

## KULTUR, SPORT & UNTERHALTUNG

... in Wagrain

### **Wagrainer Kulturspaziergang**

Joseph Mohr Grab und Geschichte, Besuch des Waggerl-Museums, Geschichte von Wagrain.

Dauer ca. 1,5 Stunden | Maximale Teilnehmeranzahl 40 Personen

Preis pauschal EUR 70,00

### **Museen**

Waggerl-Museum - Heimathaus des Schriftstellers Karl-Heinrich Waggerl  
Bauernhofmuseum – bei der Edelweißalm

Waggerl-Museum ca. 1 km entfernt

Preis auf Anfrage

### **Bauernherbst – Brauchtum, Musik und Köstlichkeiten**

Der Bauernherbst in Wagrain ist ein großes Fest für die Sinne. Feiern Sie auf traditionellen Festen oder besichtigen Sie Almwirtschaft und Handwerk. Das Land Salzburg ist bekannt für hochwertige, natürliche Produkte aus heimischer Landwirtschaft, die richtig gut schmecken. Wenn Sie wissen möchten, wie diese Köstlichkeiten entstehen, dann machen Sie sich im Herbst auf zu einem Urlaub nach Wagrain.

Im Bauernherbst, der "fünften Jahreszeit" in Salzburg, wird ein tolles Programm geboten. Hier finden Sie die Veranstaltungen im Bauernherbst in Wagrain. Aktuelle Termine der Bauernherbstveranstaltungen finden Sie unter [www.wagrain.info](http://www.wagrain.info)

### **Asphaltstock-Schießen**

direkt neben dem Hotel befindet sich unsere Stockbahn

Dauer ca. 1 Stunde | maximale Teilnehmeranzahl 20 Personen

EUR 8,00 pro Person

### **Gymnastikprogramm**

zB Pilates, Yoga, Kräftigungsprogramme, Spinning

Dauer 1 Stunde | maximale Teilnehmeranzahl 10-15 Personen

EUR 37,00 pro Stunde

### **Mountainbikepark Wagrain**

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

Preise auf Anfrage

Die angeführten Preise sind Nettopreise und verstehen sich zuzüglich gesetzlicher Mehrwertsteuer, gültig bis Dezember 2024.

## KULTUR, SPORT & UNTERHALTUNG

... in Wagrain

### **Golf und Schnupper-Golfen**

die Golfanlage liegt in St. Johann (ca. 10km entfernt); das Sporthotel Wagrain ist eines der Gründerhotels, somit profitieren Sie als Gast von zahlreichen Extras und Ermäßigungen.

Preise auf Anfrage

### **Trainingszentrum**

In unserem 550m<sup>2</sup> Trainingszentrum mit den neuesten Kraft – und Cardiogeräten, sowie einem 100m<sup>2</sup> Sportraum mit Terrasse bieten wir alles an, was ein Sportlerherz höher schlagen lässt!

### **Aeroscan**

Mit dem Aeroscan wird in einem Stufentest (auf dem Radergometer oder Laufband) die Sauerstoff Aufnahme und die Kohlendioxid Abgabe gemessen. Mit dieser Messung zieht man wie lange der Körper noch effektiv Fett als Energie verbrennt und ab wann nur noch Zucker. Das ist wichtig, wenn man seine Ausdauerleistung und seinen Fettstoffwechsel verbessern möchte.

EUR 90,00 pro Person

### **Back Check**

Durch die Back-Check Messungen können Trainingsempfehlungen ausgesprochen werden. Hier kann auf Wunsch ein Trainingsprogramm für zuhause als Handout dienen. Durch RE-Tests, also einer regelmäßigen Kontrolle des Gesundheitszustandes, können Veränderungen dokumentiert werden. Sie wirken dauerhaft motivierend auf die Teilnehmer und bilden die Basis für weitere Schritte in der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Euro 60,00 pro Person

### **Körperanalyse**

... durch das InBody. Das Körperfett, Muskulatur, Wasseranteil uvm. wird gemessen und der Ist-Zustand des Körpers festgestellt. Anschließend erhält man den Ist-Zustand ausgedruckt und von unserem Fitnesstrainer analysiert.

Euro 25,00 pro Person

Die angeführten Preise sind Nettopreise und verstehen sich zuzüglich gesetzlicher Mehrwertsteuer, gültig bis Dezember 2024.

## KULTUR, SPORT & UNTERHALTUNG

... in Wagrain

### **Feuer – Glasscherbenlauf und Mentaltraining**

Ein absolutes Highlight für Ihr Seminar oder Firmentraining. Ein Team, das gemeinsam durchs Feuer geht, beweist sich die Fähigkeit auch Ziele zu erreichen, die im ersten Moment unmöglich erscheinen. Das gemeinsame Erlebnis eines Teams Feuerlaufs stärkt die mentalen Kräfte und stärkt daher die Motivation und fördert den inneren Zusammenhalt.

Dauer ca. 2-4 Stunden, Beginn ca. 3 Stunden vor Sonnenuntergang, für 10 - 300 Personen [www.winkelhofer.at](http://www.winkelhofer.at)

(exkl. Equipment kosten, Feuerwache, Miete Wiese, Erinnerungsurkunde)

### **Alpen Olympiade**

Schon mal an Gummistiefel Weit kick oder Wettmelken gedacht?

Ein zünftiger Spaß!

### **Schlag den Chef**

Geben Sie Ihren Mitarbeitern die einmalige Chance in spannenden Disziplinen gegen den Chef anzutreten.

### **T-Wall Reaktionswand**

Das interaktive Sportgerät nutzt Lichtimpulse um gezielt Bewegungsabläufe zu generieren.

Ein tolles Programm mit Spaßfaktor, bei dem Reaktionsfähigkeit, Koordination und Beweglichkeit gefördert wird.

### **Indoor Teamarbeit**

Unser Kommunikationsprofi leitet die Teilnehmer gezielt an auf außergewöhnliche Weise an Ihren Kommunikationsfähigkeiten, Soft Skills und generell am Zusammenhalt im Team zu arbeiten. Lernen Sie die wichtigsten Soft-Skills wie kommunikative Kompetenz, Teamfähigkeit, Einfühlungsvermögen oder Kritikkompetenz kennen.

### **Ludo Dynamic Games – Mega Spiele aus Holz**

Unsere Ludo Dynamic Games dienen der Auflockerung und Aktivierung in Meeting- und Seminar-Pausen und sind das ideale Welcome-Szenario für Ihre Firmenveranstaltung.

Weitere Ideen und Programme finden Sie auf [www.montee.com](http://www.montee.com)

Die angeführten Preise sind Nettopreise und verstehen sich zuzüglich gesetzlicher Mehrwertsteuer, gültig bis Dezember 2024.