



### GEH IN DIE NATUR

Ihre Schönheit findest du  
im Tal und auf den Gipfeln

### ENTDECKE DIE VIELFALT

Du hast immer die Wahl  
zwischen Action und Ruhe

### GENIESSIE DIE FREIHEIT

Das Ötztal schenkt dir  
die Fülle seiner Freiräume

# Magazin



Ötztal.  
*Tirol in Hochform.*

# AQUA DOME

TIROL THERME  
LÄNGENFELD

HOTEL | THERME | SPA



## LIFT YOUR SPIRIT

[www.aqua-dome.at](http://www.aqua-dome.at)

Ein Resort der:

**VAMED**  
VITALITY  
WORLD

the  
relaxing  
way  
of life



# Liebe Gäste,

es bleibt dabei: Bei uns hat alles Priorität, was ein gesundes Miteinander von Besuchern, Bewohnern und Mitarbeitern möglich macht. Wir vom Ötztal Magazin tragen dazu bei mit Inspirationen und Informationen für die einzigartige Sommerfrische in unserem Tal – erholsam, erlebnisreich und sicher.

Für den Sommer 2022 stellt euch unser Magazin die ganze Vielfalt der Ötztaler Freiräume vor. Die findet ihr allein oder mit Freunden und Familie drinnen in historischen Häusern und nachhaltig bewirtschafteten Hütten und draußen auf den Sonnenterrassen oder Abenteuerspielflächen, oben auf den Gipfeln und Gletschern und unten in den Dörfern, auf kurzen Trails und auf Weitwanderwegen, am Wasser und im Wald.

Wir zeigen euch, wie ihr unsere Freiräume am besten autofrei erkundet. Wir öffnen die Tür zu Begegnungen mit Ötztalern, die mit Leidenschaft und Sachverstand im und fürs Ötztal arbeiten. Wir verraten euch, wie und wo ihr im Ötztal bei Trends wie Wild Swimming, Self Storing oder der Renaissance des Campings optimal mitmachen könnt.

Der großartigste und weitläufigste aller unserer Freiräume ist die Natur der Ötztaler Alpen. Mehr denn je haben die letzten Jahre gezeigt, wie groß, wie unerschütterlich die Begeisterung und Treue unserer Stammgäste ist. Dafür danken wir sehr herzlich, zusammen mit allen Ötztaler Gastgebern.

Alte und neue Besucher heißen wir von Herzen willkommen und laden alle ein, mit unserem Magazin auf neue, spannende Entdeckungsreisen durch unser wunderschönes Tal zu gehen.

Herzlich,  
euer Redaktionsteam



**Gipfel der Gefühle** – Die Ötztaler Hausberge wecken Emotionen und Erinnerungen



**Klimaschutz zum Genießen**  
Nachhaltigkeit auf der Erlanger Hütte



**See you am See**  
Schwimmen für Hartgesottene

**Impressum**

Herausgeber: Ötztal Tourismus, 6450 Sölden  
 Konzept Inhalt: media von mersi Redaktionsbüro, Wien  
 Konzept Layout: NORDEN Werbeagentur, Innsbruck, www.norden.co  
 Redaktion: Isolde v. Mersi, Carmen Fender, Yvonne Auer  
 Creative Director: Julian Sprengel  
 Fotoredaktion: Yvonne Auer, NORDEN Werbeagentur  
 Coverbild: Familienwanderung zur Langtalereckhütte mit Blick Richtung Gurgl, Roman Huber  
 Übersetzung: Irene Wieser  
 Lektorat: Martin Johler

Bildnachweis: © Ötztal Tourismus – B. Ritschel, E. Schmid, R. Huber, J. Steiner, Long-Nong Huang, E. Holzknecht, G. Muschalla, C. Bayer, U. Grinzinger, H. Leiter, U. Wilhelm, M. Geisler, I. Nösig, J. Schmücking, A. Klocker, E. Hessenberger, A. Steinmüller, H. Zak, M. Burtscher, G. Durner, M. Kottarsteiger, A. Lohmann, J. Kreulitsch, E. Lorenzi, L. Ennemoser, R. Wyhlidal, F. Oss, Y. Gaderer, J. Kreulitsch, Satellite Creative House, © Liftgesellschaft Obergurgl-Hochgurgl – S. Lohmann  
 © Bergbahnen Sölden – Obermoser+Partner Architekten zt GmbH, © Heimatmuseum Längenfeld, © Turmmuseum Oetz, © adobe.stock.com  
 Die jeweiligen Autorenbilder wurden mit freundlicher Genehmigung zur Verfügung gestellt.

Illustrationen: © Ötztal Tourismus – NORDEN Werbeagentur/L. Günther

Auflage: 25.000 D/EN  
 Druck: Buchdruckerei Lustenau  
 Offenlegung lt. § 15 Mediengesetz: Eigentümer zu 100 % und Herausgeber ist Ötztal Tourismus, 6450 Sölden, T +43 57200, info@oetztal.com, Direktor Mag. Oliver Schwarz



# Inhalt

## Bergsteigen

---

- 12 Gipfel der Gefühle
  - 23 Standpunkt: Aussichten
- 

## Wandern

---

- 16 Trödeln statt hasten
  - 18 Das Weite suchen
  - 22 Standpunkt: Einsichten
- 

## Natur

---

- 20 Der Nussknacker
  - 21 Floras Flocken
- 

## Gesundheit

---

- 24 Saubere Sache
- 

## Landleben

---

- 26 Frei auf allen Linien
  - 28 Klimaschutz zum Genießen
  - 30 Freiheit & Notwendigkeit
- 

## Wasser

---

- 32 See you am See!
  - 34 Das große Staunen
- 

## Abenteuer

---

- 35 Get up High
- 

## Familie

---

- 36 Spielwiese oder Liegewiese?
  - 40 Auf die Plätze, fertig, los!
- 

## Wir Öztaler

---

- 38 Wahlverwandtschaften
  - 50 Das ist mein Tal
- 

## Radsport

---

- 42 Perfekt in Schwung
- 

## Genuss

---

- 46 Holunder tut Wunder
  - 52 So schmeckt Heimat
- 

## Kultur

---

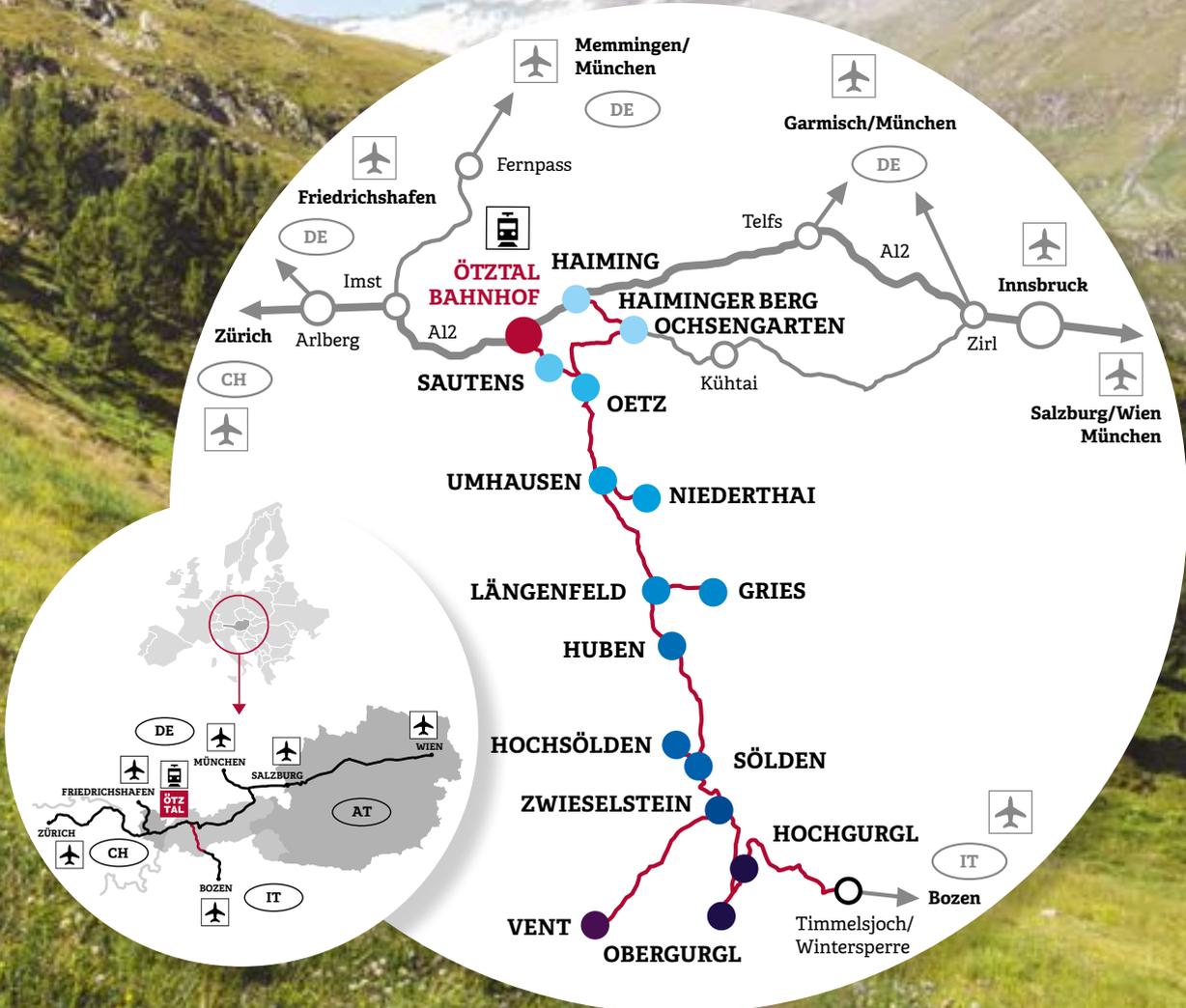
- 49 Ötzi vereint uns alle
  - 53 Ausklang: Typisch Ötztal
  - 54 Talschluss: Traditionshaus
- 

## Standards

---

- 01 Editorial
  - 02 Inhalt & Impressum
  - 04 Ötztal Flash
  - 06 Impressionen
  - 51 Ötztal Rätsel – Gewinnspiel!
-

# Ötztal Flash



Ötztal & i-Oetztal – Mobile App



Das Ötztal im Social Network

Facebook, Instagram und YouTube führen Sie virtuell ins Ötztal.  
Wir bauen unsere Kommunikation über Social Media laufend weiter aus.

ÖTZ  
TAL

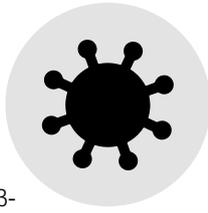
SÖLDEN

GURGL

## Das Ötztal und Covid-19

Zur Ergänzung behördlicher Corona-Sicherheitsvorgaben führt Ötztal Tourismus seine eigene Taskforce auch im Jahr 2022 weiter, mit zusätzlichen Schutzmaßnahmen zur flexiblen und zielgenauen Reaktion auf die aktuelle Lage im Tal. Immer aktuell:

[www.oetztal.com/covid-19](http://www.oetztal.com/covid-19)



## Fit am Bike

Direkt am Ötztal Radweg und in Zentrumsnähe von Umhausen liegt ein neuer Mountainbike-Parcours. Ob Laufrad, Old School Hardtail Bike oder E-Bike – das 2.500 m<sup>2</sup> große Trainingsareal eröffnet Möglichkeiten für alle Alters- und Könnereinstufen.

[www.oetztal.com/bike](http://www.oetztal.com/bike)



## Archäologie im Turm

Der Ötzi-Fund vor 31 Jahren hat die Hochgebirgs-Archäologie begründet. Dadurch hat auch die Erforschung des Ötztals enorme Impulse bekommen, das seit Jahrtausenden bewohnt und durchwandert ist. Die vielen Funde aus dem Tal holt das Turmmuseum in seiner neuen Ausstellung vor den Vorhang.

[www.oetztalermuseen.at/turmmuseum](http://www.oetztalermuseen.at/turmmuseum)



## Genuss am Gaislachkogel

FALCON heißt das jüngste Highlight der Bergbahnen Sölden an der Mittelstation Gaislachkogel. Im Erdgeschoss erwartet die Gäste ein neues Marktrestaurant mit Klassikern und modernen Food-Trends. Die Zubereitung in der Showküche lässt sich live verfolgen. Im Obergeschoss tischelt ein Restaurant mit Bedienung regionale und nachhaltige Gerichte auf. Der Fokus der Weinkarte liegt auf edlen Tropfen österreichischer Winzer.

[www.das-falcon.at](http://www.das-falcon.at)



## Preis für Ötztaler Museen

Jedes Jahr wird in Österreich der Österreichische Museumspreis an eines der 780 Museen im Land vergeben. Die Wahl der Jury fiel 2021 einstimmig auf die Ötztaler Museen. In ihrer Begründung lobt sie die vorbildliche „Verbindung zwischen historischem und gegenwärtigem Sammeln, Forschen sowie einem viele Facetten umfassenden Vermitteln“. Die Ötztaler Museen zeigten sich als „Ort, der den Ötztalerinnen und Ötztalern und allen, die sich für die Talschaft interessieren, gehört“. Passend zu den Ehren strahlt das Heimatmuseum in Lehn, nach 40 Jahren komplett erneuert, in frischem Glanz.

[www.oetztalermuseen.at](http://www.oetztalermuseen.at)



## Motorradmuseum 2.0

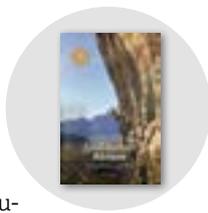
Nach dem Brand 2021 haben die Initiatoren Alban und Attila Scheiber ihr TOP Mountain Motorcycle Museum neu entstehen lassen. Die Ausstellungsfläche hat sich mit 4.500 m<sup>2</sup> mehr als verdoppelt. Zu bewundern sind 450 Motorräder aus allen Epochen. Im 4D-Kino erleben die Besucher Fahrtwind, Motorenklang und Kurvenlage bei der Fahrt über eine Tiroler Passstraße. Neben Dauer- und Sonderausstellungen gibt es Einblicke in das Wirken von Motorradpionieren, in die Rennsportgeschichte und in Österreichs Oldtimer-Szene.

[www.crosspoint.tirol](http://www.crosspoint.tirol)



## Leidenschaft Klettern

Der Ötztaler Bergführer und Skilehrer Ferdl Plörer erzählt die Schlüsselmomente seines Lebens in den Bergen und in den Steilwänden in den zehn Kapiteln des neuen Buchs „Leidenschaft Klettern“. Der Bildband ist in den Filialen und im Online-Versand der Innsbrucker Verlagsanstalt Tyrolia erhältlich, zusätzlich auch in einigen Ötztaler Sportgeschäften.

