



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## BEREZ/AFIP Kurs - Meditation im Garten Anstiz Gaudententurm

### Ein Hoch auf das innere Gleichgewicht

**Ambito tematico**  
Meditazione, rilassamento

#### Descrizione

Gesundheitsvorsorge im Sinne von Entschleunigung und Stressreduktion: Entspannungsübungen steigern nachweislich das körperliche und seelische Wohlbefinden.

Eine Möglichkeit ist die Entspannung nach Jacobson, die sogenannte Muskelrelaxation. Dabei handelt es sich um eine einfache, schnell erlernbare Methode, die dabei hilft Blockaden zu lösen, welche durch Stress und zu starke Anspannung hervorgerufen wurden. Unbehandelt, führen diese Blockaden unter Umständen zu Rücken-, Muskel- oder Kopfschmerzen, Magen- und Darmproblemen sowie zu einer Reihe von psychischen Belastungssymptomen wie Schlaf- und Angststörungen, Depressionen oder gar Burnout.

Mit der Jacobson Methode kann man lernen Beschwerden vorzubeugen bzw. bereits entstandene Schäden besser zu bewältigen. Entspannungsübungen bringen aber noch mehr: Der Körper schüttet weniger Stresshormone aus, die Atmung wird gleichmäßiger, der Blutdruck sinkt, das Herz beruhigt sich. Und auch die Psyche profitiert: Indem körperliche Spannungen abgebaut werden und der Körper sein natürliches Gleichgewicht wiedererlangt, steigt auch das seelische Wohlbefinden. Belastungen, die durch Ängste, Sorgen und Schmerzen hervorgerufen wurden, lassen nach.

Das Gebiet am Partschinzer Wasserfall ist der perfekte Ort, um Körper und Seele wieder in Einklang zu bringen. Das natürliche Rauschen des Wasserfalls, die reine, sauerstoffreiche Luft und nicht zuletzt das einzigartige Landschaftsbild unterstützen und potenzieren den Entspannungsprozess vor, während und nach dem Training.

**Lingua d'offerta**  
Italiano, Inglese, Tedesco

**Inizio**  
25.03.2024

**Termine**  
04.11.2024

**Numero giornate corso**  
33

**dalle**  
17:00

**alle**  
18:00

**Durata**  
60 minuti

**Descrizione durata**  
Wöchentliche Veranstaltung, jeden Montag

#### Luogo

Spaureggstraße 10

#### Destinatari

Einheimische und Gäste, Gestresste Menschen und potentiell "Gefährdete", Gesundheitsbewusste Menschen



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

### Docenti

Birgit Dr. Pixner Blaas

Benedikte Dr. Burger

### Costo del corso

20 € 1 Meditationseinheit

### Termine per l'iscrizione

04.11.2024

### Agenzia/Ente

Associazione Turistica Parcines con Rablá e Tel

### Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/ggesund-bleibm-salute-take-care-gesundheit-aus-der-natur/termin/meditation-an-besonderen-plaetzen-3516/>

### Persona da contattare

Tourismusverein Partschins

Tel. 0473 967157

Email [info@partschins.com](mailto:info@partschins.com)

## Aufbaulehrgang: Ganzheitliche:r Entspannungstrainer:in

### Ambito tematico

Yoga

### Descrizione

### Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

12.07.2024

### Termine

19.10.2024

### Numero giornate corso

8

### dalle

09:00

### alle

17:00

### Durata

2880 minuti

### Descrizione durata

-

### Luogo

Stiftstraße 1



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Destinatari**  
Alle Interessierte

**Docenti**  
Andrea Kreidl

Monika Brandauer

Monika Niederstätter

Werner Kirschner

Siegward Gostner

**Costo del corso**  
650 € Teilnahmebeitrag gilt nur für Teilnehmende des Basislehrgangs bei Buchung des gesamten Lehrgangs

**Termine per l'iscrizione**  
-

**Agenzia/Ente**  
Centro Convegni Abbazia di Novacella

**Pagina del corso**  
-

**Persona da contattare**

Tel.  
Email

## Lehrgang: inBalance Qi Gong-Übungsleiter:in

**Ambito tematico**  
Salute e stili di vita

**Descrizione**  
Qi heißt Lebensenergie, Lebenskraft, Vitalkraft. Gong heißt Übung oder Arbeit. Die aus China stammenden, jahrtausendealten Bewegungsübungen sind gekennzeichnet durch:

