

Spezialangebote

Wir bieten Ihnen:

- Willkommens-Balance-Drink
- Frische Kräuter in den Ferienwohnungen

Kräuterwanderung: Die vitalisierende Meisterwurz, der Ginseng der Alpen

Diese angenehme Frühlingswanderung führt auf den Freizeitberg Rosskopf hoch über Sterzing und mitten hinein in die Welt der Bergkräuter.

Beim Suchen und Sammeln lernen Sie die wichtigsten Heilpflanzen der Alpen

kennen und wie sie uns mit ihrer Heilkraft im Alltag unterstützen können.

Insbesondere die Meisterwurz, auch als Ginseng der Alpen bekannt, belebt

das Wohlfühlgefühl: Sie wirkt lebensstärkend, entgiftet, senkt das Fieber, regt

die Körpersäfte an, erwärmt und desinfiziert. Beim Graben nach den Wurzeln

der „Imperatoria“ erfahren Sie auf überraschende Weise, wie die Meisterwurz die Lebensgeister nach der Winterruhe neu erweckt.



Experte: **Veronika Trenkwalder** begibt sich gerne auf die Suche

nach wilden Kräutern und kann Ihnen als Kräuterexpertin viel über deren Heilkraft zu erzählen.

19.05.-23.06.2018, donnerstags, von 13.45-16.30 Uhr

Geführte Meditationswanderung: Der Verbindung mit den Naturelementen nachspüren

Bei einer geführten Meditationswanderung nach Viktor Philippi spüren Sie die Verbindung mit den Elementen und schöpfen daraus Kraft für Körper, Geist und Seele und stärken somit unsere Gesundheit. Auf natürlichem Wege werden der



Stoffwechsel, das Nervensystem und das Immunabwehr gestärkt und somit die körpereigenen Selbstheilungskräfte. In der aufblühenden Schönheit des Frühlings entspannen sich Körper und Geist, für ein nachhaltiges Wohlbefinden und mehr Gelassenheit im Alltag.

Experte: Die Bio-Energetikerin **Martina Saxl** vermittelt gerne Jung und Alt die Freude und den Spaß an der Bewegung. Bewegungssicherheit bedeutet für sie auch mehr Selbstsicherheit.

29.05.-19.06.2018, dienstags, von 13.35 – ca. 17 Uhr (Ankunft des öffentlichen Busses in St. Anton um 13.30 Uhr, Abfahrt

um 17.29 Uhr)

Wohlfühlen mit Südtirol Balance

19.05.2018 – 24.06.2018

Von **19. Mai bis 24. Juni** verbringen Sie **5 oder 7 Nächte** einen Urlaub in Balance am Alpenhauptkamm in Sterzing-Ratschings. Entspannen und genießen, Relaxen und Wohlfühlen! In ihrem Urlaub erfahren Sie mehr über die **Heilkraft der Bergkräuter**, **meditieren an beeindruckenden Kraftorten** und lassen sich den **Balance-Leistungen ihrer Unterkunft** verwöhnen. Neben dem wohltuendem Rahmenprogramm nehmen Sie auch eine kleine Auszeit mit nach Hause: mit dem **Geschenkskorb der Kräutergärten Wipptal** hält die Magie auch noch nach dem Urlaub an.

Informationen und Preise auf Anfrage

Genussschlösser

02.06.2018 – 28.07.2018

01.09.2018 – 29.09.2018

Von **02. Juni bis 28. Juli & vom 1. September bis 29. September** verbringen Sie **5 oder 7 Nächte** einen vorzüglichen Genussurlaub in den Bergen in einer Unterkunft in der Ferienregion Sterzing-Ratschings. Der Urlaub steht im Zeichen der Gaumenfreuden der **Genussregion Südtirols**. Erkunden Sie bei einem geführten Rundgang durch den Milchhof Sterzing die **Joghurt-Herstellung** oder lassen sich von den Kräuterbauern der Kräutergärten Wipptal die **Geheimnisse der Kräuter-Veredelung** näherbringen. Ein Gutschein im Wert von 20,00 € für die **Einkehr in den Genussschlössern** von Sterzing-Ratschings, sowie eine **Stadtführung** durch die Fuggerstadt runden einen abwechslungsreichen Aufenthalt ab. Eine **Wanderfibel** gibt

ausreichend Tipps für einen erlebnisreichen Bergurlaub.

Informationen und Preise auf Anfrage

Almenschlösser

02.06.2018 – 28.07.2018

01.09.2018 – 29.09.2018

Von **02. Juni bis 28. Juli** & vom **1. September bis 29. September** verbringen Sie **5 oder 7 Nächte** einen magischen **Almurlaub** in den Bergen in einer Unterkunft in der Ferienregion Sterzing-Ratschings. Der Urlaub selbst steht im Zeichen des Almgenuß. Erkunden Sie bei einer **geführten Almentour** eines der über 50 „**Almenschlösser**“ am Alpenhauptkamm. Neben den herrlichem Ausblick über die Südtiroler Bergwelt genießen Sie mit ihrem persönlichen **Gutschein** herzhaft **Köstlichkeiten der Almsenner** und bekommen eine **Einführung in die Almkäserei**. Eine Wanderfibel gibt ausreichend Tipps für einen erlebnisreichen Bergurlaub.

