

Internationale Kneippiade 2025 in Südtirol, Algund

Die Eventserie „Algund Balance“ geht im Südtiroler Gartendorf bei Meran mit der Kneippiade 2025 in die zweite Runde

0137
9371137-10*



Algund Balance im kommenden April und Mai ist mit seinem Programm und den vielen Highlights vor der atemberaubenden Kulisse der Texelgruppe ein Fest der Harmonie zwischen Körper, Geist und Seele.

FOTOS: TOURISMUSVEREIN ALGUND



Von entspannten Kräuterwanderungen über Wein-Yoga bis hin zum Debüt der Kneippiade in Algund – das Gartendorf Algund bei Meran in Südtirol veranstaltet im April und Mai 2025 seine zweite „Algund Balance“-Eventserie. Ziel ist es, Besuchern jeden Alters die ANKER (Algunder Natur und Klimatherapie)-Studie greifbar und erlebbar zu machen. Das Besondere dabei: Im Rahmen von Algund Balance findet vom 10. bis 13. April zeitgleich auch zum ersten Mal die Internationale Kneippiade in Algund statt. Besucher jeden Alters dürfen sich also auf ein facettenreiches Programm freuen. Von Achtsamkeitsaktivitäten wie PIWI-Yoga und Kräuterwanderungen bis hin zu kulinarischen Workshops wie Brennesselknödel kochen und die Geheimnisse der vegetarischen Küche von Sternekoch Luis Haller lernen.

Alles um die innere Balance

In den beiden Frühlingsmonaten April und Mai dreht sich im Gartendorf alles wieder um die innere Balance. An fünf Tagen in der Woche dürfen sich Besucher auf wöchentliche Wohlfühlworkshops freuen. Zusätzlich laden spannende Highlights, darunter „PIWI-Yoga“ (Wein-Yoga) und „Kochen mit Sternekoch Luis Haller“ dazu ein, Achtsamkeit in Kombination mit Kulinarik neu zu erleben. Der DA Genussgarten, ein passionierter Biogärtner mit riesigem Blumen- und Gemüsegarten sowie kleinem Geschäft in Meran, lädt zudem zu ökologischen Workshops ein. Interessante Themen dabei: „Düngung, Bodenbearbeitung, Fruchtfolge – Wie gehe

ich mit dem Boden im Garten um?“ oder „Beikräuter und Kulturschutz – Freund oder Feind?“. Den Start der wöchentlichen Aktivitäten von Algund Balance bildet die Tour „Vital durch Algund“ durch Vellau jeden Montag, bei der die heilende Kraft der Natur kennengelernt wird. Während dienstags die entspannte Kräuterwanderung „Duftende Pfade“ zum Entdecken einlädt, finden Teilnehmer im Rahmen von der geführten Wanderung „Magische Plätze im Wald“ durch Vellaus Grün donnerstags versteckte Orte und hören spannende Geschichten zu den Wäldern und dessen Bewohnern. Alternativ findet donnerstags ebenfalls die Yoga-Session „Alpine Stille“ inmitten der Aschbacher Bergwelt statt. Einen kulinarischen Einblick in das Kochen von Brennesselknödeln erhaschen Besucher bei der „Genuss-

werkstatt“ jeden Freitag. Den krönenden Abschluss bildet der Workshop „Die Füße – euer Fundament“ für die Stärkung im Rahmen einer Gehmassage. Weitere einmalige Veranstaltungen sind eine Sonnenuntergangswanderung, Getanzte Anatomie und ein Veganer Garten-Brunch, wie auch der Gartenmarkt: Gartenflair Algund.

Internationale Kneippiade

Vom 10. bis 13. April 2025 findet zudem zum ersten Mal in Algund die Internationale Kneippiade im Peter Thalguteraus in Zusammenarbeit mit Kneipp Südtirol statt. Auf der größten Kneippveranstaltung der Welt wird Besuchern alle zwei Jahre die fünf Säulen der Kneipp-Lehre – Wasser, Ernährung, Bewegung, Kräuter und Lebensordnung – auf innovative Weise nähergebracht.

Ob Fachvorträge, Wasseranwendungen nach Sebastian Kneipp, Gesundheitsmarkt, regionale Kulinarik oder Exkursionen – die Veranstaltung ermutigt dazu, sich mit Gleichgesinnten auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen. Den Höhepunkt bildet ein Pentathlon Kneipp Erlebnisparkours, bei dem Teilnehmer ihre Geschicklichkeit in verschiedenen Kneipp-Disziplinen testen können. „Dieses Event ist eine wunderbare Gelegenheit, die Prinzipien der Kneipp-Therapie weltweit zu verbreiten und die Bedeutung ganzheitlicher Gesundheit zu unterstreichen“, verrät Ulrich Gamper, Bürgermeister von Algund. „Die Kneippiade bringt Menschen zusammen, die eine Leidenschaft für Gesundheit und Wohlbefinden teilen“.

