robuste, parapigioggia, parasole, pranzo al sacco
	MindfulMountainDays – Escursione con meditazione, “mindfulness” – Passeggiata mattutina in quota alla ricerca di tracce del proprio Io. Meditazione con effetti benefici quale ponte verso un legame solido e intenso con la natura	Stazione a valle della cabinovia Speikboden, Campo Tures scarpe solide da montagna, bevande e spuntini, cuscino gonfiabile, abbigliamento adeguato

	„Aria pura“ – Respira l'aria pura Speleoterapia in caverna di 2 ore nel centro climatico a Predoi	Centro climatico, Predoi abbigliamento adatto, ev. pranzo al sacco
Anmeldung: direkt im Klimastollen Prettau, Tel. +39 0474 654298 / Iscrizioni: Centro climatico Predoi, tel. 0474 654298 / Registraion: Climate gallery, phone: +39 0474 654298		
	Formaggio, prati e boschi – in cerca di gusti preziosi (con degustazione).	Eggemoa Selva dei Molini

Mercoledì

	Il bagno nella foresta – tuffarsi nel potere curativo del bosco; con Stefan Fauster.	ufficio turistico, Campo Tures scarpe robuste, parasole-parapigioggia, pranzo al sacco
	„Aria pura“ – Respira il bosco e sperimenta la quiete – Escursione guidata con esercizi meditativi di yoga in un luogo magico	Centro visite del Parco Naturale, Casere abbigliamento adatto, scarpe adatte, bevanda, pranzo al sacco, cuscino e asciugamano
	Bagni sonori nel Centro climatico – lontano dal mondo. Musica delicata, rilassamento perfetto. Suoni di campane tibetane e gong. Permanenza riposante di 2 ore nel centro climatico di Predoi.	Centro climatico, Predoi abbigliamento adatto
Anmeldung: direkt im Klimastollen Prettau, Tel. +39 0474 654298 / Iscrizioni: Centro climatico Predoi, tel. 0474 654298 / Registraion: Climate gallery, phone: +39 0474 654298		

	Goasroscht: capre, latte e latticini... visita guidata con degustazioni dei prodotti di latte di capra e vacca; in prossimità delle cascate (ore 14:00–15:30, prenotazione entro le 10:00, numero min. partecipanti: 4 pers.).	Goasroscht a Cantuccio presso Campo Tures
--	---	---

Giovedì

	Acqua, bosco e Kneipp. Escursione salutare con istruttori certificati Kneipp alla cascata di Riva.	parcheggio piscina Cascade, Campo Tures scarponi da trekking o da ginnastica, telo, asciugamano
	„Aria pura“ – Respira l'acqua selvaggia Escursione guidata alla cascata che porta benessere	Centro visite del Parco Naturale, Casere scarpe adatte, bevanda, pranzo al sacco
	Visita guidata del birrifico GustAhr con degustazione	birrifico GustAhr, San Giovanni

Venerdì

	A spasso nel villaggio dei molini. Passeggiata culturale alla scoperta dell'energia idrica.	Piazza Benjamino, Molini
	„Aria pura“ – Respira la vita Escursione guidata verso il biotopo "Wieser Werfa", sperimentando applicazioni Kneipp, passeggiate a piedi nudi e bagno di ghiaccio.	Centro visite del Parco Naturale, Casere scarpe adatte, abbigliamento adatto, bevanda, pranzo al sacco, cuscino e asciugamano

Programmpunkt „aria pura“ 05.06. - 30.06.2023
programma „aria pura“ 05/06 - 30/06/2023
„aria pura“ activity 05.06. - 30.06.2023

Spring 2023

INCLUDED WEEKLY ACTIVITIES bookable for the reduced price only upon presentation of the GuestPass

Monday

	Search for herbs – easy hike with many insider tips from an expert.	tourist office, Luttach/Ahrntal valley your own car	10,00 € 15,00 €
	The small parish museum: discovering sacred art of the surroundings and South Tyrol with Doris Kirchler – guided tour.	parish, Sand in Taufers/Campo Tures, in German or Italian	1,00 € 2,50 €

