

# Wochenprogramm „GROSSARLER HOF“



## MONTAG

### Mountainbike-Tour mit Markus Andexer.

Die Tour führt zu unserer Mooslehenalm (1.449 m). Zu bewältigen sind ca. **9 Kilometer** und **600 Höhenmeter**. Aufstiegsdauer ca. 1,5 Stunden. Treffpunkt ist um 14.30 Uhr beim Aktiv-Treffpunkt am Bergbahnen-Parkplatz, Rückkehr ca. 18.00 Uhr. Anmeldung bis Sonntag, 17.00 Uhr, an der Rezeption. (Anmerkung: für Kinder ab 14 Jahren geeignet, gute Kondition, Ausdauer und Fahrkenntnisse auf Schotterwegen erforderlich, Mountainbike, Fahrradhelm, Getränke, Regenschutz und ev. Kleidung zum Wechseln mitbringen, nur bei trockenem Wetter)

### Unser Weinkeller ist für Sie geöffnet!

Ab 20.30 Uhr ist unser uriger Weinkeller für Sie geöffnet. Kommen Sie auf ein gemütliches Glas Wein! Markus Andexer freut sich auf Ihren Besuch und kredenzt gerne eine kleine Auswahl von unserem vielfältigen Sortiment. Keine Anmeldung erforderlich!

(Kostenpflichtig: Die Konsumation buchen wir gerne auf Ihr Zimmer)

## DIENSTAG

### Almwanderung mit Karoline Andexer

Nähere Infos zur Wanderung finden Sie an der Infotafel an der Rezeption. Treffpunkt zwischen 09.00 und 10.00 Uhr in der Lobby, je nach Wanderung. Mindestteilnehmer: 4 Personen. Unkostenbeitrag für den Transfer: € 8 pro Person. Anmeldung bis zum Vortag an der Rezeption.

### Aktivprogramm Großarlal – Wildwasser-Rafting

Eine 12 km lange und abenteuerliche Wildwasserfahrt auf der Salzach bietet pure Erfrischung für Körper und Geist. Ein Höchstmaß an Sicherheit und Fahrspaß wird durch die Verwendung von wendigen Rafts mit einer maximalen Passagierzahl von 8 Personen pro Boot erreicht (mehrere Boote für Gruppen). Treffpunkt: 08.15 Uhr beim Aktiv-Treffpunkt am Bergbahnen-Parkplatz. Kosten: € 58 pro Person. Anmeldung bis zum Vortag, 18.00 Uhr, an der Rezeption. (Anmerkung: Rückkehr: ca. 13.30 Uhr, ab 8 Jahren – Kinder von 8 bis 15 Jahre nur in Begleitung, Badebekleidung, Handtücher, Saunautensilien, Getränke und wasserfeste Sonnencreme mitnehmen. Mindestteilnehmer: 4 Personen, max. 16 Teilnehmer möglich; Schwimmkenntnisse erforderlich)

### BERG-GESUND Klettersteig-Schnuppern

Wanderung zum Einstieg des Klettersteigs. Unter fachkundiger Anleitung machen wir uns mit der Ausrüstung bekannt und klettern zum Auftakt den Gletschergoaß-Klettersteig hinauf. Treffpunkt: 09.00 Uhr bei der Wander-Infotafel im Ortszentrum von Hüttschlag. Kosten: € 50 pro Person. Eine Anmeldung ist bis zum Vortag um 15.00 Uhr auf der Homepage von [www.berggesund.at](http://www.berggesund.at) oder an unserer Rezeption erforderlich. (Anmerkung: Rückkehr: ca. 12.00 Uhr, max. 6 Personen, Mindestalter: 10 Jahre. Sportbekleidung, feste Wanderschuhe und etwas zum Trinken erforderlich, Klettersteigset – Gurt, Helm und Handschuhe – können bei den Sportfachgeschäften in Großarl ausgeliehen werden. Die Mitnahme von Hunden ist nicht erlaubt)

