Lüsen - Lüsner Alm

Luson - Malga di Luson

16.06. - 06.10.2019

(Einzelfahrt Lüsen – Flitt 1,50 €; Lüsen – Herol/Tulper 1,50 €; Lüsen – Zumis 3,50 €; Kinder unter 6 Jahre gratis) (viaggio singolo Luson – Flitt 1,50 €; Luson-Herol/Tulper 1,50 €; Luson-Zumis 3,50 €, bambini sotto i 6 anni gratis)

| Lüsen - Lüsner Alm / Rodenecker Alm 326 | | | | |
|--|-------|-------|-------|--|
| Flitt (Lüsner Alm) | 9.40 | 15-55 | 17.05 | |
| Rungg | 9-45 | 16.00 | 17.10 | |
| Lüsen, Dorf - Feuerwehrhalle | 9.50 | 16.05 | 17.15 | |
| Herol/Tulper | 10.04 | 16.19 | | |
| Zumis | 10.14 | 16.29 | | |

| Rodenecker Alm / Lüsnei | r Alm | ı - Lü: | sen | |
|------------------------------|-------|---------|-------|-------|
| 326 | | | | |
| Zumis | | 10.30 | | 16.30 |
| Herol/Tulper | | 10.41 | | 16.41 |
| Lüsen, Dorf - Feuerwehrhalle | 9.25 | 10.55 | 15.45 | 16.55 |
| Rungg | 9.30 | | 15.50 | 7.00 |
| Flitt (Lüsner Alm) | 9.35 | | 15-55 | 17.05 |

Panoramawanderung Lüsner Alm Tulper Gampis - Griebelsteig -Kreuzwiese – Flitt (Variante über Astjoch empfehlenswert) (siehe Wanderfibel S. 23) oder Confinweg ab Zumis (siehe Wanderfibel S. 21)

Hochmoorweg Tulper Hof - Gschlorer Hof - Roner-, Rastner- oder Starkenfeldhütte - über Gampis zurück - Tulperhof (siehe Wanderfibel S. 20)

Gäste von Lüsen erhalten beim Gastgeber Gratis-Fahrkarte. (Einzelfahrt 3,00 €; Kinder unter 14 Jahre gratis) Chi soggiorna a Luson riceverà un biglietto gratuito dal proprio albergatore, (viaggio sing, 2,00 €; bambini sotto i 14 anni gratis)

| Lüsen - Plose | |
|------------------------------|-------|
| Flitt | |
| Rungg | 9-45 |
| Lüsen, Dorf - Feuerwehrhalle | 9.50 |
| Lüsen, Kreuz | 9.53 |
| Walder | 9.57 |
| Guggenbichl | 10.01 |
| Karnol | 10.04 |
| Vill | 10.07 |
| Umlaufbahn Plose | 10.10 |

| Umlaufbahn Plose | 16.00 |
|------------------------------|-------|
| Vill | 16.03 |
| Karnol | 16.06 |
| Guggenbichl | 16.09 |
| Walder | 16.13 |
| Lüsen, Kreuz | 16.17 |
| Lüsen, Dorf - Feuerwehrhalle | 16.20 |
| Rungg | 16.25 |
| Flitt | 16.20 |

Woody Walk - Familienrundwanderweg: Kreuztal - Rossalm; 180 m ↑↓, 5 km

Plosegipfel & Brixner Höhenweg:

Gehzeit ab Kreuztal: $600 \uparrow \downarrow$, 3,5 h, 10 km.

Abstieg nach Lüsen: über den Brixner Höhenweg, Ochsenalm, Nibenol, Lüsen; Gehzeit: 4,5 h, 340 m ↑, 1.400 m ↓, 10 km (siehe Wanderfibel S. 38)

Lüsen-Würzjoch Luson - Passo Erbe

Mo.-Lu. & Fr.-Ve. 20.05. - 28.10.2019

Gäste von Lüsen erhalten beim Gastgeber Gratis-Fahrkarte. (Einzelfahrt 3,00 €; Kinder unter 14 Jahre gratis) Chi soggiorna a Luson riceverà un biglietto gratuito dal proprio albergatore. (viaggio sing. 3,00 €; bambini sotto i 14 anni gratis)

| Lüsen, Dorf - Feuerwehrhalle | 9.35 |
|------------------------------|-------|
| Rungg | 9-45 |
| Abzw. Rungg | 9.50 |
| Petschied | 9.55 |
| Kalkofenhütte | 10.05 |
| Abzw. Afers | 10.10 |
| Würzjoch | 10.20 |
| Geweihte Wasser | 10.25 |

| Ab Kalkofenhütte: Zirbelweg |
|---|
| Genusswanderung mit herrlichem Blick |
| zur Peitlerkofelgruppe. 360 m ↑↓, |
| 9,5 km, 2,5 h (siehe Wanderfibel S. 24) |
| Naturnarkurandanuna Daitlarkafal |

