



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Auszeit Natur

### Ein Tag für mich

Ambito tematico  
Meditazione, rilassamento

#### Descrizione

Wir begeben uns gemeinsam in die Natur und erleben den Wald und seine Umgebung mit allen Sinnen. Dabei nehmen wir uns bewusst Zeit für uns selbst und lassen den Alltag hinter uns.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
21.09.2024

Termine  
21.09.2024

Numero giornate corso  
1

dalle  
09:30

alle  
15:30

Durata  
360 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Anita Kaserer

Marion Kaserer

Costo del corso  
75 € Kursgebühr (Lunchpaket kann auch im Bildungshaus bestellt werden, ist jedoch in der Teilnahmegebühr nicht inkludiert)

Termine per l'iscrizione  
-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso  
-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Klangbad - Entspannung pur Mit Klangschalen und Gongs

Ambito tematico  
Yoga

Descrizione  
Begleitet von den Klängen der tibetischen Glocken, des Gongs, der schamanischen Trommel und der Stimme von Aditi werden wir eine Reise in uns selbst antreten, um das Zentrum unseres Seins zu erreichen, wo uns Frieden und Harmonie erwarten.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
19.09.2024

Termine  
19.09.2024

Numero giornate corso  
1

dalle  
20:00

alle  
22:00

Durata  
120 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Paolo Tirello

Roberta Bechelli

Costo del corso  
25 € Kursgebühr - Anmeldung erforderlich!



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Termine per l'iscrizione

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Aku-Pressur mit Stimmgabeln

### Durch Schwingungen zu mehr Harmonie und Wohlbefinden

Ambito tematico  
Yoga

Descrizione  
Die Vibration der Stimmgabel am Körper bringt als sanfte, aber zugleich kraftvolle Art und Weise den Körper und Geist in eine innere Balance.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
21.09.2024

Termine  
21.09.2024

Numero giornate corso  
1

dalle  
10:00

alle  
18:00

Durata  
390 minuti

Descrizione durata

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Bechelli Roberta

Costo del corso  
110 € Kursgebühr



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Termine per l'iscrizione

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Yin-Yoga

### Kraft schöpfen und tiefen inneren Frieden erfahren

Ambito tematico  
Yoga

Descrizione  
Yin Yoga unterstützt dich dabei, zu dir selbst zu finden, dich neu zu erspüren, in die Welt der Meditation einzutauchen und tiefen inneren Frieden zu erfahren.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
16.11.2024

Termine  
16.11.2024

Numero giornate corso  
1

dalle  
09:30

alle  
17:00

Durata  
360 minuti

Descrizione durata

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Monika Maria Pedross

Costo del corso  
75 € Kursgebühr



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Termine per l'iscrizione

-

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso

-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Touch for Health II

### Kinesiologie: Schneller und effizienter balancieren

Ambito tematico  
Salute e stili di vita

#### Descrizione

In Touch for Health II steigt man in die Lehre der 5 Elemente und die Philosophie von Yin und Yang ein und gewinnt so einen tieferen Einblick in die Grundsätze der Traditionell Chinesischen Medizin (TCM).

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
12.10.2024

Termine  
13.10.2024

Numero giornate corso  
2

dalle  
09:00

alle  
12:30

Durata  
600 minuti

Descrizione durata

-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Klaus Schmidt

Costo del corso  
270 € Kursgebühr



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Termine per l'iscrizione

-

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso

-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Auszeit Natur Ein Tag für mich

Ambito tematico  
Meditazione, rilassamento

### Descrizione

Wir begeben uns gemeinsam in die Natur und erleben den Wald und seine Umgebung mit allen Sinnen. Dabei nehmen wir uns bewusst Zeit für uns selbst und lassen den Alltag hinter uns.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
21.09.2024

