

INKLUSIVE  
VIKTORIA HIGHLIGHT



# WOCHENPROGRAMM

**26.07.2025 - 02.08.2025**

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



# WOCHENPROGRAMM



## SAMSTAG

FITNESS

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

SAUNA

16:30 **Themenaufguss**  
Bad der Klänge  
17:30 **Eventaufguss**  
Überraschung  
18:15 **Schoko-Peeling**  
18:30 **Relax Aufguss**



Salatbuffet

## 26. 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

• **Preis:** € 12,00 pro Person (ab 12 Jahren)

• **Anmeldung:** erforderlich, online oder bei der Kurverwaltung Meran unter

• +39 0473 272000 oder [info@meran.eu](mailto:info@meran.eu)



## SONNTAG

FITNESS

SAUNA

16:30 **Relax-Aufguss**  
17:30 **Themenaufguss**  
Reise durch Italien  
18:15 **Joghurt-Gurken-  
Peeling**



Salatbuffet

## 27. JULI

### ASCHLER KIRCHTAG IN VÖRAN – 3 TAGE VOLLER STIMMUNG & TRADITION

- Der Aschler Kirchtag ist eines der Highlights in Vöran und lädt Gäste und
- Einheimische zu einem geselligen Zeltfest ein. Drei Tage lang wird gefeiert – mit
- Musik, Tanz und gelebter Tradition.
- Los geht's am Freitagabend mit einer stimmungsvollen Party und DJ. Am Samstag
- sorgt die Band LÄTS FETZ für beste Unterhaltung, gefolgt von weiteren DJ-Klängen
- bis in die Nacht.
- Der Sonntag beginnt traditionell mit einem zünftigen Frühschoppen, musikalisch
- begleitet von der Stadtkapelle Bobingen. Ein Höhepunkt ist der große Festumzug
- um 14:00 Uhr, bei dem zahlreiche Vereine vom Handwerkergebiet bis zum Festplatz
- mitwirken.
- Ab 15:00 Uhr spielt die Musikkapelle Vöran zum Platzkonzert auf. Den
- stimmungsvollen Abschluss gestalten die Schuhplattler aus Mölten mit ihren
- traditionellen Tänzen.

• **Ort:** Festplatz Vöran, 39010 Vöran

• **Kontakt:** Freiwillige Feuerwehr Vöran, 39010 Vöran

• **Keine Anmeldung erforderlich!**



## MONTAG

FITNESS

SAUNA

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

16:30 **Honig Aufguss**  
17:30 **Themenaufguss**  
Nightsky  
18:15 **Zitrone-Ingwer  
-Peeling**



Dessertbuffet

## 28. 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

**Mindestteilnehmer**

2 Personen

**Maximalteilnehmer**

8 Personen

**Kosten**

€ 15,00 pro Person

16:30

**Klassischer Aufguss**

17:30

**Eventaufguss**

Top-Gun

18:15

**Früchte-Salz-Peeling**



**Südtiroler Abend**



## MITTWOCH

FITNESS

08:15 - 09:00

**HAKI MAASAI**

09:15 - 10:00

**Klangschalenmeditation**

10:15 - 11:00

**Kneippen**

11:00-11:45

**Muskelaufbau ohne**

**Geräte**

16:05-16:45

**Slow flow Pilates**

SAUNA

16:30

**Aufguss**

**Klassisch/Modern**

17:30

**Eventaufguss**

Rock

18:15

**Kräuter-Pesto-**

**Peeling**



**Galadinner**

## 29. 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 Kreuzjöchel – mit herrlichem Panoramablick auf Südtirols Bergwelt.
- Die Tour verläuft auf Wald- und Forstwegen, mit einigen technisch anspruchsvolleren Passagen. Unterwegs gibt es Fahrteckentipps, 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

### GEFÜHRTE HAUSGÄSTEWANDERUNG ZUR MÖLTNER KASER MIT CHEFIN VALERIA

- Wir starten um 09:30 Uhr in Richtung Mölten-Flaas zum Parkplatz „Lanzenschuster“, welchen wir nach ca. 30 Minuten erreichen.
- Von dort wandern wir gemütlich über ein wunderschönes Hochplateau, welches wir nach kurzer Gehzeit erreichen. Wir genießen einen wunderschönen Ausblick über die Berge. Nach ca. 1,5 Stunden Gehzeit erreichen wir den Möltner Kaser, wo wir eine kleine Pause einlegen und uns stärken können. Dann geht es über das Jenesinger Jöchel über einen Rundweg zurück zum Ausgangspunkt.

**Uhrzeit:** 09:30 - 15:00 Uhr

**Gesamtgehzeit:** ca. 2,5h

**Treffpunkt:** 09:30 in der Hotellobby

**Mindestteilnehmer:** 4 Personen

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

• oder über unseren digitalen Concierge

**Hinweis:** In unserem Hotelbus haben wir 7 Plätze zur Verfügung.

• Hunde nur auf Anfrage erlaubt.



## 30. JULI

### KRÄUTER WORKSHOP UND GRÜNE KRAFT ZUM VERKOSTEN MIT BRIGITTA

- Zu Beginn der Veranstaltung werden die Gäste durch den liebevoll angelegten Kräutergarten geführt. Dabei werden ausgewählte Heilpflanzen und ihre vielfältigen Wirkungen vorgestellt.
- Im Anschluss werden 2-3 grüne Kräutergetränke frisch zubereitet und zur Verkostung angeboten. Dabei wird auch die Wirkung der enthaltenen Pflanzen erklärt:
- Chlorophyll, das grüne Pflanzenpigment, ähnelt in seiner Struktur unserem Blut – mit Magnesium statt Eisen – und wirkt blutbildend, entgiftend und stärkend für den gesamten Organismus.
- Ein inspirierendes Erlebnis für alle, die die Heilkraft der Natur entdecken möchten.

**Start:** 16:00 - 18:00 Uhr

**Treffpunkt:** Rezeption

• (bei schlechter Witterung findet der Workshop Innen statt)

**Mindestteilnehmeranzahl:** 2 Personen

**Maximale Teilnehmeranzahl:** 10 Personen

**Anmeldung:** bitte bis 19:00 Uhr an der Rezeption

• oder über unseren digitalen Concierge

• **Teilnahme ist kostenlos!**



## 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**

## FREITAG

FITNESS

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

SAUNA

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

**Vorspeisenbuffet**

## SAMSTAG

FITNESS

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

SAUNA

16:30 **Themenaufguss**  
Bad der Klänge  
17:30 **Eventaufguss**  
Queen  
18:15 **Schoko-Peeling**  
18:30 **Relax-Aufguss**

**Salatbuffet**

## 31. JULI

- **GEFÜHRTE HAUSGÄSTEWANDERUNG MIT CHRISTIANE ZUM KNOTTKINO**
- Begleiten Sie unsere Fitnesstrainerin und Saunameisterin Christiane auf einer
- geführten Hausgästewanderung zum Knotttkino.
- 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



## 01. AUGUST

- **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!**

## 02. AUGUST

- **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!**