Informationen und Preise auf Anfrage

Wolkenschlösser

16.06.2018 – 28.07.2018

01.09.2018 – 15.09.2018

Von **16. Juni bis 28. Juli** & vom **1. September bis 15. September** verbringen Sie **5 oder 7 Nächte** einen magischen **Bergurlaub** in einer Unterkunft in der Ferienregion Sterzing-Ratschings. Der Urlaub selbst steht im Zeichen der Berge. Erkunden Sie bei einer **geführten Bergtour** die höchsten Schutzhütten Südtirols, welche als „**Wolkenschlösser**“ hoch über den Bergen thronen. Neben den herrlichem Ausblick über die Südtiroler Bergwelt genießen Sie herzhaft **Köstlichkeiten über 2.000 Metern**. Und

eine Wanderfibel gibt ausreichend Tipps für einen erlebnisreichen Bergurlaub.

Informationen und Preise auf Anfrage

Sterzinger Joghurttage

07.07.2018 – 15.07.2018

Von **7. Juli bis 15. Juli** verbringen Sie **7 Nächte** in der Südtirol und erleben wie die heimische Milch aus den Bergen zu **Joghurt** verarbeitet wird und in den Becher kommt. Bei einer **Führung durch den Milchhof** Sterzing erfahren Genießer delikate Geheimnisse. Und das **erlebnisreiche Wochenprogramm** rundet ihren Urlaub ab! Am Samstag geht's zur feierlichen Eröffnung des neuen **Joghurtweges** und im Anschluss zum **Showcooking am Stadtplatz**. Sonntag wartet das **große Almenfest in Ratschings-Jaufen**. Montag entführt Christiane Gruber Hörer in den puren Joghurtgenuss. Am Dienstag tauchen Familien und Interessierte ein in das **Erlebnis Bauernhof** und ein Filmnachmittag bezaubert Kinder im Gemeindepark Wiesen. Höhepunkt ist die „**Lange Nacht des Milchhofes**“ am Donnerstagabend. Und mit einer **Joghurtwanderung** am Samstag und dem **Familienfest bei der Furtalm** am Sonntag klingt das Joghurterlebnis naturnahe aus.

Informationen und Preise auf Anfrage

Berg & Blume

08.07.2018 – 22.07.2018

Vom **8. Juli bis 22. Juli 2018** verbringen Sie **5 oder 7 Nächte** in einer Unterkunft in Sterzing-Ratschings und genießen das Aufblühen der heimischen Bergkräuter. Unter dem Motto „**Berg & Blume**“ begeistern heimische Produzenten und Restaurants mit dem zauberhaften Duft der saftigen Bergblumen. Erleben Sie ein

würziges Eröffnungsfest mit Bauernmarkt, erfahren mehr über die **Kräuterwelt am Kräuterhof** und bei verschiedensten **Vorträgen zum Thema**. Und natürlich erwarten Sie **zauberhaft zubereitete Kräutergerichte**. Zum Abrunden erhalten Sie noch eine **Wanderfibel** mit den schönsten Wanderungen der Region.

Informationen und Preise auf Anfrage

Familien Erlebnis Woche

14.07.2018 – 08.09.2018

Die Magie der Berge für die ganze Familie! Genießen Sie bei ihrem **7-Tage-Aufenthalt** in Sterzing-Ratschings ein vielfältiges Familienprogramm. Eine angenehme **Wanderung in der Südtiroler Bergwelt** führt Sie mit ihrer Familie in die heimische Almenlandschaft und sie erhalten eine **Einführung die Almsennerei**. Zusätzlich können ihre Kids bei **2 Veranstaltungen** des wöchentlichen **Kinder-Aktiv-Programms** teilnehmen. Erleben sie eine **Abenteuer Junior Schicht** in der BergbauWelt Ridnaun, entfliehen ins Mittelalter zu kindlichen **Ritterspielen** bei Burg Reifenstein, besichtigen den **Milchhof Sterzing**, nehmen an einem **Kinder-Kletterkurs** teil oder erfahren mehr über die **Kräuterwelt** am Tor zu Südtirol. Und als Erinnerungsgeschenk gibt es kostenlos eine Fibel mit den schönsten Wandertipps der Region.

Informationen und Preise auf Anfrage

Knödeltage

06.09.2018 – 13.09.2018

Vom **6. bis 13. September 2018** dreht sich in Sterzing-Ratschings alles **rund um den Knödel**. Genießen Sie **4 Nächte** in der Ferienregion und erleben einen **traditionellen**

Knödelkochkurs in den Bergen. Besuchen Sie am Sonntag das **Sterzinger Knödelfest** in der Fußgängerzone der Alpinstadt Sterzing. Ein **Gutschein im Wert von 20,00 €** versüßt Ihnen die Einkehr entlang der 400 m langen Knödeltafel. Und zum „Abrunden“ gibt's eine **Wanderfibel** mit den schönsten Ausflügen der Region.

Informationen und Preise auf Anfrage

E & Bike Days

15.09.2018 – 29.09.2018

Von **15. bis 29. September** erleben Bike-Freunde **4 Urlaubstage** auf den Rädern, die die Welt bedeuten. **2 geführte MTB- oder E-Bike-Touren** führen entlang diverser Trails in die Bergwelt um den Alpenhauptkamm am Brenner. Die Unterkünfte stellen einen **Wäscheservice**, sowie abschließbaren **Bike-Abstellplatz** zur Verfügung. Obendrein gibt's einen **Kraftriegel** für den Energieschub zwischendurch und **1 Bike-Map** zur Ferienregion Sterzing-Ratschings.

Informationen und Preise auf Anfrage

[BUCHEN](#)