Alpin-mediterran, voller Kontraste

In Algund fühlen sich naturverbundene Genießer zuhause: Das Gartendorf im Meraner Land in Südtirol besticht mit seiner kontrastreichen, alpin-mediterranen Kulisse zwischen 300 und 2.600 Höhenmetern. Sieben abwechslungsreiche Ortsteile laden mit rund 160 Kilometern an Wanderwegen, darunter der berühmte Algunder Waalweg und der Meraner Höhenweg im Naturpark Texelgruppe, sowie zahlreichen Radwegen in verschiedenen Höhenlagen zu gesunder Bewegung ein. Um neue Kraft zu schöpfen, bieten sich viele Ruheplätze, Waldbaden in der Atmosphäre des Algunder Waldes, Achtsamkeitsübungen, geführ-

te Kräuterwanderungen und 50 Kneipp-Stationen an. Ob im traditionellen Gasthaus oder im Sterne-Restaurant, Gäste können sich stets auf eine naturnahe und regionale Küche mit frischen Algunder Qualitätsprodukten verlassen. Kulturelle Erlebnisse, regelmäßige Veranstaltungen sowie passende Unterkünfte für alle Bedürfnisse und mit einer ehrlichen Willkommenskultur runden das Angebot ab. Die Algund Card bietet die kostenlose öffentliche Mobilität. Das Gartendorf Algund ist der qualifizierte Ort für gesundheitsfördernden Outdoor-, Genuss- und Erholungs- sowie Familienurlaub gleichermaßen.

www.algund.info

Infos



FOTO: HOTEL

Zeitgemäß, stilvoll und mit einem Gespür für Qualität und Feingefühl

Suites & Breakfast in Algund bei Meran – der Forsterhof vereint zeitgemäßen Stil mit höchster Qualität und viel Liebe zum Detail. Eingebettet in eine ruhige, zugleich inspirierende Umgebung und so einzigartig wie seine Gäste, ist der Forsterhof im Algunder Ortsteil Forst ein besonderer Ort der Gastfreundschaft.

Die beiden herzlichen Gastgeberinnen Christine und Magdalena Erlacher begrüßen ihre Gäste mit Leidenschaft und natürlichem Charme. Mit einem feinen Gespür für die schönen Dinge des Lebens prägen Mutter und Tochter das Haus bis ins kleinste Detail.

„Slow down“ ist hier nicht nur ein Gefühl, sondern das gelebte Motto. Dazu gehören kulinarische Highlights am Morgen und Nachmittag, ein idyllischer Garten mit Terrasse, beheiztem Pool und Liegewiese, ein Glas Wein oder ein erfrischender Drink am Abend – und natürlich immer ein herzliches Gespräch, gerne verbunden mit Tipps für Ausflüge.

Wer in einem der 25 liebevoll und elegant eingerichteten Zimmer oder Suites wohnt, findet sich inmitten der grünen Natur wieder – ein perfekter Rückzugsort für Ruhe und Erholung.



Weitere Informationen:

der Forsterhof
Familie Erlacher
Brauhausstraße 45, I-39022 Algund / Forst
Tel. +39 0473 448578
info@forsterhof.com
www.forsterhof.com

Urlauben Sie im Forsterhof, lassen Sie los und geben sich voll und ganz den Vorzügen einer Auszeit in Südtirol hin. Erleben Sie die angenehme Ruhe und das feine Gespür für Service mit großem Bewusstsein für Qualität.

► **Wir verlosen heute** einen Gutschein über 4 Übernachtungen im Forsterhof für 2 Personen im Doppelzimmer inklusive persönlichem Frühstücksglück, jeden Tag frisch an Ihrem Tisch serviert. Der Gutschein ist ein Jahr lang gültig und direkt im Forsterhof nach Verfügbarkeit einlösbar.

► Rätsel-Telefon: Wenn Sie die Lösung wissen und mitspielen wollen, dann rufen Sie die Gewinn-Hotline an unter: **0137/9371137-10**

Teilnahmeschluss: Dienstag, 24 Uhr

► **Rätselfrage: Wie heißt die Eventserie, die im Frühjahr in Algund veranstaltet wird?**

Lösung vom 11. Januar: 4.-16. Februar

► Rechtshinweis:

*50 Cent pro Anruf aus dem deutschen Festnetz und Mobilfunk. Teilnahme erst ab 18 Jahren möglich; ausgeschlossen sind Mitarbeiter des Verlags oder verbundener Unternehmen. Das Los entscheidet und die Gewinner werden kurzfristig benachrichtigt. Keine sonstigen Kostenübernahmen. Im Übrigen finden Sie unsere Teilnahmebedingungen und Datenschutzhinweise auch unter: <https://leserservice.saarbruecker-zeitung.de/services/gewinnspiele>