

INKLUSIVE
VIKTORIA HIGHLIGHT



WOCHENPROGRAMM

05.07.2025 - 12.07.2025

Herzlich Willkommen im Alpine SPA Resort Viktoria,
ein Ort mit reichlich Platz
zum Genießen, Wohlfühlen & Träumen.



Hotel Alpine Spa Resort Viktoria ****s
Falzebenerstraße 9
39010 Hafling - Südtirol
Tel.: +39 0473 279422
E-Mail: info@hotel-viktoria.com

WOCHENPROGRAMM



SAMSTAG

FITNESS

11:00-11:45
Cardio (no jumping)
14:35-15:20
Pilates & Mobility

SAUNA

16:30 **Relax-Aufguss**
17:30 **Eventaufguss**
Emotion
18:15 **Thymian-Limette-
Peeling**



Salatbuffet

05. JULI

- **STÄDTEFÜHRUNG IN MERAN**
- Erleben Sie Meran aus einer neuen Perspektive! Auf dieser Stadtführung, unter der
- Leitung erfahrener und kompetenter Stadtführer, entdecken Sie nicht nur die
- bekannten Sehenswürdigkeiten, sondern auch versteckte Ecken und spannende
- Details. Ideal für alle, die die Stadt auf eine besondere Art und Weise erkunden
- möchten – selbst für eingefleischte Kenner gibt es hier noch Neues zu entdecken.
- Tauchen Sie ein in die Geschichte und das Flair von Meran!
-
- **Uhrzeit:** 10:00 - 11:30 Uhr
- **Treffpunkt:** 10 Minuten vorher in der Kurverwaltung
- **Ort:** Freiheitsstraße 45, 39012 Meran
- **Preise:** € 12,00 pro Person (ab 12 Jahren)
- **Anmeldung:** erforderlich, online oder bei der Kurverwaltung Meran unter
- +39 0473 272000 oder info@meran.eu
-



SONNTAG

FITNESS

16:30 **Themenaufguss**
Birken
17:30 **Relax-Aufguss**
18:15 **Joghurt-Gurken-
Peeling**

SAUNA



Salatbuffet

06. JULI

- **GALOPPRENNEN AM MERANER PFERDERENNPLATZ**
- Hürden- und Flachgalopprennen auf einer der schönsten Rennbahnen Europas.
- Verschiedene Rahmenveranstaltungen werden angeboten: Live-Musik-
- Performances. Ponyreiten für Kinder und die Möglichkeit, an einer
- Rennplatzführung teilzunehmen, bei der die Pisten und Herzstücke der
- Pferdesportanlage hautnah erlebt werden können.
-
- Eine Stunde vor Rennbeginn wird eine Rennplatzführung angeboten, bei der die
- Pisten und Herzstücke der Pferdesportanlage hautnah erlebt werden können.
-
- **Uhrzeit:** 14:00 - 18:00 Uhr
- **Ort:** Pferderennplatz Meran, Gampenstraße 140, 39012 Meran
- **Kontakt:** Merano Galoppo GmbH Tel: +39 0473 446222
- **Preise:** 4,00 € Erwachsene ermäßigt älter als 65 Jahre
- 9,00 € Erwachsene Normal
- 15,00 € Erwachsene Eintritt + Führung
-
- **Keine Anmeldung erforderlich!**
-



MONTAG

FITNESS

08:30 - 09:25
Yoga
09:35 - 10:10
Meditation
14:00 - 15:15
Cardio & Stretching

SAUNA

16:30 **Klassischer Aufguss**
17:30 **Themenaufguss**
Nightsky
18:15 **Joghurt-Peeling**



Dessertbuffet

07. JULI

- **LATERNENWANDERUNG**
- Wir treffen uns an der Rezeption und wandern gemütlich nach St. Kathrein.
- Ein traumhafter Ausblick belohnt Ihre Laternenwanderung und wird Ihre
- Urlaubsgefühl anfeuern.
-
- **Start:** 21.30 Uhr an der Rezeption
- **Gesamtzeit:** ca. 50 Minuten
- **Rückkehr:** ca. 22:30 Uhr
- **Mindestteilnehmerzahl:** 4 Personen
- (nur bei guter Witterung)
- **Anmeldung:** bitte bis 19:00 Uhr an der Rezeption
- oder über unseren digitalen Concierge
-