Termine  
21.09.2024

Numero giornate corso  
1

dalle  
09:30

alle  
15:30

Durata  
360 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Marion Kaserer

Anita Kaserer



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

### Costo del corso

75 € Kursgebühr (Lunchpaket kann auch im Bildungshaus bestellt werden, ist jedoch in der Teilnahmegebühr nicht inkludiert)

### Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso

-

### Persona da contattare

Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Rücken-Intensiv-Massage® Basiskurs nach Johannes Salchenegger

Ambito tematico  
Massaggio

### Descrizione

Die Rücken-Intensiv-Massage ist eine spezielle Form der Massage, welche mit langen Streichungen beginnt und Elemente der Unterarmtechnik mit denen der Schröpfglassmassage kombiniert.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
21.11.2024

Termine  
22.11.2024

Numero giornate corso  
2

dalle  
09:00

alle  
16:00

Durata  
780 minuti

Descrizione durata

-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

### Destinatari

PhysiotherapeutInnen, SchönheitspflegerInnen, MasseurInnen, PranatherapeutInnen

### Docenti

Salchenegger Johannes





Corsi & Percorsi

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

**Costo del corso**

300 € Kursgebühr (inkl. Kursmaterial)

**Termine per l'iscrizione**

-

**Agenzia/Ente**

Coop. Schloss Goldrain

**Pagina del corso**

-

**Persona da contattare**

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

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

## Rücken-Intensiv-Massage® Aufbaukurs nach Johannes Salchenegger

**Ambito tematico**

Massaggio

**Descrizione**

Die Rücken- Intensiv-Massage ist eine spezielle Form der Massage, welche mit langen Streichungen beginnt und Elemente der Unterarmtechnik mit denen der Schröpfungsmassage kombiniert. Im Aufbaukurs werden die Techniken vertieft und erweitert.

**Lingua d'offerta**

Tedesco

**Inizio**

23.11.2024

**Termine**

24.11.2024

**Numero giornate corso**

2

**dalle**

09:00

**alle**

16:00

**Durata**

780 minuti

**Descrizione durata**

-

**Luogo**

Laces

Coldrano, Via Castello 33

**Destinatari**

PranatherapeutInnen, PhysiotherapeutInnen, SchönheitspflegerInnen, MasseurInnen

**Docenti**

Salchenegger Johannes





Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso  
300 € Kursgebühr (inkl. Kursmaterial)

Termine per l'iscrizione

-

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso

-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Rutengehen und Pendeln an besonderen Kraftorten Übungstage im Wahrnehmen

Ambito tematico  
Salute e stili di vita

### Descrizione

Jede Landschaft hat ihre eigene Grundqualität und besonderen Merkmale. Oft zeigen uns Bauwerke/Kirchen, spezielle Pflanzen oder lebendige Quellen die unterschiedlichen Qualitäten an, die vielfach schon unsere Vorfahren für bestimmte Zwecke genutzt haben.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
27.09.2024

Termine  
29.09.2024

Numero giornate corso  
3

dalle  
15:30

alle  
16:00

Durata  
1020 minuti

Descrizione durata

-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte



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

## Docenti

Susanne Schury

Thomas Schury

## Costo del corso

180 € Kursgebühr

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Mit Klangschalen entspannen und selbst anwenden

## Ambito tematico

Salute e stili di vita

## Descrizione

In diesem Seminar lernen Sie die unterschiedlichen Anwendungsfelder der Klangschalen und wie Sie diese durch besondere Techniken wohltuend einsetzen können.

## Lingua d'offerta

Tedesco

## Inizio

12.10.2024

## Termine

13.10.2024

## Numero giornate corso

2

## dalle

09:00

## alle

17:00

## Durata

840 minuti

## Descrizione durata

-

## Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33

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



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Destinatari

Interessierte

## Docenti

Anna Matteazzi

## Costo del corso

275 € Kursgebühr inkl. Skript

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Rücken-Intensiv-Massage® Basiskurs nach Johannes Salchenegger

## Ambito tematico

Massaggio

## Descrizione

Die Rücken-Intensiv-Massage ist eine spezielle Form der Massage, welche mit langen Streichungen beginnt und Elemente der Unterarmtechnik mit denen der Schröpfglassmassage kombiniert.

