

Krallerhof-Sommer-Camps.

Juli und August 2025

	MO	DI	MI	DO	FR
Vormittag	 <p>WINGWAVE Erwachsene</p>	 <p>WINGWAVE Erwachsene</p>	 <p>WINGWAVE Erwachsene</p>	 <p>WINGWAVE Kinder</p>	 <p>YOGA AM SEE Erwachsene</p>
(genaue Zeiten siehe Folgeseiten)	 <p>KLETTERN Kinder/Familien</p>	 <p>KLETTERN Erwachsene</p>		 <p>FUSSBALL Kinder</p>	
Nachmittag		 <p>FUSSBALL Kinder</p>	 <p>SCHWIMMEN Nichtschwimmer</p>	 <p>WALDBADEN für alle</p>	
			 <p>SCHWIMMEN Schwimmer Anfänger</p>		
			 <p>SCHWIMMEN Fortgeschrittene</p>		

Sommer-Camps.



SCHWIMMCAMP – MIT JEDER LÄNGE STÄRKER

Das Schwimmcamp bietet ideale Rahmenbedingungen, um Sicherheit im Wasser zu gewinnen und die Technik gezielt zu verbessern. Im Mittelpunkt stehen Geschwindigkeit, Ausdauer und ein feines Wassergefühl. In entspannter Atmosphäre wird an der Schwimmtechnik gearbeitet sowie Kraft und Koordination im Wasser gestärkt. Für Kinder und Erwachsene.

NICHTSCHWIMMER: Mittwoch 15.00–15.45 Uhr
ANFÄNGER: Mittwoch 16.00–16.45 Uhr
FORTGESCHRITTENE: Mittwoch 17.00–17.45 Uhr

TRAINERIN: Steffi
KOSTEN: 10 Euro pro Person und Einheit
ANMELDUNG: an der Hotel-Rezeption oder in digitalen Gästemappe



KLETTERCAMP – DIE VERTIKALE RUFT!

In der Kletterhalle felsenfest stehen Kletterfreude, Nervenkitzel und persönliche Entwicklung im Mittelpunkt. Beim Erklimmen der Wände werden Klettertechniken vermittelt und zugleich Kraft, Ausdauer sowie mentale Stärke gefördert – ein vielseitiges Erlebnis für alle, die hoch hinauswollen. Für Kinder und Erwachsene.

KINDER/FAMILIEN: Montag 10.00–11.30 Uhr
ERWACHSENE: Dienstag 10.00–12.00 Uhr

TRAINER: Georg
KOSTEN: Kinder/Familien – 25 Euro pro Person für 1,5 Stunden
Erwachsene – 30 Euro pro Person für 2 Stunden
INKLUSIVE: professioneller Klettertrainer, Eintritt,
Verleihhausrüstung (Klettergurt, Kletterschuhe, Sicherungsgerät, Seil)
ANMELDUNG: an der Hotel-Rezeption oder in digitalen Gästemappe



WALDBADEN-CAMP

Direkt neben dem Krallerhof lädt Waldbaden zu einer besonderen Form der Entspannung ein. Auf dem rund 8,2 km langen Weg mit 14 Stationen begleitet die ausgebildete Wanderführerin und Shinrin-Yoku-Expertin Maria durch eine achtsame Naturerfahrung. Aussichtspunkte, Naturschaukeln, ein Yogaplatz und ein Baumkronenbett schaffen Raum für Regeneration und Sinneserleben. Für Kinder und Erwachsene.

TERMIN:	Donnerstag 11.00–15.00 Uhr
TRAINERIN:	Maria
KOSTEN:	kostenlos für Krallerhof-Gäste
ANMELDUNG:	an der Hotel-Rezeption oder in digitalen Gästemappe



FUSSBALLCAMP – TRAINIEREN WIE DIE PROFIS

Im Mittelpunkt stehen Technik, Taktik und Teamgeist. Unter professioneller Anleitung werden Dribbel- und Schusstechniken verfeinert, die körperliche Fitness gestärkt und spielerisches Verständnis für clevere Entscheidungen auf dem Platz vermittelt. Für Kinder.

TERMIN:	Dienstag oder Donnerstag 09.30–11.00 Uhr (je nach Wetterlage)
TRAINER:	Alex
KOSTEN:	kostenlos für Krallerhof-Gäste
ANMELDUNG:	an der Hotel-Rezeption oder in digitalen Gästemappe



YOGA AM SEE

Starten Sie in den Tag mit einem ruhigen Geist – beim Yoga am See erleben Sie die wohltuende Verbindung von Bewegung, Atmung und Natur. Die Stille des Wassers schafft den idealen Rahmen für Achtsamkeit, innere Balance und neue Energie. Für Erwachsene.

TERMIN:	Freitag 09.00–10.00 Uhr
TRAINERIN:	Sandra
KOSTEN:	kostenlos für Krallerhof-Gäste
ANMELDUNG:	an der Hotel-Rezeption oder in digitalen Gästemappe



LERNEN & ENTWICKELN CAMP – ENTFALTE DEIN VOLLES POTENZIAL

WINGWAVE® – SCHNELLE HILFE FÜR STRESS & BLOCKADEN

Neues entdecken, Wissen vertiefen und mit Freude lernen – unser wingwave® Camp geht in die zweite Runde. Sie fördert Kreativität, Denkvermögen und persönliche Entwicklung. Spannende Workshops, Impulsvorträge und interaktive Lernmethoden machen es leicht, neue Fähigkeiten mit in den Alltag zu nehmen.

Kinder

- _Prüfungsangst & Lernblockaden lösen
- _Ängste & Unsicherheiten abbauen (z. B. Schulwechsel, Mobbing)
- _Bessere Konzentration & Selbstbewusstsein

Erwachsene

- _Stress & Ängste abbauen (Flugangst, Redeangst, Höhenangst)
- _Mentale Stärke & Leistungsfähigkeit steigern
- _Emotionale Blockaden lösen (Vergangenes verarbeiten, Selbstzweifel reduzieren)
- _Schlafprobleme & innere Unruhe reduzieren

ERWACHSENE: Montag bis Mittwoch 10.00–12.00 Uhr

KINDER: Donnerstag 10.00–12.00 Uhr
Einzelcoachings jeweils am Nachmittag möglich

TRAINER/IN: zertifizierte wingwave®-Trainer/innen

KOSTEN: kostenlos für Krallerhof-Gäste
(individuell vereinbarte Einzelcoachings: 170 Euro)

ANMELDUNG: an der Hotel-Rezeption oder in digitalen Gästemappe



Sommerzeit ist Abenteuerzeit.

Im Krallerhof verbinden sich Sport, Natur und Erholung zu einem harmonischen Gesamterlebnis. Ob beim Austesten persönlicher Grenzen oder beim Genießen der alpinen Landschaft – für alle Ansprüche ist das Passende dabei.

JETZT DAS SOMMERCAMP BUCHEN UND TEIL EINES
UNVERGESSLICHEN ERLEBNISSES WERDEN!

[KRALLERHOF.COM](https://www.krallerhof.com)

URLAUB@KRALLERHOF.COM

KRALLERHOF