



Alpe di Siusi Balance

Esperienze uniche per una
primavera attiva e sana

05.05.-30.06.2026



MARTEDÌ
ore 9:45-16:00

Escursione floristica sull'Alpe di Siusi
Tuffatevi nel profumato e
variopinto mondo dei fiori

Alpe di Siusi
19.05., 26.05., 09.06.,
16.06., 23.06., 30.06.2026

ISCRIZIONE
entro le ore 17:00 del giorno precedente

PREZZO
15,00 euro a persona

ESPERTO
Joachim Schwarz

INFORMAZIONE
E ISCRIZIONE



MERCOLEDÌ
ore 6:50-11:30

**Escursione mattutina
al Rifugio Monte Cavone
con colazione montanara**

Tires al Catinaccio
06.05., 13.05., 20.05., 27.05.,
03.06., 10.06., 17.06., 24.06.2026

ISCRIZIONE
entro le ore 15:00 del giorno precedente

PREZZO
35,00 euro a persona

ESPERTA
Michaela Prister

INFORMAZIONE
E ISCRIZIONE



GIOVEDÌ
ore 9:00-11:30

**Breathwork & colazione
alla Malga Marinzen**

Castelrotto
07.05., 14.05., 21.05., 28.05.,
04.06., 11.06., 18.06., 25.06.2026

ISCRIZIONE
entro le ore 15:00 del giorno precedente

PREZZO
35,00 euro a persona

ESPERTA
Judith Piazza

INFORMAZIONE
E ISCRIZIONE



VENERDÌ
ore 7:20-9:30

**Yoga sul Colle a Castelrotto
con prima colazione di fitness**

Castelrotto
08.05., 15.05., 22.05., 29.05., 05.06., 12.06., 19.06., 26.06.2026
Attenzione: durante i primi tre appuntamenti
non verrà offerta la colazione!

ISCRIZIONE
entro le ore 17:00 del giorno precedente

PREZZO
15,00 euro senza colazione
20,00 euro con colazione

ESPERTA
Sabine Platter

INFORMAZIONE
E ISCRIZIONE



Con la prenotazione di un soggiorno
in un "Alloggio Balance", potete
partecipare gratuitamente alle
esperienze Alpe di Siusi Balance.



MARTEDÌ
ore 14:30-17:30

**Escursione primaverile con visita al mulino
e al maso con marena altoatesina**

Fiè allo Sciliar
05.05., 12.05., 19.05., 26.05.,
09.06., 16.06., 23.06., 30.06.2026

ISCRIZIONE
entro le ore 17:00 del giorno precedente

PREZZO
25,00 euro a persona

ESPERTI
Martha, Lorenz, Isidor e Simon

INFORMAZIONE
E ISCRIZIONE



MERCOLEDÌ
ore 13:00-16:00

La terapia Kneipp a Ratzes
Corpo, mente e spirito in armonia

Siusi allo Sciliar,
impianto Kneipp a Ratzes
03.06., 10.06., 17.06., 24.06.2026

ISCRIZIONE
entro le ore 10:00 del giorno della manifestazione

PREZZO
20,00 euro a persona

ESPERTA
Maria Teresa Bortoluzzi

INFORMAZIONE
E ISCRIZIONE



GIOVEDÌ
ore 13:00-16:00

**La lavorazione della ceramica
con materiali naturali**

Fiè allo Sciliar
21.05., 28.05.,
04.06., 11.06., 18.06.2026

ISCRIZIONE
entro le ore 15:00 del giorno precedente

PREZZO
25,00 euro a persona

ESPERTA
Katja Battisti

INFORMAZIONE
E ISCRIZIONE



VENERDÌ
ore 13:00-16:00

L'intreccio del salice
Antico artigianato per il relax mentale

Siusi allo Sciliar
08.05., 15.05., 22.05., 29.05.,
05.06., 12.06., 19.06., 26.06.2026

ISCRIZIONE
entro le ore 15:00 del giorno precedente

PREZZO
25,00 euro a persona

ESPERTA
Monika Carli Battisti

INFORMAZIONE
E ISCRIZIONE

