

UNSER WOCHENPROGRAMM

19. - 25. Januar 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 19.01.2026	DIENSTAG 20.01.2026	MITTWOCH 21.01.2026	DONNERSTAG 22.01.2026	FREITAG 23.01.2026	SAMSTAG 24.01.2026	SONNTAG 25.01.2026
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	8.30 - 9.00 Uhr Aqua Fit mit Lenka* im SPA-ROSA Innenpool		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	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			16.00 - 16.30 Uhr Saunaaufguss „Alpenminze“ in Finnischer Sauna	16.00 - 16.30 Uhr Saunaaufguss „Gipfelsturm“ 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	ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna	16.00 - 16.30 Uhr Saunaaufguss „Walser Waldbad“ in Finnischer Sauna
ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna	17.00 - 17.30 Uhr Eiszischer in Finnischer Sauna			17.00 - 17.30 Uhr Saunaaufguss „Winterharmonie“ in Finnischer Sauna	17.00 - 17.30 Uhr Saunaaufguss „Felsenruhe“ in Finnischer Sauna	ab 16.30 Uhr Dampfbadpeeling in der Dampfsauna
	17.15 - 18.15 Uhr Klangmeditation mit Andrea* im SPA-ROSA Kursraum			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	