

Unser Wochenprogramm.

28. September - 4. Oktober 2026

Montag 28.09.2026	Dienstag 29.09.2026	Mittwoch 30.09.2026	Donnerstag 01.10.2026	Freitag 02.10.2026	Samstag 03.10.2026	Sonntag 04.10.2026
7.30 - 11 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11 Uhr IFEN Frühstück	7.30 - 11 Uhr IFEN Frühstück
10 - 16 Uhr Canyoning* Entdecke verborgene Wasserfälle, glasklare Becken, Schluchten und andere unglaubliche Naturschauspiele entlang des Wasserlaufs. Treffpunkt: Walserhaus, Hirschegg Preis: € 108 / Person (4 - 7 Teilnehmer) 	ganztägig Schnitzeljagd mit QR Code "The Old Village" Interaktive Schnitzeljagd mit dem Smartphone, von Mittelberg nach Baad. Was Du benötigst: Smartphone, kostenlose App "Actionbound", FreeWifi Kleinwalsertal (Platz Walserhaus) und den „Start-QR-Code“ bei Kleinwalsertal Tourismus im Walserhaus, Hirschegg 	8 - 9 Uhr Yoga mit Veronika* im SPA-ROSA Kursraum  9.30 - 12.30 Uhr Geführte, leichte Wanderung entlang des Schwarzwasserbachs* mit unserer Wanderführerin Marion. Treffpunkt: Lobby 	9.30 - 15.30 Uhr E-Bike Tour für Fortgeschrittene* Grenzüberschreitende Rundtour mit professionellem Bike-Guide auf den schönsten Strecken rund um die Walser Berge und das Allgäu. Treffpunkt: Sport Kessler, Riezern Preis: € 45 / Person (exklusive Bike) Bikes können vorab geliehen werden, bitte rechtzeitig reservieren! 	9 - 12.30 Uhr Walser Wochenmarkt Frisches. Besonderes. Spezialitäten aus der Region. Am Walserhaus, Hirschegg  10 - 16 Uhr Canyoning* Entdecke verborgene Wasserfälle, glasklare Becken, Schluchten und andere unglaubliche Naturschauspiele entlang des Wasserlaufs. Treffpunkt: Walserhaus, Hirschegg Preis: € 108 / Person (4 - 7 Teilnehmer) 	8 - 9 Uhr Yoga mit Veronika* im SPA-ROSA Kursraum  10 - 16 Uhr Canyoning* Entdecke verborgene Wasserfälle, glasklare Becken, Schluchten und andere unglaubliche Naturschauspiele entlang des Wasserlaufs. Treffpunkt: Walserhaus, Hirschegg Preis: € 108 / Person (4 - 7 Teilnehmer) 	10 - 15 Uhr Tages-Klettersteigkurs für Anfänger* Einführung zu Materialkunde, Tritt- und Sicherungstechnik im Klettergarten. Mittags Durchsteigung Walser Klettersteig an der Kanzelwand. Treffpunkt: Klettergarten, 500 m vor der Ifen Talstation, rechts. Preis: € 100 / Person (4-7 Teilnehmer) 
14 - 16 Uhr IFEN Alpenjause	14 - 16 Uhr IFEN Alpenjause	14 - 16 Uhr IFEN Alpenjause	14 - 16 Uhr IFEN Alpenjause	14 - 16 Uhr IFEN Alpenjause	14 - 16 Uhr IFEN Alpenjause	14 - 16 Uhr IFEN Alpenjause
14 - 15.30 Uhr Führung Heini Klopfer Skiflugschanze, Oberstdorf* Treffpunkt: Schanzenauslauf 			14 - 15.30 Uhr Führung Heini Klopfer Skiflugschanze, Oberstdorf* Treffpunkt: Schanzenauslauf 		13.30 - 14.15 Uhr PRIMAVERA DIY Workshop "Peeling" * im SPA-ROSA Kreieren Sie Ihr eigenes Peeling mit den ätherischen Ölen und Essenzen von Primavera Preis: € 15 / Person 	
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 	ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna 
	17.15 - 18.15 Uhr Klangmeditation mit Andrea* im SPA-ROSA Kursraum 		17 - 18 Uhr Yin Yoga mit Maxi* im SPA-ROSA Kursraum 	17 - 18 Uhr Yoga mit Veronika* im SPA-ROSA Kursraum 		
18.30 - 21 Uhr Abendessen	18.30 - 21 Uhr Abendessen	18.30 - 21 Uhr Abendessen	18.30 - 21 Uhr Abendessen	18.30 - 21 Uhr Abendessen	18.30 - 21 Uhr Abendessen	18.30 - 21 Uhr Abendessen
				am Abend Livemusik in der Alpenlounge 	am Abend Livemusik in der Alpenlounge 	

Erklärung:



SPA-ROSA-Aktivitäten:

* = Treffpunkt an der SPA-ROSA-Rezeption
Anmeldung spätestens am Vortag
bis 19 Uhr | meist kostenfrei



A-ROSA Ifen Hotel-Aktivitäten:

* = Anmeldung mindestens 1 Tag im Voraus
meist kostenfrei



Kleinwalsertal Aktivitäten:

* = Anmeldung mindestens 1 Tag im Voraus
am Empfang, direkt im Walserhaus oder
online | meist kostenpflichtig