

Veranstaltungen 04.10.2024 - 10.10.2024

Freitag, 04.10.2024

08:30 - 09:30 Uhr

Yoga im Hotel Goldener Berg (Hatha, Vinyasa, Iyengar)

Hatha YOGA auf der Sonnenterrasse im Goldenen Berg. Auch bei Schlechtwetter, bei Schlechtwetter (Yoga-Atelier)

Iyengar Yoga - Beim Iyengar Yoga stehen Körperbewegungen und Pranayama - Atemübungen# im Vordergrund. Damit reiht sich dieser Yoga-Stil in die Tradition von Hatha Yoga und dessen Grundlage Ashtanga Yoga ein.

Täglich um 08:30 – 09:30 Uhr und 17:30 - 18:30 Uhr

Yoga Stil: Dienstag - Samstag Hatha, Sonntag und Montag Vinyasa

Preis pro Person: € 15,-

Anmeldung für die Morgensession, bis 20:00 Uhr am Vortag, für die Nachmittagsession bis 15:00 Uhr

Anmeldung unter: happy@goldenerberg.at

09:30 Uhr

Yoga und Brunch

Genießen Sie nach der Yoga-Session ein wundervolles Frühstück auf unserer Sonnenterrasse.

Kombi-Package: Yoga und Frühstück zum Preis von 45,- pro Person

(Yogamatte und Polster sind kostenlos im Goldenen Berg verfügbar bzw. werden auch gestellt)

Wo: Hotel Goldener Berg, Oberlech

Uhrzeit: ab 09:30 Uhr

Anmeldung: happy@goldenerberg.at

14:00 - 16:00 Uhr

Werkerei Lech

Originelle, in Lech gefertigte Produkte

Öffnungszeiten: 14:00-16:00 Uhr

Wo: Raiffeisenbank Lech

14:30 Uhr

Café & Kuchen Panoramafahrt Rüfikopf

Café & Kuchen Panoramafahrt Rüfikopf – das Kombiticket

Täglich ab 14:30 Uhr

Berg- und Talfahrt mit der Rüfikopfbahn inklusive einer Tasse Café und einem Stück Kuchen im Panormarestaurant Rüfikopf.

Preise: inklusive Berg- und Talfahrt: € 30,00 mit gültigem Seilbahnticket: € 11,20

18:30 Uhr

Rote Wand Masterclass

Auch diesen Winter gibt es wieder wöchentlich eine Fermentations Masterclass mit Jamie Unshelm, Leiter des Rote Wand Culinary Labs. Dabei wird er euch Themen, wie Koji (Shoyu/Sojasaucen, Miso, Vegetarische Charcuterie), Lactofermentation (Kimchi, Sauerkraut, usw.) und Kombucha/Essig (Verwertung der gesammelten Wildkräuter vom Sommer) näher bringen.

Jeden Dienstag

Preis: € 120 Masterclass & Menü, € 49 Wein- und Getränkebegleitung

Anmeldung: gasthof@rotewand.com

Beginn: 18:30 Uhr

Veranstaltungen 04.10.2024 - 10.10.2024

Freitag, 04.10.2024

18:54 Uhr

Skyspace-Lech-Führung

Bei der 50-minütigen Führung zum Sonnenuntergang erfahren Sie alles Wissenswerte über dieses außergewöhnliche Kunstwerk des US-amerikanischen Künstlers James Turrell.

Preis: € 15,- pro Person

Tickets: online <https://www.lechzuers.com/de/erlebnisse-buchen/erlebnisse> oder im Tourismusbüro Lech

Anmeldung: bis spätestens 18 Uhr am Vortag

Ort: Skyspace-Lech

Samstag, 05.10.2024

08:30 - 09:30 Uhr

Yoga im Hotel Goldener Berg (Hatha, Vinyasa, Iyengar)

Hatha YOGA auf der Sonnenterrasse im Goldenen Berg. Auch bei Schlechtwetter, bei Schlechtwetter (Yoga-Atelier)

Iyengar Yoga - Beim Iyengar Yoga stehen Körperbewegungen und Pranayama - Atemübungen im Vordergrund. Damit reiht sich dieser Yoga-Stil in die Tradition von Hatha Yoga und dessen Grundlage Ashtanga Yoga ein.