## Lingua d'offerta

Tedesco

## Inizio

21.11.2024

## Termine

22.11.2024

## Numero giornate corso

2

## dalle

09:00

## alle

16:00

## Durata

780 minuti

## Descrizione durata

-

## Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Destinatari

PhysiotherapeutInnen, PranatherapeutInnen, SchönheitspflegerInnen, MasseurInnen

## Docenti

Salchenegger Johannes

## Costo del corso

300 € Kursgebühr (inkl. Kursmaterial)

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Rücken-Intensiv-Massage® Aufbaukurs nach Johannes Salchenegger

## Ambito tematico

Massaggio

## Descrizione

Die Rücken- Intensiv-Massage ist eine spezielle Form der Massage, welche mit langen Streichungen beginnt und Elemente der Unterarmtechnik mit denen der Schröpfungsmassage kombiniert. Im Aufbaukurs werden die Techniken vertieft und erweitert.

## Lingua d'offerta

Tedesco

## Inizio

23.11.2024

## Termine

24.11.2024

## Numero giornate corso

2

## dalle

09:00

## alle

16:00

## Durata

780 minuti

## Descrizione durata

-

## Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Destinatari

PhysiotherapeutInnen, MasseurInnen, SchönheitspflegerInnen, PranatherapeutInnen

## Docenti

Salchenegger Johannes

## Costo del corso

300 € Kursgebühr (inkl. Kursmaterial)

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Beckenboden- und Rückentraining

## Für eine starke Muskulatur

### Ambito tematico

Salute e stili di vita

### Descrizione

Wir erlernen Übungen zum Entspannen und zur Stärkung und erlangen dadurch eine erhöhte Körperwahrnehmung, eine gesunde Beckenboden-Muskulatur, gesunde Organe und eine gute Haltung.

### Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

19.10.2024

### Termine

19.10.2024

### Numero giornate corso

1

### dalle

09:30

### alle

16:00

### Durata

300 minuti

### Descrizione durata

-

### Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Destinatari

Frauen und Männer

## Docenti

Karin Pedrotti

## Costo del corso

85 € Kursgebühr

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Aku-Pressur mit Stimmgabeln

Durch Schwingungen zu mehr Harmonie und Wohlbefinden

## Ambito tematico

Yoga

## Descrizione

Die Vibration der Stimmgabel am Körper bringt als sanfte, aber zugleich kraftvolle Art und Weise den Körper und Geist in eine innere Balance.

## Lingua d'offerta

Tedesco

## Inizio

21.09.2024

## Termine

21.09.2024

## Numero giornate corso

1

## dalle

10:00

## alle

18:00

## Durata

390 minuti

## Descrizione durata

-

## Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Destinatari

Interessierte

## Docenti

Bechelli Roberta

## Costo del corso

110 € Kursgebühr

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Räuchern mit heimischen Kräutern

## Ambito tematico

Salute e stili di vita

## Descrizione

Das Räuchern mit Kräutern wirkt reinigend, schützend, klärend und heilend. In diesem Seminar lernen sie die Anwendung heimischer Räucherkräuter, Harze und Gehölze kennen.

## Lingua d'offerta

Tedesco

## Inizio

23.11.2024

## Termine

23.11.2024

## Numero giornate corso

1

## dalle

10:00

## alle

16:00

## Durata

270 minuti

## Descrizione durata

-

## Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33





Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Destinatari

Interessierte

## Docenti

Andrea Martha Kofler

## Costo del corso

65 € Kursbeitrag

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Rutengehen und Pendeln Schwerpunkt Quellen und Wasser

## Ambito tematico

Salute e stili di vita

## Descrizione

Einführung in die Werkzeuge der Geomantie und deren vielfältige Anwendungsmöglichkeiten.

