

Wochenprogramm: 26. Juni 2022 – 23. September 2022

Sonntag:

10.00 Uhr Musikpavillon: **Einstimmungswanderung leicht** ins **Schönachtal**

Schöne, leichte Wanderung in herrlicher Natur in das Schönachtal zur Lackenalm (1.400 m). Nach einem Einkehrschwung spazieren wir in gemütlichem Tempo zurück nach Gerlos. Sie erhalten interessante Wandertipps und einen Einblick in die zahlreichen Wandermöglichkeiten in Gerlos. Gesamtdauer: ca. 4 Std., Gehzeit ca. 2,5 Std.

leicht aktiv Wellness

15.00 Uhr Parkplatz Klettersteig/Flying Fox (Ried): **„Flying Fox“**

Unser Highlight für Adrenalin-Süchtige: 2 Flying Fox Routen auf 80 m Höhe und 200 m Länge! Nutzung nur mit Guide und bei trockenen Wetterverhältnissen. Wichtig: gutes Schuhwerk (Berg- oder Trekkingschuhe)! Dauer ca. 2 Std., Preis: € 20,00 pro Person. **Nur gegen Voranmeldung in Ihrem Berg aktiv Hotel oder im Berg aktiv Büro!**

Action Club

16.30 Uhr Musikpavillon: **„Rückenfit“**

Durch spezielle Mobilisations- und Kräftigungsübungen stärken wir unseren Rücken, verbessern die Beweglichkeit und erlangen so ein angenehmes Wohlbefinden.

Dauer: ca. 1 Std. **(Bitte Handtuch mitnehmen)**

aktiv Wellness

leicht	leichte Wanderung
mittel	mittelschwere Wanderung
schwer	schwere Wanderungen kombiniert von Schwierigkeitsstufe 1 - 5 oder Radtour
aktiv Wellness	Gesundheitsprogramm kombiniert mit leichter oder mittelschwerer Wanderung
Action Club	Hochseilgarten, Flying Fox, Canyoning, Klettern oder Klettersteig - der ultimative Kick!!!

Wochenprogramm: 26. Juni 2022 – 23. September 2022

Montag:

9.30 Uhr Tennishalle: **"Canyoning - Schwarzach"**

5 Abseilstellen, Sprünge in rauschende Pools und Kletterpassagen erwarten Sie in der Schwarzachschlucht. Gesamtdauer: ca. 3,5 Std., Gehzeit: ca. 2 Std. Preis: € 50,00 pro Person mit Berg aktiv Card, € 42,00 pro Kind bis 15 Jahre. Mitzubringen sind Badekleidung, Turn- oder Trekkingschuhe und Handtuch.

Nur gegen Voranmeldung in Ihrem Berg aktiv Mitgliedsbetrieb oder im Berg aktiv Büro! Im Juli & August täglich buchbar!

Action Club

10.00 Uhr Musikpavillon: **"Schaukäserei"**

Wanderung zur Maria ins Krumbachtal. Entlang des Krumbachbaches werden wir an der Krumbachrast (1.480 m) die dortige Käserei vorstellen und unsere Gaumen mit einer Käseprobe verwöhnen. Gesamtdauer: ca. 5 Std., Gehzeit: ca. 2 1/2 Std.

Leicht

10.00 Uhr Musikpavillon: **„Mullachgeier“** " Auffahrt mit der Königsleiten Bahn (Unkostenbeitrag Liftkarte). Wir starten unterhalb des Königsleiten Gipfels (2315m) und wandern entlang des Speichersees über den Mullachgeier Richtung Salzachtal. Durch ein traumhaftes Tal führt uns der Weg an der Salzachjochhütte vorbei Richtung Königsleiten.

Gesamtdauer: ca. 6 Std. Gehzeit: 4,5 Std. **Wichtig: gutes Schuhwerk (Berg oder Trekkingschuhe) Bitte mit eigenem Pkw zum Treffpunkt kommen.**

Leicht Berg Wellness

16.00 Uhr Hochseilgarten: **Bogenschießen**

Ein Abenteuer für die ganze Familie (Kinder ab 10 Jahre). Nach einer kurzen Einschulung, geht es anschließend auf dem 3D Bogenparcours im Wald mit Pfeil und Bogen auf die Jagd.