Täglich um 08:30 – 09:30 Uhr und 17:30 - 18:30 Uhr

Yoga Stil: Dienstag - Samstag Hatha, Sonntag und Montag Vinyasa

Preis pro Person: € 15,-

Anmeldung für die Morgensession, bis 20:00 Uhr am Vortag, für die Nachmittagsession bis 15:00 Uhr

Anmeldung unter: happy@goldenerberg.at

09:30 Uhr

Yoga und Brunch

Genießen Sie nach der Yoga-Session ein wundervolles Frühstück auf unserer Sonnenterrasse.

Kombi-Package: Yoga und Frühstück zum Preis von 45,- pro Person

(Yogamatte und Polster sind kostenlos im Goldenen Berg verfügbar bzw. werden auch gestellt)

Wo: Hotel Goldener Berg, Oberlech

Uhrzeit: ab 09:30 Uhr

Anmeldung: happy@goldenerberg.at

14:30 Uhr

Café & Kuchen Panoramafahrt Rüfikopf

Café & Kuchen Panoramafahrt Rüfikopf – das Kombiticket

Täglich ab 14:30 Uhr

Berg- und Talfahrt mit der Rüfikopfbahn inklusive einer Tasse Café und einem Stück Kuchen im Panormarestaurant Rüfikopf.

Preise: inklusive Berg- und Talfahrt: € 30,00 mit gültigem Seilbahnticket: € 11,20

Veranstaltungen 04.10.2024 - 10.10.2024

Samstag, 05.10.2024

17:30 - 18:30 Uhr

YIN YOGA

Im Yin Yoga verweilen wir zwischen 3-5 Minuten, passiv in einer bestimmten Pose, bevor es zur nächsten Pose übergeht. Das minutenlange Halten verschiedener Posen lässt uns die Muskeln „überwinden“ und an der Dehnung unserer Faszie (kollagenfaseriges Bindegewebe, welches unsere Muskeln, Bänder, Gelenke usw. zusammenhält) arbeiten. Yin Yoga eignet sich für jeden, der nach einem ruhigen Ausgleich zum stressigen Alltag oder als Ergänzung zu einer dynamischen Sportart sucht.

Auch bei Schlechtwetter, bei Schlechtwetter (Yoga-Atelier).

Täglich um 08:30 – 09:30 Uhr und 17:30 - 18:30 Uhr

Preis pro Person: € 15,-

Anmeldung für die Morgensession, bis 20:00 Uhr am Vortrag,

für die Nachmittagsession bis 15:00 Uhr

Anmeldung unter: happy@goldenerberg.at

18:00 Uhr

Dorftisch beim Hotel Sandhof

Einheimischen/Freunde Gastköche am Dorftisch - kochen für Sie ihre Lieblingsrezepte - unkompliziert soll's sein - gemeinsam am großen Dorftisch essen alle zusammen - es wird aus üppigen Schüsseln geschöpft - wie bei einem großen Familienessen.

Anmeldung: +435583 2298 oder info@sandhof.at

Ort: Hotel Sandhof, Lech

Beginn: 18:00 Uhr

Preis pro Person: € 65,- (inklusive Aperitiv und aller Tischgetränke während des Essens (z.B. Wein rot/weiß/Wasser/Bier/Espresso))

Sonntag, 06.10.2024

08:30 - 09:30 Uhr

Yoga im Hotel Goldener Berg (Hatha, Vinyasa, Iyengar)

Hatha YOGA auf der Sonnenterrasse im Goldenen Berg. Auch bei Schlechtwetter, bei Schlechtwetter (Yoga-Atelier)

Iyengar Yoga - Beim Iyengar Yoga stehen Körperbewegungen und Pranayama - Atemübungen# im Vordergrund. Damit reiht sich dieser Yoga-Stil in die Tradition von Hatha Yoga und dessen Grundlage Ashtanga Yoga ein.