**Merkmale von Qi Gong:**

- entspannte Körperhaltung
- bewusste Atmung



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

- Achtsamkeit und Langsamkeit
- bewusstes Lenken der Lebenskraft durch Gedankenkraft

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

Dadurch können körperliche Spannungen sanft gelöst und Fehlhaltungen korrigiert werden. Die bewusste Atmung und die Achtsamkeit lassen Gedanken zur Ruhe kommen, helfen dabei abzuschalten und somit ganz in den jeweiligen Augenblick zu kommen. Ein angenehmer Zustand kann sich einstellen, denn die Lebenskraft zu spüren bedeutet Lebendigkeit, Wärme und Wohlfühl.

"inBalance Qi Gong" ist individuell - so wie jeder Mensch ein einzigartiges Energie- und Bewegungsmuster hat. Im "inBalance Qi Gong" Lehrgang wird der Individualität Raum gegeben und nicht eine "starre Technik" vermittelt.

Die Ausbildung bietet den Teilnehmer:innen die Möglichkeit auf umfassende, tiefgreifende und praktische Art und Weise Qi Gong zu erleben und das Erlernte und Erfahrene an andere weiterzugeben.

Durch praktisches Üben der erlernten Methoden und Techniken "learning by doing" wird einerseits das Erlernte an sich selbst erfahren und andererseits wird eine Praxissicherheit erreicht und eine Verinnerlichung erleichtert.

Trotz seiner Sanftheit ist Qi Gong ein Ganzkörpertraining zur Muskelkräftigung, Stabilisierung und Mobilisierung und kann ideal mit anderen Bewegungsprogrammen kombiniert werden z.B. als

- Aufwärm- und Dehnprogramm
- Funktionelles Ganzkörpertraining
- Koordinationstraining
- Entspannungseinheit
- Mentaltraining

Qi Gong lässt sich vielfältig mit diversen Sportarten kombinieren, kann in bestehende Bewegungs- und Entspannungsgruppen integriert werden, verhilft im pädagogischen Rahmen z.B. in Schulen und Kindergärten zu gesteigerter Konzentration und Lernfähigkeit. Weitere Anwendungsbereiche bei denen Qi Gong integriert werden kann.

Zwischen den Modulen findet jeweils ein Online-Modul à 2 Stunden zur Vertiefung und gemeinsamen Übungspraxis statt. Die Termine dafür werden beim 1. Treffen festgelegt.

Voraussetzung für die Teilnahme am Lehrgang ist der Abschluss der 4-tägigen Basismodule bzw. entsprechende Qi Gong-Vorkenntnisse.

Termine Basismodule:

17.11. - 18.11.2023 & 09.02. - 10.02.2024

oder

19.01. - 20.01. & 09.02. - 10.02.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Weitere Infos HIER

Detailprogramm zum Lehrgang

## Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

22.03.2024

### Termine

27.07.2024

### Numero giornate corso

7

### dalle

14:00

### alle

18:00

### Durata

3766 minuti

## Descrizione durata

-

## Luogo

Stiftstraße 1

## Destinatari

Alle Interessierte

## Docenti

Monika Brandauer

## Costo del corso

1050 € Teilnahmebeitrag für die Aufbaumodule zzgl. 2,00 EUR Stempelgebühr (Voraussetzung: absolvierte Basismodule)

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Centro Convegni Abbazia di Novacella

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## BEREZ/AFIP Klimatische Terrainkur Partschinser Wasserfall Das Naturheilverfahren für gesteigertes Wohlbefinden

### Ambito tematico

Salute e stili di vita

### Descrizione

Unter Klimatherapie versteht man die Anwendung natürlicher Wetter- und Klimafaktoren zu therapeutischen Zwecken. Der gezielte Einsatz von (kühler) Luft, Wind und Sonne trainiert das Immunsystem, steigert die Leistungsfähigkeit und hilft bei chronischen Erkrankungen von Haut und Atemwegen, Stoffwechselerkrankungen, Osteoporose, saisonaler Depression sowie Herz- und Kreislaufpathologien.

Das besondere Mikroklima am Partschinser Wasserfall, die Reinluftqualität, die 2015 in einer wissenschaftlichen Untersuchung der Technischen Universität München ermittelt wurde und die einzigartige Mischung aus Reiz- und Schonfaktoren bieten beste Voraussetzungen für klimatherapeutische Anwendungen.

