Veröffentlicht auf Presseportal Schweiz - Presse und Medienmitteilungen (https://www.presseportal-schweiz.ch)

03.06. 2025

Vitaltag auf der Madrisa – ein neues Gesundheitsformat in den Bündner Bergen

Von PPS



Bild Rechte
Klosters-Madrisa Bergbahnen AG

(Klosters)(PPS) **Am Samstag, 26. Juli 2025, findet auf der Madrisa erstmals ein Vitaltag statt – ein neuer Anlass, der Gesundheit, Natur und Achtsamkeit auf besondere Weise verbindet. Das ganztägige Erlebnis lädt dazu ein, inmitten der imposanten Berglandschaft Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Der Anlass ist Teil eines Pilotprojekts und richtet sich an gesundheitsbewusste Menschen jeden Alters.**

Der Tag startet mit einer wohltuenden Yoga-Session oder einem belebenden Atemworkshop. Danach erwartet die Teilnehmenden ein erfrischendes Kneipp-Erlebnis rund um den idyllischen Öpfelsee. Für kulinarische Stärkung sorgt ein gesundes, regionales Mittagsmenü im charmanten Madrisa-Hof. Am Nachmittag steht ein inspirierender Vortrag unter dem Titel „(Wahn)sinn im Kopf – Wie funktioniert der Stoffwechsel im Gehirn?“ von Wolfgang Tiefenthaler auf dem Programm, gefolgt von einer Kräuterwanderung oder dem bewussten Erleben des Energie-Spür-Wegs. Den stimmungsvollen Abschluss bildet eine gemütliche Rückfahrt mit der Gondelbahn oder eine Wanderung ins Tal.

Diese Kombination aus praxisnahen Workshops, fundiertem Wissen und Naturerfahrung macht den Vitaltag auf der Madrisa zu einem besonderen Erlebnis – und hebt ihn von anderen Angeboten ab.

Attraktiver Einführungspreis dank Unterstützung

Dank der grosszügigen Unterstützung der beteiligten Referent:innen, die ihren Beitrag sponsern, kann der Anlass zum Einführungspreis von Fr. 80.00 inkl. Bergbahn (Fr. 64.00 exkl. Bergbahn) für sämtliche Aktivitäten sowie das Mittagsmenü angeboten werden. Hinweis: Im nächsten Jahr wird der Vitaltag voraussichtlich zu regulären Konditionen stattfinden.

Programm und Anmeldung:
madrisa.ch/event-kalender-sommer?c=Vitaltag_auf_der_Madrisa

Pressekontakt:

Klosters-Madrisa Bergbahnen AG
Madrisastrasse 7
CH-7252 Klosters Dorf

T +41 81 410 21 70
info @ madrisa.ch

Kategorie
Auto & Verkehr & Tourismus

Source URL: *https://www.presseportal-schweiz.ch/pressemeldungen/vitaltag-der-madrisa-ein-neues-gesundheitsformat-den-buendner-bergen*