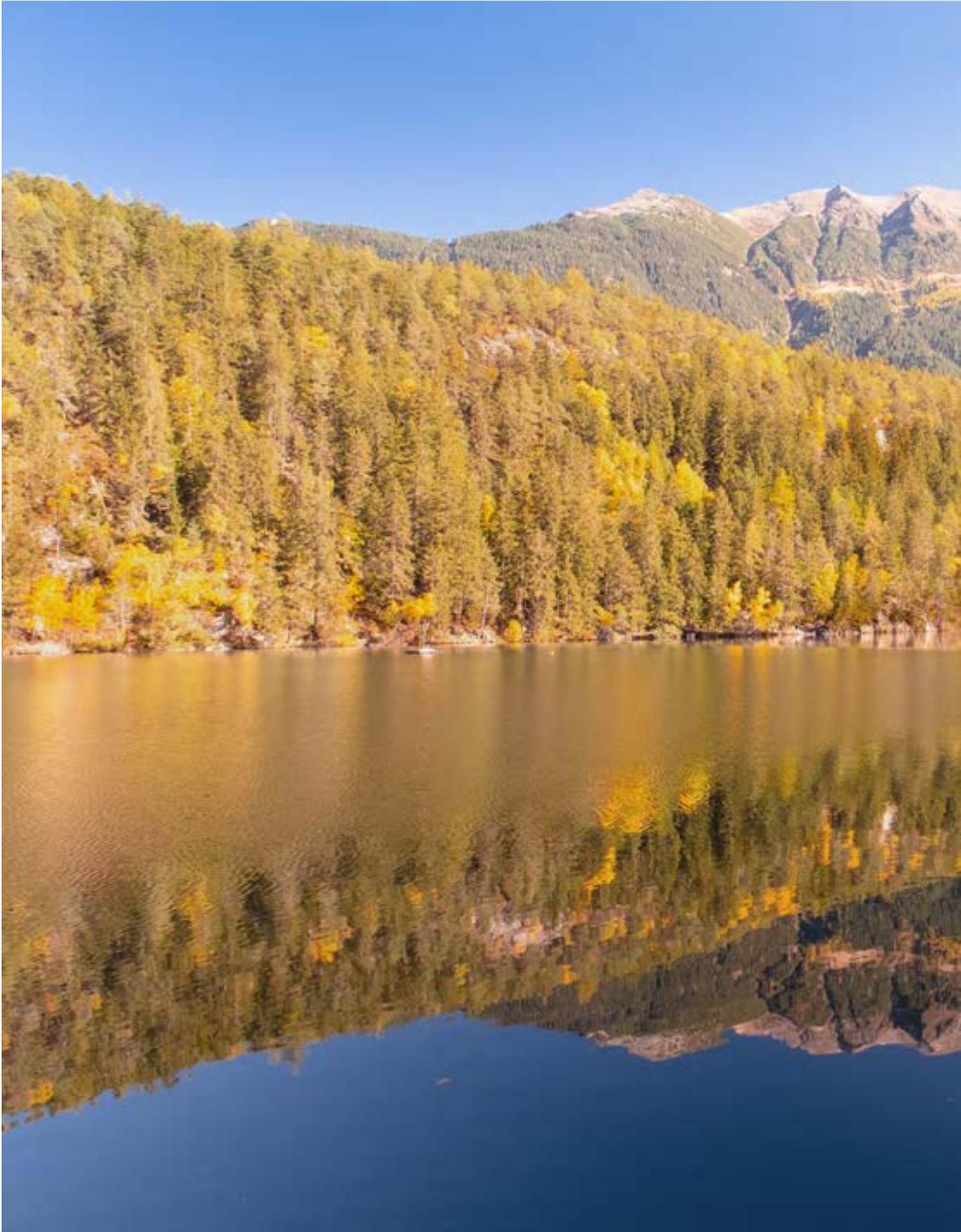


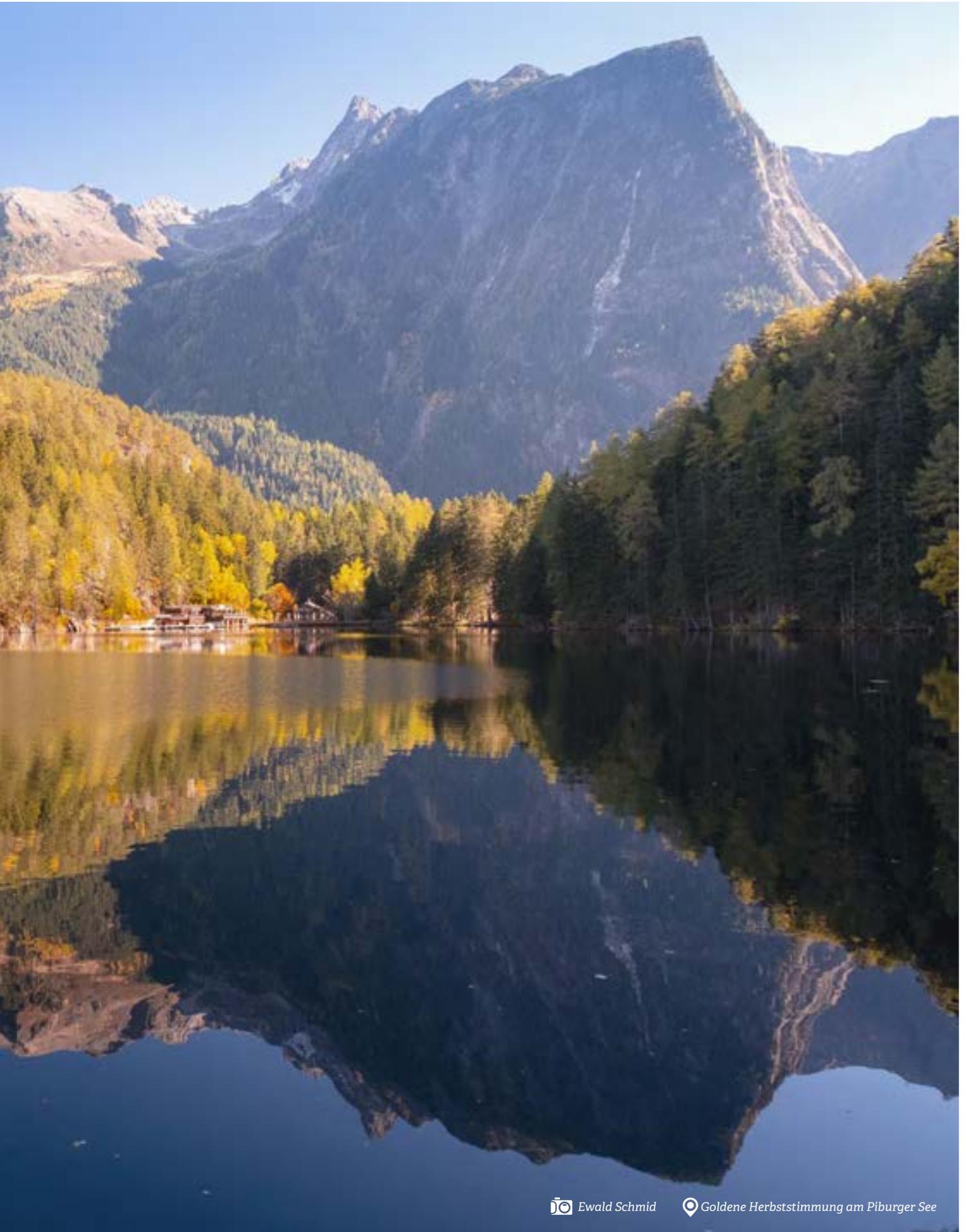
## Ötztal Websites

[www.oetztal.com](http://www.oetztal.com)

[www.soelden.com](http://www.soelden.com)

[www.gurgl.com](http://www.gurgl.com)













# GIPFEL *der Gefühle*



📍 Das Gipfelkreuz am Gamskogel

Hausberge prägen das Panorama von Dörfern und Städten. Einheimische zelebrieren profane und religiöse Feste auf ihnen, nutzen sie für die Alm- und Landwirtschaft, den Sport und die Freizeit.

Unser Autor und Fotograf stellt seine ganz persönlichen Ötztaler Hausberge vor. Sie sind ihm weitaus mehr als Arbeitsplätze: Orte des Begegnens und des Erinnerns, des Träumens und tiefer (Heimat-)Gefühle.



📍 Aufstieg Gamskogel



**Gamskogel**  
2.813 m

Über dem Talkessel von Längenfeld liegen herbstliche Nebelschwaden. Die Öztaler Ache fließt still talauswärts. Wie schon so oft halte ich kurz an, um die weiten Wiesen und die hohen Berge darüber auf mich wirken zu lassen. Hier, an dieser markanten Flussschleife der Öztaler Ache, sieht man auch zum ersten Mal den 2.813 m hohen Gamskogel. Groß und mächtig überragt er das Tal. Schon als Kinder waren wir an seinen steilen Hängen unterwegs, um wie die Öztaler sagen, „Grant'n zu klaub'n“ (Preiselbeeren) und um „Schwämme“ (zumeist Pfifferlinge) zu suchen.

### Zauberberg der Kindheit

Wie oft werde ich wohl auf diesem Gipfel gestanden haben? Mal mit meinem guten Freund und Berggefährten Andi aus Längenfeld, oftmals aber auch allein. Fast immer mit Kamera, aber immer auch für mich, für meine Seele und mein Herz. Wenn ich vom Gipfel des Gamskogels tief hinunter ins Ötztal blicke, sehe ich auch die kleine Pension „Elsa“ schräg gegenüber der Kirche. Dort begann vor 50 Jahren mein Leben im Ötztal. Wir Kinder tobten und spielten im Ort und an der Ache, auf Brand und an der Pestkapelle. Und irgendwie war damals schon klar, dass ein paar dieser unerreichbar hohen und wilden Gipfel später mal zu meinen Hausbergen werden würden.

### Definition eines Hausbergs

Die meisten Menschen verbinden mit Hausbergen vor allem schöne Erinnerungen und damit oft tiefe Gefühle. Auch ich besteige „meine“ Hausberge immer und immer wieder, was zur Folge hat, dass ich irgendwann jeden Weg und jeden Meter des Anstiegs kenne.

Am Gipfel ist mir natürlich auch das Panorama zutiefst vertraut, ich kenne die umliegenden Berge mit Namen und verbinde oft auch mit diesen wieder Erinnerungen, die mein Leben mitgeprägt haben. Aber es ist nicht nur die Ortskenntnis, durch die ich mich an den Hausbergen fast wie zuhause fühle. Es sind auch die Menschen, die einen ganz wesentlichen Teil dazu beitragen. Mal ist es ein guter Freund wie der Andi, dann wieder sind es Wirtsleute wie Victoria und Martin vom Brunnenkogelhaus, mit denen über die Jahre eine enge Verbindung entstanden ist.

Es gibt jedoch auch Tage, da brauche und genieße ich die Einsamkeit auf meinen Hausbergen. Ihre Stille erdet und beflügelt mich zugleich. Ich werde ruhiger und klarer, kann Zusammenhänge und Probleme freier und objektiver betrachten. Die meisten elementaren Entscheidungen meines Lebens habe ich an und auf meinen Hausbergen getroffen.

## Magisches Dunkel

September 2021. Die Dunkelheit einer mondlosen Nacht liegt über dem Ötztal. Wie besprochen klopft Martin Gstrein, Wirt der Brunnenkogelhütte, ans Fenster. Neugierig verlasse ich den Gastraum und gehe in Socken hinaus, über die kalten Felsen zur Terrasse, wo Martin schemenhaft hinter seinem Stativ steht. Es dauert ein paar Minuten, bis sich meine Augen an die Finsternis gewöhnt haben. Ganz vorsichtig nähere ich mich Martins Teleskop, jede Erschütterung könnte den winzigen Bildausschnitt verändern. Durch das Okular erkenne ich den Saturn und seine farbigen Ringe. Ehrfurchtsvoll blicke ich in eine andere, eine trotz Dunkelheit strahlende Welt.

## Das perfekte Ensemble

Am nächsten Morgen sitze ich schon vor dem ersten Dämmerlicht an „meinem“ Steinmann. Groß, wuchtig und weithin sichtbar steht er auf einer Kuppe des über sechs Kilometer langen Grates, der sich vom Brunnenkogel nach Südosten bis zum Timmelsjoch zieht. Das zarte Licht erweckt die ebenmäßigen Gneisblöcke zum Leben. Eingemummt in meine warme Daunenjacke genieße ich den klaren Morgen. Nur wenige hundert Meter nordwestlich steht das Brunnenkogelhaus in exponierter Lage. Kurz vor Sonnenaufgang tritt Martin auf die Terrasse und schaut zu mir herüber.

Er und seine Frau Victoria leben schon seit 15 Jahren jeden Sommer für mehrere Monate als Wirtsleute des Brunnenkogelhauses auf 2.738 m, hoch über Sölden, wo sie eine kleine Landwirtschaft und ein Appartementhaus betreiben. Fernab vom Trubel im Tal, verwöhnt von grandioser Landschaft und einmaligen Lichtstimmungen, sind wir am gemeinsamen Hausberg über Jahre zusammengewachsen. Schlagartig und kraftvoll steigt hier am Steinmann das vertraute Gefühl in mir auf, das nur Hausberge und ihre Hütten geben können – jene unvergleichliche Mischung aus Freundschaft, Geborgenheit, Heimat, Erinnerungen und leidenschaftlich gelebter Gegenwart.

## Vom Gestern ins Heute

Wenig später sitze ich auf der Hüttenterrasse. Mein Blick wandert über das Venter Tal. Weit hinten entdecke ich das Wilde Mannle (3.023 m), eindrucksvoll überragt von der Weißkugel und der Wildspitze. In den letzten Wochen stand ich gleich zweimal hintereinander auf diesem kleinen, aber aussichtsreichen Dreitausender. Mitte August führte ich meinen dreizehnjährigen Neffen Finn dort hinauf. Von der Bergstation „Wildes Mannle“ führte uns ein kleiner Steig durch die Wiesenhänge zu den ersten Felsen. Gut markiert schlängelte sich der Weg dann durch steile Schrofenhänge. Erst auf den letzten Metern flachte der Hang ab, und ein von Steinplatten übersätes Gipfelplateau führte uns zum großen Gipfelkreuz. Als ich nach dem obligatorischen „Berg Heil“ seine leuchtenden Augen sah, fühlte ich mich zurückversetzt in den fernen September 1977. Damals stand ich selbst, gleichaltrig, zum ersten Mal dort oben.

## Willkommen und Abschied

Nostalgische Träume begleiten denn auch den Abstieg vom Wilden Mannle. Plötzlich fällt mir ein und auf, dass es tatsächlich nur vier Berge sind, auf die ich im Ötztal so regelmäßig steige, dass ich sie als meine wahren Hausberge betrachte. Es sind der Wildgrat hoch über der Erlanger Hütte und dem einmalig schönen Wettersee, der Gamskogel über Längenfeld, dann der stille Brunnenkogel über dem quirligen Sölden und eben das kleine, aber feine Wilde Mannle über dem Bergsteigerdorf Vent. Im Sessellift schaukeln mein Neffe und ich hinunter ins Dorf. Da kommt mir noch so ein Hausberg-Gedanke: Es ist nicht die Masse der Touren, die uns nährt, sondern ihre Qualität.

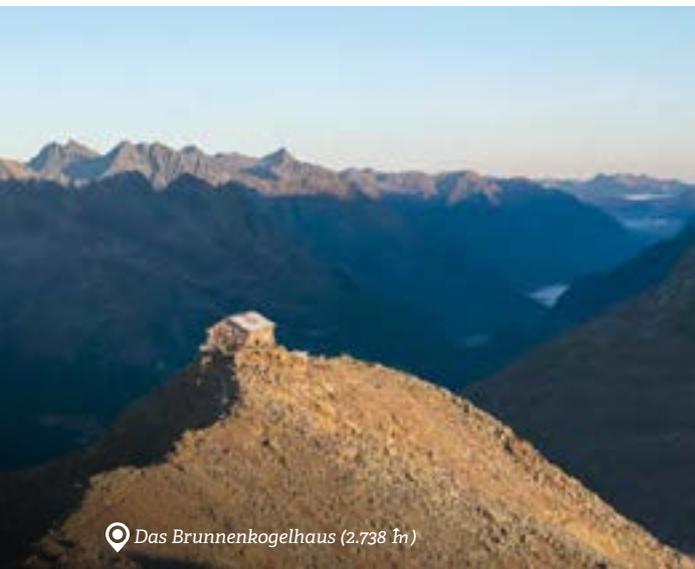


 **BERND RITSCHEL**

*Das Ötztal ist seit Jahrzehnten eines der bevorzugten Touren- und Fotomotivviere des international renommierten bayerischen Autors und Fotografen.*



Mehr Berg-Blogs des Autors unter  
[www.oetztal.com/magazin](http://www.oetztal.com/magazin)



---

”

*Es ist nicht die Masse  
der Touren, die uns nährt,  
sondern ihre Qualität.*

“

---



# Trödeln statt hasten

Wer sich Zeit lässt, hat plötzlich mehr Zeit. Dieses Paradoxon lässt sich auf der Rundwanderung ins Grastal bei Niederthai erleben. Ein Selbstversuch mit Lerneffekt.



**B**eim Wandern bin ich eindeutig der Gipfeltyp. „Der Weg ist das Ziel“ – mit diesem Slogan konnte ich noch nie viel anfangen. Ich brauche ein konkretes Ziel. Und das ist eben meistens ein Gipfel. So auch heute. Noch im Dunkeln eile ich von Niederthai Richtung Brand hinauf, einem Aussichtspunkt über dem ursprünglichen Grastal.

## Tempo rausnehmen

Schließlich will ich dort den Tagesanbruch erleben. Und dazu muss ich mich sputen. Freizeitstress hat also den Arbeitsstress von gestern abgelöst. Doch als der Morgen dämmert, wird deutlich: Den Sonnenaufgang am Brand kann ich abschreiben – eine dicke Hochnebeldecke hüllt die Gipfel ein. Damit sind Zeit- und Leistungsdruck draußen. Ich nehme beim Wandern einen Gang raus – und fühle mich sofort befreit.

Am erstaunlichsten: Mit jedem langsameren Schritt schärft sich nun der Blick für die kleinen Attraktionen am Wegrand: den krächzenden Tannenhäher, die würzig duftenden Zirben, die langen Flechtenbärte auf uralten Lärchenästen. Darunter ein kniehohes Meer aus Almrauschblüten – so viel Pink lässt jedes Mädchenzimmer blass aussehen.

## Geduld lernen

Vom Brand steige ich am Grastaler Höhenweg weiter hinauf zur Mahdebene. Diese kleine Hochfläche mit Gipfelhöcker heißt so, weil dort bis Anfang der 1950er Jahre mühsam mit der Sense gemäht wurde. Doch auch hier: null Sicht. Jetzt ist Geduld gefragt. Genau die haben wir im Alltag jedoch gründlich verlernt: Die Internetverbindung läuft quälend langsam? Wir trommeln mit den Fingerkuppen nervös am Schreibtisch. Drei Minuten warten an der Bushaltestelle? Geht nicht ohne Blick aufs Smartphone. Will ich hier auf der Mahdebene aber noch irgendeinen Ausblick erhaschen, bleibt mir nichts anderes übrig, als mich aufs Warten einzulassen – wie lange das auch immer dauern mag. Und so sehe ich den Wolken beim Wabern zu, den Blumen beim Wachsen, starre Löcher in die Luft. Und siehe da: Das fühlt sich ziemlich wohltuend an! Plötzlich habe ich viel mehr Zeit als Aufgaben. Sonst ist es ja meist umgekehrt.

## Bewusst trödeln

Geraume Zeit später wird die Geduld doch noch belohnt: Die Sonne blinzelt scheu durch ein Wolkenfenster. Wie von Zauberhand schält sich ein fantastisches Panorama aus dem Nebelweiß, nur eine Armlänge vom



Kitsch entfernt: die mächtigen Dreitausender des Geigenkammes auf der anderen Seite des Öztals. Von der Mahdebene steige ich hinunter ins Grastal, bei mittlerweile blauem Himmel. Früher wäre ich in so einer Situation noch auf irgendeinen Gipfel gestürmt. Doch heute, nach meiner angenehmen Nebel-Auszeit auf der Mahdebene, habe ich keine Lust mehr auf Leistungsdruck. Ich möchte mich von der Jagd nach neuen Zielen nicht (mehr) schikanieren lassen, sondern einfach das genießen, was ohnehin vor mir ausgebreitet liegt: ein wunderschöner Rastplatz in der blühenden Bergwiese, untermalt vom Soundtrack aus Kuhglockengebimmel und Bachgurgeln. Ich will trödeln statt weiterzuhasen, bleiben anstatt zu gehen. So wie spielende Kinder: Seelenruhig und ohne jeden

Zeitdruck lassen sie sich treiben, gehen ganz im Augenblick auf. Wir Erwachsene ersetzen diese Kunst irgendwann durch ein schlechtes Gewissen. Weil wir der Ansicht sind, ständig effizient sein zu müssen.

### Zeit gewinnen

Aber heute faulenze ich, ignoriere alle weiteren Gipfel rundum! Irgendwann werde ich dann durchs Grastal nach Niederthai zurückkehren – mit zwei Erkenntnissen im Gepäck. Erstens: Auch der heutige Tag hatte nicht mehr Stunden als sonst. Aber ich ging gelassener mit ihnen um. Slow Motion und weniger Ehrgeiz schufen ungeahnte Freiräume. Und zweitens gibt es nur eine Medizin, um das Leiden der Zeitnot zu heilen: sich schlicht Zeit zu nehmen.



#### UWE GRINZINGER

*Der Bergfotograf und -journalist sammelt bestiegene Gipfel. Mit fortschreitendem Alter gelingt es ihm aber immer besser, auf so manchen Gipfel zu verzichten und den Tag verschwenderisch zu genießen.*

 *Der Brand gehört zu den Lieblingsplätzen in Niederthai. Mehr dazu unter [www.oetztal.com/lieblingsplaetze](http://www.oetztal.com/lieblingsplaetze)*

*Wandertipps für das Öztal unter [www.oetztal.com/wandern](http://www.oetztal.com/wandern)*



 Brand bei Sonnenaufgang

### Info

Rund- und andere Wanderungen mit dem Naturpark-Wanderführer, wie die von Niederthai ins Grastal, stehen jeden Sommer im Programm des Naturparks Öztal.

[www.naturpark-oetztal.at](http://www.naturpark-oetztal.at)



Uwe Grinzinger

# Das Weite suchen

Wer weitwandert, entdeckt Landschaften und Kulturräume Schritt für Schritt. Dabei kommt man nicht nur einem fernen Ziel näher, sondern auch sich selbst.

## Weitwanderwege im Ötztal

**12** Der **Ötztaler Urweg** (182 km) umrundet das Ötztal in 12 Etappen von Dorf zu Dorf auf einfachen bis mittelschweren Wegen, meist in niedriger und mittlerer Höhenlage.