Frische Gebirgsluft, Sonne und angenehm kühler Wind sind die gesundheitsfördernden Begleiter dieser Wanderung, die vom Ortskern durch Obstwiesen und Laubwald hinauf zum Partschinser Wasserfall führt. Tosendes Rauschen und feinsten Sprühnebel kündigen den Wasserfall an, der sich nach gut einer Stunde Fußmarsch und 430 Höhenmetern als beeindruckendes Naturschauspiel offenbart. Eine Wohltat für großstadtgeplagte Lungen, Balsam für Seele und Sinne. Dosierte Bewegung kombiniert mit gezielter Klimaexposition und einer fachkundigen Anleitung zu Ausdauer- und Thermoregulationstraining führen zu Entspannung und Erholung, aber auch zu Abhärtung und Immunstärkung.

### Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco, Inglese

### Inizio

27.03.2024

### Termine

29.05.2024

### Numero giornate corso

10

### dalle

09:00

### alle

13:00

### Durata

240 minuti

### Descrizione durata

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch

### Luogo

Spaureggstraße 10

### Destinatari

Gesundheitsbewusste Menschen, Gestresste Menschen, durch aktuellen Lebensstil "Gefährdete", Einheimische und Gäste



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Docenti

Braunhofer Franziska

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso

30 € Teilnahmegebühr

Termine per l'iscrizione

29.05.2024

Agenzia/Ente

Associazione Turistica Parcines con Rablá  
e Tel

Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/veranstaltung/klimatherapie-wanderung-zum-luftkurort-partschinser-wasserfall-3490/>

Persona da contattare

Tourismusverein Partschins

Tel. 0473 967157

Email [info@partschins.com](mailto:info@partschins.com)

## BEREZ/AFIP Kurs - Alpines Waldbaden - Wellness im Wald

### Training zur Sinneswahrnehmung und Aufmerksamkeit

Ambito tematico

Salute e stili di vita

Descrizione

Shinrin-Yoku, das Einatmen der Waldatmosphäre - kurz „Waldbaden“ -, ist in Japan längst eine offiziell anerkannte Methode zur Stärkung der Gesundheit. Und auch hierzulande besinnt man sich wieder verstärkt auf die wundersamen Kräfte der Natur. Im Wald erleben wir eine angenehm feuchte und kühle Atmosphäre. Hören wir genau hin, nehmen wir die leisen Töne der Natur wahr, die Botschaften der tausenden und abertausenden Lebewesen, die hier in einem riesigen, hochkomplexen Lebensraum miteinander kommunizieren.

Achtsam tauchen wir ein in die einzigartige Natur des Waldes. Genießen Bäume, Sträucher, Moose in vollen Zügen und ganz bewusst. Das Waldbaden hat einen wunderbaren Effekt auf den Körper, den Geist und die Seele. Es baut nachweislich Stress ab, stärkt das Herz und das Immunsystem, indem es die Produktion natürlicher Killerzellen ankurbelt, lindert Stimmungsschwankungen und Schlafstörungen und fördert die Entspannung und Konzentrationsfähigkeit.

(ER)leben Sie den Wald unter Anleitung eines Experten und schöpfen Sie bei dieser einzigartigen Erfahrung neue Kraft für Beruf und Alltag. Nehmen Sie sich Zeit, die Besonderheiten des Waldes am Partschinser Wasserfall zu ergründen.

Die Wirkung des Waldbadens ist anhaltend. Entspannung und Erholung sind garantiert.

Lingua d'offerta

Tedesco, Inglese



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio	Termine	Numero giornate corso
02.05.2024	24.10.2024	26
dalle	alle	Durata
08:45	13:00	180 minuti

### Descrizione durata

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Donnerstag

### Luogo

Spaureggstraße 10

### Destinatari

Einheimische und Gäste, Gesundheitsbewusste Menschen, Gestresste Menschen und potentiell "Gefährdete"

### Docenti

Claudia Gilli

Martin Kiem

### Costo del corso

40 € Teilnahmegebühr pro Person und Termin

### Termine per l'iscrizione

24.10.2024

### Agenzia/Ente

Associazione Turistica Parcines con Rablá e Tel

### Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/ggesund-bleibm-salute-take-care-gesundheit-aus-der-natur/termin/alpines-waldbaden-5724/>

### Persona da contattare

Tourismusverein Partschins  
Tel. 0473 967157  
Email [info@partschins.com](mailto:info@partschins.com)

## Intercultural Cafè: Ginnastica per donne

### Ambito tematico

Yoga



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

### Descrizione

Questo corso è dedicato a sole donne e ragazze che desiderino fare in modo semplice movimento e ginnastica. Il corso è tenuto da un'insegnante donna.

