



Auszeit mit Yoga / Time Out con Yoga

Slow down and reconnect

Deine Reise zur dir selbst · I tuo viaggio verso te stesso

30. Dezember 2024,
1. Februar & 1. März 2025

30 dicembre 2024,
1 febbraio & 1 marzo 2025

Erlebe den Moment mit allen Sinnen, zentriere dein Bewusstsein, aktiviere deine Achtsamkeit und genieße einfach Zeit mit dir selbst bei einer geführten und thematisch abgestimmten Yoga-Einheit mit Yogalehrer Laura & Sophia im wunderschönen Ambiente der Villa Messner. Mixed Level.

Vivi il momento con tutti i tuoi sensi, centra la tua coscienza, attiva la tua consapevolezza e goditi semplicemente il tempo con te stesso durante una sessione di yoga guidata con le insegnanti di yoga Laura e Sophia nella splendida atmosfera di Villa Messner. Livello misto. *(solo in tedesco e inglese)*

Programm

- » **Treffpunkt:** Yogaraum Villa Messner, Oberhausweg 11, St. Peter
- » **Beginn:** 9.00 Uhr (Dauer: ca. 1,5 Stunden)
- » **Preis:** 20,00 € pro Person - kostenlos mit der DolomitiCard
- » **Teilnehmer:** min. 4 - max. 12 Personen
- » **Anmeldung** innerhalb des Vortages 16.00 Uhr beim Infobüro Villnöss, Tel. +39 0472 840 180, info@villnoess.info

Programma

- » **Ritrovo:** Sala Yoga, Villa Messner, Oberhausweg 11, San Pietro
- » **Inizio:** ore 9.00 (durata ca. 1,5 ore)
- » **Prezzo:** 20,00 € a persona - gratuito con la DolomitiCard
- » **Partecipanti:** min. 4 - max. 12 persone
- » **Prenotazione** entro il giorno precedente ore 16.00 presso l'Ufficio Turistico Funes, tel. 0472 840 180, info@funes.info

© AF+ autoprincipius
Foto: VTG



Slow Food®
Travel

VILLNÖSS
VAL DI FUNES



Dolomiten Villnöss
Dolomiti Val di Funes



Das Südtiroler Modelabel

Luis Trenker

verarbeitet die Wolle
des Villnösser Brillenschafs.

Bergbauern im Winter

Gepflegte Kulturlandschaft, schöne Höfe, Villnösser Brillenschafe und Geislerrind

freitags, vom 3. Januar bis 14. März 2025

Escursione alla visita del Contadino

Bellissimi masi circondati da paesaggi ben curati,
la pecora "Villnösser Brillenschaf" e bovini "Grigio Alpini"

ogni venerdì, dal 3 gennaio fino al 14 marzo 2025

Geführte **Rundwanderung** mit Schafzüchter Günther Pernthaler von St. Peter über St. Jakob zum Moarhof und Maier's Paradies und zurück nach St. Peter.

Escursione guidata con Günther Pernthaler, allevatore di pecore. Si cammina da S. Pietro in direzione S. Giacomo, poi al Maso Moarhof e Maier's Paradies e ritorno a S. Pietro.

Programm

- >> **Treffpunkt** um 10.00 Uhr beim Infobüro St. Peter: Besichtigung eines Schafbetriebes, der alten Getreidemühle und Räucherammer, Graues Geislerrind und nachhaltige Landwirtschaft, Käseverkostung
- >> **Gehzeit:** circa 3,5 Stunden - Rückkehr: circa 17.00 Uhr
Strecke: ca. 10 km - 430 m im Auf- und Abstieg
Bitte bringen Sie gutes Schuhwerk mit (evtl. auch Grödel).
- >> **PREIS**
Teilnahmegebühr: 20,00 € pro Person -
kostenlos mit der DolomitiCard
Verkostungsgebühr: * Erwachsene 20,00 € -
Kinder (8-13 Jahre) 12,00 €
- >> **Mindestteilnehmer:** 2 Personen
- >> **Anmeldung** innerhalb des Vortages 16.00 Uhr beim Infobüro Villnöss, Tel. +39 0472 840 180, info@villnoess.info

Programma

- >> **Ritrovo** alle ore 10.00 all'Ufficio Turistico a San Pietro: visita al maso con allevamento pecore "Villnösser Brillenschaf" e del vecchio mulino e l'affumicatoio, bovini "Grigio Alpini" e agricoltura sostenibile, degustazione di formaggi
- >> **Tempo di percorrenza:** circa 3,5 ore - ritorno: circa ore 17.00
Lunghezza: ca. 10 km - 430 m dislivello
Si consiglia di portare buone calzature (eventualmente anche ramponcini).
- >> **PREZZO**
Quota di partecipazione: 20,00 € a persona -
gratuito con la DolomitiCard
Prezzo della degustazione*: adulti 20,00 € -
bambini (8-13 anni) 12,00 €
- >> **Numero minimo di partecipanti:** 2 persone
- >> **Prenotazione** entro il giorno precedente ore 16.00 presso l'Ufficio Turistico Funes, tel. 0472 840 180, info@funes.info

© AFP - A. Augscheller
Foto: Luis Trenker / A. Augscheller



Slow Food®
Travel

VILLNÖSS
VAL DI FUNES

* Die Verkostungsgebühr ist fester Bestandteil der Führung und muss in jedem Fall von den Teilnehmern separat vor Ort bezahlt werden.

