



Veranstaltungen



Wir starten beim obersten Brunnen im Dorf wo wir nach links Richtung Val Tuoi gehen. Der Weg führt uns entlang an wunderschönen Blumenwiesen hinein bis zur Alp Suot der Ziegenalp von Guarda (ca. 1 Std.). Von der Alp Suot können wir weitergehen bis zur Chamonna Tuoi wo wir uns vom Hüttenwart mit Speis und Trank verwöhnen lassen können (noch einmal ca. 1½ Std.). Wir können aber auch oberhalb der Alp Suot nach rechts gehen Richtung Alp Sura (Alp Suot – Alp Sura ca.1 Std.). Von der Alp Sura kommen wir gemütlich durch den Wald wieder nach Guarda zurück. Wir wünschen Ihnen einen spannenden, abwechslungsreichen, aber trotzdem erholsamen Aufenthalt in Guarda.

August

Donnerstag / gövgia
1. August 2019

Nationalfeiertag

Ort: Feuerwehrlokal (hinter dem Schulhaus)
Ab 17.00 Uhr: Festwirtschaft organisiert von der Jugend Guarda.
Ab 18.00 Uhr: Nachtessen mit Musikalische Unterhaltung mit der Chapella Erni
Ab 21.00 Uhr: Sunasoncha / Glockengeläute / Höhenfeuer
Ab 21.15 Uhr: Festansprache von Herr Dr. Ruedi Haller
Designerter Direktor schweizerischen Nationalparks

Montag / lündeschdi
5, 12, 19,

Qi Gong und Meditation

Zeit: 18.30 - 19.30 Uhr
Ort: Jassetta 91
Kosten: CHF 30.- pro Person/Lektion, mit Gästekarte CHF 25.00.
Kursleitung: Sabina Streiter, Dipl. Kinesiologin, Komplementärtherapeutin.
Anmeldung: bis 10.00 Uhr, Tel +41 (0)81 860 30 92
oder info@xinli-training.ch Informationen auf www.xinli-trainig.ch

Täglich auf Anfrage

Gentle Yoga und Meditation

Kursleitung: Christina Koller Atemtherapeutin und Yogalehrerin
Anmeldungen: Unter Tel. 079 837 68 63 oder info@christinakoller.ch
Informationen auf www.christinakoller.ch.

Mittwoch / marcurdi
7, 14, 21, 28,

Progressive Muskelrelaxation & Meditation für Einheimische und Gäste

Zeit: 19.45 Uhr – 20.45 Uhr
Preis: CHF 20.- pro Person / Lektion
Ort: Chasa Arpiglia Guarda
Kursleitung: Maya Zeller, Dipl. Pflegefachfrau HF/Therapeutin TCM.

Wir bitten um telefonische Voranmeldung Tel. 079 207 47 17

Montag und Mittwoch
lündeschi e marcurdi
5, 7,

Schnupperkurs: Drehen an der Töpferscheibe

Demonstration zur Kunst des Töpfern auf der elektrischen Scheibe.
Anschließend haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, ihr Können selbst unter Beweis zu stellen und sich mit der Töpferei vertraut zu machen

Treffpunkt/Dauer: Guarda Jassetta 87 / 9.30-11.15 oder 14.30-16.15
Ausrüstung: Arbeitskleider, Tuch zum Hände abputzen.
Preise in CHF: Erwachsene 38.00 (ohne Gästekarte 43.00)
Familien 88.00 (ohne Gästekarte 95.00)
Teilnehmerzahl: Mind.3 bis max. 8 Personen
Anmeldung: Bis am Vortag 12.00 bei Verena Jordan, Tel. 078 714 00 67
Hinweis: Brennkosten im Preis inkl.

Mittwoch / marcurdi
7, 14,

Kulturhistorische Mineralquellen-Wanderung

Die Aua Forta, die starken Wasser, das „blaue Gold“ des Unterengadins und seine Geschichte kennenlernen.

Treffpunkt: Ab Guarda, Plazzetta, auf den Postautokurs um 8.58 Uhr
Treffpunkt / Dauer: Scuol Gäste Info 09.40 - ca.12.40 Uhr
Ausrüstung: Allwetter – Kleidung, Becher / Flasche, Handtuch und Verpflegung
Preis in CHF: Erwachsene 5.00 (ohne Gästekarte 10.00), Kinder 5.00
Familien 15.00 (ohne Gästekarte 20.00)
Teilnehmerzahl: Mind. 4 bis max.20 Personen
Anmeldung: Bis am Vortag 12.00 Uhr, Sabina Streiter
Tel. +41(0)81 860 30 92 info@xinli-training.ch

Donnerstag / gövgia
22. August

Wanderung mit Energieübungen

Geführte Wanderung zu Kraftorten rund um Guarda mit wirkungsvollen, einfachen Übungen aus dem Qi Gong und Brain Gym.
Mit fachkundiger Anleitung.

Treffpunkt / Dauer: Guarda, Kinesiologiepraxis XIN LI 7 14.00 – ca. 16.00
Ausrüstung: Wanderschuhe, Allwetter-Bekleidung, Sonnenschutz
Preis in CHF: Erwachsene 30.00 (ohne GK 35.00), Kinder 10.00
Teilnehmerzahl: Mind.4 bis max.10 Personen
Anmeldung: Bis am Vortag 12.00 bei Sabina Streiter, Tel 081 860 30 92
info@xinli-training.ch
(Hinweis: Geeignet für Kinder ab 10 Jahren

Montag bis Freitag
lündeschi fin venderdi

Besteigung Piz Buin 3312 m ü. M. (2 Tage)

Der Piz Buin ist wohl der bekannteste Gipfel in der Silvretta-Gruppe. Am Vortag wird gemütlich von Guarda aus die Chamonna Tuoi erreicht. Frühmorgens wird Richtung Buin Pitschen gestartet und von Westen erreichen wir leicht kletternd den Gipfel.
Die Tour führt durch das Val Tuoi zurück nach Guarda.

Treffpunkt /Dauer: Guarda, Post Auto-Haltestelle / 12.00-16.00
Ausrüstung: Kann auf Anfrage gemietet werden
Preis in CHF: Erwachsene 250.00
Teilnehmerzahl: Mind. 4 bis max. 6 Personen
Anmeldung: Bei Bergsportschule Grischa GmbH, Tel. 079 102 33 65
info@bergsportschulegrischa.ch
Hinweis: Im Preis inbegriffen: Führung durch Bergführer mit eidg. Fachausweis. Hüttenübernachtung, Verpflegung und Mietmaterial im Preis nicht inkl.

Freitag / venderdi
2, 9, 16, 23, 30,

Dorfführung

Tauchen Sie ein in die Geschichte, Kultur und das Leben der Menschen in Guarda früher und heute.

Treffpunkt: 10.00 Uhr beim Post-und Verkehrsbüro, Nr. 84
Kosten: CHF 16.00 pro Person/ Kinder bis 16 Jahre gratis.
Mit Gästekarte: CHF 11.-

Samstag / sonda
31. August 2019

17. Nationalpark-Bike-Marathon

mit Guarda als Durchfahrtsort
Ab ca. 10.00 Uhr bis ca. 18.00 Uhr (erschwerte Durchfahrt für Auto's).

