

HIGHLIGHTS

IM FRÜHLING / IN PRIMAVERA / IN SPRING



MO/LU/MON 12.05. + MI/ME/WED 04.06. ab / da / from
09:30 - 11:30 20,00 €

Achtsamkeitswanderung mit Meditation am Wasserfall

Sanfte Moves voller Energie

Camminata consapevole con meditazione presso la cascata

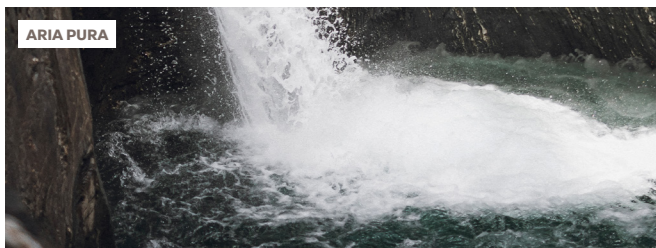
Esercizi dolci pieni di energia

Mindfulness hike with meditation by the waterfall

Gentle moves full of energy



ONLINE TICKET



MI/ME/WED 07.05. + 18.06. / 09:45 - 15:00 ab / da / from
45,00 €

Der Frischekick: Eisbad im Wasserfall

Das besondere Sommer-Erlebnis.
Mit Mittagsimbiss auf Angelikas einsamer Alm

Sferzata di freschezza: Bagno nell'acqua gelida della cascata

L'esperienza speciale dell'estate. Con pausa pranzo nella tranquillità della malga di Angelika

A boost of freshness: ice bath in the waterfall

A special summer experience. With lunchtime snack at Angelika's secluded chalet



ONLINE TICKET



SO/DO/SUN 25.05. + 15.06. / 09:30 - 12:30 ab / da / from
20,00 €

Jodelzauber und Sagenpfad

Geführter mystischer Spaziergang

Itinerario misterioso tra jodel e leggende

Passeggiata mistica guidata

Yodelling magic & legends trail

Guided mystical walk



ONLINE TICKET



DI/MA/TUE 10.06. / 10:00 - 13:00 ab / da / from
60,00 €

Essbarer Wald

Kochworkshop mit Tina Marcelli, der Ahrntaler Genussbotschafterin

Il bosco nel piatto

Corso di cucina con Tina Marcelli, ambasciatrice del gusto della Valle Aurina

Edible forest

Cookery workshop with Tina Marcelli, the Ahrntal Valley indulgence ambassador



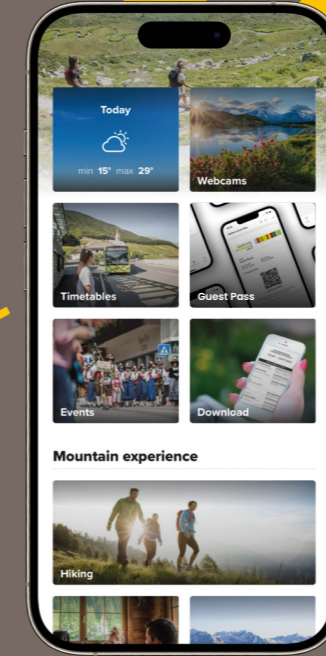
ONLINE TICKET

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.guest.net



Geöffnete Hütten & Almen
Malghe e rifugi aperti
Open huts and refuges



Busfahrpläne
Orari degli autobus
Bus timetables

Ahrntal
Valle
Aurina

DE / IT / EN



Wochenprogramm

Programma settimanale
Weekly programme

Frühling / Primavera / Spring
01.05. - 30.06.2025



WOCHENPROGRAMM / PROGRAMMA SETTIMANALE / WEEKLY ACTIVITIES

IM FRÜHLING / IN PRIMAVERA / IN SPRING



MO/LU/MON 05.05. – 30.06. ab / da / from
(02.06. & 09.06) + 10.06. / 15:00–18:00 **15,00 €**

Die Wildkräutertour: Kornblume, Kamille & Co

Nah - gesund - köstlich

Alla scoperta delle erbe selvatiche: Fiordaliso, camomilla e Co.

