

merano

“Meran beWegt“: Eine Erlebniswoche zwischen Natur und Kultur

Ab 22. Mai erkunden Sie das städtische Grün begleitet von Experten, die Ihnen nützliche Tipps zum Wohlbefinden geben.

“Meran beWegt“ - ein Projekt der Stadtgemeinde Meran in Zusammenarbeit mit der Kurverwaltung Meran -, stellt im Zeitraum vom 22. bis 30. Mai den Rahmen für eine Reihe an Aktivitäten, welche Natur, Kultur, Gesundheit und Sinneserfahrungen vereinen.

MERANO VITAE

“Meran beWegt“ fällt in den Rahmen von Merano Vitae. Mit Merano Vitae bringt die Stadt ihre Berufung zum “Wohl befinden“ zum Ausdruck und zwar in körperlicher, seelischer, geistlicher sowie auf emotionaler Ebene. Meran bietet alle Voraussetzungen, Bedingungen und Möglichkeiten für ein persönliches “sich wohl fühlen“.

Dieses Projekt der Stadtgemeinde beruht auf Studien und Forschungen ärztlicher, sportlicher und psychologischer Natur sowie mit dem Augenmerk gerichtet auf die Tradition der Stadt Meran als Kurort und ihres weit ausgedehnten Promenaden Netzes. Im Zeitraum vom 22. bis 30. Mai wartet “Meran beWegt“ mit zahlreichen Terminen auf: Führungen, Spaziergänge und Wanderungen bei welchen in die Meraner Botanik, der Kunst und in die Musik eingetaucht wird, sowie ein Labor im Freien für Kinder.

Das Programm

EARLY BIRD

“Early Bird“ erkundet die natürliche Umgebung in und um die Stadt, begleitet von Experten, die Ihnen nützliche Tipps zum Wohlbefinden gibt.

Wann: Samstag, 22. und 29. Mai (und dann jeden weiteren Samstag)

Treffpunkt: Sissi-Statue im Elisabethpark

Die Teilnahme an der Wanderung ist kostenlos.

Anmeldung erforderlich: Tel. +39 0473 272000, www.meran.eu

BAUMKLANG - SPAZIERGANG

5 Bäume, 5 Melodien, 5 Kunstwerke. Fünf Stationen auf der Sommer-, Winter- und Gilfpromenade an der Passer laden dazu ein, uns zu sammeln und mit Kunst und Natur in Dialog zu treten. Ein musikalischer Spaziergang mit Anni Schwarz, Markus Prieth und Laura Zindaco.

Wann: Montag, 24. Mai um 17.00 Uhr

Treffpunkt: Wandelhalle

Die Teilnahme am Spaziergang ist kostenlos.

Anmeldung erforderlich: Tel. +39 0473 272000, www.meran.eu

ENTSPANNT DEN TAG AUSKLINGEN LASSEN MIT SEELENSPORT®

In der Abenddämmerung, wenn die Grüntöne und die Farbenvielfalt der Gärten sich langsam zurückziehen, wird im Workshop mit Astrid Fleischmann der Körper und die Seele gestärkt.

Wann: Mittwoch, 26. Mai um 17.30 Uhr

Wo/Treffpunkt: Die Gärten von Schloss Trauttmansdorff

Anmeldung erforderlich: www.trauttmansdorff.it

BEWEG DICH MIT KNEIPP

Christine Sighele zeigt anhand einiger Übungen die Vorteile des Zusammenspiels zwischen Natur und Wasser.

Wann: Donnerstag, 27. Mai um 17.00 Uhr

Treffpunkt: Thermenplatz

Die Teilnahme am Spaziergang ist kostenlos.

Anmeldung erforderlich: Tel. +39 0472 272000, www.meran.eu

BÄUME UND PFLANZEN IN MERAN

Ein botanischer Spaziergang entlang der Gilfpromenade bis Lazag mit Anni Schwarz, Direktorin vom Amt für Grünanlagen und Umwelt der Stadtgemeinde Meran. Dank des süd mediterranen Klimas wächst in Meran ein wahrer botanischer Garten mit üppiger Vegetation und Pflanzen aus dem Mittelmeerraum, Asien und Nordamerika.

Wann: Freitag, 28. Mai um 14.30 Uhr

Treffpunkt: Sissi-Statue im Elisabethpark

Die Teilnahme am Spaziergang ist kostenlos.

Anmeldung erforderlich: Tel. +39 0473 272000, www.meran.eu

DIE WINTERPROMENADE ZU JEDER JAHRESZEIT

Spazier- und Malwerkstatt mit Andrea Antinori (Autor des Künstlerbuches für Kinder "Die Winterpromenade") und der Sportwissenschaftlerin Evi Kerschbaumer. Für Kinder ab 6 Jahren.

Wann: Samstag, 29. Mai um 10.00 Uhr

Treffpunkt: Wandelhalle

Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldung erforderlich: Tel. +39 0473 276391, bibliothek@gemeinde.meran.bz.it

GESTÄRKT IN DEN TAG MIT SEELENSPORT®

Einfache Übungen mit Astrid Fleischmann schenken Freude und Kraft und einen liebevollen Blick auf uns und unsere Emotionen. Ganz im Hier und Jetzt stärken wir unseren Körper und unsere Seele.

Wann: Sonntag, 30. Mai um 8.00 Uhr

Wo/Treffpunkt: Die Gärten von Schloss Trauttmansdorff

Anmeldung erforderlich: www.trauttmansdorff.it

Es ist erforderlich sich anzumelden (Tel. +39 0473 272000, www.meran.eu/meran-bewegt), den Mund- und Nasenschutz, den "Green Pass" (der den negativen Test, oder den abgeschlossenen Impfzyklus, oder die Genesung von Covid-19 bestätigt), bequeme Kleidung, angemessenes Schuhwerk und ausreichend Getränke mitzunehmen.



STADTGEMEINDE MERAN
COMUNE DI MERANO



merano