**22** Der **Ötztal Trek** (246 km) umrundet das Ötztal in 22 Etappen von Hütte zu Hütte auf teilweise schwierigen Steigen für Bergfahrer, meist im hochalpinen Bereich.

**E5** Der **Europäische Fernwanderweg E5** (3.200 km) führt von der französischen Atlantikküste über die Alpen nach Venedig. Die hochalpine Königsetappe führt von der Braunschweiger Hütte über Zwieselstein im Ötztal und das Timmelsjoch ins Südtiroler Passeiertal.

Weitwander-Broschüre, Etappenpläne für alle Weitwanderwege (inkl. GPS-Tracks), Weitwander-Packlisten, Unterkünfte, Videos findest du unter

[www.oetztal.com/weitwandern](http://www.oetztal.com/weitwandern)

Innere Ruhe und stilles Staunen



📍 Einfache Mahlzeit

**E**in schrilles Pfeifen reißt mich jäh aus meinen Tagträumen. Zwischen Enzian und Arnika empört sich ein Murmeltier über mich. Ich bin auf dem Ötztal Trek, einem famosen, hochalpinen Weitwanderweg, auf dem das Ötztal in 22 Tagen zu umrunden ist. Genauer: Ich befinde mich auf der langen Etappe vom beinahe karibisch türkisem Hauersee zur Rüsselsheimer Hütte. Aber gedanklich war ich gerade ganz weit weg.

### Im Weitwandermodus

Das liegt wohl am Weitwandermodus – einem Zustand innerer Ruhe und stillen Staunens, der sich erst nach ein paar Tagen Unterwegssein einstellt. Dann lebt man ganz im Moment, kümmert sich nicht um gestern oder morgen. Bis man irgendwann nachdenken muss, welcher Wochentag überhaupt ist. Man geht im Wandern auf, folgt dem gleichmäßigen Rhythmus der Schritte. In diesem halbmeditativen Flow-Zustand, wenn ich quasi „auf Autopilot“ marschiere, kommen mir stets die besten Ideen. Und zwar, ohne bewusst über etwas nachzudenken. Offensichtlich sind auf Weitwanderwegen wie dem Ötztal Trek nicht nur die Beine unterwegs, auch der Geist geht unbemerkt auf Wanderschaft.

Im Weitwandermodus zu sein bedeutet auch, sich im eigenen Takt zu bewegen, ganz anders als im stressigen Alltag. Man geht, so schnell man will. Und nicht, so schnell man muss. Man macht Pausen, wenn einem danach ist. Und nicht, wenn es der Terminkalender zulässt. Man isst, wenn man Hunger hat. Und nicht, weil gerade Mittag ist. Kurzum: Wer lange im Freien (!) unterwegs ist, gewinnt Freiheit.

### Die Kunst der Reduktion

Tage- oder wochenlanges Wandern reduziert das Leben aufs Wesentliche: Aufbrechen, wandern, ankommen. Und tags darauf wieder von vorne. Unser Leben ist plötzlich wieder überschaubar. Wir machen weniger Dinge – die aber bewusst. Und endlich wieder eines nach dem anderen: Gehen. Essen. Schlafen. Sonst nichts.

Beim Weitwandern spürt man endlich wieder echten Hunger, echten Durst und echte Müdigkeit, die von körperlicher Anstrengung herrührt – und nicht vom Starren auf Computerbildschirme. Und man ist dankbar für die kleinen Dinge, die man sonst als selbstverständlich hinnimmt: ein wärmender Sonnenstrahl, eine hilfreiche Wegmarkierung, eine einfache Mahlzeit, ein bequemes Bett – mehr braucht es nicht, um glücklich zu sein. Schließlich heißt es „Lebensqualität“, nicht „Lebensquantität“, oder?

### Abstand gewinnen

Weitwandern heißt vielleicht auch deswegen so, weil man weit weg ist von den Dingen. Nicht nur räumlich, auch geistig. Deadlines, Milestones und Steuerformulare verlieren mit jedem Schritt an Bedeutung, kosten höchstens ein gelassenes Schulterzucken. Wer auf Höhenwegen tagelang über den Tälern unterwegs ist, steht irgendwann wortwörtlich über den Dingen. Auch hier am Ötztal Trek: Seit der ersten Übernachtung auf der Erlander Hütte am kobaltblauen Wettersee bewege ich mich permanent auf über zweitausend Metern Seehöhe. Das kappt die Leinen zum Alltag.



📍 Der Luibiskogel (3.110 m)

### Auf Tuchfühlung gehen

Außerdem bleibt man näher dran an der Natur, wenn man sich eine Gegend mehrere Tage Schritt für Schritt erwandert. Wer die Nächte auf Berghütten verbringt, erlebt Sonnenuntergänge „erste Reihe fußfrei“. Und ist morgens, wenn die Tagesausflügler auf ihrer Anreise noch im Stau stehen, schon lange wieder unterwegs. Startet man jeden Tag von hoch gelegenen Hütten, lassen sich zudem Dreitausendergipfel entlang des Höhenweges mit wenig Mehraufwand „mitnehmen“. So wie der Luibiskogel, den ich heute Morgen bestiegen habe. Allerdings mit mäßigen Haltungsnoten, da die Felsblöcke nicht nur wackelig, sondern auch mit Raureif überzogen waren. Ein Steinbock beobachtete mich – mit belustigtem Blick, wie ich schwören könnte. Uns beiden war klar, wer hier der König der Trittsicherheit ist.

### Wandern und wandeln

Morgen werde ich die Etappe zur Braunschweiger Hütte unter die Schuhsohlen nehmen. Wie weit ich insgesamt dem Ötztal Trek folgen werde? Ich weiß es noch nicht. Schon jetzt kann ich aber sagen: Im Weitwandermodus geschieht eine erstaunliche Veränderung von Geist und Gemüt. Es kann kein Zufall sein, dass „wandern“ und „wandeln“ im Wörterbuch so nahe beisammenstehen.

🗨 Mehr übers Weitwandern im Ötztal erfährst du im Blog des Autors unter [www.oetztal.com/magazin](http://www.oetztal.com/magazin)

”

**Im Weitwandermodus zu sein bedeutet auch, sich im eigenen Takt zu bewegen, ganz anders als im stressigen Alltag.**

“

# Der Nussknacker

✍ Isolde v. Mersi

Die Zirbenwälder von Obergurgl und Vent, aber auch die lichten Baumbestände oberhalb der Waldgrenze sind die Heimat eines hochintelligenten Rabenvogels.



📍 Der Zirbenhäher

**T**annenhäher ist der offizielle deutsche Name dieses Rabenvogels. Regional wird er auch Nusshäher oder Nussrabe genannt. In den Alpen ist er am besten als Zirbenhäher bekannt, weil er ganzjährig vorzugsweise in den hoch gelegenen Zirbenwäldern wohnt. In Tirol heißt er lautmalerisch auch „Zirbengratsche“ – wegen des charakteristischen heiser-krächzenden Rufs, den er bei nahender Gefahr ausstößt, und den außer den Artgenossen auch andere Hochgebirgstiere als Warnung verstehen. Herr und Frau Zirbenhäher unterscheiden sich im Gegensatz zu anderen Singvögeln nicht in ihrem Federkleid. Sie leben in Paaren oder kleinen Familienverbänden und bauen gemeinsam das Nest für den Nachwuchs, hoch oben in den Zirbenwipfeln, ganz nah am Baumstamm. Beim Brüten wechseln sich die Eltern ab, im Team füttern sie dann die drei bis vier Jungvögel. Zirbenhäher sind ortstreue Tiere, ihr Revier behalten sie ihr Leben lang. Letzteres dauert in Freiheit maximal 15 Jahre. Die Jungvögel siedeln sich im Umkreis ihres Geburtsortes an.

## Superfood fürs Superhirn

Im Sommer fressen die Zirbenhäher auch Beeren, Früchte oder Insekten. Ihre Leibspeise sind freilich die Samen aus den Zirbenzapfen, die wir fälschlicherweise Zirbennüsse oder Zirbenkerne nennen. Vorsorglich sammeln die Vögel Unmengen davon für den kargen Winter im Hochgebirge. Mit ihren kräftigen Schnäbeln meißeln sie die Schuppen vom Zapfen weg, pikken die Nüsschen heraus und verstauen bis zu 100 Kerne im Kropf. Im Umkreis von 12 bis 15 km legt jeder Vogel unzählige Vorratslager für den Winter an, 10.000 bis 14.000 Verstecke kommen so pro Jahr zustande. Das Faszinierendste: Der superschlaue Vogel findet 80 bis 90 % seiner Nahrungsdepots wieder – selbst unter einer meterdicken Schneedecke, durch die er einen schrägen Tunnel gräbt.

## Der gefiederte Förster

Bis weit ins 20. Jahrhundert wurde der Zirbenhäher als Räuber beschimpft und gejagt. Seine Sammelwut sei schuld am Verschwinden der Zirbenwälder in den Alpen, hieß es. Die Jagd wurde erst 1961 eingestellt, als wissenschaftliche Studien zeigten: Es ist der Vogel, der den Fortbestand der Zirbenwälder durch Verjüngung und Verbreitung sichert – als wahrer Schädling entpuppte sich der Mensch, der die sehr langsam wachsenden Zirbenwälder übernutzte.

# Floras Flocken

Sie wachsen in nassen Wiesen, in Sümpfen und Mooren und an Tümpeln oder Seen im Hochgebirge. Im Bergsommer erfreuen die Wollgräser mit ihren leuchtend weißen Köpfchen jeden Wanderer.

📍 Isolde v. Mersi



📍 Fruchtstände der Wollgräser

Von fern besehen, wirken die weißen Flocken wie Blüten. Es sind aber die Fruchtstände, die mit ihren langen weißen Haaren die Blicke auf sich ziehen. Die eigentliche Blüte des Wollgrases im Frühling ist völlig unspektakulär, kaum wahrnehmbar. Von den vielen Wollgrasarten sind im Ötztal das Schmalblättrige Wollgras, das Scheidige Wollgras und Scheuchzers Wollgras mehr oder weniger häufig zu finden. Für uns Laien sind die Unterschiede schwer zu sehen. Was wir speziell als Wanderer aber wissen sollten: Alle Wollgräser sind Warnpflanzen, weisen uns auf Stellen hin, an denen wir bis weit über den Bergschuhrand im Matsch versinken könnten, wenn wir sie nicht umgehen.

## Sensibelchen im Ökosystem

Das Wollgras gestaltet die alpine Landschaft mit. Seine langen unterirdischen rotbraunen Ausläufer treiben die Verlandung von Gewässern kräftig voran. So ist das Wollgras auch ein Symbol für das Werden und Vergehen von Gewässern im Gebirge. Als Bewohner von nährstoffarmen Feuchtgebieten sind das Wollgras und sein gesamter Lebensraum sehr sensibel gegenüber Eingriffen in das Ökosystem. Wie alle Sauergräser reagiert es empfindlich auf Düngung und Entwässerung, also Maßnahmen, die meistens eine intensivere landwirtschaftliche Nutzung zum Ziel haben. Als Bewohnerin von nassen Wiesen, die nur einmal im Jahr gemäht werden, ist das Wollgras traditionell auch als gute Streupflanze bekannt.

## Gesund und nützlich

Menschen, die in der Nähe von Mooren oder Sümpfen lebten, nutzten die Pflanze in alten Zeiten als Heilmittel. Wollgras enthält Bitterstoffe und Gerbsäure und wirkt gegen Durchfall und zur Kräftigung. Findig waren unsere Vorfahren auch bei der Nutzung der wolligen Samenhaare für den Hausgebrauch. Sie flochten Kerzendochte daraus, auf den Almen dienten sie oft als Stopfmateriale für Kopfkissen. Als Ersatz für echte Wolle eignen sich die Wollgrasbüsche nicht. Macht aber nichts – im Ötztal und in anderen Alpentälern ist die echte Wolle der Bergschafe keine Mangelware.



# Einsichten

Isolde v. Mersi Gurgler Tal



Tiefe Blicke in die Wildnis

Jedes Mal, wenn ich ins Ötztal fahre, denke ich unwillkürlich: „Was für ein Gesamtkunstwerk der Natur!“ Ganz oben das Weiß der Gletscher oder das Grau von Felsspitzen, darunter Waldgrün in vielen Schattierungen, im Tal die Wiesenteppiche mit ihren je nach Jahreszeit wechselnden Farben. Von diesen drei Revieren sind die Waldgebiete meine Komfortzonen. Höhenwandern ist nicht so meins – stundenlang pralle Sonne auf dem Kopf vertrage ich nicht. Im Talgrund ist es mir oftmals ein bisschen zu turbulent. Auf in die Wälder also!

Es ist nicht nur die angenehme Kühle, die es mir in diesem wunderbaren Freiraum der Natur angetan hat. Es sind auch die harmonischen Farben: Im Sommer die unzählbaren Nuancen vom Grün der Bäume, Büsche, Farne, Moose oder anderer Bodengewächse; im Herbst ihre flammenden Akzente von Gelb und Rot. Es sind die wundervollen Düfte, die der Wald verströmt, mal herb, mal süß, mal modrig, mal frisch. Und ja, sogar den Geschmack des Waldes liebe ich, den von Sauerklee und Wildkräutern, von Beeren oder Pilzen. Alles zusammen

wirkt belebender und stärker als jeder Smoothie.

Für meine Seele sind die Wälder magisches Theater. An manchen regnerischen Tagen schweben wie von Zauberhand gezogen zarte Schwaden zwischen den Bäumen hindurch. „Kein Zweifel“, flüstert mir die Phantasie ein: „Das sind die Schleier der Nebelfrauen.“ Das Spiel von Licht und Schatten zwischen den Bäumen bezaubert mich am meisten, besonders ergreifend finde ich die Sonnenstrahlen, die in dichten Wäldern wie himmlische Scheinwerfer ins Dämmerlicht strahlen. Betörend auch die Glitzer-Effekte beim Schritt aus dem Wald auf eine sonnenüberglänzte Lichtung. Oder ans Ufer von Piburger See und Winkelbergsee, wo Sonne und Wind im Duett die Seenspiegel zu verführerisch funkelnden Feenspiegeln machen.

Im Wald ist die Stille zuhause. Atemlos ist sie nie. Da knarzt ein Ast, raschelt's im Gebüsch. Dort gluckst ein Bächlein. Überall aus den Baumkronen und -wipfeln tönt ewig das Hintergrundrauschen des Windes. Wenn ich ihm lausche, spüre ich den Alltag und seine Sorgen von mir abfallen. Und ich fühle mich vollkommen frei.



# Aussichten

✍ Bernd Ritschel 📍 Sölden



Freier Blick zum Horizont

**E**in lauer Wind streicht über die herbstlichen Gräser. Als ich die Augen öffne, sehe ich nur blauen Himmel und ein paar Schönwetterwolken. Nach meinem Mittagsschlaf unten am Naderbach ist die Energie zurück. Ich schultere den Rucksack und schlendere durch das Bergsteigerdorf Vent. Zu beiden Seiten des Venter Tales ziehen steile Hänge hoch zu den felsigen Gipfeln und Gletschern. Vergnügt steige ich im Schatten des dichten Zirbenwaldes höher. Ja, ich sehe die Schönheit dieses „Urwaldes“ hinauf zum Mutsbichl, und trotzdem freue ich mich, oben angekommen, über das sich öffnende Panorama und all die umliegenden Gipfel.

Wie sang Reinhard Mey so bewegend: „... über den Wolken muss die Freiheit wohl grenzenlos sein.“ Über den Wolken erlebe ich diese Freiheit natürlich nur selten, hoch über den Tälern und Wäldern jedoch ganz oft. Aus Enge wird Weite. Aus wenigen Metern „Raum“ vor meinen Füßen werden viele Kilometer Fernsicht für meine Augen. Ich habe klare Herbsttage auf den Ötztaler Gipfeln erlebt mit Blick bis in die Dolomiten und in die Bernina.

Für mich gibt es nichts Erhabeneres als herbstlich gestaffelte Bergketten. Erst in über 100 km Entfernung verschwinden sie langsam im Dunst. Vor meinen Augen und in meiner Phantasie entstehen dann Bilder, abstrakte Ausschnitte einer endlos weiten Landschaft. Verdichtet mit meinem Teleobjektiv werden sie dann jeweils zu einem Bild, dem man weder etwas hinzufügen noch etwas wegnehmen kann. Es sind komprimierte Erinnerungen, ich erlebe sie so nur in den Freiräumen des Hochgebirges.

Nach einer kurzen Rast verlasse ich den Mutsbichl und gehe gedankenverloren hinüber zur längst verfallenen Ramolalm. Auf einem Wiesenrücken setze ich mich ins Gras, trinke ein paar Schlucke Wasser und blicke das Nertal hinein zur Martin-Busch-Hütte. Über dem Marzellkamm erhebt sich die flache Gipfelabdachung des Similaun in den tiefblauen Himmel. Vielleicht steige ich noch ein Stück höher, um noch mehr Gipfel zu sehen. Eines wird mir hier oben klar: Mein Leben ist ein einziges Geschenk gelebter Freiheit, und die Berge geben mir die Freiräume dafür.

# SAUBERE SACHE

Wer nach Gurgl kommt, erlebt einen feinen Urlaub in den Bergen. Und ganz nebenbei gönnt er seinem Körper auch eine Frischzellenkur und die eine oder andere natürliche „Glückspille“.

✍ Christian Schreiber



**G**urgl tut gut, ist gesund und macht glücklich. Was wie ein Werbeslogan klingt, ist allerdings wissenschaftlich bestätigt. Gurgl befindet sich auf knapp 2.000 ft. Mit jedem Schritt, den wir hochwandern, steigt die Stimmung, auf der anderen Seite sinkt die Belastung mit Umweltgiften. „Höhenluft ist sauber und allergen-beziehungsweise schadstofffrei“, erklärt Professor Dr. Norbert Reider, Mediziner an der Uni-Klinik Innsbruck.

Demnach fordert der veränderte Sauerstoffgehalt den Körper regelrecht heraus und bringt das Herz-Kreislauf-System in Höchstform. Schweizer Wissenschaftler haben nachgewiesen, dass das Herzinfarkt-Risiko bei Bergsteigern, die regelmäßig jenseits der 1.000-Meter-Marke wandern, um 22 Prozent sinkt. Die saubere Bergluft sorgt dafür, dass die Lunge besser durchblutet wird und der Körper den Sauerstoff besser aufnehmen kann. Der Organismus schaltet einen Gang hoch, bildet vermehrt rote Blutkörperchen und der Blutfluss verbessert sich, wodurch die Zellen erneut mit frischem Sauerstoff versorgt werden. Die Folge ist eine rasche Zellerneuerung. Das sind viele medizinische Infos, die sich aber leicht zusammenfassen lassen: Die Höhe fordert unseren Körper heraus, er versucht sich an die neuen Bedingungen anzupassen und wird leistungsstärker.