Gesamtdauer: ca. 1,5 Std. Preis: € 15,00 pro Person

Nur gegen Voranmeldung in Ihrem Berg aktiv Mitgliedsbetrieb oder im Berg aktiv Büro!

Action Club

16.30 Uhr Musikpavillon: **Nordic Walking**

Erlernen Sie Nordic Walking mit unserem ausgebildeten Nordic Walking Trainer, das dynamische Gehen mit speziellen Carbonstöcken. Diese Bewegungsform bietet ein sanftes Ganzkörpertraining für alle. Auch für Einsteiger ideal geeignet. Lauf- oder Trekkingschuhe von Vorteil. Dauer: ca. 1,5 Std. (Unkostenbeitrag für Stöcke € 3,00).

aktiv Wellness

21.00 Musikpavillon: **"Fackelwanderung"**

Gemeinsame Fackelwanderung. Dauer: ca. 45 Minuten (wird vom 27. Juni bis 5. September durchgeführt)

leicht

leichte Wanderung

mittel

mittelschwere Wanderung

schwer

schwere Wanderungen kombiniert von Schwierigkeitsstufe 1 - 5 oder Radtour

aktiv Wellness

Gesundheitsprogramm kombiniert mit leichter oder mittelschwerer Wanderung

Action Club

Hochseilgarten, Flying Fox, Canyoning, Klettern oder Klettersteig - der ultimative Kick!!!

Wochenprogramm: 26. Juni 2022 – 23. September 2022

Dienstag:

09.00 Uhr Musikpavillon: "**Stramme Wadel Tour**" Wanderung Zur **Zittauer Hütte** (2329m). Wanderung zur Zittauer Hütte (2.329 m). Gesamtdauer: ca. 7 Std.; Gehzeit: ca. 6 Std. Aufstieg: ca. 900 hm; **Wichtig: gute Kondition, gutes Schuhwerk (Bergschuhe)**. Bitte mit dem eigenen PKW zum Treffpunkt kommen.

Schwer

10.00 Uhr „**Wanderung zum Isskogel**“

Wir fahren mit der Isskogel-Bahn (Unkostenbeitrag Liftkarte) zum Arena Center Isskogel Restaurant (1.900 m). Nach einer kleinen Warm up - Einheit wandern wir entlang des Ebenfeldes zum Isskogel-Gipfel (2264m) und von dort retour zur Latschenalm (1.950 m). Gesamtdauer: ca. 5 Std., Gehzeit: ca. 3 Std., Aufstieg ca. 350 Höhenmeter. **Wichtig: gutes Schuhwerk (Berg- oder Trekkingschuhe)!**, evtl. Badesachen.

Mittel - aktiv Wellness

10.00 Uhr „**Hochseilgarten**“

Erleben Sie den neu ausgebauten Hochseilgarten in Gerlos mit 65 Stationen (17 Flying Fox Stationen). Nach einer Einschulung können Sie ins Abenteuer starten und dabei Ihren Mut bzw. Ihr Geschick strapazieren. Vom 26.06.22 bis 09.09.22 täglich von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr und vom 30.09.22 bis 04.11.22 Dienstag & Freitag von 11.00 Uhr bis 15.00 Uhr geöffnet / keine Voranmeldung notwendig. Von Mai bis 25.06.22 und ab 10.09.22 bis 29.09.22 nur mit Voranmeldung möglich in Ihrem Berg aktiv Hotel oder im Berg aktiv Büro. Dauer: ca. 2 Std.; Unkostenbeitrag: € 30,00 mit Berg aktiv-Card - Kinder bis 15 Jahre € 25,00

Action Club

14.00 Uhr Parkplatz Klettersteig/Flying Fox (Ried): „**Flying Fox**“

Unser Highlight für Adrenalin-Süchtige: 2 Flying Fox Routen auf 80 m Höhe und 200 m Länge! Nutzung nur mit Guide und bei trockenen Wetterverhältnissen. Wichtig: gutes Schuhwerk (Berg- oder Trekkingschuhe)! Dauer ca. 2 Std., Preis: € 20,00 pro Person. **Nur gegen Voranmeldung in Ihrem Berg aktiv Hotel oder im Berg aktiv Büro!**

Action Club

16.30 Uhr Musikpavillon: „**Besichtigung Fernheizkraftwerk**“

Wandern Sie mit uns zum neu erbauten Fernheizkraftwerk über Gerlos und lernen Sie bei einer Führung die Vorteile von diesem Kraftwerk kennen. Gesamtdauer: ca. 1 Std., Gehzeit ca. 15 min.

