



## Veranstaltungen



## Ausflugstipp

Liebe Gäste auch wenn die Skisaison bald vorbei ist und wir noch etwas auf den Bergfrühling warten müssen können Sie auch jetzt verschiedenes erleben.

Besuchen sie doch unsere Kunsthandwerker in Ihren Werkstätten.

Sie freuen sich bestimmt und nehmen sich, wenn möglich, Zeit für ein Gespräch und zeigen Ihnen Ihre Schätze.

Oder machen Sie mit dem Guarda App (ein Tablet bekommen Sie bei der Gäste-Information) einen Spaziergang durch das Dorf und erfahren Sie viele interessante Details über die Geschichte, seine Architektur und über die Menschen die hier leben.

Auch ein Spaziergang nach Lavin lohnt sich um z.B. die wunderschöne Kirche zu besichtigen. Bei einem feinen Stück Nusstorte und einer Tasse Kaffee können Sie sich bei der Bäckerei Giacometti stärken um danach den Rückweg nach Guarda unter die Füße zu nehmen.

Wir wünschen Ihnen einen spannenden, abwechslungsreichen aber trotzdem erholsamen Aufenthalt in Guarda.

**Montag / lündeschdi**  
**3, 10, 24,**

**Qi Gong und Meditation**  
**Instruction in German and English.**

Zeit: 18.30 – 19.30 Uhr  
Ort: Jassetta 91  
Kosten: CHF 25.- pro/ Lektion,  
Anmeldung: +41 (0)81 860 30 92  
Kursleitung: Sabina Streiter, XIN LI – Training  
Kinesiologin, Qi Gong-und Meditationslehrerin.

**Mittwoch / marcurdi**  
**5, 19,**

**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

**Freitag / venderdi**  
**7, 14,**

**Dorfführung**

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

Treffpunkt : 9.30 Uhr beim Post-und Verkehrsbüro, Nr. 84  
Kosten : CHF.16.- pro Person/ Kinder bis 16 Jahre gratis.  
Mit Gästekarte CHF. 11.-