## Lingua d'offerta

Tedesco

## Inizio

05.07.2024

## Termine

07.07.2024

## Numero giornate corso

3

## dalle

15:30

## alle

16:00

## Durata

1020 minuti

## Descrizione durata

-

## Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Destinatari

Interessierte

## Docenti

Susanne Schury

Thomas Schury

## Costo del corso

195 € Kursgebühr (inkl. V-Rute)

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Rutengehen und Pendeln

## Vertiefung und Erweiterung

### Ambito tematico

Salute e stili di vita

### Descrizione

Dieser Workshop soll auch Gelegenheit sein, bereits erworbenes Wissen zur Geomantie zu erweitern und zu vertiefen.

### Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

08.11.2024

### Termine

10.11.2024

### Numero giornate corso

3

### dalle

15:30

### alle

16:00

### Durata

1020 minuti

### Descrizione durata

-



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

## Luogo

Laces  
Coldrano, Via Castello 33

## Destinatari

Interessierte

## Docenti

Susanne Schury

Thomas Schury

## Costo del corso

195 € Kursgebühr

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Fußmassage nach Hanne Marquardt

## Massage für Wellness - Basiskurs

### Ambito tematico

Massaggio

### Descrizione

Das Seminar ist eine Weiterbildung für alle Beschäftigten in den Bereichen Schönheitspflege und Wellness.

### Lingua d'offerta

Tedesco



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio  
19.11.2024

Termine  
20.11.2024

Numero giornate corso  
2

dalle  
09:00

alle  
17:30

Durata  
840 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
MasseurlInnen, Personen, die professionelles Wohlbefinden und Entspannung anbieten möchten, SchönheitpflegerInnen

Docenti  
Maria Kaserer

Costo del corso  
280 € Kursgebühr

Termine per l'iscrizione  
-

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso  
-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Beckenboden während der Schwangerschaft Gesunde Bewegung im Alltag

Ambito tematico  
Ginnastica

Descrizione  
Im Kurs lernen Sie den Umgang mit körperlichen Veränderungen in der Schwangerschaft, diese richtig einzuordnen und damit positiv umzugehen.

Lingua d'offerta  
Tedesco



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio  
14.09.2024

Termine  
14.09.2024

Numero giornate corso  
1

dalle  
09:00

alle  
15:30

Durata  
330 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
werdende Mamis

Docenti  
Maria Gögele

Costo del corso  
75 € Kursgebühr

Termine per l'iscrizione  
-

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso  
-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Tierisch starke Salben Heilsames und Wohltuendes aus Wildtierfetten

Ambito tematico  
Salute e stili di vita

### Descrizione

Die Verwertung der Fette von Murre, Dachs, Hirsch und Fuchs, das Wissen um deren Inhaltsstoffe und Wirkung sowie die Methode der Verarbeitung dieser Fette werden in diesem Seminar praxisnah vermittelt.

Lingua d'offerta  
Tedesco



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio  
16.11.2024

Termine  
16.11.2024

Numero giornate corso  
1

dalle  
09:15

alle  
18:00

Durata  
435 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Barbara Hoflacher

Costo del corso  
160 € Kursgebühr

Termine per l'iscrizione  
-

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso  
-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Mit Klangschalen entspannen und selbst anwenden

Ambito tematico  
Salute e stili di vita

Descrizione  
In diesem Seminar lernen Sie die unterschiedlichen Anwendungsfelder der Klangschalen und wie Sie diese durch besondere Techniken wohltuend einsetzen können.

Lingua d'offerta  
Tedesco



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio  
12.10.2024

Termine  
13.10.2024

Numero giornate corso  
2

dalle  
09:00

alle  
17:00

Durata  
840 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Anna Matteazzi

Costo del corso  
275 € Kursgebühr inkl. Skript

Termine per l'iscrizione  
-

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso  
-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Ayurvedische Ganzkörpermassage Basisseminar

Ambito tematico  
Massaggio

Descrizione  
In diesem Basisseminar lernen Sie die Grundlagen der ayurvedischen Ganzkörpermassage zum Entspannen und Regenerieren.