Diesen Effekt nutzen auch viele Sportler, die extra zum Höhentherapie nach Gurgl kommen. Motto: Oben trainieren, um unten Höchstleistungen zu bringen.

”

**Stimmung und Gelassenheit steigen signifikant an, negative Gefühle wie Energielosigkeit und Angst sinken markant.**

“



### **Wandern ist ein Stresskiller**

Zugleich macht Wandern in den (hohen) Bergen glücklich. Jeder kennt das befreiende Gefühl, wenn er einen Gipfel erreicht oder eine Wand durchstiegen hat. Es prickelt ein bisschen im Bauch. Man setzt sich hin, atmet tief durch und genießt den Ausblick. Auch dieses Glücksgefühl ist mittlerweile wissenschaftlich bestätigt.

In einem Forschungsprojekt haben die Paracelsus Medizinische Privatuniversität Salzburg, die Universität Innsbruck und der Österreichische Alpenverein herausgefunden, dass sich schon eine Wanderung von nur drei Stunden positiv auf die Psyche auswirkt. Stimmung und Gelassenheit steigen signifikant an, negative Gefühle wie Energielosigkeit und Angst sinken markant. Das haben die Wissenschaftler auch bei Sportlern auf dem Laufband beobachtet, allerdings in viel geringerem Ausmaß. Wandern wirkt auch wie ein Stresskiller.

Die Forscher haben nachgewiesen, dass der Cortisolspiegel sinkt, wenn wir einen Berggipfel besteigen. Ein weiterer positiver Effekt: Die sportliche Betätigung in den Bergen kommt den Menschen nicht so anstrengend vor, weil die (schöne) Umgebung beim Bergwandern von den Mühen ablenkt. Und bezaubernde Natur gibt es in Gurgl wirklich in Fülle: Hohe Gipfel, mächtige Gletscher, bunte Bergwiesen, wundervolle Wälder. Spätestens jetzt ist allen klar: Gurgl tut gut.

## SIE WOLLEN POLLEN

Dank seiner (Höhen-)Lage ist Gurgl auch ein besonderer Ort für Wissenschaftler. So hat die Uni Innsbruck eine Alpine Forschungsstelle eingerichtet, in der es unter anderem um die Themen Gletscher und Sportmedizin geht. Auch eine eher exotische Disziplin ist in Gurgl vertreten: die Pollenforschung.

Laurent Marquer, Sandra Kistl und Werner Kofler bündeln Daten, um damit eine Vorhersage für Allergiker zu erstellen. Dazu müssen sie auch Pollen sammeln, die Birke, Erle und Gräser durch die Umwelt wirbeln lassen.

Wie das geschieht? Mit einer Pollenfalle, die eine kleine Trommel enthält. Auf der ist ein Klebestreifen angebracht, an dem selbst kleine Partikel aus der Luft anhaften. Einmal pro Woche macht sich jemand aus dem Trio auf den Weg nach Obergurgl und zu den anderen sechs Standorten in Tirol, um die Trommeln zu wechseln. „Im Labor schauen wir dann, was alles an Pollen unterwegs war“, erklärt Sandra Kistl.

Das ist natürlich immer ein Rückblick. Aber dieses Wissen, gepaart mit aktuellen Wettervorhersagen, erlaubt dem Forscher-Trio eine wöchentliche Vorhersage. Natürlich hängt die Pollenbelastung von Jahreszeit und Wetter ab. Vereinfacht gesagt: Bei Regen gibt es weniger Pollen als bei Sonnenschein. Sandra Kistl: „In der Höhe ist die allergene Belastung über die ganze Pollensaison hinweg geringer, weil die Diversität der für Allergiker relevanten Pollen geringer ist.“ Logische Schlussfolgerung: Gurgl tut somit auch (Pollen-)Allergikern gut.



# Erei auf allen Linien

Gut fürs Klima und gut für die Erholung: Wer sich für einen autofreien Urlaub im Ötztal entscheidet, genießt die intelligente Verknüpfung von Bahn, Bus, Bergbahnen und Almentaxis.

## Entspannt ankommen

Durch die Lage an der Arlbergbahn-Strecke hat der Ötztal-Bahnhof Tradition als Haltepunkt internationaler Schnell- und Fernreisezüge. Weniger als fünf Stunden dauert die Anreise aus der österreichischen Bundeshauptstadt Wien. Wer in Berlin einsteigt, genießt nach knapp achttündiger ICE-Direktverbindung erste Blicke auf die Ötztaler Bergwelt. Und von Zürich sind es im Idealfall lediglich drei Stunden. Bei längeren Entfernungen empfiehlt sich die Nachtzugverbindung der Österreichischen Bundesbahnen. Am Abend in Hamburg oder Düsseldorf losfahren und am nächsten Tag via

Innsbruck entspannt in den Urlaub starten – ohne Zeitverlust, ohne Stau und topfit für das Abenteuer Ötztal.

## Gut weiterkommen

Ein Leben ohne Auto ist nur machbar in urbanen und dicht besiedelten Räumen? Das Ötztal als längstes Tiroler Seitental (65 km) tritt den Gegenbeweis an. Auf der Hauptlinie zwischen Ötztal-Bahnhof und Gurgl fahren die Busse des heimischen Traditionsunternehmens Ötztaler und der ÖBB Postbus AG im Halbstundentakt. Dieses Angebot erleichtert den Verzicht auf das eigene Fahrzeug. Sowohl für Gäste, die einen ent-

spannten Urlaub wünschen, als auch für Einheimische beim Weg zur Arbeit oder täglichen Erledigungen. Im Sommer 2021 erhöhten sich die Fahrgastzahlen zwischen der Bezirkshauptstadt Imst und Obergurgl um knapp 10 Prozent.

## Flexibel einsteigen

Der Wechsel vom Individualverkehr zu modernen Lösungen schreitet voran. Grundlage dafür bildet die Mobilitätsstrategie 2030. Diese sieht die Entwicklung von Maßnahmen vor, welche zum Einsteigen in Bahn, Bus oder andere Verkehrsmittel motivieren. Ein deutliches Komfortplus garantieren etwa moderne Gepäckanhän-



ger für die Busse, die vom Bahnhof ins Tal führen. Wer gewichtsbe- freit reisen will, kann die Koffer vor Urlaubsantritt zu seiner Un- terkunft schicken lassen und nach der Abreise wieder abholen lassen.

### Biketouren nach Maß

Eine der schönsten Arten, das Tal zu erkunden, erschließt der Ötztal Radweg. Er verbindet alle Gemein- den über eine Distanz von 50 Kilo- metern. Selbst für viele Einheimi- sche offenbart die Erkundung per Zweirad gänzlich neue Perspek- tiven. Wer die Gesamtstrecke lie- ber in Etappen absolvieren will, nimmt sich die Busse als Wegbe- gleiter. Alle sind mit komfortab-



len Radanhängern im Self-Ser- vice-Modus ausgestattet. Eigene Radbushaltestellen garantieren das sichere Be- und Entladen. Zu- dem lässt sich mittels QR-Code checken, ob der nächste Bus noch genügend Platz fürs eigene Bike hat. Der Transport ist gratis.

### Nach oben kommen

Fast 1.700 Höhenmeter zurückle- gen in nur 12 Minuten? So eine Fa- belzeit ist selbst Spitzensportlern unmöglich. Mit den modernen Bergbahnen erreicht sie aber jeder- mann. Im konkreten Beispiel be- fördert die Gaislachkogelbahn in Sölden Wanderer, Biker und Berg- begeisterte vom Ortszentrum bis zur Bergstation auf 3.040 m. Ob Besuch der James-Bond-Erleb-

niswelt 007 ELEMENTS, kulina- risches Genießen in Österreichs höchstgelegenen Haubenresta- urant ice Q oder actionreiche Trail- abenteuer in der BIKE REPUBLIC SÖLDEN: Der Söldner Erlebnisberg hat viele Facetten.

Die Fahrt mit der Acherkogelbahn in Oetz eröffnet vor allem für Fam- ilien ein echtes Paradies. Mit der Gondelbahn werden 1.200 Hö- henmeter mühelos zurückgela- sen. Rund um die Bergstation moti- viert das WIDIVERSUM Hochoetz den Nachwuchs, sich zu bewegen und die alpine Natur zu entdecken. Panoramaliebhaber kommen bei der Gondelfahrt zur Hohen Mut auf ihre Kosten. Der Aussichts- berg hoch über Gurgl lockt mit Ci- nemascope-Ausblicken auf Glet- scher und Dreitausender-Gipfel. Newcomer in der Kategorie „Schwe- ben und Staunen“ ist die Kirchen- karbahn in Hochgurgl. Die Aus- sichtsplattformen an der dortigen

schon mal 700 Höhenmeter sparen. Der Wech- sel zwischen Bus und Bergbahn ge- lingt leicht, denn in unmittelba- rer Nähe zu den Talstationen liegt meist eine Haltestelle.

### Alternativ zur Alm

Selbst für Plätze, die weder per Li- nien-Bus noch Bergbahn erschlos- sen sind, gibt's komfortable Lö- sungen: Die Wanderbusse und



Hüttentaxis machen die Schön- heit abgelegener Ziele zugänglich. Schließlich sind nicht alle Men- schen so mobil oder E-Bike-fit, um dorthin zu gelangen. Auf die- se Weise kommen auch Personen mit gesundheitlichen Beschwer- den oder Familien in den Genuss des Almlbens. Zu den beliebtes- ten Angeboten zählt der Wander- bus ins Windachtal bei Sölden. Nicht weniger verlockend ist die Auf- und Abfahrt zu den Almen in Längenfeld und Umhausen.

”  
**Der Wechsel vom  
 Individualverkehr  
 zu modernen  
 Lösungen schreitet  
 voran.**  
 “

Bergstation lassen bis in die Do- lomiten blicken. Im Bergsteiger- dorf Vent helfen die Sesselbah- nen beim Weg Richtung Gipfelsieg. Denn wer die Wildspitze als höch- sten Berg Nordtirols (3.768 m) in An- griff nimmt, kann dank techni-

### Ticket für die freie Fahrt auf allen Linien

Für einen autofreien Urlaub ist die Ötztal Inside Summer Card das bevorzugte Mittel. Sie ist beim Aufenthalt in einer von ca. 350 Partnerunterkünften inklusive und beinhaltet die unbeschränkte Nutzung der Ötztaler Öffis (Linienbusse, Wander- und Hüttentaxis) sowie eine tägliche Tal- und Bergfahrt mit den Sommerbergbahnen.

[www.oetztal.com/summercard](http://www.oetztal.com/summercard)



MARKUS GEISLER

Der Längenfelder arbeitet in einer Kommunikationsagentur in Imst und widmet sich mit Leidenschaft den facettenreichen Themen des Ötztals.

# Klimaschutz zum Genießen



Nachhaltigkeit – was außer einem schicken Schlagwort ist das eigentlich? Und was bedeutet es, eine Schutzhütte auf 2.541 m Seehöhe nachhaltig und klimaschonend zu bewirtschaften? Antworten am Beispiel der Erlanger Hütte im nördlichen Geigenkamm.



Der Wettersee



Selbstgebackenes Brot

Eine Hüttenbewirtschaftung im Hochgebirge ist mühsam. Oder in den markigen Worten des langjährigen Hüttenpächters Christian Rimml: „Zach isch's scho!“ – wenn auch zweifellos nicht mehr ganz so zäh wie noch in den Dreißigerjahren des vorigen Jahrhunderts, als die Erlanger Sektion des Deutschen Alpenvereins die gleichnamige Schutzhütte errichtete.

Christian Rimml, 1979 in St. Leonhard im Pitztal geboren, ist gelernter Koch. Im Jahr 2008 tauschte er die anspruchsvolle und anstrengende Arbeit als Souschef und später Chefkoch in 4-Sterne-Häusern freiwillig und gern gegen die Herausforderung von 17-Stunden-Tagen auf der Erlanger Hütte.

Nachhaltig sowie ressourcen- und damit klimaschonend zu wirtschaften, war für Christian und seine Familie schon selbstverständlich, als diese Schlagworte noch lange nicht als Gebot der Stunde für die Allgemeinheit galten.

## Komplexe Logistik

Strom und Trinkwasser liefert der Wettersee direkt neben der Hütte – „ein Dieselaggregat möchte ich nicht“, sagt Christian. „Und alles, was wir einkaufen, von Erdäpfeln bis zum Fleisch, erzeugen wir in unserer eigenen Landwirtschaft im Pitztal oder kaufen es bei umliegenden Bauern.“ Vorräte und frische Lebensmittel werden per Luftfracht geliefert.

Dieses Zugeständnis an zeitgemäße technische Möglichkeiten ist logistisch notwendig, so viel Bequemlichkeit erlauben auch die strengen Tiroler Gesetze für Hubschrauberflüge. Allein zu Beginn der Saison im Juni fliegt der Helikopter bis zu 15 Mal schwer beladen hinauf zum nördlichen Geigenkamm. Bergsteigerinnen und Bergsteiger, die die Mühe eines fünfstündigen Aufstiegs von Umhausen oder Tumpen auf sich genommen haben, kommen schließlich mit einem mehr als rechtschaffenen Bedarf an Kalorien, sprich: mächtigem Hunger und Durst auf der Erlanger Hütte an.

## Küche mit Gütesiegel

Die anspruchsvolle Kochphilosophie des Pächters hat der Hütte eine Mitgliedschaft im „So schmecken die Berge“-Zirkel eingebracht, dem rund 120 Alpenvereins-Hütten angehören. Dieses Gütesiegel rückt zum einen die hohe Qualität regional erzeugter Lebensmittel in den Fokus. Auch und vor allem aber geht es darum, auf den grundsätzlichen Wert der tendenziell gefährdeten alpinen Landwirtschaft hinzuweisen. Landwirtschaft im Gebirge ist nur sehr kleinräumig möglich, also nicht übertrieben einträglich. Ohne diese Art der Bewirtschaftung wäre der Natur- und Kulturraum, wie ihn Einheimische und Gäste gleichermaßen schätzen, jedoch nicht zu erhalten. Dazu kommt: Kleine bäuerliche Erzeuger, in aller Regel Familienbetriebe, stehen zwangsläufig für Klasse statt Masse sowie kurze Wege zum Konsumenten; das gilt für schicke Sternerestaurants und urige Schutzhütten im Hochgebirge gleichermaßen. Nur so geht Klimaschutz zum Genießen.



## Geprüfter Umweltschutz

Schon seit 1996 trägt die Erlanger Hütte das Tiroler Umweltsiegel „Wirtschaften mit der Natur“, das alle paar Jahre erneuert werden muss. Es zielt u.a. auf Abwasserbehandlung und korrekte Funktion der vollbiologischen Kläranlage ab. Ständige bauliche Anpassungen an die aktuellen Abwassernormen gehören dazu. Einen Schwerpunkt auf Müllvermeidung legt das „Umweltgütesiegel der Alpenvereine“, das die Erlanger Hütte ebenfalls seit mehr als 20 Jahren trägt. Für die Rimmls heißt das zum Beispiel, Butter und Marmelade am Frühstücksbuffet nicht portionsweise verpackt anzubieten. „Die Marmeladen machen wir sowieso selber und füllen sie glasweise ab“, erzählt Rimml. Selbst gemacht von Christians Ehefrau Anita ist übrigens auch das Brot.

”

**Strom und  
Trinkwasser liefert  
der Wettersee direkt  
neben der Hütte.**

“

## Was ist Luxus?

Wandern und Bergsteigen boomt. Der erfahrene Hüttenwirt beobachtet dabei zwei gegensätzliche Trends: „Die Gäste werden immer anspruchsvoller und wollen mehr Luxus am Berg – ein WLAN-Ausfall oder nicht täglich duschen zu können, ist für viele schon eine kleine Katastrophe.“ Andererseits: „Es zieht immer mehr junge Leute in die Berge. Und interessanterweise sind es gerade die Jungen, die den Luxus nicht brauchen. Man meint ja oft, dass die nicht mehr ohne Handy können, weil sie eben damit aufgewachsen sind. Aber tatsächlich taugt das denen sogar, die sagen: ‚Sch... Handy!‘ und sind direkt froh, wenn sie einmal nicht online sein müssen.“ Auch nach fast einem Vierteljahrhundert am Berg ist Hüttenwirt „immer noch mein Traumjob“, hält Christian Rimml mit Nachdruck fest.



Die Erlanger Hütte (2.541 m)



Hüttenwirt Christian Rimml



IRENE HEISZ

Die Innsbrucker Journalistin, Autorin und Moderatorin liebt das gute Leben im Tal und das beglückende Gefühl von Freiheit hoch oben im Gebirge.

**A**lmen sind im Sommertourismus ein Magnet, unter den Ansichtskartenmotiven zählten sie im 20. Jahrhundert – als noch Ansichtskarten geschrieben wurden – zu den häufigsten Motiven. Bis heute erfüllen Almen in unserer Vorstellung ein Ideal: Das Bild der Berg- und Biolandwirtschaft und einer naturnahen und ursprünglichen Produktionsweise ist immer präsent. Von den Krisen der Landwirtschaft im 20. Jahrhundert, den Mühen des Wirtschaftens und erzwungenen Veränderungen ist den Bildern mit idyllischen Hütten und glücklichen Herden nichts anzumerken.

### Alte Almordnung

1986 gab es im Ötztal noch 68 Almen, heute werden noch 52 davon bewirtschaftet. Ein großer Teil der Almen waren noch vor 100 Jahren Melkalmen, auf denen die Milch zu Butter und Käse verarbeitet wurde. Die Menschen im Ötztal lebten damals in einer streng geregelten Gesellschaft.

Jeder Mensch hatte seinen Platz, seine Aufgaben, diese wiederum waren zeitlich klar festgelegt. Wer die Sommermonate auf der Alm verbringen durfte, entkam dieser strengen sozialen Kontrolle für einige Zeit.

Eine Überwachung der Hirten und Senner war kaum möglich, und wo Almen nahe beieinander lagen, hatten es die Almleute abends oft auch lustig miteinander.

### Von Hirten und Sennern

Hirten etwa hatten mitunter sehr lange Arbeitstage, in Summe aber weniger Arbeit als die Menschen im Tal. Dafür waren ihre Lebensbedingungen äußerst karg: Nahrung, Kleidung und Unterkunft blieben über die Jahrhunderte hinweg primitiv.

Ein Reisender schrieb 1830: „Widerlich ist der Schmutz und die Unreinlichkeit der Almleute. Sie tragen den ganzen Sommer ein einziges Hemd und setzen ihren Stolz darin, [...] den ekelhaftesten Schmutz als Beweis rüstiger Alpentätigkeit selbstgefällig zur Schau zu tragen. Gegen das Ungeziefer schützen sie sich durch den Rauch der Alphütte.“ – Je dreckiger, desto fleißiger: Das war die Botschaft am Ende der Almsaison. Auf

# Freiheit & Notwendigkeit

Gemütliche Hütten, fantastische Landschaften, fernab vom Trubel im Tal: Die Almen sind ein Sehnsuchtsort für Urlauber, die Abstand vom Alltagsleben suchen. Doch die Vorstellungen von Idylle und Freiheit treffen nur bedingt zu – früher wie heute.