DIENSTAG

FITNESS

11:00-11:45

HIIT Pilates

16:05-16:45

Yogapilates flow

SAUNA

15:30

Hamam

im 45°C KräuterNebel

Anmeldung: bis 14:30

Uhr an der Rezeption

Maximalteilnehmer

8 Personen

Kosten

€ 15,00 pro Person

16:30

Klassischer Aufguss

17:30

Eventaufguss

Conquest of Paradise

18:15

Früchte-Salz-Peeling



Südtiroler Abend



MITTWOCH

FITNESS

08:00 - 09:00

Wassermeditation

09:15 - 10:00

Klangschalenmeditation

10:15 - 11:00

Kraft der Atmung

11:00-11:45

Muskelaufbau ohne

Geräte

16:05-16:45

Slow flow Pilates

SAUNA

16:30

Aufguss Klassisch-

Modern

17:30

Eventaufguss

König der Löwen

18:15

Kräuter-Pesto-

Peeling



Galadinner



DONNERSTAG

FITNESS

08:30-09:25

Yoga

09:35-10:10

Forest Therapy

SAUNA

16:30

Themenaufguss

Oldies

17:30

Eventaufguss

Tiroler

18:15

Honig-Peeling



Italienischer Abend

08. JULI

GEFÜHRTE E-BIKETOUR ÜBER DEN TSCHÖGGLBERG

- Jeden Dienstag begleitet Sie Bikeguide Markus ab Hafling auf eine abwechslungsreiche E-Mountainbike-Tour über den Tschöggberg. Die Route führt über Moschwald Alm und Maiser Alm bis zum E5 und weiter zum Kreuzjöchl – mit herrlichem Panoramablick auf Südtirols Bergwelt.
- Die Tour verläuft auf Wald- und Forstwegen, mit einigen technisch anspruchsvolleren Passagen. Unterwegs gibt es Fahrtechniktipp, Fotostopps und wertvolle Hinweise zum sicheren Biken im Gelände.
- Tourentermine und Routen können wetter- oder krankheitsbedingt kurzfristig angepasst oder abgesagt werden. Bei allen geführten Touren gilt Helmpflicht – ein kostenloser Leihhelm ist auf Wunsch erhältlich.

Uhrzeit: 09:30 - 13:30 Uhr

Preise: E-MTB € 35,00

Treffpunkt: Parkplatz Nusser, Hafling

Anmeldung: bitte bis 16:00 Uhr am Vortag an der Rezeption

oder über unseren digitalen Concierge

09. JULI

LAMA- UND ALPAKAWANDERUNG MIT UNSERER MITARBEITERIN RIKI

- Erleben Sie unvergessliche Momente in der Natur bei einer Lama- und Alpakawanderung!
- Die neugierigen und intelligenten Tiere begleiten Sie durch malerische Landschaften von Vöran und sorgen für eine entspannte Atmosphäre, abseits von Lärm und Hektik. Die Wanderung bietet eine besondere Verbindung zur Natur und den Tieren.
- Lassen Sie sich von der Ruhe und Gelassenheit der Lamas und Alpakas inspirieren und genießen Sie eine Auszeit vom Alltag!

Hinweis: Die Wanderung findet jeden Montag, Mittwoch und Freitag statt!

Start: 14:30 Uhr bei Lapakafun in Vöran

Vöraner Straße 88, 39010 Vöran

Dauer: ca. 1,5h- 2h

Preis: € 35,00 pro Person und Tier

€ 20,00 pro Begleitperson ab 10 Jahren ohne Tier

Mindestteilnehmer: 4 Personen

Mitzubringen: Gutes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung.

Hunde sind leider **nicht** erlaubt.

Anmeldung: bitte bis 19:00 Uhr am Vortag an der Rezeption oder unter folgender

Telefonnummer +39 3402687045

Bei schlechter Witterung findet die Wanderung leider nicht statt!