Lingua d'offerta  
Tedesco





Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Inizio  
30.11.2024

Termine  
01.12.2024

Numero giornate corso  
2

dalle  
09:00

alle  
18:00

Durata  
900 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Karin Pedrotti

Costo del corso  
220 € Kursgebühr

Termine per l'iscrizione  
-

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso  
-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Achtsame Atem- und Energiearbeit Der sanfte Weg des stillen Qi Gong

Ambito tematico  
Meditazione, rilassamento

### Descrizione

In unserem lauten und hektischen Alltag sehnen wir uns immer öfter nach Momenten der Ruhe und Entspannung. Mit der achtsamen Atem- und Energiearbeit des stillen Qi Gong können wir auf praktische Weise diese innere Ruhe finden und in Krisenzeiten oder Stresssituationen bewahren.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

18.10.2024

### Termine

20.10.2024

### Numero giornate corso

3

### dalle

15:00

### alle

15:00

### Durata

960 minuti

### Descrizione durata

-

### Luogo

Laces  
Coldrano, Via Castello 33

### Destinatari

Interessierte

### Docenti

Gerhard Wolf

### Costo del corso

210 € Kursgebühr ohne Unterkunft/Verpflegung

### Termine per l'iscrizione

-

### Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

### Pagina del corso

-

### Persona da contattare

Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

## Healing Touch

### Einführung in die heilende Berührung

### Ambito tematico

Salute e stili di vita

### Descrizione

Unter Healing Touch versteht man eine fundierte, sorgfältige Ausbildung, die es den Teilnehmenden ermöglicht, verschiedene Bio-Energiemethoden zu lernen, Blockaden zu lösen und körpereigene Heilungskräfte zu aktivieren.



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

16.11.2024

### Termine

17.11.2024

### Numero giornate corso

2

### dalle

09:00

### alle

18:00

### Durata

900 minuti

### Descrizione durata

-

### Luogo

Laces  
Coldrano, Via Castello 33

### Destinatari

PhysiotherapeutInnen, SanitätsassistentInnen, Logopäd\*in, Interessierte, Ergotherapeut\*in, KrankenpflegerInnen

### Docenti

Maria Kaserer

Peter Gruber

Sabrina Mitterrigger

### Costo del corso

230 € Kursgebühr

### Termine per l'iscrizione

-

### Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

### Pagina del corso

-

### Persona da contattare

Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Rutengehen und Pendeln Vertiefung und Erweiterung

Ambito tematico  
Salute e stili di vita

Descrizione  
Dieser Workshop soll auch Gelegenheit sein, bereits erworbenes Wissen zur Geomantie zu erweitern und zu vertiefen.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
08.11.2024

Termine  
10.11.2024

Numero giornate corso  
3

dalle  
15:30

alle  
16:00

Durata  
1020 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Thomas Schury

Susanne Schury

Costo del corso  
195 € Kursgebühr

Termine per l'iscrizione  
-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso  
-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Erlebnis Wandern

### Begegnung mit der Natur und uns selbst

Ambito tematico  
Outdoor

Descrizione  
Wandern Sie mit auf alten Wegen im Vinschgau. Erleben Sie den Rückzug der Natur, aber auch die Stille und Ruhe besonderer Orte und Kraftplätze, die das Tal so faszinierend machen.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
15.11.2024

Termine  
17.11.2024

Numero giornate corso  
3

dalle  
10:00

alle  
16:00

Durata  
990 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Andrea Martha Kofler

Costo del corso  
290 € Kursgebühr (inkl. Unterkunft/Verpflegung zzgl. Ortstaxe)

Termine per l'iscrizione  
-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso  
-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Ayurvedische Ganzkörpermassage Basisseminar

Ambito tematico  
Massaggio

Descrizione  
In diesem Basisseminar lernen Sie die Grundlagen der ayurvedischen Ganzkörpermassage zum Entspannen und Regenerieren.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
30.11.2024

