



# Energietankstelle Südtirol: Von Kraftorten und Adrenalinkicks

Das Südtirol ist ein äusserst kontrastreiches Land. Entsprechend vielfältig sind die Möglichkeiten zur aktiven Erholung und zum Aufladen der eigenen Batterien.

**Bern, im Juli 2020.** Im Südtirol gibt es Orte und Plätze, welche eine besondere Energie ausstrahlen. In der Stille des Waldes, an erhabenen Aussichtspunkten oder hinter Klostermauern lässt es sich hervorragend neue Kraft schöpfen. Historische Kultorte, aber auch Burgen, Kapellen und Kirchen bieten Raum zum Meditieren und die einzigartige Landschaft mit ihren Naturschauspielen lädt dazu ein, der Stille der Natur zu lauschen und in sich hineinzuhören.

**Der Nationalpark Stilfserjoch ist reich an Kraftplätzen** – mächtige Felsen, dichte Wälder, bizarre Felsformationen und Wasserfälle ziehen Wanderer in ihren Bann. Das hochalpine Naturschutzgebiet erstreckt sich inmitten der Ortler-Cevedale-Gruppe. Von mystischen Gesteinsformationen und grünen Futterplätzen der Wildtiere bis hinauf ins ewige Eis sind die beruhigenden Kräfte der Natur hier spürbar. Auf einem Geländevorsprung erinnern einige Steinhäufen an die Urzeit-Siedlung Kaschlin. Dieser prähistorische Siedlungsplatz bietet besondere Aussichten. In Stilfs bietet die Dauerausstellung «Der Einstieg» wertvolle Einsichten in die Geschichte des Bergbaus. Am Fusse des Ortlers sah der Hirte Moritz laut einer Sage drei Rinnsale mit einem Kreuz aus dem Felsen brechen. So entstand an dieser sagenumwobenen Quelle das Kirchlein der Heiligen drei Brunnen, welches fortan ein Marienwallfahrtsort war.

**Sehen, Spüren Staunen** – so werden im Eisacktal Besucher auf dem Schöpfungsweg der Rodenecker-Lüsner Alm begrüsst. Entlang dieses Wanderweges gibt es für Kunst- und Theologieinteressierte in die Natur integrierte religiöse Motive zu bestaunen. Auch der imposanten Felsformation des Schlerns werden seit jeher mystische Kräfte zugeschrieben. Entsprechend stösst man in dieser Region auf verschiedene Kraftorte wie die geschichtsträchtigen, sagenumwobenen Ruinen Hauenstein und Salegg. Im Laranzer Wald findet man Entspannung und Ruhe im mystischen Grün.

**Adrenalingeladener Spass** erwartet Abenteuerlustige im Adventure Park «Col de Flam» bei St. Ulrich in Gröden. In diesem aufregenden Hochseilgarten im Wald stehen nebst dem klassischen Parcours auch ein familientauglicher Hochseilweg zur Verfügung ebenso wie die atemberaubende Abfahrt mit einer 180-Meter langen Zip Line oder das Schweben durch den Wald auf der 680-Meter langen Fly Line.

**Stressfrei in die Höhe** führen zahlreiche Seilbahnen, welche eine lange Saison haben. Bis Anfang November fährt man ohne Anstrengung in die Wandergebiete Watles im Obervinschgau, Reinswald im Sarntal, Welschnofen im Eggental, auf den Brixener Hausberg

Plose, auf die Seiser Alm sowie mit der Helmbahn ins Gebiet Drei Zinnen in den Dolomiten. Gar noch eine Woche länger offen haben die Bergbahnen von Meran 2000, jene aufs Sonnenplateau Rittner Horn oder auch die von Gitschberg Jochtal. Die anderen Bahnen schliessen zwischen Ende September und Mitte Oktober.