Tuesday

	Guided sun paths hike passing 2 waterfalls. Learn about culture, tradition and the life at 1,400 m. Guided hike of medium difficulty.	tourist office, Luttach/Ahrntal valley sturdy shoes, rain/sun shelter, packed lunch	10,00 € 15,00 €
	MindfulMountainDays – Mindfulness hike with meditation Early morning high altitude walk in search of ourselves. Soothing meditation as a bridge to a stable, solid connection with nature	Speikboden gondola valley station, Sand in Taufers/Campo Tures Sturdy footwear, drink, snack, a mat to sit on, suitable clothing	25,00 € (Erw./adulti/adults) 15,00 € (Kids bis/ sotto/under 15,99)
Anmeldung: Bergbahn Speikboden, Tel. +39 0474 678122 oder online Shop Speikboden / Iscrizioni: Funivie Speikboden, tel. 0474 678122 o online Shop Speikboden / Reservation Cableways Speikoden or online Shop Speikboden			
	„Aria pura“ – Breathe pure air – Two-hour speleotherapy, in the microclimate of the Prettau/Predoi Climate Gallery	Climate gallery, Prettau/Predoi suitable clothing, ev. snack	20,00 €
Anmeldung: direkt im Klimastollen Prettau, Tel. +39 0474 654298 / Iscrizioni: Centro climatico Predoi, tel. 0474 654298 / Registraion: Climate gallery, phone: +39 0474 654298			
	Cheese, fields & forests – on the search for special ingredients (with a tasting).	Eggemoa Mühlwald/Selva dei Molini	14,00 € 17,00 €

Wednesday

	The powers of a biotope forest – breathe in deeply, allow the healing powers of the forest to work its wonders, with guide Stefan Fauster.	tourist office, Sand in Taufers / Campo Tures sturdy shoes, rain/sun shelter, packed lunch	10,00 € 15,00 €
	„Aria pura“ – Breathe in the scent of the forest and enjoy the silence – Guided hike with gentle yoga exercises in a magical place	Nature Parc House, Kasern/Casere warm clothing, drink, snack, sturdy footwear, a mat to sit on and a towel	20,00 € 25,00 €
	Sound baths in the climate gallery – far from the world: Gentle music, perfect relaxation. Sounds of singing bowls and gongs. 2-hour resting stay in the Prettau climate gallery.	Climate gallery, Prettau/Predoi suitable clothing	15,00 € 20,00 €
Anmeldung: direkt im Klimastollen Prettau, Tel. +39 0474 654298 / Iscrizioni: Centro climatico Predoi, tel. 0474 654298 / Registraion: Climate gallery, phone: +39 0474 654298			
	Goasroscht: goats, milk and cheese... guided visit with a sampling of goat and cow milk products, at the cheese dairy near the Rein/Riva waterfalls (registration until 10:00, min. number of participants: 4 pers.).	Goasroscht Winkel / Cantuccio near Sand in Taufers / Campo Tures	12,00 € 15,00 €

Thursday

	Water, woods and Kneipp. Health awareness excursion with certified Kneipp health instructors to the Rein / Riva waterfall.	Cascade parking (public swimming pool), Sand in Taufers / Campo Tures walking or gym shoes, pad, towel	10,00 € 15,00 €
	„Aria pura“ – Breathe the wild water Guided waterfall hike in pure air near the waterfall	Nature Parc House, Kasern/Casere drink, snack, sturdy footwear	20,00 € 25,00 €
	Guided tour in the GustAhr brewery in St. Johann/Ahrntal valley with tasting (only in GERMAN or ITALIAN)	GustAhr brewery, St. Johann/Ahrntal valley	
25,00 € inklusive Bierverkostung / inclusa degustazione di birra e specialità / including beer and specialties tasting			

Friday

	A walk through the village of mills filled with interesting information on the mills.	Benjaminplatz square, Mühlen / Molini	8,00 € 12,00 €
	„Aria pura“ – Breathe life Guided hike to the „Wieser Werfa“ biotope, with Kneipp water treatments, barefoot walking and breathing exercises	Nature Parc House, Kasern/Casere drink, snack, sturdy footwear, a mat to sit on and a towel	20,00 € 25,00 €