Fare movimento è una cosa sana e fa bene al corpo. Durante il corso farai esercizi per la schiena, le spalle, la pancia e le gambe.

### Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

06.04.2024

### Termine

01.06.2024

### Numero giornate corso

7

### dalle

09:00

### alle

10:00

### Durata

420 minuti

### Descrizione durata

-

### Luogo

Ortweinstr. 6

### Destinatari

Ausländer

### Docenti

Agnes Nagy

### Costo del corso

18 €

### Termine per l'iscrizione

01.06.2024

### Agenzia/Ente

Università Popolare Urania Coop

### Pagina del corso

-

### Persona da contattare

Tel.

Email



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## BEREZ/AFIP Klimatische Terrainkur Partschinser Wasserfall Das Naturheilverfahren für gesteigertes Wohlbefinden

### Ambito tematico

Salute e stili di vita

### Descrizione

Unter Klimatherapie versteht man die Anwendung natürlicher Wetter- und Klimafaktoren zu therapeutischen Zwecken. Der gezielte Einsatz von (kühler) Luft, Wind und Sonne trainiert das Immunsystem, steigert die Leistungsfähigkeit und hilft bei chronischen Erkrankungen von Haut und Atemwegen, Stoffwechselerkrankungen, Osteoporose, saisonaler Depression sowie Herz- und Kreislaufpathologien.

Das besondere Mikroklima am Partschinser Wasserfall, die Reinluftqualität, die 2015 in einer wissenschaftlichen Untersuchung der Technischen Universität München ermittelt wurde und die einzigartige Mischung aus Reiz- und Schonfaktoren bieten beste Voraussetzungen für klimatherapeutische Anwendungen.

Frische Gebirgsluft, Sonne und angenehm kühler Wind sind die gesundheitsfördernden Begleiter dieser Wanderung, die vom Ortskern durch Obstwiesen und Laubwald hinauf zum Partschinser Wasserfall führt. Tosendes Rauschen und feinsten Sprühnebel kündigen den Wasserfall an, der sich nach gut einer Stunde Fußmarsch und 430 Höhenmetern als beeindruckendes Naturschauspiel offenbart. Eine Wohltat für großstadtgeplagte Lungen, Balsam für Seele und Sinne. Dosierte Bewegung kombiniert mit gezielter Klimaexposition und einer fachkundigen Anleitung zu Ausdauer- und Thermoregulationstraining führen zu Entspannung und Erholung, aber auch zu Abhärtung und Immunstärkung.

### Lingua d'offerta

Tedesco, Inglese, Italiano

### Inizio

02.10.2024

### Termine

30.10.2024

### Numero giornate corso

5

### dalle

09:00

### alle

13:00

### Durata

240 minuti

### Descrizione durata

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch

### Luogo

Spaureggstraße 10

### Destinatari

Einheimische und Gäste, Gesundheitsbewusste Menschen, Gestresste Menschen, durch aktuellen Lebensstil "Gefährdete"



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

## Docenti

Braunhofer Franziska

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Costo del corso

30 € Teilnahmegebühr

## Termine per l'iscrizione

30.10.2024

## Agenzia/Ente

Associazione Turistica Partines con Rablá e Tel

## Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/veranstaltung/klimatherapie-wanderung-zum-luftkurort-partschiner-wasserfall-3490/>

## Persona da contattare

Tourismusverein Partschins

Tel. 0473 967157

Email [info@partschins.com](mailto:info@partschins.com)

# BEREZ/AFIP Klimatische Terrainkur-Nachtwanderung Wasserfall Mit allen Sinnen durch die Natur

## Ambito tematico

Salute e stili di vita

## Descrizione

Zu einer gelungenen Wanderung gehört die schöne Landschaft, in der man sich grundsätzlich sicher fühlt und der Reiz der ständigen Neuentdeckung von äußerer wie innerer Natur. Nicht nur unsere Fantasie, sondern auch unsere Sinne sind bei einer Nachtwanderung in besonderer Weise gefordert. Auf die Dunkelheit reagieren vor allem Geruchs- und Gehörsinn mit geschärfter Wahrnehmung. Zudem wandert es sich nachts leichter. Das Ziel ist vorab nicht zu erkennen, und durch den Rhythmus des Schrittes haben die Gedanken freien Lauf.