10. JULI

GEFÜHRTE HAUSGÄSTEWANDERUNG MIT CHRISTIANE ZUM KNOTTNKINO

- Begleiten Sie unsere Fitnesstrainerin und Saunameisterin Christiane auf einer geführten Hausgästewanderung zum Knottnkino.
- Dort angekommen können Sie einen atemberaubenden Blick über das Etschtal genießen. Erleben Sie die vielfältigen Facetten unseres Heimatdorfes und das Erwachen des Frühlings.

Uhrzeit: 09:00 - 13:00 Uhr

Treffpunkt: Hoteleingang

Anmeldung: bitte bis 19:00 Uhr am Vortag an der Rezeption

oder über unseren digitalen Concierge





FREITAG

SAUNA
FITNESS

SAUNA
FITNESS

11:00-11:45
Jumping jacks Workout
14:35-15:20
Abs & Glutes Workout

15:30 **Banja - Aufguss**
16:30 **Klassischer Aufguss**
17:30 **Eventaufguss**
Sommerspecial
18:15 **Kaffee-Peeling**

Vorspeisenbuffet

11. JULI

- **ABENDFÜHRUNG IN DEN GÄRTEN VON SCHLOSS TRAUTTMANSDORFF**
- Die Abendführung in den Gärten von Schloss Trauttmansdorff bietet ein besonderes Erlebnis in stimmungsvoller Atmosphäre. Im milden Abendlicht entfalten viele Pflanzen ihren intensiven Duft und zeigen sich in leuchtenden Farben.
- Gartenführer*innen begleiten die Teilnehmenden durch die prachtvollen Gartenanlagen. Dabei werden exotische Lotosblumen, Rosen und Hortensien entdeckt – ebenso wie der geheimnisvolle Verbotene Garten, der nur bei dieser Führung zugänglich ist.
- **Wichtig:** Die Anzahl der Plätze ist begrenzt.
- **Uhrzeit:** 18:30 - 20:00 Uhr
- **Ort:** St-Valentin-Str. 51A, 39012 Meran
- **Kontakt:** +39 0473 255600 oder [infotrauttmansdorff.it](https://www.trauttmansdorff.it)
- **Preise:** € 7,00 für die Führung + Eintrittspreis
- **Treffpunkt:** Treffpunkt 2
(50 m links nach der Besucherbrücke beim Pavillon Pflanzen aus aller Welt)
- **Anmeldung:** Erforderlich, online über <https://www.trauttmansdorff.it>



SAMSTAG

SAUNA
FITNESS

SAUNA
FITNESS

11:00-11:45
Cardio (no jumping)
14:35-15:20
Pilates & Mobility

16:30 **Relax-Aufguss**
17:30 **Eventaufguss**
James Bond-Skyfall
18:15 **Schoko-Peeling**
18:30 **Klassischer Aufguss**

Salatbuffet

12. JULI

- **KUTSCHEN-NACHMITTAG**
- Erkunde die Gegend auf eine ganz besondere Art und Weise: bei einer Kutschenfahrt mit Haflinger Pferden. Zweimal wöchentlich spannt Sonja vom Reitstall Sulfner ihre gutmütigen Blondinen an und bietet so ein tierisches und zugleich romantisches Erlebnis für kleine und große Pferdeliebhaber.
- **Dauer:** jeweils 1 Stunde
- **Kontakt:** Reitstall Sulfner Tel.: +39 366 6514449
- **Ort:** Reitstall Sulfner
39010 St. Kathrein, Hafling
- **Preise:** 22,00 € Kinder 3-15 Jahre
25,00 € Erwachsene ab 16 Jahren
- **Anmeldung:** innerhalb des Vortages bis 18.00 Uhr beim Reitstall Sulfner
- **Bei Regen entfällt der Kutschen-Nachmittag!**

WISSENSWERTES



Nr. 9
45°C KräuterNebel
alle unsere Peelings finden in unserem 45° KräuterNebel statt. Hierfür benötigt es keine Voranmeldung

Nr. 10
95°C Haflinger Stadelsauna
alle unsere Event und Thementaufgüsse finden in unserer 95° Haflinger Stadelsauna statt. Hierfür benötigt es keine Voranmeldung

Nr. 27
FitnessWelt
unser Fitnessprogramm findet in unserem Bewegungsraum statt (Ausnahme Yoga und Meditation: Dies finden im waldSpa statt