WANDERN MIT EINKEHR
Kulinarische Hütten am Hochplateau

GEMEINSAM UNTERWEGS
Weitwandern mit der Familie

WOHLFÜHLMOMENTE
Banja: ein Ritual für alle Sinne

SOMMER 2025 €6,-

zeit.los

ECHT EINZIGARTIG: **GESCHICHTEN VON TIROLS HOCHPLATEAU AUF 1.200 METERN.**

COLMAR
MAX&Co.
LACOSTE
Müller
NAPAPIJRI
SPORTALM KITZBÜHEL
BUTLERS
odlo
ecco Gabor
RITUALS...
CALZEDONIA
name it
MANGO
BETTY BARCLAY
appelt JUWELEN
FASHION, FOOD & LIFESTYLE IM HERZEN VON INNSBRUCK!
SO EINFACH GEHT INNSBRUCK:
SIE PARKEN BEQUEM IM ZENTRUM IN DER RATHAUSGARAGE.
IN DEN RATHAUSGALERIEN KÖNNEN SIE DANN BEI JEDEM
WETTER DIE NEUE MODE ENTDECKEN ODER EINE VIELFALT
AN RESTAURANTS, BARS UND CAFÉS GENIESSEN.
INNSBRUCK MADE EASY:
PARK CONVENIENTLY IN THE CITY CENTRE AT THE
RATHAUSGARAGE. AT THE RATHAUSGALERIEN YOU CAN
DISCOVER THE LATEST FASHION OR ENJOY A WIDE VARIETY
OF RESTAURANTS, BARS AND CAFÉS.
RATHAUS GALERIEN
MARIA-THERESIEN-STRASSE · INNSBRUCK
WWW.RATHAUSGALERIEN.AT · RATHAUSGALERIEN

FR. 12:00 – SO. 24:00 UHR
3 STUNDEN
1/2 PREIS
PARKEN!

Samsonite

intimissimi UOMO

LÄDERACH SWITZERLAND

MORAWA Agentur EGGER

högl

RLB

daniel's haare

lichtblick

sehen! wutscher

360°

THAI-LI-BA ASIATISCHES RESTAURANT

Gösser's

LA HABANA WINE · RUM · DRINKS

MAGISTRAT

Der Bäcker Ruetz

HALLO SOMMER!

In der Region Seefeld – Tirols Hochplateau auf 1.200 Metern präsentiert sich der Sommer von seiner schönsten Seite und lädt zum Genießen und Entdecken ein.

Für viele ist der Sommer die schönste Zeit des Jahres. Die Sonne strahlt vom tiefblauen Himmel, ihre Wärme füllt die Luft mit purer Lebensfreude. Der Sommer ist die Zeit des Entdeckens und Zusammenseins. Die Natur zeigt sich von ihrer prächtigsten Seite und das Leben scheint sich mit einer Leichtigkeit zu entfalten, die ein Lächeln aufs Gesicht zaubert.

In dieser Ausgabe des zeit.los Magazines zeigen wir Ihnen wieder die schönsten Seiten des Sommers. Die Region Seefeld lädt dabei geradezu ein, das Draußen mit offenen Armen zu empfangen. Wir schnüren die Wanderschuhe und begeben uns auf einen Streifzug zu den schönsten Plätzen des Hochplateaus – beim dreitägigen Weitwandern mit der ganzen Familie, von Hofladen zu Hofladen in Leutasch oder zu urigen Hütten, die in der gesamten Region mit feiner Kulinarik locken. Mitten im Herzen des Karwendels etwa liegt die Halleranger Alm, auf der Wirt Horst Schallhart Wunderbares vom Wild aus der eigenen Jagd serviert. Kaum wo schmeckt das Hirschgulasch besser als hier. Um zur Hütte zu gelangen, bietet sich eine abwechslungsreiche Bike-&-Hike-Tour an, bei der man den ersten Teil mit dem Rad zurücklegt und dann zu Fuß weitergeht. Diese Kombination führt in der Region auch zu zahlreichen anderen (Gipfel-) Zielen.

Mit Lorenz Maria Griesser hat auch Scharnitz ein neues kulinarisches Highlight bekommen, das weit über die Region hinausstrahlt. In seinem „LORENZ in der Alten Mühle" kocht er wunderbar kreativ, bodenständig und gleichzeitig weltoffen. Am exklusiven Chef's Table sitzt man direkt in der Küche. Das Restaurant liegt übrigens nur fünf Autominuten von Andreas und Diana Weiß entfernt, die mit ihrem Banja Tirol eine ganz besondere Wohlfühloase geschaffen haben. Beides zusammen ist die perfekte Wohlfühl-Verbindung.

Wir wünschen Ihnen eine unvergessliche Zeit auf Tirols Hochplateau – voller Erlebnisse und bleibender Momente. Lassen Sie die Sonne ins Leben!

Ihre zeit.los-Redaktion

HELLO SUMMER!

The Region Seefeld – Tirols Hochplateau at 1,200 metres above sea level showcases summer at its best and invites you to enjoy and explore the area.

In summer the nature shows itself at its most magnificent, and life seems to unfold with such ease that it brings a smile to everyone's face In this issue of zeit.los magazine, you can once again discover the most beautiful aspects of summer. The Region Seefeld invites you to embrace the outdoors with open arms. So, lace up your walking boots and join us on a journey to the most beautiful spots on the high plateau – on a three-day long-distance hike with the whole family, from farm shop to farm shop in Leutasch or to rustic huts throughout the region offering fine cuisine. The Halleranger Alm is situated in the heart of the Karwendel mountains, where landlord Horst Schallhart serves wonderful dishes with game from his own hunt. To get to the hut, you can take a variety-packed bike and hike tour, covering the first part by bike and then continuing on foot.

Scharnitz has also gained a new culinary highlight with Lorenz Maria Grießer, whose reputation extends far beyond the region. He cooks wonderfully creative, down-to-earth and cosmopolitan dishes at his restaurant "LORENZ in the Alte Mühle". Incidentally, the restaurant is only a five-minute drive away from Andreas and Diana Weiß, who have created a very special oasis of well-being with their Banja Tirol. Together, the two make the perfect feel-good combination.

We wish you an unforgettable time on Tirols Hochplateau.

IMPRESSUM // IMPRINT

ZEIT.LOS – DAS MAGAZIN FÜR DIE REGION SEEFELD

ERSCHEINUNGSWEISE: 2 x jährlich • AUFLAGE: 35.000 Stück • MEDIENINHABER, VERLEGER UND HERAUSGEBER: eco.nova corporate publishing KG • GESCHÄFTSFÜHRUNG: Mag. Sandra Nardin, Christoph Loreck • REDAKTION: Marina Bernardi • LAYOUT: Conny Wechselberger • ANZEIGEN: Matteo Loreck (m.loreck@econova.at) • FOTOS: wenn nicht anders angegeben Region Seefeld • COVERFOTO: TVB Seefeld • DRUCK: Radin-Berger-Print GmbH • REDAKTION & ANZEIGENANNAHME: eco.nova corporate publishing KG, Hunoldstraße 20, 6020 Innsbruck, Tel.: 0512/290088, E-Mail: office@econova.at

Seefeld
TIROLS HOCHPLATEAU

MEIN KAUFHAUS

IM HERZEN VON INNSBRUCK SEIT 2010

K&O KASTNER & OHLER
STARBUCKS
INTERSPORT OKAY
PeakPerformance
ZUSHIMARKET PLUS
McSHARK
G-STAR RAW
COS
NESPRESSO

EIN PLATEAU. FÜNF GEMEINDEN. DAS MAGAZIN.

FREIZEIT

08_Genuss mit Aussicht
Auf Tirols Hochplateau, wo sich die Welt etwas langsamer dreht, beginnt jede Wanderung mit einem tiefen Atemzug – und der Vorfreude auf eine entspannte Einkehr.

16_Kulinarik-Wandern
Regionale Produkte sind Geschmack mit Geschichte. Auf der Leutascher Hofladenrunde kommt man an neun Direktvermarktern vorbei.

24_Gemeinsam unterwegs
Die Leutascher 3-Tages-Hüttenwanderung ist eine fabelhafte Möglichkeit, das gemeinsame Weitwandern mit der ganzen Familie für sich zu entdecken.

32_Einfach schön
Im Herzen des Karwendelgebirges liegt sie wie ein kleines Paradies – die Halleranger Alm. Auf 1.774 Metern öffnet sich hier eine ganz eigene Welt.

40_Sommererlebnisse
Eine Gästekarte. Echt viele Erlebnisse.

REGIONAL

48_Wohlfühlzeit
Das Banja-Ritual ist eine traditionelle Saunazeremonie, die einerseits der körperlichen Reinigung dient und gleichzeitig den Geist zur Ruhe kommen lässt. Zu erleben in Scharnitz.

54_Kulinarische Überraschung
Seit Anfang des Jahres kocht Lorenz Maria Grießer in seinem „LORENZ in der Alten Mühle“ in Scharnitz: kreativ, alpin mit asiatischen Akzenten, bodenständig und weltoffen.

60_Lebendige Fussgängerzone
Seefeld hat eine der ältesten Fußgängerzonen in Tirol und präsentiert sich mondän, offen und barrierefrei.

EVENTS

64_Veranstaltungshighlights im Sommer
Sportlich, kulturell und immer unterhaltsam: das Sommerprogamm in der Region Seefeld.

66_Tirol für zuhause

Alle Events und Infos finden Sie unter
WWW.SEEFELD.COM

LEISURE

08_Enjoyment with a view
Here where the clock ticks a little more slowly, every hike begins with a deep breath and the prospect of a relaxing stop for refreshments.

16_Culinary hike
Regional products are flavours with a history. The Leutasch farm shop tour takes you past nine directly marketed producers.

24_Out and about together
The Leutasch three-day hut hike is a fabulous opportunity to discover long-distance hiking with the whole family.

32_Simply beautiful
The Halleranger Alm is located in the heart of the Karwendel mountains, a little paradise where a whole new world opens up at an altitude of 1,774 metres.

40_Summer experiences
One guest card. A real variety of experiences.

REGIONAL

48_Spoil yourself
The Banja ritual is a traditional sauna ceremony that cleanses the body while calming the mind. Experience it in Scharnitz.

54_Culinary surprise
Lorenz Maria Grießer has been cooking at his restaurant “LORENZ in the Alte Mühle” in Scharnitz since the beginning of the year: creative, alpine with Asian accents, down-to-earth and cosmopolitan.

60_Lively pedestrian area
Seefeld has one of the oldest pedestrian areas in the Tyrol and comes across as sophisticated, open and accessible.

EVENTS

64_Summer event highlights
Sporting, cultural and always entertaining: the summer programme in the Seefeld region.

66_ Tyrol to take home with you

ALL YOU CAN MIX!

SILLPARK
Das Leben ist ein Mix

+ Einfach und bequem erreichbar
+ Einziges Shoppingcenter mit angrenzendem Park
+ Seit 1990 Öko-Strom vom eigenen Sillkraftwerk
+ TÜV-zertifiziertes Hygienemanagement
+ 50+ top Shops und Gastronomie
+ Exklusiv im SILLPARK: Primark, Peek & Cloppenburg, New Yorker uvm.
+ Stadtrad-Verleih & E-Bike-Ladestation

+ Easily and comfortably accessible
+ Only shopping center with adjoining park
+ Eco-power since 1990 from our own power station
+ TÜV-certified hygiene management
+ 50+ top shops and gastronomy
+ Exclusive at the SILLPARK: Primark, Peek & Cloppenburg, New Yorker etc.
+ City bike rental & e-bike-charging station

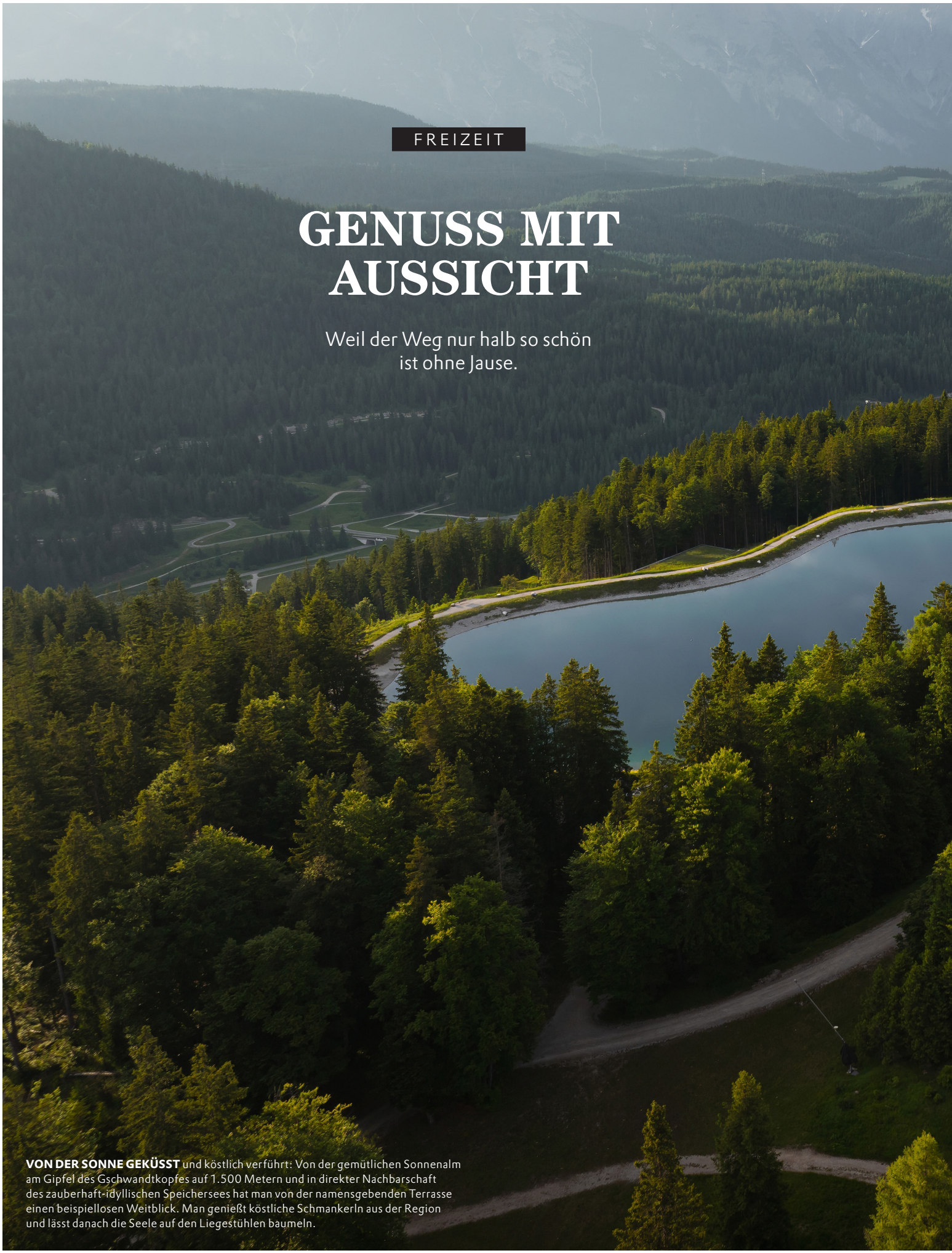
P
1,5 h GRATIS

INTERSPAR PRIMARK® Peek&Cloppenburg

FREIZEIT

GENUSS MIT AUSSICHT

Weil der Weg nur halb so schön ist ohne Jause.



VON DER SONNE GEKÜSST und köstlich verführt: Von der gemütlichen Sonnenalm am Gipfel des Gschwandtkopfes auf 1.500 Metern und in direkter Nachbarschaft des zauberhaft-idyllischen Speichersees hat man von der namensgebenden Terrasse einen beispiellosen Weitblick. Man genießt köstliche Schmankerln aus der Region und lässt danach die Seele auf den Liegestühlen baumeln.

kaiserkopf
HÜTTE

DAS ZIEL IST NICHT IMMER GANZ OBEN. MANCHMAL IST ES EINFACH MITTENDRIN.

Nicht immer muss es der höchste Gipfel sein. In der Region Seefeld – Tirols Hochplateau zählt oft etwas anderes: das Gehen an sich. Der Weg, das Innehalten, das Durchatmen. Die Sonne im Gesicht, der Wind im Haar, das leise Plätschern eines Baches. Hier oben, wo sich die Welt etwas langsamer dreht, beginnt jede Wanderung mit einem tiefen Atemzug – und der Vorfreude auf eine entspannte Einkehr. Denn was wären all die Höhenmeter ohne eine ordentliche Hüttenjause? Ohne ein kühles Getränk auf der Sonnenterrasse, mit Blick über Almwiesen, Wälder und Berge, die so fern wirken und doch so nah sind.

Wandern in der Region Seefeld ist kein Wettlauf, sondern lässt sich hier auf ganz neue Weise entdecken. Nicht als sportliche Herausforderung, sondern als Einladung zur Entschleunigung. Zum Draußensein. Es sind Wanderungen, die nicht den Gipfelsieg feiern, sie zelebrieren die Gemütlichkeit. Die Natur zeigt sich still und großzügig, und der Alltag bleibt irgendwo unten im Tal. Wer hier unterwegs ist, geht nicht, um anzukommen, sondern um zu genießen.

Und dann – fast wie von selbst – kommt der Moment, auf den man sich insgeheim von Anfang an gefreut hat: die Einkehr. Eine Hütte taucht auf, wie ein Versprechen. Aus Holz gebaut, von der Sonne gegerbt, einladend, echt – mit knarzenden Holzbänken, freundlichen Wirtsleuten und dem Duft von Kaspressknödeln in der Luft. Dann weiß man: Man ist genau richtig. Wandern mit Einkehr, das ist kein Kompromiss, sondern die Königsklasse des Genusses. Hier wird gerastet, nicht weil man muss, sondern weil man will. Weil das Panorama besser schmeckt, wenn man es mit einem Glas Hollersaft, einem erfrischenden Radler oder einer zünftigen Brettljause vor sich hat.