Die nächtliche Variante der Klimatherapie-Wanderung führt durch die dunkle Natur hinauf zum Partschiner Wasserfall. Tosendes Rauschen und feinsten Sprühnebel kündigen den Wasserfall an, der sich nach gut einer Stunde Fußmarsch und 430 Höhenmetern als beeindruckendes Naturschauspiel offenbart. Eine Wohltat für großstadtgeplagte Lungen, Balsam für Seele und Sinne. Dosierte Bewegung kombiniert mit gezielter Klimaexposition und einer fachkundigen Anleitung zu Ausdauer- und Thermoregulationstraining führen zu Entspannung und Erholung, aber auch zu Abhärtung und Immunstärkung.

Das besondere Mikroklima am Partschiner Wasserfall, die Reinluftqualität, die 2015 in einer wissenschaftlichen Untersuchung der Technischen Universität München ermittelt wurde und die einzigartige Mischung aus Reiz- und Schonfaktoren bieten beste Voraussetzungen für klimatherapeutische Anwendungen.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Lingua d'offerta

Inglese, Italiano, Tedesco

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio

05.06.2024

Termine

25.09.2024

Numero giornate corso

17

dalle

20:30

alle

23:30

Durata

180 minuti

Descrizione durata

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Mittwoch

Luogo

Spaureggstraße 10

Destinatari

Einheimische und Gäste, Gesundheitsbewusste Menschen und potentiell "Gefährdete"

Docenti

Claudia Gilli

Costo del corso

30 € Teilnahmegebühr

Termine per l'iscrizione

25.09.2024

Agenzia/Ente

Associazione Turistica Partines con Rablá e Tel

Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/veranstaltung/klimatherapie-nachtwanderung-zum-luftkurort-partschins-wasserfall-5684/>

Persona da contattare

Tourismusverein Partschins

Tel. 0473 967157

Email [info@partschins.com](mailto:info@partschins.com)

## Personal Coaching

### Die innere Ruhe finden

Ambito tematico

Salute e stili di vita



## Corsi & Percorsi

[corsiepercorsi.retecivica.bz.it](http://corsiepercorsi.retecivica.bz.it)

Zeit für Weiterbildung  
[weiterbildung.buergernetz.bz.it](http://weiterbildung.buergernetz.bz.it)

### Descrizione

In unserer modernen Zeit sind wir zunehmend größeren Anforderungen, Stress und Zeitdruck ausgesetzt. Daher benötigen Körper und Seele regelmäßige Entspannungspausen, um wieder in die richtige Balance zu gelangen.

In gezielten Einzel- oder Teamcoachings mit unseren Experten erfahren Sie wie Sie Ihren Alltag künftig besser und gesünder meistern, achtsamer mit sich umgehen und zu mehr Zufriedenheit und innerer Ruhe finden. Sinn und Zweck der individuell ausgerichteten Gespräche sind die Einschätzung und Entwicklung persönlicher Kompetenzen und Ansichten bis hin zur Selbstreflexion sowie der Überwindung von Konflikten im beruflichen und privaten Alltag.

Im persönlichen Gespräch mit unseren Gesundheitspsychologen werden Blockaden gelöst, Ängste abgebaut und Zusammenhänge zwischen körperlichen Beschwerden und der aktuellen Lebenssituation ermittelt. Unter Einbindung verschiedener ganzheitlicher Ansätze können Sorgen und Probleme ausgeräumt und Methoden erarbeitet werden, die den persönlichen Lebensstil nachhaltig positiv beeinflussen.

### Lingua d'offerta

Inglese, Tedesco

### Inizio

02.05.2024

### Termine

24.10.2024

### Numero giornate corso

26

### dalle

00:00

### alle

00:00

### Durata

90 minuti

### Descrizione durata

Wöchentliche Veranstaltung, jeden Donnerstag

### Luogo

Spaureggstraße 10

### Destinatari

Gestresse Menschen , Einheimische und Gäste, Gesundheitsbewusste Menschen

### Docenti

Martin Kiem

### Costo del corso

80 € Coaching 60 Minuten

### Termine per l'iscrizione

24.10.2024



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

### Agenzia/Ente

Associazione Turistica Partschins con Rablá e Tel

### Pagina del corso

<https://www.merano-suedtirol.it/de/partschins/gsund-bleibm-salute-take-care-gesundheit-aus-der-natur/termin/alpines-waldbaden-5724/>

