

# UNSER WOCHENPROGRAMM

9. - 15. Februar 2026



## SPA-ROSA-AKTIVITÄTEN

\* = Treff an der SPA-ROSA-Rezeption | Anmeldung spätestens am Vortag bis 19:00 Uhr | kostenfrei



## AKTIVITÄTEN KLEINWALSERTAL

\* = Anmeldung mindestens 1 Tag im Voraus am Empfang oder im Walserhaus | z.T. kostenpflichtig



## IFEN HOTEL-AKTIVITÄTEN

\* = Anmeldung mindestens 1 Tag im Voraus am Empfang | kostenfrei

MONTAG 09.02.1026	DIENSTAG 10.02.2026	MITTWOCH 11.02.2026	DONNERSTAG 12.02.2026	FREITAG 13.02.2026	SAMSTAG 14.02.2026	SONNTAG 15.02.2026
7.30 - 11.00 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11.00 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11.00 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11.00 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11.00 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11.00 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11.00 Uhr IFEN Frühstück
		8.00 - 9.00 Uhr Yoga mit Veronika* im SPA-ROSA Kursraum			8.00 - 9.00 Uhr Yoga mit Veronika* im SPA-ROSA Kursraum	
		9.30 - 12.30 Uhr Schneeschuh- wanderung* mit Marion Treffpunkt: Hotellobby			9.15 - 14.15 Uhr Schneeschuh Grenzgängertour* Treff: Walserhaus, Hirschegg Preis: € 80 / Person (ab 4 Teilnehmern)	
14.00 - 16.00 Uhr IFEN Alpenjause	14.00 - 16.00 Uhr IFEN Alpenjause	14.00 - 16.00 Uhr IFEN Alpenjause	14.00 - 16.00 Uhr IFEN Alpenjause	14.00 - 16.00 Uhr IFEN Alpenjause	14.00 - 16.00 Uhr IFEN Alpenjause	14.00 - 16.00 Uhr IFEN Alpenjause
14.00 - 20.00 Uhr Größte Feuerzangenbowle der Welt Geselligkeit und ein Hauch Nostalgie am Eislaufplatz, Riezlern	13.30 - 16.00 Uhr Schneeschuhtour Melköde* Treff: Ifen Talstation Preis: € 54 / Person (ab 4 Teilnehmern)		14.00 - 15.30 Uhr Führung Heini Klopfer Skiflugschanze, Oberstdorf* Treff: Schanzenauslauf	15.00 - 15.30 Uhr Eiszischer in Finnischer Sauna		14.00 - 20.00 Uhr Größte Feuerzangenbowle der Welt Geselligkeit und ein Hauch Nostalgie am Eislaufplatz, Riezlern
15.00 - 15.30 Uhr Eiszischer in Finnischer Sauna	16.00 - 16.30 Uhr Eiszischer in Finnischer Sauna		13.00 - 15.00 Uhr Exklusive Meditations- reise mit Andrea* im SPA-ROSA Kursraum Intensives, individuell geführtes Erlebnis, das Körper, Geist und Seele in Einklang bringt. Preis: € 49 / Person (ab 2 Teilnehmern)	16.00 - 16.30 Uhr Saunaaufguss „Alpenglühlen“ in Finnischer Sauna	16.00 - 16.30 Uhr Eiszischer in Finnischer Sauna	15.00 - 15.30 Uhr Eiszischer in Finnischer Sauna
16.00 - 16.30 Uhr Saunaaufguss „INSUI Special“ in Finnischer Sauna	ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna	ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna		ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna	ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna	16.00 - 16.30 Uhr Saunaaufguss „Walser Abendruhe“ in Finnischer Sauna
ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna	17.00 - 17.30 Uhr Eiszischer in Finnischer Sauna		16.00 - 16.30 Uhr Eiszischer in Finnischer Sauna	17.00 - 17.30 Uhr Saunaaufguss „IFEN Balance“ in Finnischer Sauna	17.00 - 17.30 Uhr Eiszischer in Finnischer Sauna	ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna
	17.15 - 18.15 Uhr Klangmeditation mit Andrea* im SPA-ROSA Kursraum		ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna	17.00 - 18.00 Uhr Yoga mit Veronika* im SPA-ROSA Kursraum		
18.30 - 21.00 Uhr Abendessen	18.30 - 21.00 Uhr Abendessen	18.30 - 21.00 Uhr Abendessen	18.30 - 21.00 Uhr Abendessen	18.30 - 21.00 Uhr Abendessen	18.30 - 21.00 Uhr Abendessen	18.30 - 21.00 Uhr Abendessen
		19.00 - 21.00 Uhr Nachtskifahren am Kesslerlift, Riezlern Preis: € 19 / Erwachsener bzw. € 12 / Kind		am Abend Livemusik in der Alpenlounge	am Abend Livemusik in der Alpenlounge	