

Momente *im Kufsteinerland*

Der Energie auf der Spur

Kraftplätze im Kufsteinerland
Seite 6

Rennrad- fieber

Mit Speed mehr als 1.500 Kilometer erkunden
Seite 22

Wo der Enzian blüht

Erholung auf der Ackernalm
Seite 34

„Momente“ lesen, Momente erleben im Kufsteinerland.
Ein Informationsmedium als Ideengeber und ein Unternehmungskompass für Einheimische und Gäste gleichermaßen.



MAXIMILIAN J. RIEDEL – 11. GENERATION

**BESUCHEN SIE UNS IN KUFSTEIN
FACTORY TOUR • SHOP • OUTLET**

**WEISSACHSTRASSE 28–34, 6330 KUFSTEIN, RIEDEL.COM
MO–FR: 9:00–18:00 UHR; SA: 9:00–17:00 UHR**

Den Sommer erleben im Kufsteinerland

Mit den letzten kühleren Tagen und Nächten, aber auch den angenehmen Sonnenstrahlen des Frühlings heißen wir den Sommer im Kufsteinerland willkommen. Laue Sommerabende, grüne Almwiesen oder das kühle Nass unserer Seen... Erleben und genießen Sie die heiße Jahreszeit in der Festungsstadt Kufstein und ihren acht umliegenden Dörfern.

Wir haben uns wieder auf die Suche nach Geschichten begeben über spannende Traditionen, interessante Plätze und sportliche Aktivitäten, die unser Land, unsere Kultur, aber vor allem die Menschen im Kufsteinerland so besonders machen.

Entdecken Sie mit uns das Abenteuer „Wilder und Zahmer Kaiser“ – erklimmen Sie die Gipfel in den hintersten Ecken des Kaisertals, welches zum „Schönsten Platz Österreichs 2016“ gekürt wurde, oder lauschen Sie dem Rauschen der Gebirgsbäche am Rande der Tischoferhöhle.

Sportlich aktiv erklimmen wir weiters den Grenzberg Kranzhorn mit seinen zwei Gipfelkreuzen auf österreichischem und deutschem Boden. Wir laden Sie ein, mit uns in die Pedale zu treten und auf dem Drahtesel durch das Kufsteinerland zu strampeln. Energie tankt man dabei am besten auf einem der zahlreichen Kraftplätze oder bei einer Yogaeinheit am Berg.

Wir blicken dem Schnapsbrenner Manfred Höck über die Schulter und genießen ein paar freie Minuten in seinem Obstgarten inmitten des Hochplateaus von Schwoich. Und zu guter Letzt bereiten wir uns den ganzen Sommer über auf der Alm auf den kommenden Herbst vor. Erleben Sie das Almdorf Ackernalm: die hauseigene Käseherstellung, Idylle pur inmitten des Thierseetals und einen Almadtrieb, dessen Ursprünge bis heute nicht an Tradition und Sinnhaftigkeit verloren haben, wo Handwerk noch gelebt und das wahre Almleben bereits bei der Ankunft mit allen Sinnen spürbar wird. Traumhaft gelegene Orte, mit viel Liebe zum Detail organisierte Veranstaltungsreihen, aber auch traditionelle Tiroler Kost laden zum Verweilen ein. Momente, die den Sommer bei uns so besonders machen. Zu erleben im Kufsteinerland – zum Nachlesen in dieser Ausgabe des Momente-Magazins.

Wir dürfen Sie auf einen Sommer im Kufsteinerland einladen – eine Reise, die Spuren für die Ewigkeit hinterlassen wird... möglicherweise bei einem Eintrag im Gipfelbuch am Berg und in Ihrem Herzen.



Herzlichst, Ihr
Johann Mauracher



Johann Mauracher
Obmann TVB Kufsteinerland

*„Lesen Sie
Geschichten,
die unser Land,
unsere Kultur,
aber vor allem die
Menschen im
Kufsteinerland so
besonders machen.“*



Impressum:

Für den Inhalt verantwortlich:
TVB Kufsteinerland, Unterer Stadtplatz 11,
6330 Kufstein, Tel. +43 5372 62207

Auflage: 18.000 Stück in Deutsch,
4.000 Stück in Englisch

Konzeption / Text / Grafik:
ofp kommunikation GmbH Kufstein
Verlagsort: Kufstein

Fotos: Archiv TVB Kufsteinerland, ofp kommunikation,
Lolin, Sportalpen, VANMEY Photography, Dominik Kiss,
Foto Gretter, shutterstock, Stadtwerke Kufstein,
Valentin Widmeyer / Sportfotograf, Landesverein für
Höhlenkunde in Tirol



14
Ritterfest



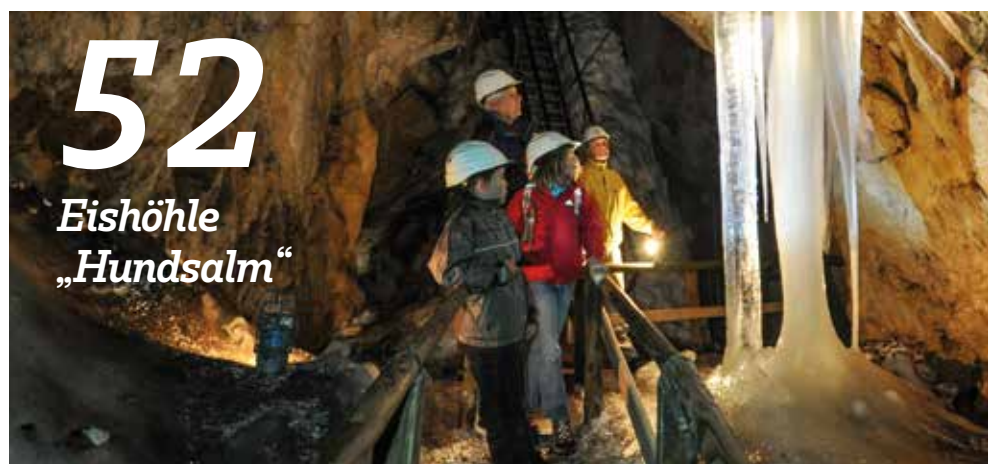
*Schnapsbrenner
aus Leidenschaft*

26



32

Einkaufen in Kufstein



52

*Eishöhle
„Hundsalm“*

Der Energie auf der Spur
Kraftplätze im Kufsteinerland

06

Auszeit für die Seele
Erlebnis „Kaiserlift“
Yoga am Berg

18

Rennradfieber im Kufsteinerland
Kufsteinerland Radmarathon

22

Wo der Enzian blüht
Ackernalm Thiersee

34

Blonde Naturschönheiten
Fohlenhof Ebbs

38

Ein Gipfel - zwei Kreuze
Kranzhorn Erl

42

Summendes Fenster zur Natur
Bienenzüchter Georg Kitzbichler

46

Lauf- und Walking-Eldorado
Gesundheitsweg Bad Häring

48

KULTURA-Highlights

57

Event-Highlights

58

Naturerlebnis Kaisergebirge

54



Inhalt

Mit dem Kaiserlift nach oben. Und die Mundwinkel folgen.



Wandern, Klettern und geselliges Einkehren im Kaisergebirge: Lassen Sie sich von der wunderschönen Natur ein Lächeln aufs Gesicht zaubern.

Der Kaiserlift ist ab 1. Mai täglich von 8.30 bis 16.30 Uhr für Sie in Betrieb. www.naturerlebnis-kaisergebirge.at

Jeden 6. um 6: Morgenwanderungen

An jedem 6. der Monate Mai bis September startet der Kaiserlift um 6 Uhr morgens. Geboten sind Themenwanderungen, Sonnenaufgangs-Yoga und ein Hüttenfrühstück.

K
KUFSTEIN
Naturerlebnis Kaisergebirge

Der Energie auf der Spur

*Geheimnisvolle Orte voll
Energie durchziehen das
Kufsteinerland. Plätze, die
zum Verweilen einladen und je
nach Besonderheit mit einem
Symbol gekennzeichnet sind.*



Kraftplatz Luft



Kraftplatz Erde



Kraftplatz Wasser



Kraftplatz Stein



Kraftplatz Religion



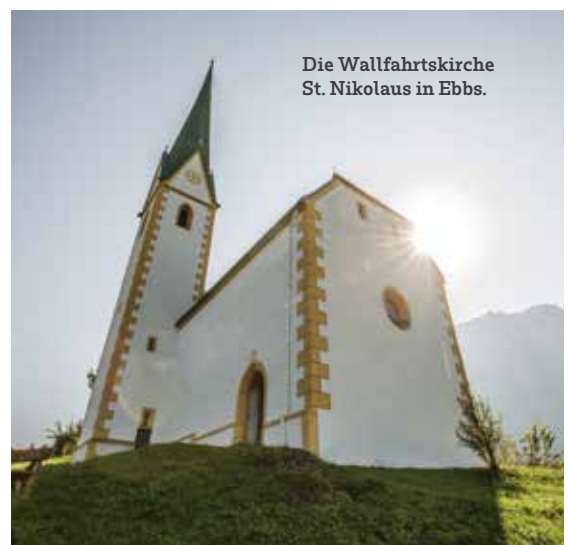
Kraftplatz allgemein



Von der Urtanne, die schon zu Zeiten Napoleons dort oben im Kaisergebirge stand, bis hin zur Tischoferhöhle im Kaisertal, ein Gebiet, das bereits vor 30.000 Jahren von Menschen aufgesucht wurde: Energiereiche Orte mit Geschichte und mystischer Atmosphäre durchziehen die naturnahe Festungsstadt und die acht malerischen Dörfer des Kufsteinerlandes. Plätze, die zum Verweilen und Kraft-Tanken einladen und so manches Geheimnis bergen.

Bedächtig stolziert er über den Asphalt. Die Schwanzfedern streifen am Boden, schillern irisierend im Sonnenlicht. Sein Kopf wippt vor und zurück, wodurch die Federkrone auf dem Kopf noch mehr zur Geltung kommt. Ein Pfau mitten am Weg am Buchberg in Ebbs. Anneliese Wohlschlager lacht, während sie aus dem Garten auftaucht und die Erde von ihren Gummistiefeln klopft. Für sie ist diese Szene Alltag. Der Pfau lebt bei ihr, das heißt, eigentlich hat er sich selbst vor fünf Jahren bei ihr einquartiert. „Manchmal denke ich, er spürt, was hier früher einmal war und ist deshalb bei mir eingezogen.“ Eigentlich lebte der Pfau im Raritätenzoo am Fuße des Hügels, aber immer wieder büxt er aus, kommt zur Wallfahrtskirche herauf. „Irgendwann haben die Zoomitarbeiter aufgegeben“, lacht Anneliese. „Es ist, als wüsste er, dass hier auf der einstigen Burg Pfaue lebten.“ Ihr Blick geht nach vorne, hin zur Wallfahrtskirche St. Nikolaus, dem letzten Burgrest, einem der Kraftplätze des Kufsteinerlandes.

Mit ihrer weißen Farbe und den gelben Einfassungen sticht die Kirche aus der Umgebung hervor. Anneliese hat den Schlüssel geholt, geht zügigen Schrittes voran. Die Tür knarrt, als sie den eisernen Türgriff nach unten drückt. „Hier sitze ich oft und schaue mir die Fresken an“, lenkt sie den Blick als Erstes auf die Wand. Erst 1961 wurden die Fresken wieder freigelegt, nachdem sie zuvor übermalt worden waren. Die Chorstühle, Kirchbänke, die Kanzel und das Gewölbe fallen ins Auge. Prächtige Schnitzereien. „Die Kirche ist alles, was von der Ebbser Burg übrig geblieben ist“, erzählt Anneliese während sie ein paar Kerzen zusammenräumt. Früher betrieb sie mit ihrem Mann das Gasthaus nebenan. Vor rund 40 Jahren hat sie hergeheiratet, wie sie erzählt. „Ich habe mich von Anfang an wohlgefühlt. Man merkt, dass es ein besonderer Platz ist, ich bin nie krank.“ 1174 wurde die Burg mit der Burgkapelle urkundlich das erste Mal erwähnt. „Die Burg selbst ist mit den Jahren verfallen, nachdem das Adelsgeschlecht vertrieben worden war“, schließt Anneliese und geht nach draußen. Das Sonnenlicht



**Die Wallfahrtskirche
St. Nikolaus in Ebbs.**

blendet, trübt den Blick hinab ins Tal, das sich vor der Kirche ausbreitet. In der Ferne ist die Festung Kufstein zu sehen, die Bergketten des Brixen- und Zillertals. „Willst du Kraft tanken oder runterkommen?“, fragt sie plötzlich in die Stille hinein. Ein Waldpädagoge hat herausgefunden, dass ein Gang um die Kirche im Uhrzeigersinn innere Ruhe bringe. „In der entgegengesetzten Richtung ist der Rundgang aufbauend. Die Adeligen haben schon gewusst, wo sie bauen.“

Der Kufsteiner Human-Energetiker Helmut Payr kennt viele dieser besonderen Plätze. „Es sind Naturkräfte, die hier tätig sind. So wie Wasseradern negative Auswirkungen haben, gibt es auch gute Kräfte, die die Energien von Lebewesen stärken. Früher wurden Dome und Kirchen auf solchen natürlichen Kraftplätzen errichtet und ihre Wirkung dadurch noch verstärkt, wie etwa bei der Wallfahrtskapelle St. Nikolaus.“ Doch diese hochenergetischen Orte können auf den ersten Blick auch recht unspektakulär sein, wie Helmut Payr anfügt. „Das beste Beispiel ist der Steinkreis am Riedenberg.“



Energie im Stein (Thiersee)

Die letzten zwei, drei Schritte im Wald. Dann geben die Bäume die kleine Lichtung am Riedenberg frei. Die Grashalme wehen im Wind, ein paar Sträucher stehen dazwischen. Viel hat der Platz rein optisch nicht zu bieten. Erst der zweite Blick offenbart den Steinkreis inmitten des von Wald umgebenen Ortes. Ein natürlicher Energieplatz, der von der Druidin Evelin Granda noch verstärkt wurde. Ein sechseckiger Kreis mit einem Stein in der Mitte. Sieben Steine im Abstand von sieben Metern, die die Druidin setzte. „Nicht jeder Besucher kann lange im Steinkreis bleiben. Für einige ist es zu viel Energie. Andere genießen diese Kraft, aber es gibt auch Menschen, die gar nichts spüren.“ Für Helmut Payr ist alles normal. „Zu sagen, dass jeder auf einem Kraftplatz etwas spüren muss, ist der falsche Weg. Nicht jeder ist offen dafür, aber eine Wirkung haben solche Plätze auf jeden, wenn auch unterschwellig.“ Die Lichtung am Riedenberg gilt schon seit Generationen als besonderer Platz, so wie im Kaisergebirge der Bereich rund um die Urtanne vom Steinberg.



Die Kraft des Baumes (Kaisertal)

Spektakulär sieht sie nicht aus. Eher wie eine alte, zerzauste Wetterhexe. Nach oben streckt sich wie ein erhobener Finger die kahle Spitze geprägt von Wind und Wetter. Die unteren zwei Drittel der Urtanne strotzen dagegen vor Vitalität und das, obwohl sie bereits über 300 Jahre alt ist. „Es ist der älteste Nadelbaum in der Umgebung“, klärt Bergführer Harald Löffel auf, um stolz hinzuzufügen, dass die Urtanne einen Stammumfang von fünf Metern aufweist. Der Baum hatte bereits einige Jahre hinter sich, als Napoleon Bonaparte geboren wurde und als die USA gegründet

>>



**Human-Energetiker
Helmut Payr kennt viele
Kraftplätze im Kufsteinerland.**



Wellness Schloss
**PANORAMA
ROYAL**

★★★★S

Quelle der Energie, Kraft und Lebensfreude.



*„Was ohne Ruhepausen geschieht,
ist nicht von Dauer.“*

Ovid, römischer Epiker



Eigene Wege gehen, vor allem, den zu sich selbst! Dieses Vorhaben gelingt Ihnen
im Wellness Schloss Panorama Royal am Sonnenplateau in Bad Häring.



Erleben Sie traumhafte Ausblicke auf die Tiroler Bergwelt, exquisiten Komfort,
ausgezeichnete Kulinarik und pure Entspannung im großzügigen SPA Royal.
Tauchen Sie ein in einen Ort voller Energie, Kraft und Lebensfreude!





wurden, war sie ihren Kinderschuhen entwachsen. Selbstbewusst wirkt der Baum so allein mitten auf der Almwiese umgeben von niedrigen Gräsern und einigen Felsbrocken. „Wir sind hier ganz dicht an der Baumgrenze. So lange unter den Verhältnissen zu überleben, das schafft nur ein Baum, der auf einem Platz voll von Energie steht.“ so Helmut Payr. Das Summen eines Käfers ist zu hören. Ein weißer Schmetterling nimmt kurz auf einem der knorrigen Äste Platz. „In mir macht sich jedes Mal, wenn ich hier bin, ein ehrfürchtiges Gefühl breit. Unter den Felswänden zu stehen und zu wissen, wie alt der Baum ist, welche geschichtlichen Ereignisse sich während seiner Lebenszeit ereignet haben, das macht diese Besonderheit des Platzes aus. Im Schatten eines alten Lebewesens über das Leben selbst zu sinnieren.“ Der Blick geht ins Tal, weiter zum gegenüberliegenden Gebirgszug. Der Pendling, der Hausberg von Kufstein, thront schützend hinter der Festungsstadt. Ein Platz zum Verweilen, wäre da nicht noch ein Kraftplatz mit Geschichte, der im Kaisertal lockt.



Spuren der Vergangenheit (Kaisertal)

Die Naturstufen verleihen dem Aufstieg eine besondere Note. Ab und an geben die Bäume den Blick ins Tal frei, laden auf eine kurze Rast ein. Immerhin gilt es, 307 Stufen hinter sich zu bringen. Der Einstieg ins Kaisertal, das 2016 zum schönsten Platz Österreichs gewählte Naturjuwel. Knapp 40 Menschen leben hier. Eine Oase, die bereits vor rund 30.000 Jahren von Menschen aufgesucht wurde. „Wobei damals hat es hier ganz anders ausgesehen“, schiebt der Biologe und Obmann des Kufsteiner Heimatvereins Gerhard Lehmann harmonischen Steinzeitphantasien einen Riegel vor. „Damals herrschte die Eiszeit. Ein Eisstrom zog sich durch das gesamte Inntal bis hinaus nach Rosenheim. Zu Spitzenzeiten stand das Eis bis zum Gipfel des Pendlings.“ Von einer idyllischen Wanderung war zu jener Zeit damit weniger zu sprechen. Dafür geht es jetzt wildromantisch weiter. Aus der Tiefe ist das Rauschen des Kaiserbachs zu hören. Doch das Ziel ist nicht die Schlucht, das Ziel liegt am Ende eines schmalen Pfades rund 60 Meter unterhalb des Kaisertalweges.

Wie ein Keil ragt sie in den Felsen hinein. Ihre 20 Meter breite und rund acht Meter hohe Öffnung ist wie eine Einladung einzutreten. Einzutreten in die Vergangenheit, in das Innere der 40 Meter langen Tischoferhöhle. Mit jedem Schritt wird es dunkler. Einzelne Tropfen fallen von der Felsdecke. Ein Blick zurück ins Freie. Die ovale Öffnung gibt den Blick auf die Bäume vor der Höhle frei. Die geologische Grenzzone zwischen den beiden Kalkschichten wurde vermutlich während der Eiszeit vom Kaiserbach ausgewaschen. Erst danach hat sich das Wasser in die Tiefe des Gesteins, auf den Grund der Schlucht hinabgefressen. „Die Höhle ist etwas Besonderes“, antwortet Lehmann auf die Frage nach dem Kraftplatz Tischoferhöhle. „Wenn man drinnen steht, spürt man diese eigene Atmosphäre. Wenn ich dann noch darüber nachdenke, dass hier schon vor 30.000 Jahren Menschen waren, dass hier der weitaus älteste Nachweis menschlicher Präsenz in ganz Tirol gefunden wurde – diese Aura der Dinge fasziniert mich.“ Über die Eisflächen sind damals mitteleuropäische Jäger eingedrungen. „Der Beweis dafür wurde zufällig 1920 gefunden und liegt jetzt im Heimatmuseum“, weist Lehmann stolz auf den größten Schatz des Heimatvereins hin.