**Freizeitprogramme bis in den November hinein** bieten verschiedene Südtiroler Ferienorte: Wer den Sommer aktiv erleben möchte, wird beim Wochenprogramm «Val Gardena Active» fündig. Interessant sind etwa Wildbeobachtungen, E-MTB Touren sowie Sonnenauf- oder untergangswanderungen. Mit «Herbst<sup>3</sup>Zeit» bietet die Region Drei Zinnen ein tolles Herbstprogramm an. Wer Kraft tanken will, ist bei den «Seiser Alm Balance» Herbstangeboten richtig. Und in Brixen und Umgebung erwartet die Gäste mit den «Almgschichten» ein inspirierend-bäuerliches Programm mit Hofbesichtigungen und Kursen zum «Watten» (ähnlich dem Schweizer Jass) oder «Muas»-Kochen.

**Auf Entdeckungstour in allen vier Himmelsrichtungen** – im ganzen Südtirol stehen spannende Touren zur Wahl, um die Vielfalt dieser nördlichsten Provinz Italiens zu entdecken: Ganz im Süden die Wanderdörfer Altrei und Truden, ganz im Westen die 360°-Rundwanderung im Obervinschagu, ganz im Norden die Brennerradroute bis Sterzing und ganz im Osten der Friedensweg 1753. Wer gerne aktiv mit Stil ist, dem sei die Südtiroler Marke Salewa ans Herz gelegt. Für einen aktiven Lebensstil ist man mit den Wundersocks gut unterwegs. Aktive Feriengäste werden sich in einem der Vitalpina Hotels wohlfühlen, wo die Gastgeber nicht nur Wanderführer und Bergsteiger, sondern auch Kräuterexperten, Wellnesstrainer, Fotografen und Köche sind, die ihr Wissen und die Liebe zum Lebensraum Südtirol gerne teilen.

## ÜBER SÜDTIROL

Südtirol ist ein Land voller Kontraste. Die nördlichste Provinz Italiens vereint alpine Bodenständigkeit mit mediterraner Lebensart und 300 Sonnentagen im Jahr, Liebe zur Natur mit kultureller Vielfalt, gelebte Traditionen mit Mut zur Innovation. Herzhafte Knödel stehen neben raffinierten Pastagerichten auf der Karte, zum Frühstück gibt's jeden Tag eine andere Pistenabfahrt und am Abend den Aperitif unter Palmen. Die Bestellung erfolgt auf Deutsch, während die Tischnachbarn klangvoll italienisch sprechen. Das Lebensgefühl spiegelt die kontrastreiche Landschaft wider: Sanfte Kulturlandschaften mit Weinreben oder Apfelmärgeln stehen Wäldern aus Latschenkiefern oder schroffen Felsen gegenüber und das spektakulärste Naturschauspiel präsentiert sich auf der schönsten Freilichtbühne der Alpen, dem Unesco-Welterbe Dolomiten.

## WEITERFÜHRENDE LINKS



Facebook: [www.facebook.com/altoadige.suedtirol](https://www.facebook.com/altoadige.suedtirol) @altoadige.suedtirol #Suedtirol  
#alleswaswirlieben



Instagram: [www.instagram.com/visitsouthtyrol](https://www.instagram.com/visitsouthtyrol) @visitsouthtyrol #Suedtirol #Südtirol  
#alleswaswirlieben



Twitter: [twitter.com/suedtirol\\_info](https://twitter.com/suedtirol_info) @suedtirol\_info #Suedtirol #Südtirol  
#alleswaswirlieben



Seiser Alm ©IDM Südtirol/Fabian Dalpiaz ([Bilder in High Resolution](#))

## PRESSEKONTAKT

IDM Südtirol - Alto Adige

Dagmar Kofler

PR Schweiz

Südtiroler Strasse 60/Via Alto Adige, 60

I-39100 Bozen / Bolzano

T +39 0471 094 566

[dagmar.kofler@idm-suedtirol.com](mailto:dagmar.kofler@idm-suedtirol.com)

[suedtirol.info/de](https://suedtirol.info/de)

## PR AGENTUR SCHWEIZ

Gretz Communications AG

Gere Gretz und Ursula Krebs

Zähringerstrasse 16, 3012 Bern

T +41 31 300 30 70

[info@gretzcom.ch](mailto:info@gretzcom.ch)