* Il prezzo della degustazione è parte integrante del tour e deve in ogni caso essere pagato separatamente in loco da ciascun partecipante.



Dolomiten Villnöss
Dolomiti Val di Funes



Tirteln zubereiten mit Bäuerin Veronika

dienstags,
7. und 21. Januar, 4. und 18. Februar & 4 März 2025

Preparazione dei "Tirteln" con la contadina Veronika

martedì,
7 e 21 gennaio, 4 e 18 febbraio & 4 marzo 2025

Tirteln, früher ein beliebtes Bergbauern-Essen, sind in heißem Fett ausgebackene Teigtaschen.

Es erwartet Sie:

- Zubereitung der Füllungen (Spinat - Topfen - Kraut)
- Tirteln formen & backen
- Gemeinsamer Verzehr

I Tirteln, un tempo cibo popolare dei contadini di montagna, sono frittelle ripiene.

Potete aspettarvi:

- Preparazione dei ripieni (spinaci - ricotta - crauti)
- Fare e cuocere i Tirteln
- Consumazione congiunta

Programm

- >> **Treffpunkt** um 10.00 Uhr beim Proderhof, Bergerweg 15, St. Magdalena
- >> **Dauer:** circa 3 Stunden
- >> **PREIS**
Teilnahmegebühr: 10,00 € pro Person - kostenlos mit der DolomitiCard
Verkostungsgebühr*: Erwachsene 15,00 € - Kinder (8-13 Jahre) 10,00 €
- >> **Teilnehmer:** min. 2 - max. 8 Personen
- >> **Anmeldung** innerhalb des Vortages 16.00 Uhr beim Infobüro Villnöss, Tel. +39 0472 840 180, info@villnoess.info

Programma

- >> **Ritrovo** alle ore 10.00 presso il Proderhof, Via Bergerweg 15, S. Maddalena
- >> **Durata:** circa 3 ore
- >> **PREZZO**
Quota di partecipazione: 10,00 € a persona - gratuito con la DolomitiCard
Prezzo della degustazione*: adulti 15,00 € - bambini (8-13 anni) 10,00 €
- >> **Partecipanti:** min. 2 - max. 8 persone
- >> **Prenotazione** entro il giorno precedente ore 16.00 presso l'Ufficio Turistico Funes, tel. 0472 840 180, info@funes.info



Slow Food®
Travel

VILLNÖSS
VAL DI FUNES

* Die Verkostungsgebühr ist fester Bestandteil der Führung und muss in jedem Fall von den Teilnehmern separat vor Ort bezahlt werden.

* Il prezzo della degustazione è parte integrante del tour e deve in ogni caso essere pagato separatamente in loco da ciascun partecipante.



Bauernhoferlebnis am Torgglerhof

Geschichten aus der Muspfanne

26. Februar & 6. März 2025

Esperienze al maso Torgglerhof

Preparare "Muas" nella padella

26 febbraio e 6 marzo 2025

Gemeinsames Muas-kochen in der Eisenpfanne auf offenem Herdfeuer (Milch, Weizen- und Buchweizenmehl). Anschließend in der alten Bauernstube mit „Holer-Mulle“ (aus Holunderbeeren) wie vor hundert Jahren aus der großen Pfanne verspeisen. Dazu wird der hauseigene, mineralische Kristallwein kredenzt.

Cuocere insieme il "Muas" (piatto tipico altoatesino paragonabile a un budino morbido fatto principalmente di farina, latte e burro) **nella padella di ferro sul focolare aperto** e poi mangiarlo con "Holer-Mulle" (una specie di confettura di sambuco) dalla grande padella in una tipica "Stube" contadina, proprio come cento anni fa. Servito con il vino cristallino di propria produzione.

Programm

- > **Treffpunkt** um 10.00 Uhr beim Torgglerhof, Nafner Straße 22, unter Teis
- > **Dauer:** circa 3 Stunden
- > **PREIS**
Teilnahmegebühr: 10,00 € pro Person - kostenlos mit der DolomitiCard
Verkostungsgebühr*: Erwachsene 30,00 € - Kinder (8-13 Jahre) 15,00 €
- > **Teilnehmer:** min. 4 - max. 10 Personen
- > **Anmeldung** innerhalb des Vortages 16.00 Uhr beim Infobüro Villnöss, Tel. +39 0472 840 180, info@villnoess.info

