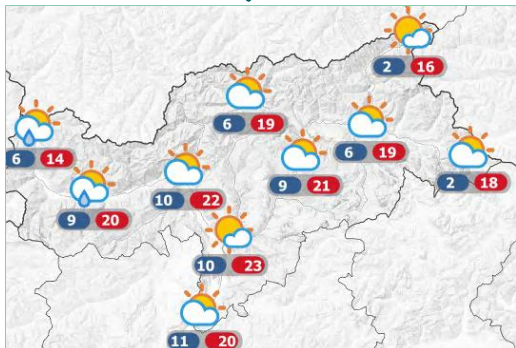


Guten Morgen liebe Gäste, wir wünschen Ihnen einen schönen Dienstag



Morgen, am Dienstag, lässt der Tiefdruckeinfluss nach, ganz stabil ist das Wetter aber noch nicht. Sonne und Wolken wechseln sich ab und besonders in der Westhälfte Südtirols können am Nachmittag wieder einige Regenschauer entstehen. Die Temperaturen erreichen **17 bis 23 Grad**. Am Mittwoch wird es nach der Auflösung von morgendlichem Hochnebel zunächst recht sonnig, bevor im Laufe des Nachmittags von Südwesten wieder mehr Wolken aufziehen. Der Donnerstag verläuft trüb und im Tagesverlauf breitet sich Regen auf das ganze Land aus. Am Abend kann es mit dem Durchzug einer Kaltfront kurzzeitig auch kräftig regnen, anschließend frischt Nordwind auf. Der Freitag beginnt noch bewölkt und kühl, von Westen her setzt sich aber zunehmend die Sonne durch. Am Samstag erwartet uns schließlich **sehr sonniges Wetter**, der Wind lässt nach und die Temperaturen erreichen **14 bis 20 Grad**.

Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
			

Tandem Paragliding auf der Seiseralm

ist die Möglichkeit sich den Traum vom Fliegen zu ermöglichen. Das Paragliding ist mit einem Tandemflug Piloten ganz einfach und unkompliziert. Ein paar Schritte und man fliegt. In der freien Natur ist Paragliding eine der letzten Sportarten, bei der man die südtiroler Bergwelt in Ruhe erleben kann. Paragliding -Piloten werden sehr sorgfältig ausgebildet und geprüft. Das Tandemfliegen beginnt, nachdem man einige Jahre an Erfahrung mit dem Einzelschirm erworben hat. Für die Piloten ist es die Möglichkeit die Faszination der Berge mit den Passagieren zu teilen. Man sollte Paragliding nicht als Extremsport ansehen, denn die Art und Weise, wie die Passagiere den Flug erleben, hängt nur vom Piloten ab. Das Paragliding gibt Flugbegeisterten die Möglichkeit wie auf Adlers Schwingen durch die Luft zu gleiten. Als Passagier mit einem unserer Gleitschirm-Tandempiloten können Sie von der Seiser Alm nach Kastelruth fliegen oder die faszinierende Bergwelt von oben erleben. Wir fliegen von der Seiser Alm aus nach Kastelruth. Mit dem Beitrag von 120 Euro gibst du dem ASV Tandem-Pilot.com Gleitschirmverein einen finanziellen Beitrag und wirst förderndes Mitglied für das Jahr 2012. Als solches nehmen wir dich zu einem Thermikflug mit, der 20-30 Minuten dauert incl. Foto und Video. Acro Flüge dauern 10-15 Minuten. Im Flug können Sie mit dem Piloten aber jederzeit eine Verlängerung vereinbaren. Der gesamte Zeitaufwand für das Paragliding mit Busfahrt und Liftfahrt erstreckt sich auf ca. zwei Stunden. Die Paragliding-Erlebnis-Tage können mit dem Gleitschirm Tandem Piloten vereinbart werden. Es besteht die Möglichkeit sich zum Paragleiten einen Piloten für den ganzen Tag zu engagieren. Mehrere Gleitschirm-Flüge oder auch verschiedenen Flug-Gebiete sind hierbei möglich.