Naturparkwanderung Peitlerkofel ab Würzjoch, 452 m ↑↓, 9 km, 2,5 h (siehe Wanderfibel S. 25)

| Würzjoch - Lüsen | | |
|------------------------------|-------|--|
| Würzjoch | 15.20 | |
| Abzw. Afers | 15.30 | |
| Kalkofenhütte | 15-35 | |
| Stadl | 15.38 | |
| Petschied | 15.45 | |
| Rungg | 15-55 | |
| Lüsen, Dorf - Feuerwehrhalle | 16.05 | |

Gipfelwanderung Maurerberg

Leichte Gipfelwanderung mit Blick zu den Zillertaler Alpen. ab Geweihte Wasser, 590 m ↑↓, 9,5 km, 3,5 h (siehe Wanderfibel S. 39) Rückfahrt mit Bus ab Stadl (↓800 m) oder Aufstieg zum Würzjoch.

Höhenwanderung über die Lüsner Alm (Maurerberghütte, Lüsner Joch – Glittner See)

ab Geweihte Wasser, Abstieg über Flitt 600 m↑, 1.100 m↓, 4,5 h, 14 km. Rückfahrt mit dem Linienbus ab Flitt um 15.55 Uhr oder um 17.05 Uhr möglich.

WELLNESSTIPPS DER WOCHE:

Badehausritual: einzigartiges, schwereloses Floaten für 45 Minuten in der Solegrotte. Alle Annehmlichkeiten des Badehauses stehen zur Verfügung.

Dauer ca. 2,5 Stunden € 35,00 p. P., 20% Preisnachlass von 10 bis 14 Uhr.



Ganzkörper-Partner-Massage im Badehaus mit Eintritt in die Solegrotte.:

Entspannen Sie, bauen Sie Stress ab und lassen Sie Ihren Körper in einen heilsamen Zustand innerer Ruhe bringen.

€ 90,00 p. P., € 70,00 p- P. bei Buchungen von 10 bis 15Uhr

Besuchen Sie den Naturbadeteich in Lüsen mit Riesenrutsche. An der Rezeption erhalten Sie die kostenlos Eintrittskarten.



Fahrrad- und E-Bikeverleih

Gerne können Sie bei uns auch Räder leihen! Normales Bike kostenfrei, Fully-MTB (Federung auch hinten) 15€, E-Bike Verleih 30 € (damit schaffen Sie auch die Lüsner Alm- oder Würzjochtour). Bitte reservieren Sie die Räder bereits am Vorabend an der Rezeption. Vielen Dank!



LÜSEN APP-IHR REISEFÜHRER FÜR LÜSEN UND UMGEBUNG

Navigation—50 Touren mit GPS und Fotos für Lüsen und Umgebung (Eisacktal) - Highlights von Lüsen und Umgebung—Alle Inhalte für Lüsen und Umgebung offline

Infos und Aktuelles zum Wochenprogramm, Beauty-Spezialangebote und vieles mehr schnell und bequem auf unserem Guestnet (www.luesnerhof.guestnet.info)



Folgen Sie uns auf Instagram und Facebook um immer up-to-date zu sein :-)











VOM 22. BIS 28. JULI 2019

Parktickets für die Parkplätze Oberflitt und Schweiger Böden, sowie Fahrscheine für die Wanderbusse erhalten Sie kostenfrei an der Rezeption.

| MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG | SAMSTAG | SONNTAG |
|--|---|--|---|---|---|--|
| 22. JULI | 23. JULI | 24. JULI | 25. JULI | 26. JULI | 27. JULI | 28. JULI |
| Start: 09:40 Rückkehr: 16:00 | Start: 09:40 Rückkehr: 15:00 | Start: 03:30 Rückkehr: ca. 09:30 | Start: 09:30 @ Dorfplatz Lüsen Rückkehr: ca. 14:00 | Start: 09:00 Rückkehr: ca. 16:30 | Start: 09:00 Rückkehr: 16:30 | Heilige Messe |
| Gipfelwanderung zum Maurer Berg - wir laden zum Mittagessen auf unserer Alm ein mit Franz | Kräuterwanderung über die Lüsner Alm mit Herta | Sonnenaufgangswanderung zum Campill (2.190m) mit Herta Maria | Kultur erleben , Waldwandern, Bio-Ziegenkäse verkosten mit Raimund Treffpunkt zur Wanderung um 09.30 Uhr am Dorfplatz von | Auf den Peitlerkofel mit Manni Abfahrt mit dem Hotelbus bis zum | Naturkundliche Wanderung zum Kreuzjoch/Kasserill im Villnöß- tal <i>mit Manni</i> | um 08.30 Uhr in der Kirche von Lüsen |
| Abfahrt mit dem öffentlichen Bus bis Pè de Börz. Anstieg zur Maurerberghütte, über den Süd- rücken bis zum Gipfelkreuz (2.333m) mit Iohnender Rundsicht zum Alpenhauptkamm und zu den Dolomiten. Abstieg abseits von Allem | Abfahrt mit dem öffentlichen Bus bis zum Parkplatz Herol. Wir wandern mit der Kräuterexpertin Herta über die Lüsner Alm und erfahren Wissens- wertes über Kräuter und deren | Abfahrt mit dem Hotelbus zum Parkplatz Schweiger Böden zum Sonnenaufgang auf dem Campill. Dort sammeln wir uns kurz, um uns innerlich auf das Naturschauspiel in seiner ganzen Größe vor-zubereiten. Der | Lüsen. Sie wandern mit Bio-Bauer, Natur-und Landschafts- führer Raimund Lamprecht durch das Kaserbachtal und lassen sich in alte Zeiten zurückversetzen: An der alten Mühle und Säge holen Sie bewusst Luft und lassen die Stille auf sich wirken. Die Wanderung endet mit einer Käseverkostung | Parkplatz am Würzjoch (1.998m) Hier über weiche Almböden und dann steil aufwärts zur Peitlerscharte (2.357m). Weiter am Südhang bis zum kl. Gipfel. Jause mit Südtiroler Spezialitäten! | Abfahrt mit dem Hotelbus bis nach Zans im Villnößtal. Von Zans (1.680 m) über Tschant- schenon zum Kreuzjoch (2.293 m). Nach dem etwas steilen Auf- | Bergmesse am Astjoch um 11:30 Uhr mit einer Bläsergruppe der Musikkapelle Kiens |
| zum Mittagessen in der hauseigenen Maurerbergalm um ca. 13.30 Uhr 3,5 h 8 km 7 450 hm 2 590 hm Variante: Leichte Genusswanderung zur Alm | Heilwirkungen. Einkehr auf der Kreuz- wiesenalm. Abstieg über den kräuterreichen Gargitthof oder auf Wunsch | Rückweg erfolgt über die Kreuzwiesenalm mit Möglichkeit zum Almfrühstück (Aufpreis 12 € - vor Ort zu bezahlen) und dann zum Parkplatz | (kostenfrei) beim Bio-Bauern-Ziegenhof. Dauer: circa 3 Stunden Rückkehr bis zur Tankstelle Kaser und von dort mit dem öffentlichen Bus oder zu Fuß zum Hotel (4km) | 5 h 12 km | stieg zum Bronsoi-Joch (2.421 m) weiter zur Schlüterhütte (2.297 m) und dann hinunter zur Kasse- rillalm mit Einkehr. Abstieg über | |
| Von Pè de Börz in leichten auf und ab, vorbei an der Pecolhütte zur Maurerbergalm. | Abholung am Parkplatz Schweiger Böden. 3 h 9 km | Schweiger Böden. Rückfahrt zum Frühstück ins Hotel. 3 h 8 km 7 🕜 390 hm | So gelangen Sie zum Ausgangspunkt: Öffentlicher Bus um 09.13 Uhr ab Hotel oder zu Fuß circa 20 Minuten ins Dorf alternativ: | Führung und Picknick: € 18,00 alternativ: | den Heuweg nach Zans. 4,5 h 13 km 720 hm Kosten für Transport und Füh- | <mark>Salzvergabe</mark> 16:30 @ Dampfbad |
| 2,5 h 7 km 7 100 hm/ 360 hm Kurzer Anstieg von Stadl auch möglich. Der Rückweg erfolgt zum Parkplatz Stadl oder Abstieg nach Hinterlüsen und dann mit dem Hotelbus zum Hotel. | | | Start: 09:30 Rückkehr: ca. 15:30 Wanderung zum großen Gabler <i>mit Robert</i> Abfahrt mit dem Hotelbus über Hinterlüsen bis Stadel; von dort bringen wir Sie auf Wunsch mit unserem Wagen bis unterhalb der Vielzirmalm (1.850m); von dort empor neben | Start: 09:40 Rückkehr: 16:00 Alpine Achtsamkeitswanderung am Zirbelkieferweg mit Herta Maria | rung: € 18,00 | Ab 18:30 Uhr Begrüßungsaperitif und Vorstellung des Wochenprogramms. |
