



respirare | rilassare | godersi la natura



# La settimana dell'aria pura a Solda all'Ortles

Dal 08 settembre 2025 al 12 settembre 2025

**Lunedì, 08.09.2025**

**Bagno nella foresta – I segreti dei boschi di Solda**

con la pedagoga forestale e faunistica Monika Laner

**Martedì 09.09.2025**

**Breath Walk – Il respiro delle montagne**

con l'insegnante di Kundalini Yoga i. f. Miriam Verdross

**Mercoledì 10.09.2025**

**Le piante – I nostri maestri verdi**

con le esperte di erbe Monika Steiner e Andrea Maschler

**Giovedì 11.09.2025**

**La forza degli elementi**

con l'insegnante di yoga Marina Inara

**Venerdì 12.09.2025**

**Acqua & Aria – La forza primordiale della natura**

con l'esperta di Kneipp Monika Engl

**Special**

**Mercoledì 10.09.2025**

**Meditazione notturna – Mente liberata a 2250 m**

con la mental coach Tiziana Scisci

Costo: € 10,- a sessione

Punto d'incontro: Ufficio turistico di Solda

Iscrizioni: +39 0473 613015 | [info@ortlergebiet.it](mailto:info@ortlergebiet.it)



**Ortler** - 3905m  
Vinschgau · Val Venosta