

Bewusst atmen | Tief entspannen | Natur genießen



Die Reinluftwoche in Sulden am Ortler

Vom 16. Juni 2025 bis zum 20. Juni 2025

Montag, 16.06.2025

Durchatmen im Rhythmus der Alpen
mit Yogalehrerin Martina Huber

Dienstag, 17.06.2025

Meditativ unterwegs – In Achtsamkeit durch die Berge
mit Mentaltrainerin Tiziana Scisci

Mittwoch, 18.06.2025

Waldbaden - Die Geheimnisse der Suldner Wälder
mit Wald- und Wildpädagogin Monika Laner

Donnerstag, 19.06.2025

Pflanzen - Unsere grünen Lehrer
mit Kräuterexperte Georg Gapp

Freitag, 20.06.2025

Entdecke deine Leichtigkeit
mit Yogalehrerin Sarah Esther Crazzolara

Special

Mittwoch, 18.06.2025

Nachtmeditation - Befreiter Geist auf 2250 m
mit Mentaltrainerin Tiziana Scisci

