



## Almleuchten: Sonnenaufgangswanderung auf die Villanderer Alm

Die ersten Strahlen der aufgehenden Sonne tauchen Berge, Wiesen und Wälder langsam in sanftes Licht.

Wir halten aufmerksam inne, begrüßen den neuen Tag und spüren die Kraft des alltäglichen Neubeginns. Beim Barfußgehen in der Wassertretanlage aktivieren wir Körper und Geist: Am frühen Frühlingsmorgen kommen wir in Schwung, nehmen Atem und Herzschlag bewusst wahr und erwachen gemeinsam mit der Natur. Am Gipfel angekommen, spüren wir die Kraft des Sonnenaufgangs und das Urvertrauen in diesen ewigen Rhythmus, der uns Zuversicht verleiht und stärkt. Wie gut, dass wir das warme Bett verlassen haben, um das Heute zu begrüßen!

**Durchführung:** Dienstag, 16. Mai und 6. Juni 2017 und Samstag, 3. Juni 2017  
4–8 Uhr (anschließend Frühstück)

**Veranstaltungsort:** Villanderer Alm

**Treffpunkt:** Bei der Gasserhütte neben dem Parkplatz Saltnerstein

**Teilnehmer:** max. 16 Personen

**Teilnahmegebühr:** 10 € (mit Gästekarte kostenlos)

**Weitere Informationen:** Gemütliche Wanderung zum Totenkirchlein - reine Gehzeit: ca. 2 Stunden - Leichte Wanderausrüstung, Sonnen- und Regenschutz, Sitzkissen, etwas zum Essen und zum Trinken für unterwegs

Anschließend gibt es auf der Gasserhütte ein heimisch-herzhaftes Sonnenaufgangsf Frühstück mit Südtiroler Produkten (nicht verpflichtend).

Kosten Frühstück: 10 € (nicht im Preis inbegriffen)

**Anmeldung & Info:** Innerhalb 17 Uhr des Vortages

Tourismusbüro Villanders, T +39 0472 843 121, [info@villanders.info](mailto:info@villanders.info)

Tourismusbüro Klausen, T +39 0472 847 424, [info@klausen.it](mailto:info@klausen.it)



**Expertin:** Monika Engl

*Diplomierte Lebensberaterin, Ausbildung für Biodynamische Massage, Tanzpädagogin, Kneipp-Gesundheitstrainerin, Shaolin-Qi-Gong-Trainerin, Entspannungstrainerin, Ritualfortbildung*