| | alternativ: Start: 10:00 Rückkehr: ca. 14:30 Geführte E-Bike-Tour über die Lüsner Alm | alternativ: Start: 09:40 Rückkehr: ca. 17:00 | dem dösenden Wildbach zur Vielzirmalm; weiter über den romantischen Kessel zum großen Gabler (2.570m); genießen Sie bei einer Gipfeljause mit Südtiroler Spezialitäten das herrliche Panorama. 4 h 9 km 600 hm 750 hm Kosten für 7 ansport, ∑ührung und Picknick: € 18,00 | Abfahrt mit dem öffentlichen Bus bis zum Kalkofen. Der Weg führt am Bach entlang über Gunggan zur Unterpiscoialm, weiter nach Halsl bis zur Schatzerhütte (Einkehr). Rück- weg über Gampen– und Runggatscher | Yoga mit Karolin 15:30 @ Treffpunkt Jurte | Es unterhält Sie die Lüsnerhof Hausmusik |
| Start: 14:40 Rückkehr: 16:00 Kräuterspaziergang in der Umgebung des Hotels <i>mit Herta</i> | mit Manni Abfahrt vom Hotel mit dem E– Bike bis nach Zumis, von da über die Lüsner Alm bis zur Kreuzwiesenhütte mit Einkehr. | | alternativ: Start: 10:00 Rückkehr: ca. 14:30 Geführte E-Bike-Tour zur Maurerbergalm mit Franz Abfahrt vom Hotel bis Stadl und weiter zur hauseigenen Alm, wo man für Sie ein schmackhaftes Mittagessen zubereitet. | Wiesen zum Kalkofen; sehr gemütliche meditative Wanderung mit Blick zu den Aferer Geislern. Rückfahrt bis zum Hotel. | Salzvergabe 16:30 @ Dampfbad | |
| Um unsere Wahrnehmung zu schärfen, wandern wir teilweise auch barfuß. | Abfahrt über Flitt bis zum Hotel. Kostenbeitrag für den E-Bike Verleih 30 €, min. 4 max. 11 Pers. 3 ,5 h 30 km | Erw., 10 € Kinder); Die Tour führt über Kreuztal über den Plosegipfel oder alternativ über den Brixner Höhenweg zur Ochsenalm (Einkehr). Abstieg durch den Hochwald nach | Selber Rückweg oder weiter zur Maurerberghütte, Lüsnerjoch mit 1.000 m Downhill Abfahrt. Die 2.5 stündige Tour umfasst 800 hm. Führung und Mittag- | 3,5 h 9,5 km 2 2 360 hm | Aufguss mit wildem Thymian- Duft 17:20 @ Panoramasauna | |
| Qi Gong mit Franz 08:00 @ Treffpunkt Rezeption Herstellung eines Kräuterschampoos | Qi Gong mit Franz 08:00 @ Treffpunkt Rezeption | Lüsen oder über den Brixner Höhenweg zurück zur Bahn. 5-6 h 18 km | Es beseht die Möglichkeit zum Wellnessen auf der Alm mit Sauna und Wanne—Kosten 10,00 € - gerne können auch nicht Teilnehmer vom Parkplatz Stadl zu Fuß hoch zur Alm. Naturellnessaufguss in der Schwitzhütte am Waldrand mit | Auszeit im Wald—Aufatmen und Energietanken unter Bäumen | | |
| mit Herta 16:00 @ Alpin Badehaus; Dauer ca. 45 Min. | Naturellnessaufguss in der Schwitz- hütte am Waldrand mit frischen | Yoga mit Karolin 15:30 @ Treffpunkt Jurte "Schwitzhüttenritual" | frischen Kräutern und anschließendem Kneippbad 17:00 @ Schwitzhütte | 09:30 @ Badehaus Garten Min.2 Pax—Max. 10 Pax | | |
| <mark>Salzvergabe</mark> 16:30 @ Dampfbad | Kräutern und anschließendem Kneippbad 17:00 @ Schwitzhütte | Reinigungsritual für Körper, Geist und Seele 16:00 @ Schwitzhütte, | Qi Gong mit Franz 08:00 @ Treffpunkt Rezeption Kinderkletterkurs am Peitler | Rückenschule mit Karolin 15:30 @ Treffpunkt Jurte Salzvergabe | | |
| Aufguss mit Verwendung eines Hauttonikums 17:20 @ Panoramasauna | | mind. 7 Personen <mark>Salzvergabe</mark> 16:30 @ Dampfbad | 09:30 @ Treffpunkt Parkplatz Würzjoch Kosten: 30,00 € - Anmeldung an Rezeption bis um 13.00 Uhr des Vortages | 16:30 @ Dampfbad Detox-Aufguss 17:20 @ Panoramasauna | | |
| ab 21.15 Uhr Film über Lüsen | 21.00 Uhr Weinprobe mit Franz Kosten: 11,00 € p. P. @Taverne | ab 19.00 Uhr Grillfest im Garten mit Hausmusik | ab 21.00 Uhr Lagerfeuer am Waldrand Franz spielt auf der Ziehharmonika und serviert ein Schnapserl | | ab 19.30 Uhr Mani spielt auf der Ziehharmonika | |