Täglich um 08:30 – 09:30 Uhr und 17:30 - 18:30 Uhr

Yoga Stil: Dienstag - Samstag Hatha, Sonntag und Montag Vinyasa

Preis pro Person: € 15,-

Anmeldung für die Morgensession, bis 20:00 Uhr am Vortrag, für die Nachmittagsession bis 15:00 Uhr

Anmeldung unter: happy@goldenerberg.at

09:30 Uhr

Yoga und Brunch

Genießen Sie nach der Yoga-Session ein wundervolles Frühstück auf unserer Sonnenterrasse.

Kombi-Package: Yoga und Frühstück zum Preis von 45,- pro Person

(Yogamatte und Polster sind kostenlos im Goldenen Berg verfügbar bzw. werden auch gestellt)

Wo: Hotel Goldener Berg, Oberlech

Uhrzeit: ab 09:30 Uhr

Anmeldung: happy@goldenerberg.at

Veranstaltungen 04.10.2024 - 10.10.2024

Sonntag, 06.10.2024

11:00 Uhr

Erntedankmesse

Wo: in Zug bei Familie Kaufmann
Uhrzeit: ab 11:00 Uhr, anschließendes Hoffest
Mit musikalischer Unterhaltung durch Gerhard Lechner
Für das leibliche Wohl ist gesorgt!
Über euer Kommen freut sich Familie Kaufmann und alle Helfer.
Kleines Kinderprogramm mit Hüpfburg und Kinderschminken!

14:30 Uhr

Café & Kuchen Panoramafahrt Rüfikopf

Café & Kuchen Panoramafahrt Rüfikopf – das Kombiticket
Täglich ab 14:30 Uhr
Berg- und Talfahrt mit der Rüfikopfbahn inklusive einer Tasse Café und einem Stück Kuchen im Panormarestaurant Rüfikopf.
Preise: inklusive Berg- und Talfahrt: € 30,00 mit gültigem Seilbahnticket: € 11,20

17:30 - 18:30 Uhr

YIN YOGA

Im Yin Yoga verweilen wir zwischen 3-5 Minuten, passiv in einer bestimmten Pose, bevor es zur nächsten Pose übergeht. Das minutenlange Halten verschiedener Posen lässt uns die Muskeln „überwinden“ und an der Dehnung unserer Faszie (kollagenfaseriges Bindegewebe, welches unsere Muskeln, Bänder, Gelenke usw. zusammenhält) arbeiten. Yin Yoga eignet sich für jeden, der nach einem ruhigen Ausgleich zum stressigen Alltag oder als Ergänzung zu einer dynamischen Sportart sucht.

Auch bei Schlechtwetter, bei Schlechtwetter (Yoga-Atelier).

Täglich um 08:30 – 09:30 Uhr und 17:30 - 18:30 Uhr

Preis pro Person: € 15,-

Anmeldung für die Morgensession, bis 20:00 Uhr am Vortrag,

für die Nachmittagsession bis 15:00 Uhr

Anmeldung unter: happy@goldenerberg.at

Montag, 07.10.2024

08:30 - 09:30 Uhr

Yoga im Hotel Goldener Berg (Hatha, Vinyasa, Iyengar)

Hatha YOGA auf der Sonnenterrasse im Goldenen Berg. Auch bei Schlechtwetter, bei Schlechtwetter (Yoga-Atelier)

Iyengar Yoga - Beim Iyengar Yoga stehen Körperbewegungen und Pranayama - Atemübungen# im Vordergrund. Damit reiht sich dieser Yoga-Stil in die Tradition von Hatha Yoga und dessen Grundlage Ashtanga Yoga ein.

