

Vital-Ferien im Südtirol

MIT MICHAEL & INGEBORG BURGER UND JONAS & ANNI RUFF

07.06.2026 – 14.06.2026



HIGHLIGHTS

- + SPANNENDE WORKSHOPS UND VORTRÄGE
- + AUSGEZEICHNETES HOTEL MIT WELLNESSBEREICH
- + ENTSPANNTES PROGRAMM MIT FAKULTATIVEN AUSFLÜGEN
- + KOSTENFREIER VELOVERLEIH IM HOTEL (E-BIKE GEGEN GEBÜHR)

GENIESSEN UND ENTSPANNEN

Im Südtirol treffen Dolomiten und Gletscher auf Apfelhaine und Weinberge – alpine und mediterrane Kultur sowie Landschaft lassen sich gleichzeitig genießen.

Im stilvollen 4-Sterne-Parkhotel genießen wir regionale Köstlichkeiten vom Buffet, ergänzt durch ein abendliches Wahlmenü. Eine inspirierende und erholsame Auszeit wartet auf dich: spannende Ausflüge, viel Freizeit, herrliche Wellness mit Saunen und Aussenbad, Tischgemeinschaft sowie Vorträge und Workshops laden zur ganzheitlichen Erholung ein – eine Zeit zum Auftanken und Aufblühen.

Freu dich auf ein vielseitiges, Lehrreiches und zu 100 % freiwilliges Programm für Geist, Seele und Körper – erfrischend, stärkend und überraschend wohltuend!

FERIEN- UND FREIZEITPROGRAMM IN PRAD

Den ganzen Tag steht dir das grosszügige In- und Outdoor-SPA mit Gartenanlage zum Geniessen und Erholen zur Verfügung. Jonas & Anni werden dich an besonders schöne Orte im Vinschgau begleiten. Während des Viergang-Abendmenüs kannst du dich mit den anderen über den Tag austauschen. Viermal werden wir zum Ausklang des Tages unseren Schöpfer loben und aufanken mit ermutigenden Worten aus der Bibel.

Michael & Ingeborg Burger laden zu folgenden Vorträgen ein:

- Intervallfasten: Stoffwechsel anregen, abnehmen, gesund bleiben
- Longevity: Was kann ich von diesem Megatrend lernen?
- Gesundheitsschätze aus Eden

Spannende Workshops und Praxisvorführungen: «Natürlich wirksame Entspannungsmethoden», «Lifhacks – so geht gesunde Ernährung», «Kräuter-Workshop».



Reisebegleitung



MICHAEL & INGEBORG BURGER

Ingeborg ist Rezeptbuchautorin, Vitalkost-Expertin, langjährige Seminarleiterin und Gesundheitsberaterin. Michael ist Gesundheitscoach, Buchautor, Kommunikationstrainer und Lehrer. Die beiden Gesundheits-Spezialisten haben seit 1994 zusammen Tausende in Gesundheitswochen, Workshops und Praxisseminaren geschult und motiviert. Ihr Herz schlägt dafür, dass es Menschen ganzheitlich gut geht. Sie lehren praktisch, kreativ, verständlich und mit Begeisterung biblische Wege der Gesundheit.



JONAS & ANNI RUFF

Jonas und Anni Ruff haben zusammen über Jahrzehnte erfolgreich einen Familienbetrieb geführt, der sich als Marktführer etablierte. Anni ist sehr fasziniert von Heilpflanzen und Wildkräutern. Sie stellt daraus selbst natürliche Heilmittel und Pflegeprodukte her. Jonas ist ein leidenschaftlicher Handwerker und begleitet die Feriengäste gerne auf Ausflügen und Wanderungen. Sie haben einen grossen Garten und leben naturverbunden.