Leicht - aktiv Wellness

16.30 Uhr Fußballplatz: "**Gästefussball**"

Treffpunkt am Fußballplatz zu einem gemeinsamen Fußballspiel, Mindestalter: 12 Jahre, (wird vom 28. Juni bis 2. September durchgeführt).

leicht	leichte Wanderung
mittel	mittelschwere Wanderung
schwer	schwere Wanderungen kombiniert von Schwierigkeitsstufe 1 - 5 oder Radtour
aktiv Wellness	Gesundheitsprogramm kombiniert mit leichter oder mittelschwerer Wanderung
Action Club	Hochseilgarten, Flying Fox, Canyoning, Klettern oder Klettersteig - der ultimative Kick!!!

Wochenprogramm: 26. Juni 2022 – 23. September 2022

Mittwoch:

05.30 Uhr Musikpavillon: "**Besinnliche Sonnenaufgangstour**" (nur bei klarem Himmel!!)
Erleben Sie die ersten Sonnenstrahlen und das sagenhafte Morgenerwachen am Berg mit herrlichem Ausblick von der Gerlosplatte. Rückkehr nach Gerlos ca. 8.00 Uhr, Gesamtdauer: ca. 2,5 Std., Gehzeit: ca. 1,5 Std. Wichtig: **Bitte mit eigenem PKW zum Treffpunkt kommen!**

leicht aktiv Wellness

9.30 Uhr Tennishalle: "**Canyoning - Schwarzach**"

5 Abseilstellen, Sprünge in rauschende Pools und Kletterpassagen erwarten Sie in der Schwarzachschlucht. Gesamtdauer: ca. 3,5 Std., Gehzeit: ca. 2 Std. Preis: € 50,00 pro Person mit Berg aktiv Card, € 42,00 pro Kind bis 15 Jahre. Mitzubringen sind Badekleidung, Turn- oder Trekkingschuhe und Handtuch. **Nur gegen Voranmeldung in Ihrem Berg aktiv Mitgliedsbetrieb oder im Berg aktiv Büro! Im Juli & August täglich buchbar!**

Action Club

10.00 Uhr Parkplatz Klettersteig/Flying Fox (Ried): "**Flying Fox**"

Unser Highlight für Adrenalin-Süchtige: 2 Flying Fox Routen auf 80 m Höhe und 200 m Länge! Nutzung nur mit Guide und bei trockenen Wetterverhältnissen. Wichtig: gutes Schuhwerk (Berg- oder Trekkingschuhe)! Dauer ca. 2 Std., Preis: € 20,00 pro Person. **Nur gegen Voranmeldung in Ihrem Berg aktiv Hotel oder im Berg aktiv Büro!**

Action Club

10.00 Uhr Musikpavillon: "**Trisslalm**"

Wir fahren mit dem PKW (Parkgebühr ca. € 5,00) bis zum Gasthof Finkau. Von dort wandern wir über die Leitenkammer-Klamm zur Trisslalm. Der Rückweg führt uns an der Finkau Kapelle beim Finkau-See vorbei. Gesamtdauer: ca. 4 Std.; Gehzeit: ca. 2,5 Std; **Wichtig: Bitte mit eigenem PKW zum Treffpunkt kommen!**