Täglich um 08:30 – 09:30 Uhr und 17:30 - 18:30 Uhr

Yoga Stil: Dienstag - Samstag Hatha, Sonntag und Montag Vinyasa

Preis pro Person: € 15,-

Anmeldung für die Morgensession, bis 20:00 Uhr am Vortrag, für die Nachmittagsession bis 15:00 Uhr

Anmeldung unter: happy@goldenerberg.at

Veranstaltungen 04.10.2024 - 10.10.2024

Montag, 07.10.2024

09:30 Uhr

Yoga und Brunch

Genießen Sie nach der Yoga-Session ein wundervolles Frühstück auf unserer Sonnenterrasse.
Kombi-Package: Yoga und Frühstück zum Preis von 45,- pro Person
(Yogamatte und Polster sind kostenlos im Goldenen Berg verfügbar bzw. werden auch gestellt)
Wo: Hotel Goldener Berg, Oberlech
Uhrzeit: ab 09:30 Uhr
Anmeldung: happy@goldenerberg.at

15:00 Uhr

Highest Vision Meditation mit Anja Löhning

Im Urlaub kreierte sich deine "Höchste Vision" aus der Freude und Leichtigkeit heraus. Damit trägt sie auch diese Vorzeichen. Wäre es nicht wunderbar, in dein ideales Leben einzutauchen und etwas davon aus dem Urlaub mit nach Hause zu nehmen?
Preis: € 40 pPerson
Mind. 2 Teilnehmer
Wann: Montag
Uhrzeit 15:00 oder 17:00 Uhr
Wo: Yogaraum, Hotel Goldener Berg
Unter Voranmeldung bis spätestens Sonntagabend.
Einzel-Coaching-Session (60 - 90 Minuten): € 150,-
Anmeldung: happy@goldenerberg.at

17:30 - 18:30 Uhr

YIN YOGA

Im Yin Yoga verweilen wir zwischen 3-5 Minuten, passiv in einer bestimmten Pose, bevor es zur nächsten Pose übergeht. Das minutenlange Halten verschiedener Posen lässt uns die Muskeln „überwinden“ und an der Dehnung unserer Faszie (kollagenfaseriges Bindegewebe, welches unsere Muskeln, Bänder, Gelenke usw. zusammenhält) arbeiten. Yin Yoga eignet sich für jeden, der nach einem ruhigen Ausgleich zum stressigen Alltag oder als Ergänzung zu einer dynamischen Sportart sucht.
Auch bei Schlechtwetter, bei Schlechtwetter (Yoga-Atelier).
Täglich um 08:30 – 09:30 Uhr und 17:30 - 18:30 Uhr
Preis pro Person: € 15,-
Anmeldung für die Morgensession, bis 20:00 Uhr am Vortrag,
für die Nachmittagsession bis 15:00 Uhr
Anmeldung unter: happy@goldenerberg.at

