



WIESENHOF

GARDEN RESORT

Wochenprogramm

07.09. – 13.09.2020



Wir freuen uns sehr, dass Sie Ihre
Urlaubszeit, bei uns im **Wiesenhof
Garden Resort** verbringen. Für
abwechslungsreiche und
unvergessliche Erlebnisse haben wir für
Sie ein buntes Wochenprogramm
zusammengestellt.

Ganz nach Lust & Laune können Sie
sich für die jeweiligen Aktivitäten
entscheiden.

Genießen Sie Ihren Urlaub in vollen
Zügen.

Ihre Familie Hofer und Mitarbeiter



Montag, 07. September 2020

08:30 UHR

**Hauswanderung mit Stefan zur
Alpenspitze**

Ausgangspunkt ist der Wanserhof in
Walten. Vom Wanserhof folgen wir
dem Forstweg talein, ziehen an der
Wanseralm vorbei und steigen über
die schönen Hänge des Wansertals
empor ins Wanser Joch und hier weiter
auf die Alpenspitze. Einkehrmöglichkeit
auf dem Rückweg bei der Wanseralm.

Gehzeit: 4,5 Std.

Höhenunterschied: 1050m

Falls Sie interessiert sind, bitte geben Sie
kurz Bescheid. Danke.

17:00 UHR & 18:00 UHR

Ausklang mit einem **Aufguss**



20:30 UHR

Live-Musik mit Philipp Schwarz

Dienstag, 08. September 2020

08:00 UHR

Aquagym im Hallenbad

09:00 UHR

Bauch-Beine-Po-Training*

10:00 UHR

Pilates*

11:00 UHR

Meditation mit Klangschalen*

10:00 UHR

E-Bike-Tour zur Morx Puite

Vom Wiesenhof fahren wir erst Richtung Breiteben nach Platt. Dort geht es runter nach Moos und wieder hoch nach Stuls. Bei der Kirche von Stuls ist der Abzweig zur Morx Puite. Nach einer kurzen Einkehr fahren wir über Schlattach wieder zurück nach St. Leonhard.

Dauer der Tour: 4 Stunden

Höhenmeter: ca. 900 m

Falls Sie interessiert sind, geben Sie uns bitte kurz Bescheid. Danke. Achtung: begrenzte Teilnehmeranzahl
Kosten für die Bike-Miete:
20 Euro pro Person



17:00 UHR & 18:00 UHR

Ausklang mit einem **Aufguss**



Mittwoch, 09. September 2020

10:00 UHR

**Hauswanderung mit Franzi:
zur Oberen Gost Alm**

Vom Wiesenhof mit den Autos und/oder dem Hotelbus bis zum Parkplatz Platterköfl. Von dort gehen wir bis Seemoos (2187m) und auf dem Rückweg kehren wir in der Oberen Gostalm (1994m) ein.

Gehzeit: 4-5 – 5 Std.

Höhenunterschied: ca 300 Meter

Falls Sie interessiert sind, bitte geben Sie kurz Bescheid. Danke.



17:00 UHR & 18:00 UHR

Ausklang mit einem **Aufguss**



ab 18:00 UHR

Aperitif mit Häppchen an der Bar



Donnerstag, 10. September 2020

09:30 UHR

Wiesenhof's Almtaxi Zu den Fartleishöfe und Pfandlerhof

Von dort aus gibt es verschiedene Wandermöglichkeiten:

- 1) Fartleisalm
- 2) Felsenweg
- 3) Erlenweg

Falls Sie interessiert sind, bitte geben Sie kurz Bescheid. Danke



10:30 UHR

E-Bike-Tour zur Waaler Hütte

Vom Wiesenhof fahren wir erst Richtung Breiteben, dann weiter bis Christl und schließlich zur Waalerhütte am Ulfaser Waalweg. Bis Christl ist eine geteerte Straße. Ab Christl zu Waalerhütte fahren wir auf einem Forstweg.

Fahrtzeit: 4 Std.

Höhenmeter (Aufstieg): ca. 900 m

Falls Sie interessiert sind, geben Sie uns bitte kurz Bescheid. Danke. Achtung: begrenzte Teilnehmeranzahl
Kosten für die Bike-Miete: 20 Euro pro Person



14:00 UHR

Pilates*

15:00 UHR

Meditation mit Klangschalen*

17:00 UHR & 18:00 UHR

Ausklang mit einem **Aufguss**

Freitag, 11. September 2020

10:00 UHR

Geführte Wanderung mit Franzi: zur Gompen Alm

Vom Wiesenhof mit den Autos bis nach Prenn (1403m), von dort zu Fuß zur Gomp Alm (1808) über einen Forstweg. Weiter nach Klammeben und anschließend wandern wir wieder zurück zum Ausgangspunkt.

Gehzeit: 4 Std.

Höhenunterschied: ca 500 Meter

Falls Sie interessiert sind, bitte geben Sie kurz Bescheid. Danke.



10:00 UHR

Trailrunning mit Leo

Dauer der Tour: insgesamt 2 Std.

Streckenlänge: 10 km

Höhenmeter (Aufstieg): ca. 400 m

Falls Sie interessiert sind, bitte geben Sie kurz Bescheid. Danke.



17:00 & 18:00 UHR

Ausklang mit einem **Aufguss**

Samstag, 12. September 2020

08:00 UHR

Aquagym im Hallenbad

09:00 UHR

Yoga*

10:00 UHR

Pilates*

11:00 UHR

Meditation mit tibetanischen Klängen*

10:00 UHR

Wiesenhof's Almtaxi

Kostenloses Alm-Taxi nach St. Anna
nur Hinfahrt (mit Vormerkung)



17:00 UHR & 18:00 UHR

Ausklang mit einem **Aufguss**



Sonntag, 13. September 2020

17:00 UHR & 18:00 UHR

Ausklang mit einem **Aufguss**



Die positive Wirkung von regelmäßigem Saunieren ist bekannt. So wird unter anderem das Immunsystem gestärkt, das Herz-Kreislauf-System trainiert, die Muskulatur und die Haut besser durchblutet. Wer die goldenen Regeln des richtigen Saunierens beachtet, fördert seine Gesundheit und die Entspannung optimal.

****Bitte mit Anmeldung an der
Rezeption. Danke.***

***Das Wochenprogramm kann geändert werden,
wir geben Ihnen im Morgenblatt Bescheid.***