Leicht - aktiv Wellness

10.00 Uhr Musikpavillon: "**Schönachrunde**"

Unser Weg führt uns über einen schönen Steig von Gerlos hinauf entlang des Höhenweges und bergab hinunter zur Lackenalm. Nach einer Stärkung geht es über das Schönachtal zurück nach Gerlos. Gesamtdauer: ca. 5 Std., Gehzeit ca. 4 Std. **Wichtig: gutes Schuhwerk (Bergschuhe)!**

mittel

16.30 Uhr Musikpavillon: "**Leichter Laufen**"

Nach einer kleinen Technikeinführung joggen wir die 7,4 km lange Bachrunde durch Gerlos und entdecken dabei, wie leicht und erlebnisreich Laufen sein kann. Dauer ca. 1 Std. **Wichtig: Lafschuhe und Kondition!**

aktiv Wellness

20.15 Musikpavillon: **Platzkonzert der BMK Gerlos.** Dauer: ca. 1 Std. Eintritt frei!!

leicht	leichte Wanderung
mittel	mittelschwere Wanderung
schwer	schwere Wanderungen kombiniert von Schwierigkeitsstufe 1 - 5 oder Radtour
aktiv Wellness	Gesundheitsprogramm kombiniert mit leichter oder mittelschwerer Wanderung
Action Club	Hochseilgarten, Flying Fox, Canyoning, Klettern oder Klettersteig - der ultimative Kick!!!

Wochenprogramm: 26. Juni 2022 – 23. September 2022

Donnerstag:

10.00 Uhr Musikpavillon: "Kneippwanderung zur Wimmertalalm"

Schöne und leichte Wanderung zur Wimmertalalm (1.380 m). Dort werden wir am vorbeiführenden Wimmertalbach kneippen. Unser Wellnesstrainer wird Ihnen dazu einige Tipps geben. Gesamtdauer: ca. 5 Std., Gehzeit: ca. 3 Std. **Wichtig: gutes Schuhwerk (Bergschuhe)!**

leicht - Berg Wellness

10.00 Uhr Musikpavillon: "Krimmler Wasserfälle"

Wir fahren mit dem Pkw nach Krimml. Von dort aus wandern wir über den alten Tauernweg hinauf in das beeindruckende Krimmler Achenal zur Hölzlahneralm (1583 m). Von dort aus führt uns unser Rückweg über die weltberühmten Krimmler Wasserfälle zum Ausgangspunkt nach Krimml. Aufstieg ca. 500 Hm, Gesamtdauer: ca. 6 Std., Gehzeit: ca. 4,5 Std. Bitte mit eigenem PKW zum Treffpunkt kommen. (Unkostenbeitrag Mautstraß) **Wichtig: gutes Schuhwerk (Bergschuhe)!**

Mittel

13.30 Uhr Tennishalle: "Canyoning - Schwarzach"

5 Abseilstellen, Sprünge in rauschende Pools und Kletterpassagen erwarten Sie in der Schwarzachschlucht. Gesamtdauer: ca. 3,5 Std., Gehzeit: ca. 2 Std. Preis: € 50,00 pro Person mit Berg aktiv Card, € 42,00 pro Kind bis 15 Jahre. Mitzubringen sind Badekleidung, Turn- oder Trekkingschuhe und Handtuch. **Nur gegen Voranmeldung in Ihrem Berg aktiv Mitgliedsbetrieb oder im Berg aktiv Büro! Im Juli & August täglich buchbar!**

Action Club

16.00 Uhr Musikpavillon „Bike Intro“

Sie werden mit einem unserer Bikeguides in einer 1,5 Stunden Session in die Geheimnisse des Mountainbikes eingeweiht. Der Weg führt uns Richtung Schönachtal

Leicht – Bikeaktiv

16.00 Uhr Hochseilgarten: **Bogenschießen**

Ein Abenteuer für die ganze Familie (Kinder ab 10 Jahre). Nach einer kurzen Einschulung, geht es anschließend auf dem 3D Bogenparcours im Wald mit Pfeil und Bogen auf die Jagd.

Gesamtdauer: ca. 1,5 Std. Preis: € 15,00 pro Person

Nur gegen Voranmeldung in Ihrem Berg aktiv Mitgliedsbetrieb oder im Berg aktiv Büro!