Natürlich gibt es sie in der Region Seefeld, die herausfordernden Gipfeltouren, auf denen man die Schönheit der Berge auf besonders einprägsame Weise erlebt und wo ein erfolgreicher Aufstieg mit einem atemberaubenden Bergpanorama und dem einzigartigen Gefühl, es geschafft zu haben, belohnt. Es geht aber auch anders. Und das ist nicht minder schön. Eine kurze Wanderung samt Einkehr in einer charmanten Almhütte kann die

WUNDERBAR WANDERN IN DER LEUTASCH: Die Wanderung zur Katzenkopfhütte, gelegen am kleinen Katzenkopf auf 1.360 Metern, oder der Gaistalalm im gleichnamigen, weitläufigen Tal sind familientauglich und abwechslungsreich. Ihr Wesen ist grundverschieden – der Katzenkopf actionge-laden, das Gaistal pure Idylle –, doch beide sind sie wahre Sommerparadiese. Man kann sich beide zu Fuß erwandern oder mit dem (E-)Bike angeradelt kommen. Wer mag, geht von der Gaistal- noch weiter zur Tillfussalm.

WANDER-FACTS

Rundwanderung Wildmoos & Lottenseehütte
Dauer: ca. 2,5 Stunden für die ganze Runde
Strecke: 7,1 km / 250 Hm
Highlights: Möserer See, Lottensee, Wildmoos
Einkehrmöglichkeiten: Möserer Seestub'n, Lottenseehütte

Rundwanderung zur Bodenalm & Triendlsäge
Dauer: ca. 2,5 Stunden für die ganze Runde
Strecke: 8,4 km / 180 Hm
Highlights: Bodenalm, Triendlsäge, regionale Gaumenfreuden
Einkehrmöglichkeiten: Bodenalm, Triendlsäge

Wanderung zur Gaistalalm & Tillfussalm
Dauer: ca. 3 Stunden
Strecke: 9,7 km / 229 Hm
Highlights: beide Almen und das Gaistal generell
Einkehrmöglichkeiten: Gaistalalm, Tillfussalm

Wanderung zur Katzenkopfhütte
Dauer: ca. 2 Stunden
Strecke: 5,2 km / 243 Hm
Highlights: Bikepark, Discgolf, Katzen-kopfhütte
Einkehrmöglichkeit: Katzenkopfhütte

Rundwanderung um den Gschwandtkopf
Dauer: ca. 3,5 Stunden
Strecke: 10,3 km / 226 Hm bergauf, 220 Hm bergab
Highlights: Fußgänger-zone, Seekirchl, WM-Arena, Wildsee
Einkehrmöglichkeiten: Sportalm, Sonnenalm

Hier geht's zum Blog-eintrag samt Links zu den einzelnen Wanderungen:

TOPFEN-GRIESS-SCHMARRN

Zutaten Schmarrn:
2 Eier, 2 EL Zucker, Vanillepaste, Zitronenzesten, 50 ml Sahne, 20 g Grieß, 200 g Topfen (Quark), 1 EL Stärkemehl, 1 TL Backpulver, 1 Prise Salz, 3 EL Butter, Staubzucker

Zutaten Heidelbeerragout:
400 g Moosbeeren (Heidelbeeren), 2 EL Zucker, etwas Zitronenabtrieb, 1 TL Vanillepaste, 20 ml Rum (alternativ Amaretto), 2 TL Vanillepuddingpulver

Zubereitung Ragout:
Heidelbeeren mit Zucker, Zitronenabrieb, etwas Vanillepaste und der Hälfte vom Rum kurz aufkochen lassen. Dann den Rest des Rums mit dem Vanillepuddingpulver verrühren. Mit dem Puddingpulver nun die Heidelbeermischung abbinden.

Zubereitung Schmarrn:
Das Backrohr auf 180 °C Heißluft vorheizen.

Den Grieß und die Sahne mischen und etwas quellen lassen. In der Zwischenzeit die Eier trennen und das Eiklar mit der Hälfte des Zuckers steif schlagen. Die Eidotter mit dem restlichen Zucker cremig aufschlagen. Die Vanillepaste und Zitronenzesten dazugeben.

Nun den Topfen (Quark), Stärkemehl, Backpulver und Salz mit der Grieß-Sahne-Mischung vermengen und in die Dottercreme einrühren. Vorsichtig den Eischnee unterheben.

Die Butter in einer Pfanne schmelzen und die Hitze dabei nicht zu stark aufdrehen. Die Topfenmasse hineingeben und bei mittlerer Hitze anbacken. Die Pfanne auf einem Gitter in das Backrohr geben, circa 5 bis 10 Minuten backen. Anschließend die Pfanne herausnehmen, den Schmarrn nochmals in der Pfanne wenden und auch die andere Seite goldbraun backen.

Den fertigen Schmarrn zerreißen, Staubzucker darüberstreuen und mit dem Heidelbeerragout anrichten.

Nervenenden genauso zum Tanzen bringen. Die Rundwanderung durchs Naturparadies Wildmoos etwa, die am Möserer See beginnt, einem der wohl schönsten Fleckchen des ganzen Hochplateaus. Schon hier kann man sich in der Seestub'n für die Wanderung stärken, bevor es weitergeht zum Lotten- und Wildmoossee. Beide sind aperiodische Seen, also nicht immer da, so ist eine Wanderung dort immer wieder neu und überraschend. Die Lottenseehütte steht jedoch immer an ihrem Platz und freut sich auf Gäste. Echtes Almfeeling versprüht auch die Rundwanderung zur Bodenalm, in die man direkt vom Bahnhof Seefeld aus startet. Die entspannte Runde bietet gleich zwei geniale Einkehrmöglichkeiten. Auf der Bodenalm wird eine bodenständige Küche serviert, die viel Wert auf Regionalität legt. Die Karte ist klein, dennoch ist für jeden etwas dabei. Und der Kaiserschmarrn in der Triendlsäge ist eine Wucht. Dort stehen unter anderem auch fangfrische Forellen aus eigenen Gewässern auf der Karte. Das kulinarische Menü lässt sich somit ganz unkompliziert auf zwei Standorte aufteilen.

Richtig schön ist die Wanderung zur Gaistal- und weiter zur Tillfussalm – zum einen, weil beide Almen urig und authentisch sind und zum anderen, weil das Gaistal an sich ein echtes Naturparadies ist. Egal, ob man hier zu Fuß oder mit dem Bike unterwegs ist, der größtenteils flache Weg offenbart hinter jeder Kurve einen neuen, spektakulären Ausblick. Und selbst wenn der Parkplatz packevoll mit Autos ist, kann es passieren, dass man auf seiner Wanderung auf weiten Strecken keine Menschenseele trifft. Kaum irgendwo sonst findet man so viel Ruhe und kann ganz bei sich sein wie im Gaistal. Wer es indes gern etwas energiegeladener hat, der ist bei der Wanderung auf den Katzenkopf bestens aufgehoben. Das Sommerparadies in der Leutasch ist unglaublich abwechslungsreich und hat für jeden das passende Angebot. Wer es ganz bequem haben möchte, fährt mit dem Sessellift nach oben. Wie auch immer Sie hinaufkommen: Der

Ausblick ist stets atemberaubend und einzigartig. In der Katzenkopfhütte werden schließlich allerhand Köstlichkeiten serviert: Gulaschsuppe mit Brot, feine Salate und Snacks, Würstl, Gröstl oder Fleischlaiberln. Es gibt auch ein vegetarisches und veganes Angebot.

Auf der fünften Genusswanderung erleben Sie im Laufe der Runde um den Gschwandtkopf fast alles, was Seefeld ausmacht: den historischen Ortskern, das Seekirchl, die WM-Arena. Weiter geht es durch das Möserer Tal nach Reith, wer Lust und Kraft hat, baut einen Aufstieg auf den Gschwandtkopf ein. Nächster Stopp ist der Wildsee, ein echtes Naturjuwel, dessen einladende Promenade samt Waldabschnitt und Eichhörnchen-Sichtung für pure Entschleunigung sorgt. Entlang der gesamten Strecke gibt es reichlich Möglichkeiten zur Jause-Pause. Zum Abschluss geht's zurück in den Ortskern, wo man die Wanderung bei einer kleinen Shoppingtour in der Fußgängerzone beenden kann.

DIE URIGE WILDMOOSALM liegt auf einem kleinen Sonnenplateau und ist auf verschiedenen Wegen fußläufig von Seefeld erreichbar.

Unterm Strich ist das Ziel jeder Wanderung klar: Der Weg UND die Pause! Und die Freude am Dazwischen. Die kostet man zum Beispiel bei einem herrlichen Topfen-Grieß-Schmarrn voll aus: Die goldbraune Kruste, die warmen Beeren und der luftige Teig – die beste Kombi, die es gibt!

30 Jahre Magie & Staunen

Ein funkelndes Highlight in Tirol feiert Jubiläum: Die Swarovski Kristallwelten laden seit 1995 in eine Welt voll Staunen! In Wattens erwartet Sie ein einzigartiges Ausflugsziel: Entdecken Sie inspirierende Installationen weltbekannter Künstler*innen und lassen Sie sich verzaubern vom weitläufigen Garten mit der funkelnden Kristallwolke.

Nicht verpassen: Das Sommerfestival mit Circus-Theater Roncalli von 11. Juli bis 24. August 2025.

Täglich geöffnet – bei jedem Wetter ein unvergessliches Erlebnis!

swarovski.com/kristallwelten

Kristallweltenstraße 1, 6112 Wattens, Tel.: + 43 5224 51080

ENGLISH SUMMARY

ENJOYMENT WITH A VIEW

The journey is only half as nice without a bite to eat.

It doesn't always have to be the highest peak. It's often something else that counts in the Region Seefeld – Tirols Hochplateau: the act of walking itself. Up here, where the world ticks a little more slowly, every hike begins with a deep breath – and the prospect of a relaxing stop for refreshments. After all, what would all those metres of altitude be without a hearty snack in a mountain hut?

The Seefeld region certainly offers challenging summit tours where you can experience the beauty of the mountains in a memorable way. But there are other options too. A short hike with a stop at a charming alpine hut can be just as exhilarating. Take the circular hike through the lovely Wildmoos area, which starts at the Möserer See. You can fortify yourself for the hike at the Seestub'n before continuing to the Lottensee and Wildmoossee. The circular hike to the Bodenalm, which starts right at the Seefeld railway station, has a real alpine feel to it. The relaxed route offers two excellent places to stop for refreshments: the Bodenalm and the Triendlsäge. The hike to the Gaistalalm and on to the Tillfussalm is beautiful – firstly because both alpine pastures are fantastic and secondly because the Gaistal itself is a genuine natural paradise. Those who prefer a little more action will be in their element on the hike to the Katzenkopf. The summer wonderland in Leutasch is incredibly diverse and offers something for everyone.

The fifth gourmet hike takes you around the Gschwandtkopf, where you will experience almost everything that makes Seefeld so special: the historic town centre, the Seekirchl church and the World Cup arena. The route continues through the Möserer valley to Reith, and those who feel up to it can climb to the summit of the Gschwandtkopf.

Please scan the QR code for detailed tour information.

Shopping, das seit
Generationen verbindet.

HOFLADEN
P

KULINARISCH WANDERN

Wer durch die Landschaften des Hochplateaus streift, dem begegnet eine wunderbare Naturvielfalt. Weitläufige Almen, klare Bäche, schroffe Berge, sanfte Wiesen. Zwischen ihnen liegen zahlreiche traditionelle Bauernhöfe, die fest mit der Region verwurzelt sind und echte kulinarische Schätze bergen: regionale Schmankerln und Bauernprodukte, die mit Sorgfalt, Wissen und Liebe zur Heimat entstehen. Auf der Leutascher Hofladenrunde kann man sich diese gemütlich erwandern.

DIE LEUTASCHER HOFLADENRUNDE ist ein genussvoller Streifzug durch das Leutaschtal. Insgesamt kommt man dabei an neun liebevoll gestalteten Läden vorbei und kann sich auf der Runde auch gleich seine frische, regionale Jause zusammenstellen.

Wer einmal in eine frisch gebackene Bauernbrotkruste gebissen oder den Duft von würzigem Bergkäse in der Nase hatte, weiß: Regionale Schmankerln erzählen Geschichten. Von Erde und Wetter, von Tradition und Handwerk. Sie sind mehr als Nahrungsmittel – sie sind Ausdruck einer Lebensweise, die auf Nähe, Vertrauen und Qualität setzt.

In einer Zeit, in der vieles überall gleich schmeckt, stechen bäuerliche Produkte heraus. Weil sie Ecken und Kanten haben dürfen, weil sie nicht standardisiert, sondern echt und ehrlich sind. Eine Karotte, die auf einem kleinen Hof gezogen wurde, hat nicht nur mehr Geschmack – sie hat Herkunft. Sie wurde nicht anonym verpackt, sondern von Händen geerntet, die wissen, was sie tun. Ein Laib Käse aus frischer Milch, der in kleinen Kellern reift, ein vom Bergwind luftgetrockneter Speck oder ein frischer Apfelsaft, gepresst aus alten Sorten, die seit Generationen in den heimischen Gärten stehen – all das sind keine Massenprodukte, sondern Persönlichkeiten. Es ist die Unverfälschtheit, die sie besonders macht. Sie kommen ohne lange Transportwege aus, ohne industrielle Verarbeitung. Stattdessen basieren sie auf handwerklichem Können, überlieferten Rezepturen und einem tiefen Verständnis für Naturkreisläufe.

Wer regionale Produkte kauft, unterstützt nicht nur nachhaltige Landwirtschaft, sondern auch die Menschen, die mit Leidenschaft und Verantwortung wirtschaften. Es ist ein stilles Zeichen für Wertschätzung – gegenüber der Natur, der Arbeit und dem Lebensmittel selbst. Und gerade deshalb schmeckt man bei einem regionalen Produkt oft mehr als nur die Zutaten. Man spürt das Heu, das den Kühen gedient hat. Den Regen, der auf die Felder fiel. Die Erfahrung, die im Rezept steckt. Und vielleicht auch ein Stück Heimat, selbst wenn man nur zu Besuch ist. Wer in kleinen Hofläden oder direkt

THOAML'S KALBSWURSTSALAT

Zutaten
1 Thoaml's Extrawurst vom Kalb
3 Freilandeier
3 Kartoffeln
3 Karotten
5 EL Erbsen
5 Essiggurken
1 kleiner Becher Crème fraîche
griffiges Mehl
2 EL Sonnenblumenöl
2 EL Essig (im Original-Wurstsalat wird Hesperidenessig verwendet)
½ TL Thoaml's Gartenkräutersalz

Zuerst werden die Kartoffeln und Karotten geschält und in kleine Würfel geschnitten. Diese zusammen mit den Erbsen in leicht gesalzenem Wasser für etwa 15 Minuten kochen lassen. Währenddessen die Freilandeier kochen. Anschließend abkühlen lassen und in kleine Stücke schneiden. Die Extrawurst je nach Vorliebe in feine Scheiben oder Streifen schneiden.

Das gekochte Gemüse und die Eier in einer Schüssel vermengen. Essiggurken, Crème fraîche und Thoaml's Gartenkräutersalz hinzufügen und gut vermischen. Bei Bedarf etwas vom Gurkenwasser für eine zusätzliche Geschmacksnote hinzufügen. Den Kalbswurstsalat mindestens eine Stunde ziehen lassen, bevor er serviert wird.

Tipp: Am besten schmeckt der Kalbswurstsalat als ordentliche Jause mit einer frischen Semmel oder einer knusprigen Schwarzbrotscheibe.

Tipp: Der Selbstbedienungshofladen vom Thoamlhof (Platzl 109, 6105 Leutasch) ist rund um die Uhr geöffnet und lädt ein, seine köstlichen Produkte zu entdecken und zu genießen. Extrawurst und Kartoffeln sind im Normalfall ausreichend vorhanden.

REGIONALE PRODUKTE SIND GESCHMACK MIT GESCHICHTE.

bei den Landwirten einkauft oder einkehrt, erlebt, was es heißt, Lebensmittel zu begreifen – mit allen Sinnen.

Die Region Seefeld – Tirols Hochplateau ist reich an solch kulinarischen Schätzen. Auf der Leutascher Hofladenrunde kann man sich neun dieser Direktvermarkter bequem erwandern. Der Rundweg führt durch die malerischen Weiler des Leutaschtals, vorbei an Bauernhöfen und Hofläden, wo man die hochwertigen Lebensmittel und Produkte direkt vor Ort kaufen kann. Entlang der einfachen, weil flachen Wanderung lässt sich das traditionelle Landleben in all seinen Facetten entdecken und vielleicht ergibt sich auch die Möglichkeit, mit dem ein oder anderen Produzenten persönlich zu reden, um mehr über die Landwirtschaft zu erfahren.