Melkalmen, auf denen die Kühe gemolken und die Milch verarbeitet wurde, herrschte jedoch kein Zweifel über den Fleiß der Senner. Ihre Arbeit war ohnehin an den Butterstöcken und Käseläben klar erkennbar.

Die Arbeitstage begannen um 4 Uhr morgens – auf manchen Almen auch schon um 3 oder gar 2 Uhr morgens, wenn das Vieh auf entfernten Plätzen lagerte – und dauerten dennoch bis 9 Uhr abends, bis das abendliche Melken abgeschlossen war.

### Feste feiern auf der Alm

Höhepunkt des Almsommers war im hinteren Ötztal der „Sennelar“: Zu Maria Himmelfahrt am 15. August kamen die Familien auf den Almhöhen zusammen und feierten.

Beim Festmahl kam vor allem das Ötztaler Feiertagsgericht, das „Nui-Schmalz“, auf den Tisch, auch schmalzige Krapfen durften nicht fehlen. Abgesehen vom „Sennelar“ war die Kost für die Almleute sehr eintönig und karg – nur manchmal besserte man den Speiseplan vielleicht durch etwas Fleisch auf, das einem in den einsamen Bergen gerade vors Gewehr lief. Hoch über Sölden auf der Kleble Alm wird das festliche Ritual von einst am Hohen Frauentag bis heute zelebriert.

### Massiver Strukturwandel

Heute werden viele der schwer erreichbaren Almen nicht mehr bewirtschaftet und zahlreiche Weideflächen nicht mehr genutzt. Die Wirtschaftsweisen haben sich stark verändert. Die Anzahl der Rinder ist zurückgegangen, viele Almen werden nun nur noch durch Schafe beweidet. Dafür ist die Gastronomie ein Faktor geworden, der auf vielen Almen die Veränderung weg von der Landwirtschaft und hin zum Tourismus widerspiegelt.

Die Innerbergalm in Längenfeld gibt ein Beispiel. Während der vergangenen 15 Jahre betrieb Familie Holzknicht aus Unterried die Alm und auch die Gastwirtschaft, zu der die Alm 1982 ausgebaut wurde. Franz-Josef Holzknicht liegt die Leidenschaft für die Innerbergalm im Blut, schon Großvater Siegfried war „Alpmeister“, sprich: Obmann der Almgemeinschaft. Bereits mit acht Jahren begann Franz-Josef mit der Hirtenarbeit, seither ist er der Almwirtschaft verbunden. Dabei ist es nicht leicht, noch Personal für die Arbeit auf den Almen zu finden. Auch Franz-Josef übernahm die Aufgabe, weil alle anderen abgesagt hatten. Was den Nachwuchs angeht, schwinden die Hoffnungen: Viele junge Hirten halten es nicht lange aus, sie bekommen Heimweh oder leiden unter dem Leben ohne Internet.



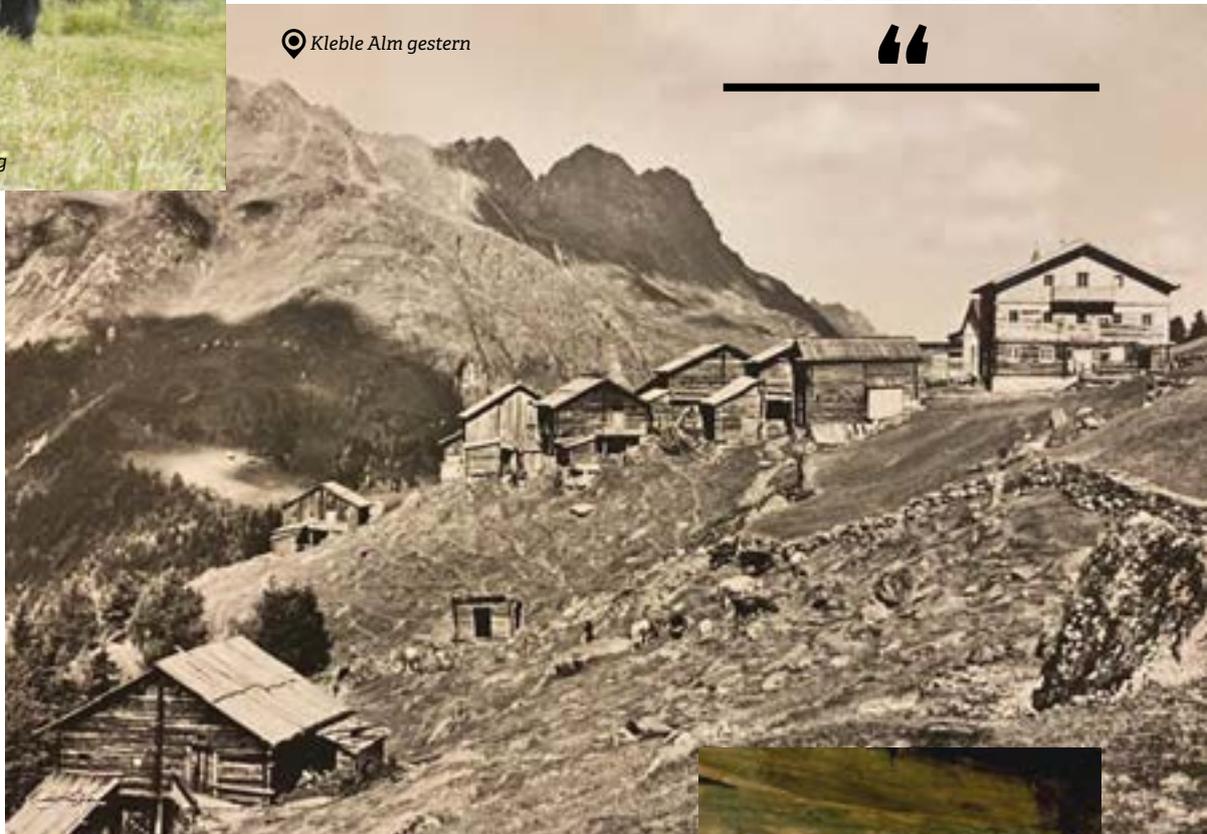
Heuernte im Steilhang



Kleble Alm heute

”  
Je dreckiger,  
desto fleißiger:  
Das war die  
Botschaft am Ende  
der Almsaison.

“



Kleble Alm gestern



EDITH HESSENBERGER

Die Ethnologin und Geografin leitet die Ötztaler Museen. Sie forscht und publiziert zudem als freie Kulturwissenschaftlerin zur Geschichte der Berglandwirtschaft und des Alpinismus.



Familie Holzkecht



Almkäse

# SEE YOU AM SEE!

Bergseen sind die Juwelen der Alpen. Ganz profan sind sie Rastplätze vor dem Gipfelsturm, Wanderziele und ja, auch Schwimmbecken! Wild Swimming ist der trendige Name für die Urerfahrung des Schwimmens in alpinen Gewässern. Unser Autor stellt drei Öztaler Hochgebirgsseen für unerschrockene Wildschwimmer vor.

Die rund 90 Öztaler Gebirgsseen sind wie die meisten ihrer Art durch Gletscher entstanden, die sich zurückziehen. In der Anziehungskraft von Bergseen liegt etwas Göttliches, das über die Wasseroberfläche hinausreicht. In ihnen zu schwimmen ist etwas ganz anderes, als in wohltemperierten Pools oder Seen zu baden. Es grenzt an eine spirituelle, ja fast evolutionäre Erfahrung, sind wir doch vor Ewigkeiten dem Wasser als Einzeller entstieg. Übrigens, es gibt noch eine ökologische Sportart mit meditativer Wirkung, die auch Kälteempfindliche an Bergsee-Ufern üben können: Das „Platteln“. Dabei werden möglichst flache Steine in flachem Winkel mit aller Kraft auf den See geschleudert, so dass sie übers Wasser springen und dabei Ringe ins Wasser zeichnen.

➤ Noch mehr über Bergseen für Wildschwimmer im Blog des Autors unter [www.oetztal.com/magazin](http://www.oetztal.com/magazin)

Alles, was dir das Element Wasser an Erlebnismöglichkeiten bietet, unter [www.oetztal.com/badespass-wellness](http://www.oetztal.com/badespass-wellness)



📍 Der Autor im Brizzisee



Der Schwarzsee

### Der Schwarzsee (2.790 m)

Kaiser Maximilian I. ließ eine Saiblingsgattung namens Schwarzreiter in den Sölder See einsetzen. Der Limnologe Robert Hehenwarter vermutet, dass die Fische die Namensgeber waren. Immerhin galten sie schon im Mittelalter als kulinarische Leckerbissen. Hehenwarter: „Großer Kopf, hinten nichts dran. Das von Fischliebhabern so begehrte Wangele ist größer als bei den Bachsaiblingen im Tal!“ Der Schwarzsee ist im Sommer fast immer eisfrei und erreicht Temperaturen zwischen acht und zehn Grad Celsius. Die Grundfläche ist rund drei Mal so groß wie die Wasseroberfläche, bewachsen von Algen und Pflanzen. Diese – und mit ihnen die Fische – überleben und gedeihen in dieser Höhe nur, weil der Schwarzsee auch noch in großer Tiefe eine gute Bodensicht hat und weil die Sonnenstrahlung hier rund 150 % stärker ist als am Meer. Zum Schwimmen ist der Schwarzsee hervorragend geeignet. Wenige m vom Ufer entfernt wird er abrupt tief. Schon ein paar Tempi im prickelnd kühlen See beleben alle Sinne. Neuerdings ist am Schwarzsee sogar ein Steg errichtet worden, und mehrere Bänke laden zum Verweilen ein. Die Bergkulisse bilden die Dreitausender Schwarz-, See- und Rotkogel. Die Rotkogelhütte ist Ausgangspunkt für See-Wanderer und Biker.

### Der Nedersee (2.436 m)

Das Schmelzwasser der Südseite von Söldens Hausberg, dem 3.160 m hohen Niderkogel, spendiert dem Nedersee das Wasser. Er liegt auf der Gurgler Seenplatte, gemeinsam mit dem Soomsee, dem Itlsee und dem Gurgler See. Wer von der Lenzen Alm (1.915 m) die knapp 500 Höhenmeter zum See aufsteigt, kann sich am Ufer auf samtweichen Moospolstern wunderbar ausruhen – manchmal gemeinsam mit Schafen und Ziegen. Himmel und Wolken betrachten wir im Spiegel des Sees. Mit etwas Glück erspäht man in den steilen Wänden des Niderkogls Gämsen und sogar Steinböcke. Vom Gipfel herab betrachtet hat der Nedersee eine schlanke Herzform und ist in einer kleinen Mulde eingebettet, da findet man immer ein windstilles Lagerplätzchen. Das Schwimmen im acht bis zehn Grad Celsius kühlen Wasser ist so erfrischend wie aussichtsreich. In Nord-Süd-Richtung schwimmt man auf den Wassertal-Gletscher zu, der sich vor Seelenkogel und Eisseekögele ausbreitet. Auf der gegenüberliegenden Talseite sieht man, wie sich die Timmelsjoch-Panoramastraße um den Kirchenkarkogel ins Timmeltal schlängelt.

### Der Brizzi- oder Samoarsee (2.930 m)

Dem Landschaftsmaler Karl Brizzi verdankt der Samoarsee seinen zweiten Namen. An seinem Ufer entstand das wohl bekannteste von Brizzis Werken, ein Panorama vom Gipfel der Kreuzspitze (3.455 m). Den Auftrag dazu hatte ihm der „Gletscherpfarrer“ und Pionier des Alpinismus Franz Senn 1868 erteilt. Auf halbem Weg zwischen der Martin-Busch-Hütte (2.501 m) und dem Gipfel liegt der See malerisch eingebettet in die Kulisse von Similaun, Fineil- und Mutmal Spitze. Ja, auch hier, hart an der Dreitausendergrenze, ist Schwimmen im eiskalten Bergsee revitalisierend. Doch vor allem die Rast am Ufer ist ein faszinierendes Erlebnis. Ist die Wasseroberfläche spiegelglatt, scheinen die Berge im Brizzisee Kopf zu stehen. Doch schon das leiseste laue Lüfterl lässt das spiegelverkehrte Panorama in Miniwellen verschwinden. Hoch oben schweben Bartgeier majestätisch und lautlos wie Papierflieger durch die Luft.



#### ERNST LORENZI

*Er ist mit dem Fotografieren groß geworden, aber nie erwachsen. Als Organisator oder Initiator von Events wie Ötztaler Radmarathon, Red Bull Sibirien Extrem, Hannibal oder Red Bull Paper Wings gelangen im Team Meisterwerke. Weitgereist und doch in Sölden verwurzelt.*

### TIPPS

In unbekannte Gewässer solltest du immer besonders vorsichtig einsteigen, keinesfalls mit Kopfsprung – es können überall Steine, Gegenstände und Untiefen versteckt unter der Wasseroberfläche lauern. Die Wassertemperatur von Hochgebirgsseen klettert selten über 10–15 Grad Celsius, daher ist langsame Anpassung der Körpertemperatur an das kalte Wasser besonders wichtig. Bergseen haben besonders reines Wasser von bester Qualität. Damit es so bleibt: Verwende Sonnenschutzmittel grundsätzlich erst nach dem Schwimmen im See, wenn du nur mehr sonnenbaden willst. Und mach keinen Lärm – die Wildtiere und Fische brauchen die Ruhe noch mehr als du selbst!



Der Nedersee



# Das große Staunen

Tirols größten Wasserfall muss man gesehen haben. Seine tosenden Wasser, die Schleier aus feinem Sprühnebel, die imposanten Felsstufen faszinieren. Sie sind Inbegriff von Naturgewalt – aber auch von Naturschönheit.

 **Edith Hessenberger**

Seit rund 200 Jahren begeistert das Naturdenkmal Stuibenfälle die Wanderer und Schaulustigen, aber auch die Künstler. In unterschiedlichen Formen versuchten sie, seine Kraft und Schönheit in Farben festzuhalten. Das Turmmuseum in Oetz zeigt die schönsten und interessantesten Darstellungen des Stuibenfalles in einer eigenen Ausstellung. Über die Jahrzehnte haben sich die Perspektiven und Stile gewandelt, im Kern vereint diese Kunstwerke aber doch das große Staunen über das imposante Naturschauspiel. Die Ausstellung geht allerdings weiter und greift aktuelle brennende Fragen auf. Einerseits die Frage, ob die Natur etwa in Form von Wasserkraft uneingeschränkt für Elektrizität genutzt werden darf und sogar soll. Andererseits geht es um Fragen rund um die Vermarktung der Natur und ihre Verformung im Rahmen des Tourismus: Was ist erlaubt? Wo sind die Grenzen der Verbauung und des Zugänglich-Machens?

## Wege zum Wasserfall

Heute ist der Stuibenfälle durch eine Stahltreppe sicher und gut erreichbar. Ein Unfall hatte zur Entscheidung geführt, diese solide bauliche Maßnahme zu wählen. Doch das Ergebnis sorgte von Anfang an für große Kritik: Die Stahltreppe stelle den Wasserfall in den Schatten, die Umsetzung der Treppe sei nicht ästhetisch und zerstöre das Naturdenkmal.

Heute pilgern mehr Menschen denn je zuvor zum Stuibenfälle und bestaunen ihn – von der Stahltreppe aus,

aber auch vom nebenan vorbeiführenden Klettersteig oder von der Plattform oberhalb des Wasserfalls aus. Für die meisten Besucher sind diese Angebote eine großartige Möglichkeit, den Stuibenfälle aus nächster Nähe zu erleben.

Was sich wohl die Maler heute denken würden, die das imposante Naturdenkmal inmitten der lieblichen Waldlandschaft einst mit so viel Hingabe auf einer Leinwand festhielten?

 Weitere Informationen zum Naturdenkmal Stuibenfälle  
[www.umhausen.com/urkraft](http://www.umhausen.com/urkraft)

 Weitere Informationen zur Ausstellung  
[www.oetztalermuseen.at](http://www.oetztalermuseen.at)

## Der Stuibenfälle.

### Kleine Kulturgeschichte eines Naturdenkmals

In langjähriger Arbeit hat der Öztaler Walter Falkner akribisch künstlerisches und kulturhistorisches zum Stuibenfälle und seiner Bedeutung für die Menschen gesammelt. Diese Schätze teilt er im Rahmen der neuen Sonderausstellung im 4. und 5. Geschoss des Turmmuseums in Oetz. Sein gleichnamiger Ausstellungskatalog ist als Band 4 der Öztaler Museen Schriften erschienen.



Klettersteig am Lehner Wasserfall

19 Klettergärten, rund 750 Routen und 8 Klettersteige: Zwischen Haiming und Gurgl geht es herrlich steil nach oben.

Eleonora Sternfeld

Das Ötztal hat eine Kletterkompetenz, die über Jahrzehnte gewachsen ist. Zu verdanken ist sie vor allem dem Tiroler Alpinisten Reinhard Schiestl († 1995), der in den 1980er Jahren begann, das Ötztal klettertechnisch zu erschließen. An den Pionier erinnert der schwierige Reinhard Schiestl Klettersteig an der Burgsteinwand bei Längenfeld.

### Vielfalt der Vertikalen

Ein Klettersteig ist durchgehend mit Stahlseil und Eisenstiften versichert. Der Weg ist vorgegeben und mit künstlichen Griff- & Tritthilfen ausgestattet. Ein Klettergarten hingegen ist eine Kletteranlage an natürlichen Felswänden, die Routen unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade aufweist. Die Wände werden mit Bohrhaken und anderen Sicherungsmitteln so eingerichtet, dass sich Sportkletterer problemlos selbst sichern können. Kletterparks schließlich sind super zum Hineinschnuppern in die Sportart. Die AREA 47 am Taleingang bietet einen 27 Meter hohen bekletterbaren Pfeiler der Achbrücke mit Routen in allen Schwierigkeitsgraden. In Oetz können Anfänger am 10 Meter hohen Feelfree-Kletterturm üben, und Sautens hat einen Natur-Hochseilgarten für Familien.

### Zwischen Granit & Kalk

Am Taleingang bei Haiming warten spannende Kalkstein-Gebiete, beispielsweise die fast ganzjährig begehbare Geierwand mit Klettersteig und Klettergarten. Ein Dorf weiter, in Sautens, bietet der Gneis des Rammelsteins eine Vielzahl leichterer Routen. Weiter taleinwärts dominiert bis zum Talschluss bombenfestes Gestein, eine dem Granit ähnliche Formation aus Glimmer, Schiefer und Gneis. Neben der Engelswand in Tumpen und dem Klettergarten in Niederthai ist Längenfeld ein Highlight: mit der Auplatte, den Klettergärten von Nösslach und Oberried.