Action Club

16.00 Uhr Musikpavillon: „Gerloser Bauernmarkt“

Wöchentlich ab 7. Juli findet von 16.00 Uhr bis 19.00 Uhr der Gerloser Bauernmarkt statt. Vom frischen Brot, Butter, verschiedene Wurstsorten bis hin zum selbstgebrannten Zillertaler Bauernobstler können Sie alles vor Ort erwerben.

leicht

leichte Wanderung

mittel

mittelschwere Wanderung

schwer

schwere Wanderungen kombiniert von Schwierigkeitsstufe 1 - 5 oder Radtour

aktiv Wellness

Gesundheitsprogramm kombiniert mit leichter oder mittelschwerer Wanderung

Action Club

Hochseilgarten, Flying Fox, Canyoning, Klettern oder Klettersteig - der ultimative Kick!!!

Wochenprogramm: 26. Juni 2022 – 23. September 2022

Freitag:

09.00 Uhr Musikpavillon: "**Stramme Wadel Tour**" Wanderung zum **Schönbichl** (2049m). Wanderung zum Schönbichl (2.049 m). Gesamtdauer: ca. 5,5 Std.; Gehzeit: ca. 4,5 Std. Aufstieg: ca. 800 hm; **Wichtig: gute Kondition, gutes Schuhwerk (Bergschuhe).**
Schwer

10.00 Uhr Musikpavillon: „**Wanderung zum Astachhof**“
Mit dem Wanderbus bis zum Eingang des Schwarzachtales. Dann führt uns die Wanderung über Weisbachlcurve Richtung Böndel zum Astachhof (1.320 m). Nach einer Stärkung und energetisierenden Übungen gehen wir gemütlich über das Grasegg nach Gerlos Gmünd zurück. Gesamtdauer: ca. 5 Std. Gehzeit: 3,5 Std. **Wichtig: gutes Schuhwerk (Bergschuhe)!**
mittel – aktiv Wellness

10.00 Uhr „**Hochseilgarten**“
Erleben Sie den neu ausgebauten Hochseilgarten in Gerlos mit 65 Stationen (17 Flying Fox Stationen). Nach einer Einschulung können Sie ins Abenteuer starten und dabei Ihren Mut bzw. Ihr Geschick strapazieren. Vom 26.06.22 bis 09.09.22 täglich von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr und vom 30.09.22 bis 04.11.22 Dienstag & Freitag von 11.00 Uhr bis 15.00 Uhr geöffnet / keine Voranmeldung notwendig. Von Mai bis 25.06.22 und ab 10.09.22 bis 29.09.22 nur mit Voranmeldung möglich in Ihrem Berg aktiv Hotel oder im Berg aktiv Büro. Dauer: ca. 2 Std.; Unkostenbeitrag: € 30,00 mit Berg aktiv-Card - Kinder bis 15 Jahre € 25,00
Action Club

14.00 Uhr Parkplatz Klettersteig/Flying Fox (Ried): „**Flying Fox**“
Unser Highlight für Adrenalin-Süchtige: 2 Flying Fox Routen auf 80 m Höhe und 200 m Länge! Nutzung nur mit Guide und bei trockenen Wetterverhältnissen. Wichtig: gutes Schuhwerk (Berg- oder Trekkingschuhe)! Dauer ca. 2 Std., Preis: € 20,00 pro Person. **Nur gegen Voranmeldung in Ihrem Berg aktiv Hotel oder im Berg aktiv Büro!**
Action Club

16.30 Uhr Fussballplatz: "**Gästefussball**"
Treffpunkt am Fußballplatz zu einem gemeinsamen Fußballspiel, Mindestalter: 12 Jahre, (wird vom 28. Juni bis 2. September durchgeführt).

leicht	leichte Wanderung
mittel	mittelschwere Wanderung
schwer	schwere Wanderungen kombiniert von Schwierigkeitsstufe 1 - 5 oder Radtour
aktiv Wellness	Gesundheitsprogramm kombiniert mit leichter oder mittelschwerer Wanderung
Action Club	Hochseilgarten, Flying Fox, Canyoning, Klettern oder Klettersteig - der ultimative Kick!!!