Der erste Stopp auf der Runde ist die familiengeführte Bäckerei Pichler mit ihrem herrlich duftenden Brot und Gebäck, das bei keiner Jause fehlen darf. Am besten knuspert man zur Stärkung schon mal an einem frischen Weckerl. Am Lippenhof trifft man dann auf freilaufende Hühner und grasende Kühe und packt sich am Selbstbedienungsautomat gekühlte Frischmilch in den Rucksack. Weiter geht's zum Leutascher Bauernladen, wo man aus dem Hochplateau-Vollen schöpfen kann (Achtung: Der Laden ist nur Freitagnachmittag offen, dafür finden sich hier einige der besten Schmankerln aus der gesamten Region), und dem kleinen Hofladen des Muchhofs, wo es feine Köstlichkeiten aus Ziegen- und Kuhmilch gibt. Auch Kartoffeln werden saisonal angeboten. Wer mag, nimmt noch ein selbstgemachtes Zirbenkissen oder Seife aus Ziegenmilch mit. Die Haut freut sich! Freitag- und Samstagvormittag kann man anschließend in der Metzgerei Klamm 80b einkehren und sich umfänglich zu den Spezialitäten vom Rind, Lamm und Schwein von

Landwirten aus der Umgebung beraten lassen, der Selbstbedienungsautomat steht rund um die Uhr zur Verfügung und beinhaltet auch Wurst, Schinken und Speck für die Jause – passt perfekt zum Pichler-Brot. Ein Stück weiter kommt man zum Wirtseppelerhof, in dessen Selbstbedienungs-Hofladen man unterschiedliche Produkte aus dem Kräutergarten sowie Eier, Fleisch und Kartoffeln vom eigenen Hof findet. Das Angebot variiert je nach Saison und Jahreszeit und bietet somit immer neue Besonderheiten. Der Laden ist täglich von 6 bis 22 Uhr offen. Optional biegt man anschließend durch den Wald zum Zottlhof im Ortsteil Moos ab. Ein Besuch lohnt auf alle Fälle, sollte jedoch angemeldet werden. Wenn sie im Sommer nicht auf der Weide oder auf der Hochalm sind, leben hier die berühmten schottischen Hochlandrinder, umgangssprachlich „Zottl" genannt. Der angrenzende Hofladen bietet auf Vorbestellung verschiedenste Fleischspezialitäten wie Kaminwurzen und Hauswürste und weitere Naturprodukte wie Essig, Likörspezialitäten und Sirupe. In den Wintermonaten, wenn die Zottl im Offenstall sind, ist ein Besuch des Hofes auch Teil des Erlebnisangebotes am Hochplateau. Am Thoamlhof erwartet einen schließlich eine schöne Auswahl an selbst produzierten Bauernprodukten wie Spezialitäten vom Jungrind, Butter, Milch(produkte), Eier oder Sirupe. Der Selbstbedienungs-Hofladen ist täglich und rund um die Uhr geöffnet und führt alle Zutaten für den wunderbaren Wurstsalat, für den wir auf der vorigen Seite das Rezept für Sie haben. Weil eine kleine Jause ein Muss für jede Wanderung ist. Den Abschluss macht das Leutascher Fischladele, in dem man frischen oder geräucherten Fisch bekommt. Der zugehörige Selbstbedienungsautomat ist 24 Stunden verfügbar.

Die Leutascher Hofladenrunde ist eine ideale Kombination aus leichter Wanderung und kulinarischem Erlebnis. Sie eignet sich für Familien, Genießer und alle, die regionale Produkte direkt beim Erzeuger entdecken möchten. Ein perfektes, authentisches Einkaufserlebnis inmitten der Natur.

LEUTASCHER HOFLADENRUNDE

Distanz: 11,5 km
Gesamtzeit: 3:10 h

Insgesamt gibt's in den fünf Orten am Hochplateau rund 30 regionale Produzenten mit Direktvermarktung. Hier kauft man Eier, Milch und Käse, Fleisch und Wurstwaren, Obst und Gemüse, Gewürze und allerhand mehr an selbstgemachten Produkten ohne Umwege direkt vom Bauern. An neun dieser Schätze – Bäckerei Pichler, Lippenhof, Leutascher Bauernladen, Muchhof, Metzgerei Klamm 80b, Wirtseppelerhof, optional: Zottlhof und Joslhof, Thoamlhof, Leutascher Fischladele – kommt man bei der Leutascher Hofladenrunde im Zuge einer feinen Wanderung vorbei. Der Ausgangspunkt der Wanderung ist im Ortsteil Weidach in Leutasch. Wer mit öffentlichen Verkehrsmitteln anreist, steigt an der Bushaltestelle „Leutasch Weidach Zentrum" aus. Für Autofahrer stehen die Parkplätze P10 und P15 zur Verfügung. Den kulinarischen Streifzug von Hof zu Hof startet man dann am besten mit leerem Rucksack, in den man unterwegs viele der regionalen Köstlichkeiten packen kann. Jause braucht man theoretisch ohnehin keine mitzunehmen – die stellt man sich gemütlich und frisch am Weg zusammen.

Weiter Infos finden Sie hinter dem QR-Code.

Top of Innsbruck – 2.334 m
Erleben Sie die faszinierende Bergwelt des größten Naturparks Österreichs!

Gipfelerlebnis und Alpenzoo
Mit dem Top of Innsbruck PLUS-Ticket aufs Hafelekar und in den Alpenzoo.

Nordkette Perspektivenweg
Harmonische Elemente schaffen eine neue Perspektive auf die Landschaft.

Günstig Parken
Stressfrei und stark ermäßigt in der Citygarage parken (8 – 18 Uhr).

*Gültig für TOP OF INNSBRUCK Ticket.

INNSBRUCKER NORDKETTEN BAHNEN

NORDKETTE.
TOP OF INNSBRUCK

ENGLISH SUMMARY

CULINARY HIKE

The wide-open landscapes on Tirols Hochplateau are dotted with traditional farms that are home to real culinary treasures: regional delicacies and farm products made with care, expertise and a love for the local area. You can explore them all on the Leutasch farm shop tour.

Farm products stand out at a time when so many things taste the same everywhere. They are allowed to have rough edges because they are not standardised, but genuine and honest. A carrot grown on a small farm, a wedge of cheese made from fresh milk and matured in small cellars, cured ham air-dried by the mountain wind or fresh apple juice pressed from old varieties that have been growing in gardens for generations – none of these are mass-produced products and each has its own unique character.

The Region Seefeld – Tirols Hochplateau is rich in culinary treasures like these. In total, there are around 30 regional producers selling their products directly in the five villages on the high plateau. Nine of these treasures – Pichler bakery, Lippenhof, Leutascher Bauernladen, Muchhof, Metzgerei Klamm 80b, Wirtseppelerhof, optional: Zottlhof, Thoamlhof, Leutascher Fischladele – can be visited on the Leutascher Hofladenrunde (farm shop tour) during a lovely hike. The circular trail leads through the picturesque hamlets of the Leutasch valley, past farms and farm shops where you can buy high-quality food and products directly from the producers. This easy, flat hike allows you to discover traditional country life in all its diversity. You may even be able to talk to one or two producers in person to learn more about agriculture. The starting point for the hike is in the district of Weidach in Leutasch. It is best to start the culinary tour from farm to farm with an empty rucksack, which you can fill with many of the regional delicacies along the way.

Detailed information about the farm shop tour can be found by scanning the QR code.

Einkaufen bei den Locals

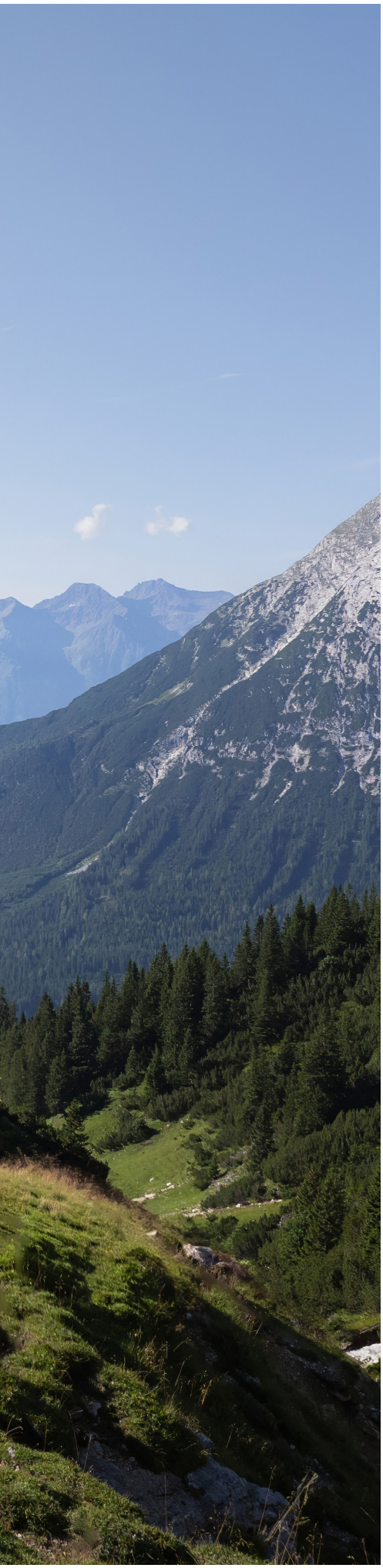
Seit über 50 Jahren gehört **MPREIS** zum täglichen Leben in Tirol, vor über 100 Jahren wurde das Unternehmen von Therese Mölk gegründet.

Heute steht MPREIS für maßgeschneiderte Nahversorgung, regionale Lebensmittelherstellung, Tiroler Gastfreundschaft und echtes Lokalkolorit. Mit dazu gehören die Baguette-Café-Bistros und die T&G-Märkte mit der besonderen Getränkeauswahl.

Das innovative wie traditionsreiche Unternehmen bereichert das tägliche Leben mit einem vielfältigen Angebot, ähnlich wie die Landschaft mit außergewöhnlicher Architektur. Das Prinzip der Zusammenarbeit mit regionalen Lieferanten reicht bis zu den Anfängen zurück. Bei Fairtrade und Bio-Produkten war MPREIS Pionier. MPREIS ist nicht nur Händler, sondern auch Lebensmittelhersteller.

In der hauseigenen Bäckerei Therese Mölk wird noch heute nach alten handwerklichen Werten gebacken – in einem der modernsten Betriebe des Landes. Alle Brote sind frei von künstlichen Zusatzstoffen und Emulgatoren, viele tragen das Bio-Siegel. Ebenso bedeutend ist die Alpenmetzgerei als regionaler Fleischverarbeiter.

Brot und Konditoreiwaren der Bäckerei Therese Mölk gibt es unter anderem im Baguette in Krinz 34. Baguette ist gleichzeitig der ideale Stopp für einen Snack zwischendurch, die Jause für unterwegs, Kaffee und Kuchen oder ein warmes Mittagessen.



GEMEINSAM UNTERWEGS

In einer Zeit, in der viele familiäre Begegnungen zwischen Terminen, Hausaufgaben und Bildschirmen stattfinden, schafft das gemeinsame Wandern einen Raum, in dem Nähe und Austausch ganz natürlich entstehen. Draußen, in Bewegung, ohne Ablenkung.

Schon die ersten Schritte raus aus der Gewohnheit tun gut. Der Geräuschpegel ändert sich, das Tempo wird langsamer. Das Piepen von Geräten wird ersetzt durch Vogelstimmen. Besonders für Kinder bedeutet das: Freiheit. Keine starren Abläufe, kein Termindruck. Stattdessen gibt es Stöcke, Steine, Käfer, Wurzeln und all die kleinen Dinge, die unterwegs plötzlich Bedeutung bekommen. Mit etwas Glück trifft man am Hochplateau auch auf Murmeltiere. Oder Gämsen.

Familienwandern bietet dabei einen seltenen Gleichklang: Eltern werden zu Mitentdeckern, Kinder übernehmen die Führung. Sie flitzen voraus und begeben sich auf Entdeckungstour durch die Natürlichkeit des Waldes. Und manchmal ist es einfach die stille Gesellschaft, die das Gehen bereichert – das unaufgeregte Nebeneinanderhergehen, das eine angenehme Ruhe bringt. Wie nebenbei ist die Natur ein wunderbarer Lehrmeister. Sie verlangt nicht, sie ermöglicht. Kinder dürfen beobachten, ausprobieren, scheitern, neu anfangen – mit allen Sinnen. Natur fördert Kreativität und Geduld, sie spricht keine Sprache und ist dennoch voller Geschichten. Mit dieser unvoreingenommenen Neugierde und dem natürlichen Entdeckergeist werden auch Weitwanderungen mit Kindern zur lösbaren Herausforderung. Oft staunen Eltern darüber, wie weit Kinder tatsächlich gehen können – wenn sie es mit Neugier, Vertrauen und in ihrem eigenen Takt tun dürfen. Die Leutascher 3-Tages-Hüttenwanderung ist eine fabelhafte Möglichkeit, das gemeinsame Weitwandern für sich zu entdecken.

Von Leutasch aus geht es an Tag eins zur Wettersteinhütte und Wangalm. Immer wieder eröffnen sich auf dem Weg nach oben atemberaubende Ausblicke, die weitläufige Natur empfängt einen mit offenen Armen. Spielerisch geht es vorwärts, Schritt für Schritt, mal jeder in seine eigenen Gedanken versunken, mal gemeinsam diskutierend. Als Lohn für den Aufstieg wartet auf beiden Hütten ein traumhaftes Panorama und herrliches Essen, das nach einem Tag in der Natur

WANDERN LEHRT – OHNE ZU BELEHREN.

LEUTASCHER 3-TAGES-HÜTTEN-WANDERUNG FÜR FAMILIEN

Drei Hütten, drei Tage und ein Panorama, das seinesgleichen sucht: Das Gaistal ist wie gemacht für eine unvergessliche Familienwanderung. Natur pur, beeindruckende Ausblicke und jede Menge Spaß für Groß und Klein machen diese dreitägige Tour zum idealen Erlebnis für Familien.

Etappe 1: Zur Wettersteinhütte oder Wangalm
Distanz gesamt: 4,7 km / Höhenmeter bergauf: 550 / Schwierigkeit: mittel

Etappe 2: Zur Rotmoosalm
Distanz gesamt: 5 km / Höhenmeter bergauf: 400, bergab: 130 / Schwierigkeit: mittel

Etappe 3: Zur Hämmermoosalm und Ausklang
Distanz gesamt: 6,5 km / Höhenmeter bergauf: 10, bergab: 840 / Schwierigkeit: mittel

Achtung: Die Hütten sollten frühzeitig gebucht werden, da die Kapazitäten begrenzt sind.

Für weitere Infos zur Leutascher Hüttenwanderung inklusive Packliste für Familien-Weitwanderungen sowie noch mehr familienfreundliche Wanderwege scannen Sie einfach den QR-Code.

noch ein Stück besser schmeckt. Oben angekommen lässt man sich auf der Terrasse nieder, spielt gemeinsam Karten, genießt den Ausblick und das Zusammensein. Und wenn die Sonne langsam hinter den Bergen verschwindet und die Temperaturen etwas kühler werden, kuschelt man sich im Inneren zusammen, liest ein Buch, erzählt sich von den Eindrücken des Tages. Zum Tagesabschluss gibt's einen Enzianschnaps für die Eltern, bevor sich der Zauber der Nacht über die Hütte legt und man in einen satten Schlaf fällt. Auf beiden Hütten lässt es sich ausgezeichnet übernachten und Kraft tanken für die nächste Etappe.

Es sind die ersten Sonnenstrahlen, die morgens durchs Fenster blinzeln, und das fast fordernde Zwitschern der Vögel, die den neuen Tag ankündigen. Die Natur ist ein Wunder und lässt sogar Kinder zu Frühaufstehern werden, indem sie sie mit neuen Abenteuern ins Freie lockt. Zuvor

stärkt man sich beim Almfrühstück, ein anschließender Blick in die Wanderkarte zeigt, wo es langgeht. Nach dem teils anstrengenden Aufstieg an Tag eins zeigt Etappe zwei schließlich ein milderes Gesicht. Mit deutlich weniger Höhenmetern bleibt viel Zeit, um das grandiose Panorama des Wettersteingebirges vollumfänglich zu genießen. Heutiges Ziel ist die Rotmoosalm, die zu einem der schönsten Plätze der Region zählt. Und das nicht ohne Grund: Die malerische Alm auf 2.030 Metern Seehöhe ist die höchstgelegene Hütte im Wettersteingebirge und bietet einen entsprechend sagenhaften Rundumblick. Die Hüttenwirte Evi und Florian sorgen für einen herzlichen Empfang. Für Kinder gibt's sogar einen Spielplatz, serviert wird traditionelle Hausmannskost. Im Sommer sind hier oben auch 300 Rinder und 20 Pferde zuhause. Theoretisch kann man noch am selben Tag wieder absteigen, doch auch auf der Rotmoosalm lohnt eine Übernachtung. Im geräumig-urigen Matratzenlager

KINDER ENTDECKEN BEIM WANDERN EINE WELT, DIE OHNE BILDSCHIRM AUSKOMMT UND DENNOCH VOLLER GESCHICHTEN STECKT.

finden bis zu 14 Personen Platz. Die archaische und gleichzeitig mittlerweile vertraute Umgebung der Hütte sorgt für eine einzigartige Atmosphäre, die besonders in den Abendstunden eine ganz besondere Eindrücklichkeit entfaltet. Wenn sich der klare Sternenhimmel über einem öffnet, scheint die Zeit stillzustehen. Hat sich der Mantel der Nacht schließlich sanft über die Hütte geschwungen, wird es still hier oben. Nur die letzten leise Klänge der Natur sind noch zu hören, ehe auch sie sich für heute zur Ruhe setzt.

An Tag drei geht es schon wieder zurück ins Tal. Der Weg bietet noch einmal reichlich Zeit, um die letzten Ausblicke und Eindrücke zu sammeln. Zum Abschluss lohnt eine Einkehr in die Hämmermoosalm, wo man auf der fantastischen Sonnenterrasse richtig gut isst. 2024 wurde die Hütte vom Gourmetführer Gault&Millau zur „Almhütte des Jahres“ gekürt, deren Tester die Küche für „absolut top“ befunden haben und vor allem die herzhaften Jausen und Marenden lobten. Danach geht’s gestärkt und glücklich durchs zauberhafte Gaistal zum Ausgangspunkt. Die Kneippanlage Salzbach beim Leutascher Wanderparkplatz (P4) lädt dazu ein, seinen müden Füßen eine letzte kleine Erfrischung zu gönnen. Ein liebevoll gestalteter Wasserspielpfad macht die gesunde Kneipperfahrung auch für Kids interessant. So gibt’s zum Ende hin noch reichlich Spaß, samt spielerischer Wissensvermittlung zum Thema Wasser.

