



Südtirol Balance

Entspannt in den Frühling

Abschalten vom Alltag und in der Natur Kraft tanken: Südtirol Balance ist ein Angebot für alle, die im Frühling ihr Wohlbefinden stärken wollen.

Mit der gesunden Abkühlung beim Wassertreten lässt sich die Frühjahrsmüdigkeit bekämpfen. Darüber hinaus bieten Naturschauspiele die Gelegenheit, die Elemente zu spüren. Experten vermitteln ihr Wissen über die umfangreiche Kräuterwelt. Kochkurse und Verkostungen belehren über gesunde Ernährung. Tauchen Sie gestärkt in den Südtiroler Frühling ein.

Alto Adige Balance

Rigenerarsi in primavera

Staccare dalla quotidianità, concedersi una pausa rilassante e ricaricarsi di nuove energie immergendosi nella natura: Alto Adige Balance é l'occasione ideale per tutti coloro che durante la primavera vogliono pensare al proprio benessere.

Camminando nelle fresche acque dei ruscelli di montagna, è possibile contrastare la stanchezza tipica della primavera. Gli esperti di erbe selvatiche riveleranno le loro preziose conoscenze. I corsi di cucina e le degustazioni offrono infine l'opportunità di imparare ad alimentarsi in maniera sana e consapevole.



Quiz

Nehmen Sie am Quiz im Tourismusbüro teil und erhalten Sie ein tolles Geschenk!



Partecipate al quiz nell'ufficio turistico è otterrete un regalino fantastico!