

**Ferien 2025**
[lu.prosenectute.ch/Ferien](https://lu.prosenectute.ch/Ferien)

**Wintersportferien in Davos – Bewegung im Schnee**

Das Landwassertal eignet sich bestens für Winterwanderungen, Schneeschuhtouren, den Langlaufsport und hat auch kulturell viel zu bieten. Teilnehmer/innen können jeden Tag eine der drei begleiteten Aktivitäten auswählen.

**Datum:** Sonntag, 26., bis Freitag, 31.1.2025 (5 Nächte)

**Hotel:** Central Sporthotel Davos\*\*\*\*, [www.central-davos.ch](http://www.central-davos.ch)

**Leitung:** Franz Lötscher, Hauptleitung und Langlauf, Bruno Maurer, Schneeschuh, Iris Studer-Milz, Wandern, und weitere Sportleiter/innen esa

Nr.	Zimmer	*Kosten/Person
742	Doppelzimmer Standard	1330.–
743	Einzelzimmer Standard	1490.–
744	Einzelzimmer Superior	1540.–

**Warteliste**

\*inkl. Car, Halbpension, Wellness, ÖV (exkl. Bergbahnen)

**Anforderungen:** Die aktive Teilnahme von täglich rund 3 Std. in der gewünschten Sportart im entsprechenden Gelände wird vorausgesetzt.

**Aktivferien in Reckingen/Goms – Nordic Walking, Everdance, Pilates und Gymnastik NEU**

Starten Sie den Tag mit einer energetischen Gymnastik- oder Pilates-Lektion, tanken Sie frische Walliser Bergluft bei unseren Nordic-Walking-Touren und lassen Sie sich anschliessend von der Musik zur Everdance-Lektion mitreissen. Abgerundet werden unsere Aktivferien mit einem Überraschungsausflug.

**Datum:** Sonntag, 8., bis Freitag, 13.6.2025 (5 Nächte)

**Hotels:** Boutique-Hotel Glocke\*\*\*, [www.glocke.ch](http://www.glocke.ch)

**Leitung:** Ruth Indergand, Nordic-Walking-Leiterin esa, Barbara Vanza, Expertin esa, Pilates- und Everdanceliterin

Nr.	Zimmer	*Kosten/Person
443	Doppelzimmer (Neubau)	1150.–
444	Einzelzimmer (Altbau)	1160.–
445	Doppelzimmer zur Alleinbenutzung (Altbau)	1320.–

\*inkl. Halbpension, Sportlektionen, Trinkgeld, exkl. Reise mit Zug/ÖV

**Anforderungen:** Mindestens 1½ Std. Nordic Walking (in verschiedenen Leistungsniveaus, kann vor Ort erlernt werden). Gute allgemeine Gesundheit und Selbstständigkeit. Koffer muss selbst getragen werden können.

**Kulturferien in Scuol – Kunst und Kultur im Unterengadin**

Von Scuol aus besuchen wir u.a. den Park des berühmten Künstlers Not Vital in Sent, das Schloss Tarasp und das Museum Susch. Wir tauchen ein in die wechselvolle Geschichte des Unterengadins, seiner wunderbar erhaltenen Dörfer und der romanischen Sprache.

**Datum:** Dienstag, 24., bis Samstag, 28.6.2025 (4 Nächte)

**Hotel:** Belvédère \*\*\*\*, [www.belvedere-scuol.ch](http://www.belvedere-scuol.ch)

**Leitung:** Iris Studer, Wanderleiterin esa und Ferienleiterin

Nr.	Zimmer	*Kosten/Person
446/448	Doppel-/Einzelzimmer Nord	995.–/1130.–
447/449	Doppel-/Einzelzimmer Süd	1185.–/1295.–
450	Doppelzimmer Nord Alleinbenutzung	1295.–

\*inkl. Halbpension, Zvieri, Eintritt ins Engadin Bad Scuol, Ausflüge, Eintritte, Führungen, Trinkgeld; exkl. An- und Rückreise mit Zug

**Anforderungen:** Gut zu Fuss (1 bis 2 Std./Tag), Koffer muss selbst getragen werden können.



### + Wanderferien in Sils Maria

Sils-Maria – idyllisch eingebettet zwischen dem Silser- und Silvaplanersee – ist das Tor für eine Vielfalt an Wanderungen. Im sonnigen Hochtal führen uns die Wanderwege über saftige Wiesen mit farbenfrohen Bergblumen, vorbei an blauen Bergseen, zu spektakulären Aussichtspunkten oder hin zu mächtigen Gletschern.

**Datum:** Sonntag, 29.6., bis Samstag, 5.7.2025 (6 Nächte)

**Hotels:** Edelweiss\*\*\*\*, [www.hotel-edelweiss.ch](http://www.hotel-edelweiss.ch)

**Leitung:** Annelise und Mark Lötscher, Wanderleiter/in esa

Nr.	Zimmer	*Kosten/Person
451	Doppelzimmer	1470.–
452	Einzelzimmer	1490.–

\*inkl. Car, Halbpension, Wanderungen, Wellness, Tennisplatz, ÖV, Trinkgeld

**Anforderungen:** Gruppe B «Bergwandern» ca. 3 Std. und 300 bis 400 m auf- und abwärts; Gruppe A «Bergwandern» ca. 3 bis 5 Std. und 800 m auf- und abwärts.