Termine  
01.12.2024

Numero giornate corso  
2

dalle  
09:00

alle  
18:00

Durata  
900 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Karin Pedrotti

Costo del corso  
15 € Materialspeisen direkt an Referentin

Termine per l'iscrizione  
-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso  
-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Beckenboden- und Rückentraining Für eine starke Muskulatur

Ambito tematico  
Salute e stili di vita

Descrizione  
Wir erlernen Übungen zum Entspannen und zur Stärkung und erlangen dadurch eine erhöhte Körperwahrnehmung, eine gesunde Beckenboden-Muskulatur, gesunde Organe und eine gute Haltung.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
19.10.2024

Termine  
19.10.2024

Numero giornate corso  
1

dalle  
09:30

alle  
16:00

Durata  
300 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Frauen und Männer

Docenti  
Karin Pedrotti

Costo del corso  
85 € Kursgebühr

Termine per l'iscrizione  
-



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso  
-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Achtsame Atem- und Energiearbeit Der sanfte Weg des stillen Qi Gong

Ambito tematico  
Meditazione, rilassamento

### Descrizione

In unserem lauten und hektischen Alltag sehnen wir uns immer öfter nach Momenten der Ruhe und Entspannung. Mit der achtsamen Atem- und Energiearbeit des stillen Qi Gong können wir auf praktische Weise diese innere Ruhe finden und in Krisenzeiten oder Stresssituationen bewahren.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
18.10.2024

Termine  
20.10.2024

Numero giornate corso  
3

dalle  
15:00

alle  
15:00

Durata  
960 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Gerhard Wolf

Costo del corso  
210 € Kursgebühr ohne Unterkunft/Verpflegung





Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Termine per l'iscrizione

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Adventfasten nach Buchinger

### Eine Woche Zeit für Ruhe und Stille

Ambito tematico  
Salute e stili di vita

#### Descrizione

Im Fasten öffnen sich Zugänge zu Gesundheit für den Körper, Klärung und Neuorientierung für den Geist, spirituellem Wachstum für die Seele. Tief greifende und heilende Reinigungsprozesse werden angestoßen.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
30.11.2024

Termine  
07.12.2024

Numero giornate corso  
8

dalle  
16:30

alle  
14:30

Durata  
4590 minuti

Descrizione durata

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte

Docenti  
Monika Engl

Costo del corso  
890 € Kursgebühr (inkl. Unterkunft im Einzelzimmer, Bio-Fastenverpflegung, zzgl. Ortstaxe)



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Termine per l'iscrizione

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Healing Touch

### Einführung in die heilende Berührung

Ambito tematico  
Salute e stili di vita

Descrizione  
Unter Healing Touch versteht man eine fundierte, sorgfältige Ausbildung, die es den Teilnehmenden ermöglicht, verschiedene Bio-Energiemethoden zu lernen, Blockaden zu lösen und körpereigene Heilungskräfte zu aktivieren.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
16.11.2024

Termine  
17.11.2024

Numero giornate corso  
2

dalle  
09:00

alle  
18:00

Durata  
900 minuti

Descrizione durata

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte, PhysiotherapeutInnen, Ergotherapeut\*in, SanitätsassistentInnen, Logopäd\*in, KrankenpflegerInnen

Docenti  
Maria Kaserer

Sabrina Mitterrigger



Corsi & Percorsi  
corsipercorsi.retecivica.bz.it  
Peter Gruber

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

Costo del corso  
230 € Kursgebühr

Termine per l'iscrizione  
-

Agenzia/Ente  
Coop. Schloss Goldrain

Pagina del corso  
-

Persona da contattare  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## SHIATSU – Berührung bewegt

### Einführung in die Grundlagen der Shiatsu-massage

Ambito tematico  
Salute e stili di vita

#### Descrizione

Shiatsu ist eine in der chinesischen Medizin begründete und in Japan weiterentwickelte Massageform, welche Ihre Ursprünge in der klassischen orientalischen Massage hat. Es stellt in seinen Ursprüngen eine Arbeit an den Meridianen dar und soll Energie in Bewegung setzen.