### BERG-GESUND-Yoga-Wanderung

Fahrt mit dem Taxi zum Geßleggbauern. Gemütliche Wanderung in unberührter Natur. Auf den Kraftplätzen führen wir unsere Übungen durch. Rückfahrt mit dem Taxi. Treffpunkt: 09.00 Uhr am Aktiv-Treffpunkt am Bergbahnen-Parkplatz. Kosten: € 30 pro Person. Eine Anmeldung ist bis zum Vortag um 17.00 Uhr auf der Homepage von [www.berggesund.at](http://www.berggesund.at) oder an unserer Rezeption erforderlich. (Anmerkung: Rückkehr:



ca. 13.00 Uhr, max. 8 Personen, Mindestalter: 15 Jahre. Die Kosten für das Wandertaxi sind von jedem Teilnehmer zu bezahlen. Wanderbekleidung, Wanderschuhe und etwas zum Trinken erforderlich, die Mitnahme von Hunden ist nicht erlaubt)



### **Aktivprogramm Großarlal – geführte Segwaytour**

Zusammen mit einem Tourguide fahren Sie mit dem Elektro-Motorroller entlang des Talwander- und Radweges. Treffpunkt: 16.00 Uhr beim Aktiv-Treffpunkt am Bergbahnen-Parkplatz. Kosten: € 35 pro Person. Eine Anmeldung ist bis zum Vortag um 18.00 Uhr bei Sport 2000 Kendlbacher, Tel. +43 6414/210, oder an unserer Rezeption erforderlich. (Anmerkung: Bei Bedarf wird noch eine weitere Tour um 17.00 Uhr angeboten, Rückkehr: ca. 17.00 Uhr, Fahrzeit: ca. ¾ Stunde, mind. 4 Personen – max. 8 Personen, Mindestalter: 12 Jahre. Spaß, Geschick, festes Schuhwerk, dem Wetter entsprechende Kleidung erforderlich, falls vorhanden Radhelm und Radhandschuhe mitbringen)

## **MITTWOCH**

### **Wildkräuter-Wanderung mit Katharina Kühr**

Anschließend genießen Sie ein Wildkräuterbuffet mit Kräuterpädagogin Katharina Kühr. Praktische Anleitung für den Umgang mit Wildpflanzen, Beikräutern, Blumen und Heilpflanzen. Treffpunkt: 10.30 Uhr vor der Raiffeisenbank in Großarl. Kosten: € 30 pro Person. Anmeldung bis zum Vortag, 10.00 Uhr, an der Rezeption. (Anmerkung: Dauer: ca. 4 ½ Stunden, Rückkehr: ca. 15.00 Uhr, Mindestteilnehmer: 3 Personen – nur Erwachsene, Schreibutensilien)

### **Aktivprogramm Großarlal – Bogenschießen**

Ein 3D-Pfeilbogenparcours, abwechslungsreich und abenteuerlich gestaltet ist. Gemeinsam mit einem Guide machen Sie sich auf die Jagd. Suchen Sie die 14 Alpentiere und stellen Sie Ihre Treffsicherheit unter Beweis. Anschließend steht einem gemütlichen Nachmittag auf der Hoamalm nichts mehr im Wege. Treffpunkt: 10.00 oder ab 12.00 Uhr auf der Hoamalm. Kosten: € 12 pro Person. Anmeldung bis zum Vortag, 18.00 Uhr, an der Rezeption. (Anmerkung: Rückkehr: ca. 12.30 bzw. 14.30 Uhr, ab 8 Jahren. Feste Freizeitschuhe, etwas Kondition sowie gute Laune erforderlich, max. 15 Teilnehmer möglich, ohne Führung ist das Bogenschießen jederzeit möglich)

## **DONNERSTAG**

### **Almwanderung mit Karoline**

Nähere Infos zur Wanderung finden Sie an der Infotafel an der Rezeption. Treffpunkt zwischen 09.00 und 10.00 Uhr in der Lobby, je nach Wanderung. Mindestteilnehmer: 6 Personen. Unkostenbeitrag für den Transfer: € 8 pro Person. Anmeldung bis zum Vortag an der Rezeption.