Nebeneinander liegen acht bearbeitete Knochenspitzen mit eindeutigen Gebrauchsspuren in der Vitrine. Der Schatz des Heimatvereins hier im Heimatmuseum auf der Festung. „Die Speerspitzen sind der Nachweis, dass bereits vor 30.000 Jahren Eiszeitjäger im Kufsteinerland unterwegs waren. Entweder haben sich mit den Spitzen verwundete Bären in die Tischoferhöhle geschleppt und sind dort verendet oder die steinzeitlichen Jäger haben die Spitzen in der Höhle hinterlegt. Auf



Schon vor 30.000 Jahren diente die Tischoferhöhle als Unterschlupf.



Energieresiches Wasser

Feine Tropfen durchziehen die Luft, erzeugen einen diffusen Wasserdampf, der die Haut überzieht. Außer dem Tosen des Wassers ist nichts zu hören.

Das Gesundheitsdorf Bad Häring ist vorrangig durch seine Schwefelquellen bekannt, doch mitten im Wald wartet mit dem Bad Häring Wasserfall ein natürliches Kleinod, das schon seit Generationen aufgesucht wird. Früher kamen die Einheimischen bei Verkühlungen hierher oder wenn jemand mit den Bronchien Probleme hatte. Das Wasser hat meistens geholfen. Umgeben vom Grün des Waldes fällt das Wasser dem Felsen entlang nach unten, um weiß schäumend im Becken aufzuschlagen. „Wasserfälle umgibt immer viel Energie und Kraft. Sich hier auf der Bank oder direkt auf der Brücke niederzulassen, dem Wasser zuzuhören, wirkt sich auf den eigenen Lebensfluss aus, harmonisiert.“ Die Zeit scheint stillzustehen. Das monotone Tosen beruhigt. Doch auch der Rückweg durch den Wald entlang des kleinen Baches reizt, vor >>

jeden Fall waren etliche Bären früher in der Höhle“, ergänzt Lehmann mit einem Blick auf die ausgestellten Bärenskelette. Knochen von etwa 300 Bären wurden in der Höhle nachgewiesen. Daneben unter anderem Überreste von Höhlenlöwen, Höhlenhyänen, Rentieren, Lemmings. Aber auch menschliche Überreste wurden gefunden. In einer Vitrine liegen drei Schädelreste, Gussformen aus Sandstein, Blasdüsen zum Erzschnitzen. „Die Fundstücke stammen aus der Zeit um 2.500 v. Chr. Damals war die Höhle Wohnort und Werkstatt. Diese Geschichte verleiht der Höhle eine Seele und genau das ist es, was den Platz so einzigartig macht. In der Tischerhöhle zwischen den Felsen erkennt man, dass wir inmitten einer Gesellschaft stehen, in einer Zeitlinie. Man wird sich des Lebens bewusst“, so Lehmann.

„Die Leute suchen solche Orte, um runterzukommen, aus dem Hamsterrad des Alltags kurz auszusteigen“, erklärt Helmut Payr die Anziehungskraft dieser Plätze. Das Interesse zieht sich quer durch alle Altersgruppen und Schichten. Das merkt Payr immer wieder bei den geführten Wanderungen zu den Bewusstseinsplätzen, wie er sie nennt. Einen Lieblingsplatz hat er nicht. „Das kommt immer darauf an, welche Energie man gerade braucht. Will man etwas ins Fließen bringen, dann ist etwa ein Platz am Wasser ideal.“



ERHOLUNG & GENUSS DER EXTRAKLASSE



14 Zimmer und Suiten bieten Erholung pur. Tiroler Tradition und internationale Kreationen runden das Angebot in unserem ausgezeichneten Restaurant ab.



**WIRTS
HAUS
FÜHRER**

WIRT 2017

**Wirt des Jahres
2017**



Die Blaue Quelle in Erl ist bis über die Grenzen hinaus bekannt.

Fit in den Tag: Frühstück am Berg



Starten Sie kraftvoll mit einem herzhaften Frühstück hoch am Berg in den Tag. Hier ein Überblick über verschiedene Berggasthöfe, die ihre Gäste mit der wichtigsten Mahlzeit des Tages verwöhnen.

Bad Häring

Alpengasthaus Stallhäusl 1.021 m

Ebbs / Kaisertal

Alpenhasthof Aschinger Alm 1.000 m

Alpengasthof Pfandlhof 784 m

Ritzau Alm 1.161 m

Stripsenjochhaus 1.580 m

Kufstein

Berggasthof Hinterdux 760 m

Thiersee

Kala Alm 1.430 m

Kufsteinerhaus Pendling 1.565 m

Berggasthof Wastler 996 m

Lindhof Vorderthiersee 728 m

Schwoich

Stöflhütte auf der Walleralm 1.170 m

Alpengasthof Walleralm 1.180 m

Erl

Kranzhornalm 1.230 m

Alpengasthof Moosbauer 1.000 m

Langkampfen

Buchackeralm 1.350 m

Auf der Homepage des Kufsteinerlandes finden Sie unter dem Reiter „Kultur&Leben“ Informationen zu den verschiedenen Hütten: www.kufstein.com

allem, da im Passions- und Festspielort Erl eine weitere Wasseroase wartet. Eine türkise Perle, wie sie Gaby Struth nennt.

An einer schmiedeeisernen Ranke auf Höhe des ersten Stocks hängt ein Schild. Zwei goldene Fische umrahmt vom dem Text „Gasthof Blaue Quelle“. Die Quelle, die zum Gasthaus gehört, kennt Wirtin Gaby Struth wie ihre Westentasche. „Es gibt Aufzeichnungen von 1630. Damals war das hier schon ein Gasthaus und dazu noch ein Sägewerk, eine Mühle“, beginnt sie zu erzählen, während sie einen Kaffee serviert. Das älteste Naturdenkmal Tirols und die größte Trinkwasserquelle Westösterreichs sei die Blaue Quelle, die ihren Namen nicht umsonst trägt. Mit einem „Willst du sie sehen“, schnappt sich die Erlerin ihre Jacke. Am Gasthof entlang geht es weg von der Straße. Keine Minute später fällt der Blick auf die türkis-schillernde Quelle. Die Äste der Bäume ragen weit über das Wasser herein, spenden wohltuenden Schatten. Das Geräusch von plätscherndem Wasser ist dort überall zu hören. Mehr als 700 Liter sprudeln pro Sekunde aus der Quelle. In der Mitte ist das Gewässer rund 4,5 Meter tief und frei von Algen.



Woher das Wasser der Quelle entspringt, weiß niemand. Ein Geheimnis, das dem Ort gemeinsam mit der intensiv blau-grün-türkisen Wasserfarbe eine gewisse Mystik verleiht. „Wenn du hier sitzt, hörst du nur das Wasser und den Wind. Du fängst an zu beobachten. Auf einmal siehst du unzählige Einzelheiten, die dir sonst nicht auffallen. Dieses Innehalten füllt mich immer wieder mit Energie“, erzählt Gaby, bevor sie schwungvoll den Weg zurück ins Gasthaus nimmt. Ein letzter Blick geht zurück auf das blau-grün-türkise Idyll. Die schillernden Farben erinnern an die Federn des Pfau vom Buchberg. Der Kreis der Kraftplätze schließt sich. Erde. Stein. Wasser. Spiritualität. <<



Kraftplätze genussvoll besuchen

Hineinspüren in sein Bauchgefühl, in seine innere Mitte, das ist es, was Human-Energetiker Helmut Payr beim Besuch eines Kraft-, Energie- oder Bewusstseinsplatzes empfiehlt. „Wir hasten im Alltag von A nach B. Je schneller, desto besser. Auf sich selbst, auf sein Gespür zu achten, dafür bleibt kaum Zeit. Der Besuch eines Bewusstseinsplatzes sollte deshalb vor allem als Zeit für sich selbst angesehen werden.“ Es gehe nicht darum, möglichst viele Plätze zu besuchen. „Besser ist es, einen Platz richtig wahrzunehmen.“ Helmut Payr empfiehlt, offen zu sein für das, was kommt, unvoreingenommen und neugierig und alles passieren lassen.



Qi-Gong: energiereiche Wanderung in Hinterthiersee

Durch den Modalwald zum Steinlabyrinth. Energetische oder Qi Gong Übungen laden auf der geführten Wanderung rund um das Bergdorf Hinterthiersee zum Kraft-Tanken ein. Das Steinlabyrinth am Weg umrahmt die energiereiche Wanderung. Die Veranstaltung wird wöchentlich vom 1. April bis zum 19. November vom Tourismusverband Kufsteinerland angeboten und ist mit der KufsteinerlandCard kostenlos. Eine Anmeldung in einem der Tourismusbüros des Kufsteinerlandes ist erforderlich.

Bei uns spürt man
des Sommers Heiterkeit,
bei uns zählen Genuss
und Herzlichkeit.

Bei uns genießt man blumige
Wiesen und Sonnenschein,
bei uns vergehen Stunden
begleitet von erlesenem Wein.

Bei uns kommt man zur Ruhe
mit Blick in die Sterne,
bei uns findet das Herz
ein Stück Heimat in der Ferne.

Lehnen Sie sich zurück &
lassen Sie sich im
Sommer verzaubern!



**Restaurant mit
schattigem Gastgarten
(sonntags geschlossen)**

Weissachstraße 47, A-6330 Kufstein
vis à vis Riedel Glas
Tel.: +43 (0) 5372 / 6 21 22
restaurant@alpenrose-kufstein.at

www.alpenrose-kufstein.at

Burgfräulein, Ritter und Landsknechte

Das Mittelalterspektakel
auf der Festung Kufstein



Termin 2017

Freitag, 2. bis
Montag, 5. Juni

.....
Vorschau 2018

Freitag, 18. bis
Montag, 21. Mai



Bereits zum neunten Mal findet zu Pfingsten das Ritterfest auf der Festung in der Kufsteiner Innenstadt statt. Ein Ort, der für eine Veranstaltung dieser Art geradezu prädestiniert ist.

Wussten Sie,

dass es neben dem Ritterfest auch die Möglichkeit gibt, beim traditionellen Ritteressen auf der Festung Kufstein kulinarisch ins Mittelalter einzutauchen?

Informationen und Reservierungen unter www.festung.kufstein.at

Mit einem farbenprächtigen Umzug wird das viertägige Fest eröffnet: Ritter, Gaukler, Mägde und Musikanten ziehen durch die Stadt und machen sich auf den Weg zur mächtigen Festung, die über den Dächern der Festungsstadt thront. Ein einmaliges Familien-erlebnis, das uns zurückversetzt ins bunte Treiben des Mittelalters.

Unser Weg führt uns durch die alten Gemäuer unter dem uralten Holzdach auf den steinernen Treppen hinauf auf die Festung, wo uns ein sagenumwobener Blick erwartet. Inmitten von Feuerstellen, einfachen Zeltgemächern oder ähnlichen Unterschlupfen sehen wir hinunter auf die Stadt Kufstein. Im Hintergrund die Tiroler Bergwelt mit dem Wilden Kaiser und auf der anderen Seite der Pendling mit dem Kufsteinerhaus.

So wird es wohl auch früher gewesen sein: Die Frauen kochen Wasser im Kupferkessel an der Feuerstelle nahe des Zeltes, nähen wallende Gewänder aus einfachen Stoffen oder erstehen praktische Gegenstände am Handwerksmarkt. Ihre Männer erringen sich Rang und Namen sowie Ruhm und Ehre durch künstlerische Leistungen wie Feuershows und harte Zweikämpfe und ihre Nachkommen basteln sich einfache Schwerter aus Holz oder üben sich schon früh mit Pfeil und Bogen.

Mehr als 500 Mitwirkende aus ganz Europa erfüllen die Festung Kufstein mit mittelalterlichem Leben und lassen uns am einfachen und doch so spannenden Alltagsleben aus vergangenen Zeiten teilhaben. Musikalische Highlights durch ausgewählte Mittelalter-"bands" und Kulinarisches aus selbiger Zeit tragen ihr übriges zum „Erlebnis Ritterfest“ bei.





Mittelalterliche Tafel

Hauptnahrungsmittel der Menschen im Mittelalter war Getreide in Form von Brei oder Brot. Ergänzt wurden die Speisen meist durch Käse oder Fleisch. Milch gab es vor allem von Ziegen und Schafen und zu den wichtigsten Getränken zählten neben Wasser hauptsächlich Bier, Wein und Met.

Met, auch bekannt als Honigwein, ist das wohl älteste alkoholische Getränk. Er wurde jedoch aufgrund der aufwendigen Herstellung mit der Zeit von Bier und Wein verdrängt.



Erlebnis Festung Kufstein

Eroberung der Festung Kufstein

1504 versuchte Kaiser Maximilian die Festung Kufstein zu erobern, welche vom bayrischen Feldhauptmann Hans von Pienzenau verteidigt wurde. Die Mauern der Festung trotzten aller Gewalt, aber der Kaiser ließ nicht locker. Mit stärkerem Geschoss, genauer gesagt „Purlepaus“ und „Weckauf“, gelang es ihm schlussendlich, die Festung Kufstein zu erobern. Diese historische letzte Schlacht des Hans von Pienzenau wird alljährlich zum Ritterfest nachgestellt und die Namen zweier Innenstadtlöcher erinnern an die beiden Kanonen, welche über den Inn von Innsbruck nach Kufstein transportiert wurden.

Die Festung auf dem „Kopfsto“

Nähe der Grenze Tirols zu Bayern, direkt am Ufer des Inns, ist bereits aus weiter Ferne die Festung Kufstein zu erkennen. Am rechten Flussufer erhebt sich ein mächtiger Felsen, der von den Kufsteinern selbst oft „Kopfsto“ genannt wird, woraus möglicherweise auch eine Herleitung des Stadtnamens stammt.

Bekannter ist jedoch der Bezug des Namens Kufstein zu dem gezeichneten Wappen der Stadt: Auf einem stilisierten Berg steht ein kleines Fass, auch „Kufe“ genannt, welches früher vor allem für den Salztransport auf dem Inn genutzt wurde und den Bezug zur Bedeutung des Handels mit dem „weißen Gold“ herstellt. Neben Kufstein verweist auch das Wappen der Stadt Hall auf den Salztransport der Tiroler am Inn.



arte Hotel Kufstein

arte Hotel Kufstein | Kultur Quartier Kufstein
6330 Kufstein | Marktgasse 2
+43 5372 61500 | www.arte-kufstein.at

Légères Wohnen auf Vier-Sterne-Niveau in zeitgeistigem Design. Sehenswerte Architektur, klare Formensprache und viel Licht schaffen eine wohlthuend unkomplizierte Atmosphäre. 85 Zimmer, SkySPA, 2 Seminarräume, gratis Wlan



KUFSTEIN HAT EIN NEUES HOTEL UND EINE NEUE BAR

Vitus & URBAN

WEIN | BAR | KUNST

Kulinarischer und künstlerischer Individualismus hat hier seinen Platz gefunden.

Vitus und Urban
Kultur Quartier Kufstein
6330 Kufstein | Marktgasse 2
+43 5372 61414
www.vitusundurban.at



IPP-HOTELS.at

grafik: werbewerkstatt-reitz.at/foto: istock, rudolfografie.at



**Wandern im
Kaisergebirge – das
ist nicht nur die
schönste Art, die
Bergwelt rund um
den Kaiser zu
erkunden, es ist
auch besonders
einfach!**



**Französische Besatzungssoldaten
bei der Errichtung des ersten Kaiserliftes
am Aschenbrenner 1951.**

Auszeit für die Seele

Dank des Kaiserliftes gelangen Naturrefreunde innerhalb kurzer Zeit auf 1.200 Höhenmeter und zum perfekten Ausgangspunkt für zahlreiche unvergessliche Bergerlebnisse. Der Einsers-Sessellift ist die einzige Bergbahn in die Gipfelkette des Zahmen und Wilden Kaisers. Jedes Jahr genießen tausende Besucher aus aller Welt die gemütliche Fahrt mit dem Kaiserlift.

Historischer Rückblick

Der Kaiserlift schreibt eine besondere Geschichte. Bereits 1951 wurde er erstmals errichtet, allerdings an einem anderen Standort als dem heutigen. Damals waren sogar französische Besatzungsmitglieder für die

Bauarbeiten im Einsatz. Die bayerischen Gäste kamen schon in den 60-er Jahren auf den Genuss und trudelten in Scharen nach Kufstein, um mit dem Kaiserlift den Kaiser zu erobern. Der Ansturm wurde immer größer und größer. Aus diesem Grund wurde der Lift Anfang der 70-er Jahre verlegt und am heutigen Standort im Ortsteil „Obere Sparchen“ eröffnet. In dieser Zeit waren Liftfahrten noch etwas ganz Besonderes und ziemlich teuer: Eine einzige Fahrt kostete damals stolze 8 Schilling. In Anbetracht der Tatsache, dass der durchschnittliche Stundenlohn bei 10 Schilling lag, war ein solcher Ausflug für die meisten Menschen Luxus.

Betriebszeiten Kaiserlift 2017:

Der Kaiserlift ist vom 1. Mai bis zum 31. Oktober 2017 von 8.30 bis 16.30 Uhr in Betrieb.

Tarife 2017:

Berg- oder Talfahrt	€ 11,-
Berg- und Talfahrt Mittelstation Duxer Alm	€ 11,-
Berg- und Talfahrt Bergstation Brentenjoch	€ 16,-

Alle Kinder bis Jahrgang 2002 und jünger sowie Schüler fahren in Begleitung eines zahlenden Erwachsenen gratis.



Der frühe Vogel fängt den Wurm

Zwischen Mai und September startet der Kaiserlift an jedem 6. eines Monats bereits um 6 Uhr morgens. Der Tourismusverband Kufsteinerland bietet Frühaufstehern an diesen Tagen kostenlose Wanderungen und Yogastunden an.

Anmeldungen unter der Tel. + 43 5372 62207
bzw. via Mail unter info@kufstein.com

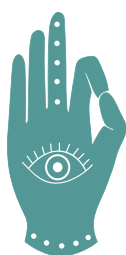
Der Kaiserlift war früher nicht nur in der warmen Jahreszeit im Einsatz. Bis in die 90-er Jahre war noch ein kleines Skigebiet in Betrieb. Die kalten Wintermonate verlangten von den Mitarbeitern so einiges ab. Von Pistenraupen konnte man damals nur träumen. Stattdessen mussten die verschneiten Hänge mit den Skiern glatt getreten werden. Mit Schaufeln und vollem Körpereinsatz versuchte man, die größeren Buckeln zu beseitigen. Immer wieder eilten auch die Männer vom Bundesheer zur Hilfe. Von perfekten Pistenverhältnissen war damals allerdings nicht die Rede, trotzdem gab es keinerlei Beschwerden, sondern einfach nur Freude und Spaß auf Skiern.

Einmal Talfahrt und zurück

Im Jahr 2012 wurde der Kaiserlift aus technischen Gründen eingestellt. Aber der Stillstand währte nicht lange! Bereits 2014 startete der Umbau für die „Wiederbelebung“. Antriebe und Stützen wurden saniert, die Seile, Rollenpakete und Sessel sogar vollständig erneuert. Am 1. Mai 2015 nahm der Kaiserlift – zur Freude aller – wieder Fahrt auf und beglückt seitdem zahlreiche Besucher aus dem In- und Ausland. Kein Wunder, oben angekommen erwarten sie eine intakte Natur, herrliche Wanderwege, abenteuerliche Kletterrouten, Aussichtsgipfel und natürlich die traditionelle Hüttenkultur der Tiroler. Aber auch ganz besondere Kraft- und Bewusstseinsplätze sind im Kaisergebirge zu entdecken. <<



Yoga an einem besonderen Kraftplatz



„Yoga“ – dieser Begriff ist mittlerweile jedem von uns bekannt, was aber genau dahinter steckt, bleibt für viele ein Rätsel.

Was hat es bloß mit diesem Trend auf sich? Wobei das Wort „Trend“ in Anbetracht der Tatsache, dass die Ursprünge des Yogas bereits Jahrtausende zurückliegen, wohl gar nicht der ideale Ausdruck ist. Die Wurzeln dieses körperlichen und geistigen Trainings sind in Indien zu finden. Mittlerweile konnte diese Form der Bewegung jedoch Menschen jeder Altersklasse und rund um den Globus überzeugen.

Mit Yoga fördern wir nicht nur unsere Beweglichkeit. Yoga zeigt auch Wege auf, wie wir zur inneren Ruhe und einer bewussteren Wahrnehmung kommen. Die körperlichen Übungen verbessern die gesamte Körperhaltung und wirken Rückenproblemen entgegen. Gleichzeitig haben sie einen beruhigenden und stresslindernden Effekt.

Yoga am Berg

Einen besonderen Reiz hat Yoga in der freien Natur. Immerhin hat sich Yoga auch aus der Natur heraus entwickelt. Nicht umsonst tragen die Übungen Namen wie „Baum“ oder „Berg“. Seit jeher suchen Menschen nach besonderen Kraftplätzen, um neue Energie und Inspiration zu tanken. Als besonders kraftvolle Orte gelten Berge. Abseits der stetigen Lärmkulisse des 21. Jahrhunderts gelingt es dort am besten, sich völlig auf das Wesentliche zu konzentrieren: auf sich selbst!

Geheimtipp der besonderen Art

Wer mit dem Kaiserlift bis zur Bergstation Brentenjoch fährt und von dort aus nur wenige Minuten bergab wandert, findet auf der linken Seite des Kieselweges eine kleine, sonnige Plattform mit atemberaubender Aussicht auf das Kaisergebirge. An diesem Ort, an dem man sich einfach treiben lässt, erfahren Geist und Gedanken völlige Freiheit und Unbegrenztheit. Am schönsten ist dieses Erlebnis in den Morgenstunden, wenn die restliche Welt noch in tiefer Ruhe liegt und die Strahlen der warm aufgehenden Sonne sich wie ein wohl-tuender Schleier um unsere Haut legen. >>



Für alle, die noch nicht in der Welt des Yogas angekommen, aber trotzdem neugierig darauf sind, haben wir hier einen kleinen Überblick mit den besten Übungen (Asanas) für Anfänger zusammengestellt:



Übung 1: Cakravakasana – Von der Katze in den Katzenbuckel

Bewegliche Wirbelsäule. Im Vierfüßlerstand sind die Handgelenke unter den Schultern und die Knie etwas hinter den Hüftgelenken positioniert. Rolle mit der Ausatmung deinen Rücken langsam Wirbel für Wirbel vom Becken beginnend in den Katzenbuckel, zuletzt den Nacken und Kopf. Schultern ziehen nach hinten weg von den Ohren. Beginne wieder mit dem Becken in die Ausgangsposition zu fließen. Atme dabei ein. Wiederhole mehrere Male im Rhythmus deines Atems.



Übung 2: Adho Mukha Svanasana – Herabschauender Hund

Lange Körperrückseite. Die Welt verkehrt betrachten. Ausgehend vom Vierfüßlerstand Zehen aufstellen, ausatmend Knie von der Matte lösen und Becken nach oben schieben. Steißbein himmelwärts dehnen. Kopf hängt entspannt zwischen den Armen. So viel Länge wie möglich im Rücken schaffen, Oberkörper dabei in Richtung Oberschenkel schieben. Fersen streben Richtung Matte oder berühren diese.



Übung 3: Bhujangasana – Kobra

Kraftvolle Rückbeuge. In der Bauchlage Hände auf Brusthöhe positionieren. Füße in etwa hüftbreit. Mit der Einatmung Oberkörper aus der Kraft des unteren Rückens anheben. Schultern ziehen nach hinten. Brustraum ist weit. Diese Übung stärkt nicht nur den Rücken, sondern öffnet das Herz und verändert die Wahrnehmung.



Übung 4: Virabhadrasana II – Der Krieger II

Harmonischer Bogen in der stolzen Heldenhaltung. Beginnend im Stand – die Füße stehen hüftgelenksbreit auseinander – ein Bein nach hinten mit aufgestelltem Fuß positionieren. Vorderes Bein im rechten Winkel. Knie schaut in Richtung des zweiten Zehs. Becken bleibt tief. In einen harmonischen Bogen zurückneigen und dabei beide Arme in einer V-Position anheben.



Übung 5: Virabhadrasana III – Der Krieger III

Kraft, Fokus und Balance. Im Stand Gewicht auf ein Bein verlagern, langsam nach vorne beugen und dabei das andere Bein nach hinten anheben, Arme bleiben am Körper. Aus der Mitte heraus Arme nach vorne strecken. Fuß ist gestreckt. In beide Richtungen dehnen. Das Becken bleibt waagrecht.



Übung 6: Ardha Matsyendrasana – Drehsitz

Dreidimensionale Drehung und flexible Wirbelsäule. Beginne im Sitzen mit ausgestreckten Beinen. Wirbelsäule aufrichten. Ein Bein zur Seite fallen lassen und den Fuß des anderen Beins zum Gesäß heranziehen. Anderen Fuß an der Außenseite des Oberschenkels platzieren. Langsam auf die Seite des aufgestellten Beins drehen. Hintere Hand zum Aufstützen nutzen. Ellbogen umfasst Knie. Blick über die Schulter.

Beachte:

Verweile in allen Übungen nur so lange, wie es für dich angenehm ist. Wechsle die Seite (bei Übung 4, 5 und 6). Achte auf deine Atmung – durch die Nase ein und aus, Atmung bewusst zu den gedehnten Körperpartien lenken. Grundsätzlich gilt: einatmen beim Längen der Wirbelsäule, ausatmen beim Drehen und Rücken-Runden. In der Asana ruhig und tief atmen.



Was macht Yoga mit uns?

- ✓ Unsere Gesundheit und unser Immunsystem verbessern sich
- ✓ Wir schlafen besser und sind gelassener
- ✓ Unsere Gedanken sind klarer
- ✓ Wir gehen besser mit Stress um
- ✓ Unsere Muskeln und Knochen werden gestärkt
- ✓ Yoga hält Hormone und Emotionen im Gleichgewicht
- ✓ Wir haben ein höheres Selbstvertrauen und ein besseres Körperbewusstsein
- ✓ Die Konzentrationsfähigkeit steigt
- ✓ Yoga entgiftet unseren Körper und hilft uns beim Abnehmen
- ✓ Unser Nervensystem, der Rücken und die Wirbelsäule profitieren von den Übungen



*Dort, wo die Liebe den Tisch deckt,
schmeckt das Essen am Besten.*

Dresch
GASTHAUS · HOTEL



Einer für alle, alle für einen!

Inniger Zusammenhalt, geteilte Leidenschaft und herzliche Gastfreundschaft sind das Erfolgsgeheimnis im Genießer Gasthaus. Die Haubenküche kreiert mit viel Hingabe und dem starken Bewusstsein für Regionalität ausgezeichnete Geschmackserlebnisse. Wer die Balance zwischen Tradition und hoher Küchenkunst nicht nur für einige Stunden genießen möchte, kann auch über Nacht im kleinsten und gerade deshalb auch feinsten Hotel der Region bleiben.



Rennradfieber im Kufsteinerland

Wer sich mit dem „Rennradfieber“ einmal infiziert hat, wird es in der Regel nicht mehr los. Zu schön ist das Gefühl, wenn man mit seiner „Maschine“ und dem Untergrund verschmilzt und in kurzer Zeit weite Strecken zurücklegt.

Immernoch ist das Rennrad das schnellste Fortbewegungsmittel, das mit eigener Muskelkraft betrieben werden kann. Oder kennen Sie einen Wanderer, der 100 Kilometer in 3,5 Stunden bewältigt? Die rasante Sportart ist perfekt, um das rund 1.500 Kilometer umfassende Straßennetz im Kufsteinerland zu erkunden. Zahlreiche Touren führen nicht nur durch malerische Landschaften, sondern auch zu sich selbst!

Raus aus dem Alltag – rein in die Pedale

Ausbrechen aus dem Alltag und eintauchen in die Ruhe und facettenreiche Natur – wer im Kufsteinerland in die Pedale tritt, erlebt ein Eldorado für Rennradler. Mal geht es entlang der vielen idyllischen Seen und des grünen Inns, vorbei an den mächtigen Gemäuern der Festung in Kufstein, mal bietet die Route Anstiege unterschiedlichster Schwierigkeitsgrade. So abwechslungsreich wie die Strecken auch sind, bleibt eines immer gleich: Die herrlichen Ausblicke auf die wunderschönen Landschaften des Alpenvorlandes und auf das mächtige Kaisergebirge. Die Region nahe der bayerischen Grenze ist nahezu prädestiniert für Radsportler aller Leistungsklassen. Inmitten der außergewöhnlichen Kulisse werden die aktiven Erlebnisse mit Genussmomenten vereint. Regionale Köstlichkeiten – beispielsweise auf einer der vielen schönen Almen – eignen sich perfekt für eine kulinarische Stärkung auf halber Strecke. Entspannt und genächtigt wird dann in den vielen Radunterkünften, die sich in der Festungsstadt und den acht umliegenden Dörfern auf die sportlichen Gäste spezialisiert haben.



Verleih und Service

Professionellen Service rund um das Rennrad bieten der Radspezialist Schuler in Schwoich und der Profiradshop Inn Bike in Kufstein.

Wer sein Rennrad nicht mit in den Urlaub nehmen oder in den Rennradsport hineinschnuppern möchte, findet dort auch Rennräder zum Leihen.





Der Kufsteinerland Radmarathon geht in die zweite Runde

Mit dem zweiten Kufsteinerland Radmarathon verwandelt sich die Rennradregion rund um die Festungsstadt **vom 9. bis zum 10. September 2017** in einen Hotspot der Rennradszene. Von sanften Hügeln bis zu kräfteaubenden Anstiegen verspricht das Rennen pure Abwechslung für Genussradler, ambitionierte Sportler und Profis.

Zwei verschiedene Strecken stehen für die Teilnehmer zur Wahl. Egal, ob die Entscheidung für den klassischen Marathon oder die etwas gemütlichere Panoramamarunde fällt – in jedem Fall erwarten die Radler traumhafte Ausblicke auf die Bergwelt, grün schimmernde Seen und zahlreiche landschaftliche Highlights.

Zwei facettenreiche Eventtage mit einem spannenden Programm inklusive After-Renn-Party, Fachvorträge, Kinder-Parcours und Expo versprechen ein actionreiches Wochenende im Kufsteinerland.

NEU: Festungsstadtsprint am 9. September 2017

Mit einem Festungsstadtsprint zeigt sich die zweitgrößte Stadt Tirols am Tag vor dem Hauptrennen von ihrer sportlichen Seite. Kurz. Knackig. Spektakulär durch Kufstein. 1,3 Kilometer quer durch das Zentrum. Umrahmt von der rauschenden Kulisse des grünen Inns startet **am 9. September 2017 um 16:00 Uhr in der Marktgasse am Fischergriesplatz** das ultrakurze Rennen hinauf zum Oberen Stadtplatz. Erlaubt ist radtechnisch alles, was gefällt.

Vom E-Bike über das Rennrad bis hin zum Oldtimerad. Das älteste Nostalgie-Rad wird sogar extra prämiert.

>>

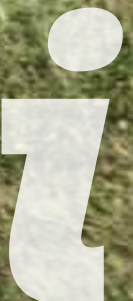
**Kufsteinerland Radmarathon
vom 9. bis 10. September 2017**

 **Kufsteinerland Radmarathon:
120 km und ca. 1.900 hm**

 **Panoramamarunde:
50 km und ca. 450 hm**

 **Festungsstadtsprint: 1,3 km**

Mehr Infos unter
www.kufsteinerland-radmarathon.at



Rennradprofi Max Kuen im Gespräch

Der bekannte Kufsteiner Maximilian Kuen ist als Rennrad-Profi auf den Straßen unterwegs. Als Mitglied des Tirol Cycling Teams bestreitet er zahlreiche nationale und internationale Bewerbe. Im Gespräch verrät er uns Tipps rund um das Rennrad.

Max, welchen Stellenwert hat Sport in deinem Leben?

Schon vor meinem Einstieg in die Rennradszene habe ich immer wieder Sport gemacht. Aber seit zehn Jahren betreibe ich den Radsport regelmäßig und professionell. Wenn ich heutzutage einmal ein oder zwei Tage nichts tue, geht mir schon etwas ab.

Welche Highlights stehen 2017 in deinem Rennkalender?

Meine zwei großen Saisonhighlights sind ganz klar einmal die Tour of the Alps mit Start in Kufstein und, wie sollte es anders sein, die Österreich-Radrundfahrt Anfang Juli.

Gibt es spezielle Übungen für Radfahrer?

Für Radsportler sind Sit-ups sehr wichtig. Für eine weitere spezielle Übung braucht man einen Gymnastikball: In Rückenlage legt man die Waden auf den Gymnastikball und dann hebt man die Hüfte nach oben. Danach rollt man den Ball zum Gesäß und hält dabei die Hüfte in einer Linie mit dem Oberschenkel. Die Übung geht so richtig in die hintere Oberschenkelmuskulatur.




ZUR SCHANZ
WIRTSHAUS


HOTEL
ZUR SCHANZ


SPORT
IN DER SCHANZ



KULINARIK - ENTSPANNUNG - SPORT WOHLBEFINDEN FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE

GENUSS. Köstliches aus Küche und Keller. Wir setzen auf Regionales und Saisonales, das Team kocht mit Herz Wirtshausklassiker sowie frische, moderne Gerichte. Den passenden Wein finden wir für Sie im hauseigenen Schanzer Weinkeller.

ERHOLUNG. umorgt werden vom aufmerksamen Service, abschalten und ausruhen in den angenehmen Gästezimmern. Genießen Sie das persönliche Flair unseres Hotels und lassen Sie die Seele baumeln, im Apfelgarten oder in der finnischen Sauna mit Kaiserblick.

BEWEGUNG. als Medizin. Leistungsdiagnostik und Trainingsplanung in der Sportpraxis von Dr. Andreas Egger, Kardiologe & Sportmediziner. Seit 2016 neu in der Schanz: Herzimpuls Institut für ambulante kardiologische Rehabilitation.

ZUR SCHANZ KG · Schanz 1 · A-6341 Ebbs/Kufstein Tirol · Fon 0043.5372.64550 · Fax 0043.5372.61707 · www.schanz.tirol · info@schanz.tirol
SPORT IN DER SCHANZ · Schanz 1 · A-6341 Ebbs/Kufstein Tirol · Fon 0043.5372.63463 · Fax 0043.5372.63683 · www.ihrherz.at · info@ihrherz.at



Welches Essen ist vor und nach dem Radfahren geeignet?

Drei Stunden vorher frühstücke ich und meistens genügt das dann auch. Brot, Butter, Ei(er), Müsli, Obst, Joghurt, Porridge, Wurst, Käse, etc. Es ist alles erlaubt. Wenn man kurz vor der Abfahrt noch ein wenig Hunger bekommt, sollte man eher etwas Leichtes zu sich nehmen. Nach der Heimkehr sollte man relativ schnell etwas zwischen die Backen bekommen. Am besten dafür geeignet sind natürlich die berühmten Kohlenhydrate in Form von Nudeln, Reis, Kartoffeln, Linsen oder Buchweizen. In Kombination mit Gemüse, Fleisch oder Fisch ist das genau das Richtige.

Welche Powersnacks sollte man für eine Tour im Gepäck haben?

Ich nehme gerne eine Banane und ein ganz simples Wurstbrot mit. Ab vier Stunden Fahrzeit habe ich immer einen Snack dabei.

Kleiderordnung: Was ist der richtige Dresscode für Radler?

Das ist jedem selbst überlassen. Nach Möglichkeit sollte man aber spezielle Radbekleidung tragen, welche eng anliegt. Weite Hosen und flatternde Trikots am Rad sind schon seit Jahren aus der Mode.

Worauf sollte man bei der Auswahl der Tour achten?

Vor allem auf die Distanz, das Gelände, den aktuellen Formzustand und natürlich auf das Wetter. Wenn man hoch hinauf will oder die Wolken gefährlich herumziehen, sollte eine leicht zu verpackende Regen- oder Windjacke mit.

Stimmt es, dass ein höherer Reifenluftdruck für mehr Speed sorgt?

Nicht mehr. Bei Nässe fahren wir mit unter 8 Bar Druck, weil dadurch der Reifen besser haftet und wir nicht so leicht wegrutschen können. Bei Schönwetter gehen wir aber auch nicht höher als 9 Bar. Früher hatte man teilweise 10 bis 12 Bar, das ist aber schon lange nicht mehr aktuell. 8 bis 9 Bar ist der Druck, bei dem man den wohl niedrigsten Rollwiderstand hat. Das hängt aber auch vom Körpergewicht ab.

Max, hilf uns dabei, einen Mythos aufzuklären. Rasieren sich Rennradfahrer die Beine und wenn ja, warum?

Ja, das machen sie und zwar aus mehreren Gründen. Bei der Massage ist das viel angenehmer für Fahrer und Masseur. Bei einem Sturz vermeidet man die Gefahr von Entzündungen an der Wunde durch Vernarbung oder durch nach innen wachsende Haare. Im Frühjahr fühlen sich dadurch die Temperaturen nicht so kalt an wie mit Haaren.

Letzte Frage: Was ist deine absolute Lieblingstour im Kufsteinerland?

Die Gegend um den Niederndorferberg/Erlerberg gefällt mir sehr gut, weil dort unzählige Straßen vorzufinden sind. Nur geht es dort teilweise richtig lange und steil bergauf. <<



**SCHULER
SPORTS**

RADSPORT & LANGLAUF

PROFESSIONELLER SERVICE & TOP BERATUNG



SCOTT

CANNONDALE

ROTHILD

SIMPLON

MERIDA

CONWAY

HAIBIKE

SANTA CRUZ

Wir beraten unsere Kunden individuell und finden für jeden das passende Sportpaket!
Wir verfügen über ein vielfältiges Angebot an Kinderrädern, Rennrädern, MTBs und an E-Bikes.

Schuler Sports GmbH | RADSPORT & LANGLAUF | Egerbach 6 | 6334 Schwoich | Tel.: +43 (0)5372 / 58339 | info@schuler-sports.at | www.schuler-sports.at

„Hoamatg'fühl“ in destillierter Form

Es riecht nach saftigen Äpfeln, bunten Rosen und harzigem Nadelholz und man schmeckt die Natur: würzig, frisch und klar. Das Gefühl von Heimat, Regionalität und Naturverbundenheit ist förmlich spürbar, wenn man auf dem Kronbühelhof in Schwoich zu Gast sein darf.



Im Jahr 2005 wurde der Hof von Monika und Manfred Höck von seinen Eltern übernommen. Und anfangs war es alles andere als leicht. Es dauerte seine Zeit, bis man das, was man eigentlich hat, als wahren Schatz und Glück des Lebens schätzen und lieben lernte.

Der Kronbühelhof, ein Anwesen auf einer Anhöhe in Schwoich, zirka sieben Kilometer von Kufstein entfernt, fernab vom Hauptgeschehen des Ortes, umrahmt von Wiesen und Wäldern – eine zauberhafte Idylle, welche heute vor allem durch eine intakte Landwirtschaft, einen wundervoll angelegten Obst-, Blumen- und Kräutergarten und Manfred Höcks Leidenschaft – die hauseigene Schnapsbrennerei – glänzt.

Kommt man über die kleine Waldstraße zum Bauernhof, wird man meist gleich tierisch begrüßt: Zwischen der mit viel Liebe zum Detail angelegten Blütenpracht huscht das eine oder andere Kätzchen hervor, Bienen kreuzen ihre Wege auf dem Flug zum urigen Bienenhaus, das bereits einige Jahrzehnte auf dem Buckel hat und etwas abseits hört man auch schon das Gackern der Hühner.

Unter den Obstbäumen genießen Kühe mit ihren Kälbern den angenehmen Schatten der Baumkronen und unser Blick schwankt über das Feld hinaus, über Fichten und Tannen des nahegelegenen Waldes bis zu den Spitzen der umliegenden Bergwelt des Kufsteinerlandes. Zeit zum Genießen. Zeit zum Innehalten. Zeit sich auf das Wesentliche zu konzentrieren und den Alltag einmal hinter sich zu lassen.

„Wir erzählen den Besuchern eine Geschichte und vermitteln damit ein Gefühl“

Meist sind es Kindheitserinnerungen, die man bei einem Besuch am Kronbühelhof vermittelt bekommt, aber auch das Gefühl von Heimat, das „ländliche“ Leben in Tirol und das Leben in, mit und von der Natur. „Die Besonderheit liegt darin, den Besuchern ein Gefühl bzw. eine Geschichte zu erzählen“, erklärt Manfred Höck auch mit etwas Stolz im lächelnden Gesicht. Mit Recht: Denn der 50-Jährige verdankt dieser Philosophie mit Sicherheit auch einen Teil seiner Erfolge durch das Schnapsbrennen. Viele seiner Kreationen gehen neben seinem Fachwissen auf sein Gespür, aber auch auf eine kleine Portion Zufall oder Glück zurück. Und so kam es, dass durch die täglichen Arbeiten, zu denen auch eine aktive Forstwirtschaft



zählt, im Frühjahr eine Tanne gefällt werden musste. Fast schon überrascht, denn Tannen blühen meist nur alle drei bis vier Jahre, entdeckte der passionierte Brennmeister auf der Baumkrone die rötlichen Blüten des Nadelbaumes. Seine Neugierde war geweckt! Er nahm eine der kleinen Knospen in den Mund und kaute darauf herum. Im selben Moment zauberte es ihm ein Lächeln ins Gesicht. Es schmeckte nach Wald: harzig, würzig, nach frischem Regen, aber auch nach rauem Holz, moosiger Rinde und trockener Landluft. Dieses Erlebnis wollte Manfred Höck teilen. Den Geschmack und die dadurch ausgelösten Gefühle festhalten. Die Idee vom „Tannenblüten-Geist“ war geboren. Basis des Getränks war und ist bis heute der hauseigene Apfelbrand. Durch die Beigabe der Tannenblüten, einer kurzen „Einwirkzeit“ und nochmaliger Destillation entsteht eben jener „Tannenblüten-Geist“, welcher neben dem „Honig-Ingwer-Likör“ zu den einzigartigen Eigenkreationen gehört, die es nur am Kronbühelhof in Schwoich gibt.

Vom Schnaps zum Whisky

Zirka 200 Obstbäume prägen das Bild rund um den Bauernhof, der von den Schwoichern selbst „Krubiche“ (Dialektwort für Kronbüchelhof) genannt wird. Dazu zählen zahlreiche Apfel-, Birnen und Zwetschkenbäume, von denen viele schon von Manfred Höcks Vater gepflanzt wurden. All diese Obstsorten sind Basis der haus-eigenen Brände, welche durch zugekaufte Sorten wie Marillen, Trauben, aber auch Getreide ergänzt werden. Getreidebrand? Die Kombination macht den einen oder anderen vielleicht stutzig, jedoch war es wie so oft Manfred Höcks Leidenschaft, dessen Feuer durch Neugierde und Wissen entfacht wurde. Vor etwa fünf Jahren entstand im Hause Höck die Idee, auch Whisky, Gin und Rum herzustellen. Whisky – ein Trend, in dessen Genuss man erst nach drei Jahren Fasslagerung kommen kann. Und so war es im Grunde die Neugier, den nach einem Jahr gelagerten Weizenbrand bereits abzufüllen und als Gerstenbrand zu verkaufen. Eine Idee, die heute eine „hochprozentige“ Reise um die Welt ermöglicht und auch die Schnapsbrennerei Höck unter dem Namen „Crownhill“ (englisch für Kronbüchelhof) mehr Internationalität verleiht.

Es war stets der Gedanke „sauber“ zu brennen: weniger Ausbeute – mehr Qualität. Aus den eigenen Produkten das Edelste herausholen, was überhaupt möglich ist. Manfred Höcks Hobby wurde zur Passion und aus selbiger wurde Erfolg. 2010 holte sich der Schwoicher den Landessieg unter zirka 4.000 Tiroler Schnapsbrennern. Eine Dichte, die es weltweit kein zweites Mal in dieser Branche gibt. 2014 folgte der Sortensieg bei der internationalen Prämierung – der Destillata. Mit seinem Gerstenbrand wurde Manfred Höck Gesamtsieger aller Goldmedaillen, was ihm 2015 mit dem Muskat-Trauben-Brand, ausgereift im Eichenfass, erneut gelang.

Die diesjährige Destillata hat bei Weitem alles übertroffen. Der Whisky aus dem Hause Höck hat neben etlichen anderen Produkten Gold erhalten.

Manfred Höck ist ganz oben angekommen in der Welt der Meister rund um Brände, Liköre und Geiste. Und doch ist er eines geblieben: bodenständig, echt und naturverbunden.



Die Tiroler Schnapsroute – eine kulinarische Tradition zum Erkunden

Eine Entdeckungsreise durch Tirols Kulinarik. Zu einer original Tiroler Jause gehört neben ein paar Scheiben geräuchertem Speck, ein paar Stückchen würzigem Bergkäse, einer Scheibe selbst gebackenem Bauernbrot auch ein Schlückchen – genau genommen meist 2cl – Schnaps. Derzeit bilden knapp über 40 Partnerbetriebe die Tiroler Schnapsroute vom Unterinntal bis nach Osttirol und laden dazu ein, die Kunst des Schnapsbrennens kennen und lieben zu lernen. Mit der Brennerei Messerschmied in Ebbs, der Brennerei Brennoase in Langkampfen, der Brennerei Höck in Schwoich und der Brennerei Stix in Thiersee findet man im Kufsteinerland vier Betriebe, die im Zuge der Tiroler Schnapsroute Führungen und Verkostungen für Interessierte anbieten.



Kontakt & Information:

- ✓ **Brennerei Messerschmied – Ebbs**
Albert Schmider, Kaiserbergstraße 16, 6341 Ebbs
+43 664 73481776, albert.schmider@aon.at
Öffnungszeiten: Freitag & Samstag, jeweils 9.00 – 12.00 Uhr
- ✓ **Brennoase – Langkampfen**
Juliane Bliem, Schönwörthstraße 47, 6336 Langkampfen
+43 650 2245718, jubli@kufnet.at
Besichtigung & Verkostungen nach Vereinbarung
- ✓ **Brennerei Höck – Schwoich**
Manfred Höck, Höhe 48, 6334 Schwoich
+43 664 3657565, manfred.hoeck@chello.at
Besichtigung & Verkostungen nach Vereinbarung
- ✓ **Brennerei Stix – Thiersee**
Kathi & Hans Stix, Lechen 44, 6335 Thiersee
+43 5376 5359, ferienwohnungen-stix@thiersee.at
Besichtigung & Verkostungen nach Vereinbarung



Tiroler Dialekt: „Egascht“

„Egascht“ – so nennt sich das Heu, welches beim ersten Mähen im Frühjahr entsteht. „Egaschtgeist“ ist das daraus entstandene Destillat von Schnapsbrenner Manfred Höck. Ein Apfelbrand aus hauseigenen Äpfeln als Basis wird mit der Zugabe von Heu zum Geist, einem in reinem Alkohol angesetzten Produkt. Ein besonderer Genuss, denn bei der Verkostung wird man durch den intensiven Geruch und den Geschmack des Heus sofort an den Duft des Sommers, an saftige Wiesen und bunte Kornfelder erinnert.

„Signum“

Ein Gemeinschaftsprodukt
für den guten Zweck



Der „Signum“ wird aus handverlesenem Tiroler Obst hergestellt und ist ein Gemeinschaftsprodukt der Tiroler Edelbrandsommeliers. Edel abgefüllt und verpackt gibt es diesen besonderen Tropfen nur in limitierter Auflage und bei ausgewählten Schnapsbrennern. Die Qualitätsgarantie „Gewachsen und veredelt in Tirol“ sichert die Herkunft des Obstes und die Herstellung des Edelbrandes in Nord- und Osttirol.

Stolz berichtet der Brennmeister Manfred Höck aus der Kufsteinerland Gemeinde Schwoich: „Die Edelbrandsommeliers erhielten seitens der ORF Spendenaktion „Licht ins Dunkel“ eine Auszeichnung als Dankeschön für sogenannte „Großspender“, da der „Signum“ bei der weihnachtlichen Spendenaktion besonders viele Einnahmen brachte, welche jedes Jahr für einen guten Zweck verwendet werden. Schön, wenn man sein Hobby nicht nur zum Beruf machen kann, sondern damit auch noch anderen Menschen hilft.“

Wussten Sie,



... dass die Aroniabeere, auch Apfelbeere genannt, mehr Vitamin C enthält, als die bekanntere Johannisbeere?

Manfred Höck hat einige Sträucher der gesunden Beeren im Garten und zaubert aus den dunklen Früchten jedes Jahr einen geschmacksintensiven „Aronia Likör“.

HOTEL GASTHOF Goldener Löwe KUFSTEIN



*Der Löwe in Kufstein
... hat Tradition*

GENIEßEN SIE LAUE SOMMERABENDE AUF DER
LÖWENTERRASSE MIT BLICK AUF DIE FESTUNG



HOTEL GASTHOF GOLDENER LÖWE
OBERER STADTPLATZ 14, 6330 KUFSTEIN
TEL: +43 5372 62181, HOTEL@GOLDENER-LOEWE.AT
WWW.GOLDENER-LOEWE.AT

Suchen Sie noch oder shoppen Sie schon?



**Die erste Stunde
gratis parken.**
500 PARKPLÄTZE



SHOPS



MPREIS



EUROSPAR



GASTRO

Alles, was das
Herz begehrt in
über 50 Shops.



Shopping im Herzen von Kufstein.



Einkaufs- erlebnisse

im Herzen der Festungsstadt

Lieblingsgeschäfte sind wie Perlen – sie zu finden bedarf besonderes Glück. In Kufstein kann man dieses Glück genießen, ohne danach lange suchen zu müssen. Einkaufsvergnügen, Sightseeing und Kulinarik verbinden – nichts leichter als das!

Kulinarischer Kick-Start

Kufstein – die Stadt am grünen Inn, viel besungen und so beschrieben zu Beginn des weltbekannten Kufsteinerliedes. Der beste Tag beginnt mit einem ausgewogenen Frühstück. Lokale gibt es viele und die Auswahl ist riesig: Von fruchtig süß bis herzhaft pikant – der perfekte Start in den Tag ist garantiert. Ob auf einer gemütlichen Sonnenterrasse im Stadtzentrum, an der Innpromenade oder in einem der liebevoll eingerichteten Cafés – die Orte sind allesamt einen Besuch wert und punkten mit kulinarischen Besonderheiten.

Erlebnis Kufstein

Der Weg ins Stadtzentrum führt direkt vom zentral gelegenen Bahnhof über die Innbrücke in die Altstadt Kufsteins, in die berühmte Römerhofgasse. Unfassbar wie lange man sich in der scheinbar „kurzen“ Gasse aufhalten könnte. Steinige Kopfsteinpflaster, bunte Malereien an den Hausfassaden, kleine ausgewählte Läden und viele weitere malerische Details prägen das Bild der historischen Straße. In unmittelbarer Nähe befindet sich auch der Aufstieg zur Festung Kufstein, das historische Rathaus und die Stadtpfarrkirche.

Stadtbummel geprägt von Gemütlichkeit

Kulturelles mit dem Stadtleben Kufsteins verbinden funktioniert am Besten mit einem entspannten Schaufensterbummel. Vorbei an den vielen kleinen Läden der Stadt, die mit einer bunten Produktvielfalt und viel Liebe zum Detail ihre Türen öffnen. Möglichkeiten zur Entspannung zwischendurch gibt es viele. Ein gemütliches Plätzchen am Inn mit Aussicht auf den Pendling Berg, eine Parkbank im begrünten Stadtpark am Franz-Josef-Platz oder ein erfrischendes Eis am Fuße des Festungsberges.

Shopping wird zum Event und die Nacht zum Tag

Nach Herzenslust einkaufen bis 21 Uhr, stimmungsvolle Livemusik, Straßenkünstler und unwiderstehliche Angebote. Zweimal jährlich lädt die Festungsstadt zum Nightshopping.

Termine Frühjahr / Sommer 2017:
4. Mai und 7. September

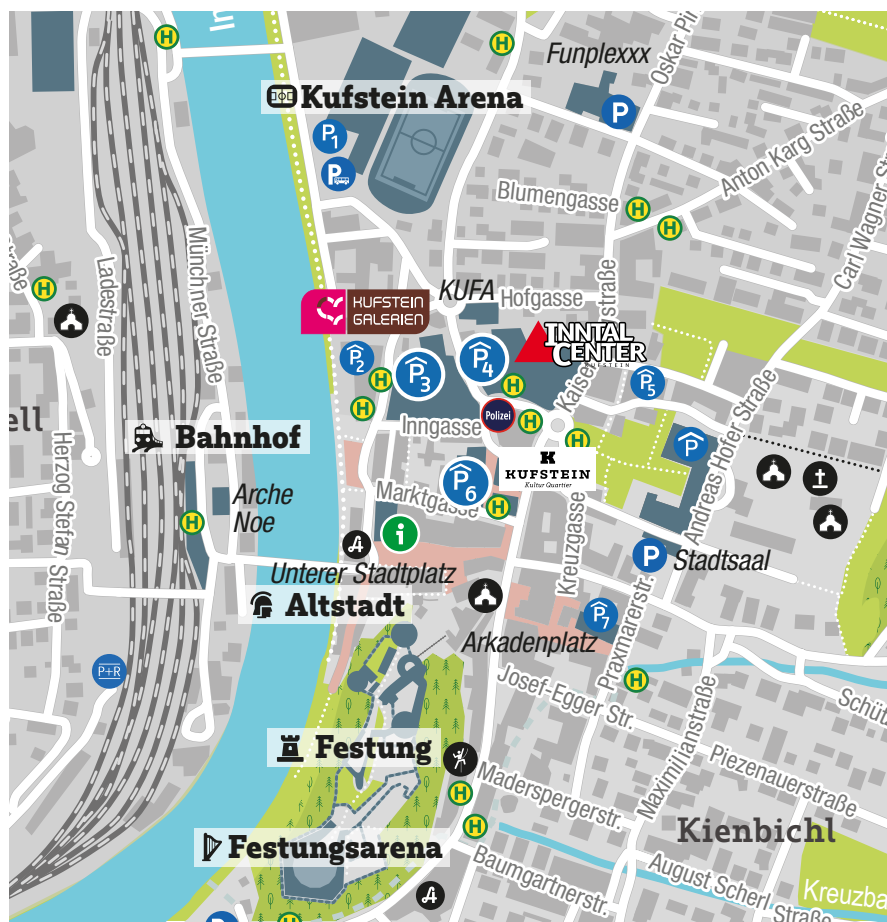


Parken im Zentrum Kufsteins

Die historische Stadt Kufstein bietet seinen Besuchern ein abwechslungsreiches Einkaufserlebnis. Familiengeführte Geschäfte mit einzigartigen und nachhaltigen Produkten, kleine Boutiquen mit besonderem Charme, genussvolle Gastronomie – Kufstein verspricht ein vielseitiges Shoppingparadies und eine unvergleichliche Qualität. Moderne Shoppingcenter wie das Inntalcenter Kufstein oder die KUFSTEIN GALERIEN mitten im Zentrum runden das Angebot perfekt ab.

Hier steht dem ganz besonderen Einkaufsvergnügen nichts mehr im Wege. Auch nicht die sonst oftmals unbeliebte Suche nach einem Parkplatz. Dank der neuen **Kultur-Quartier-Garage (P6)** sowie der beiden Parkgaragen der **KUFSTEIN GALERIEN (P3)** und des **Inntalcenters Kufstein (P4)** können die Besucher unkompliziert und direkt im Zentrum parken. Von dort aus können die Geschäfte und Lokale in der Innenstadt, die Festung und die schöne Innpromenade genussvoll zu Fuß erkundet werden.

<<



"MAN SOLL DEM LEIB
ETWAS GUTES BIETEN,
DAMIT DIE SEELE LUST HAT,
DARIN ZU WOHNEN."



Wo der Enzian blüht



Genießen hat im Kufsteinerland einen besonderen Stellenwert. Wer einer von Tirols größten Almlandschaften – der Ackernalm in Thiersee – einen Besuch abstattet, tritt eine Reise für die Sinne an.

Schmecken Sie Käse in seiner edelsten Form, erleben Sie die Stille einer naturbelassenen Landschaft, riechen Sie den Duft des Enzians und sehen Sie die bunt geschmückten Kühe, die beim Almbetrieb ins Tal zurückkehren. Kennen Sie dieses Gefühl der Freiheit, wenn man hoch oben auf der Spitze eines Gipfels steht? Der Wind weht die Strähnen aus dem Gesicht und streift sanft über die Haut. Blickt man nach unten, wirkt die restliche Welt klein und der Alltag scheint vergessen zu sein. Fernab vom alltäglichen Trubel ist man eins mit der Natur und mit sich selbst. Ein Moment der vollkommenen Zufriedenheit strömt durch den Körper und lässt uns innehalten.

Nichts bietet mehr Zeit und Raum für Erholung als eine naturbelassene Almlandschaft. Einen nahezu perfekten Ort für ein solches Unterfangen bietet die Ackernalm im Thierseetal. Die Almlandschaft zählt zu einer der größten in Tirol und ist zu Fuß in rund 3 Stunden auf einem schönen Wanderweg vom Thierseer Ortsteil Landl aus und mit dem Auto über eine gut ausgebaute Mautstraße – ebenfalls von Landl aus – erreichbar. Bereits nach einer kurzen Strecke durch den Wald befindet man sich am Eingang zum Paradies. Eingebettet in eine einmalige Kulisse finden sich viele kleine und uralte Hütten. Dort und da kommt Rauch aus den Schornsteinen und in der Ferne hört man schon die großen charakteristischen Glocken der Kühe, welche dort oben den Sommer über weiden. Mitte Juni treiben die Bauersleute aus der Umgebung mehr als 300 Tiere auf ihre Almen. Die Region bietet aber nicht nur ein Zuhause für Kühe, sondern ist ebenso Heimat für eine stechend-blaue Blume. Der wildwachsende Enzian ist in seiner Blütezeit wunderschön anzusehen, darf jedoch keinesfalls gepflückt werden. Rund um die sagenumwobene Pflanze gibt es viel zu erzählen. So gilt sie in vielen Geschichten als gewitteranziehend. Wer sie abreißt, wird vom Blitz getroffen und wer am Enzian riecht, bekommt anscheinend sogar Sommersprossen. Der wichtigste Grund, die schöne Gebirgspflanze nicht einzusammeln, liegt aber einzig und alleine darin, dass sie unter Naturschutz steht.

Zu Gast in der größten Almschaukäserei Mitteleuropas

Auf der traditionsreichen Ackernalm erwartet die Gäste nicht nur ein traumhafter Ausblick auf die umliegende Landschaft und das Kaisergebirge, sondern Käse in seiner edelsten Form. Auf 1.400 Meter Seehöhe liegt die größte und modernste Almkäserei

Mitteleuropas. Ganze 50 Jahre lang war dieser Ort auch das Zuhause von Käser Hans Degeser, dessen Leidenschaft noch heute in den Produkten zu schmecken ist. Erst im Alter von 75 Jahren übergab er sein Lebenswerk einem würdigen Nachfolger, der die traditionellen Erfolgszutaten von Hans in Ehren hält.

Die natürliche Würze der Almkräuter und die Liebe zum Detail geben dem Käse eine eigene Note. Nicht umsonst hat die Käserei für ihre Produkte zahlreiche Silber- und Goldmedaillen erhalten. Im kleinen Verkaufsraum werden neben Bergkäse, Alm- und Butterkäse auch verschiedene Wurstspezialitäten angeboten. Kaminwürsten, saftiger Speck und andere Köstlichkeiten für Feinschmecker sammeln sich hinter der Theke. Wer in das selbst gebackene, knusprige Brot mit der hausgemachten Almbutter beißt, schmeckt im wahrsten Sinne des Wortes die Natur.

Eine Stärkung darf nicht fehlen

Was gibt es Schöneres als eine schmackhafte Stärkung nach einer ausgiebigen Wanderung? In der urig eingerichteten Ackernalm, die sich unterhalb der Käserei befindet, wartet die wohlverdiente Belohnung auf die Bergsteiger. Die traditionelle Frittatensuppe, die man in fast jedem Tiroler Wirtshaus findet, steht ebenso auf der Karte wie ein saftiges Wildgulasch mit Semmelknödeln oder ein herrlich bunter Salat mit deftigen Pressknödeln. Mehlspeisen-Liebhaber werden den Kaiserschmarren mit Apfelmus einfach nur lieben! >>





Rezept: Almnüsse

Das Rezept für die Almnüsse stammt direkt von den Thierseer Bäuerinnen.

Zutaten:

- 1 kg Mehl
- 300 g Staubzucker
- 4 Eier
- 1 Prise Salz
- 1 Pkg. Vanillezucker
- 1 Stamplerl Rum
- 1 Zitrone (Saft und Schale)
- 200 g Butter
- etwas Sahne zum Zusammenkneten
- Backfett

Zubereitung:

Aus den Zutaten wird ein eher fester Mürbteig zubereitet, den man ½ Stunde rasten lässt.

Aus dem Teig werden fingerdicke, längliche Striezel geformt. Diese werden im Zickzack mit der Schere – das heißt einmal von oben und dann von vorne – in fingernagelgroße Stücke geschnitten. Die Schneidetechnik begünstigt die Form der Nüsse. Im Anschluss die Nüsse portionsweise in einem Sieb im mäßig heißen Fett backen und abtropfen lassen.



Der Almagtrieb steht vor der Tür

Wenn das Futterangebot auf der Alm rar wird und die Tage und Nächte wieder kälter werden, ist es Zeit für den traditionellen Almagtrieb. Die Bauersleute begleiten ihre Tiere nach einem Sommer auf der Alm wieder ins Tal zurück, wo sie in den Stallungen den Winter verbringen. Im Dorf heißt man die fleißigen Leute mit ihren Kühen bei einem rauschenden Fest herzlich willkommen. In aufwändiger Manier verzieren die Bauern ihre Kühe. Geschmückt wird aber nur, wenn der Almsommer ohne tödliche Unfälle für Mensch und Tier verlaufen ist. Eine besondere Rolle kommt der meist älteren Leitkuh – der Anführerin der Herde – zu. Sie bekommt den größten Kranz von allen, der aufwändig mit den Schätzen der Natur geschmückt wird. Zweige, Blumen und Knospen werden mit bunten Bändern zu einem Kopfschmuck gebunden. Oft ist der Kranz in Form eines Kreuzes geflochten. Auf diese Weise bitten die Bauern um den Schutz des Himmels. Kleine Spiegel und Glocken sollen ebenso die bösen Geister abwehren.

Da die Wanderungen von der Alm zurück ins Tal nicht selten über viele Stunden hinweg dauern, brauchen die Bauersleute eine Stärkung für zwischendurch. Hier kommen die Almnüsse ins Spiel. Den Namen verdanken sie eigentlich nur ihrer Form, da sie typischerweise haselnussgroß sind. Die Bäuerinnen verbringen mit ihren Töchtern den Tag vor dem Almagtrieb in der Küche und bereiten diese gehaltvolle Köstlichkeit zu. Sie sind ein sehr guter Energielieferant, weil sie Zucker und Fett beinhalten. Trifft man Gäste am Weg, bekommen sie eine kleine Kostprobe geschenkt.

TERMINE

16. und 30. September
Almagtrieb Thiersee

23. September
Almagtrieb Kufstein

<<





TIROL MEETS INDIA IM HERZEN DER ALPEN



„Europäisches Ayurveda®“
ist eine einzigartige Symbiose
aus ayurvedischer Lebenslehre
und europäischer Kultur.
Im Ayurveda Resort Sonnhof
in Hinterthiersee haben wir
mit unserem Expertenteam
die indische Heilkunst mit
fundiertem Fachwissen
auf Ihre Gewohnheiten
und Bedürfnisse übertragen
– ganzheitlich und genussvoll!

Sonnhof
European
Ayurveda

**ENTSCHLACKUNGS-
PROGRAMME**

**JUNGBRUNNEN-
REGENERATIONSWOCHEN**

PANCHA-KARMA-KUREN

AYURDETOX-KURZREINIGUNG



NEU AB MAI 2017: EUROPEAN AYURVEDA FARM „Lindhof“

Wir bieten Kochkurse, Kräuterworkshops, Kraftplätze, Kräutergarten,
Hofführung & frische Hofprodukte.

HOF.FRÜHSTÜCK AUF DER EUROPEAN AYURVEDA FARM

Samstags, sonn- und feiertags,
08.00 – 13.00 Uhr, gegen Voranmeldung

KRÄUTERWANDERUNGEN MIT DEN LINDHOF-KRÄUTEREXPERTEN

Jeden Mittwoch von Mai bis Oktober
Start: EUROPEAN AYURVEDA FARM

ANMELDUNG & INFO: info@sonnhof-ayurveda.at oder Tel +43 5376 5502

WWW.SONNHOF-AYURVEDA.AT



Blonde Naturschönheiten

Erlebnis Fohlenhof Ebbs

Neben den Stallungen können Sie das Museum zur Geschichte der Haflinger besuchen und bei der Pferdearbeit zusehen. Die beste Zeit dafür ist zwischen 9 bis 12 und 15 bis 17 Uhr.



Reitstunden

Reitstunden können Sie täglich zwischen 8 und 12 sowie 13 und 17 Uhr telefonisch vereinbaren.

**Haflinger Pferdezuchtverband Tirol,
Fohlenhof Ebbs**

Schlossallee 31, 6341 Ebbs, +43 5373 42210
info@haflinger-tirol.com, www.haflinger-tirol.com

**„Lizenziierter Tiroler Deckhengst“ ist das
Markenzeichen für Haflingerhengste, welches
nur am ältesten Haflingergestüt der Welt
ausgestellt werden darf: am Fohlenhof Ebbs.**

Denn die besonderen Bedingungen in der Aufzucht und die speziellen Anforderungen der Umgebung des Fohlenhofes garantieren, dass der gutmütige und unkomplizierte Charakter der Haflingerrasse erhalten bleibt.

In keinem anderen Land gibt es dieselben Voraussetzungen zur Aufzucht von Haflingerhengsten, weshalb der Fohlenhof in Ebbs für Kenner das Maß aller Dinge ist. Bis ein Hengst das Prädikat „Lizenziierter Tiroler Deckhengst“ bekommt, liegt ein langer Weg hinter ihm. Jedes Jahr werden Hengstfohlen aus dem gesamten Zuchtgebiet Salzburg, Tirol und Vorarlberg in Augenschein genommen. Doch erst nachdem deren Exterieur, das äußere Erscheinungsbild, und die Faktoren Gesundheit, Fruchtbarkeit und Erbkrankheiten von Mutter und Vater bewertet und die Hengstfohlen ein zweites Mal begutachtet wurden, können sie als Hengstfohlen im Zuchtverband berücksichtigt werden. Die ausgewählten Tiere kommen dann in den Fohlenhof, um dort nochmals gemustert, vermessen und dem Publikum vorgestellt zu werden.

Aus- und Weiterbildungszentrum für Mensch und Tier

„Die Hengstaufzucht ist eine unserer Stärken“, erzählt Robert Mair, Geschäftsführer des Fohlenhofes Ebbs. Die 20 bis 25 ausgewählten Hengstfohlen gewöhnen sich beim täglichen Koppelgang schnell an den Umgang mit gleichaltrigen und jahrgangsälteren Haflingerhengsten. „Die Hengste zweieinhalb Jahre in der Herde zu halten ist notwendig, um die



charakterliche und erzieherische Vorbildwirkung der älteren Hengste zu nutzen“, lässt der einstige Bereiter hinter die Kulissen blicken. Wichtigstes Prinzip: Alle Hengste werden gleich gefüttert, behandelt und gehalten.

Höhentraining für sportliche Naturen

Ihren nächsten Sommer verbringen die Jährlinge und zweijährigen Hengste von Mitte Mai bis Mitte Oktober auf der Buchaueralm am Erlerberg auf 1.150 Metern Höhe bei einem „Alminger“. Dieser Aufenthalt auf der Alm stärkt ihr Sozialverhalten und ist die Basis für ein Heranwachsen von mental gesunden Hengsten. Wie in der Natur erkämpfen sie sich in der Herde ihren Platz und sind Tag und Nacht, Wind und Wetter im freien Gebirge ausgesetzt. „Das härtet die Hengste ab, stärkt ihre Gesundheit und Vitalität. Die Junghengste leben auf der Alm von teilweise kargen Berggräsern und -kräutern, bei Wetterkapriolen mit Temperaturschwankungen von bis zu 25 Grad Celsius innerhalb weniger Stunden“, beschreibt Robert Mair die „Sommerfrische“ der Hengste.



Zur Nahrungssuche müssen sie sich täglich stundenlang bewegen, was zur Stärkung und Festigung ihrer Sehnen, Muskulatur und Hufe beiträgt. Währenddessen leben die Zuchtstuten mit ihren Fohlen sowie den Deckhengsten am Fohlenhof und können beim Training besichtigt oder geritten werden.

Ende der Sommerfrische

Im Herbst, am 14. Oktober, wenn die Bedingungen auf der Alm zu rau für Mensch und Tier werden, kommen die Hengste wieder ins Tal. An der Hand ihrer Betreuer werden sie zu Fuß in den Fohlenhof geführt. Dieser Fußmarsch verlangt den Junghengsten einiges an Energie ab. Wenn sie in den Foh-

>>



Ausflugsziel: Sommeralm der Haflinger

Biegen Sie bei der Erler Pfarrkirche in die Erlerbergstraße und folgen Sie ihr bis zum Parkplatz Erlerberg.

Bei einer Wanderung in Richtung Spitzstein über die Almen begegnen Ihnen mit etwas Glück die freilaufenden Haflinger.

Tradition trifft Moderne: GUT ESSEN und Tiroler Gastlichkeit



Sattlerwirt

★★★★ Hotel • Wirtshaus • Seminar



- täglich geöffnet
- 42 neue Zimmer
- City-Fahrräder und E-Bikes

Wir freuen uns über Ihren Besuch.

Tiroler Gastlichkeit verbindet.



Sattlerwirt GmbH
Fam. Astner
Oberndorf 89
A-6341 Ebbs bei Kufstein

Tel.: +43 5373 422 03
Fax: +43 5373 42203 7
E-Mail: info@sattlerwirt.at
Internet: www.sattlerwirt.at

lenhof einmarschieren, sieht man ihnen die Strapazen des Almsommers deutlich an. Doch auch das Selbstbewusstsein, die Ausgeglichenheit und die Zufriedenheit, die sie im Gebirge erlangt haben, spiegelt sich in ihrem Ausdruck und ihren Bewegungen.

Ausbildung nach Gefühl

Mit dem Ende des Almsommers beginnt für die zweieinhalbjährigen Hengste die Vorbereitung auf die Hengstkörung. Dann ist der Fohlenhof mit zirka 100 Pferden voll ausgelastet. Jedes dieser Pferde ist einem Betreuer zugeteilt, der für das Wohl des Tieres und dessen Ausbildung verantwortlich ist. Kommt ein Fohlen zur Welt, bleibt der Betreuer während der Geburt dabei, soll eine Stute im Reitunterricht mitgehen, wird der zuständige Betreuer um Erlaubnis gefragt. Auch die Vorbereitung der Junghengste auf die Leistungsprüfung übernimmt der jeweilige Betreuer. „Das erzeugt eine Leidenschaft und Verbindung zu den Pferden, ohne die es nicht möglich wäre, in der Pferdewirtschaft zu bestehen“, erklärt Robert Mair dieses besondere Vorgehen.

Die Pferdeausbilder entscheiden selbst, was jeder einzelne Schützling gerade braucht. „Es sind Lebewesen und wenn ein Mitarbeiter spürt, dass sein Pferd



Schauprogramme und Reitsport am Fohlenhof Ebbs

heute einfach einen wilden Ritt über die Koppel braucht anstatt des geplanten Dressurtrainings, dann darf er das auch so handhaben“, weiß der ehemalige Bereiter am Haflingerhof die Wichtigkeit dieser „Vorgehensweise nach Gefühl“ zu schätzen.

Strenge Kriterien zur Sicherung der Charaktereigenschaften

Am ersten Samstag im Februar werden die mittlerweile dreijährigen Hengste gekört, was bedeutet, dass sie noch einmal beurteilt werden. Ein Ereignis, bei dem Besucher aus der ganzen Welt in Ebbs zu Gast sind. Um zu dieser Körung zugelassen zu werden, müssen die Hengste einen 30-tägigen Stationstest bestehen, bei dem ihre Gesundheit, Leistungsfähigkeit




AschingerAlm

ERLEBNIS, ERHOLUNG, EINKEHR & GENUSS

Gemütliche Stuben und Bar mit offenem Kamin ♦ **Hausgemachte Kuchen und regionale Küche**
Eigene Almkäserei mit Verkauf von frischen Erzeugnissen ♦ **Sommerrodelbahn nur wenige Gehminuten entfernt**





So - Mo von 9 - 18 Uhr
Mi - Sa von 9 - 23 Uhr
Dienstag Ruhetag!

Familie Gerhard Ritzer
Oberbucherg 34a, 6341 Ebbs/Tirol
Telefon: 0043 5373 43108

facebook.com/aschingeralm
info@aschingeralm.at
www.aschingeralm.at





Haflinger im Portrait

Das blonde, einst stämmige Zug- und Tragepferd aus den Tiroler Bergen hat sich zu einem Familien- und Freizeitpferd entwickelt, das auf der ganzen Welt für seine Gutmütigkeit und Genügsamkeit bekannt ist. Durch die besondere Aufzucht der Junghengste werden Eigenschaften wie Gelassenheit, hohe Leistungsbereitschaft, Trittsicherheit und Leichtfuttrigkeit erhalten und vererbt.

Der Haflinger ist, entgegen vieler Behauptungen, kein Kaltblutpferd wie beispielsweise der Noriker. In der kleinstrukturierten Berglandwirtschaft Tirols wäre er schwer zu ernähren und außerdem zu robust für das steile Gelände gewesen. Doch aufgrund seines Einsatzes im Zweiten Weltkrieg wurde der Haflinger zu einem kleinen, quadratischen Pferd gezogen. Erst nach Kriegsende begann die Rückzüchtung zum größeren und schlankeren Pferd, wie es heute in vielen Freizeit- und Turnierställen zu sehen ist. Durch diese Veränderung der Silhouette sind Haflinger als Dressur-, Fahr- und Vielseitigkeitspferde im Einsatz.

Der Weltbestand an Haflingern beträgt zirka 250.000, die sich von dem einstigen lokalen Gebirgspferd zu einer Weltrasse entwickelt haben.



und -bereitschaft überprüft werden. Dabei wird Wert darauf gelegt, dass die Hengste außer guten physischen auch wünschenswerte psychische Eigenschaften vererben werden. Viele Nachkommen dieser Zuchthengste werden noch vor deren eigener Körung in die ganze Welt verkauft: früher hauptsächlich nach Nordamerika, heute häufig nach Südkorea. Hengste, die diese harte Prüfung nicht bestehen, werden aus dem Zuchtprogramm ausgeschlossen und dürfen als Wallach ein Leben als Freizeitpferd führen.

Nachwuchsförderung

Die über Jahrzehnte entwickelte Aufzucht- und Selektionsverfahren des Haflinger Pferdezuchtverbandes Tirol ist mit Sicherheit eines der strengsten weltweit. Doch es garantiert auch die Genpoolerhaltung aller sieben Blutlinien des reinen Haflingers. Die Zuchtmitglieder werden in der Pflege und Bewertung ihrer Pferde geschult, um die Voraussetzungen für eine gesunde Erhaltung der Rasse zu garantieren. Daneben hat sich ein Jungzüchterverband mit tirolweit 250 Mitgliedern entwickelt. <<

Großes Erlebnisfreibad, Kinderspielplatz, Sportplatz, Saunawelt mit 1.500 m², Kegelbahn, Restaurant

Gießenweg 20 • A-6341 Ebbs • Tel: +43 5373 42202-800 • www.hallodu.at

Ein Gipfel – zwei Kreuze

Das Tor ins Tiroler Inntal

**Wer von Bayern aus ins
Tiroler Inntal fährt, kennt
es wahrscheinlich, das
markante Horn, das man
schon von Weiten sieht:
das Kranzhorn.**

Kontakt

Familie Anker
+43.664.9053983
www.kranzhorn.at

Für viele Unterinntaler ein Symbol fürs „Heimkommen“. So auch für Michael Anker, der 45 Jahre lang Wirt auf der dortigen Alm war. Heute hilft er seinen Kindern bei der Bewirtschaftung und ist Ansprechpartner für die Gäste.

Im 16. Jahrhundert wurde die Kranzhorn-Alm erstmals urkundlich erwähnt. Damals lag sie in einem Almgebiet von sieben Hütten, die mal an Bayern, mal an Tirol fielen. Seit 1943 ist die Kranzhorn-Alm in Besitz der Familie Anker. Mit 19 Jahren ging Michael Anker auf die Alm und übernahm die Almhütte mitsamt der Landwirtschaft. Seither ist er mit seiner Frau Inge jeden Sommer am Kranzhorn, seit 47 Jahren. Die Kühe haben sie vor einigen Jahren verkauft, die Almgräser dürfen jetzt die Tiere anderer Bauern rupfen. Mittlerweile ist Michael Anker Altwirt, denn die Alm hat er seinen Kindern Alexandra Maier und Martin Anker übergeben.

„Die Anwesenheit unseres Vaters ist immer noch wichtig auf der Alm“, betont Wirtin Alexandra, „er hoagascht mit den Gästen und sorgt mit seiner Zugin für Stimmung.“ Doch bis es zur Übernahme durch sie und ihren Bruder kam, war viel zu tun. Ihre Eltern Michael und Inge Anker machten die Jausenstation zu einer Schutzhütte für Wanderer, wo diese einkehren, sich stärken und in den gemütlichen Schlaflagern übernachten können. Sie bauten eine Forststraße zur Alm und erweiterten den Gastraum. Ganz



Erlebnistipp:

Übernachten am Kranzhorn

Von Juni bis August von Donnerstag bis Sonntag können einzelne Wanderer, Familien und Gruppen mit bis zu 17 Personen hier schlafen.





Aufkas'n

Am 28. Mai wird ab 12.30 Uhr die neue Almsaison mit Musik vom Ebbser Kaiserklang eröffnet!

behutsam, mit Altholz, um die urige Atmosphäre zu erhalten. Die beiden Schlaflager wurden ebenfalls ausgebaut, damit Familien, größere Gesellschaften und Wandergruppen die Bergluft, den Sonnenuntergang und diese ganz besondere Stimmung beim Sonnenaufgang auf der Alm mit dem Geräusch von Kuhglocken in der Nähe erleben können. Da schmeckt das Almfrühstück dann gleich doppelt so gut.

Hineingewachsen

Dass das Geschwisterpaar Alexandra Maier und Martin Anker die Hütte übernimmt, hat sich irgendwie ergeben. Alexandra kann sich gar nicht an Ferien erinnern, die sie nicht auf der Alm bei ihrer Oma verbracht hat. Und auch die Kinder der beiden wachsen mit und auf der Alm auf. Alexandras Mädchen helfen bereits fleißig mit, sie selbst „schupft“ die Küche, aus der

Tiroler Speckknödel, Kasspatzl, Almgröstl, Blutwurstgröstl, Holzknechtpfandl und viele weitere traditionelle Gerichte kommen. Dafür holt sie sich von regionalen Anbietern die besten Zutaten. Auch die Kuchen für die Gäste werden selbst gebacken und finden den reißenden Absatz. „Ab Mai, wenn mit der Enzianblüte die Saison beginnt, ist die ganze Bubenau blau, weil ein Enzian neben dem anderen aufblüht“, schwärmt Wirtin Alexandra. Sie kennt diese Blüte schon seit ihrer Kindheit, trotzdem ist der Zauber geblieben. Auf der Alm angekommen warten auf die Kinder ein paar Tiere zum Streicheln und Anschauen, ein Spielplatz, ein Fußballplatz und ein Kinder-Stammtisch. „Da glaubt man, die Kinder sind mit letzter Kraft auf die Alm gekommen und kaum sehen sie einen Fußball, ist wie durch ein Wunder die Energie zurück“, lacht Altwirt Michael. Erwachsene können inzwischen den Ausblick und den würzigen Duft der Almwiesen genießen.

>>



Familie Anker heißt Sie auf der Kranzhorn-Alm herzlich willkommen.



Ausflugstipp: Kranzhorn-Alm

Die Alm hat im Mai bis 17 Uhr geöffnet;
von Juni bis August bis 18 Uhr bzw. von
Donnerstag bis Samstag auch abends und
zum Übernachten; ab September
ist die Hütte untertags bis 18 Uhr,
von Oktober bis Mitte November
bis 17 Uhr geöffnet.



Ein zweifaches „Bergheil!“

Dass der markante Berg den Unterländern die Heimkehr zeigt, war nicht immer so. Denn Erl war ein vielfach umkämpftes Grenzgebiet zwischen Bayern und Tirol. Die vielen alten Grenzsteine deuten noch immer auf die mehrmaligen Grenzverschiebungen hin. Und heute verläuft die Landesgrenze genau in der Mitte des überhängenden Horns. Einer Legende nach konnten sich die Bayern und Tiroler im 20. Jahrhundert nicht auf ein Kreuz einigen und stellten – zur Vermeidung weiterer Streitereien – zwischen den Grenz-nachbarn – kurzerhand für jedes Land ein Gipfelkreuz auf.

Heute schmücken ein metallenes Kreuz mit Goldverzierungen der Bayern und ein Holzkreuz der Tiroler den Gipfel. Eine weitere Besonderheit, die einen Ausflug auf das Kranzhorn zu einem außergewöhnlichen Erlebnis macht.

Viele Wege führen aufs Kranzhorn

Wer in Erl zu Fuß oder mit dem PKW bei der Pfarrkirche abzweigt und der Erlerbergstraße folgt, kommt zu einem Schotterparkplatz. Der kürzeste Weg führt vom Parkplatz über die Forststraße in einer Stunde durchs Almengebiet vorbei an der Hintermoaralm auf die Kranzhorn-Alm. Dieser vier Kilometer lange Weg mit 475 Höhenmetern ist auch mit Mountainbikes und Kinderwägen nutzbar.

Drei unterschiedliche Aufstiegsrouten für alle Bedürfnisse.

Wer beim Parkplatz links über die Brücke geht, kommt zum Almweg, der über die Bubenau zur Kranzhorn-Alm führt. Frei laufende Pferde und Schafe machen diesen Weg zu einem abwechslungsreichen Abenteuer für Kinder, der Aufstieg verlängert sich nur zehn Minuten.

Der mühsamste, von der Aussicht betrachte allerdings lohnendste Weg führt vom Ortsteil Scheiben in Erl (in Richtung Grenze Deutschland) übers „Erler Herz“ auf die Kranzhorn-Alm. Für diesen reinen Fußweg können Sie zwei Stunden rechnen plus die Zeit, die Sie sich für den Blick aufs Inntal nehmen. Bei diesem Weg legen Sie zirka 900 Höhenmeter zurück.

Selbstverständlich kann man das Kranzhorn auch von deutscher Seite aus begehen. Kurz vor der bayerisch-tirolerischen Grenze biegen Sie in Windshausen links und beim letzten Haus rechts in einen Forstweg bis zum Wanderparkplatz. Von dort kommen Sie größtenteils über breite Waldwege und einen kurzen Steig zur Kranzhornalm.

Zieletappe

Wer an der Kranzhorn-Alm vorbei noch fünfzehn Minuten weiterwandert, kommt über einen abwechslungsreichen Pfad zur Gipfelkapelle. Sie dürfte ebenfalls zur Zeit der ersten Erwähnung der Kranzhorn-Alm im 16. Jahrhundert entstanden sein.

Wenige Schritte hinter der rund 400 Jahre alten Kapelle führt ein mit einem Drahtseil gesicherter Gratweg zum markanten Gipfelplateau des Kranzhorns auf 1.368 Meter. Bei guter Sicht kann man von dem Ausläufer der Chiemgauer Alpen bis nach München und zu den Zillertaler Alpen sehen.





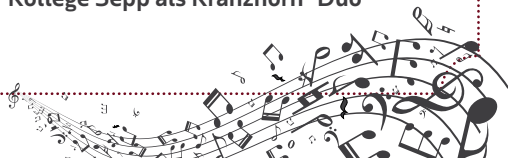
Veranstaltungstipp: **Kranzhorn Bike&Run**

Am 1. Juli findet zum zweiten Mal der Bike&Run Teambewerb vom Fußballplatz in Erl aufs Kranzhorn statt. Die Radfahrer starten am Fußballplatz in Richtung Erlerberg. Nach einer kleinen Aufwärmfahrt wird um 16 Uhr im Dorf der offizielle Start freigegeben. Bei der Hintermoar-Alm übergeben die Biker an die Bergläufer, die an der Kranzhorn-Alm vorbei einen Endspurt im Steilen zurücklegen. Mit Livemusik werden die Sieger geehrt und bei einem gemütlichen Hüttenabend klingt der Tag aus. Anmeldungen und weitere Informationen: kranzhornbikeandrun.jimdo.com



Musikalische Almnachmittage auf der Kranzhorn-Alm

Jeweils am Mittwoch, 16., 23. und 30. August musizieren ab 12.30 Uhr Altwirt Michael und Kollege Sepp als Kranzhorn-Duo



Tiroler Festspiele Erl Sommer

6. — 30. Juli 2017

Passionsspielhaus und Festspielhaus

Präsident:

Hans Peter Haselsteiner

Gesamtleitung:

Gustav Kuhn



Die OPERN zum Jubiläum im 20. Festspielsommer

Gioacchino Rossini

Semiramide

Fr. 7. Juli 2017 (Premiere) / Fr. 21. Juli 2017

jeweils 18 Uhr, Festspielhaus

Richard Wagner

Lohengrin

Sa. 8. Juli 2017 (WA-Premiere) / Sa. 29. Juli 2017

jeweils 18 Uhr, Passionsspielhaus

Richard Wagner

Der Ring des Nibelungen

Do. 13. bis So. 16. Juli 2017, Passionsspielhaus

Wolfgang Amadeus Mozart

Die Zauberflöte

Sa. 22. Juli 2017 (WA-Premiere), 19 Uhr, Festspielhaus

Tickets & Informationen:

T +43 53 73 81 000 20

www.tiroler-festspiele.at

Summendes Fenster zur Natur

Vor dreizehn Jahren zimmert sich der Niederndorfer Tischlermeister Georg Kitzbichler ein Zirbenholzbett. Ein Bett, das sein Leben verändert, ihn auf die Bienen bringt und zur Geburt der Kaisertalkönigin führt.

Langsam hebt er den Deckel. Leises Summen erfüllt die Luft. Er klappt das weiße Netz nach hinten. Zwischen den Spalten der Waben krabbeln Bienen nach außen. „Die Bienenkönigin hier herinnen ist vier Jahre alt“, erzählt Georg Kitzbichler nachdenklich. Ihre Tage sind gezählt. Er wird sich um eine Nachfolgerin kümmern müssen. Eine echte Kaisertalkönigin versteht sich, immerhin ist Georg der Herr der Kaisertalbienen.

Vom Zirbenholz zur Biene

Es begann mit einem Bett aus Zirbenholz. 2004 nimmt sich der Tischler und Unternehmer aus gesundheitlichen Gründen eine Auszeit, geht für einen Sommer als Senner auf die Alm. Für einen erholsamen Schlaf baut er sich ein Zirbenholzbett. „Ein Freund hat das gehört und gefragt, ob ich ihm einen Zirbenholzkasten für seine Bienen zimmern könnte.“ Georg fertigt gleich vier Kästen an. Zwei für seinen Freund, zwei für sich. „Eigentlich habe ich die Kästen für mich nur zum Hineinschnupern hergestellt, weil mein Freund meinte, er gibt mir zwei Bienenvölker mit auf die Alm.“ Doch es wird der Grundstein für eine Leidenschaft, für die er sein bisheriges Leben komplett auf den Kopf stellt. Denn Georg wird nicht einfach zum Hobbyimker.

Die Kaisertalköniginnen

Behutsam legt er den Deckel zurück auf den Stock, öffnet den nächsten Kasten. Erneut ist leises Summen zu hören. Eine Biene lässt sich auf Georgs Daumen nieder. Er bleibt dabei gelassen. Einen Schutzanzug trägt er nicht. „Das ist mir zu lästig und den brauche ich bei meinen Bienen auch nicht.“ Wird er doch einmal gestochen, entsteht inzwischen nicht einmal mehr eine Schwellung. Das war zu seinen Anfangszeiten anders. Da wurde er sogar einmal mit dem Hubschrauber vom Kaisertal ins Krankenhaus geflogen. Inzwischen sind seine Völker äußerst sanftmütig. Dafür sorgt der Niederndorfer persönlich mit seinen eigenen Kaisertalköniginnen.

„Mit der Königinnenzucht habe ich 2007 begonnen. Ich habe wohl ein Händchen dafür“, lacht er, während er von seinen Anfängen zu erzählen beginnt. „In meinem Almsommer habe ich fasziniert den Bienenflug beobachtet. Es war und ist wie ein Fenster zur Natur. Du bekommst einen anderen Bezug zur Umwelt.“ Vor allem beeindruckt ihn das selbstlose Verhalten der Bienen. „Sie leben nur zum Erhalt des Volkes.“

Die sympathische Biene

Zurück von der Alm verpachtet er seine Tischlerei und startet seine Imkerlaufbahn. Das Kaisertal, wo ein Großteil seiner Bienenvölker lebt, eignet sich ideal dafür. „Das Tal ist abgeschlossen und damit perfekt für die Bienenzucht. Es kommen keine fremden Bienen zur Begattung hinzu. Du kannst die Nachkommen selbst regulieren.“ Die ideale Basis für die Züchtung einer sympathischen Biene, wie er es nennt. Sanftmut und ein guter Honigertrag sind gefragt. „Mit der Königinnenzucht habe ich begonnen, um den Schutzanzug loszuwerden. Ich wollte sanftmütige Bienenvölker.“

Wussten Sie,

... dass sich Bienen im Winter im Stock in Form einer Kugel eng zusammendrängen, um den Wärmeverlust möglichst gering zu halten. Ein Prinzip, das auch Pinguine perfekt beherrschen. Bienen und Pinguine tauschen dabei immer wieder ihre Position, so dass jeder einmal außen und dann wieder im wärmeren Inneren der Kugel ist.



Georg Kitzbichler



Der Flug des Jahres

8. März 2014 steht unter dem Foto, das Georg auf dem Laptop geöffnet hat. Ein Bienenstock ist zu sehen, aus dem einzelne Bienen fliegen. „Das ist das Frühlingserwachen. Der erste Bienenflug im Jahr.“ Für Georg jedes Jahr wieder ein besonderer Tag. „Wenn ich beobachte, wie die ersten Bienen ausfliegen, geht mir das Herz auf.“ Zuerst sind es immer nur einige wenige Bienen eines Stockes, die zum ersten Erkundungsflug antreten, auf Pollensuche gehen. Zurück im Stock machen sie ihre Meldung. Ist diese positiv, kommt Bewegung in das Volk. „Es gibt Völker, die bereits bei acht Grad Celsius aktiv werden. Das liegt an der Königin, sie vererbt ihre Aktivität weiter.“ Zwei bis drei Mal die Woche fährt er im Sommer zu seinen Bienen. Ende Juli beginnt die Honiggewinnung. „Die Ausbeute kann pro Stock zwischen null bis vierzig Kilo liegen. Im Schnitt sind es an die 15 Kilo Honig.“

eine Wabe herausnimmst, hörst du sofort, in welcher Stimmung die Bienen sind und kannst entsprechend reagieren.“

Mittlerweile sind es rund 50 Bienenvölker, die Georg betreut. 30 Wirtschaftsvölker und 20 Jungvölker. „In Hinterbärenbad habe ich ein Bienenhaus mit sechs Völkern, daneben in einzelnen Stöcken noch einmal sechs. Fünf stehen beim Pfandlwirt. Zugegeben es sind ungewöhnlich viele. Ich sollte das Ganze etwas reduzieren, aber die Bienen sind einfach meine große Leidenschaft“, gesteht er mit einem Glitzern in den Augen mit Blick auf die zarten, summenden Wesen. <<

Berufung Bienenzucht

„Bienen sind nicht einfach ein Hobby“, wechselt Georg plötzlich das Thema. „Du musst dir richtig den Kopf darüber zerbrechen, wie du sie am besten betreust. Und du kannst nicht einfach hingehen und dort arbeiten.“ Zu sich selbst und zur Ruhe zu kommen ist bei der Arbeit mit den summenden Tieren unumgänglich. Sie merken, wenn man nervös oder gestresst ist, wie Georg erklärt. Die Folge: Sie werden unruhig. „Auch Witterungsumschwünge haben auf ihr Verhalten einen Einfluss. Wenn du



Genusstipp

Der Bienenhonig von Georg Kitzbichler ist im Käseladen der Aschinger Alm und beim Pfandlhof im Kaisertal erhältlich.

Foto: Gemeinde Niederndorf



WALDSCHWIMMBAD NIEDERNDORF

Heisser Sommer - coole Action - ultimativer Badespass



Geöffnet von Mai bis September von 9.00 bis 20.00 Uhr

Badweg 10 | 6342 Niederndorf bei Kufstein | info@waldschwimmbad.at | www.waldschwimmbad.at | Tel.: +43 5373 61366

Sportliche Betätigung und Idylle pur. Bad Häring verbindet beides. Kilometerlange Lauf- und Walkingstrecken laden ebenso ein, den beliebten Kurort zu genießen wie der eigens angerichtete Gesundheitsweg im Herzen der Natur.

Lauf- und Walking- Eldorado Bad Häring

Platz für Kraft & Energie



Schon seit vielen Jahren kommen Menschen nach Bad Häring, um gesund zu werden oder noch besser, um gesund zu bleiben. Auf einer Seehöhe von 650 Metern über dem Meeresspiegel erschließt sich ein sonniges Plateau. Als man im 19. Jahrhundert durch einen Zufall die dort vorkommenden Schwefelquellen entdeckte, war der Grundstein für Wohlbefinden und Gesundheit gelegt. Heute zählt die Quelle zu den heilvollsten Schwefelquellen im alpinen Raum. Am besten nimmt man die Energie und die Kraft des Schwefels wahr, indem man sich im

Freien bewegt. Neben tollen Ausblicken auf die umliegenden Gebirgsketten findet der Sportler im Kurort Bad Häring aber auch Momente zum Innehalten und Krafttanken.

Rein in die Turnschuhe - Raus in die Natur!

In der Ferne rauscht fromm ein kleiner Bach, die hohen Bäume spenden Schatten, die Sonnenstrahlen kämpfen sich durch den lichten Wald und spenden eine wohlige Wärme. Der Farn am Wegrand wiegt



sich lautlos im Wind, dessen Hauch eine Brise frisches Moos und feuchtes Gras mit sich bringt. Der Duft vom Paradies muss das sein. Absolute Stille, nur der eigene Atem ist wahrzunehmen, wenn man nicht sogar das eigene Herz schlagen hört, spüren tut man es sowieso. Dann – Vogelgezwitscher in den Baumwipfeln und schlagartig wird einem bewusst, dass man sich wohl in einer der schönsten Laufgegenden im Kufsteinerland befindet. Der Kurort Bad Häring öffnet seine Pforten für Lauf- und Walkingbegeisterte. Eine 6,2 Kilometer lange und gut ausgeschilderte Route startet und endet

am Kirchplatz im Dorfzentrum. Der Höhenunterschied beträgt insgesamt 83 Meter, die Strecke ist somit nicht besonders steil und auch für Anfänger bestens geeignet. Wer bergauf noch so seine Schwierigkeiten mit dem Atmen hat, wird diese Runde einfach lieben. Auch deswegen, weil man die vielen schönen Ecken des Ortes passiert. Der Laufuntergrund variiert zwischen Asphalt, Wald- und Wiesenweg.

Unumgänglich für das Wohlbefinden beim Laufen ist die passende Ausrüstung. Das Wichtigste sind natürlich die Laufschuhe selbst. Wer das Laufen ausprobieren möchte und dafür die alten, abgetretenen Turnschuhe verwendet, wird wenig Gefallen an diesem Sport finden. Die Schuhe müssen Unglaubliches aushalten, da sie bei jedem Schritt, abhängig vom Tempo, ein Mehrfaches des Körpergewichtes auffangen müssen. Die Anforderungen an den Schuh sind also hoch, muss er doch jeden Aufprall abdämpfen, die Bewegung stabil und kontrolliert führen und das Abrollen gut ermöglichen. Das Tolle: Jeder gute Laufschuh eignet sich auch ideal fürs Walken oder Gehen. Ein weiterer Aspekt, der beim Kauf auch berücksichtigt werden muss, ist der Untergrund, auf dem man sich am meisten bewegen wird. Passend dazu benötigt man noch funktionelle Laufbekleidung, die man in jedem Sportgeschäft erwerben kann. Wer will, kann mit einer Pulsuhr trainieren, was für den Anfang jedoch kein Muss ist.

Die Geheimnisse des Lebens entdecken

Die Natur mit allen Sinnen erspüren – das ermöglicht der eigens eingerichtete Gesundheitsweg in Bad Häring, der ebenso beim Kirchplatz im Dorfkern startet. Insgesamt drei Kilometer lang ist der energie- und erlebnisreiche Weg gut begehbar für Jung und Alt. Auf dem Weg finden Wanderer immer wieder verschiedene Stationen, an denen sie auf kleinen, liebevoll gestalteten Schautafeln viel Interessantes und Wissenswertes über Mutter Natur und die Kraft derselben finden werden. Weiters wird am Gesundheitsweg Wissen über die Wirkung von Moorbädern, Kneippkuren und natürlich über das örtliche Schwefelwasser vermittelt. Das Besondere an der Sache: Düfte und andere Sinnesreize sind ebenso integriert wie die Zyklen des Lebens. Wandern, Spazieren oder Nordic Walken wird in Bad Häring so zum Abenteuer.

>>



Auf dem Gesundheitsweg

Die Kraftquelle & das „Innere Tai Chi“

Das „Innere Tai Chi“ beschäftigt sich vorwiegend mit dem Zusammenspiel von Geist, Atem und Bewegung. An dieser Station wird gelehrt, sich darauf zu konzentrieren, aus dem Bauch heraus zu atmen. Das Ziel, welches dahinter steckt, ist, dass man sich durch richtiges Atmen wieder in Einklang mit der Natur bringt. Bauchatmung hilft auch, die Aufmerksamkeit auf den Körper zu lenken. Das Ergebnis? Man fühlt sich körperlich und energetisch stärker geerdet.



Die Wasserquelle

Das Element Wasser steht für vieles, vor allem für Gesundheit. Das lehrten uns bereits die Römer und Griechen. Wasser ist auch seit jeher das Sinnbild des Lebens. Nehmen Sie Platz auf den großen Steinen im Bächlein, welches sich vor tausenden

Jahren seinen Weg durch den Wald gesucht hat, um den Pflanzen zu geben, was sie brauchen. Achten Sie auf die geschmeidigen Bewegungen, mit welchen das Wasser jedes Hindernis sanft umgeht. Lesen Sie die platzierten Informationsschilder und erfahren Sie, warum sich der uralte Glaube an die Heilkraft des Wassers bis heute erhalten hat.



Die Lebensquelle

Wann sind Sie zuletzt barfuß durch die Natur spaziert? Weg mit Schuhen und Socken und los geht das Barfußerlebnis. Willkommen auf dem „Pfad der Sinne“. Er-raten Sie die diversen Böden unter Ihren Füßen? Gehen Sie auf großen Stei-nen, auf kleinen Holzstücken oder auf Sand? An dieser Station gibt es auch ein Duft-Hochbeet, das die große Vielfalt diverser Kräuter und anderer Pflanzen zeigt.



Die Moorquelle

Die Menschheit weiß ob der heilenden Wirkung von Moor schon seit unvorstellbar vielen Jahren Bescheid. Geschichtliche Überlieferungen zeigen, dass Moorbäder schon lange angewendet und hoch geschätzt werden. Moor speichert Wärme viel besser als Wasser und gibt sie auch wesentlich langsamer an den Körper ab, was als äußerst angenehm empfunden wird. Die Muskeln entspannen sich, aber auch das Immunsystem und der Stoffwechsel profitieren. Besucher genießen am Bad Häringer Gesundheitsweg das Umweltjuwel des Haslacher Moors und seine Um-ggebung, welche durch die unglaubliche Fauna besticht.



Tipps für's Nordic Walking

- ✓ Ideal, um den Körper an den Laufsport zu gewöhnen.
- ✓ Oberkörper und Arme werden verstärkt trainiert und der Bewegungsapparat, insbesondere Knochen und Gelenke, geschont.
- ✓ Die Diagonallauftechnik ist schnell und leicht gelernt. Linker Arm und rechter Fuß gehen gemeinsam vor und im nächsten Schritt folgt der rechte Arm mit dem linken Fuß.
- ✓ Die benötigten Stöcke sollten einen ergonomischen Griff mit verstellbarer Handschlaufe haben, denn sie sorgen für eine optimale Führung.
- ✓ Die Hände sollten die Griffe nur beim Abstoßen fest umfassen, zur Entspannung hinter dem Körper aber locker geöffnet werden.
- ✓ Auch hier spielt der Untergrund eine Rolle. Wer viel auf Asphalt wagt, sollte aufsetzbare Gummidämpfer auf die Spitzen der Stöcke geben, auf Wald- oder Wiesenböden reichen die gehärteten Metallspitzen völlig aus.
- ✓ Welche Länge der Stock haben soll, ist auch schnell ermittelt: Einfach die Körpergröße mit dem Faktor 0,7 multiplizieren.

Die Sinnesquelle

An dieser Station wird getastet, ge-rochen, gespürt, gesehen und ge-hört. Wie fühlt sich die Rinde einer Eiche oder Esche an und worin un-terscheidet sie sich von Buche oder Lärche? An einem kreativ gestalteten hölzernen Xylophon ertastet man nicht

nur die Struktur der verschiedenen heimischen Bäume, man kann auch ihren Klang wahrnehmen. Große Holzliegen laden auf dem Weg zum Verweilen ein. Platz nehmen und ein Teil der Natur sein lautet das Motto an diesem Ort.

Die Schwefelquelle

Am Gesundheitsweg haben Besucher die Möglichkeit, eine Schwefelquelle aus nächster Nähe zu beobachten. Im Wellness- und Gesundheitsbereich weiß man das kostbare Gut zu schät-zen und anzuwenden. Der wohltu-enden Anwendung dieser Tiroler Heil-quelle wird große Wirkung nachgesagt. Hier haben Sie die Möglichkeit, den Nutzen des Heil-wassers am eigenen Körper mit allen Sinnen zu spüren.





Gesundheit

Gönnen Sie sich eine Gesundheitswoche und tun Sie Gutes für Körper, Geist und Seele. Oder entscheiden Sie sich für sanftes Regenerieren nach F. X. Mayr und fühlen Sie sich wie neu geboren. Die beiden Angebote enthalten wohltuende Therapien, die kostenlose Benutzung unseres Wellnessbereichs und vieles mehr.



Gesundheitswoche

- ♦ 7 Übernachtungen inklusive Vollpension
- ♦ 1 Blutuntersuchung ♦ 14 wohltuende Therapien
- ♦ 2 Arztgespräche ♦ Sauna- und Badelandschaft mit ganzjährig beheiztem Außenschwimmbecken u.v.m.

von € 660,-*
bis € 850,-*

Preise pro Person; zzgl. Ortstaxe

Sanft regenerieren nach F. X. Mayr

- ♦ 7 Übernachtungen inklusive Vollpension auf Basis der F. X. Mayr-Diät ♦ 15 wohltuende Therapien
- ♦ 3 Bauchbehandlungen ♦ 1 Arztgespräch
- ♦ 1 Blutuntersuchung ♦ Sauna- und Badelandschaft mit ganzjährig beheiztem Außenschwimmbecken u.v.m.

Preise pro Person; zzgl. Ortstaxe



von € 900,-*
bis € 1.050,-*



*Preise gültig im Jahr 2017; sie variieren je nach Zimmerkategorie und Saison.

Vivea Gesundheitshotel Bad Häring +43 5332 90500



Kurz zusammengefasst

Länge des Besucherweges: 180 Meter
Dauer des Rundgangs: etwa 30 Minuten

Öffnungszeiten: Jeweils von 10 Uhr bis 16 Uhr.
Von Mitte Mai bis zum 30. September an
Wochenenden und Feiertag. Von Mitte Juli
bis Ende August finden täglich Führungen statt.

Eisige Märchenwelt im Berg



Auf 1.520 Metern Seehöhe eröffnet sich eine sagenhafte Welt. Rund sechzehn Stockwerke geht es in den Berg hinein. Umgeben von Säulen aus Eis und Tropfsteingebilden. Die Hundsalm Eis- und Tropfsteinhöhle – ein Erlebnis, für das sich vor mehr als fünfzig Jahren abenteuerlustige Höhlenforscher in die Tiefe wagten, nicht ahnend, was sie rund 55 Meter tief im Berg erwartet.

Über 122 Stufen geht es nach unten. Es wird kühler. Tropfen bahnen sich ihren Weg über das feucht glänzende Gestein. Ein erster Schritt in die Höhle. Das Zwitschern der Vögel verstummt. Die Karbidlampen erhellen die ockerfarbenen zum Teil vom Eis überzogenen Felswände, spiegeln sich in den ersten Eiszapfen. Eisige Gebilde, die von der Decke zu schweben scheinen. Ein Vorgeschmack auf die Märchenwelt der Eishöhle.

Das Buch liegt aufgeschlagen vor ihm auf dem Tisch. „Landesverein für Höhlenkunde in Tirol – Hundsalm Eis- und Tropfsteinhöhle“ steht dort in dicken, grünen Buchstaben. „Heuer feiern wir die Eröffnung der Höhle für Besucher vor 50 Jahren. Das hat sich keiner von uns zu träumen gewagt, als wir die ersten Male in die Höhle hinabgestiegen sind. Wobei wir nie daran gezweifelt haben, dass wir es schaffen.“ Der Angerberger Helmut Feldkircher ist ein Teil des harten Kerns der „Forschergruppe Wörgl“, die sich 1964 das Ziel setzt, die Eishöhle zwischen Buchacker und Hundsalm zu einer Schauhöhle auszubauen. Ein Vorhaben umrahmt von eisigen Temperaturen und einer Entdeckung, die an Tausendundeine Nacht erinnert.

Die „jungen Spinner“ unter Eis

„Wir waren für viele einfach nur junge Spinner, als wir begannen, die Idee von Viktor Büchl, dem Obmann der Wörgler Forschergruppe, umzusetzen und anfangen, die Höhle für Besucher auszubauen.“ Über Strickleitern steigen sie in die eisigen Tiefen. Rund zwölf abenteuerlustige Höhlenfor-

scher. Vom Universitätsdozenten über den Eisenbahner bis hin zum Maurer. „Unten war überall Eis. Meterdick. Das war eine harte und kalte Zeit.“ Die Treppen fertigen sie im Tal an, transportieren die bis zu 250 Kilogramm schweren Teile mit einem Militärjeep bis zur Hundsalm. Vor dort geht es zu Fuß weiter, denn zur Höhle führt zu der Zeit nur ein schmaler Steig. Maximal fünf Stunden werken sie in der Tiefe, dann geht es zurück zur Alm. „Die Kleidung war mitunter gefroren, bis der Ofen in der Alm für etwas Wärme sorgte.“ Die Männer bauen die Höhle bis zur Tropfsteinhalle aus. „Der Tropfsteinbereich fasziniert mit seinen natürlich entstandenen Gebilden. An einer Stelle sitzt etwa eine Eule. Das Highlight ist aber der Christuskopf.“ Rund 2.500 freiwillige Arbeitsstunden, über zweieinhalb Jahre, stecken die Männer in ihr Werk bis zur Eröffnung am 15. August 1967. „Wir dachten damals, dass die Höhle nicht weiter reicht. Doch das war ein Irrtum, wie sich Jahre später zeigte.“ In der Tiefe wartete eine Schatzkammer wie aus Tausendundeiner Nacht.

Tipp

Neben der Hundsalm Eishöhle zählt die im Kaisertal gelegene Tischoferhöhle zu den Familien-Touren rund um die Erlebnishöhlen im Kufsteinerland. Über Naturstufen geht es ins Kaisertal, das 2016 zum schönsten Platz Österreichs gekürt wurde.

Nach dem Anstieg über die Stufen führt ein wildromantischer Seitenweg zu der Tischoferhöhle, einer der bedeutendsten prähistorischen Fundstätten Tirols. Höhlentiere und auch Menschen lebten einst in der 40 Meter tief in den Felsen ragenden Höhle. Funde finden Sie im Heimatmuseum der Festung Kufstein.



Glitzernde Märchenwelt

Siebzehn Höhlenführer begleiten die Besucher heute von Mitte Mai bis Ende September durch die Eishöhle. „Vom Beamten bis zur Krankenschwester, wir sind eine illustre Gruppe“, lacht Helmut. Unzählige Arbeitsstunden verbringen die Höhenforscher aber auch abseits der Führungen in der Höhle. „Im Vorjahr waren es 450 Stunden allein am Berg. Wir müssen die Höhle jedes Jahr wieder für die Führungen herrichten. Nach manchen Wintern haben uns schon meterdicke Eiswände mitten auf den Führungswegen erwartet.“ Die Karbidlampen erhellen den Raum. Wie ein eisiger Wasserfall wirkt die Eissäule, die aus einem Loch in der Decke scheinbar in die Tiefe stürzt und den 25 Meter langen Eisdome dominiert. Der erste Bereich der Eishöhle. Über Stufen geht die Führung hinab in die Tropfsteinhalle. „Hier war die Führung früher zu Ende und die Besucher mussten den gleichen Weg wieder zurückgehen“, beschreibt Helmut die Anfänge. Einige Jahre nach der Eröffnung der Höhle beschließen die Männer, die Höhle zu einer Rundführung auszubauen. „Wir haben Eis gehackt, Steine verräumt, Material für neue Treppen vom Tal nach oben geschleppt. Dann tat sich uns einen Stock tiefer eine neue Welt auf.“

Mit einem Lachen schüttelt Helmut dem Kopf. „Wir waren für viele die Bergnarrischen, weil wir nicht aufgegeben haben.“ Trotzdem erhalten die Höhlenforscher im Tal große Unterstützung. Der Metzger spendiert ihnen immer wieder eine Jause zur Stärkung. Ein Elektrounternehmer lässt sie seine Werkstatt nutzen und ein Eisen- und Stahlhändler überlässt ihnen Material ohne Bezahlung. „Er hat gesagt: Zahlt mir das Material von den Eintrittsgeldern, die ihr später bekommt.“ Nach Wochen harter Arbeit stoßen die Männer in den tiefsten Teil des heutigen Führungsbereichs vor. Rund sechzehn Stockwerke unter der Erde. Der Eiskeller. „Uns erwartete ein Kristallpalast. Die Wände waren mit kleinen, eisigen Kristallplättchen

überzogen. Filigrane Gebilde, die bei jeder Berührung zerbrachen. Einfach nur atemberaubend.“

Von den Kristallplättchen ist heute nichts mehr zu sehen, doch der Eiskeller hat seinen Reiz behalten, wie Helmut erzählt: „Es ist ein Blick in das Innere des Berges. Die Höhle scheint zu leben, verändert sich immer wieder. Neue Säulen entstehen. Die Eishöhle bei der Hundsalm ist und bleibt ein Erlebnis.“ <<



Die Wanderung

Die kürzeste Variante zur Eishöhle startet im Angerberger Ortsteil Embach. Von hier aus geht es in zirka 2 1/2 Stunden über die Forststraße zur Buchackeralm und weiter zur Eishöhle. Eine andere 2 1/2 Stunden-Wanderung führt von Hinterthiersee meist nur leicht steigend bergan zunächst am Schattberg (Wieshof) vorbei. Bei Modal führt der Weg ein Stück nach Osten weiter (Weitwanderweg E4) und später erscheint die Köglalm. Beide Wege sind gut beschildert.

Eine anspruchsvollere Wanderung führt auch vom Langkampfer Ortsteil Unterlangkampfen aus in die Hundsalm. Die Gehzeit beträgt etwa 5 Stunden. Man folgt dem Schild „Höhlensteinhaus“. Eine Abzweigung rechts führt uns auf einen Forstweg und dann steil durch den Wald bergauf bis man eine Almweiese erreicht. Ab hier geht es über einen Steig neuerlich bergauf bis zum Köglhörndl. Weiter geht es auf dem Kamm zum Hundsalmjoch und von hier abwärts erneut durch den Wald bis hinunter zur Buchackeralm. Kurz vor Erreichen des Alpengasthofes ist rechts die Abzweigung zur Hundalm-Eishöhle.

StadtLeben

NATÜRLICH GENIEßEN



www.singerhaus.at



Fertigstellung
Sommer 2017



KUFSTEIN: Mietwohnungen und Geschäftsflächen

Mietwohnungen
von ca. 30 bis 80 m²
sowie Geschäftsflächen
mit ca. 450 m²



Rene Möllinger, BA

Immobilienverkauf & Immobilienvermietung

Salurner Straße 38, 6330 Kufstein

+43 (0) 5372 64 500-924, +43 (0) 664 813 16 39

rene.moellinger@unterberger-immobilien.cc

www.unterberger-immobilien.cc

Ein Objekt der

UNTERBERGER
Immobilien

www.unterberger-immobilien.cc

Vor 54 Jahren wurde das Gebiet um den Zahmen und Wilden Kaiser zum Naturschutzgebiet erklärt. Die zwei Gebirgsketten Wilder und Zahmer Kaiser prägen diese Region, die so zu einem abwechslungsreichen Naturerlebnis für Wanderer, Familien, Kletterer und Naturbeobachter wurde. So unterschiedlich die Gegend, so vielfältig die Verbindungen der Menschen mit dieser Region.

Hautnah miterlebt und zum Teil mitgestaltet hat die Entwicklung des Naturschutzgebietes Kaisergebirge der Kufsteiner Reini Mühlmann. Seit seinem 14. Lebensjahr war er als Kletterer im Kaisergebirge unterwegs: „Als junger Bursch bei uns nicht zu klettern, das war nix“, erinnert sich der heute 91-Jährige. Als er zwei Jahre später dem Alpenverein beitrug, verdiente er sich Sporen durch eine gewagte Rettung, verbunden mit einem Notbiwak zweier in Bergnot geratener Kletterer am Totensessel. Doch der Krieg zwang den jungen Burschen zum Einsatz als Gebirgsjäger. Nach der Kapitulation durfte Reini Mühlmann ein Kletterseil mitnehmen.

Seilschaft

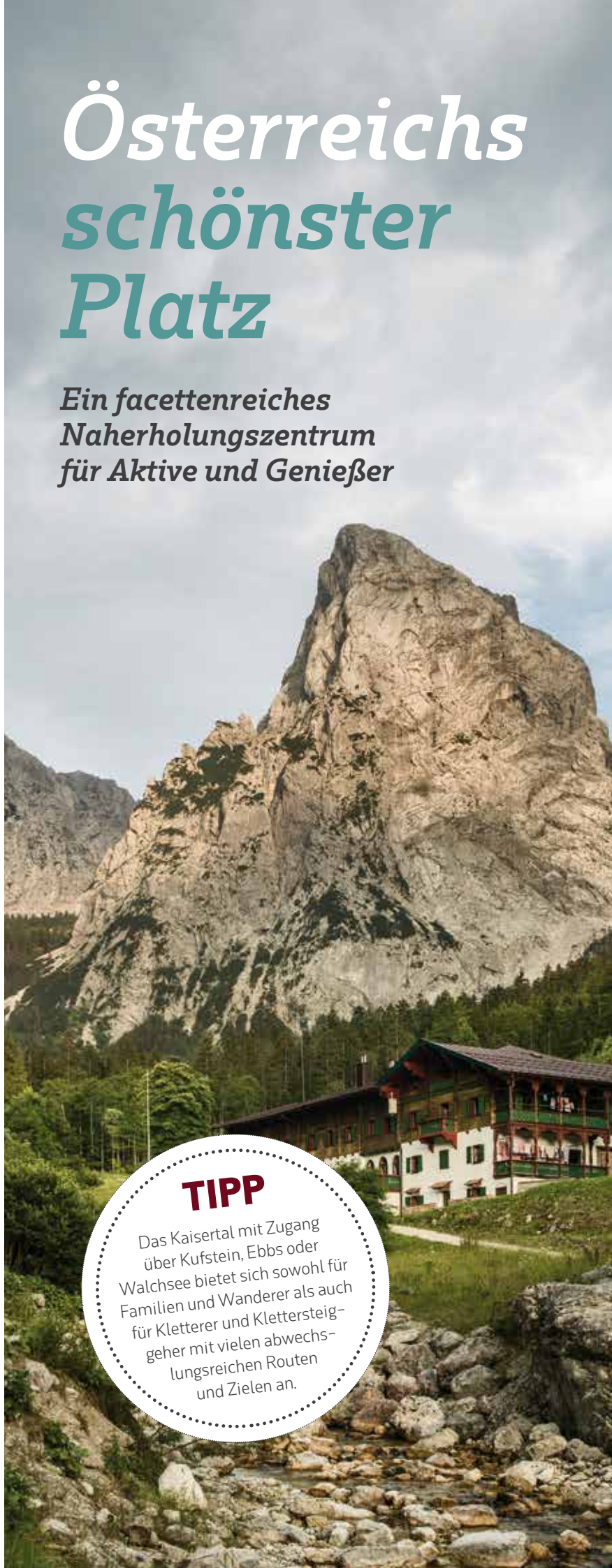
Von Ostkärnten über die schneebedeckten Hohen Tauern bis nach Kufstein trug er sein schweres, 30 Meter langes Seil im Rucksack. Diese Mühe sollte sich lohnen: „Mit diesem Seil, wurde ich in dieser entbehrungsreichen Nachkriegszeit zum beliebten Kletterpartner für viele Bergkameraden“, erzählt er schmunzelnd. Und das Kaisergebirge, das laut Bergsteiger Reinhold Messner knapp vor dem Ersten Weltkrieg zum Schlüssel des Kletterns geworden war, blieb für den autolosen Reini Mühlmann die Bergheimat. Zahlreiche Touren führten ihn gemeinsam mit seinen Kameraden in Kletterpatschen aus Manchonsohle, einer Art Filzsohle, und Kniebundhosen aus Schnürsamt auf die heute noch geachteten Ziele Totenkirchl, Fleischbank oder Predigtstuhl. Aber nicht nur die Klettertouren an sich waren wichtig: „Wer im Kaisergebirge eine Tour gehen wollte, musste am Abend zuvor losmarschieren und auf Hütten übernachten, meist im Stripsenjochhaus. Wir marschierten samstagsachmittag durchs lange Kaisertal und verbrachten den Abend mit Gesang“, erinnert sich der Kufsteiner. Ein Büchl „Inseres Gsangl“ in Kurrentschrift hält neben ein paar Schwarz-Weiß-Fotografien die Erinnerung an diese Zeit wach.