TIPPS FÜRS WANDERN MIT KINDERN

- Nutzen Sie Outdoorspiele, um die Wanderung abwechslungsreich zu machen.
- Wandern Sie gemeinsam mit anderen Familien – Kinder motivieren sich oft gegenseitig und haben noch mehr Spaß.
- Viele Kinder möchten ihren eigenen Rucksack tragen. Achten Sie darauf, dass das Gesamtgewicht maximal zehn Prozent ihres Körpergewichts beträgt.
- Die Strecke sollte dem Alter und der Ausdauer der Kinder entsprechen.

Faustregel für die optimale Tagesetappen-Distanz: Das Alter des Kindes x 1,5 ergibt die maximale Streckenlänge in Kilometern:

4 bis 6 Jahre: 6 bis 7 km
6 bis 11 Jahre: 10 bis 18 km
11 bis 14 Jahre: Anspruchsvollere Wanderziele sind möglich.

Quelle:
www.weitwanderwege.com

ENGLISH SUMMARY

OUT AND ABOUT TOGETHER

At a time when many family encounters take place between appointments, homework and screens, going hiking together creates a space where intimacy and interaction can develop naturally.

Even the first steps away from your routine feel good. The beeping of devices is replaced by birdsong. Children especially have no rigid schedules or time pressures. Instead, there are sticks, stones, beetles, roots and all the little things that suddenly take on meaning when you're out and about.

Family hiking offers a special kind of harmony: parents become fellow explorers, and kids get to lead the way. They dash ahead on a journey of discovery through the forest. This curiosity makes even long hikes with kids a challenge they can handle. The three-day hut hike in Leutasch is a great way to give it a go.

Day one starts in Leutasch and takes you to the Wettersteinhütte and Wangalm. As a reward for the climb, both huts offer fantastic panoramic views and delicious food, which tastes even better after a day spent in nature. And when the sun slowly disappears behind the mountains and the temperatures cool down a little, you can snuggle up inside and share your impressions of the day before night falls over the hut and you slip into a deep sleep.

The first rays of sunshine peeking through the window in the morning signal the start of a new day. After the somewhat strenuous climb on day one, stage two turns out to be much easier. With significantly fewer metres of elevation gain, there is plenty of time to fully enjoy the magnificent panorama of the Wetterstein mountains. Today's destination is the Rotmoosalm, one of the most beautiful places in the region. On day three, it's time to head back down into the valley. To round off the trip, it's worth stopping off at the Hämmermoosalm, where you can enjoy some really good food on the fantastic sun terrace.

You can discover more details by scanning the QR code.

© DAVID JOHANSSON

TRAINING MIT WEITBLICK: Das Bodypoint Seefeld bietet neben einem modernen Fitnessstudio bei Bedarf eine ganzheitliche Betreuung und die fundierte Expertise selbstständiger Partner in einer freundlichen und motivierenden Atmosphäre.

Deine Gesundheit im Fokus

Das **BODYPOINT SEEFELD** findet als dein persönlicher Ort für Fitness und Wohlbefinden für jedes Gesundheitsziel den passenden Experten.

Willkommen im Bodypoint Seefeld! In einer Atmosphäre, die ebenso professionell wie persönlich ist, finden sportbegeisterte wie gesundheitsbewusste Menschen eine Anlaufstelle, die ihre Gesundheit ganzheitlich fördert. Mit einem starken Netzwerk an selbstständigen Gesundheitsexperten wirst du individuell und kompetent auf deinem Weg begleitet.

Hinter dem Bodypoint Seefeld steht Rafal Quade. Seine Geschichte zeigt, wie aus einer zufälligen Begegnung eine echte Herzensangelegenheit werden kann. Er übernahm das damalige Studio mit dem Ziel, einen Ort zu schaffen, der moderne Trainingsmöglichkeiten mit persönlicher Betreuung vereint. Sein Anspruch ist es, in unserer digitalen Welt einen Raum zu bieten, der auf dem neuesten Stand ist, aber immer den Menschen in den Mittelpunkt stellt. „Die Übernahme des Fitnessstudios war ursprünglich nicht geplant, aber mit jeder Begegnung mit unseren Kunden wuchs meine Leidenschaft für das, was wir tun. Diese Begeisterung prägt auch heute noch meine tägliche Arbeit – und ich glaube, diese Verbindung zu unseren Kunden macht den besonderen Charak-

WIR VERSTEHEN UNS ALS ZENTRALE ANLAUFSTELLE FÜR DEIN WOHLBEFINDEN. JEDER UNSERER PARTNER IST EIN EXPERTE AUF SEINEM GEBIET, UND GEMEINSAM BIETEN WIR DIR EIN GANZHEITLICHES ANGEBOT FÜR DEINE GESUNDHEIT.

ter unseres Studios aus", betont Rafal. Im Bodypoint Seefeld arbeitet er mit einem Netzwerk an qualifizierten, selbstständigen Experten zusammen, die jeweils ihre eigene Expertise einbringen.

Florian Huber – dein erfahrener Physiotherapeut: Mit seiner Praxis im Bodypoint bietet er dir eine optimale Verbindung von Therapie und aktivem Training. Egal, ob du dich von einer Verletzung erholst oder präventiv deine Gesundheit stärken möchtest – bei ihm bist du in besten Händen. Durch kontinuierliche Weiterbildungen erweitert und modernisiert er stetig seine Behandlungsmethoden und bietet nun auch die innovative Dry-Needling-Triggerpunkt-Therapie an. „Die Realität unserer Zeit ist: Wir bewegen uns weniger, sitzen mehr – und die körperlichen Auswirkungen nehmen stetig zu. Aus meiner Praxis weiß ich, dass gezielte Physiotherapie hier wirksam helfen kann. Durch präzise physiotherapeutische Interventionen können wir effektiv Verspannungen lösen, die Körperhaltung optimieren und auch bei komplexeren Verletzungen signifikante funktionelle Verbesserungen bis zur Beschwerdefreiheit erreichen", so der routinierte Physiotherapeut. Eine wertvolle Ergänzung: Seit Anfang des Jahres ist Therapeut Stefan Juranek Teil des Teams und unterstützt Florian in seiner Praxis. Für alle Patienten bedeutet das: noch flexiblere Terminvergaben und gewohnt kurze Wartezeiten.

Christoph Rauch – dein ambitionierter Personal Trainer mit über zehn Jahren Erfahrung und beeindruckenden Erfolgen im Leistungssport. Seine Expertise und herausragende Betreuung wurden 2020 sogar mit der Auszeichnung zum Nachwuchstrainer des Landes Tirol gewürdigt. Dank seiner langjährigen Erfahrung und vielen Ausbildungen versteht er die biochemischen Prozesse deines Körpers genau und entwickelt daraus individuelle Trainingsprogramme, die dich effektiv, sicher und vor allem langfristig zu deinen Zielen führen. „Es erfüllt mich mit besonderem Stolz wenn meine Kunden ihre Ziele erreichen. Egal ob es darum geht 10, 20 oder sogar mehr Kilogramm an Gewicht zu verlieren, Rücken- oder andere Gelenkschmerzen zu bekämpfen oder sich einfach nur wohler in seinem Körper zu fühlen. Auch die Zusammenarbeit mit Sportlern, wie zum Beispiel Mountainbikerin Mona Mitterwallner, die ich auf ihrem Weg zu drei Weltmeistertiteln gezielt unterstützen durfte, war eine tolle Erfahrung. Die Dankbarkeit und die Erfolge, die aus meiner Unterstützung entstehen, sind meine größte Motivation, mich stetig mit den neuesten und effektivsten Trainingsansätzen zu beschäftigen, um meinen Kunden das bestmögliche Ergebnis zu garantieren", betont der prämierte Personal Trainer.

Christoph Hager, Osteopath und medizinischer Masseur. Er betrachtet den Körper als eine zusammenhängende Einheit und unterstützt dich dabei, dein inneres Gleichgewicht wiederzufinden. Durch seine erprobten Behandlungsmethoden hilft er dir, Blockaden zu lösen und deine Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Seine zielgerichtete und einfühlsame Art schafft eine vertrauensvolle Basis für die Therapie. „Unser Körper ist ein ineinandergreifendes System. Entstehen Schmerzen oder Beschwerden, versucht der Körper instinktiv, die betroffene Stelle zu entlasten – leider oft auf Kosten des jeweiligen Gegenspielers. Hier setzt die Osteopathie an: Wir spüren diese tieferliegenden Dysbalancen auf und begleiten den Körper sanft zurück in sein natürliches Gleichgewicht. Ein Ansatz, der das Problem an der Wurzel packt und nicht nur oberflächliche Symptome bekämpft", erklärt der passionierte Osteopath.

© DAVID JOHANSSON

UNSERE PHILOSOPHIE IST dein individueller Weg zur Gesundheit. Von links: Physiotherapeut Florian Huber, Inhaber Rafal Quade und Osteopath Christoph Hager

© MARCEL KLUCKNER

INHABER RAFAL QUADE mit Personal Trainer Christoph Rauch

BODYpoint SEEFELD

BODYPOINT SEEFELD
Möserer Straße 632
6100 Seefeld in Tirol
05212 2063
fitness@bodypoint.at

Öffnungszeiten:
Für Member täglich von 06:00 bis 22:00 Uhr
Betreuungszeiten & Solarium (Mo. bis Fr.): 9.00 bis 12:00 und 15:00 bis 20:00 Uhr
Betreuungszeiten & Solarium (Sa./So./Feiertage): 14:00 bis 18:00 Uhr

Gasthaus
Halleranger-Alm

EINFACH SCHÖN

Im Herzen des Karwendelgebirges liegt sie wie ein kleines Paradies – die Halleranger Alm. Auf 1.774 Metern öffnet sich hier eine ganz eigene Welt. Umgeben von mächtigen Felsriesen und blühenden Almwiesen, empfängt die Alm ihre Gäste mit herzlicher Gastfreundschaft.

WER AUF DER HALLERANGER ALM ANKOMMT, SPÜRT SOFORT: DAS IST EIN ORT ZUM DURCHATMEN, INNEHALTEN UND BLEIBEN.

Tief versteckt im Naturpark Karwendel liegt die Halleranger Alm – eine Hütte, wie aus dem Bilderbuch. Auch eine Kapelle darf nicht fehlen. Auf 1.774 Metern und umgeben von den beindruckenden Felswänden und Gipfeln könnte ihre Lage kaum schöner sein. Harmonisch fügt sie sich in die raue Berglandschaft – und auch die Speisekarte hat viel zu bieten! Die Belohnung für den Anstieg kommt hier trotz wirklich atemberaubender Umgebung definitiv aus der Küche.

Serviert wird Gschmackiges und Herzhaftes, wie es sich hier oben gehört. „Wir verarbeiten ausschließlich eigene oder heimische Produkte von regionalen Partnerbetrieben, das ist mir viel wert", erklärt Wirt Horst Schallhart, der die Alm seit 40 Jahren gemeinsam mit seiner Frau Evi in mittlerweile siebter Generation bewirtschaftet. Fleisch kommt zum Beispiel von den schottischen Hochlandrindern, die hier weiden und mit ihren Zotteln und stattlichen Hörnern beliebte Fotomotive sind. Das Wild stammt aus der Eigenjagd und wird zu herrlichen Spezialitäten veredelt: „Das ist unser Schwerpunkt", so Horst, der selbst in der Küche steht. Kaum wo schmeckt ein Hirschgulasch so echt und authentisch wie auf der Halleranger Alm, dazu gibt's einen flaumigen Semmelknödel. Herrlich sind die Spaghetti mit köstlichstem Wildsugo. Allein schon dafür lohnt es sich, hierherzukommen. Und auch sonst ist alles zu bekommen, was es für eine echte Almspeisekarte braucht.

Platz nimmt man auf der großartigen Terrasse bei einem kühlen Glas Wein und genießt das Leben, die urige Stube ist gleichermaßen gemütlich, sodass man gern ein bisserl länger bleibt. Die Halleranger Alm ist ein Ort der Begegnung, des Durchatmens und des Staunens. Ein Rückzugsort hoch oben in den Bergen, wo die Zeit langsamer zu laufen scheint und die Schönheit der Natur in ihrer reinsten Form erlebbar wird. Der Geist der Berge, die unvergleichliche Stille und die Einfachheit des Lebens hinterlassen Spuren in der Seele. Viele machen einen Tagesausflug zur Alm, kommen während der Woche oder am Wochenende herauf, manche machen auch zwei, drei Tage Urlaub. „Das ist bunt gemischt", sagt Horst. Übernachten kann man wahlweise in den geschmackvollen Alm-Appartements (buchbar ab

DIE TRADITIONSREICHE HALLERANGALM liegt seit über hundert Jahren auf 1.771 Metern mitten im Karwendelgebirge und ist innen wie außen eine Hütte wie aus dem Bilderbuch. Nebenan befindet sich eine schmucke kleine Bergkapelle – Gaststube und Sonnenterrasse stehen so auch gern für Hochzeiten, Feiern und Feste zur Verfügung. Das wahre Highlight indes ist die Küche, die unter anderem Wild aus der eigenen Jagd verarbeitet.

HALLERANGER ALM

Die malerische Halleranger Alm liegt seit über hundert Jahren auf 1.771 Metern mitten im Karwendelgebirge. Unweit des längsten Zuflusses der Isar, dem Lafatscherbach, bewirtschaftete Großvater Isidor Schallhart die traditionelle Alm schon um 1920 in echter Tiroler Gastfreundschaft. Heute treten Evi und Horst in die Fußstapfen ihrer Vorfahren und verwöhnen hungrige Wanderer und Bergsteiger in der historischen Tiroler Stub'n und auf der geräumigen Sonnenterrasse mit herzhaften Schmankerln und hausgemachten Köstlichkeiten. Besonders empfehlenswert: Wild aus den heimischen Jagdrevieren.
www.halleranger-alm.at

Tipp: In der Serie „Almgeflüster & Hüttengeschichten" der Region Seefeld erfahren Sie, warum das Leben und die Arbeit der Hüttenwirte und -wirtinnen in den Bergen weit mehr ist als nur ein Beruf. Neben den Hüttenwirten der Halleranger Alm geben noch viele weitere persönliche Einblicke. Scannen Sie dafür einfach den QR-Code und los geht's.

„DIE LEBENSQUALITÄT AM HOCHPLATEAU IST TIPTOP – WAS WILL MAN MEHR?“

HORST SCHALLHART

drei Nächten), in einem der gemütlichen Zimmer oder gemeinsam im Matratzenlager. Wer mag, bucht Halbpension, die nebst Übernachtung und Frühstück auch eine Suppe, Hauptgericht und Dessert beinhaltet. Tipp: Unbedingt in Erwägung ziehen! Die Dusch- und WC-Anlagen sind modern-lässig und begegnen dem oft auf Hütten anzutreffenden Almkitsch mit einer entspannten Unbekümmertheit.

Um zur Halleranger Alm zu gelangen, gibt es verschiedene Möglichkeiten. So kommt man an ihr zum Beispiel im sechsten Teilabschnitt des Karwendel-Höhenwegs oder in der elften Etappe des Adlerwegs vorbei, man kann die Alm auch ganz klassisch erwandern. Die Wanderungen sind allerdings lang und herausfordernd, eine Alternative ist eine Bike-&-Hike-Tour, bei der der erste Teil mit dem Rad zurückgelegt wird. Das spart ordentlich Zeit. Bike-&-Hike-Touren vereinen generell das Beste aus zwei Welten: Mit dem Rad kommt man flotter durch die Landschaft und überwindet größere Distanzen, ehe es dann zu Fuß weitergeht – auf schmalen Pfaden, durch stille Wälder oder hinauf zum Gipfel mit Panoramablick. Diese Kombination eröffnet gänzlich neue Möglichkeiten für Touren, die mit nur einem Fortbewegungsmittel kaum oder zumindest um ein Vielfaches anstrengender machbar wären. Zur Halleranger Alm fährt man folglich bis zur Kastenalm mit dem Rad. Vom Naturpark-Infozentrum Scharnitz aus sind das rund 14 Kilometer, es geht 300 Höhenmeter nach oben und man braucht dafür ca. 1,5 Stunden. Kurz vor der Kastenalm wird das Bike abgestellt und eine kleine Brücke nach rechts überquert. Dann geht es steil aufwärts vorbei am Lafatscher Niederleger zum Halleranger. Am Almboden angekommen, teilen sich die Wege, hier rechts zum Hallerangerhaus oder geradeaus weiter bis zur Halleranger Alm. Die Hike-Strecke ist rund fünf Kilometer lang und mittelschwer. Man legt 530 Höhenmeter zurück und ist dafür etwa zwei Stunden unterwegs.

„Das Seefelder Hochplateau ist eine der schönsten Gegenden überhaupt“, findet Horst Schallhart. Und die Halleranger Alm ein ganz besonderes Plätzchen. Die Kinder von Evi und Horst sind bereits fest auf der Alm verankert. Tochter Julia und ihr Mann packen kräftig mit an, Sohn Johann betreibt dazu den Campingplatz Karwendel in Scharnitz. „Es schaut so aus, dass das ganz gut weitergeführt wird“, findet Horst. Schön, finden wir.

HORST SCHALLHART
bewirtschaftet die Halleranger Alm gemeinsam mit seiner Frau Evi. Für ihn ist das Hochplateau „eine der schönsten Gegenden überhaupt“.

Eintauchen und entspannen

Eine WellnessWelt für große und kleine Besucher – entdecken Sie die wundervolle Wasser- und SaunaWelt im **ALPENBAD LEUTASCH**.

