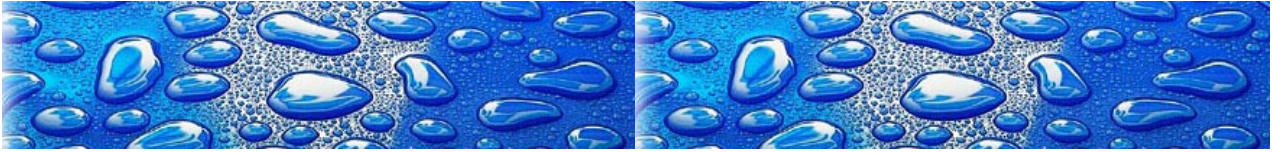


Es regnet, was können wir heute tun?



Für die Natur, die Tiere und für uns Menschen ist Regen „**lebenswichtig**“. Das Wasser des Regens bringt uns Lebenskraft, frische, saubere Luft, Welche vielseitigen Möglichkeiten ein Regentag am Kristberg bringt, erzählen wir Euch jetzt.

Was kann ich alles am Kristberg machen:

Bergbaugeschichte? Die *St. Agatha Knappenkapelle* ist die älteste Kirche vom Montafon und hat ihr Entstehen dem Bergbau zu verdanken. Weitere Zeugen dieser Zeit sind auch noch der Unglücksstollen, der heute noch deutlich in der Kirche zu sehen ist, und das Bruderhüsli im Dalaaser Wald. Das Bergbauggebiet Montafon-Klostertal war einstmals das größte im gesamten Land Vorarlberg. Adolf erzählt Euch gerne mehr darüber. Gebt uns einfach kurz Bescheid. Vielen DANK.

Bioenergetische Regeneration und Ausleiten von Giftstoffen? Da unser Körper nicht alle täglich aufgenommenen Giftstoffe auf natürliche Art und Weise ausscheiden kann, ist er gezwungen dies im Fettgewebe, Gehirn, ... einzulagern. Er schützt sich auf diese Weise vor einer akuten Vergiftung. Beim bioenergetischen Ausleiten werden diese eingelagerten (Gift)Stoffe gelöst und auf natürlichem Wege ausgeschieden. **Interessiert?** Karin, Nicola, Günter oder Jürgen informieren Euch gerne detaillierter.

Heilmassagen? Karin, unsere staatlich geprüfte medizinische Heilmasseurin, verwöhnt Euch sehr gerne mit entspannenden Heilmassagen (Klassische-, Fußreflexzonen-, Bindegewebs- oder Lymphdrainagemassage, Reiki Behandlung oder Kinesiologie mittels Touch for Health). Gebt Euere Wünsche bitte an der Theke bekannt.

Infrarot-Schwitz-Kabine? Die Infrarot-Schwitz-Kabine bietet Platz für maximal 4 Personen und kann für mehrere verschiedene Anwendungen (Aktiv-Sauna-Sitzung, Stressabbau, Intensive Hautpflege, Vitaleres Leben, Farbtherapie, ...) eingesetzt werden.

Wir bitten um Verständnis, dass wir Euch diese „kostenlose“ Leistung nur gegen eine vorzeitige Terminvereinbarung anbieten können. Meldet Euch bitte rechtzeitige bei uns (an der Theke) an. Danke. Wir stellen Euch auch sehr gerne unsere Kristberg Bademäntel zur Verfügung.

Lesen? Wann hast Du Dir das letzte Mal richtig Zeit für ein interessantes Buch genommen? Einige interessante Bücher findest Du im Bücherkasten im 1. Stock neben dem Massageraum.

Regenwanderungen? Wandern und Spazieren bei Regen ist besonders gesund, da es zu keiner anderen Zeit eine reinere (Frei von Staub, Pollen, ..) Luft gibt. Dies ist vor allem für Allergiker und empfindliche Menschen eine wahre Erholung. Unsere gelben „**Kristberg-Regenschirme**“ stehen vor dem Eingang und im Lokal für Euch bereit.

