

ANGEBOTE IM HOF WEISSBAD



Die Kraft der Heilkräuter

Unser Alltag drängt uns allzu oft zur Eile. In immerwährendem Rhythmus verändert sich die Natur langsam und geht mit den Jahreszeiten mit. Sie verwöhnt uns mit wohltuenden Heilkräutern, vermittelt Ruhe und Geborgenheit. Erfahren Sie mehr über die Kraft der Heilkräuter von unserer Naturheilpraktikerin Iris Schrepfer während eines Rundgangs durch unseren hauseigenen Kräutergarten.

Zeitbedarf: 1.5 Stunden, Kosten: CHF 250, NUR WÄHREND DER SOMMERMONATE

Ernährungsworkshop

Gesundheit und Wohlbefinden lassen sich wesentlich durch die Ernährung positiv beeinflussen. Erfahren Sie in einem kurzweiligen Workshop mit unserer Naturheilpraktikerin Iris Schrepfer wie sie über die Ernährung Ihre Gesundheit, Vitalität und Lebensfreude stärken. Inkl. kleinem gesundem Lunch.

Zeitbedarf: 2.5 Stunden (11.30 - 14 Uhr), Kosten: CHF 500



Kreative Auszeit mit unserer Floristin

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und basteln unter der Aufsicht unserer Floristin Alexandra Wick ein Andenken.

Zeitbedarf: ca. 2 Stunden, Kosten: ab CHF 50 pro Person, max. 12 Personen

Barkeeperkurs

Tauchen Sie ein in die Welt der Cocktails an unserer Hotelbar mit Barchef Andi Frey. Erfahren Sie einige theoretische Grundlagenkenntnisse aus der Welt der Spirituosen und mixen Sie Ihren eigenen Drink oder Lieblingscocktail. Anschliessend degustieren Sie Ihre selber kreierte Mixgetränke.

Zeitbedarf: ca. 1 Stunde,
Kosten: CHF 25 pro Person, max. 10 Teilnehmer



ANGEBOTE IN APPENZELL



Besuch der Appenzeller Alpenbitter AG

Erleben Sie eine interessante Führung durch die Produktionsstätte des wohl berühmtesten Appenzellers und anderer feinen Liköre und gebrannten Wässerchen. Anschliessend freie Degustation – erkennen Sie die 42 Kräuter im Appenzeller?

Zeitbedarf: ca. 1.5 Stunden, Kosten: Führung und Degustation kostenlos, ab 10 Teilnehmern, Transfer: CHF 50 pro Fahrt

Besichtigung des Sennenkunsthandwerkes

In der Werkstatt von Hampi Fässler kann jeder Teilnehmer seinen eigenen Schlüsselanhänger oder Appenzeller Gürtel herstellen kann. Anschliessend Apero bei Herrn Fässler im Laden, falls gewünscht gerne auch Häppchen vom Hof Weissbad dazu. Bei freundlichem Wetter könnten Sie einen Weg zu Fuss von Weissbad nach Appenzell gehen und den anderen per Shuttlebus nehmen.

Kosten: CHF 19 pro Schlüsselanhänger (Min. 10 Teilnehmer oder CHF 150), CHF 180 pro Gürtel, Apero nach Aufwand und Angebot, Transfer: CHF 50 pro Fahrt



Jodelkurs und Talerschwingen

Lernen Sie im Jodelkurs von einem Appenzeller Sänger in der Tracht zuerst Geschichtliches, Interessantes und Heiteres über die Tradition der Appenzeller Musik. Danach führt er Sie ins Appenzeller Ruggusseli ein, wobei er Ihnen zeigt, wie Taler schwingen und „grad häbe“ geht. Anschliessend geben Sie das Erlernte zum Besten – der absolute Geheimtipp! (auch im Hof Weissbad möglich)

Zeitbedarf: ca. 1 Stunde, Kosten: CHF 280 pro Gruppe (10 bis 30 Personen)

Nachwächter Führung

Lassen Sie sich bei der „Nachwächter Führung“ in einer speziellen Form durch Appenzell führen. Lauschen Sie auf dem Rundgang zur fortgeschrittenen Stunde den Anekdoten des Nachwächters. Er wird Sie im waschechten Innerrhoder Dialekt an geschichtsträchtige Orte im Dorfkern von Appenzell bringen.

Zeitbedarf: ca. 1 Stunde, Kosten: CHF 250 pro Gruppe (bis 20 Personen), Transfer: CHF 50 pro Fahrt





Biberbacken

Einführung in die Kunst des Biberbackens, Führung durch die Backstube und gemeinsame Herstellung eines traditionellen Appenzeller Bibers (500gr) mit anschliessender Degustation in der Backstube.