Vicino - sano - delizioso

The wild herb tour: cornflowers, chamomile and more

Close - healthy - delicious



ONLINE TICKET



DI/MA/TUE ab / da / from
06.05. – 24.06. / 11:00 - 13:00 **15,00 €**

Durch Feld, Wald und Wiese zu würzigem Käse

Leckere Zutaten aus der Natur

Per campi, boschi e prati al saporito formaggio

I raffinati ingredienti della natura

Through fields, forests and meadows to zesty cheese

Delicious ingredients from nature



ONLINE TICKET



MI/ME/WED ab / da / from
14.05. – 18.06. / 09:30–14:00 **35,00 €**

Geerdet: Wandern, Frischluft holen, Bodenhaftung erspüren

Wanderung zu Angelikas idyllischer Almhütte. Atemsequenzen, um die Energie ins Fließen zu bringen. Barfuß, wer mag. Gemeinsamer Mittagsimbiss

Earthing: camminare, respirare aria pura, riconnettersi alla terra

Escursione alla tranquilla baita di Angelika. Esercizi di respirazione per incanalare l'energia - volendo, anche a piedi nudi. A seguire: pranzo.

Grounded: go hiking, get some fresh air! For a down-to-earth feeling

Hike to Angelika's idyllic alpine chalet. Practice breathing patterns to harmonise your energy, and for those who want to, go barefoot. Enjoy a lunchtime snack together.



ONLINE TICKET



DO/GI/THU ab / da / from
22.05. – 26.06. (29.05.) / 10:00–14:00 **15,00 €**

Wasser, Wald und Kneipp

Spaziergang in kühler Umgebung, bei sanfter Bewegung in erfrischendem Wasser

Acqua, bosco e Kneipp

Passeggiata in un ambiente fresco, con movimenti dolci in acqua fredda

Water, forest and Kneipp

Walk in a cool environment, with gentle exercise in refreshing water.



ONLINE TICKET



FR/VEN/FRI ab / da / from
09.05. – 27.06. / 14:20–16:20 **22,00 €**

Ein Klangbad im Klimastollen

Eintauchen, durchatmen, lauschen, genießen

Bagno sonoro nella galleria climatica

Immergersi, respirare, ascoltare, godersi il momento

A sound bath in the climate tunnel

Immerse yourself, breathe deeply, listen, enjoy



ONLINE TICKET



SA/SAB/SAT ab / da / from
03.05. – 21.06. / 14:45–18:30 **15,00 €**

Geheimnis Waldbad: schauen, hören, riechen, fühlen

Entspannungstour durch einen besonderen Lebensraum

I misteri del bagno nel bosco: guardare, ascoltare, annusare, sentire

Tour rilassante in un habitat speciale

Secret forest bathing: look, hear, smell & feel

A relaxing tour through a special habitat



ONLINE TICKET

GUEST PASS

Die Gästekarte Guest Pass kombiniert die freie Nutzung der öffentlichen Mobilität in ganz Südtirol und inkludierte Leistungen und Ermäßigungen, lokal und regional.

La carta ospiti Guest Pass combina l'uso gratuito dei trasporti pubblici in tutto l'Alto Adige con servizi inclusi e riduzioni, locali e regionali.

The Guest Pass combines free use of public transport throughout South Tyrol with included services and reductions, locally and regionally.



Inkludierte Leistungen
Servizi inclusi
Included services



Die digitale Gästekarte kann in digitaler Form, als PDF für mobile Geräte (Smartphones), direkt über das Smartphone genutzt werden oder aber auch ausgedruckt in Papierform. Sie wird automatisch am Anreisetag aktiviert und ist an die Aufenthaltsdauer des Gastes gekoppelt.

La carta ospiti digitale può essere utilizzata in forma digitale, come PDF per dispositivi mobili (smartphone), direttamente tramite smartphone o stampata in forma cartacea. Viene attivata automaticamente il giorno dell'arrivo ed è legata alla durata del soggiorno dell'ospite.

The digital guest card can be used in digital form, as a PDF for mobile devices (smartphones), directly via smartphone or printed out in paper form. It is automatically activated on the day of arrival and is linked to the length of the guest's stay.