Veranstaltungen 04.10.2024 - 10.10.2024

Dienstag, 08.10.2024

- 08:30 - 09:30 Uhr** **Yoga im Hotel Goldener Berg (Hatha, Vinyasa, Iyengar)**
Hatha YOGA auf der Sonnenterrasse im Goldenen Berg. Auch bei Schlechtwetter, bei Schlechtwetter (Yoga-Atelier)
Iyengar Yoga - Beim Iyengar Yoga stehen Körperbewegungen und Pranayama - Atemübungen# im Vordergrund. Damit reiht sich dieser Yoga-Stil in die Tradition von Hatha Yoga und dessen Grundlage Ashtanga Yoga ein.
Täglich um 08:30 – 09:30 Uhr und 17:30 - 18:30 Uhr
Yoga Stil: Dienstag - Samstag Hatha, Sonntag und Montag Vinyasa
Preis pro Person: € 15,-
Anmeldung für die Morgensession, bis 20:00 Uhr am Vortag, für die Nachmittagsession bis 15:00 Uhr
Anmeldung unter: happy@goldenerberg.at
- 09:30 Uhr** **Yoga und Brunch**
Genießen Sie nach der Yoga-Session ein wundervolles Frühstück auf unserer Sonnenterrasse.
Kombi-Package: Yoga und Frühstück zum Preis von 45,- pro Person
(Yogamatte und Polster sind kostenlos im Goldenen Berg verfügbar bzw. werden auch gestellt)
Wo: Hotel Goldener Berg, Oberlech
Uhrzeit: ab 09:30 Uhr
Anmeldung: happy@goldenerberg.at
- 16:00 Uhr** **Rote Wand Cookery Class**
Begeben Sie sich auf eine kulinarische Entdeckungsreise: Vom Fischteich durch die Gemüse-Gärten und Hochbeete, wo frische Zutaten für das Menü gesammelt werden. 3-Gänge-Menü selbst zubereiten mit Jamie Unshelm, begleitet von Weinen oder alkoholfreien Getränken.
Preis pro Person: € 170, inkl. Sammeln, Kochen, Menü & Wein- und Getränkebegleitung
Beginn: 16:00 Uhr
Anmeldung unter: gasthof@rotewand.com
Wo: Gasthof Hotel Rote Wand, Zug
- 16:30 Uhr** **Four Hands Dinner am Rote Wand Chef's Table mit Asiana Projekt**
„Asiana Prjkt“ ist die köstliche Kombination von koreanischer und französischer Küche, kreiert von Jaeho, einem innovativen Koch und Food-Enthusiasten, Seine einzigartigen Gerichte sind inspiriert von den Aromen und Gewürzen Koreas, gepaart mit einer Prise französischer Finesse, die eure Geschmacksnerven in Wallung bringen werden! Zum „Asiana Prjkt“-Team gehören Jaeho und Yuni.
Kosten: € 150
Uhrzeit: 16:30 Uhr & 20:00 Uhr
inkl. Menü & Weinbegleitung
Buchung: gasthof@rotewand.com
- 17:00 - 18:00 Uhr** **Relax Yoga & Sound**
Yoga-Session im Yoga-Raum des Burg Hotels mit Gipfelblick.
Uhrzeit: 17:00-18:00 Uhr
Preis: € 15,-
Wo: Burg Hotel, Oberlech
Anmeldung: info@burghotel-lech.com

Veranstaltungen 04.10.2024 - 10.10.2024

Mittwoch, 09.10.2024

08:30 - 09:30 Uhr

Yoga im Hotel Goldener Berg (Hatha, Vinyasa, Iyengar)

Hatha YOGA auf der Sonnenterrasse im Goldenen Berg. Auch bei Schlechtwetter, bei Schlechtwetter (Yoga-Atelier)

Iyengar Yoga - Beim Iyengar Yoga stehen Körperbewegungen und Pranayama - Atemübungen# im Vordergrund. Damit reiht sich dieser Yoga-Stil in die Tradition von Hatha Yoga und dessen Grundlage Ashtanga Yoga ein.

Täglich um 08:30 – 09:30 Uhr und 17:30 - 18:30 Uhr

Yoga Stil: Dienstag - Samstag Hatha, Sonntag und Montag Vinyasa

Preis pro Person: € 15,-

Anmeldung für die Morgensession, bis 20:00 Uhr am Vortag, für die Nachmittagsession bis 15:00 Uhr

Anmeldung unter: happy@goldenerberg.at

09:30 Uhr

Yoga und Brunch

Genießen Sie nach der Yoga-Session ein wundervolles Frühstück auf unserer Sonnenterrasse.