© DAVID JOHANSSON

Hier im Alpenbad Leutasch warten mehrere tolle Pools und jeder darf sich in seiner Lieblingszone wohl fühlen. Hier können Sie abschalten und die frische Luft auf über 1.100 Metern Seehöhe einatmen. Das Highlight ist definitiv die 86 Meter lange Röhrenrutsche, die bei jedem Wetter viel Spaß garantiert.

Die einzigartige SaunaWelt des Alpenbad Leutasch zählt außerdem zu den schönsten Österreichs. Die gemütlichen Almsaunahütten entführen Sie in die alpenländische Bergwelt und lassen Sie ganzheitlich entspannen. In den Ruheräumen genießen Sie den Ausblick oder Sie entspannen im angenehm warmen Wasser des Saunapools mit Innen- und Außenbecken. Die Benützung der WasserWelt ist für alle Saunabesucher in der Eintrittskarte inkludiert.

Bei so viel Badespass kommt schnell der Hunger. Die Restaurants kümmern sich im Areal von 11 bis 22 Uhr um Ihr Wohl. Nach einem ausgiebigen Badetag empfehlen wir einen Besuch im angrenzenden Leutascher Dorfstadl, um den Tag mit einem guten Essen am offenen Kamin ausklingen zu lassen.

Wenn Sie sich zudem noch etwas Gutes tun wollen, sollten Sie eine wohltuende Massage buchen. Diese verwöhnt Sie mit Alpenbad-Spezialbehandlungen, Tiroler-Steinöl-Massagen oder regenerierenden Sportmassagen. Reservieren Sie gleich Ihren Termin, Sie werden es nicht bereuen!

Bis bald in der ErlebnisWelt Alpenbad Leutasch. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

ALPENBAD LEUTASCH
Weidach 275
6105 Leutasch

Öffnungszeiten
Hallenbad: 10 bis 22 Uhr
Sauna: Montag bis Freitag von 14 bis 22 Uhr / Samstag, Sonn- und Feiertag von 11 bis 22 Uhr
Verkürzte Öffnungszeiten in der Zwischensaison.

Innen- & Außenpool
mit Massagebucht

Alm-Saunahütten
im urigen Blockhaus-Stil

Massageabteilung
lassen Sie sich verwöhnen

Riesenwasserrutsche
Röhrenrutsche 86 m

Restaurant & Sauna-Café
mit Sonnenterrasse

Relax-Ruheräume
mit Kamin oder Kuschelkojen

Tickets: 2h / 4h / & Tageskarten, sowie Aktionen für Familien und Gruppen

www.alpenbad-leutasch.com

ENGLISH SUMMARY

SIMPLY BEAUTIFUL

The Halleranger Alm is a little paradise in the heart of the Karwendel mountains. A whole new world opens up here at 1,774 metres above sea level.

The Halleranger Alm is tucked away deep in the Naturpark Karwendel – a hut straight out of a picture book. It's a perfect fit for the rugged mountain landscape, and the menu has plenty to offer as well!

The food is tasty and hearty, just as it should be up here. "We only use our own produce or local products from regional partner farms," explains landlord Horst Schallhart, who has been running the Alm for 40 years together with his wife Evi, now in the seventh generation. The meat comes from Scottish Highland cattle that graze here, for example, and the game is sourced from the inn's own hunting grounds and refined into delicious specialities: "That's our focus," says Horst, who works in the kitchen himself. There's hardly anywhere else where venison goulash tastes as genuine and authentic as it does at the Halleranger Alm. The spaghetti with delicious game sauce is also wonderful. It's worth coming here just for that alone.

There are various ways to reach the Halleranger Alm. For example, you pass it during the sixth section of the Karwendel Höhenweg or the eleventh stage of the Adlerweg, or you can hike there in the traditional way. However, the hikes are long and challenging, so an alternative is a bike & hike tour, where the first part is covered by bike. The Halleranger Alm can be reached by cycling to the Kastenalm. This is around 14 kilometres from the Scharnitz Nature Park Information Centre, with an elevation gain of 300 metres and takes around 90 minutes. Park your bike just before the Kastenalm and continue on foot. The hike is around five kilometres long and moderately difficult. The elevation gain is 530 metres and takes about two hours.

92 Tiefgaragenplätze
1 Stunde **GRATIS PARKEN** für unsere Kunden!

Unsere Öffnungszeiten im Sommer:
Mo. bis Fr. von 06:50 bis 19:00 Uhr
Sa. von 06:50 bis 18:00 Uhr
Sonn- und Feiertage von 10:00 bis 13:30 und 15:30 bis 18:00 Uhr

EUROSPAR

6100 **SEEFELD** • OLYMPIASTRASSE 882 • T 05212 22291

INNTAL CENTER Telfs

Das Shopping-Erlebnis ganz in Ihrer Nähe

The shopping experience very close to your holiday destination

Große Marken und regionale Vielfalt

P 500 KOMFORT-PARKPLÄTZE

2,5 H GRATIS PARKEN!

FREE WLAN

SEEFELD <-> TELFS IN 15 MIN.

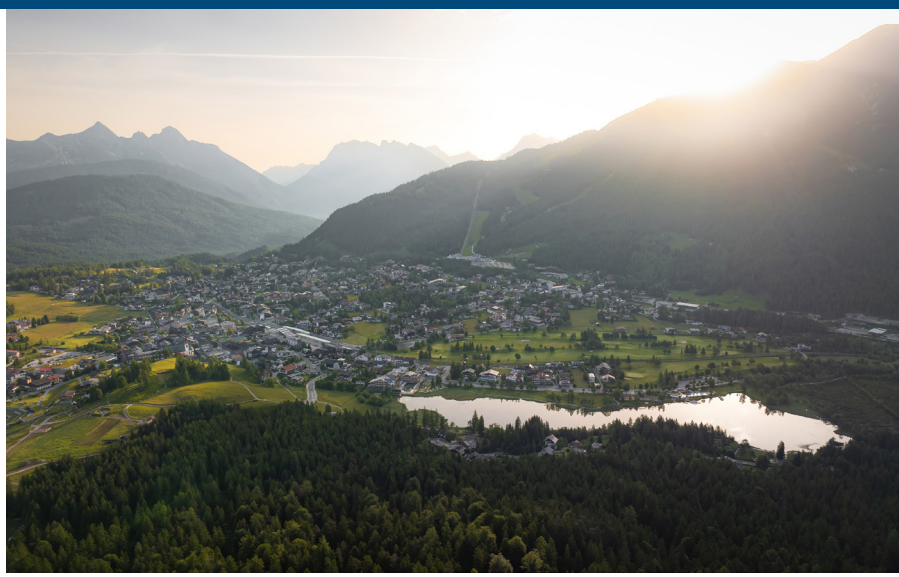
SEEFELD

FRIEDENSGLOCKE IN MÖSERN

TELFS

www.inntalcenter-telfs.at

Inntalcenter Telfs | Weissenbachgasse 9 | A-6410 Telfs
T +43 5262 63 0 77 | info@inntalcenter-telfs.at



FREIZEIT

DER SOMMER IN DER REGION SEEFELD – TIROLS HOCHPLATEAU

Eine Gästekarte. Echt viele Erlebnisse.

MONTAG

NATURPARK & KARWENDELSCHLUCHT
Eintauchen in den größten Naturpark Österreichs.
TREFFPUNKT: Naturpark-Infozentrum Scharnitz
WANN: 09:15 bis ca. 14:15 Uhr

DEM KLIMAWANDEL AUF DER SPUR
Auf einer gemeinsamen Wanderung entlang der Karwendelschlucht.
TREFFPUNKT: Naturpark-Infozentrum Scharnitz
WANN: 09:15 bis ca. 14:15 Uhr

STREICHELZOO & VEGETARISCHE LANDWIRTSCHAFT
Führung und Blick hinter die Kulissen.
TREFFPUNKT: direkt beim Streichelzoo „Sigis Sauhaufen", Seefeld
WANN: 11:00 bis ca. 12:00 Uhr

GOLF SCHNUPPERN
Einmaliges Spezialangebot für Neueinsteiger/Anfänger.
TREFFPUNKT: an der Rezeption des Golfclubs Seefeld Reith
WANN: 14:00 bis 14:50 Uhr

SONNENUNTERGANGSTOUR AUF DEN GSCHWANDTKOPF
Geführte Wanderung zum Tagesausklang.
TREFFPUNKT: Informationsbüro Mösern
WANN: 18:00 bis ca. 21:00 Uhr

DIENSTAG

SONNENAUFGANGSTOUR AUF DEN GSCHWANDTKOPF
Geführte Wanderung mit spektakulärem Gipfelfinale.
TREFFPUNKT: Kassa bei der Talstation Gschwandtkopf
WANN: Start je nach Jahreszeit zwischen 05:15 und 07:00 Uhr, Dauer ca. 3 Stunden

SEEFELD SPORTS ARENA & BIATHLON-PROBESCHIESSEN
Eintauchen in die nordische Wettkampfgeschichte.
TREFFPUNKT: Informations- & Mobilitätszentrum Seefeld
WANN: 09:30 bis ca. 11:30 Uhr

NATUR ERLEBEN
Mit allen Sinnen echte Naturvielfalt entdecken.
TREFFPUNKT: Parkplatz Munde in Moos, Leutasch
WANN: 9:45 bis ca. 13:00 Uhr

BRAUTRADITION & VERKOSTUNG
Kleine Einführung in die Geheimnisse der Braukunst mit geselliger Verkostung hausgebrauter Biersorten.
TREFFPUNKT: im Bräukeller, Seefeld
WANN: 16:00 bis ca. 17:00 Uhr

MITTWOCH

DURCH DIE GLEIRSCHKLAMM
Auf den Spuren der historischen Holzarbeit im Naturpark Karwendel.
TREFFPUNKT: Naturpark-Infozentrum Scharnitz
WANN: 09:15 bis ca. 15:00 Uhr (5 Stunden Gehzeit)

ERKUNDUNGSTOUR DURCH SEEFELD
Geführte Zeitreise durch die Dorfgeschichte.
TREFFPUNKT: Informations- & Mobilitätszentrum Seefeld
WANN: 10:00 bis ca. 12:00 Uhr

WALDBADEN – SHINRIN YOKU
Kraftort Wald – und raus bist du.
TREFFPUNKT: Fiaker-Parkplatz (P3), Seefeld
WANN: 14:00 bis ca. 16:00 Uhr

MÄRCHEN – MYTHEN – SAGEN
Sagenhafte Riesenkraft versteinert, verschwünscht, verzaubert.
TREFFPUNKT: Märchenstadl beim Schmiedhof, Seefeld
WANN: 17:00 bis ca. 19:00 Uhr

DONNERSTAG

FÜHRUNG AUF DEM BIENENLEHRPFAD REITH
Wanderung durch die Welt der Wild- und Honigbienen.
TREFFPUNKT: Dorfplatz Reith
WANN: 14:00 bis ca. 16:30 Uhr

GOLF SCHNUPPERN FÜR KLEIN UND GROSS
Schnupperkurs für Neueinsteiger und Anfänger.
TREFFPUNKT: Driving-Range Golfclub Seefeld-Wildmoos
WANN: 15:30 bis ca. 16:30 Uhr

RÄUCHERN
Ein vergessenes Ritual.
TREFFPUNKT: Meditationsraum in der Kreithalm, Leutasch
WANN: 15:45 bis ca. 17:15 Uhr

FREITAG

E-BIKE SUNRISE TOUR
Geführte E-Bike-Tour zum Himmelskino.
TREFFPUNKT: Kassa bei der Talstation Gschwandtkopf
WANN: Start je nach Jahreszeit zwischen 05:00 und 07:00 Uhr, Dauer ca. 3 Stunden

LEUTASCHER WIESENPRACHT
Farbenfrohe Artenvielfalt im Naturpark Karwendel.
TREFFPUNKT: Ganghofermuseum, Leutasch
WANN: 09:30 bis ca. 12:30 Uhr

EISBADEN AN DER ISAR
Raus aus der Komfortzone, rein ins kalte Wasser.
TREFFPUNKT: Parkplatz Länd, Scharnitz
WANN: 09:45 bis ca. 11:45 Uhr

ALPAKA-SPAZIERGANG
Das wohl flauschigste Wandererlebnis überhaupt!
TREFFPUNKT: Hof der Tiroler Bio-Alpakas, Seefeld
WANN: 15:00 bis ca. 17:00 Uhr

SAMSTAG

HARRY´S PANORAMATOUR 2000
Geführte Wanderung über die Waldgrenze hinaus.
TREFFPUNKT: Parkplatz Stupfer Gaistal, Leutasch
WANN: 09:00 bis ca. 18:00 Uhr

PLATEAUCARD
Bei Anreise erhalten Sie direkt von Ihrem Vermieter die regionale Gästekarte (digital und/oder gedruckt), mit der Sie kostenfrei oder stark ermäßigt am Erlebnisprogramm der Region Seefeld teilnehmen können. Außerdem erhalten Sie Bonusangebote – reduzierte oder freie Eintritte in vielen Partnerbetrieben und bei Veranstaltungen.

Gästekarte = Fahrkarte
Die Gästekarte gilt während des Aufenthalts als Ticket für den Öffi-Verkehr in der Region und bietet zudem eine Anbindung an alle Ausflugsziele und Freizeitangebote. Dafür einfach die PlateauCard im Bus oder der Bahn (gilt für die Bahnstrecke Seefeld–Scharnitz) vorzeigen und Angebot nutzen.

Der visitSeefeld Guide ist Ihr digitaler Urlaubsbegleiter. Persönlich und individuell, mit relevanten Infos zur Region, den schönsten Erlebnissen in Ihrer Nähe und vielen wertvollen Insidertipps. So verpassen Sie während Ihres Urlaubs echt nichts mehr! **www.seefeld.com/visitseefeld-guide**

Alle aktuellen Angebote und Termine sowie zahlreiche weitere Erlebnisse finden Sie unter www.seefeld.com/erlebnisse oder dem QR-Code. Die Erlebnisse können beim Vermieter, online über den Erlebnisshop, über den visitSeefeld Guide oder in allen Informationsbüros der Region gebucht werden. Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

ENGLISH

SUMMER IN THE REGION SEEFELD – TIROLS HOCHPLATEAU

One guest card. A whole lot of experiences.

MONDAY

NATURE PARK & KARWENDEL GORGE
Explore Austria's largest nature park.
WHERE: Scharnitz Nature Park and Information Centre
WHEN: 09.15 – approx. 14.15

DISCOVER THE EFFECTS OF CLIMATE CHANGE
A walk alongside the Karwendel gorge.
WHERE: Scharnitz Nature Park and Information Centre
WHEN: 09.15 – approx. 14.15

PETTING ZOO & ORGANIC FARM
Tour with a look behind the scenes.
WHERE: by 'Sigis Sauhaufen' petting zoo, Seefeld
WHEN: 11.00 – approx. 12.00

GOLF TRY-OUT
A one-off special for first-timers and beginners.
WHERE: at the reception of the Golfclubs Seefeld Reith
WHEN: 14.00 – 14.50

SUNSET TOUR ON THE GSCHWANDTKOPF
Guided walk to end the day.
WHERE: Mösern Information Office
WHEN: 18.00 – approx. 21.00

TUESDAY

GSCHWANDTKOPF SUNRISE WALK
Guided walk with spectacular peak finale.
WHERE: cash desk, bottom station, Gschwandtkopf
WHEN: start, depending on the time of year, between 05.15 and 07.00, duration approx. three hours

SEEFELD SPORTS ARENA & BIATHLON TRY-OUT
Discover the history of this Nordic sport.
WHERE: Seefeld Information & Mobility Centre
WHEN: 09.30 – approx. 11.30

EXPERIENCE NATURE
Discover the natural world through your senses.
WHERE: Munde car park, Moos, Leutasch
WHEN: 9.45 – approx. 13.00

BEER BREWING TRADITION & TASTING
Short introduction to the art of brewing followed by a tasting of some home-brewed beers.
WHERE: in the Bräukeller (beer cellar), Seefeld
WHEN: 16.00 – approx. 17.00

WEDNESDAY

THROUGH THE GLEIRSCH GORGE
On the trail of the old loggers in the Karwendel Nature Park.
WHERE: Scharnitz Nature Park and Information Centre
WHEN: 09.15 – approx. 15.00 (5 hours walking time)

DISCOVER SEEFELD ON FOOT
Guided tour of Seefeld through the years.
WHERE: Seefeld Information & Mobility Centre
WHEN: 10.00 – approx. 12.00

FOREST BATHING – SHINRIN YOKU
Energy spot forest – out you go!
WHERE: Fiaker car park (P3), Seefeld
WHEN: 14.00 – approx. 16.00

FAIRY TALES – MYTHS – LEGENDS
Fabulous stories of strength, petrification, curses and spells.
WHERE: Schmiedhof, Seefeld
WHEN: 17.00 – approx. 19.00

THURSDAY

GUIDED TOUR ALONG THE BEE NATURE TRAIL
A walk into the world of wild bees and honey bees.
WHERE: Reith village square
WHEN: 14.00 – approx. 16.30

GOLF TRY-OUT FOR ALL AGES
A try-out session for first-timers and beginners.
WHERE: Golfclub Seefeld-Wildmoos driving range
WHEN: 15.30 – approx. 16.30

INCENSE BURNING
A forgotten ritual.
WHERE: Meditation room in der Kreithalm, Leutasch
WHEN: 15.45 – approx. 17.15

FRIDAY

E-BIKE SUNRISE TOUR
Guided E-Bike-Tour to the sky.
WHERE: cash desk, bottom station, Gschwandtkopf
WHEN: start, depending on the time of year, between 05.00 and 07.00, duration approx. three hours

LEUTASCH MEADOWS
Colourful biodiversity in the Karwendel Nature Park.
WHERE: Ganghofermuseum, Leutasch
WHEN: 09.30 – approx. 12.30

ICE BATHING IN THE ISAR
Get our of your comfort zone and into cold water.
WHERE: LÄND CAR PARK, SCHARNITZ
WHEN: 09.45 - approx. 11.45

WALKING WITH ALPACAS
Our fluffiest walking tour!
WHERE: Alpaca-Farm, Seefeld
WHEN: 15.00 – approx. 17.00

SATURDAY

HARRY'S PANORAMIC TOUR 2000
Guided hike beyond the tree line!
WHERE: Stupfer car park, Gaistal, Leutasch
WHEN: 09.00 – approx. 18.00

PLATEAUCARD
When you arrive, you will receive the regional guest card (digtal and/or print) directly from your host. This card allows you to participate in the experiences programme of the Region Seefeld free of charge or at a greatly reduced rate. You will also receive discounts and reduced or free admission to many partner businesses and events.

