



## NATÜRLICH GESUND MIT WASSER - „Pyramidenkneippweg Rudlbach“ in Taisten: Ein Erlebnis der Sinne!

„Weniger Krankheiten und mehr Energie für Arbeit und Freizeit sind die Erfolge eines gesünderen Lebensstils“. Die anfängliche Überwindung in das kalte Wasser zu treten, wird allmählich durch die warme und entspannende Reaktion belohnt. Mit seinen Stationen lädt der „Pyramidenkneippweg Rudlbach“ zum Entspannen und zur Besinnung ein. Fitness für die Füße in traumhafter Naturlandschaft.

- › **Ausgangspunkt und Parkplatz:** Parkplatz Wiesen in Taisten
- › **Höhenunterschied:** 200m; **Reine Gehzeit:** 2 Stunden; **Weglänge:** 2 km
- › **Verkauf:** Rucksack für 1 Person mit Handtuch und Fußbalsam € 12.-  
jede weitere Person bezahlt für ein Handtuch € 1.-

Geführte Tour im Frühjahr und Sommer, buchbar im Tourismusverein Gsieser Tal-Welsberg-Taisten.

## A PIEDI NUDI NELL'ACQUA - il „percorso Kneipp delle piramidi Rudlbach“ a Tesido: un'avventura per i sensi!

„Meno malattie e più energia nel lavoro e nel tempo libero sono i successi di una vita sana“. Intraprenderemo una comoda passeggiata a piedi nudi nell'acqua in un ideale paesaggio naturale, dove lo scroscio dell'acqua è ancora „in“. Con le sue stazioni il sentiero contribuisce alla distensione ed alla meditazione.

- › **Punto di partenza & parcheggio:** Prati di Tesido, nelle vicinanze del percorso
- › **Dislivello:** 200m; **Tempo di percorso:** 2 ore; **Lunghezza:** 2 km
- › **Vendita:** zaino per 1 persona con asciugamano e balsamo € 12.-  
ogni persona in più paga € 1.- per un ulteriore asciugamano

Escursione guidata in primavera e estate, prenotazione presso l'Associazione Turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido.



Info beim Tourismusverein Gsieser Tal-Welsberg-Taisten  
Büro St. Martin/Gsies T 0474 978 436 . Büro Welsberg T 0474 944 118 . Büro Taisten T 0474 950 000

Informazioni presso l'Associazione Turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido  
Ufficio S. Martino/Casies T 0474 978 436 . Ufficio Monguelfo T 0474 944 118 . Ufficio Tesido T 0474 950 000