Seiser Alm Rundwanderung auf die Hexenbänke:

Das per Umlaufbahn gut erreichbare Kompatsch ist Ausgangspunkt der Puflatsch-Runde. Es geht in nördliche Richtung den Markierungen 14 und PU nach auf dem Asphaltweg hoch auf etwa 2.000 m Meershöhe. Ist diese erstmal erreicht, beginnt ein schöner Wanderweg durch die Almwiesen der Puflatsch Alpe, vorbei an der Puflatschhütte zur Arnikahütte. Am Wetterkreuz und am Gollerspitz haben



wir eine schöne Aussicht auf Kastelruth, Marinzen und Lajen. Nun folgen wir dem Wegweiser zu den Hexenbänken, einer alten heidnischen Kultstätte, an der bis ins Mittelalter hinein Hexentänze stattgefunden haben sollen. Von hier aus, so erzählt man sich, soll die Oberhexe mit ihren Zauberkünsten das Gebiet beherrscht haben. Heute ist der Felsen mit der wunderbaren Sicht auf Gröden und die Puez-Geisler-Gruppe ein beliebter Aussichtspunkt, wie auch das östlich davon gelegene Fillenkreuz. Der Weg 24 führt weiter zum Berggasthof Puflatsch, wo sich auch die Bergstation der Puflatsch-Kabinenbahn befindet. Gleich dahinter befindet sich die Panorama-Aussichtsplattform Engelrast mit herrlichem Dolomiten-Blick. Der Abstieg nach Kompatsch über den holprigen Weg ist steil und kurz, nach ca. 3 Std. Gehzeit ist die Wanderung mit herrlichen Aussichten auf die Umgebung zu Ende.

HEUT AM ABEND AB HALB SIEBEN

Salat vom Büffet

Suppe vom Kürbis vom eigenen Garten

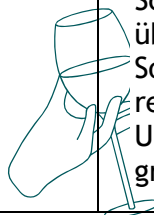
Käseknödel

Lachsfilets / Zitronensauce oder Schweinerückensteak mit Kräuterbutter

Crème brûlée

Wiesel's Weinempfehlung: Grüner Veltliner „Aristos“,

Kellerei Eisacktal, 29,00 Euro



Die Sage: Auch Hexen müssen ruhen ... die Hexenbänke

Auf den Hexenbänken des Puflatsch, sagt man, sitzt gern die Oberhexe und überblickt die Gegend. Bei ihren nächtlichen Ausflügen lieben es die Schlernhexen, sich zuerst einmal bei den Hexenbänken zu versammeln und dann als geschlossene Horde mit ausgelassenem Geschrei über die Seiser Alm hinüber zum Schlern zu fliegen. Dort treffen sich die Hexen aus dem ganzen Gebiet, meistens donnerstags, um ihre wilden Feste zu feiern. Die wildesten und ältesten Unwetter brauen die Hexen auf den Hexenbänken. Dort sitzen sie und zaubern schwarze Wolken, mit Blitz und Donner geladen, auch gelbe Hagelwolken, die sich dann vom Schlern, Rittnerhorn und Grödner Tal langsam über Kastelruth, Seis und Völs zusammenziehen. Sollte es nicht gelingen, die Wetterglocken rechtzeitig zu läuten, braust ein teuflisches Unwetter auf die Gegend nieder und richtet großen Schaden an.

WICHTIGE INFOS

- a) Sollten gewisse Stoffe oder Erzeugnisse bei Ihnen Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen, teilen Sie dies bitte bei Bestellung unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit. Diese erteilen Ihnen gerne genaue Infos.
 - b) Information zu Tiefkühlprodukten Im Bedarfsfall werden Tiefkühlprodukte verwendet.
 - c) Herkunftskennzeichnung Herkunftskennzeichnung von Fleisch, Milchprodukten (Milch, Joghurt, Sahne ausschließlich Südtirol) und Eier ausschließlich Südtirol und Italien
- Wir versuchen stets lokale Zutaten zu verwenden. Im Bedarfsfall werden Zutaten aus der EU und nicht-EU verwendet.