### Persona da contattare

Tourismusverein Partschins  
Tel. 0473 967157  
Email [info@partschins.com](mailto:info@partschins.com)

## Lehrgang: Südtiroler Wanderleiter:in 2024 Vorbereitung für die Prüfung zur bzw. zum Wanderleiter:in

### Ambito tematico

Cura del corpo, cosmesi

### Descrizione

Vorbereitung für die Prüfung zur bzw. zum Wanderleiter:in

Das Bildungshaus Kloster Neustift bietet zum 14. Mal den Lehrgang für Südtiroler Wanderleiter:innen an. Dieser Vorbereitungskurs umfasst 25 Unterrichtstage mit theoretischen und praktischen Modulen zu den verschiedenen Bereichen, um Gäste in Südtirol professionell zu begleiten: Tourenplanung und -führung, Gesundheitslehre, Geschichte und Heimatkunde, Wetter, Erste Hilfe und Notfallmanagement, Geologie sowie Flora und Fauna Südtirols, Marketing und typische Südtiroler Produkte u.v.m.

Nach Abschluss des Vorbereitungskurses können die Teilnehmer:innen zur Prüfung für die Eintragung ins Sonderverzeichnis antreten. Die Termine werden vom Verband der Südtiroler Berg- und Skiführer bekanntgegeben.

Außerdem können die Teilnehmer:innen nach Abschluss des Lehrganges auch Mitglied im Verein der Südtiroler Wanderleiter/Wanderführer werden.

Die Anmeldekriterien finden Sie im Detailprogramm. Anmeldeschluss ist der 06. November 2023 (24:00 Uhr).

Am Do. 5. Oktober findet ein kostenloser Infoabend statt. Dies ist die Möglichkeit sich über diese interessante Ausbildung Informationen einzuholen, etwaige Zweifel zu klären und direkt Fragen zu stellen. Hier gelangen Sie zur Anmeldung für den Infoabend.

Detailprogramm zum Lehrgang

Vorlage Motivationsschreiben



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it



Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Vorlage Tourenberichte

## Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

21.03.2024

### Termine

19.10.2024

### Numero giornate corso

16

### dalle

08:30

### alle

17:30

### Durata

9900 minuti

## Descrizione durata

-

## Luogo

Stiftstraße 1

## Destinatari

Alle Interessierte

## Docenti

verschiedene Fachreferenten

## Costo del corso

2000 € Teilnahmebeitrag

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Centro Convegni Abbazia di Novacella

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Tel.

Email

## Ginnastica e rilassamento

### Ambito tematico

Yoga



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Descrizione

Corso di ginnastica e rilassamento

Per badanti e non solo

## Lingua d'offerta

Tedesco

## Inizio

31.01.2024

## Termine

22.05.2024

## Numero giornate corso

15

## dalle

14:15

## alle

14:05

## Durata

750 minuti

## Descrizione durata

-

## Luogo

Ortweinstr. 6

## Destinatari

Ausländer

## Docenti

Debora Costa

## Costo del corso

24 €

## Termine per l'iscrizione

10.01.2024

## Agenzia/Ente

Università Popolare Urania Coop

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Tel.

Email

## Bagno di suoni di luna piena

## Meditazione con Campane Tibetane per il rilassamento

## Ambito tematico

Salute e stili di vita



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Descrizione

Tuffati nel mondo dei suoni arcaici delle campane tibetane, gong e campane di cristallo! In questo bagno di suoni invitiamo l'energia della luna piena che ci aiuta a lasciarci andare in un rilassamento profondo.

Concediti di rilassarti profondamente e mollare la presa! Dolcemante questi suoni ti donano benessere...

## Lingua d'offerta

Italiano, Tedesco

### Inizio

23.04.2024

### Termine

23.05.2024

### Numero giornate corso

31

### dalle

19:30

### alle

20:45

### Durata

75 minuti

## Descrizione durata

-

## Luogo

Zentrum Tau

## Destinatari

## Docenti

Anna Matteazzi

## Costo del corso

20 €

## Termine per l'iscrizione

23.05.2024

## Agenzia/Ente

Anna Matteazzi - AnKlang

## Pagina del corso

www.anklang.it

## Persona da contattare

Anna Matteazzi

Tel.

Email [info@anklang.it](mailto:info@anklang.it)