

Highlights

Unsere Highlights prägen den Charakter dieser besonderen Zeit und stellen die tragenden Säulen unseres Gesundheitsmonats dar. Sie ermöglichen es uns, uns mit den wichtigsten Themen auseinanderzusetzen, zur Stärkung unseres Selbst, zur Verbesserung unseres Verständnisses und zur Förderung der Selbstentdeckung.

Vegetarische Kulinarik

Während einer Führung durch den Permakulturgarten des Köstbamer-Gutes in Gratsch machen wir uns auf die Suche nach Kräutern und Gemüsesorten. Mit dem Sterne Koch Luis Haller vom Schlosswirt werden wir aus den Schätzen des Permakulturgartens anschließend eine Vorspeise zaubern.

8. April | 10:00 Uhr | € 50,-
Tourismusverein Algund

Die Schätze der Natur

Christoph Huber von der Blauen Traube ist einer von Algunds kulinarischen Meistern. Zusammen mit ihm machen wir uns auf und suchen im angrenzenden Wald nach Kresse, Bärlauch und anderen kostbaren Kräuterschätzen. Den Appetit, den wir bei unserer kleinen Wanderung bekommen, besänftigen wir mit einem selbst gezauberten Gericht aus den mitgebrachten Schätzen.

15. April | 10:00 Uhr | € 50,-
Restaurant Blaue Traube

Gartenmarkt Gartenflair

Inspirationen für euer persönliches Gartenparadies findet ihr während der Ausstellungszeit auf dem Kirchplatz von Algund.

18.-21. April | 10:00-17:00 Uhr
Freier Eintritt

Der Longevity Kongress

Experten der Verjüngungsklinik SALT CLINIC bieten während des Longevity Kongresses Fachvorträge und Workshops an, die der Frage nachgehen sollen, wie wir eine gesunde Lebensweise einhalten und damit unsere Lebensqualität steigern können.

Freitag, 26. April | ab 9:00 Uhr | € 69,-
Samstag, 27. April | ab 9:00 Uhr | € 64,-
Peter Thalgueter Haus | eventi.saltclinic@gmail.com

Brunch mit Jaqueline Scheiber Lesung aus „ungeschönt“

An diesem ganz besonderen Vormittag werden wir in der Villa Verde bei einem ausgewogenen Frühstück Jaqueline Scheibers Worten lauschen und anschließend unser verletzlich Inneres erkunden.

27. April | 11:00 Uhr | € 23,-
Villa Verde

Am Ursprung des Genusses

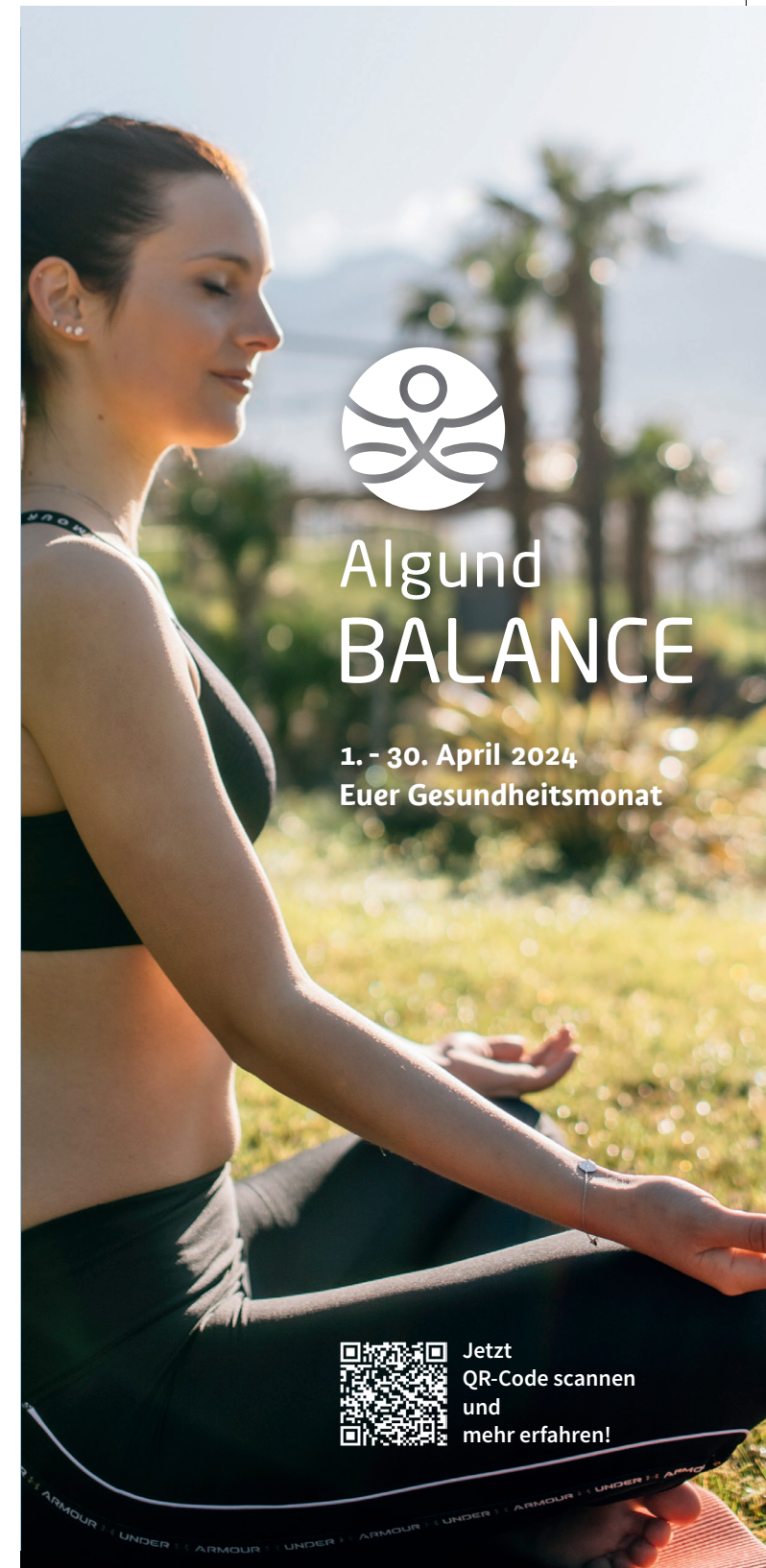
Daniele und Anna züchten auf den Böden ihres Hofes, dem DA Genussgarten, fast hundert verschiedene Gemüsesorten und Schnittblumen heran. Daniel züchtet das Gemüse, Anna hat schon viele Hochzeiten mit ihren Blumen verschönert.