Programma

- >> **Ritrovo** alle ore 10.00 presso il Torgglerhof, Via Nafner Straße 22, sotto Tiso
- >> **Durata:** circa 3 ore
- >> **PREZZO**
Quota di partecipazione: 10,00 € a persona - gratuito con la DolomitiCard
Prezzo della degustazione*: adulti 30,00 € - bambini (8-13 anni) 15,00 €
- >> **Partecipanti:** min. 4 - max. 10 persone
- >> **Prenotazione** entro il giorno precedente ore 16.00 presso l'Ufficio Turistico Funes, tel. 0472 840 180, info@funes.info



TORGGLER-HOF



Slow Food®
Travel

VILLNÖSS
VAL DI FUNES

* Die Verkostungsgebühr ist fester Bestandteil der Führung und muss in jedem Fall von den Teilnehmern separat vor Ort bezahlt werden.

* Il prezzo della degustazione è parte integrante del tour e deve in ogni caso essere pagato separatamente in loco da ciascun partecipante.



Dolomiten Villnöss
Dolomiti Val di Funes



Kräuterschätze / Tesori erboristici

Kräutererlebnis für alle Sinne Genuss rund um Kräutertee und Kräuterduft

Un'esperienza deliziosa con sapori e profumi di erbe

Genießen Sie Zeit und Ruhe und erhalten Einblicke in eine Selektion heimischer, sorgfältig geernteter und getrockneter Kräuter und Blüten.

Auf Wunsch gibt Ihnen die Kräuter-Expertin Carmen Erklärungen zu den Duft- Heil- und Genusspflanzen und Tipps zur Verarbeitung sowie Konservierung.

Alle Kräuter und Zusatzprodukte auch käuflich erhältlich.

Godetevi il tempo e la pace e scoprite una selezione di erbe e fiori locali, raccolti ed essiccati con cura.

Se lo desiderate, l'erborista Carmen vi darà spiegazioni sulle piante aromatiche, officinali e culinarie e consigli sulla lavorazione e conservazione.

Tutte le erbe e i prodotti aggiuntivi sono disponibili anche per l'acquisto.

Programm

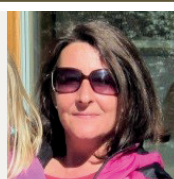
- >> **Treffpunkt** beim Valentinweg 25b in St. Valentin
- >> **telefonische Voranmeldung** unter +39 349 439 21 20 oder unter carmenobexer@gmail.com
www.bergkraeutergartenwillnoess.it

Programma

- >> **Ritrovo** in via Valentinweg 25b a San Valentino
- >> **Prenotazione anticipata:** 349 439 21 20 oppure: carmenobexer@gmail.com
www.bergkraeutergartenwillnoess.it

EXPERTIN: Carmen Obexer

Ausbildung: Heilkräuter nach Hildegard von Bingen; Diplomierte Kräuterbäuerin, Befähigungsnachweis für Sammeln und Verkauf von Wildkräutern, Kräuterpädagogin, Kräuterexpertin (FNL-Kräuterakademie).



ESPERTA: Carmen Obexer

Agricoltrice di erbe, esperta nell'impiego efficace delle erbe aromatiche, erbe officinali secondo Hildegard von Bingen, coltiva e cura il suo orto con particolare attenzione.



© AFZ - autenticus
Fotos: C. Obexer



Slow Food®
Travel

VILLNÖSS
VAL DI FUNES



SÜDTIROL



Dolomiten Villnöss
Dolomiti Val di Funes



Kellerei Eisacktal / Cantina Valle Isarco

Besichtigung mit Weinverkostung

Weinerlebnis

Visita guidata in cantina con degustazione vini

Esperienza

Möchten Sie während einer fachkundigen Führung die Geheimnisse um Weinbau, Vergärung, Vinifizierung und Lagerung lokaler Bergweine kennen lernen?

Die Kellerei Eisacktal bietet Kellerführungen mit anschließender Weinverkostung an.

Venite a scoprire i nostri vini e approfittate dell'opportunità di scoprire come lavoriamo dalla vite alla cantina.

Una visita guidata presso la nostra cantina a Chiusa vi introdurrà alla storia della viticoltura in Valle Isarco e al nostro approccio enologico.

Programm

- >> **Treffpunkt:** Wine-Shop, Klausen
- >> **Dauer:** 90 Minuten
- >> **Preis:** ab 20,00 € pro Person
Ermäßigung mit DolomitiCard
- >> **Teilnehmer:** max. 16 Personen
- >> **Termine und Online-Anmeldung**
unter www.kellerei-eisacktal.it/weinerlebnisse
Tel. +39 0472 847 553

Programma

- >> **Ritrovo:** Enoteca Cantina Valle Isarco, Chiusa
- >> **Durata:** 90 minuti
- >> **Prezzo:** a partire da 20,00 € a persona
riduzione con DolomitiCard
- >> **Partecipanti:** max. 16 persone
- >> **Appuntamenti ed iscrizione online**
www.kellerei-eisacktal.it/it/esperienze
tel. 0472 847 553