Programm

Tag	Datum	Programm
1	SO, 07.06.26	ANREISE SÜDTIROL Am Morgen starten wir mit unserem Komfortbus (verschiedene Zustiege möglich) Richtung Südtirol. Unterwegs machen wir Halt beim Haldersee Biotop für eine kurze Pause. Am Nachmittag erreichen wir unser Hotel in Prad und checken ein. Nach einer kurzen Erholungszeit treffen wir uns zur Begrüssungsrunde, erhalten einen Überblick über die Woche und lernen einander kennen. Den Tag lassen wir bei einem gemeinsamen Abendessen ausklingen.
2	MO, 08.06.26	ENTDECKUNGSTOUR DURCH PRAD UND FÖHRENWALD Nach einem gemütlichen Frühstück starten wir mit dem ersten Vortrag von Michael. Am Nachmittag entdecken wir die Umgebung bei einem Spaziergang: Zunächst rund eine Stunde durchs Dorf, danach – optional – weiter via Hotel noch eine Stunde durch den Föhrenwald. Später erwartet uns ein spannender Vortrag eines externen Insiders zur Geschichte und Kultur Südtirols. Abends geniessen wir gemeinsam das Abendessen, gefolgt von einem Abendsegen.
3	DI, 09.06.26	JESUS-BESINNUNGSWEG Wir starten mit dem zweiten Teil der Vortragsreihe in den Tag. Nach dem Mittag starten wir den «Jesus-Besinnungsweg» – eine ruhige, ca. einstündige Wanderung mit mehreren Stationen, an denen geistliche Impulse zum Leben Jesu zur inneren Einkehr und Besinnung einladen. Wer möchte, kann die Strecke noch weitergehen oder optional mit dem öffentlichen Verkehr ab dem Bahnhof Naturns zurückkehren. Wir schliessen den Abend mit einem gemeinsamen, gemütlichen Essen ab.
4	MI, 10.06.26	MARKTBESUCH IN MALS ODER FREIZEIT Der heutige Tag steht dir zur freien Verfügung – du entscheidest selbst, wie du ihn gestalten möchtest. Tagestipp 1: Ein Ausflug nach Mals mit Besuch des lebendigen Marktes am Peter-Glückh-Platz – eine schöne Gelegenheit, in die lokale Atmosphäre einzutauchen und das bunte Treiben zu geniessen. Tagestipp 2: Entspannung im Wellnessbereich des Hotels, um Körper und Geist eine wohltuende Auszeit zu schenken. Tagestipp 3: Eine individuelle Velotour durch den Vinschgau, ideal für alle, die die Umgebung aktiv erkunden möchten. Am Abend kommen wir wieder zum Essen und zum Abendsegen zusammen.
5	DO, 11.06.26	WANDERN AUF DEN WAALWEGEN Nach dem Frühstück kommen wir in den Genuss einer praktischen Vorführung von Ingeborg und Michael. Am Nachmittag unternehmen wir eine Wanderung entlang der historischen Waalwege bei Schluderns. Diese alten Bewässerungskanäle, die früher zur Bewässerung der Felder dienten, schlängeln sich malerisch durch die Landschaft und bieten herrliche Ausblicke auf das Tal. Der Tag endet mit einem feinen Abendessen.

RELAXTOUR ODER HANDWERKSFÜHRUNG IM MARMORWERK MARMOR LAAS

Auch heute erwartet uns am Vormittag ein Vortrag, der uns neue Perspektiven öffnet.

Wer einen Ausflug unternehmen möchte, kann bei Laas an einem der zwei Marmor-Führungen teilnehmen. Der hier abgebaute Marmor ist weltbekannt!

Marmor Relaxour – Wir starten mit einem Film zur Geschichte des «Weissen Goldes» und fahren anschliessend zur historischen Laaser Schrägbahn, einem technischen Meisterwerk von 1930. Von dort geht es über den «Brüchlerstollen» mit 365 Stufen zum hochgelegenen Marmorbruch, den wir von einem Aussichtspunkt bestaunen. Dauer ca. 4h, reine Gehzeit ca. 50 Minuten (CHF 48.– pro Person).

Marmor Handwerksführung – Nach einem einführenden Film besichtigen wir das Marmorwerk Lasa Marmo und die Laaser Marmorwelt mit historischem Portalkran und Skulpturen. Zum Abschluss erleben wir im Steinmetzbetrieb die Verarbeitung vom traditionellen Handwerk bis zum modernen CNC-Fräsen. Dauer ca. 2.5h (CHF 11.– pro Person)

Wer es lieber ruhiger angehen möchte, kann den Nachmittag entspannt im Hotel verbringen. Am Abend lassen wir den Tag wieder gemeinsam bei einem feinen Abendessen ausklingen und nehmen uns Zeit für den Abendsegen.

FREIER TAG

Gestalte den heutigen Tag ganz nach deinen Wünschen – entspanne im Hotel, geniesse persönliche Gespräche oder erkunde die Region individuell. Vielleicht lockt dich eine gemütliche Wanderung oder ein Ausflug zu einem der vielen charmanten Orte des Vinschgaus. Auch ein Besuch der schönen Stadt Meran ist hetue eine wunderbare Möglichkeit.

Am Abend treffen wir uns zu einem gemeinsamen Abschlussessen und feiern anschliessend das Abendmahl.