### **Aktivprogramm Großarlal – Canyoning**

Gut verpackt im wärmenden Neoprenanzug „wandern“ Sie mit einem staatlich geprüften Führer zwischen spektakulären Felsformationen und steil aufragenden Felswänden. Das Besondere sind die zahlreichen Sprünge aus unterschiedlicher Höhe, die wahlweise auch abseilbar sind. Treffpunkt: 08.15 Uhr beim Aktiv-Treffpunkt am Bergbahnen-Parkplatz. Kosten: € 67 pro Person. Anmeldung bis zum Vortag, 18.00 Uhr, an der Rezeption. (Anmerkung: Rückkehr: ca. 14.30 Uhr, ab 12 Jahren – Kinder von 12 bis 15 Jahre nur in Begleitung. Schwimmkenntnisse, Trittsicherheit und Sprungbereitschaft von min. 2 m Höhe erforderlich. Ausrüstung: festes Schuhwerk mit Profilsohle, Badebekleidung, Handtücher, Saunautensilien, wasserfeste Sonnencreme mitnehmen, Mindestteilnehmer: 4 Personen, max. 16 Teilnehmer)



## **BERG-GESUND-Felskletter-Schnuppern**

Beim „Brettei Palfen“ stehen uns acht Kletterrouten (Schwierigkeitsgrade: drei bis acht) zur Verfügung. Der staatlich geprüfte Bergführer wird uns die Grundbegriffe des Felskletterns zeigen. Kosten: € 50 pro Person. Für Gäste der BERG-GESUND-Mitgliedsbetriebe ist die Teilnahme kostenlos. Treffpunkt: 09.00 Uhr bei der Einfahrt Auto Gschwandtl. Eine Anmeldung ist bis zum Vortag um 15.00 Uhr auf der Homepage von [www.berggesund.at](http://www.berggesund.at) oder an unserer Rezeption erforderlich. (Anmerkung: Rückkehr: ca. 12.00 Uhr, max. 6 Personen, Mindestalter: 10 Jahre. Sportbekleidung, Wanderschuhe und etwas zum Trinken erforderlich, Klettersteigset – Gurt, Helm und Handschuhe – kann beim Bergführer gegen Entgelt ausgeliehen werden. Die Mitnahme von Hunden ist aus Rücksicht auf die Gruppe nicht erlaubt)

## **FREITAG**

### **Aktivprogramm Großarlal – Zorbing**

Durch den Tunnel gelangen Sie in das Innere der aufgeblasenen Kugel. Mit dem Zorb rollen Sie den Hang hinunter – jede Umdrehung sorgt für einen Adrenalinkick pur. An heißen Tagen ist auch Hydro-Zorbing möglich. Treffpunkt: 10.00 Uhr beim Aktiv-Treffpunkt am Bergbahnen-Parkplatz. Kosten: € 45 pro Person. Anmeldung bis zum Vortag, 18.00 Uhr, an der Rezeption. (Anmerkung: Rückkehr: ca. 13.00 Uhr, ab 5 Jahren – Kinder von 5 bis 12 Jahre nur in Begleitung, Mindestgröße 125 cm. Schwindelfreiheit erforderlich. Ausrüstung: bequeme Sportbekleidung, Sportschuhe, bei schönem Wetter Badetuch und Handtuch, weitere Rides: € 10 pro Person im 2er-Zorb. Mindestteilnehmer: 6 Personen, max. 16 Teilnehmer)

### **Aktivprogramm Großarlal – geführte Segwaytour**

Zusammen mit einem Tourguide fahren Sie mit dem Elektro-Motorroller entlang des Talwander- und Radweges. Treffpunkt: 16.00 Uhr beim Aktiv-Treffpunkt am Bergbahnen-Parkplatz. Kosten: € 35 pro Person. Eine Anmeldung ist bis Mittwoch um 18.00 Uhr bei Sport 2000 Kendlbacher, Tel. +43 6414/210, oder an unserer Rezeption erforderlich. (Anmerkung: Rückkehr: ca. 17.00 Uhr, Fahrzeit: ca. ¾ Stunde, mind. 4 Personen – max. 8 Personen, Mindestalter: 12 Jahre. Spaß, Geschick, festes Schuhwerk, dem Wetter entsprechende Kleidung erforderlich, falls vorhanden Radhelm und Radhandschuhe mitbringen. Bei Bedarf wird noch eine weitere Tour um 17.00 Uhr angeboten)

Änderungen vorbehalten!