Guest card = bus an train ticket
During your stay, the guest card is also valid as a ticket for all public bus connections in the region. In addition, the free mobility offer of the guest card also includes the Seefeld–Scharnitz train and the Wildmoosbus. Simply show your PlateauCard on the bus or train and take advantage of these services.
www.seefeld.com/en/guest-card.html

The visitSeefeld Guide is your digital holiday companion. Personal and individual, with relevant information about the region, the best things to do in your area and lots of valuable insider tips. So you won't miss out on anything during your stay!
www.seefeld.com/en/visitseefeld-guide

All current events and dates as well as numerous other activities can be found at www.seefeld.com/en/shop/experiences or by using the QR code. Registration via the experience shop, your host or the information offices and via the visitSeefeld Guide.

NEUE ERLEBNISWELTEN

Eindrucksvolle Vielfalt entdecken, zur Ruhe kommen, abschalten und genießen: Das regionale Gästekartenprogramm bietet ganzjährig exklusive oder stark ermäßigte Erlebnisse für Jung und Alt.

Discover the variety, unwind, switch off and enjoy. Our year-round activity programme has something for all ages and is available at greatly reduced rates, and often exclusively, to holders of the regional guest card.

HARRY'S PANORAMATOUR 2000

HARRY'S PANORAMIC TOUR 2000

Diese mittelschwere und ruhige Tour (rot, T3) führt auf den Südwandsteig auf über 2.000 Meter hinaus – wo Murmeltiere pfeifen und bizarrer Fels sanfte Almwiesen küsst. Bei Lust und ausreichender Kondition ist das Ziel die Gehrenspitze (2.367 m), die ein unglaublich schönes Panorama über die Region ermöglicht. Der Gipfel ist ohne Klettern erreichbar und nicht ausgesetzt. Dennoch ist Trittsicherheit ein Muss. Begleitet werden Sie vom ausgebildeten Bergwanderführer Harald Wilhelm aus Leutasch.

TREFFPUNKT: Parkplatz Stupfer Gaistal, Leutasch
WANN: von 24. Mai bis 20. September, immer samstags, 09:00 bis ca. 18:00 Uhr

This moderately difficult and peaceful tour (red, T3) takes us up the South Wall Trail above 2,000 m - where marmots whistle and bizarre rocks kiss gentle alpine meadows. If you're willing and have sufficient fitness, we will hike to the Gehrenspitze (2,367 m), which offers us an incredibly beautiful panorama of the region. The summit is accessible without climbing and is not exposed. Nevertheless, sure-footedness is a must. You will be accompanied by the trained mountain guide Harald Wilhelm from Leutasch.

WHERE: Stupfer car park, Gaistal, Leutasch
WHEN: from May 24th to September 20th, every Saturday, 09:00 – approx. 18:00

MÄRCHEN – MYTHEN – SAGEN

FAIRY TALES – MYTHS –LEGENDS

Überall auf der Welt gibt es sagenhafte Märchen und Erzählungen über die Natur und die Menschen, die einst hier lebten. Auch in der Region Seefeld werden solche Geschichten erzählt. Doch sind sie wahr oder nur Fantasie? Heute hört ihr von Verena Hiltpolt, beim Märchenstadl, von Abenteuern und Begebenheiten, die man sich hier schon seit vielen hundert Jahren erzählt. Nun ihr lieben Leute, spitzt eure Ohren. Lasst euch entführen in die Welt der Geschichten, von denen wir heute noch gerne berichten.

TREFFPUNKT: Märchenstadl beim Schmiedhof, Seefeld
WANN: vom 21. Mai bis 22. Oktober, immer mittwochs, 17:00 bis ca. 19:00 Uhr

All over the world, there are fantastic fairy stories and anecdotes about different countries and the people who lived there. Even here in the Region Seefeld. But are the stories true, or just fantasy? In her fairy-tale barn, Verena Hiltpolt will recount legends that have been told for hundreds of years about different adventures and happenings. So sit back, prick up your ears and delve into a world of stories from years gone by.

WHERE: Schmiedhof, Seefeld
WHEN: from May 21st to October 22nd, every Wednesday, 17.00 – approx. 19.00

RÄUCHERN
INCENSE BURNING

Räuchern, ein vergessenes, aber sehr wertvolles Ritual, ist nicht nur zu Weihnachten, sondern das ganze Jahr unterstützend. Bei einem Workshop mit der Mentaltrainerin Sigrid Pichler wird Ihnen gezeigt, welche Harze und Kräuter für gewünschte Wirkungen geeignet sind und wie man sie richtig verwendet. An diesem Nachmittag kreieren Sie Ihre Räucherstäbchen nach persönlichem Geschmack. Die selbstgemachte Räucherware können Sie dann gerne mit nach Hause nehmen und eine weitere kleine harmonisierende Überraschung wartet auf alle Workshop-Teilnehmer.

TREFFPUNKT: Meditationsraum in der Kreithalm, Leutasch
WANN: vom 22. Mai bis 16. Oktober, immer donnerstags, 15:45 bis ca. 17:15 Uhr

Incense burning is an important, yet often overlooked, ritual that can produce feelings of positivity at any time of the year, not just at Christmas. During this workshop with the mind coach, Sigrid Pichler, you will learn which resins and herbs are best for a specific effect and also how you should use them correctly. You will get to make your own incense sticks to your own personal taste and you can take them with you to use at home. There is also an extra feel-good surprise for every workshop participant.

WHERE: Meditation room in the Kreithalm, Leutasch
WHEN: from May 22nd to October 16th, every Thursday, 15.45 – approx. 17.15

BIS ENDE JUNI UND AB ENDE SEPTEMBER /
UNTIL THE END OF JUNE AND FROM THE END OF SEPTEMBER

EISBADEN AN DER ISAR
ICE BATHING IN THE ISAR

Lust, was Neues auszuprobieren? Die Isar bietet im Frühjahr und Herbst die perfekte Kulisse, sich einer besonderen Herausforderung zu stellen: dem Kaltwasserbaden – unter 5°C Wassertemperatur auch bekannt als Eisbaden.
TREFFPUNKT: Parkplatz Länd, Scharnitz
WANN: immer freitags, 09:45 bis ca. 11:45 Uhr

Fancy trying something new? The Isar in Scharnitz offers the perfect backdrop for a special challenge in spring and fall: cold water swimming - also known as ice swimming when the water temperature is below 5 degrees.

WHERE: Länd car park, Scharnitz
WHEN: Friday, 09.45 to approx. 11.45

SCHÖNES SPIEL

Gepflegte Fairways, akkurate Greens, strahlender Himmel und das aufregende Ping eines gut getroffenen Balls – Golf ist mehr als ein Sport. Es ist ein Lebensgefühl zwischen Natur, Konzentration und Entspannung.

Golf ist eine wunderbare Sportart, um mit sich selbst und der Natur in Einklang zu kommen. Der Platz, die frische Luft, die Weite – beim Golfen kann man sich voll und ganz auf den Augenblick konzentrieren. Es gibt diese Momente, wenn der Ball perfekt in die Luft geht und mit einer eleganten Kurve das Ziel erreicht. Ein leises „Plopp" und er verschwindet im Loch. Es ist ein Augenblick der absoluten Klarheit, in dem alles richtig ist. Und es gibt Momente, in denen er all das nicht tut. Kaum ein anderer Sport zeigt einem so unmittelbar, wie der innere Zustand den Erfolg beeinflusst. Ein misslungener Schlag kann den Kopf verstellen, ein guter Drive hingegen bringt einen in den richtigen Flow.

Wer Golf liebt, wird auch Wildmoos lieben. Nur wenige Autominuten von Seefeld entfernt eröffnet sich auf rund 1.300 Metern ein Golfplatz, der zu den schönsten des Alpenraums zählt – und das völlig zu Recht. Ungezwungen, sportlich, naturnah – ein Platz mit Erinnerungswert. Der 18-Loch-Platz wurde bereits in den 1960er-Jahren vom berühmten Golfarchitekten Donald Harradine entworfen und fügt sich seither so harmonisch in die Tiroler Berglandschaft ein, als wäre er schon immer da gewesen. Umgeben von Wäldern und mit spektakulärem Blick auf die Gipfel und Bergketten des Karwendel- und Wettersteingebirges ist jeder Abschlag ein kleines Naturerlebnis. Mal fordernd, mal verzeihend – und immer abwechslungsreich.

Ausklingen lässt man den Golftag am besten im Restaurant mit atemberaubendem Alpenblick. Bei schönem Wetter sitzt man auf der großen Sonnenterrasse. Serviert wird unkomplizierte Hausmannskost, Pasta, Gegrilltes, Jausen-Kleinigkeiten und herrliches Süßes. Ein Paradies nicht nur für Golfer.

DER 18-LOCH-KURS SEEFELD-WILDMOOS (PAR: 72) ist als einer der „Leading Golf Courses Austria" prämiert und zählt zu den Top 100 in den Alpen. 1969 von Architekt Donald Harradine entworfen ist er ein echtes Naturjuwel und bekannt für seine sparsam eingesetzten Bunker auf den Fairways als auch den atemberaubenden Ausblick.

WEITERE GOLFPLÄTZE IN DER REGION UND DER UNMITTELBAREN UMGEBUNG:

- Golfclub Seefeld Reith, 9 Loch
- Golfclub Mieminger Plateau, 27 Loch
- Olympia Golf Igls, 9 Loch
- Golfclub Innsbruck-Igls, 27 Loch
- Golfclub Garmisch-Partenkirchen, 18 Loch
- Golfclub Zillertal-Uderns, 18 Loch
- Golfclub Achensee, 18 Loch
- Golfclub Weidenfels, 9 + 3 Loch
- Golfclub Karwendel, 9 Loch (18 Abschläge)

In der Region Seefeld gibt es 5 Golfschulen und 7 Golfhotels.

DIE KUNST DER WÄRME

Das Banja-Ritual ist eine traditionelle Saunazeremonie, die einerseits der körperlichen Reinigung dient und gleichzeitig den Geist zur Ruhe kommen lässt. Bei Andreas und Diana Weiß und ihrem Banja Tirol in Scharnitz ist die pure Entspannung zu Hause.

BANJA TIROL

Die Banja ist eine traditionelle und ursprünglich russische Sauna, die für ihre intensive Hitze und Feuchtigkeit bekannt ist. Die traditionelle Banja ist aus Holz gebaut und verfügt über drei Räume – den Waschraum, die Schwitzstube und den Ruheraum. Die „Ritualbanja" von Andreas und Diana Weiß in Scharnitz besteht aus der Dampfsauna und einem großzügigen Ruhebereich. Zum sanften Abklopfen des Körpers werden traditionelle Eichen- und Birkenweniks verwendet, auch das Schwitzen gehört dazu. In der Banja Tirol herrschen in der Regel Temperaturen von 45 bis maximal 60 °C, in der dritten Runde bis 65 °C. Normalerweise dauern die drei Behandlungszyklen jeweils zwischen 20 und 30 Minuten, dazwischen ist Zeit zum Entspannen. Gestartet wird mit einem ausführlichen Ganzkörperpeeling mit warmen Birkenschaum-Reisigen. Für Einsteiger ist das 2,5 Stunden lange Ritual ideal, das 4,5-stündige Erlebnis ist perfekt für all jene, die schon Banja-Erfahrung mitbringen. Wer mag, kann hier einen auf rund 40 °C aufgeheizten Hottub samt einer Flasche Wein oder kleine Häppchen dazubuchen, eine Früchteplatte ist optional immer möglich (große Empfehlung!). Auch Gruppenanfragen bis maximal sechs Personen sind möglich. Infos und Buchungsanfragen unter **www.banja-tirol.at**

In der russischen Kultur, aus der die Banja ursprünglich stammt, galt diese als Ort der Reinigung – nicht nur von Schweiß und Staub, sondern auch von Sorgen und Gedanken. Früher hat sich in der Banja, dem Badehaus, die Dorfgemeinschaft getroffen. Hier hat man sich ausgetauscht, man bereitete Verstorbene auf ihre letzte Reise vor, sah sie als Ort der Heilung. Viele Frauen brachten hier ihre Kinder zu Welt, denn die Banja war meist der sauberste Ort im Dorf. Auf dem Ofen wurde manchmal sogar gekocht. Das ist heute freilich nicht mehr so, der ursprüngliche Gedanke als Reinigungsritual ist jedoch geblieben. „Wenn man Eichen- oder Birkenblätter erwärmt und reibt, fangen sie an zu schäumen", erklärt Andreas. „Damit hat man sich früher gereinigt – entweder alleine oder man hat sich gegenseitig gewaschen. Über die Jahre hat sich das Ritual stetig weiterentwickelt."

Andreas und Diana Weiss kommen ursprünglich aus Eberswalde, 50 Kilometer nordöstlich von Berlin. Seit 20 Jahren leben sie in der Region, seit 2018 sind sie ausgebildete Saunameister und seit 2020 selbständig. Vor drei Jahren holten sie gemeinsam den ersten Platz bei den österreichischen Saunamasters im Showaufguss. Heute trifft man die beiden als Aufgussteam Harmony regelmäßig im Alpenbad Leutasch an. Dass sie zur Banja kamen, ist wie so oft einem Zufall geschuldet. In diesem Fall war es die Pandemie. „Wir haben uns am 1. Jänner 2020 als Saunameister selbstständig gemacht und in unterschiedlichen Hotels gearbeitet. Kurz darauf kam der erste Lockdown. Wir durften gar nichts mehr", schaut Diana zurück. Es war schließlich ein Freund aus der Schweiz, der unmittelbar zuvor in St. Petersburg die Ausbildung zum Banja-Meister absolviert hatte. Die Corona-Auflagen der Eidgenossen waren weniger streng, also haben sich Andreas und Diana bei ihm in die Kunst der Banja einführen lassen. „Von dort aus haben wir interessehalber noch zwei Banja-Meister in Deutschland besucht und dann aus diesen drei Stilen unseren

„EINE BANJA-ZEREMONIE IST GLEICHZEITIG EINE AROMATHERAPIE."

DIANA WEISS

„WIR HABEN AUS UNTERSCHIEDLICHEN BANJA-STILEN UNSEREN EIGENEN KREIERT."

ANDREAS WEISS

ANDREAS UND DIANA und normalerweise auch die Gäste tragen während der Behandlungen einen Filzhut. Das macht in der Sauna übrigens tatsächlich Sinn: Er schützt den Kopf vor Überhitzung und hilft dabei, Schwindel oder Unwohlsein vorzubeugen. Der Hut sorgt für einen Temperaturausgleich zwischen Kopf und Körper – das tut dem Kreislauf gut. Außerdem schützt er die Haare, die trockene Hitze nicht sonderlich gerne mögen. Filz ist ideal, weil er hitzebeständig, isolierend und atmungsaktiv ist.

eigenen kreiert", erzählt Andreas. Seitdem sind sie immer wieder auf Meisterschaften und Events unterwegs. „Hier lernen wir andere Banja-Meister kennen und tauschen uns aus. Es gibt die unterschiedlichsten Schlagtechniken und Zugänge, sodass auch wir uns ständig weiterentwickeln."

Tatsächlich geht es bei einem Banja-Ritual nicht ums reine Schwitzen. Ein aromatischer Dampf erfüllt den Raum und öffnet die Sinne. Mit Eichen- und Birkenweniks, also zu Bündeln geschnürten Zweigen, wird der Körper dazu rhythmisch abgeklopft. Mit der richtigen Technik wird jede Berührung zur angenehmen Massage, die Durchblutung wird gefördert und der Kopf angenehm frei. Mit jeder Minute versinkt man tiefer in eine wohltuende Entspannung. Zum Duft der Birke und Eiche mischen sich weitere Kräuter wie Steinklee, Wermut oder Oregano, die die beiden auch bei ihren Aufgüssen in der finnischen Sauna im Alpenbad verwenden. So wird die Banja zu einem Ritual für alle Sinne.

Eine Zeremonie besteht aus drei Behandlungen, dazwischen relaxt man im großzügigen Ruhebereich im oberen Stock, in dem einen ein friedlich knisternder Ofen, knautschige Sessel und ein Himmelbett empfangen. Die Behandlungen beginnen mit einem wohltuenden Peeling mit warmen Birkenschaum-Reisigen. Durch Wärme und Feuchtigkeit werden die Birkenblätter weich und biegsam, jede Berührung fühlt sich an wie eine geschmeidige Umarmung. Anschließend mit warmem Wasser aus der Gießkanne abgegossen zu werden, ist ein überraschend neues und durchaus angenehmes Gefühl. Die Temperaturen sind mit rund 45 bis maximal 60 Grad bekömmlich, für Diana und Andreas kann die Arbeit bei Hitze und hoher Luftfeuchtigkeit dennoch mitunter herausfordernd werden: „Es ist jedoch eine durchaus schöne Anstrengung", sagt Diana. Nach der Behandlung geht es raus an die frische Luft. Hinsetzen, durchatmen, wirken lassen. Das Spiel aus Hitze und Kälte ist wunderbar.