### + Begleitete Ferien in Serfaus (AT) – freudvolle Tage mit Gleichgesinnten

Sie möchten nicht allein verreisen und schätzen die Gesellschaft einer Gruppe? Wir begleiten Sie gerne bei einem gemütlichen Spaziergang durch das charmante Dorf, unseren kleinen Ausflügen oder bei Spiel und Kaffee.

**Datum:** Sonntag, 24., bis Freitag, 29.8.2025 (5 Nächte)

**Hotel:** Gabriela\*\*\*\*, [www.gabriela-serfaus.at](http://www.gabriela-serfaus.at)

**Leitung:** Pia Locher, (Hauptleitung), Christine Amrein und Ernst Rothenfluh

Nr.	Zimmer	*Kosten/Person
453	Doppelzimmer	1195.–
454	Einzelzimmer	1380.–

\*inkl. Car, Halbpension, ÖV, Trinkgeld

**Anforderungen:** Leider ist es nicht möglich, Teilnehmende im Rollstuhl, aus stationären Einrichtungen oder mit umfassendem Pflegebedarf mitzunehmen. Bei kleinen Hilfeleistungen unterstützen wir Sie gerne.



### + Wanderferien in Wildhaus

Das Hochtal zwischen dem Säntis und den sieben Churfürsten zählt mit seiner fast unberührten Landschaft zu den schönsten Wanderregionen der Schweiz. Zu den bekanntesten Ausflugszielen gehören der Klangweg sowie der Chäserrugg mit dem Blumenweg und der prächtigen Sicht auf den Walensee.

**Datum:** Montag, 25., bis Samstag, 30.8.2025 (5 Nächte)

**Hotel:** Sonne\*\*\*, [www.sonne-wildhaus.ch](http://www.sonne-wildhaus.ch)

**Leitung:** Christine Mailänder, Wanderleiterin esa

Nr.	Zimmer	*Kosten/Person
455	Doppelzimmer Superior	1190.–
456	Doppelzimmer Standard Alleinbenutzung	1290.–

\*inkl. Car, Halbpension, Wanderungen, Wellness, ÖV, Trinkgeld

**Anforderungen:** Gruppe A «Bergwandern» ca. 4 Std. und ca. 700 m auf- und abwärts; Gruppe B «Wandern» ca. 3 Std. und 300 m auf- und abwärts; Gruppe C «gemütliches Wandern» ca. 1 bis 1½ Std. und ca. 200 m auf- und abwärts.

### + Badeferien in Mallorca (ES)



Das Hotel liegt in Canyamel direkt am Meer an der Südküste. Die Leiterinnen bieten ein abwechslungsreiches Programm in Wassergymnastik, Wasserspielen und Qi-Gong an.

**Datum:** Sonntag, 7., bis Sonntag, 14.9.2025 (7 Nächte)

**Hotel:** Laguna\*\*\*\*, [www.universaltravel.ch](http://www.universaltravel.ch) > Universal Hotels > Laguna

**Leitung:** Judith Bollinger, Wasserfitnessleiterin esa, und Monika Schwaller, dipl. med. Qi-Gong-Therapeutin/Wasserfitnessleiterin esa

**\*inkl. Frühbucherrabatt**

Nr.	Zimmer	*Kosten/Person
457	Doppelzimmer Meersicht	1630.–
458	Doppelzimmer Meersicht Alleinbenutzung	2120.–
459	Einzelzimmer Landseite (Grand Lit)	1665.–

\*inkl. Frühbucherrabatt gültig bis 10.3.2025, danach auf Anfrage, inkl. Flug, Flughafentaxen, Hoteltransfer, Vollpension, Sportkationen

**Anforderungen:** Wir setzen voraus, dass Sie keine spezielle Betreuung benötigen, selbstständig sind und Ihr Gepäck selbst tragen können.



### + Wanderferien in Lugano

Rund 700 km Wanderwege durchziehen die Region Lugano. Sie führen durch abwechslungsreiche Landschaften mit atemberaubenden Panoramen. Von Lugano aus, der Stadt mit viel italienischem Flair, erkunden wir die Valli di Lugano, das Malcantone und das Mendrisiotto.

**Datum:** Dienstag, 14., bis Montag, 20.10.2025 (6 Nächte)

**Hotel:** Federale\*\*\*, [www.hotel-federale.ch](http://www.hotel-federale.ch)

**Leitung:** Iris Studer und Maya Marty, Wanderleiterinnen esa

Nr.	Zimmer	*Kosten/Person
460	Doppelzimmer	1350.–
461	Einzelzimmer	1460.–
462	Doppelzimmer Alleinbenutzung	1540.–

\*inkl. Halbpension, Wanderungen, ÖV, Trinkgeld; exkl. Reise mit Zug

**Anforderungen:** Gruppe B «Wandern» ca. 3 Std. und 300 bis 400 m auf- und abwärts; Gruppe A «Bergwandern» ca. 3 bis 5 Std. und 800 m auf- und abwärts.