Lingua d'offerta  
Tedesco

Inizio  
18.10.2024

Termine  
20.10.2024

Numero giornate corso  
3

dalle  
14:00

alle  
15:30

Durata  
1080 minuti

Descrizione durata  
-

Luogo  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

Destinatari  
Interessierte



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

**Docenti**  
Karin Innerebner

**Costo del corso**  
230 € Kursgebühr zzgl. 10 € für Material und Skript direkt an Referentin zu bezahlen

**Termine per l'iscrizione**  
-

**Agenzia/Ente**  
Coop. Schloss Goldrain

**Pagina del corso**  
-

**Persona da contattare**  
Andrea Hanni  
Tel. 0473742433  
Email info@schloss-goldrain.com

## Erlebnis Wandern

### Begegnung mit der Natur und uns selbst

**Ambito tematico**  
Outdoor

**Descrizione**  
Wandern Sie mit auf alten Wegen im Vinschgau. Erleben Sie den Rückzug der Natur, aber auch die Stille und Ruhe besonderer Orte und Kraftplätze, die das Tal so faszinierend machen.

**Lingua d'offerta**  
Tedesco

**Inizio**  
15.11.2024

**Termine**  
17.11.2024

**Numero giornate corso**  
3

**dalle**  
10:00

**alle**  
16:00

**Durata**  
990 minuti

**Descrizione durata**  
-

**Luogo**  
Laces  
Coldrano, Via Castello 33

**Destinatari**  
Interessierte



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Docenti

Andrea Martha Kofler

## Costo del corso

290 € Kursgebühr (inkl. Unterkunft/Verpflegung zzgl. Ortstaxe)

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Qi Gong

## Mehr Energie durch Shaolin Qi Gong

### Ambito tematico

Salute e stili di vita

### Descrizione

Shaolin Qi Gong zeichnet sich durch achtsam und sanft ausgeführte Bewegungen aus.

### Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

19.10.2024

### Termine

19.10.2024

### Numero giornate corso

1

### dalle

09:00

### alle

16:30

### Durata

360 minuti

### Descrizione durata

-

### Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33

### Destinatari

Interessierte



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

### Docenti

Ingrid Karnutsch

### Costo del corso

75 € Kursgebühr

### Termine per l'iscrizione

-

### Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

### Pagina del corso

-

### Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

## Touch for Health II

### Kinesiologie: Schneller und effizienter balancieren

#### Ambito tematico

Salute e stili di vita

#### Descrizione

In Touch for Health II steigt man in die Lehre der 5 Elemente und die Philosophie von Yin und Yang ein und gewinnt so einen tieferen Einblick in die Grundsätze der Traditionell Chinesischen Medizin (TCM).

#### Lingua d'offerta

Tedesco

#### Inizio

12.10.2024

#### Termine

13.10.2024

#### Numero giornate corso

2

#### dalle

09:00

#### alle

12:30

#### Durata

600 minuti

#### Descrizione durata

-

#### Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33

#### Destinatari

Interessierte



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

### Docenti

Klaus Schmidt

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

### Costo del corso

0 € Kursgebühr

### Termine per l'iscrizione

-

### Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

### Pagina del corso

-

### Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

## Tierisch starke Salben

### Heilsames und Wohltuendes aus Wildtierfetten

#### Ambito tematico

Salute e stili di vita

#### Descrizione

Die Verwertung der Fette von Marmot, Dachse, Hirsch und Fuchs, das Wissen um deren Inhaltsstoffe und Wirkung sowie die Methode der Verarbeitung dieser Fette werden in diesem Seminar praxisnah vermittelt.