Das Banja-Ritual ist eine ganz fabelhafte Zeremonie, die sich schwer mit Worten beschreiben lässt. Man muss sie erleben. Das kann man bei Banja Tirol, wo uns Andreas und Diana ein rundum zufriedenes Lächeln ins Gesicht gezaubert haben. Körper und Geist sind vollumfänglich glücklich.

ART OF HEAT

The banya ritual is a traditional sauna ceremony that cleanses the body while calming the mind. Andreas and Diana Weiß have made their Banja Tirol in Scharnitz a home to pure relaxation.

Russian culture, where the banya originated, saw it as a place of purification – not just of sweat and dust, but also of worries and thoughts. Many women gave birth there because the banya was usually the cleanest place in the village. Sometimes people even cooked on the stove. Of course, this is no longer the case today, but the original idea of a cleansing ritual has remained. "When you heat oak or birch leaves and rub them, they start to foam," explains Andreas. "People used to clean themselves in this way – either alone or by washing each other."

Andreas and Diana Weiss originally come from Eberswalde, 50 kilometres northeast of Berlin. They have been living in the region for 20 years and have been trained sauna masters since 2018. They took first place together at the Austrian Sauna Masters three years ago in the show infusion category. And they are banya ceremony masters. The banya ritual is not just about sweating. The body is rhythmically tapped with oak and birch branches. The right technique makes every touch feel pleasant. The scent of birch and oak is mixed with other herbs such as sweet clover, wormwood and oregano, which the couple also use in their infusions at the Alpenbad Leutasch.

A ceremony consists of three treatments, with time to rest in the spacious relaxation area in between. Temperatures in the Banja Tirol usually range from 45 to a maximum of 65 °C. The three treatment cycles normally last between 20 and 30 minutes each. The 2.5-hour ritual is ideal for beginners, while the 4.5-hour experience is perfect for those who already have some banya experience.
www.banja-tirol.at

© ZOMM, FOODDESIGN MITTERBAUER

Kulinarik mit Haltung

ZOMM – Boutiquehotel & Restaurant in Seefeld:
Authentisch. Persönlich. Besonders

Mitten im Herzen von Seefeld in Tirol liegt ein Ort, der für ehrliche Gastfreundschaft, kreative Küche und gemütliches Ambiente steht: das ZOMM – Boutiquehotel & Restaurant. Geführt von Julia, Thomas und Waal ist das ZOMM weit mehr als nur ein Hotel. Es ist ein Herzensprojekt, das Leidenschaft, Handwerk und Regionalität auf charmante Weise verbindet.

Im ZOMM erwarten euch fünf individuell eingerichtete Zimmer für bis zu vier Personen sowie sechs großzügige Apartments für bis zu sechs Personen – ideal für Paare, Freunde oder Familien. Das Frühstück ist regional, saisonal und liebevoll zubereitet – der perfekte Start in den Tag.

Neu seit diesem Jahr: Unser hauseigener Aktivguide begleitet euch im Sommer beim Wandern und Biken und im Winter beim Schneeschuhwandern oder Rodeln. So wird euer Aufenthalt in den Bergen nicht nur erholsam, sondern auch abwechslungsreich und naturverbunden.

Seit Dezember 2024 ist auch das hauseigene Restaurant geöffnet – ausschließlich abends ab 16 Uhr. Die Küche ist ehrlich, kreativ und geprägt von Regionalität und Respekt vor dem Produkt. Klassiker wie Tatar, Beuschl oder Wiener Schnitzel treffen auf Einflüsse aus aller Welt, kombiniert mit frischen Zutaten von lokalen Höfen, biologischem Anbau und ganztierlicher Verwertung. Ein besonderes Highlight ist der offene Holzkohlegrill, auf dem vieles direkt vor den Augen der Gäste zubereitet wird.

Das ZOMM steht auch für besondere Abende: Ob im Restaurant, in der gemütlichen Zirbenstube oder auf der Terrasse mit Bergblick – hier entstehen unvergessliche Momente. Auf Wunsch begleitet das Gastgeberteam den Abend mit einem Aperitif, feinen Häppchen aus der Showküche und einem Menü, das persönlich präsentiert wird.

WER DAS ECHTE SUCHT, WIRD IM ZOMM FÜNDIG – OHNE CHICHI, MIT VIEL HERZ, GESCHMACK UND PERSÖNLICHKEIT.

ZOMM – BOUTIQUEHOTEL & RESTAURANT
Leutascher Straße 485
6100 Seefeld
info@zomm.at
www.zomm.at

Tischreservierungen gerne telefonisch oder über WhatsApp unter +43 664 233 62 35

© ANDREAS FRIEDLE (2)

LORENZ MARIA GRIESSER hat sein Kochhandwerk auf der ganzen Welt gelernt. Das spiegelt sich auf der Karte wider.

KULINARISCHE ÜBERRASCHUNG

Scharnitz sei ihm passiert, sagt Lorenz Maria Grießer, der Anfang März sein „LORENZ in der Alten Mühle“ ebendort offiziell eröffnet hat. Gott sei Dank, sagen wir.

„LORENZ MARIAS BEEF TATAR“ aus handgeschnittenen Rinderfiletspitzen bekommt unter anderem ein Miso-Confit, Wachteleier und Kartoffelchips zur Seite und kommt perfekt abgeschmeckt an den Tisch.

© EVA BEER

AM CHEF'S TABLE nehmen bis zu sechs Personen direkt in der Küche Platz und erleben Kochkunst hautnah. Wer mag, darf sogar mitkochen.

Nach einer Soft-Opening-Phase, in der Abläufe und Prozesse getestet, verfeinert und optimiert wurden, war es Anfang März so weit, und das LORENZ in Scharnitz öffnete offiziell und perfekt vorbereitet seine Türen für Publikum. In der Gourmetwelt ist Chef Lorenz Maria Grießer indes kein Unbekannter.

„ESSENGEHEN MUSS EIN ERLEBNIS SEIN."

LORENZ MARIA GRIESSER

Dass er Koch werden möchte, wusste Lorenz Maria Grießer eigentlich schon immer. Er absolvierte die Villa Blanka in Innsbruck, wo ihn die Sommerpraktika gleich in die höchste Liga führten – zu Johann Lafer nämlich. Er perfektionierte sein Handwerk im Münchner Sternerestaurant Tantris und im 181-First im Olympiaturm München und war weltweit unterwegs. Auch selbständig und am liebsten in Asien. Im Hieronymus im Hotel Lartor in Unterammergau prägte er die Küchenphilosophie zu dessen Start maßgeblich mit, zuletzt kochte er sich in Singapur in die Herzen und Gaumen zahlreicher Gourmets. Wie in Singapur steht auch in Scharnitz ein Investor im Hintergrund, der die Immobilie zur Verfügung stellt, die Lorenz kulinarisch bespielt. „Singapur ist eine wunderschöne Stadt, doch ich habe etwas vermisst", so Lorenz. Die frische Luft zum Beispiel, Trinkwasser oder die Jahreszeiten: „Ich wollte es mal wieder richtig kalt haben." Der erste Gedanke war, zusammen mit seiner Frau May Ann mit einem Foodtruck durch Österreich, Deutschland und Europa zu fahren und immer genau dort zu kochen, wo es gerade besonders viel Spaß macht – als „Nomaden auf Zeit" sozusagen, wie es sich Lorenz vorgestellt hat. Es kam anders: „Dann ist mir Scharnitz passiert und nun steh ich mit zwei Restaurants da", denn auch das Kracherlemoos in Seefeld wird von ihm kulinarisch verantwortet.

Für das neue Restaurant in Scharnitz wurde die vormalige Alte Mühle, bisher bekannt als eine Art Kunstlokal, bis auf die Grundmauern niedergerissen und komplett neu auf-

gebaut. Nur der Eingangsbogen durfte bleiben und ein Stück der alten Mauer. Und ein alter Mühlstein, der bei den Abbrucharbeiten zutage kam, bekam einen ganz speziellen Platz beim Eingang. Nun also kocht Lorenz in der Alten Mühle.

„Kochen hat mir schon immer Spaß gemacht", sagt Lorenz und das merkt man der Küche an. Ohne Leidenschaft wäre sie nicht, wie sie ist. Die Karte ist extrem kreativ, alpin mit asiatischen Akzenten, bodenständig und weltoffen. Die unterschiedlichsten Aromen fordern den Gaumen, ohne ihn zu überfordern. Gehoben, aber nicht abgehoben. Jeder Geschmack ist perfekt aufeinander abgestimmt, darf unkonventionell sein, erstaunen, überraschen. Die Gerichte sind mutig abgeschmeckt, in jedem einzelnen ist Lorenz' Handschrift erkennbar. Fische werden im Ganzen geliefert, im eigenen Dry-Aging-Schrank reift hochwertigstes Fleisch bis zur Perfektion, seinen bevorzugten Cut wählt der Gast direkt aus der Vitrine. Die großzügig bemessene Küche ist offen und einsichtig, der Gast darf und soll sehen, wie hier gearbeitet wird. Souschef Jin ist ähnlich groß wie Lorenz, nicht nur deshalb macht eine geräumige Küche Sinn: „Es ist einfach fein, wenn man vor allem bei Veranstaltungen genug Platz hat, um anzurichten." Die Küche ist organisiert, man erkennt die Erfahrung. Der Robatayaki-Grill ist nach eigenen Vorstellungen höhenverstellbar und auch für das edel-lässige Interieur zeichnet der Chef selbst verantwortlich. Kreative Lösungen wie über der Bar hängende Spirituosen („Wir haben keinen Keller und müssen Platz sparen.") setzen spielerische Akzente, ohne gewollt zu wirken. Sogar die Bilder an den Wänden hat Lorenz selbst gemalt. Er will damit vor allem auf das Thema Nachhaltigkeit in der Fischerei aufmerksam machen. „Ich hatte auch schon zwei, drei Ausstellungen", sagt er quasi nebenher.

Zusätzlich zum Restaurant gibt es einen exklusiven Chef's Table, der direkt in der Küche Platz für bis zu sechs Personen bietet. „Es gibt zwei Gründe, warum Menschen essen gehen: Weil sie Hunger haben oder weil sie

DAS ZARTE ZANDERFILET wurde langsam auf der Haut gebraten und immer wieder sanft mit kräuteraromatisierter Butter übergossen. Dazu gibt's knackiges Gemüse, Kopfsalat, Topfen-Parmesan-Paunzen und Flusskrebse.

SO GEHT KINDERÜBERRASCHUNG: Das Schokoei ist prall gefüllt, im Eis finden sich unter anderem erfrischende Aromen von Kaffir-Limettenblättern.

© ANDREAS FRIEDLE (2)

PINA COLADA VON DER LEUTASCHER LACHSFORELLE

by Lorenz Maria Grießer

Zutaten für 4 Personen

400 g Leutascher Lachsforelle, ohne Gräten und Haut, in grobe Würfel geschnitten
200 g Yuzu, Saft
100 g Schalotten
50 g frischer Ingwer
100 g Karotten (orange oder gelb)
200 g Ananas
1 rote Chilli
50 g Zitronengras
10 g rosa Sushi-Ingwer
50 ml geröstetes Sesamöl
100 ml Ponzu
600 ml Kokosmilch
4 Kaffir-Limettenblätter
400 ml Ananaspüree
50 g brauner Zucker
80 g Sweet Chili Sauce
1 Limette, Abrieb und Saft
etwas Salz und japanischer Zitronenpfeffer zum Würzen

Zubereitung

Zur Vorbereitung die Schalotten, den frischen Ingwer, die Karotten und Ananas jeweils schälen und in Brunoise, also sehr kleine Würfel, schneiden. Die Chili fein hacken, Zitronengras und Sushi-Ingwer fein schneiden. Die Lachsforelle in grobe Würfel schneiden, leicht salzen, mit Yuzu-Saft beträufeln und für ca. 2 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.*)

Die restlichen Zutaten zum Fisch geben, falls nötig, noch etwas salzen und mit japanischem Zitronenpfeffer würzen. Kurz vor dem Anrichten die Limettenblätter entfernen.

Garnitur

Leutascher Lachsforellen-Kaviar
Kresse
Thaibasilikum-Öl
Piment d'Espelette

*) Im Grunde genommen handelt es sich um eine Ceviche. Das Grundrezept dafür ist überaus simpel: Roher Fisch wird mit etwas Salz gewürzt und ganz ohne Hitzezufuhr für kurze Zeit in reichlich Limettensaft kalt gegart.

Hier geht's zur Kulinarischen Nachlese:

© ANDREAS FRIEDLE

etwas erleben wollen. Wobei letzteres vermutlich noch wichtiger ist", findet Lorenz, der sich mit seinem Chef's Table in Richtung Hauben und Sterne bewegen möchte. „Das ist die Welt, aus der ich komme", sagt er. „Der Chef's Table ist auch für mich eine Herausforderung, an der ich wachsen und mich entwickeln kann – auch im Kopf. Hier darf es richtig besonders sein." Die Gäste sitzen mittendrin im Geschehen und erleben hautnah, was in der Küche passiert. Gerne dürfen sie auch mitkochen. So wird der Abend zu einem interaktiven Erlebnis.

Ebenso originell wie die Gerichte ist die Getränkebegleitung, die Lorenz bewusst nicht nur auf Weine fokussiert: „Weinbegleitungen sind super, doch bei Getränken geht noch viel mehr." Als er seine Sommelierausbildung machte, entdeckte Lorenz seine Leidenschaft für Sake. Also hing er den Sake-Sommelier dran und weist bei bestimmten Gerichten auf der Karte bewusst darauf hin, dass Sake hier tatsächlich eine gangbare Alternative wäre: „Ich finde Sake sehr spannend. Beim Wein kämpft man beim Essen immer auch ein Stück gegen die Säure an. Sake hat wenig Säure, dafür viel Umami. Er funktioniert beim Kochen genauso wie pur oder in Cocktails." Für die ist im Restaurant übrigens die zauberhafte May Ann zuständig und sie macht das großartig. Getränkebegleitungen werden neben dem Essen sohin zu einer eigenen kleinen Reise: Wein, Sake, Cocktails, wenn es passt Bier. „Warum nicht?", fragt Lorenz. „Man kann auch mit Getränken wunderbar spielen, das macht das Ganze noch spannender und überraschender. Es muss auch nicht immer Alkohol sein. Mittlerweile gibt es zahlreiche tolle alkoholfreie Alternativen." Kürzlich habe er zwei Jungs aus Kopenhagen ausgemacht, die einen hervorragenden Sparkling Tea produzieren, eine alkoholfreie, prickelnde Mischung aus ausgewählten Tees, Kräutern und Gewürzen als erfrischende Alternative zu Schaumweinen. „Der schmeckt echt lässig. Man hat das Trinkvergnügen eines Sekts, nur ohne Alkohol."

Im Restaurant finden bis zu 120 Personen Platz, ist unten voll, wird in den ersten Stock hinauf verlängert. Dort gibt's auch eine Rooftop-Terrasse und Tagungsräume, in denen man im Creativ LAB kleine Kreativworkshops ebenso abhalten kann wie Veranstaltungen im kleinen Rahmen im Tagungsraum Isar. Legt man beide Räume zusammen, wird daraus der Weineisen Campus, in Anlehnung an die frühere Besitzerfamilie der Mühle. So wird der erste Stock perfekt für Familienfeiern oder Hochzeiten. Im Sommer kommt ein eigenständiger Biergarten nach draußen, der Biker und Wanderer willkommen heißt und klassisch Bodenständiges serviert.
www.lorenz-restaurant.com

BIOTEAQUE
Chiemgauer Tee Manufaktur
AUS DEM WEG –
FRISCHE TEELIEFERUNG!
TS BT 65H
WWW.BIOTEAQUE.COM | INFO@BIOTEAQUE.COM

DAS HERZSTÜCK

Eine lebendige Fußgängerzone ist das pulsierende Herz einer Ortschaft, ein Treffpunkt, eine Bühne des Alltags, auf der sich das Leben in all seinen bunten Facetten zeigt. Hier begegnen sich Menschen – zufällig oder verabredet –, tauschen sich aus, gönnen sich einen Kaffee oder ein Gläschen Wein in der Sonne und schlendern entspannt zur Shoppingtour.

Wer durch Seefeld flaniert, spürt sofort: Hier pulsiert das Leben – nicht hektisch, sondern mit einem gewissen Maß an Leichtigkeit, Offenheit und Charme. Eine gut gestaltete Fußgängerzone lädt zum Verweilen ein, gibt Raum zum Schlendern, Plaudern, Staunen. Eine lebendige Fußgängerzone bedeutet auch: gelebte Vielfalt. Hier gibt es das traditionelle Café neben der edlen Boutique, die regionale Bäckerei neben dem Laden für lokale Handwerkskunst und Design. Der Mix macht's – und sorgt dafür, dass Orte nicht austauschbar werden, sondern ihre ganz eigene Handschrift behalten. Vielleicht entdeckt man einen neuen Lieblingsladen oder trifft jemanden, den man seit Jahren nicht mehr gesehen hat.

DORT, WO KEIN AUTOLÄRM DAS GESPRÄCH ÜBERTÖNT, ENTSTEHT RAUM FÜR BEGEGNUNG.

Seefeld ist ein wunderbares Beispiel dafür, wie viel Kraft in einem solchen Raum stecken kann. Die Fußgängerzone ist kein bloßer Durchgang, sondern ein lebendiger Treffpunkt, geprägt von der einzigartigen Mischung aus alpinem Flair, lässigem Lebensgefühl und einzigartigem Shoppingerlebnis. Lebendige Fußgängerzonen sind deshalb weit mehr als ein schönes Pflaster. Sie sind Räume,

die einer Ortschaft Identität geben, ihren Charakter sichtbar machen und zum Längerbleiben einladen. Seefelds Zentrum ist Bühne und Begegnungsraum, Einkaufsstraße und Erholungsort zugleich und besonders für Familien mit (kleinen) Kindern angenehm, weil kein Verkehr das Zusammensein stört und man nicht auf fahrende Autos achten muss.