### Klettern am Wasser

Spaßig ist die über dem See hängende Boulderwand in der AREA 47 – da kann man sich getrost in die Fluten fallen lassen. An stillen Wassern der Natur ist auch gut kraxeln. Für Kinder und Einsteiger ist 2020 der Übungsklettersteig Piburg am Westufer des Piburger Sees angelegt worden. Wo Stuibenfall und Lehner Wasserfall tosend in die Tiefe stürzen, geht es für Kletterer spektakulär hoch hinaus. Der Stuibenfall-Klettersteig eignet sich für fitte, trittsichere und schwindelfreie Abenteurer ab 9 Jahren und einer Körperlänge ab 1,40 Meter. Zu den schönsten Klettersteigen Tirols zählt der Jubiläums-Klettersteig am Lehner Wasserfall. Voll toll schließt das Tal für Kletterer in Söldens Klettergarten Moos, vor allem aber in Obergurgl. Die Klettersteige Schwärzenkamm und Zirbenmoos haben Gletscherblick, Waldblick und Schluchtenblick. Was braucht ihr mehr? Geprüfte Bergführer für alle Kletterfälle, denn: Sicher ist sicher!

Weitere Informationen unter [www.oetztal.com/klettern](http://www.oetztal.com/klettern) [www.climbers-paradise.com](http://www.climbers-paradise.com)



Klettergarten Niederthai

# Spielwiese oder Liegewiese?

Familie ist nicht gleich Familie.  
Die einen wollen Action,  
Abenteuer und Adrenalin.  
Die anderen lieber Erholung und  
Entspannung. Im Ötztal findet  
jeder sein Terrain.



☑ CHRISTIAN SCHREIBER

Der freie Alpin-Journalist aus dem Allgäu hat eine actionreiche Familie, die Gipfel stürmt und auf dem Bike gerne Gas gibt. Die neueste Erkenntnis aus dem Ötztal lautet aber: Auch chillige Aktivitäten machen verdammt viel Spaß.



## Die chillige Familie

„Bist du der Ötzi?“, fragt das Mädchen, und Elias schmunzelt. Nein, er ist Guide im Ötzi-Dorf und hat mit dem Mann aus dem Eis, der hier in den Bergen gefunden wurde, nichts gemein. Aber er ist ein Experte, wenn es darum geht, mit steinzeitlichen Methoden Feuer zu machen, Klammotten aus Binsengräsern, Leder und Schafsfell zu erklären und gute Laune bei Kindern und Eltern zu verbreiten. Das Ötzi-Dorf ist der ideale Start in den Tag für entspannte Familien, die gern ein bisschen Bergluft schnuppern, aber nicht gleich irgendwelche Gipfel erklimmen wollen. Ob er denn zumindest hier im Dorf lebe? Auch diese Frage muss Elias verneinen.

Es wäre mühsam, im Einbaum über den Teich zu paddeln und mit einer vorsintflutlichen Harpune Fische zu jagen. Die einzige Abwechslung in seinem (Überlebens-)Alltag wäre der nahe Greifvogelpark. Elias könnte sich in Sachen Jagd von Steinadlern und Schneeeulen, die tief über die Köpfe der Zuschauer sausen, einiges anschauen. Zudem wäre für Elias samt Familie ein entspannter Ausflug in die Bergwelt von Hochoetz möglich.

Rauf mit der Gondel und rein ins WIDIVERSUM Hochoetz, ein Outdoor-Spielplatz für Klein und Groß, denn auch Eltern sieht man, wie sie auf Milchkannen trommeln oder über die Slackline balancieren. So viel entspannte Abwechslung hätte Ötzi bestimmt auch gefallen.

📌 Kulturtipp: [www.oetzi-dorf.at](http://www.oetzi-dorf.at)  
Schlechtwetter-Alternative: [www.aqua-dome.at](http://www.aqua-dome.at)  
Familienabenteuer: [www.oetz.com/widiversum](http://www.oetz.com/widiversum)

## 02



### Die Action-Familie

Adrenalin-Familien cruisen mit den Bergradln durch die BIKE REPUBLIC SÖLDEN, eine Downhill-Area mit rasanten Abfahrten. Das Spektakel erinnert an Skifahren: Bike leihen, mit der Gondel rauf und auf blauen, roten und schwarzen Trails den Berg runter. Eltern und Kinder brauchen Ausdauer, eine Portion Mut und eine Prise Fingerspitzengefühl. Das holt man sich bei einem Technikurs mit den Guides Katharina und Linda, die Familien an der Hand nehmen.

Besser gesagt: am Lenker, denn zu den Gleichgewichtsübungen zählt ein Spiel, bei dem die Teilnehmer den Griff des Nachbarn packen und sich gegenseitig stabilisieren. „Jetzt habt ihr Blut geleckt“, sagt Linda. Endlich der erste Trail: Start, steil. Kurve, cool, Achtung, Absatz. Schotter, Speed. Buckel, bravo. Unten: Mütter, die nervlich leicht angespannt sind und Kinder, die jubeln. Wer danach ein bisschen runterkommen will, muss glatt rauffahren. Mit der Gäislachkoglbahn, wo sich der Action-Held schlechthin vorstellt: „Mein Name ist Bond, James Bond.“ 007 ELEMENTS, die cineastische Ausstellung, die dem berühmtesten Agenten der Welt gewidmet ist, ist nicht nur eine Schlechtwetter-Alternative.

Auch bei Sonnenschein lohnt es sich, den Action-Momenten nachzuspüren, die Daniel Craig rund ums Ötztal durchlebte, als er „Spectre“ drehte. Perfekt für Action-Familien.

➤ BIKE REPUBLIC SÖLDEN: [www.bikerepublic.soelden.com](http://www.bikerepublic.soelden.com)  
 Bond-Erlebnis (ab 8 Jahren): [www.007elements.soelden.com](http://www.007elements.soelden.com)  
 Noch mehr Action: [www.area47.at](http://www.area47.at)



### Die Gipfelstürmer-Familie

Lisa ist die Kleinste. Nicht mehr so klein, dass man sie übersehen könnte, aber nun ist sie tatsächlich abgetaucht. Nebel hat sich über die Piccard-Brücke am Gurgler Ferner gelegt und die Achtjährige verschluckt. Es dauert ein paar Sekunden, dann gibt er Lisa wieder frei. Als Bergsteiger-Familie muss man auf alles vorbereitet sein, Wetter und Wanderblues trotzen. Aber aus Erfahrung wissen alle: Am Ende gibt es immer eine Belohnung. Das kann der grandiose Blick vom Gipfel, aber auch der Kaiserschmarrn auf der Hütte sein. Dass es mal Nebelschwaden sein würden, hätten wir nicht gedacht. Die Kinder sind begeistert. Reint ins Nichts, raus aus dem Nichts. Wer in Gurgl startet, auf dem Ramolhaus schläft und am Ende gar einen der imposanten Dreitausender macht, zählt definitiv zur Kategorie Gipfelstürmer-Familie. Dabei ist der Gipfel keine Pflicht.

Bergsteiger-Familien finden im Ötztal faszinierende Ziele, die immer ein bisschen Schweiß kosten, dafür jedoch echte Erlebnisse sind. Auswahl gefällig? Die 300 Jahre alten Bäume im Zirbenwald, die Fundstelle der weltberühmten Gletschermumie Ötzi oder eben die spektakuläre Piccard-Brücke. Mit einer Schlechtwetter-Alternative muss man einer wahren Gipfelstürmer-Familie nicht kommen. Denn bei Sonnenschein gibt es keinen Nebel und Lisa müsste auf die Chance verzichten, ganz schnell im Nichts zu verschwinden.

➤ Weitere Informationen unter  
[www.vent.at](http://www.vent.at)  
[www.gurgl.com](http://www.gurgl.com)

# Wahlverwandtschaften

Seit Pfarrer Franz Senn im 19. Jahrhundert jedem die Schönheit der Öztaler Alpen durch Wege und Hütten zugänglich machte, seit die ersten „Fremden“ sich zur Sommerfrische einfanden, wird im Ötztal die Gastfreundschaft gepflegt. Der Anteil an Stammgästen ist außergewöhnlich hoch. Wer einmal als Kind mit den Eltern hier unterwegs war, kehrt meist auch als Erwachsener zurück.

**G**estärkt wird die Verbundenheit zwischen Einheimischen und Besuchern durch Stammgäste-Treffs. Eingebettet in ein buntes Programm werden langjährige Besucher in einem Festakt geehrt. Als Ausdruck starken Zusammenhalts zieht sich in Längenfeld seit 2004 eine 450 Meter lange Eisenkette am Fels der alten Burgsteiner Straße den Hang hinauf. Versehen mit Plaketten, auf denen die Namen aller regelmäßigen Gäste und deren Herkunftsort eingraviert sind. „Die Glieder stehen symbolisch für den starken Zusammenhalt zwischen uns und unseren Gästen“, sagt Ewald Schmid als Erfinder der Kette und ehemaliger Tourismusedirektor von Längenfeld.

## Verbindungen über Generationen

Alle vier Jahre wurden bis zu Beginn der Pandemie auch in Oetz die Stammgäste eingeladen, regelmäßig besuchten Touristiker und Gastwirte wiederum die Hauptherkunftsorte ihrer Gäste. „Der letzten Einladung nach Oetz 2019 sind rund 700 Stammgäste gefolgt,“ berichtet Christoph Rauch, Destinationsleiter Vorderes Ötztal. „Wir haben Wanderungen und Besichtigungen angeboten, Abende am Piburger See und im großen Festzelt.“

Gastfreundschaft. Im Ötztal ist der dehnbare Begriff keine Worthülse. Eintragungen in Gästebüchern zeugen davon. Oder die Facebook-Eintragung der Öztaler Museen: „Zeit für ein wenig Tourismus-Nostalgie: Erinnerungen an einen Urlaub in Obergurgl 1974. Wir bedanken uns bei Familie Karthaus in Düsseldorf, die uns regelmäßig teilhaben lässt an ihren Jahrzehnte übergreifenden Urlaubserinnerungen an das Ötztal.“



Caroline und Gerhard Pirpamer-Moser



Johannes Grüner



Waltraud &amp; Anton Haid, Söhne Philipp (links) und Tobias (rechts)

## Herzblut ist die „Software“

Um es den „Fremden“ so bequem wie möglich zu machen, wurde schon in der einstigen Poststation Wasser in die Zimmer für warme Wannenkübel gebracht. „Heute verstehen wir unter Gastfreundschaft, dem Gast auf Augenhöhe zu begegnen“, sagt Philipp Haid, der mit seinem Bruder Tobias das Posthotel Kassl \*\*\*\*Superior mit der historischen Fassade und dem kürzlich komplett sanierten Inneren leitet. Liebe geht durch den Magen – Philipps Schwester Alex und das Küchenteam besinnen sich auf regionale Wurzeln, auf Originalrezepte, „mit der Verwertung des Tieres vom Kopf bis zum Schwanz“. Regelmäßige Besucher lädt das Posthotel Kassl zu seiner eigenen Stammgästewoche ein. Gastfreundschaft liegt den Brüdern wohl in den Genen, geerbt von den Eltern Waltraud und Anton Haid. Noch heute wirken die Seniorchefs im Hintergrund mit.

Im Familienbesitz ist auch das \*\*\*\*Hotel Bergwelt in Längenfeld. Der Chef des Hauses, Johannes Grüner, verzeichnet ebenfalls einen hohen Anteil an Stammgästen. „Unsere ‚Software‘ ist das Herzblut, mit dem wir das Hotel betreiben. Ob Mitarbeiter oder Gast – jeder gehört zur Familie.“ Kein Weg führt besonders am Abend an Johannes vorbei: „Wir sitzen dann alle im Barbereich. Gern bitten wir Gäste dazu und fragen, wie ihr Tag war. Dadurch entsteht automatisch eine Interaktion.“ Der Stammgast von heute ist ein anderer als in der Generation seiner Eltern: „Er ist selbständiger und will seinen Tag entsprechend gestalten, ohne geführte Wanderungen oder große Programme.“

## Im Zuhause auf Zeit

Nah am Gast ist auch die Drei-Generationen-Familie Pirpamer-Moser vom Hotel \*\*\*\*Natur- und Alpinhotel Post in Vent. „Das Wohlbefinden unserer Gäste steht auch im direkten Zusammenhang mit dem Umfeld, mit den Bergen, der Natur“, sagt Caroline Moser, die das Haus zusammen mit ihrem Mann Gerhard führt. „Oft hören wir, dass sie sich bei uns wie in einem zweiten Zuhause fühlen.“ Maßgeblich für diese Entwicklung seien die vorherigen Generationen gewesen, Carolines Eltern Adolfine und Luis Pirpamer. Viele Stammgäste haben mit dem legendären Bergführer ihren ersten Dreitausender bestiegen. Auch heute werden Touren angeboten – im Winter mit Schneeschuhen. „Zudem bietet der hauseigene Alpinclub Similaun die Möglichkeit, gemeinsam die Natur zu erkunden.“ Das Geheimnis der hohen Wiederholerzahl: „Mit unserer eigenen, ehrlichen Begeisterung können wir unsere Gäste ganz leicht an das Paradies heranzuführen, in dem wir leben.“



**DAGMAR GEHM**

Die Hamburger Journalistin und sportliche Globetrotterin ist als langjähriger Fan des Ötztals auch selbst ein treuer Stammgast.

# Auf die Plätze, fertig, los!



 Camping Sölden

Die Lust am Outdoor-Leben nimmt zu. Camping-Urlauber wollen in der Natur sein und trotzdem in den eigenen vier Wänden wohnen. Im Ötztal liegt die große Freiheit auf Stellplätzen mit Herzlichkeit und Familienanschluss.



**M**artha Kneisl ist sechs Jahre alt, als sie zum ersten Mal Gäste bewirbt. Als Dreikäusehoch flitzt sie über die Wiese ihres Vaters und besorgt Erledigungen für Urlauber. Lange bevor der Begriff Camping salonfähig wird, stellen Gäste ihre Zelte auf, wo heute „Camping Sölden“ Urlauber beherbergt. Geplant war das nie.

## Im Herzen von Sölden

In den Jahren, als der Grenzpass zwischen Italien und Österreich geöffnet und die Timmelsjoch Hochalpenstraße gebaut wird, kommen Soldaten nach Sölden. „Das war 1962“, erinnert sich Marthas Sohn Lukas Kneisl, der heute den Campingplatz führt. „Mein Opa Alois hat seine Wiese Soldaten überlassen, die als Grenzsoldaten am Timmelsjoch stationiert waren.“ Wenig später

kommt ein holländischer Gast nach Sölden, sieht die Zelte – und fragt, ob er auch auf dem Campingplatz übernachten dürfe. „Das brachte meine Familie auf die Idee, einen Campingplatz zu errichten.“ Was improvisiert und mit einem spartanischen Sanitärgebäude beginnt, ist heute ein weitläufiges Gelände mit großem Wellnessbereich, der vor allem im Winter gut ankommt. Das Besondere ist die Lage: im Herzen von Sölden und doch naturnah am Ufer der Ötztales Ache, deren Rauschen Campinggäste stets begleitet. Das Wasser und die umliegenden Gipfel sind von jedem Stellplatz zu sehen: Der Campingplatz ist terrassenartig angelegt. Und Wanderer, Radfahrer oder Skifahrer brauchen vom Stellplatz nur wenige Schritte ins Geschehen: rein in die Natur, rauf auf die Berge.

## Familiär in Umhausen

In Umhausen ist ein Blatt Papier der Schlüssel zur perfekten Lage. Bevor Gäste ihr Wohnmobil im „Ötztal Camping Umhausen“ abstellen, bekommen sie einen Lageplan ausgehändigt. „Jeder Gast soll sich ein eigenes Bild machen und selber seinen Stellplatz aussuchen“, sagen Rainer und Birgit Krismer, die 1987 ihren Campingplatz eröffnet haben. Selbst bei viel Trubel halten sie an diesem Ritual fest. Dann packt die ganze Familie mit an, damit der Betrieb mit 100 Stellplätzen läuft. „Wir halten als Familie zusammen – und das sollen unsere Gäste auch spüren“, sagt Birgit Krismer. „Wer zu uns kommt, wird Teil der Familie!“ In der Früh gibt's frische Brötchen und Kaffee vom Automaten zu kaufen, abends kocht Rainer Krismer im eigenen Restaurant auf. Urlauber kommen deshalb gerne zurück – wegen der familiären Atmosphäre im Krismer'schen Clan, aber auch wegen



der Lage. In der Mitte des Ötztals ist Umhausen ein prima Ausgangspunkt quer durch das Tal. Wenige Minuten entfernt liegen der Naturbadensee Umhausen, das Ötzi-Dorf und der Greifvogelpark, eine halbe Stunde braucht man zum Stuibenfall. Eine Besonderheit sind zwei Holzhütten, die Gäste ohne Zelt oder Van mieten können. Dafür bauten Rainer und Birgit Krismer Gartenhäuschen um: Sie isolierten die Holzwände und richteten alles liebevoll ein.



**JASMIN KREULITSCH**

Die freie Reisejournalistin Jasmin Kreulitsch hat ihr Herz vor Jahren ans Ötztal verloren – und spürt seither jeden Sommer spannende Geschichten im Tal auf.