Kombi-Package: Yoga und Frühstück zum Preis von 45,- pro Person

(Yogamatte und Polster sind kostenlos im Goldenen Berg verfügbar bzw. werden auch gestellt)

Wo: Hotel Goldener Berg, Oberlech

Uhrzeit: ab 09:30 Uhr

Anmeldung: happy@goldenerberg.at

17:30 - 18:30 Uhr

YIN YOGA

Im Yin Yoga verweilen wir zwischen 3-5 Minuten, passiv in einer bestimmten Pose, bevor es zur nächsten Pose übergeht. Das minutenlange Halten verschiedener Posen lässt uns die Muskeln „überwinden“ und an der Dehnung unserer Faszie (kollagenfaseriges Bindegewebe, welches unsere Muskeln, Bänder, Gelenke usw. zusammenhält) arbeiten. Yin Yoga eignet sich für jeden, der nach einem ruhigen Ausgleich zum stressigen Alltag oder als Ergänzung zu einer dynamischen Sportart sucht.

Auch bei Schlechtwetter, bei Schlechtwetter (Yoga-Atelier).

Täglich um 08:30 – 09:30 Uhr und 17:30 - 18:30 Uhr

Preis pro Person: € 15,-

Anmeldung für die Morgensession, bis 20:00 Uhr am Vortag,

für die Nachmittagsession bis 15:00 Uhr

Anmeldung unter: happy@goldenerberg.at

18:30 Uhr

Rote Wand Masterclass

Auch diesen Winter gibt es wieder wöchentlich eine Fermentations Masterclass mit Jamie Unshelm, Leiter des Rote Wand Culinary Labs. Dabei wird er euch Themen, wie Koji (Shoyu/Sojasaucen, Miso, Vegetarische Charcuterie), Lactofermentation (Kimchi, Sauerkraut, usw.) und Kombucha/Essig (Verwertung der gesammelten Wildkräuter vom Sommer) näher bringen.

Jeden Dienstag

Preis: € 120 Masterclass & Menü, € 49 Wein- und Getränkebegleitung

Anmeldung: gasthof@rotewand.com

Beginn: 18:30 Uhr

Veranstaltungen 04.10.2024 - 10.10.2024

Donnerstag, 10.10.2024

08:30 - 09:30 Uhr

Yoga im Hotel Goldener Berg (Hatha, Vinyasa, Iyengar)

Hatha YOGA auf der Sonnenterrasse im Goldenen Berg. Auch bei Schlechtwetter, bei Schlechtwetter (Yoga-Atelier)

Iyengar Yoga - Beim Iyengar Yoga stehen Körperbewegungen und Pranayama - Atemübungen# im Vordergrund. Damit reiht sich dieser Yoga-Stil in die Tradition von Hatha Yoga und dessen Grundlage Ashtanga Yoga ein.

Täglich um 08:30 – 09:30 Uhr und 17:30 - 18:30 Uhr

Yoga Stil: Dienstag - Samstag Hatha, Sonntag und Montag Vinyasa

Preis pro Person: € 15,-

Anmeldung für die Morgensession, bis 20:00 Uhr am Vortag, für die Nachmittagsession bis 15:00 Uhr

Anmeldung unter: happy@goldenerberg.at

09:30 Uhr

Yoga und Brunch

Genießen Sie nach der Yoga-Session ein wundervolles Frühstück auf unserer Sonnenterrasse.

Kombi-Package: Yoga und Frühstück zum Preis von 45,- pro Person

(Yogamatte und Polster sind kostenlos im Goldenen Berg verfügbar bzw. werden auch gestellt)

Wo: Hotel Goldener Berg, Oberlech

Uhrzeit: ab 09:30 Uhr

Anmeldung: happy@goldenerberg.at

18:30 Uhr

Rote Wand Wine and Dine

Donnerstags bereitet Jamie ein 6-Gänge-Menü zu, begleitet von passenden Weinen unseres Teams. Menü aus 6 großen Gängen. Eine alkoholfreie Getränkebegleitung ist möglich.

Preis: € 180

inkl. Menü und Weinbegleitung

Anmeldung: