

Vielfältiges Programm zum Thema Wald für eine erholsame Auszeit im Sommer 2020 Naturpark Kaunergrat: Raus in den Wald

Von artenreichen Sonnenhängen bis zur faszinierenden Welt des Kaunertalers und Pitztaler Gletschers: Der vielfältige Naturpark Kaunergrat mit seinen sechs Schutzgebieten ist von 84 Dreitausendern gekrönt, rund tausend Steinböcke leben hier. Im Sommer können auf einem gut ausgebauten Wegenetz beeindruckende Ausblicke erwandert werden. Der Naturpark Kaunergrat beherbergt in seinen naturnahen Wäldern nahezu alle in Tirol vorkommenden Baumarten. Deren heilende Terpene fluten diese Wälder und erreichen in den Monaten Juni bis August ihr Maximum. Also nichts wie raus in diese einzigartigen therapeutischen Lebensräume. Etliche Partnerbetriebe des Naturparks im Pitztal schnüren für ihre Gäste dazu auch spezielle Wald-Angebote.

Naturpark Kaunergrat (Pitztal-Fließ-Kaunertal), 2. Juni 2020 Längst ist wissenschaftlich belegt, dass ein Aufenthalt im Wald gleich mehrere gesundheitliche Vorteile mit sich bringt. Waldluft enthält 90 Prozent weniger Staubpartikel als Stadtluft. Ein Aufenthalt im Wald hilft bei der Stressbewältigung, stärkt das Immunsystem und hebt die Stimmung. In Japan etwa gilt das Prinzip des Shinrin Yoku, übersetzt "heilsames Waldbaden", als Medizin. Drei der in den Wäldern des Kaunergrats vorkommenden Baumarten weisen den höchsten Gehalt an ätherischen Ölen und Terpenen überhaupt auf: die Weißkiefer, die Lärche und die Zirbe. Sie machen das Waldbad im Naturpark noch wirkungsvoller als in den Niederungen.

Von Anfang Juni bis Anfang Oktober bietet der Naturpark Kaunergrat Interessierten Einheimischen und Gästen an zahlreichen Terminen ein vielfältiges Programm zum Thema «Lebensraum Wald». Bei einer vierstündigen Tour unter dem Titel „**Kraftquelle Natur**“ unternehmen Teilnehmer ein entspanntes Waldbad etwa im abgeschiedenen Hochtal des Verpeil und erhalten dabei wertvolle Tipps zur Stressbewältigung im Alltag. Die kostbaren Produkte für das tägliche Leben der Menschen, die der Wald neben dem Holz seit jeher liefert, stehen im Zentrum der Wanderung „**Die wohltuenden Schätze des Waldes**“. Hier erfährt man so einiges über entzündungshemmende Wundsalben, intensiv duftendes Räucherwerk und schmackhafte Gewürze. Kinder können den Wald in Begleitung eines erfahrenen Wildnispädagogen erleben. Spielerisch lernen sie bei der Tour „**Waldkinder - auf der Suche nach dem Abenteuer**“, wie man aus herumliegenden Ästen ein Nachtlager baut, mit dem Bogendrill ein Feuer entfacht oder lustig klingende Instrumente fertigt.

Meditation und Massage am Kraftplatz im Wald, Zirbengelee für zu Hause

Einige Naturpark-Partnerbetriebe im Pitztal setzen in den kommenden Monaten Schwerpunkte zum Thema Wald für ihre Gäste. So wird es im Alpina Wellness & Nature in Wensn jeden Mittwochabend ein spezielles Naturpark Menü geben, bei dem Zutaten aus dem Wald eine entscheidende Rolle spielen. Das Verwöhnhotel Wildspitze in Mandarfen bietet neben eigenen Terminen zum Waldbaden Behandlungen mit Pflegeprodukten der aus dem Pitztal stammenden Marke „Alpienne“ an, die regionale Inhaltsstoffe wie Zirbe und Honig verwendet. Einen eigenen Kraftplatz im Wald hat das Haus Gletscherblick in St. Leonhard. An diesem werden Meditationen und Massagen angeboten. Das Haus selbst widmet jeden Tag einer anderen heimischen Baumart. Das Biohotel Stillebach (St. Leonhard) wiederum bietet ein Menü unter dem Motto „Wie unser Wald schmeckt“ und schenkt seinen Gästen selbstgemachtes Zirbengelee für zu Hause. Darüber hinaus bieten Hotels Empfehlungen für besondere Waldplätze, kostenlose Waldbaden-Literatur sowie individuelle Einführungsgespräche.

NATURPARK KAUNERGRAT
PITZTAL - FLIESS - KAUNERTAL

Gachenblick 100 // 6521 Fließ // Österreich
T: +43 (0) 54 49 / 63 04 // F: +43 (0) 54 49 / 63 08
naturpark@kaunergrat.at // www.kaunergrat.at

Bankverbindung: Raiffeisenbank Oberland
IBAN AT36 3635 9000 0141 4598 // BIC RZTIAT 22359

Alle Termine sowie ausführliche Informationen zu allen Waldveranstaltungen von Juni bis September 2020 [hier](#). Anmeldungen: +43 5449 6304 (bis 17 Uhr des Vortages); naturpark@kaunergrat.at

Über den Naturpark Kaunergrat

Der Naturpark Kaunergrat wurde vor 22 Jahren auf Eigeninitiative aus der Region ins Leben gerufen. Der Naturpark umfasst insgesamt neun Naturparkgemeinden und ist geprägt durch die Hochgebirgslandschaft der Öztaler Alpen. Die schonende Inwertsetzung der eindrucksvollen Natur- und Kulturlandschaft rund um den Kaunergrat ist seit jeher die Leitlinie allen Handelns.

Der Naturpark Kaunergrat und seine Partnerhotels fühlen sich dem Schutz und Erhalt des einzigartigen Bergökosystems besonders verbunden. Dabei spielt Regionalität und eine klimaschonende Mobilität eine wichtige Rolle. Tipps und Empfehlungen für die grüne An- und Abreise gibt es unter www.kaunergrat.at, aktuelle Reiseinformationen einschließlich Hotelshuttles erhalten Gäste direkt in den jeweiligen Partnerbetrieben.

Der Naturpark sieht sich den Zielen der Agenda 2030 für nachhaltige Entwicklung verpflichtet und versucht in der täglichen Arbeit die wirtschaftliche, soziale und ökologische Entwicklung der Region so zu gestalten, dass die vorhandenen Ressourcen erhalten und neue Kompetenzen geschaffen werden. Das Netzwerk-Naturpark Kaunergrat mit seinen zehn Naturparkhotels soll konsequent ausgebaut und qualitativ weiterentwickelt werden – ganz im Sinne der von den Vereinten Nationen definierten Sustainable Development Goals (SDGs). Der Fokus liegt dabei auf den SDGs: #15 Bergökosysteme/Biologische Vielfalt erhalten & schützen; #8 Nachhaltigen Tourismus, lokale LW/Produzenten fördern #13, #7 Klima schützen und Erneuerbare Energien ausbauen; #3 Gesundheit & Wohlbefinden für Alle; #10 Weniger Ungleichheiten durch Barrierefreiheit; #17 Partnerschaften zur Erreichung der Ziele.

Weitere Informationen unter www.kaunergrat.at, www.alpina-pitztal.at, www.gletscherblick.at, www.stillebach.at, www.hotel-wildspitze.com, www.pitztal.at,

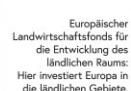
NATURPARK KAUNERGRAT

DI Dr. Ernst Partl
Gachenblick 100
6521 Fließ
Tirol, Österreich
T. +43 (0) 5449 6304

Rückfragehinweis:

PrimCom
Doris Trinker
T. +43 1 522 26 34-11
M. d.trinker@primcom.com

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union



NATURPARK KAUNERGRAT
PITZTAL - FLIESS - KAUNERTAL

Gachenblick 100 // 6521 Fließ // Österreich
T: +43 (0) 54 49 / 63 04 // F: +43 (0) 54 49 / 63 08
naturpark@kaunergrat.at // www.kaunergrat.at

Bankverbindung: Raiffeisenbank Oberland
IBAN AT36 3635 9000 0141 4598 // BIC RZTIAT 22359