Kranz Flechten mit Anna
23. April | 14:30 Uhr | € 40,-
DA Genussgarten

Daniele's Pflanzenzucht Workshop
30. April | 14:30 Uhr | € 10,-
DA Genussgarten

Alle Preise verstehen sich pro Person.

Anmeldung: Tourismusverein Algund
+39 0473 448 600
info@algund.com



Algund
BALANCE

1. - 30. April 2024
Euer Gesundheitsmonat



Jetzt
QR-Code scannen
und
mehr erfahren!

Balance, Harmonie und Ausgewogenheit.

Wissenschaftler der Paracelsus Medizinischen-Privatuniversität Salzburg fanden während einer großangelegten Gesundheitsstudie heraus, dass ein Aufenthalt in Algund von nur einer Woche eine positive Wirkung auf die körperliche und seelische Gesundheit eines Menschen haben kann.

Wir fühlen uns bestätigt, denn: Die physische und psychische Gesundheit lag schon eh und je im Mittelpunkt der Algunder Lebensweise. Deswegen möchten wir uns im Monat April nun ganz dieser Lebensphilosophie widmen und mit aufkeimender Apfelblüte Lebensfreude zelebrieren.

Ein abwechslungsreiches Programm soll uns an die Wichtigkeit der Symbiose aus einem gesunden Körper, Geist und Seele erinnern. Das Programm umfasst Wanderungen und Yoga-Übungen, aber auch kulinarische Erlebnisse.

Es wird wunderbar.
Wir freuen uns auf euch.



Das Wochenprogramm

Vital durch Algund

Eine geführte Kneipp-Wanderung in Vellau, die uns Energie und Kraft bringen soll. Basierend auf den Prinzipien der Naturheilkunde.

Montags | 14:40 Uhr | Vellau Bushaltestelle

Duftende Pfade – Erlebniswanderung Kräuter in Vellau

Gemeinsam entdecken wir die kulinarischen Kräutergeheimnisse im charmanten Vellau.

Dienstags | 9:30 Uhr

Achtsam in den Tag

Entlang der Algunder Kneipp-Stationen üben wir uns in Achtsamkeit und entfalten das Potenzial des Tages.

Mittwochs | 10:00 Uhr

Magische Plätze

Algund zehrt von der energetischen Präsenz der Texelgruppe. Auf der Suche nach spirituellen Kraftorten wandern wir durch die Wälder von Vellau.

Donnerstags | 9:00 Uhr

Alpine Stille – Prana Flow Yoga

Franziska Raabe wird uns mit Asanas und traditionellen Atemtechniken dabei helfen, wieder zu uns selbst finden zu können. Dabei achtet sie auf unsere individuellen Bedürfnisse. Für jede körperliche Konstitution geeignet.

Donnerstags | 10:30 Uhr | Raabenhof - Aschbach

Brennnesselknödelkochen

Weil Algund Balance eben auch leibliches Wohlbefinden bedeutet und Kräuter wichtiger Teil der Algunder Küche sind.

Inklusive Mittagessen und vier Knödel.

Freitags | 9:30 Uhr | € 25,-

Gasthaus Kienegger


Deine Füße, dein Fundament

Zusammen mit dem Bewegungs-Praktiker Christian Zöschg arbeiten wir an der Stabilisierung unserer Füße und stärken dabei unsere Verbindung mit Gaia.

Samstags | 10:00 Uhr

Unsere Kurse bieten wir euch kostenlos an – außer es wurde anders vermerkt. Wenn nicht anders angemerkt, treffen wir uns vor dem Tourismusverein Algund.

Anmeldung: Tourismusverein Algund

 +39 0473 448 600

 info@algund.com

