

UNSER WOCHENPROGRAMM

9. - 15. März 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 09.03.2026	DIENTAG 10.03.2026	MITTWOCH 11.03.2026	DONNERSTAG 12.03.2026	FREITAG 13.03.2026	SAMSTAG 14.03.2026	SONNTAG 15.03.2026
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	9.35 - 14.45 Uhr Panorama Schneeschuhtour Gottesacker* Treff: Snowcompany Shop, Ifen Talstation Preis: € 80 / Person zzgl. Liftkarte (ab 4 Teilnehmern)	ganztägig Valley of Sound Das Musikfestival das die Berge zum Beben bringt. Auf mehreren Bühnen und Locations, im Tal und auf dem Berg, Live-Acts verschiedener Stile erleben.	ganztägig Valley of Sound Das Musikfestival das die Berge zum Beben bringt. Auf mehreren Bühnen und Locations, im Tal und auf dem Berg, Live-Acts verschiedener Stile erleben.	ganztägig Valley of Sound Das Musikfestival das die Berge zum Beben bringt. Auf mehreren Bühnen und Locations, im Tal und auf dem Berg, Live-Acts verschiedener Stile erleben.
		9.30 - 12.30 Uhr Schneeschuhtour mit Marion* Treffpunkt: Hotellobby				
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
	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	16.00 - 16.30 Uhr Eiszischer in finnischer Sauna	16.00 - 16.30 Uhr Eiszischer in finnischer Sauna	
16.00 - 16.30 Uhr Eiszischer in finnischer Sauna	16.00 - 16.30 Uhr Saunaaufguss „INSUI Special“ 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)			
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	ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna	ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna
17.00 - 17.30 Uhr Eiszischer in finnischer Sauna	17.00 - 17.30 Uhr Eiszischer in finnischer Sauna		16.00 - 16.30 Uhr Eiszischer in finnischer Sauna	17.00 - 17.30 Uhr Saunaaufguss „Gletscherbrise“ in finnischer Sauna	17.00 - 17.30 Uhr Saunaaufguss „IFEN Special“ in finnischer Sauna	
	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	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	