Wochenprogramm: 26. Juni 2022 – 23. September 2022

Bike Aktiv

Für begeisterte MOUNTAINBIKER

Bist du auch ein begeisterter Mountainbiker und hast du Lust mit anderen Gleichgesinnten auf den einzigartigen Trails der Zillertal Arena zu fahren? Dann bist du bei uns genau richtig! Mit unserem BIKE-AKTIV Programm kannst du zwischen zahlreichen eindrucksvollen Touren wählen. Egal ob als sportlicher Mountainbike Anfänger, X-Country Fahrer, Marathon Liebhaber oder Enduro Rider - wir haben für jeden Anspruch die passende Bike Tour. Für dich Vergnügen pur! Von 27. Juni bis 23. September organisieren wir von Montag bis Freitag täglich verschiedene Touren mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden. Welche Touren gefahren werden hängt von Wetter bzw. Lust und Laune unserer Gäste ab. Komm einfach um 10.00 Uhr zum Musikpavillon und erlebe einen herrlichen Tag mit einem unserer Bikeguides.

Schwierigkeitsgrade:

FAMILY TOUR: max. 400 hm, leichte Abfahrten (Kinder ab 10 Jahren, nur in Begleitung von Erwachsenen)

ARENA BIKER: max. 700 hm, leichte Singletrails – für sportliche Anfänger

TRAILSURFER: max. 1.000 hm, mittelschwere Singletrails - für Trail Liebhaber

SINGLETRAIL INTRO: Erlerne die perfekte Technik und entdecke den Kick des Singletrails zusammen mit unseren Guides, kurze Uphills, Gondelfahren

GIPFELSTÜRMER: max. 1.500 hm, leichte bis mittelschwere Trails

ENDURO: mittelschwere Trails und kurze Uphills, Gondelfahren und Bike Shuttle

E-MOUNTAINBIKE: probiere eine Tour mit den neuen E-Bikes, bis 50 km, leichte Trails, schöne Aussichten, beste Hütten zum Einkehren. (ab Körpergröße 1,50 m)

WARUM GEFÜHRTE TOUREN?

Secret Trails, Spaß in der Gruppe, Fahrtechartipps, Infos zu Natur, Kultur und Bergwelt. Sicher unterwegs mit unseren Bikeguides bei Pannen oder Unfällen inkl. kulinarischen Highlights und keine Irrfahrten.

Wochenprogramm BIKEAKTIV 2022

Montag

- 10.00 Uhr Family E- Bike Tour Schönachta HM 200 (Kids ab 7 Jahre) **(Nur E-Bike)**
- 10.00 – 13.00 Uhr Singletrail Intro mit Techniktraining (Isskogeltrails, Gondelfahren)
Schutzausrüstung wird benötigt!
- 14.00 Uhr Enduro - Isskogel & more

Dienstag

- 10.00 Uhr Arena Biker: Isskogel – Kreuzwiese
- 10.00 Uhr Trailsurfers – Salzachjoch über Ronach HM 1.000 **(E-Bike)**
- 16.00 Uhr Bike INTRO mit Techniktraining

Mittwoch

- 10.00 Uhr E-Bike INTRO Tour mit Techniktraining **(Nur E-Bike)**
- 10.00 – 15.00 Uhr Singletrail Intro mit Techniktraining (Isskogeltrails, Gondelfahren)
Schutzausrüstung wird benötigt!
- 14.00 Uhr Arena Biker: Gletcherblickalm HM 700 **(E-Bike)**

Donnerstag

- 10.00 Uhr Family Tour mit Techniktraining (Wildgerlostal HM 300 - 22 KM) **(E-Bike)**
- 10.00 Uhr Trailsurfer (Krimml & Back) HM 700 & Bikeshuttle) **(E-Enduro Bike)**

Freitag

- 10.00 Uhr Gipfelstürmer - HM ca. 1500 **(E-Bike)**
- 10.00 Uhr Enduro day Kapauns Trails Gondelfahrt und Bikeshuttle **(E-Enduro Bike)**

- leicht** leichte Wanderung
- mittel** mittelschwere Wanderung
- schwer** schwere Wanderungen kombiniert von Schwierigkeitsstufe 1 - 5 oder Radtour
- aktiv Wellness** Gesundheitsprogramm kombiniert mit leichter oder mittelschwerer Wanderung
- Action Club** Hochseilgarten, Flying Fox, Canyoning, Klettern oder Klettersteig - der ultimative Kick!!!