## Camping Ötztal Längenfeld

In einem Wäldchen am Rand von Längenfeld fängt die Geschichte von „Camping Ötztal Längenfeld“ mit einer Jausenstation und „Zeltlern“ an. Familie Auer eröffnet 1957 ein Ausflugsgasthaus. Im Sommer fragen immer wieder Gäste, ob sie in dem Wäldchen campen dürfen. Jene „Zeltler“ geben den Anstoß, dass 1959 der Campingplatz entsteht. Erst nur mit einem kleinen Sanitärhäuschen und im Sommer betrieben, wächst das Gelände über die Jahrzehnte. „Heute haben wir 190 Stellplätze“, sagt Sandro Auer stolz und deutet auf den Platz, der idyllisch zwischen Waldrand, Feldern und Wiesen liegt. Der Clou sind vier Alpine Lodges, die auf einem durch Hecken abgeschlossenen Bereich stehen. Hier bucht sich ein, wer das Flair eines Campingplatzes erleben, aber nicht auf die Qualität eines Hotels verzichten möchte. „Wir haben nur mit heimischen Zirben- und Tannenhölzern und natürlichen Dämmmaterialien gearbeitet“, erklärt Sandro Auer. Genauso viel Liebe zum Detail steckt im Sanitärhaus „Bergquell“. Im modernen Alpinstil erbaut, bietet es elf Luxus-Waschkabinen mit Regenduschen und Waschbecken, einen Aufenthaltsraum mit Bibliothek und Flatscreen, einen Baby- und ei-



nen Abwaschraum. Wellness findet nur wenige Minuten entfernt statt: Die Tirol Therme AQUA DOME liegt in unmittelbarer Nachbarschaft. Die Jausenstation von einst gibt es noch, allerdings wurde seither umgebaut. Heute ist das Restaurant „Infang“ nicht nur bei den Campinggästen beliebt. „Es kommen auch viele Ötztaler zum Essen zu uns.“

➤ Weitere Informationen unter [www.oetztal.com/camping](http://www.oetztal.com/camping)

🗨 Mehr Impressionen vom Camping im Ötztal unter [www.oetztal.com/magazin](http://www.oetztal.com/magazin)



# Perfekt in Schwung

*Es ist die schönste Art der Fortbewegung! Da sind zumindest wir Radfahrer uns einig. Wir sind sehr viele, werden immer mehr – und sind auch ganz unterschiedlich. Hier die passenden Reviere im Tal – für jeden Typ, für alle Fälle. Und mit reichlich Extra-Tipps.*

Gesamtes Angebot: [www.oetztal.com/bike](http://www.oetztal.com/bike)



**✎ SISSI PÄRSCH**

*Die Journalistin ist in den Allgäuer Bergen aufgewachsen, inzwischen in München zuhause – und meist in den Alpen unterwegs. Das Ötztal ist ihr zur Zweith Heimat geworden, unter anderem wegen der hervorragenden Radsportmöglichkeiten.*

## RENNRADLER

### TERRAIN

Glattasphaltierte Straßen.

### TYPUS

Profillos sind beim Rennradfahrer nur die schmalen Reifen. Ansonsten wird sehr auf Stil geachtet. Fescher Dress, glatte Waden, leichtes Rad. Nichts darf groß ins Gewicht fallen. Damit Höhenmeter und Kilometer leichter zu sammeln sind.

### REVIER

Mit dem Ötztaler Radmarathon ist eine der Ikonen unter den Rennrad-Events im Tal beheimatet. Und das seit über 40 Jahren. Zum Kultrennen pilgern die Rennradfahrer, die Strecke ist aber auch Traumziel über die gesamte Saison hinweg. Übrigens: Wer auf seiner Run-

de schnell bis sehr schnell überholt wird, sollte sich nicht wundern – das könnten die Profis von BORA-hansgrohe sein. Das UCI-Team ist Partner des Öztals und regelmäßig zum Training vor Ort.

### TIPP

Neben dem Timmelsjoch und der Gletscherstraße (wo am Rettenbachferner der mit dem Rennrad höchste erreichbare Punkt der Alpen liegt) sollte man unbedingt die wunderschöne Haimingerberg-Runde am Taleingang auf der Bucket List haben. Von Oetz geht es konstant in angenehmer Steigung hinauf nach Ochsengarten und weiter über das Sattelle rasant bergab nach Haiming.



## TOURENFAHRER

### TERRAIN

So abwechslungsreich wie möglich!

### TYPUS

Die Gepäcktaschen flankieren das Hinterrad, die Stimmung ist entspannt. Als Tourenfahrer ist man neugierig unterwegs, möchte möglichst viel erkunden – auch gern mal abseits des Radwegs. Die Grundgefühle sind Ausdauer, Genieß- und Entdeckerdrang.

### REVIER

Wer das Öztal als längstes Seitental des Inntals auf dem durchgehenden, 52 km langen Öztal Radweg passiert, der erlebt fünf Klimastufen, zig kulturelle und kulinarische

Highlights und ein Naturerlebnis nach dem anderen.

### TIPP

Öztal Radweg-Fahrer haben Hunger, und das ist gut so! In Oetz findet man den Reaß'nhof ganz nah am Radweg – und im Hofladen Bauernbrot, Kaminwurzeln, Marmeladen und vieles mehr. In Umhausen lockt die Ötztalerei mit hausgemachtem Eis. Frischen Fisch gibt es in Längenfeld am Fischteich Gottsgut. E-Biker können neben dem Magen natürlich auch ihren Akku füllen: 3 Ladestationen liegen entlang der Strecke.



## TOUREN-MOUNTAINBIKER

### TERRAIN

Einsame Forstwege auf schöne Almen.

### TYPUS

Manch einer mag den Kopf schütteln, aber der Touren-Mountainbiker genießt die Kombination aus Schweiß und Genuss. Wenn man sich auf der knackigen Runde die Höhenmeter erkämpft hat, schmeckt die Jause umso besser.

### REVIER

Ganz klar die vielen Hütten- und Almtouren. Aussichts- und variantenreicher geht's kaum: Zwischen 200 und 1.200 m warten unterschiedlichste Herausforderungen,

dazu als Belohnung Traumziele mit Kaspressknödeln oder Kaiserschmarrn.

### TIPP

Wurzbergalm, Stabele Alm und Innerberg Alm bieten auf der Drei-Almen-Tour ab Längenfeld die Qual der Wahl. Trailfans finden am Trailcenter Öztaler Höhe drei Loops unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade.



## E-MOUNTAINBIKER

### TERRAIN

Steile Anstiege, lange Touren – alles kein Problem!

### TYPUS

Jedermann und jedefrau! Das E-Mountainbiken macht wirklich allen Spaß, die gute Fahrtechnik mitbringen, um das motorisierte Gefährt im Gelände zu handeln.

### REVIER

Für E-Mountainbiker ist das Gelände prädestiniert. Viele steile Anstiege lassen sich mit Motorunterstützung problemlos überwinden. Man gelangt entspannt zu den Hütten, hinein in die Seitentäler oder hoch hinaus auf die Gipfel.

### TIPP

Die Bike & Hike-Touren sind lohnendes E-Mountainbike-Ziel – so auch die wunderschöne Tour zur Brunnenbergalm oberhalb von Sölden, von der man zu Fuß weiter zum prominent platzierten Brunnenkogelhaus aufsteigt.



## TRAIL-MOUNTAINBIKER

### TERRAIN

Schmale Pfade.

### TYPUS

Bergauf lässt man sich tragen, bergab lässt man es laufen. Mountainbiker, die es auf Trails zieht, sind breit bereift und gut gefedert. Die einen zirkeln über Steine und Wurzelwerk. Die anderen surfen flowige Anlieger und Wellen. Egal welcher Style, egal welches Skill-Level oder welches Alter – wer unten ankommt, braucht vor allem eines: eine Dusche für das Bike (Stationen gibt es ausreichend), tolerante Vermieter (im Ötztal kein Problem) und gutes Essen (im Ötztal ebenfalls keinerlei Mangel).

### REVIER

Ganz klar: Die BIKE REPUBLIC SÖLDEN, inzwischen eines der gefragtesten Bike-Reviere weltweit. Kein Wunder bei den 11 top gepflegten Lines und 18 Natur-Trails in allen Schwierigkeitsgraden in der Kulisse der Dreitausender.

### TIPP

Wer eine gute Kondition mitbringt, kann sich eine der drei Long Lines vornehmen. Die extralangen Strecken verknüpfen unterschiedliche Lines. So kommen zum Beispiel auf der Long Line Giggjoch vom Start auf 2.666 m bis ins Tal 16 km feinsten Flow zusammen.



## NACHWUCHS-BIKER

### TERRAIN

Alles, was Spaß macht!

### TYPUS

Sehr breit gefächert! Von der zweijährigen Laufradfahrerin bis zum 12-jährigen Junior-Shredder. Wichtig ist, dass es nicht langweilig wird. Das heißt vor allem, dass es keine langen, quälenden Anstiege zu bewältigen gibt. Stattdessen abwechslungsreiches, welliges Material mit dem einen oder anderen Sprung, mit Kurven und der richtigen Portion Action.

### REVIER

Das Skill-Areal in Umhausen ist der perfekte Platz, um das Biken zu er-

lernen. Es gibt einen Laufrad- und einen Kinder-Trail mit Hindernissen wie Wellen, Wippen, Balance-Elementen und spannendem Gelände. Aber natürlich ist auch die BIKE REPUBLIC SÖLDEN mit ihrem vielfältigen Angebot ein riesiger Spielplatz für Kids.

### TIPP

In den Ötztaler Bikeschulen sind die Kinderkurse der absolute Renner. Hier lernt der Nachwuchs, wie er den Eltern davonfährt – und das Bike-Handling gibt den Kids auch ein großes Sicherheitsplus im Alltag zuhause.





# H O L U N D E R

## t u t W u n d e r

*Alte Sprichwörter und Sagen künden von der Bedeutung des Holunders. Die traditionelle Volksmedizin macht seine Blüten und Beeren zu fixen Größen der Hausapotheke. Und auch trendigen Foodhuntern liefert der Strauch leichte Beute für selbstgemachte Köstlichkeiten.*

**E**r wächst am Waldesrand und an Wanderwegen, beim Bauernhof und beim Landhaus: Überall, wo die Böden stickstoffreich sind, gedeiht der robuste Holunderstrauch. Er wird zwischen drei und sieben Meter hoch und rund hundert Jahre alt. Aus der alpinen Landschaft ist der Holunderstrauch nicht wegzudenken.

Auch nicht aus der ländlichen Kultur. Man müsse vor dem Holunder den Hut ziehen, verlangt eine Bauernregel. Sie zeugt von großem Respekt für diese fruchtbare Pflanze, die seit Jahrhunderten als Baum des Lebens und des Sterbens gilt. Nach alten Sagen werden die Neugeborenen aus dem Hollerbaum geschützt. Toten steckt man mancherorts Holunderzweige aufs Grab. Treiben diese aus, ist das ein Zeichen dafür, dass der Verstorbene gut im Jenseits aufgenommen wurde.

Der Name kommt vermutlich vom althochdeutschen „holuntar“. „Hol“ steht für hohl, „tar“ für Baum. Das ist ein Hinweis auf seine hohlen, mit Mark gefüllten Zweige. Legenden und Geschichten bringen den Holunder auch mit der Frau Holle in Verbindung.

Fest steht: Der Holunder ist äußerst fruchtbar, weil doppelt abzu-

ernten. Im Frühsommer schenkt er uns seine duftenden, zarten Blüten. Fast jede Bäuerin setzt damit ihren Hollersirup oder Hollersekt an und backt köstliche Hollerkiachl daraus. Getrocknet und mit Mädesüß und Lindenblüten vermischt, ergeben die Hollerblüten einen Tee, der besonders gut gegen Erkältungen, Fieber und Kopfschmerzen hilft. Als Inhalation wirkt er auch hilfreich bei Stirn- und Nebenhöhlenentzündungen. Naturkosmetikerinnen machen Holunderblütenöl für die Pflege empfindlicher, trockener und gereizter Haut. Nach zu viel Sonne beruhigt es die Haut und spendet ihr Feuchtigkeit.

Holunderbeeren-Chutney, Apfel-Holunderbeeren-Punsch, Apfel-Holunderbeeren-Konfekt: Das sind nur ein paar der Delikatessen, die sich im Herbst aus den Hollerbeeren zaubern lassen. Doch Achtung: Unreife Beeren und Samen der reifen Beeren, aber auch die Blätter enthalten Sambunigrin, einen Stoff, der zu Bauchweh und Durchfall führen kann. Damit er zerfällt und unschädlich wird, müssen die Beeren immer gekocht oder getrocknet werden.



## Holunderbeerensaft

**REZEPT**

### ZUTATEN

1 kg Holunderbeeren  
 1 l Wasser  
 500 g Zucker  
 1 TL Nelken (ganz)  
 3 Zimtstangen  
 3 – 4 Sternanis  
 1 Bio-Orange

### ZUBEREITUNG

Holunderbeeren waschen und entstielen. Das Wasser mit den Gewürzen und der in Scheiben geschnittenen Orange in einen Topf geben und rund 30 Minuten köcheln lassen. Die Beeren mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken, zum

heißen Sud geben und 15 Minuten köcheln lassen. Einige Stunden stehen lassen, dann durch ein Tuch abseihen und fest auspressen. Den Saft aufkochen lassen. Zucker einrühren. Noch heiß in sterilisierte Flaschen füllen und sofort verschließen.

Wir haben aus unserem Fundus bäuerlicher Rezepte den Holunderbeerensaft ausgewählt. Er stärkt das Immunsystem und wirkt entzündungshemmend, wegen seines hohen Gehalts an Flavonoid. Wer sich auf die kalte Jahreszeit vorbereiten will, trinkt am besten täglich ein kleines Glas Holundersaft. Trotzdem eine fiebrige Erkältung eingefangen? Erhitzter Saft, so heiß als möglich getrunken, lindert das Leiden. Saft nach unserem Rezept ist sechs bis acht Monate haltbar. Durch Zugabe von mehr Zucker kann die Haltbarkeit etwas verlängert werden. Unsere Orangen-Beigabe verleiht dem klassischen Beerensaftrezept eine kreative Note – und eine Extraportion Vitamin C.



**ISOLDE V. MERSEI**

Die Südtiroler Kochbuchautorin, Magazinmacherin und Reporterin sammelt im Ötztal und überall in den Alpen ländliches Wissen über die Natur, die Kultur und die Küche der Regionen.



# AREA47

THE ULTIMATE OUTDOOR  
PLAYGROUND **ÖTZ  
TAL** SÖLDEN TIROL



LET'S RAISE YOUR  
HEARTBEAT,  
BABY!

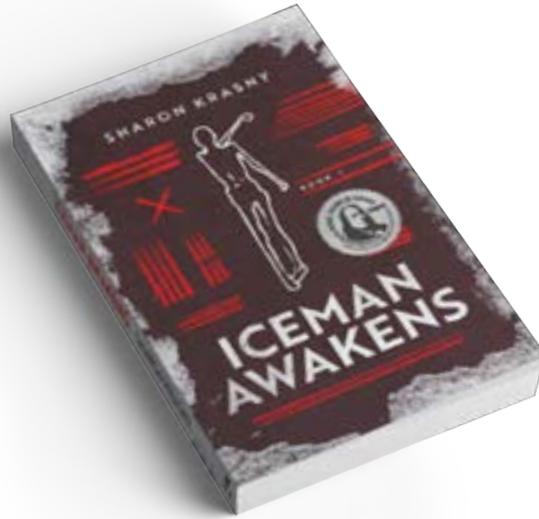


area47.at | #area47



# Ötzi vereint uns alle

✍ Isolde v. Mersi



Der Roman „Iceman Awakens“ ist das literarische Debüt der Englischlehrerin Sharon Krasny. Ihre Recherchen haben sie auch zum Ötztal Magazin als Informationsquelle geführt. Wir sprachen mit der Autorin über Ötzi und ihr Werk.

## **Du lebst in North Virginia, weit weg von den Ötztaler Alpen – wann bist du Ötzi zum ersten Mal begegnet?**

Ich war schon bei seinem Fund fasziniert, und so interessierte ich mich für alle Fragen, die ihn umgaben. Ich las viel über Ötzi und spielte mit dem Gedanken, eine Geschichte über ihn zu schreiben. Doch erst 12 Jahre später ging ich es dann ernsthaft an. Ich googelte nach Ötzis Tätowierungen, um Inspiration zu finden. Einer der Treffer bezog sich auf Brad Pitt, der eine Tätowierung der Mumie gemeinsam mit einem Nietzsche-Zitat auf seinen Unterarm tätowiert hat. Das Zitat handelt von der Sinnlosigkeit des Lebens. Das hat mich tief getroffen. Ich glaube, dass Ötzi ein wertvolles Leben hatte. Er hatte Familie und Träume. Es gab jemanden, den er liebte. Er war bedeutend, und so wurde die Geschichte „Iceman Awakens“ geboren.

## **Was findest du an ihm so interessant, dass du ihn zum Protagonisten deines Romans gemacht hast?**

Es gefällt mir, wie diese eine Person die Wissenschaft, Technologie und Literatur herausfordert. Entwicklungen wurden beschleunigt, um seine Geheimnisse herauszufinden, das finde ich sehr faszinierend. Jemand, der tot und unbedeutend zurückgelassen wurde, hat seine Mörder überlebt und ist weltberühmt geworden. Ötzis Stimme aus der Vergangenheit bringt uns zusammen, indem sie uns zeigt, dass uns mehr verbindet als trennt. Er zeigt auf, was das Menschsein ausmacht.

## **Wie hast du die wissenschaftlichen Erkenntnisse, die Geschichte und den geographischen Hintergrund von Ötzis Leben erforscht?**

Ich fand Videos von Wandertouren und sah mir das Gelände an. Ich habe Karten angeschaut und Städte gegogelt, die in der Nähe sind. Ich habe mich mit der Vegetati-

on, den einheimischen Pflanzen, Vögeln und Säugetieren beschäftigt. Ich habe viele wissenschaftliche Artikel gelesen und mir Dokumentationen angeschaut. Als Experte war Professor Walter Leitner meine wertvollste Quelle, aber auch mein konstruktivster Kritiker.

## **Hast du vor, das Ötztal tatsächlich einmal zu besuchen?**

Ich hatte eine Reise zum 30. Jahrestag von Ötzis Entdeckung geplant, leider ist nichts daraus geworden. Doch ich möchte unbedingt möglichst bald auf seinen Spuren wandern.

## **Du schreibst gerade einen zweiten Roman über Ötzis Leben. Welcher Stoff füttert diesmal deine Fantasie?**

Ich begann die Geschichte, als Ötzi 13 Jahre alt war. Die mir bekannte Fachliteratur sieht in ihm einen heiligen Mann. Um diese Bedeutung in einem jungsteinzeitlichen Stamm zu erreichen, war wohl eine Berufung und ein Initiationsritus notwendig. Die Entscheidung für einen Roman über Ötzis Jugend macht es schwieriger, das zweite Buch zu schreiben, weil es immerhin noch ca. 33 seiner Lebensjahre gibt, von denen man so gut wie nichts weiß. Man kennt die Waffe, den Tatort. Sein Tod sieht mehr nach einem Verbrechen aus Leidenschaft als nach einem Zufallsmord aus. Tief in meinem Schreiberherz weiß ich, wer es war. Jetzt muss ich nur noch dorthin kommen.



📍 Autorin Sharon Krasny

# DAS IST MEIN TAL

**Unseren Fragebogen beantworten besondere Menschen aus dem Ötztal, um euch persönlich von ihrer Heimat und ihren Wurzeln zu erzählen.**

## NENDA

Die Schauspielerin und Rapperin Nenda Neururer ist im Ötztal aufgewachsen. Sie ist 28 Jahre alt und hat nach der Matura in Tirol in London Schauspiel studiert. Ab Frühjahr 2022 spielt sie eine der Hauptrollen in der Serie „The Rising“ auf Sky. 2021 hat sie mit ihrem ersten Song „Mixed Feelings“ auch in Österreich Aufsehen erregt. Auf Englisch und Tirolerisch möchte sie damit vor allem Kindern und Jugendlichen mit oder ohne sichtbaren Migrationshintergrund Mut machen und zeigen, dass sie nicht allein sind mit ihrem Anderssein.