Österreichs schönster Platz

*Ein facettenreiches
Naherholungszentrum
für Aktive und Genießer*

TIPP

Das Kaisertal mit Zugang über Kufstein, Ebbs oder Walchsee bietet sich sowohl für Familien und Wanderer als auch für Kletterer und Klettersteiger mit vielen abwechslungsreichen Routen und Zielen an.





Leidenschaft und Berufung gepaart mit Willenskraft

Nach Reini Mühlmanns Studium der Forstwissenschaft an der Universität für Bodenkultur erkannte er, dass die Berge viel mehr waren, als nur ein Klettergerüst. Vor allem die Botanik, Pflanzensoziologie über die Gemeinschaft der Pflanzen und die Geologie hatten es ihm angetan. Der Kufsteiner begrüßte es, als das Gebiet um den Wilden und Zahmen Kaiser zum Naturschutzgebiet wurde. Ab 1967 konnte er 22 Jahre als diplomierter Forstingenieur selbst dort wirken. „Der Wald ist mehr als 1.000 Klafter Holz – die Glückseligkeit“, zitiert Reini Mühlmann Bert Brecht, dessen Spruch ihm zur Richtschnur wurde. So konnte er bereits 1971 den Wald im „Hohen Winkl“, einem echten, so seltenen Urwald am Talschluss des Kaisertals, durch einen einstimmigen Gemeinderatsbeschluss zum ersten Naturwaldreservat Tirols machen. In Naturwaldreservaten wird weder Holz geschlagen noch aufgearbeitet oder aufgeforstet. Der Wald verjüngt und erhält sich selbst, wie ein Lokalausweis nach 45 Jahren zeigte. „Das Naturwaldreservat 'Hoher Winkl', eingebettet zwischen der eindrucksvollen Totenkirchl Westwand, dem Kopftörlgrat und den Plattenschüssen der Kleinen Halt ist von beeindruckender Schönheit wie wohl kaum ein anderes“, schwärmt der pensionierte Forstingenieur. Mittlerweile gibt es noch ein zweites Reservat im Kaisertal, das Gebiet Bärenthal-Hirschgraben.

Trotz seiner 91 Jahre hat Reini Mühlmann noch viele Ideen, um das Kaisergebirge in seiner Funktion als Naherholungsgebiet weiter zu schützen und zu pflegen, zum Beispiel in der Ausweisung als Naturpark. Von dem Ausschluss von Wanderer und Kletterer im Naturschutzgebiet hält er dagegen nichts. Denn gerade die Besucher seien wichtig für den Naturschutz und er zitiert einen weiteren Schriftsteller, Goethe: „Nur was man kennt, schätzt man.“

>>



Dem Ganzen die Krone aufgesetzt

Was die Bewohner rund um den Kaiser schon lange selbstbewusst von „ihrem“ Kaiser behaupteten, wurde jetzt bestätigt: Bei der ORF-Sendung „9 Plätze – 9 Schätze“ wurde das Kaisertal im Kufsteinerland mittels Zuschauerwahl und der Bewertung einer Jury zum schönsten Platz Österreichs gewählt. Über eine Million Zuschauer erlebten, wie das zwischen der Gemeinde Ebbs und Kufstein gelegene Tal gekrönt wurde. „Die Kaisertaler haben sich diese Auszeichnung wahrhaft verdient. Sie haben dieses Tal so gestaltet, wie es jetzt ist. Der Erfolg und Dank gebührt vor allem den Einwohnern, Wirtsleuten und dem Alpenverein“, so der Ebbser Bürgermeister Josef Ritzer.

Ein Tal, das bis zum Jahr 2008 ausschließlich zu Fuß erreichbar war. Autos mussten für die Talbewohner per Hubschrauber eingeflogen und auf einem Parkplatz oberhalb der 308 Stufen zum Aufstieg ins Kaisertal geparkt werden, Nummerntafeln waren da unnötig. Das brachte dem Tal den Spitznamen „Tal der Gesetzlosen“ ein. Doch auch heute noch ist die Zufahrt durch den Tunnel nur den 39 gemeldeten Einwohnern des Tals vorbehalten. Besucher müssen sich den Genuss dieses Schatzes weiterhin über die Stufen erarbeiten.





Faszination Klettern

Nach wie vor ist das Kaisergebirge ein Eldorado für Sport- und Alpinkletterer. Einer von ihnen ist Gebhard Bendler. Der 34-Jährige klettert bereits seit über 20 Jahren. „Damals war es noch nicht so ein Modesport wie heute. Gewissermaßen waren mein Bruder Markus Bendler (Eiskletterweltmeister) und ich bei den Pionieren“, erzählt er. Der Tiroler Vizemeister im Klettern und erfolgreiche Teilnehmer bei einer Europameisterschaft zog sich mit Anfang 20 aus dem Wettkampf zurück. Er studierte Geschichte und Deutsch und beschäftigt sich als Historiker hauptsächlich mit Klima-, Umwelt- und Tourismusgeschichte. Im Winter arbeitet er seit diesem Jahr fast ausschließlich als staatlich geprüfter Berg- und Skiführer.

In seinem Buch »Wilder Kaiser« hat er seine ganzen Leidenschaften zusammengeführt. Eine dieser Geschichten schildert er für das Momente Magazin: „Historisch besonders interessant für mich ist der Dülferriß an der Fleischbank. Hans Dülfer hat die Tour im September 1913 erstbegangen. Das Besondere daran: Er hat sich dabei nicht gesichert und ist die Route allein ohne Seil geklettert. „Freesolo“ würde man heute dazu sagen. Die Route ist mit 6 bewertet, was sich nach heutigen Maßstäben nicht so schwierig anhört. Die Kletterei dort ist aber nicht zu vergleichen mit einem modernen 6er in der Kletterhalle oder im Klettergarten. Die Stellen sind viel komplexer und es fühlt sich wesentlich schwieriger an.“

Die Schätze des Kaisers

Naturschutzexperten sind vor allem von der Vielfalt der heimischen Pflanzen begeistert. Hier eine Zusammenfassung, was im Naturschutzgebiet Kaisergebirge alles zu bewundern ist:



- ✓ Greifvögel wie der Uhu, Sperlingskauz, Raufußkauz, Sperber, Habicht und der König unter ihnen, der Steinadler, haben hier ihren Lebensraum
- ✓ In manchen Gebieten des Kaisers kann man die Balzrufe von Birk- und Auerhähnen hören
- ✓ Über der Waldgrenze sind Schneehühner zuhause, auch Steinhühner kommen wieder vor
- ✓ Stark gefährdete Arten wie der Wanderfalke und Gartenbaumläufer leben hier ebenfalls
- ✓ Kammolche und Gelbbauchunken konnten sich dank umfangreicher Artenschutzprojekte wieder vermehren



- ✓ Das Kaisergebirge ist auch ein Rückzugsgebiet für Säugetiere aller Art wie zum Beispiel für Rötelmaus, Siebenschläfer, Hermelin, Schneehase, Gämse, Reh und Hirsch



- ✓ Bei den Amphibien ist bemerkenswert, dass sowohl der Feuersalamander als auch der Alpensalamander parallel im Kaisergebirge vorkommen



- ✓ Empfindliche Orchideen wie Gelber Frauenschuh, Weißes und Rotes Waldvögelein, diverse Knabenkrautarten, Waldhyazinthe und Sumpf-Stängelwurz
- ✓ Üppige Bestände der Christrose (Schneerose) und Aurikel (Platenig) sind eine Besonderheit
- ✓ Seltene Pflanzen, wie die Zwerg-Alpenrose oder Bursers Steinbrech genießen den Schutz und verbreiten sich gut



- ✓ Eine Besonderheit unter den wirbellosen Tieren ist der Smaragdgrüne Regenwurm (*Allolobophora smaragdina*), welcher im Kaisergebirge seine westliche Verbreitungsgrenze erreicht. Es durchläuft während seiner Entwicklung einen Farbwechsel von Rosarot zu Violett bis hin zu einer bunten Übergangsfärbung. Erst im erwachsenen Zustand nach zirka zwei bis drei Jahren bildet sich die charakteristische smaragdgrüne Färbung aus. Der Regenwurm ernährt sich von Totholz und kann zum Beispiel im Gebiet rund um das Hans-Berger-Haus und Anton-Karg-Haus bestaunt werden



- ✓ Auch Schlangen gibt es im Kaisertal – nur sind sie sehr selten zu bestaunen, da sie extrem scheu sind. Hierbei handelt es sich entweder um die wärmeliebende Schlingnatter oder die Kreuzotter, welche leicht verwechselt werden können
- ✓ Kreuzottern kommen zusätzlich noch in den Farbvarianten Schwarz (Höllentotter) und Kupferrot (Kupferotter) vor

KUltura-Highlights

im Sommer / Herbst

Tiroler Festspiele Erl

Auf dem Programm des nunmehr 20. Festspielsommers im Jubiläumsjahr 2017 stehen Opern von Rossini, Mozart und Wagner, große Konzerte mit Werken von Beethoven und Rachmaninov sowie eine erlesene Auswahl an Kammermusikkonzerten und Specials. Die Tiroler Festspiele Erl vereinen Kontraste. 2017 steht, wie von Wagner vorgesehen, an vier aufeinanderfolgenden Tagen der Ring auf dem Programm.

- ✓ 6. bis 30. Juli 2017
- ✓ Der Ring des Nibelungen, 13. bis 16. Juli 2017

CONCORDIA Sozialprojekte

18. Juni 2017, 11 Uhr, Festspielhaus Erl

Academia Vocalis, 10. Juli bis 27. August

Sängerinnen und Sängern aller Sparten wird die Möglichkeit gegeben, bei Weltstars wertvolle Hinweise für ihre künstlerische Entwicklung zu erhalten, gleichgültig ob sie in Ausbildung, kurz vor oder im Engagement stehen. Bei den jeweiligen Abschlusskonzerten präsentieren Künstler ihr Erlerntes in und rund um die Orte des Kufsteinerlandes.

Konzerte Kufsteinerland:

- ✓ 15. und 27. August 2017 – Hotel Panorama Royal / Bad Häring

OperettenSommer Kufstein 28. Juli bis 13. August

Das historische Gemäuer ringsum, der Weitblick von oben und die Festungsstadt zu Füßen. Der grüne Inn und die Tiroler Bergwelt als Naturkulisse. Und über allem klingt Musik.

Auf der Bühne etablierte Stars der Wiener Volksoper gemeinsam mit begabten Nachwuchskünstlern. Ballett und Solisten. Eine Gesamtkombination, die diesen speziellen Reiz der Inszenierung des OperettenSommers Kufstein ausmacht. Bereits vor zehn Jahren erwachte der OperettenSommer auf der Festung Kufstein weitgehend wetterfest überdacht zum Leben, wurde zum beliebten und erfolgreichen Bestandteil des Tiroler Kulturkalenders.

- ✓ Vom 28. Juli bis zum 13. August 2017 steht in diesem Jahr mit Johann Strauss' „Der Zigeunerbaron“ eine weitere weltbekannte Operette auf dem Spielplan.

Event-Highlights

Mai - Oktober 2017

MAI

✓ Glück.Tage - Kufsteinerland im Glück 24. bis 28. Mai

Der Name ist Programm! Vorträge, Lesungen und Workshops aus den Bereichen Philosophie, Psychologie, Ethik und Naturwissenschaft zum Thema „Glück“.

JUNI

✓ Ritterfest Kufstein 2. bis 5. Juni

Das Mittelalterspektakel auf der Festung

✓ Kufstein Unlimited 9. bis 11. Juni

Das größte Rock- und Pop Festival Westösterreichs

✓ Kaiserfest Kufstein 24. Juni

Das wohl traditionellste Stadtfest im Herzen Kufsteins

JULI

✓ Weinfest Kufstein 14. und 15. Juli

Winzer aus Österreich und Italien präsentieren ihre edlen Tropfen und kulinarisch passende Köstlichkeiten in sommerlicher Ambiente des Stadtparks

✓ Seefest Thiersee 28. und 29. Juli

Ein Volksfest am Ufer des Sees mit Musik und Unterhaltung für die ganze Familie

✓ TT-Wandercup in Thiersee 30. Juli

Wanderveranstaltung für jedermann mit einer Familien- und Expertenrunde

AUGUST

✓ Blumenkorso Ebbs & Hansi Hinterseer 24. bis 27. August

Tausende Blumen rücken auch heuer wieder in den Mittelpunkt der Ebbser Gemeinde und das ganze Kufsteinerland blüht auf. Mit dem großen Hansi Hinterseer Open Air Konzert am Hödnerhof am Samstagabend wird der Höhepunkt mit dem traditionellen Umzug am Sonntag eingeleitet.

Floraler Kunstgenuss und musikalischer Ohrenschmaus zugleich – ein buntes Programm erwartet die Besucher.

SEPTEMBER

✓ Almadriebe 16. September bis 14. Oktober

Lautes Glockengeläute, eine bunte Blumenpracht als Kopfschmuck der Tiere, regionale Köstlichkeiten und ein vielfältiges Musikprogramm – die Almadriebe läuten uns den Herbst von seiner schönsten Seite ein.

✓ 16. und 30. September Almadtrieb Thiersee

✓ 23. September Almadtrieb Kufstein

✓ Haflinger Stutfohlen Auktionswochenende 29. September bis 1. Oktober

Fohlenhof Ebbs

OKTOBER

✓ Herbst - Genussstag Kufstein 3. Oktober

Jährlich zum Tag der Deutschen Einheit verwandelt sich der Marktplatz rund um den „Fischergries“ im Zentrum der Stadt zum Festplatz. An zahlreichen Marktständen werden Köstlichkeiten angeboten sowie Kunst- und Handwerksgegenstände angeboten. Ein unterhaltsames Programm für die kleinen Besucher und volkstümliche Livemusik runden das Programm zum Feiertag ab.

✓ Haflinger Hengstalmadtrieb Ebbs 14. Oktober

Blonde Schönheiten und kraftvolle Eleganz. Kulinarische Schmankerl und Musik. Tradition trifft Anmut. Die Junghengste verzaubern auf ihrem Weg von der Alm in ihr Winterquartier am Welthaflingerzentrum, dem Fohlenhof Ebbs. Köstlichkeiten aus der Region erfreuen den Gaumen, machen die Heimkehr der jungen Wilden zu einem Fest in dem malerischen Ort am Fuße des Zahmen Kaisers.

✓ Leonhardiritt Thiersee 22. Oktober

Ein Fest der Pferde, organisiert vom Norikerzuchtverband Thiersee, welches mit einem feierlichen Umzug von geschmückten Pferden, Gespannen und Kutschen von Mitterland nach Hinterthiersee eröffnet wird.

KUlinaria Genuss verbindet

11. bis 14. Mai

Der Duft von Curry weht über den Platz. Der Grill brutzelt. Schokolade, die schon beim Anschauen den Gaumen verzaubert. Kulinarische Genüsse für alle Geschmäcker vor der Kulisse des grünen Inns und der Tiroler Bergwelt des Kufsteinerlandes. Genießer. Feinschmecker. Hobby-Köche. Gourmets. Ein Genuss der verbindet, mit ungewöhnlichen kulinarischen Erfahrungen überrascht. KULinaria in der Festungsstadt.

Mit dem Street Food Market Austria verbindet das Kufsteinerland regionale Schmankerl mit Köstlichkeiten aus aller Welt. Der Fischergräs in Kufstein wird zum Genusseldorado. 3.000 Quadratmeter Kulinarik vom Feinsten. Flanieren Sie über den idyllischen Platz direkt am grünen Inn. Erleben Sie an den Ständen neue Gaumenfreuden, fremdländische Gerüche, herzhaftes Erlebnisse und süße Verführungen.



Donnerstag, 11. Mai 2017

Food Art Performance
mit Tainá Guedes



Samstag, 13. Mai 2017

Food Styling & Fotografie Workshop
mit Food Bloggerin Eva Fischer

Natur.Küche Kufsteinerland

5. Mai bis 6. Oktober

Gastronomen des Kufsteinerlandes überraschen von Mai bis Oktober einmal im Monat an ungewöhnlichen Plätzen mit außergewöhnlichen, kulinarischen Köstlichkeiten. Ein besonderes Dinner gezaubert aus regionalen Produkten, viel Herzblut und Heimatverbundenheit im Tor zu den Tiroler Alpen.

- ✓ 5. Mai: Mai.Küche Ebbs
- ✓ 9. Juni: See.Küche Thiersee
- ✓ 7. Juli: Garten.Küche Kufstein
- ✓ 4. August: Kaiser.Küche Niederndorf
- ✓ 1. September: Wald.Küche Erl
- ✓ 6. Oktober: Xund.Küche Bad Häring

Vorschau Dezember: Advent.Küche Kufstein

FÜHLEN WIE AUF WOLKE SIEBEN



VOM GUTEN DAS BESTE

Sie träumen von einer erholsamen Auszeit? Spüren Sie großes Wohlgefühl in unserem Vier Sterne Superior Gesundheitsresort. Freuen Sie sich auf den großzügigen Komfort in unseren Zimmern und Suiten, wohltuende Therapien sowie den Reichtum der umliegenden Natur.

Unsere Inklusivleistungen: Halbpension mit Frühstücksbuffet und 5-Gänge-Wahlmenü am Abend | kostenlose Teilnahme am Vital- und Aktivprogramm | Spa-Bereich mit Sauna- und Badelandschaft mit ganzjährig beheiztem Außenbecken | uvm.

ab € **89,-**

inkl. Halbpension
und unseren
Inklusivleistungen

Preis pro Nacht/Person; zzgl. Ortstaxe
Gültig im Jahr 2017.