Seefeld hat eine der ältesten Fußgängerzonen in Tirol und präsentiert sich mondän, offen und barrierefrei. Über 50 Geschäfte bieten persönliche Betreuung und individuelle Beratung, in den Lokalen, Restaurants und Cafés lässt man sich gerne nieder – auf einen schnellen Espresso oder ein mehrgängiges Menü.

Wer die Ruhe sucht, wird sie im blühenden Kurpark finden, wo man am idyllischen Teich Gott einfach einmal einen guten Mann sein lässt. Märkte, Feste und Konzerte tauchen den Ort dazu regelmäßig in eine ganz besondere Atmosphäre. Das Seefelder Dienstagsmarkt'l ist längst zum liebgewonnenen Fixpunkt geworden, das Strudel- oder Winzerfest sorgt für eindrückliche kulinarische Highlights, im Sommer wird der Kurpark zum Dreh- und Angelpunkt eines bunten und unterhaltsamen Konzertprogramms.

Besonders praktisch: Der Bahnhof Seefeld liegt direkt am Eingang der Fußgängerzone. Von hier starten auch zahlreiche Wege in die Umgebung. Zentrum trifft Natur. Viele Wanderer schätzen diese öffentliche Anreise. Wer mag, begibt sich als Teil des Erlebnisprogramms gemeinsam mit staatlich geprüften Fremdenführerinnen auf eine Erkundungstour durch Seefeld. Auf der geführten Zeitreise durch die Dorfgeschichte kommt man zum Beispiel an der gotischen Pfarrkirche St. Oswald (eine Besichtigung der Kirche lohnt sich übrigens immer!), dem Hotel Klosterbräu und dem Seekirchl als Wahrzeichen von Seefeld vorbei. Vom Pfarrhügel aus genießt man eine prachtvolle Aussicht auf den Ort und die umliegende Bergwelt. Wenn es etwas weitläufiger sein darf, nimmt man auf der Dorfrundwanderung noch den idyllischen Wildsee mit, wo man im südlich gelegenen Wäldchen immer wieder auf freche Eichhörnchen trifft. Ganz nah befindet sich außerdem ein liebevoll gestalteter Rundweg durch das Reither Moor. Der etwa einstündige Spaziergang startet beim Informationsbüro Seefeld direkt beim Bahnhof, führt über die Fußgängerzone zur Pfarrkirche St. Oswald (Sie erinnern sich: unbedingt hineingehen!), hinauf zum Pfarrhügel und entlang des Seefelder Kreuzweges bis zum Apostelkreis. Vorbei am Wildsee geht es über das Seekirchl und Olympiabad retour. Endpunkt: Fußgängerzone, wo man den Spaziergang entspannt ausklingen lässt.

SEEFELDER FUSSGÄNGERZONE

Die Fußgängerzone in Seefeld ist das Herzstück des Ortes und vereint traditionellen Charme mit modernem Flair. Am Dorfplatz finden regelmäßig Märkte und Veranstaltungen statt, viele familiengeführte Shops und Geschäfte laden zum Stöbern und Kaufen ein. Dazwischen liegen neben dem Casino Seefeld auch diverse charmante Cafés, Bars und Restaurants – für kleine Stärkungen, Erfrischungen, ein entspanntes Dinner und viele schöne Stunden. Für mehr ganzheitliches Einkauferlebnis scannen Sie bitte den QR-Code.

SEEFELDS FUSSGÄNGERZONE HAT EINEN GANZ BESONDEREN CHARME – SIE IST LEBENDIG, ABWECHSLUNGSREICH UND VOR ALLEM IM SOMMER EVENTMITTELPUNKT.

© DAVID JOHANSSON

Ein wahres Schmuckkastl

Wer im Sommer durch Seefeld in Tirol schlendert, bleibt unweigerlich vor einem Haus stehen: dem **TIROLER SCHMUCKKASTL.**

Von den Bergen Tirols eingerahmt und mit einer üppigen Blumenpracht geschmückt, wirkt das renommierte Juweliergeschäft wie ein romantisches Märchenbild – und ist nicht ohne Grund das meistfotografierte Haus im Ort. Doch wer einen Schritt über die Schwelle wagt, merkt schnell: Der wahre Schatz liegt im Inneren. Hier dreht sich alles um die Welt des Schmucks, von internationaler Goldschmiedekunst über fachkundige Bewertungen, Gravuren, handgefertigte Unikate und präzise Reparaturen bis hin zu individuellen Umarbeitungen in der hauseigenen Goldschmiedewerkstatt.

Geleitet wird das traditionsreiche Familienunternehmen von den Gebrüdern Armbruster, die es inzwischen in vierter Generation mit Hingabe und tief verwurzeltem Know-how führen. Weit entfernt von Massenkonsum und Anonymität ist das Schmuckkastl ein Ort, an dem die Kunden noch die Wertschätzung erfahren, die sie verdienen. Und das nicht nur vor Ort, sondern auch auf digitalen Ebenen. Denn Tradition ist wichtig – aber ebenso entscheidend ist es, am Puls der Zeit zu bleiben: Ein moderner Onlineshop bringt die Schönheit der Schmuckstücke und die exzellente Beratung überallhin und schafft Nähe zu Kunden auf der ganzen Welt.

Im Tiroler Schmuckkastl zeigt sich, dass wahre Schönheit nicht nur im Glanz liegt, sondern vor allem in der Art, wie man Menschen begegnet: persönlich, authentisch und herzlich. ●

GEBRÜDER ARMBRUSTER
Juwelier & Goldschmied
Innsbrucker Straße 22
6100 Seefeld
www.armbruster.at

Onlineshop unter
www.shop-armbruster.at

Die grundlegenden Werte von Chopard, dem Unternehmen mit dem großen Herzen, sind seit jeher Großzügigkeit und Fürsorge für andere. Die **HAPPY-HEARTS-KOLLEKTION** ist die perfekte Verbindung der Talismanherzen und der emblematischen beweglichen Diamanten.

MARCO BICEGO, Gründer und Kreativdirektor der Marke, folgt seiner angeborenen Leidenschaft für Edelsteine und lässt sich von der Schönheit der Natur inspirieren. Er verleiht jeder Kreation einen einzigartigen und raffinierten Charakter.

Die 1993 lancierte Diamantuhr **HAPPY SPORT** ist die erste Uhr, die Diamanten mit einem Gehäuse aus Edelstahl kombiniert und damit die kühne Kreativität von Chopard zum Ausdruck bringt.

HAPPY DIAMONDS VON CHOPARD ist ebenso gewagt wie verspielt. Mit seinen ikonischen tanzenden Diamanten, die zwischen zwei Saphirgläsern herumwirbeln, ist der Anhänger ein Symbol authentischer Lebensfreude.

One size fits all: Die Schmuckstücke von **SERAFINO CONSOLI** sind Multisize und lassen sich durch spielerisches Auseinanderziehen und Zusammenschieben ganz unkompliziert in der Größe anpassen.

Die **KOLLEKTION HYPNOSE** bereichert Vision-Universum von Annamaria Cammilli mit einem fließenden Design, das von der Bewegung des Wassers inspiriert ist. Weite Voluten, umhüllende Formen und faszinierende Lichtspiele betonen die seidige Oberfläche des Goldes, eingerahmt von einer zarten Diamantbordüre.

Die **GARMIN FĒNIX 8** ist die perfekte Multisport-Smartwatch für ambitionierte Sportler und Outdoor-Begeisterte, die sich an ihre Grenzen pushen wollen. Mit erweiterten Krafttrainingsfunktionen, Tauchzertifizierung und integriertem Lautsprecher und Mikrofon für Sprachfunktionen ist sie ideal für jede Herausforderung.

TOP-EVENTS SOMMER 2025

Abwechslungsreich, traditionell, kulturell, kulinarisch, sportlich und unterhaltsam: Der Sommer verspricht ein einzigartiges Programm an Highlight-Events in der Region Seefeld – Tirols Hochplateau.

BEWEGUNG & SPORT

13. BIS 15. JUNI

MOTORSPORTTAGE, SEEFELD

Erleben Sie ein Highlight-Programm mit geballter Action, Entertainment vom Feinsten und regionalen Köstlichkeiten.

www.mst-seefeld.at

20. BIS 22. JUNI

GOOD VIBES (YOGA) FESTIVAL, SEEFELD

Yogabegeisterte und all jene, die es noch werden möchten, dürfen sich auf ein dreitägiges Festival der Extraklasse freuen. Ein Wochenende zum Eintauchen, Auspowern und Wohlfühlen – umgeben von netten Menschen und familiärer Stimmung.

26. JULI

SUNRISE-YOGA MIT MARCEL CLEMENTI AM SEEFELDER JOCH

Marcel Clementi lädt zu Sonnenaufgang am Seefelder Joch auf 2.064 Metern zum 90-minütigen Yoga. So startet man voller Energie und „good vibes" in den Samstag.

Achtung: Begrenzte Teilnehmerzahl
Weiterer Termin: 16. August

2. AUGUST

GANGHOFERTRAIL LEUTASCH

Er ist der Höhepunkt der Laufsaison in der Region Seefeld. Beim Ganghofertrail gilt es, das Leutascher Hochtal über wunderschöne Wald- und Wiesenwege zu erlaufen.

www.ganghofertrail.at

30. AUGUST

KARWENDELMARSCH, SCHARNITZ

Der Karwendelmarsch zählt zu den sportlichen Höhepunkten im Tiroler Veranstaltungskalender für Langstreckenwanderer und Naturliebhaber.

www.karwendelmarsch.info

KULTUR & KULINARIK

1. BIS 7. JUNI

LEUTASCHER BERGFRÜHLINGSTAGE

Herrliche Wanderungen, kulinarische Köstlichkeiten und Wissenswertes über die Natur und deren Kräuter: Hans und Monika Neuner teilen ihren umfangreichen Wissensschatz über die traditionelle Kultur und werden dabei von Experten der unterschiedlichen Fachgebiete unterstützt.

2. BIS 5. JUNI

GENUSSGIPFEL, SEEFELD

2025 geht der legendäre Genussgipfel in seine neunte Runde. Der hochkarätige Kulinarikevent findet an verschiedenen Orten statt.

7. BIS 9. JUNI

PFINGSTMARKT, SEEFELD

Die weitläufige Fußgängerzone bietet den idealen Ort für gemütliches Schlendern und Bummeln und um sich am regionalen Bauernmarkt mit Schmankerln und Besonderheiten verwöhnen zu lassen.

TIPP: SEEFELDER DIENSTAGSMARKT'L 17. JUNI BIS 30. SEPTEMBER

© TOM BAUSE

Alljährlich von Juni bis September wird der Dorfplatz in Seefeld dienstags von 10 bis 16 Uhr zum kulinarisch-kulturellen Treffpunkt und zum Ort des Austauschs. Hier kommt zusammen, was zusammengehört: Kunst und Kulinarik, Regionales und Internationales, Traditionelles und Unkonventionelles, Gemütlichkeit und Geselligkeit, Einheimische und Gäste.

5. UND 6. JULI

STRUDELFEST, SEEFELD

Das Strudelfest ist bereits seit 17 Jahren Tradition und verführt in der Seefelder Fußgängerzone immer wieder mit seinen köstlichen Strudelvariationen. Auf der Genussmeile des österreichischen Traditionsgerichts haben die lokalen Wirte dabei weit mehr als Apfel- und Topfenstrudel in petto. Wer seinen Strudel lieber zuhause probieren möchte, kann die Kostproben natürlich auch gerne mitnehmen.

11. UND 12. JULI

TIROLER WINZERFEST, SEEFELD

Neben 12 regionalen Tiroler Winzern sind auch weitere Gastwinzer aus bekannten Weinregionen mit dabei – kombiniert mit erstklassiger Musikbegleitung.

18. JULI

SHOPPING & WEIN, SEEFELD

Zahlreiche Topwinzer aus Österreich und Südtirol präsentieren in der Seefelder Fußgängerzone ihre neuesten Kreationen und laden in 13 verschiedenen Locations zum Verkosten edler Tropfen und kulinarischer Schmankerl ein. Perfekt für einen genussvollen Shoppingstreifzug durch Seefeld.

10. AUGUST

LEUTASCHER SOMMER-MARKT'L

Talentierte Handwerker präsentieren ihre selbstgebastelten und selbstgenähten Schätze.

Großer Flohmarkt und Puzzlemarkt zugunsten sozialer Zwecke!

14. AUGUST

WHITE NIGHT, SEEFELD

Der Fixtermin für alle Fashionistas, Late-Night-Shopper und Partypeople geht in die bereits 18. Runde. Von 17 bis 0 Uhr erstrahlt Seefelds Ortskern in stilvollem Weiß.

MUSIK

Musiktage in der Region Seefeld
1. bis 17. August
Zu den Musiktagen Seefeld sind alljährlich im August international renommierte Hochschulprofessoren und „rising stars" der Klassikszene zu Gast. Sie sind ein Solitär in der Festivalszene. Was einst mit sechs Kursteilnehmern begann, ist jetzt österreichweit eine der bekanntesten und wichtigsten Sommerakademien.
www.musiktage-seefeld.at

„Reithertreffen" & Bezirksmusikfest
16. und 17. August
Ein Pflichttermin für alle Freunde der Blasmusik und solche, die es noch werden wollen!

Max von Milland Sonnenaufgangskonzert
23. August
KOpen-Air-Konzert mit grandiosem Ausblick. Wer mag, kann anschließend noch frühstücken.

Klingendes Leutaschtal
28. bis 30. August
Unter dem Motto „G'sungen und G'wandert" findet ein umfangreiches Programm für Sing- und Wanderbegeisterte statt.

Alle Events und Infos unter
www.seefeld.com/events

VORSCHAU

13. UND 14. SEPTEMBER

HANDWERKSFEST, SEEFELD

Beim 26. Handwerksfest in der Seefelder Fußgängerzone erlebt man echtes Handwerk und wahre Kunst und kann den alten Meistern ihres Könnens über die Schulter schauen.

19. BIS 21. SEPTEMBER

2. IML 3-TAGE-EINHORN-MARSCH, LEUTASCH

Drei Tage lang geht es auf Tirols Hochplateau darum, gemeinsam entlang der beeindruckendsten Orte der Region zu wandern, Freundschaften zu schließen und die Natur zu genießen.

27. UND 28. SEPTEMBER

OLDTIMER SEEFELD CLASSIC

Freuen Sie sich auf klassische Marken, die Geschichte geschrieben haben, sowie auf packende Action und erstklassiges Entertainment.

www.autosport-seefeld.at

TIROL FÜR DAHEIM

Hier holt man sich ein Stück Urlaub nach Hause.

KRÄUTERKRAFT

Um uns herum wachsen sie ganz zahlreich: schmackhafte wie heilsame Kräuter. Und auch auf Tirols Hochplateau findet man sie zuhauf. Entdecken lassen sich diese unter anderem bei den Leutascher Bergfrühlingstagen, die heuer vom 1. bis 7. Juni stattfinden, oder man liest sich einfach ein in deren wunderbare wie oft wundersame Welt. Michaela Thöni-Kohler hat ihr Wissen über alpine Heilkräuter und die richtige Zubereitung von Salben und Räuchermischungen sowie Speisen und Tees immer weiter verfeinert und widmet sich in diesem Buch über 80 traditionellen Heilkräutern aus den Bergen. **Erschienen im Tyrolia Verlag, 272 Seiten, 35 Euro.**

GAUMENFREUDEN

Aus Ferdinand Schots Imkerei kommen ehrliche, regionale Bienenprodukte wie Honig, Propolis oder Wachs, die pur ebenso toll sind, wie weiterverarbeitet zu Kosmetik- oder Pflegeprodukten. Ferdis Hochgebirgshonig mögen wir ganz besonders. Wie jedes Jahr werden die Bienen im Sommer dafür auf 2.000 Meter ins Gebirge gebracht, um den Almrosenhonig zu sammeln. Dieses Mal haben sie auch Himbeere und Erika dazu eingetragen. 400 g um 12,90 Euro unter **www.tirolerbienen.at**

GRILLING ME SOFTLY

Björn Birke macht in Mösern aus sorgfältig ausgewählten Botanicals und frischem Bergwasser seinen preisgekrönten Allegra Alpine Lifestyle Gin. Auf dessen Basis entstehen außerdem einzigartige Gewürze und ein richtig gutes Gelee. Das Tiroler Gin Rub leistet uns besonders während der Grillzeit gute Dienste, ist es doch perfekt zum Marinieren von Fleisch, Fisch, Gemüse und Tofu. Um 5,90 Euro unter **www.allegra-gin.at**

NOMNOM

Die heimischen Salze von Essenz der Alpen verwenden wir schon länger, nun gibt es auch zartsalzige Alpen Caramellen mit Fleur de Sel, die uns schon ob der Verpackung sehr gefallen. Außerdem sind die weichen Karamellen auch echt köstlich. Super zum Verschenken und natürlich selber essen! Um 9,50 Euro unter **www.essenzderalpen.at** (auch gleich Salz in den Warenkorb packen!)

PLATEAU PRODUKT
ECHT NACHHALTIG
Region Seefeld

shop ping

BRENNER OUTLET

Über 70 internationale Marken.
Täglich geöffnet von 10 bis 19 Uhr.
Auch jeden Sonntag und an Feiertagen.

Ausfahrt Brenner Süd und Nord
+39 0472 636700
outletcenterbrenner.com

GEBRÜDER
Armbruster©
JUWELIER & GOLDSCHMIED
Im Tiroler Schmuckkastl seit 1937

Innsbrucker Str. 22, A-6100 Seefeld in Tirol, +43 5212 2317-0, www.armbruster.at