

Kräuterkunde

Wissen

*Alpenkräutertage*

riechen · schmecken · sehen · genießen

2018

Natur

Heilende Kräuter

**Alpenkräutertage – im Urlaub den Kräutern auf der Spur**

Auf dem Mieminger Plateau, inmitten der Tiroler Berge und unweit von Innsbruck gelegen, den Frühsommer oder Herbst genießen. Entspannen, abschalten und gleichzeitig Wissenswertes über die Kraft der Alpenkräuter erfahren!

Kräuterwanderungen

Kochen mit Kräutern



# Buchen Sie Ihren kräutervollen Urlaub!

**INNS'  
BRUCK**

## Unsere Termine

### \* Frühling 2018

SA, 28. April - DI, 01. Mai 2018      DO, 07. Juni - SO, 10. Juni 2018  
DO, 24. Mai - SO, 27. Mai 2018      DO, 14. Juni - SO, 17. Juni 2018

### \* Herbst 2018

DO, 06. Sept. - SO, 09. Sept. 2018      DO, 20. Sept. - SO, 23. Sept. 2018

## Unsere Module

### \* Kochen mit frischen Kräutern ( 2,5 h | € 36,50 )

Alpenkräuter eignen sich hervorragend zum Kochen und Verfeinern von Speisen. In diesem Workshop erfahren Sie mehr über die Verwendung von saisonalen Kräutern in der Küche.

### \* Kräuterkosmetik ( 2,5 h | € 44,50 )

Ringelblume, Salbei oder das gute alte Lärchenpech - viele heimische Wald- & Wiesenprodukte können ohne großen Aufwand zu Pflegeprodukten und Essenzen verarbeitet werden. In diesem Workshop erfahren Sie mehr über die Zubereitung von Kräuterkosmetik.

### \* Kräuterexkursion ( 3 h | € 33,50 )

Bei einem Spaziergang durch Wald und Wiesen inmitten der wunderschönen Berglandschaft des Mieminger Plateaus entdecken Sie die verschiedensten Wildkräuter der Saison.

### \* Klangschalen-Entspannung

Die Anwendung von Klangschalen sorgt im Gehirn für ein Gefühl der Ruhe sowie Zufriedenheit und eignet sich somit hervorragend zum Stressabbau. Lassen Sie sich sanft von den feinen Vibrationen der Klänge und ohne Berührung von Händen „massieren“.

**3+1**  
Buchen Sie alle 3  
Kräutermodule  
und nehmen Sie  
kostenlos an der  
Klangschalen-  
Entspannung teil!

Nähere Informationen unter:

[www.alpenkraeutertage.com](http://www.alpenkraeutertage.com)

[www.facebook.com/alpenkraeutertage](https://www.facebook.com/alpenkraeutertage)

[alpenkraeutertage](https://www.instagram.com/alpenkraeutertage)