### **Hier bin ich aufgewachsen:**

*In Sautens.*

### **Hier habe ich meine Ausbildung gemacht:**

*Weil es im Ötztal kein Gymnasium gibt, habe ich in Telfs im Inntal den musischen Zweig des Oberstufen-Realgymnasiums besucht. Dort haben meine Musiklehrer/innen mein kreatives Talent erkannt und sehr gefördert.*

### **So bin ich Künstlerin geworden:**

*Nach der Matura habe ich in Innsbruck kurz Chemie und Russisch studiert, bin dann aber bald nach England gezogen, wo ich drei Jahre lang die Schauspielschule besuchte. Heute lebe ich in London.*

*Meine Arbeit als Schauspielerin läuft gut. Im Lockdown während der Corona-Krise habe ich wieder zur Musik gefunden. Und will auch damit weitermachen, denn es ist schön, selbst etwas zu kreieren.*

### **Das ist meine größte Ötztaler Inspirationsquelle:**

*Die Küche meiner Mama. Hier und bei ihr fühle ich mich voll daheim. Sie kocht gerne und gut, auch für meine vielen Freund/innen.*

*Wenn viele Leute beim Essen und Reden in der Küche beisammensitzen, macht es immer sehr Spaß.*

### **Hier ärgere ich mich immer wieder:**

*Wenn Leute mich fragen, ob ich Deutsch kann.*

### **So sieht ein typischer Tag im Ötztal für mich aus:**

*Frühstück, im Garten chillen, Fotos vom Acherkogel machen, die Tante besuchen, mit dem Opa Kreuzworträtsel lösen.*



### **Hier habe ich tiefe Heimatgefühle:**

*Sowohl mit dem Ötztal, als auch mit Innsbruck, verbinde ich sehr viele schöne Erinnerungen und Erlebnisse.*

### **Hier bin ich am liebsten:**

*Daheim am Balkon mit Acherkogelblick, wenn die Sonne scheint.*

### **Hier treffe ich meine Freunde:**

*Dort, wo ich die meisten habe, in Innsbruck. Oder, siehe oben, in der Küche meiner Mama.*

### **Hier finde ich mein Tal am spannendsten:**

*An der Engelswand in Tumpen klettere ich gerne. Sie ist auch zum Zusammenhocken und Picknicken ein schöner Ort.*

### **So riecht das Ötztal für mich:**

*Nach frischer Bergluft.*

### **Das bedeuten mir die Ötztaler Natur und Landschaft:**

*Ich liebe sie, gehe gerne alleine im Wald spazieren.*

### **Das ist der Hauptgrund, warum ich immer wieder ins Ötztal komme:**

*Die Mama (und ihre Küche).*

### **Mein liebstes Ötztaler/Tiroler Gericht:**

*Als angehende Veganerin habe ich da nicht mehr viel Auswahl. Spinatspatzlen mag ich sehr gerne.*

### **Mein liebster Satz/Ausdruck im Ötztaler Dialekt:**

*Cöca-Cöla.*

# Gewinne

## 4

### ÜBERNACHTUNGEN

mit Halbpension für  
eine Familie mit  
2 Erwachsenen und 2 Kindern

+

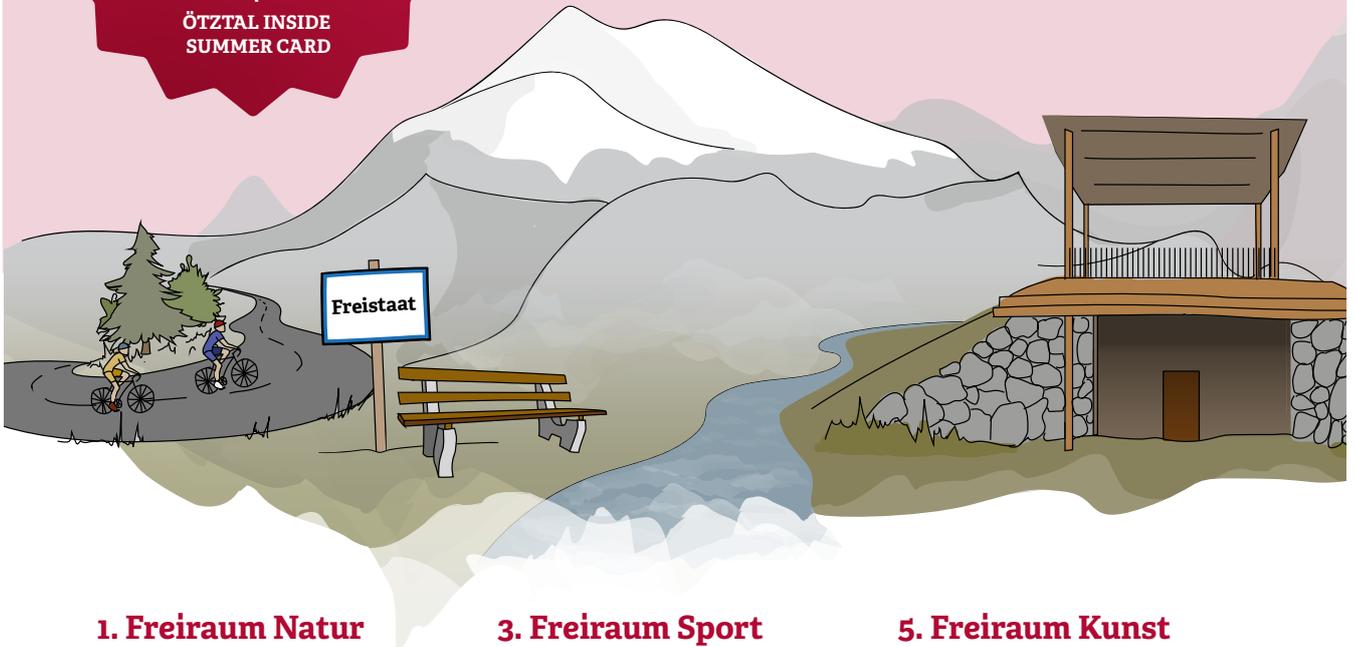
ÖTZTAL INSIDE  
SUMMER CARD

Das Lösungswort besteht aus sechs Buchstaben und benennt eine Gattung freiheitsliebender Alpentiere.

Die Online-Teilnahme am Gewinnspiel ist bis **31. Oktober 2022** unter [www.oetztal.com/oetztal-raetsel](http://www.oetztal.com/oetztal-raetsel) möglich. Unter dieser Adresse stehen auch die Teilnahmebedingungen sowie ab 6. November 2022 die Auflösung des Rätsels. Der Gewinn wird unter den

Einsendern des richtigen Lösungswortes verlost. Der/die Gewinner/in wird online informiert. Öztal Tourismus-Datenschutzbestimmungen unter [www.oetztal.com/datenschutzzerklaerung](http://www.oetztal.com/datenschutzzerklaerung)

✍ Irene Prugger



## 1. Freiraum Natur

Der Naturpark Öztal umfasst ein Netzwerk vielfältiger Öztaler Schutzgebiete. Er erstreckt sich von der Talsohle bis hinauf in hochalpines, von Gletschern geformtes Gebiet. Wie heißt sein höchster Punkt?

- A** Timmelsjoch
- G** Wildspitze
- H** Similaun

## 2. Freiraum Ruhezone

1.600 km Wanderwege, Routen und Steige durchziehen das Öztal, sie führen u.a. zu rund 100 Almen und Hütten. Beim Wandern will man auch rasten. Wie viele Ruhebänke warten im Öztal auf Genusswanderer und Müßiggänger?

- Ö** ca. 1.000
- Ü** ca. 1.300
- Ä** ca. 1.600

## 3. Freiraum Sport

Der Öztaler Radmarathon ist der anspruchsvollste Radmarathon der Alpen. Er führt mit 238 Kilometern und 5.500 Hm über hohe Pässe: Kühtaisattel, Brenner, Timmelsjoch. Hoppla, zu kurz getreten, wie heißt der Vierte in der Runde?

- L** Stilfser Joch
- M** Jaufenpass
- N** Reschenpass

## 4. Freiraum Wald

In einem alten Bergsturzgebiet am Eingang des Öztals sieht man noch Reste von Kalkbrennöfen, die ab dem 16. Jhd. entstanden. Wie heißt dieses Waldgebiet?

- S** Sautner Forchet
- T** Haiminger Waldele
- U** Obergurgler Zirbenwald

## 5. Freiraum Kunst

Nach einem Längenfelder Weiler benannte sich eine Öztaler Denkerwerkstatt und international tätige Künstler/innengruppe, deren erste Aktionen 1995 stattfanden. Wie lautet ihr Name?

- O** Freistaat Denkstein
- E** Freistaat Burgstein
- A** Freistaat Kultstein

## 6. Freiraum Wasser

Temperamentvoll bahnt sich die Öztaler Ache auf 42 Kilometern ihren Weg durch das Öztal bis zum Inn. Sie entsteht bei Zwieselstein durch den Zusammenfluss von Gurgler Ache und Venter Ache. Was bedeutet das Wort „Zwiesel“ bzw. „zwieseln“?

- S** schnell laufen
- R** munter sprudeln
- N** sich gabeln, spalten

# So schmeckt Heimat

Wertvolle Einblicke erhalten Lehrlinge beim Projekt „Genussbotschafter\*in Ötztal“. Im Fokus der Zusatzqualifikation stehen Regionalität und Genuss.

✍ Markus Geisler



Das Central – Raphael Kuen

Welche Fleischspezialitäten hat das Ötztal zu bieten und was lässt sich alles daraus zaubern? Mit welchen Herausforderungen sieht sich ein Fischzüchter konfrontiert oder wie schmeckt ein Wein, gekeltert aus Haiminger Trauben? Seit Herbst 2019 lässt die Zusatzausbildung „Genussbotschafter\*in Ötztal“ interessierte Nachwuchskräfte in die Welt heimischer Produzenten eintauchen. Drei einwöchige Module vermitteln ihnen spannende Einblicke und Verständnis für die Herausforderungen regionaler Landwirte. Auf dem Stundenplan steht weitaus mehr als die Kenntnisse über die Produkte. In den praxisorientierten Einheiten geht es auch um das richtige Verarbeiten und Zubereiten, das Wissen über den Natur- und Kulturraum sowie aktuelle Trends wie Foodhunting.

## Mehrwert für alle

Der junge Söldler Koch Christian Gritsch vom Alpengasthof Grüner zählt zu den ersten Absolventen. Die Investition hat sich für ihn ausgezahlt. „Vieles war mir vorher gar nicht bewusst. Vom direkten Austausch mit Bauern und Produzenten habe ich am meisten profitiert. Nun kann ich ihre Anliegen besser nachvollziehen und bei meiner Arbeit in der Küche umsetzen“, berichtet er. Einen Gewinn stellt das Erlernte nicht allein für die „Genussbotschafter\*in Ötztal“ dar. Nutznießer sind dabei alle Beteiligten. Von Produzenten über Gastronomiebetriebe bis hin zu den Kunden, die Wert auf regionale und nachhaltig produzierte Gerichte legen. Wie's funktioniert, zeigt Christian Gritsch in seinem Ausbildungsbetrieb. Hier durfte er gemeinsam mit seinem Küchenchef eine eigene „H Heimat“-Karte gestalten, die großen Anklang bei Gästen und Einheimischen fand. Den Titel „Genussbotschafter\*in Ötztal“ versteht er als Auftrag: „Ich will und werde versuchen, die Schönheit und Vielfalt unseres Tales auf den Teller zu bringen. Wenn mehr Köche das so sehen, wird das Ötztal einen kulinarischen Aufschwung erleben.“



Alpengasthof Grüner –  
Christian Gritsch

Philipp Stohner –  
Präsident Tiroler Kochverband  
in der Schauküche



# ■ Typisch Ötztal

Gurgler Hofkäserei, [www.goaskas.at](http://www.goaskas.at)

Was die Produzenten und Handwerker mit Liebe zum Detail herstellen, reist mit nach Hause – in Form der schönsten Mitbringsel aus Kunst, Kultur und Kulinarik.

✎ Jasmin Kreulitsch

Seit Jahrtausenden werden Schafe auf die Sommerweiden im Ötztal getrieben. Das Schafwollzentrum in Umhausen verarbeitet die Wolle der Bergschafe seit 1938. Joachim Regensburger führt das Familienunternehmen, das sich ursprünglich dem Anbau und der Verarbeitung von Flachs verschrieben hatte. Noch Ende der 1950er Jahre wurden im Ötztal 50 Tonnen Flachs angebaut, doch mit der Entwicklung der Kunstfaser brach der Flachsanbau zusammen. Heute dreht sich alles um Wolle und was daraus entsteht.

## Flachs und Wolle

Nicht weit entfernt in der Handweberei Doblander betreibt Cilli Doblander mit ihrem Sohn Klemens ein Handwerk, das fast ausgestorben ist. In den 40er Jahren gründete ihr Onkel das Unternehmen. Noch heute sitzt sie an traditionellen Holzwebstühlen und verwandelt Leinen und Wolle in Fleckerteppiche, Decken, Geschirrtücher oder Schals.

Von der Natur lernt Jochen Neururer. In der Seifenmanufaktur in Umhausen kreiert er nach traditionellem Seifensiederei-Verfahren Seifen, Badesalze und

Kerzen aus Ötztaler Zutaten. Besonders am Herzen liegen ihm natürliche Rohstoffe und eine nachhaltige Produktion: Der Betrieb ist CO<sub>2</sub>-neutral und energieautonom.

## Holz und Käse

Um Zirbe geht es auch in Längenfeld. Betritt man die Holzsznitzerei Neurauter, eröffnet sich eine neue Welt. Es duftet würzig nach Holz in der Werkstatt von Josef Neurauter, wo er aus Zirbe, Esche, Eiche, Kirsche, Nussbaum oder Lindenholz seit 1993 Krippenfiguren, Kruzifixe, Madonnen und Engel, aber auch profane Geschenk- und Dekoartikel schnitzt.

Kulinarische Mitbringsel gibt es in Obergurgl. 2018 eröffneten Maria und Martin Grüner die Gurgler Hofkäserei. Aus Rohmilch entsteht ein einzigartiger Ziegenkäse. Die Zauberzutut ist die Milch: Die 25 Gebirgsziegen fressen nur Gräser und Kräuter der Obergurgler Bergwiesen. Die Ziegenkäse-Kreationen werden täglich aus 60 Litern Milch frisch zubereitet und ruhen anschließend hinter dem Hofladen im Reiferaum und Felsenkeller.

[www.handweberei-oetztal.at](http://www.handweberei-oetztal.at)[www.schafwollzentrum.tirol](http://www.schafwollzentrum.tirol)[www.schnitzerei.com](http://www.schnitzerei.com)[www.alpincosmetics.tirol](http://www.alpincosmetics.tirol)

📍 Die Hildesheimer Hütte (2.988 fm)



Wunderschön und besonders hoch gelegen, architektonisch wertvoll und gut erhalten, besonders alt und – denkmalgeschützt. Das alles ist die Hildesheimer Hütte, 1896 von der Sektion Hildesheim des DAV errichtet und seit 125 Jahren bei Wanderern und Bergsteigern beliebt.



📍 Sölden, Stützpunkt zwischen Stubai- und Ötztal

✍ Edith Hessenberger

Unweit der höchsten Gipfel der Stubai-er Alpen auf 2.988 fm gelegen, sollte die Hildesheimer Hütte eine alpinistische Verbindung vom Stubaital ins Ötztal ermöglichen. Mit dem Bau wurde 1895 ein erfahrener Ötztaler beauftragt: Der Obergurgler Martin Scheiber, der im Ötztal noch vier weitere Schutzhütten errichtete. So wohlhabend, fein und gebildet die bürgerlichen Gäste um die Jahrhundertwende waren, so einfach war die Infrastruktur zunächst: Mit einer Stube, einer Küche und fünf Kammern hatte man auszukommen.

### Schritt für Schritt zum Denkmalschutz

Insgesamt fünf Mal wurde die Hildesheimer Hütte in den folgenden Jahrzehnten erweitert und verbessert. Ihr einzigartiger Charakter blieb allerdings erhalten und so wurde das Haus 2016 als eines der ersten unter Denkmalschutz gestellt. Dazu trug nicht nur die äußere Erscheinung der Hütte bei. Auch die Innenräume sind besonders eindrucksvoll, etwa der harmonische Treppenaufgang in den ersten Stock von 1906, oder die wunderschöne Stube mit geschnitzten Fensterstöcken aus den 1930er Jahren.

### Gastfreundlich und aussichtsreich

Zur besonderen Gemütlichkeit der Hütte trugen während der vergangenen 30 Jahre die Hüttenwirte und Langzeitpächter Elfriede und Gustl Fiegl aus Sölden bei. Mit herzlicher Professionalität führten sie die Gastwirtschaft, oft unter extremen Bedingungen. Durch ihre besondere Lage erschließt die Hildesheimer Hütte einen einzigartigen Naturraum: Hier die spektakulären Gletscher der Stubai-er Alpen, dort das abgelegene, wunderschöne Windachtal inmitten des Naturparks Ötztal – und mit etwas Glück kann man auch Bartgeier fliegen sehen.



➔ Weitere Informationen unter [www.oetztal.com/wandern](http://www.oetztal.com/wandern)



**INSIDE**

# Die Ötztal Inside Summer Card.

## DEIN PREMIUM-UPGRADE FÜR DEN SOMMER.

- Bergerlebnis mit den Sommerbergbahnen
- Öffentliche Verkehrsmittel
- AQUA DOME - Tirol Therme Längenfeld
- AREA 47 - Das Outdoor-Highlight im Ötztal
- Kunst & Kultur - Ötztaler Museen
- Ötzi-Dorf & Ötztaler Greifvogelpark
- Naturpark Ötztal Wanderprogramm
- Naturpark Haus
- Schwimmbäder & Badeseen
- Freizeitspaß & Familienattraktionen
- Bikevergnügen mit dem Leihbike
- Top Mountain Motorcycle Museum

Erhältlich als Inclusive-Card in über 350 Betrieben!



**Gewinne**  
**4 Übernachtungen**  
mit Halbpension für  
eine Familie mit  
2 Erwachsenen und 2 Kindern  
+  
**ÖTZTAL INSIDE  
SUMMER CARD**

ÖTZ  
TAL SÖLDEN

# ELEMENTS

## 007™

JAMES BOND ERLEBNISWELT

*„Weltweit einzigartige James Bond Erlebniswelt mit 1.300 m<sup>2</sup> Ausstellungsfläche in 9 Hallen und einer atemberaubenden Freiluftplaza.“*

**GAISLACHKOGL 3.048M | SÖLDEN | 007ELEMENTS.COM**

Öztaler Gletscherbahn GmbH & Co KG | Dorfstrasse 115 | A-6450 Sölden | +43 5254 508