HEIMREISE

Nach dem Frühstück heisst es Abschied nehmen. Gestärkt und ermutigt machen wir uns auf den Heimweg.

Programmänderungen bleiben vorbehalten.



Unterkunft

HOTEL GARDEN PARK

Im zauberhaften Vinschgau mit glasklaren Seen, grünen Almen und zahlreichen Ausflugszielen liegt das Garden Park Hotel, ein familiengeführtes 4-Sterne Hotel. Der gepflegte Garten mit Terrasse und Infinity-Pool lädt zum Verweilen ein. Im grossen Wellnessbereich mit Pool, Whirlpool, Sauna und Fitnessraum bleiben keine Wünsche offen. Ankommen und Wohlfühlen, das ist das Motto des Garden Park Hotels Südtirol.

KULINARISCHES ANGEBOT

- Feine, reichhaltige Buffets und Menüwahl am Abend. Vegetarisch möglich. KEINE Vollwertkost.
- Inklusive Vitalpackage: Hochwertige Superfoods, Keimlinge und fermentiertes Gemüse ausprobieren.

GARDEN COMFORT

Kuscheliges Doppelzimmer zur Südseite mit Blick auf die wunderschöne Parkanlage, mit Balkon, Flat-TV, Telefon, kostenlosem Internetzugang, Tresor, Badezimmer mit Dusche, WC, Bidet, Föhn, Kosmetikspiegel und Bademantel für Erwachsene.



Preise & Leistungen



PREISE PRO PERSON

SOFORTPREIS*

Doppelzimmer	CHF 1'445.-
Einzelzimmerzuschlag	CHF 175.-

NORMALPREIS

Doppelzimmer	CHF 1'595.-
Einzelzimmerzuschlag	CHF 175.-

Aufpreis Marmor Relaxtour**	CHF 48.-
Aufpreis Marmor Handwerksführung**	CHF 11.-
Reduktion Selbstanreise	CHF 75.-

* Mindestens die Hälfte der Plätze ist bis drei Monate vor Abreise zum attraktiven Sofortpreis buchbar.

** Weitere Informationen zu den Touren im Marmorwerk «Marmor Laas».

Die Preise basieren auf einer Teilnehmerzahl von 30 Personen und dem Wechselkurs EUR 1.00 = CHF 0.93. Preisanpassungen aufgrund von Kursschwankungen oder abweichenden Teilnehmerzahlen bleiben vorbehalten. Zuschlag bei 20-29 Personen CHF 90.-.

INBEGRIFFENE LEISTUNGEN

- + Busreise im komfortablen Reisebus inkl. CO2- Kompensation
- + 7 Übernachtungen im Hotel Garden Park****
- + Halbpension mit Frühstücksbuffet und 4-Gang-Abendmenü
- + Inklusive Vitalpackage: Hochwertige Superfoods, Keimlinge und fermentiertes Gemüse ausprobieren.
- + Zugang zur Wellnesswelt
- + Bettensteuer (zurzeit ca. CHF 20.- pro Person)
- + Praktische Workshops und Vorträge
- + Attraktives Freizeitprogramm mit begleiteten Ausflügen
- + Reiseunterlagen
- + Quellwasser und Sprudel ab Säule den ganzen Tag
- + Vinschgau-Card: Kostenlose Nutzung der Vinschger Bahn und aller anderen öffentlichen Verkehrsmittel

NICHT INBEGRIFFEN

- + Trinkgelder (fakultativ, zahlbar vor Ort)
- + Fakultativer Ausflug zum Marmorwerk
- + Reiseversicherung (Annullierungskosten- und SOS-Schutz)
- + Süssgetränke, Wein und zusätzliche Mahlzeiten

ABFAHRTSORTE

- 08.30 Uhr Zürich Flughafen
- 09.15 Uhr Wiesendangen
- 10.00 Uhr St. Gallen



KONTAKT & PERSÖNLICHE BERATUNG

Nimm unverbindlich mit uns Kontakt auf, wenn du Unterstützung bei der Buchung wünschst oder Fragen hast. Gerne beraten wir dich per E-Mail, Telefon oder in Form eines persönlichen Besuchs bei uns in Sommeri oder Winterthur!

WWW.SURPRISE-REISEN.CH



071 414 50 80

Montag – Freitag
9.00 – 12.30 | 13.30 – 17.30 Uhr



INFO@SURPRISE-REISEN.CH

DIREKT ZUR BUCHUNG

<https://www.surprise-reisen.ch/de/tour/vitalreise-suedtirol-2026>