

# *ECHTES VERGNÜGEN, ECHTER HERBSTGENUSS*

**Bern/Seefeld, 30. September 2020 – Auf dem Hochplateau der Olympiaregion Seefeld scheint im Herbst noch lange die Sonne. Die milden Temperaturen und bunten Wälder locken Gäste an die frische Luft – zum Wandern, Biken, Waldbaden und Wellnissen. Oder zum Schlemmen in die aussichtsreichen Almhütten und ausgezeichneten Restaurants.**



Herbst ist die Zeit der farbigen Wälder, der mystischen Nebelschwaden und warmen Sonnenstunden. Während im Inntal dichter Nebel hängt, scheint auf dem Hochplateau der Olympiaregion Seefeld auf 1'200 m.ü.M. noch lange die Sonne. Davon profitieren die fünf Dörfer Seefeld, Leutasch, Mösern, Reith und Scharnitz, ihre Bewohner und Gäste. Der «Indian Summer» in der Region Seefeld lädt zum Geniessen in vollen Zügen ein, ob man sich nun aktiv oder passiv erholt oder der lokalen Küche frönt.

## **Aufladen und Abheben**

Die milden Temperaturen eignen sich wunderbar für Wanderungen und Bike-Touren. Zudem ist das Wetter im Herbst oft stabiler als im Sommer, mit günstigen Inversionswetterlagen. Das bedeutet, oben am Berg ist es wärmer als im Tal. Gerade deshalb sollte man das Bike noch nicht in den Keller verbannen. Zu gross ist die Auswahl an Bike- und E-Bike-Routen in allen Schwierigkeitsgraden. Sie sind so angelegt, dass sie die schönsten Plätze der Region einschliessen und miteinander verbunden werden können. Es gibt zahlreiche Ladestationen, die Routen sind lückenlos ausgeschildert und wenn doch einmal etwas schief gehen sollte, ist da noch das E-Bike-Service mobil. Und wer seine Fahrtechnik verbessern will, nimmt einen Kurs beim Profi, um die Sicherheit und das Bike-Vergnügen noch zu steigern.

## **Bunte Aussichten**

Zu den beliebtesten Herbst-Ausflugszielen von Wanderern gehören der kleine und grosse Ahornboden, die vom Karwendel und von Scharnitz aus erreicht werden können. Die über 2'000 knorrigen alten Bäume verteilen sich über das Eng-Tal und lassen es mit ihren bunten Blättern erstrahlen. Wer höher hinaus und mehr Rundblick geniessen will, dem lockt auf dem Seefelder Joch das Gipfelglück. Und wer es dabei besonders eilig hat, kann noch bis Ende Oktober einfach die Bergbahn nehmen. Als besonderer Abstecher auf dieser Wanderung empfiehlt sich der Kaltwassersee, der noch dazu ein tolles Fotosujet ergibt. Bei der Rundtour um den Gschwandtkopf kann man gleichzeitig den Herbst geniessen und die Dörfer Seefeld, Mösern und das Auland bei Reith erkunden. Die Lärchenwälder bei Reith präsentieren sich zu dieser Jahreszeit in einem aussergewöhnlich schönen goldgelben Kleid. Oder wie wäre es mit einer Wanderung an den Wildsee oder Möserer See, wo sich an einem klaren Herbsttag Bäume und Himmel im Wasser spiegeln?

### Entspannen auf Japanisch und Tirolerisch

Apropos See-Wanderung – beim «Shinrin Yoku» lässt es sich wunderbar erholen. Noch nie gehört? «Shinrin Yoku» ist japanisch für Waldbaden. Dies ist allerdings nicht wörtlich zu verstehen: Denn man nimmt lediglich ein Bad in der Atmosphäre des Waldes, ohne in einen See einzutauchen. Dabei geht man auf feuchtem Laub oder Moos, atmet die Luft des Waldes ein und lauscht den Naturgeräuschen. Was in Japan bereits seit den 80er-Jahren als gesundheitsfördernd gilt, wird bei uns erst nach und nach entdeckt. Gut so, denn der Aufenthalt im Wald soll Angstzustände, Depressionen und Wut verringern, Stresshormone abbauen und die Vitalität steigern. Fabelhaft entschleunigen lässt es sich in der Olympiaregion Seefeld aber nicht nur draussen, sondern auch in einem der zahlreichen Wellnesshotels mit erstklassigem Niveau. Oder bei kulinarischen Genussmomenten in den Alphütten mit Fernblick und den ausgezeichneten Restaurants mit regionaler Küche. Wer die vielfältige Gegend, die bodenständig-sympathischen Menschen und die typische tirolerische Gastfreundschaft nicht kennt, sollte dies unbedingt ändern – diesen Herbst oder zu jeder anderen Jahreszeit.



#### Für weitere Informationen und Bildmaterial (Medien):

Lisa Krenkel, Marketingleitung, Tourismusverband Seefeld  
Tel. +43 5 0880 594, [Lisa.Krenkel@seefeld.com](mailto:Lisa.Krenkel@seefeld.com)

Gere Gretz & Cornelia Etter, Medienstelle Tourismusverband Seefeld,  
c/o Gretz Communications AG, Zähringerstrasse 16, 3012 Bern, Tel. 031 300 30 70, [info@gretzcom.ch](mailto:info@gretzcom.ch)

**Seefeld:** Die 3.400-Einwohner-Gemeinde verbindet den traditionellen Tiroler Charme eines alpinen Feriendorfes mit anspruchsvollem, internationalem Flair. Von der Dorfmitte sind es nur wenige Schritte in die Natur, zu den Seilbahnen, Wanderwegen und Bike-Routen. Die Fussgängerzone lädt mit familiären Boutiquen zum Shoppen und Flanieren ein. Golfanlagen, ein Sport- und Kongresszentrum, ein Casino im alpenländischen Stil sowie ein vielfältiges Gastronomie- und Hotellerie-Angebot runden das Ortsbild ab. Für ein breites Unterhaltungsangebot sorgen zudem das ganze Jahr über zahlreiche Events und traditionelle Feste. Dies gilt für die gesamte Region, die neben dem Dorf Seefeld auch Leutasch, Mösern, Reith und Scharnitz umfasst.