Spielraum? Hinter dem Muttstöbli befindet sich unser „**Spielraum**“. Dort stehen eine Tischtennisplatte und ein Tischfußball zur Verfügung. Tischtennisbälle und Schläger, sowie Münzen (50 Cent

Stücke) fürs Tischfußball erhaltet Ihr an der Theke. Im Muttstöbli stehen auch einige Videos und DVD zur Verfügung. Genießt ein wenig Kinoatmosphäre am Kristberg.

Wann habt Ihr das letzte Mal gespielt? Falls Ihr Lust auf eine Runde „**Mensch ärgere dich nicht**“, ein Kartenspiel, eine Runde Schach, Kniffel, uvm. habt, dann sag uns bitte kurz Bescheid. Wir haben sicherlich das passende Spiel für Euch.

Therapiesitzung? Hast Du eine Phobie (Höhenangst, ...)? Möchtest Du eine schlechte Gewohnheit (Rauchen, Nägel beißen, Essgewohnheiten, ...) los werden? **JA?** dann können wir Dir mit sehr großer Wahrscheinlichkeit helfen. Vereinbare einfach einen Termin mit Günter oder Jürgen.

Was bietet sich noch an:

Aktivpark in Schruns-Tschagguns? Spiel und Spass mit Trampolin hüpfen, Bungeetrampolin, Junior Carts, Kletterrutsche, Air-Joe, Air-Hockey, Tischtennis und attraktive Animationsprogramme sorgen für Abwechslung bei JEDER WITTERUNG!

Das Montafoner **Bergbaumuseum** befindet sich im Gemeindeamt Silbertal und präsentiert die Geschichte des Bergbaus im Montafon bis zur Gegenwart. Im Mittelpunkt steht ein Schaustollen mit Grubenhunt, Bergmann´s Urkunden, historische Fotos, traditionelles Werkzeug sowie zahlreiche Erze. Gebt uns bitte kurz Bescheid, falls Ihr dieses Besichtigen möchtet. Wir organisieren dann einen geeigneten Termin.

Enzianbrennerei? Schon im Jahre 1919 begann Franz Zudrell aus den Wurzeln vom Gelben und Roten Enzian den bekannten und beliebten Enzianschnaps zu brennen. Dieses Produkt wurde als natürliche Medizin für Magenprobleme und für eine gute Verdauung getrunken.

Auch heute noch brennt der jüngste Sohn, Werner Zudrell (**Enzianhof**) diesen Enzian und verkauft ihn als erstklassiges Produkt in der ganze Welt.

Falls Du ihn einmal verkosten möchtest oder die Brennerei besichtigen willst, besteht die Möglichkeit, nach Rücksprache mit der Familie Zudrell (Tel. +43 (0)5556/74117) eine Führung zu buchen.

Erlebnisbad VAL Blue? Badespass für die ganze Familie. 1.900 m² Bade- und Freizeitspaß, 420 m² Wasserfläche, 1.000 m² Ruhezone mit Wintergarten und Erlebnis-Gastronomie. Für alle Saunaliebhaber bietet die 490 m² Saunalandschaft mit fünf Saunen, Sauna-Biotop, zwei Ruheräumen, Saunatreff mit Internet-Zugang und Farb-TV, Sauna-Lobby mit Wärmeruhebank und Kneippbecken ideale Bedingungen.

Heimatmuseum in Schruns? Das Heimatmuseum in Schruns bietet einen sehr guten Einblick über die Kulturgeschichte des Montafons. Von den Montafoner Trachten bis zu einem Klassenzimmer ist für Abwechslung gesorgt. Es gibt auch noch ein Tourismuseum in Gaschurn und ein modernes (Livebilder vom Stollenbau für Kops II) Technikmuseum (gegenüber vom Vallülsaal) in Partenen.

Kraftwerksbesichtigung? In Latschau oberhalb von Tschagguns ist ein Schauraum im Pumpenspeicherwerk ganztägig geöffnet und bietet einen Einblick in das Stollensystem und Kraftwerk der Vorarlberger Illwerke. (**Montagvormittag geschlossen**).

Weitere Tipps findest Du im „**Montafoner Eventheft**“ unter Infos von A – Z.