Zeitbedarf: ca. 1.5 Stunden, Kosten: ab 10 Teilnehmern CHF 36 pro Person (bei Gruppen unter 10 Personen pauschal CHF 360),
Transfer: CHF 50 pro Fahrt

Weissküfferei

Besuchen Sie den Weissküfer Herr Reifler in Hundwil, der Ihnen das traditionelle Handwerk erklärt und zeigt, wie die bekannten Fahreimer entstehen. Als Highlight schnitzen Sie Ihr eigenes Holzbrettli – eine Erinnerung zum Mitnehmen.

Zeitbedarf: ca. 1.5 Stunden, Kosten: CHF 27 pro Person, 10 bis 20 Teilnehmer,
Transfer CHF 60 pro Fahrt



Barfussweg

Freiheit für Ihre Füsse, Fitness für Ihren Körper und Balsam für Ihre Seele! Fussmassage am Barfussweg – «Da tuet nüd gad de Füess waul». Der Weg führt von Jakobsbad nach Gontenbad und hat verschiedene Untergründe, Wiesen und Bäche.

Zeitbedarf: 60-90 Minuten, Kosten: kostenlos,
Transfer: CHF 50 pro Fahrt



Schmieden

Schmieden Sie Ihren eigenen Grillspiess oder Ihre eigene Fonduegabel in der Schmiedewerkstatt. Sie erhalten vorgefertigte Rohlinge und werden fachkundig unterstützt. Mit Hammer und Amboss formen Sie das glühende Eisen nach Ihren Wünschen. Jedes Stück wird so zum Unikat.

Zeitbedarf: ca. 1.5 Stunden, Kosten: 70 pro Person, 6-20 Personen, Transfer CHF 75 pro Fahrt





Der Traditionswurstkurs «Siedwurst-wursten»

Im Wurstseminar unter fachkundiger Anleitung lernen Sie alles von den Rohzutaten über die Zubereitung des Bräts bis hin zur Fertigstellung der Siedwurst.

Anschliessend geniessen Sie mit Blick auf den Alpstein das Traditionsgericht «Siedwürste mit Chäs-hörnli und Apfelmus».

Zeitbedarf: 2,5 Stunden, Kosten CHF 85 pro Person inkl. Kurs, traditionellem Siedwurst-Essen und 2 Paar Siedwürsten zum mit nach Hause nehmen.
Fussweg: 10 Min. entlang der Sitter von Weissbad nach Steinegg.

ANGEBOTE GESUNDHEIT

INDOOR



Antara

Antara® ist ein Bewegungskonzept, das zu einem kräftigen Rücken, zu einem flachen Bauch und zu einer starken Mitte führt - den Grundlagen für einen attraktiven, leistungsstarken und belastbaren Körper.

Zeitbedarf: 50 Minuten, Kosten: CHF 150

Entspannung

Anspannung und Entspannung sind wichtig und gehören zu den natürlichen Verhaltensweisen des Menschen. Üben Sie gezieltes „Loslassen“ nach einem lebendigen Seminartag!

Zeitbedarf: 30 Minuten - 50 Minuten,
Kosten: CHF 75 - 150



Gehirntraining durch Bewegung

Life Kinetik nennt sich die Trainingsform, die Wahrnehmungsaufgaben mit kognitiven Herausforderungen und ungewöhnlicher, spaßiger Bewegung koppelt. Dabei werden Kreativität, Konzentration und Multitasking-Fähigkeiten verbessert und ist eine willkommene Abwechslung im anstrengenden Seminartag.

Zeitbedarf: 30 Minuten, Kosten: CHF 75

BLACKROLL®

Übungen mit der BLACKROLL® sind ideal für eine aktive Pause. Testen Sie, unabhängig vom sportlichen Niveau, Ihre Mobilität, Flexibilität und Balance und lassen sich vom positiven BLACKROLL®-Effekt überraschen.

Zeitbedarf: 30 Minuten, Kosten: CHF 75



OUTDOOR



Geführte Wanderung

„Nur wo du zu Fuss warst, bist du auch wirklich gewesen“ sagte Goethe einst. Unzählige Wanderwege führen aussichtsreich durch spektakuläre Landschaften.

Zeitbedarf: ab 2 Stunden, Kosten: ab CHF 360

Geführte Schneeschuhtour

Lautlos ziehen Sie Ihre Spuren im unberührten Weiss der zauberhaften Umgebung vom Hof Weissbad.



Zeitbedarf: 3-5 Stunden, Kosten: ab CHF 500 inkl. Miete Schneeschuhe



Nordic Walking

Lassen Sie einen anstrengenden Seminartag mit einer Nordic-Walking-Runde ausklingen. Nordic Walking schult die Beweglichkeit und Ausdauer und macht in der sanften Appenzeller-Hügellandschaft doppelt Freude.

Zeitbedarf: 60-90 Minuten, Kosten: CHF 180 - 270

Weitere Ideen:

Dorfführung durch Appenzell, Museumsbesuche, Kutschenfahrten, Adrenalin pur durch Rodeln oder im Kletter-/ Seilpark in Jakobsbad, etc.

Weiteres auf www.appenzell.info.