#### Lingua d'offerta

Tedesco

#### Inizio

16.11.2024

#### Termine

16.11.2024

#### Numero giornate corso

1

#### dalle

09:15

#### alle

18:00

#### Durata

435 minuti

#### Descrizione durata

-

#### Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33

#### Destinatari

Interessierte





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

### Docenti

Barbara Hoflacher

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

### Costo del corso

160 € Kursgebühr

### Termine per l'iscrizione

-

### Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

### Pagina del corso

-

### Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

## SHIATSU – Berührung bewegt

### Einführung in die Grundlagen der Shiatsumassage

### Ambito tematico

Salute e stili di vita

### Descrizione

Shiatsu ist eine in der chinesischen Medizin begründete und in Japan weiterentwickelte Massageform, welche Ihre Ursprünge in der klassischen orientalischen Massage hat. Es stellt in seinen Ursprüngen eine Arbeit an den Meridianen dar und soll Energie in Bewegung setzen.

### Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

18.10.2024

### Termine

20.10.2024

### Numero giornate corso

3

### dalle

14:00

### alle

15:30

### Durata

1080 minuti

### Descrizione durata

-

### Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33





Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Destinatari

Interessierte

## Docenti

Karin Innerebner

## Costo del corso

230 € Kursgebühr zzgl. 10 € für Material und Skript direkt an Referentin zu bezahlen

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Qi Gong

## Mehr Energie durch Shaolin Qi Gong

### Ambito tematico

Salute e stili di vita

### Descrizione

Shaolin Qi Gong zeichnet sich durch achtsam und sanft ausgeführte Bewegungen aus.

### Lingua d'offerta

Tedesco

### Inizio

19.10.2024

### Termine

19.10.2024

### Numero giornate corso

1

### dalle

09:00

### alle

16:30

### Durata

360 minuti

### Descrizione durata

-

### Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Destinatari

Interessierte

## Docenti

Ingrid Karnutsch

## Costo del corso

75 € Kursgebühr

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Räuchern mit heimischen Kräutern

## Ambito tematico

Salute e stili di vita

## Descrizione

Das Räuchern mit Kräutern wirkt reinigend, schützend, klärend und heilend. In diesem Seminar lernen sie die Anwendung heimischer Räucherkräuter, Harze und Gehölze kennen.

## Lingua d'offerta

Tedesco

## Inizio

23.11.2024

## Termine

23.11.2024

## Numero giornate corso

1

## dalle

10:00

## alle

16:00

## Durata

270 minuti

## Descrizione durata

-

## Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33



Corsi & Percorsi  
corsiepercorsi.retecivica.bz.it

Zeit für Weiterbildung  
weiterbildung.buergernetz.bz.it

## Destinatari

Interessierte

## Docenti

Andrea Martha Kofler

## Costo del corso

65 € Kursbeitrag

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)

# Rutengehen und Pendeln an besonderen Kraftorten Übungstage im Wahrnehmen

## Ambito tematico

Salute e stili di vita

## Descrizione

Jede Landschaft hat ihre eigene Grundqualität und besonderen Merkmale. Oft zeigen uns Bauwerke/Kirchen, spezielle Pflanzen oder lebendige Quellen die unterschiedlichen Qualitäten an, die vielfach schon unsere Vorfahren für bestimmte Zwecke genutzt haben.

## Lingua d'offerta

Tedesco

## Inizio

27.09.2024

## Termine

29.09.2024

## Numero giornate corso

3

## dalle

15:30

## alle

16:00

## Durata

1020 minuti

## Descrizione durata

-



## Corsi & Percorsi

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

## Luogo

Laces

Coldrano, Via Castello 33

## Destinatari

Interessate

## Docenti

Susanne Schury

Thomas Schury

## Costo del corso

180 € Kursgebühr

## Termine per l'iscrizione

-

## Agenzia/Ente

Coop. Schloss Goldrain

## Pagina del corso

-

## Persona da contattare

Andrea Hanni

Tel. 0473742433

Email [info@schloss-goldrain.com](mailto:info@schloss-goldrain.com)



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