

Ankommen statt abhaken: Slow Vacation in der Region Innsbruck

Statt von einem Must-see zum nächsten zu eilen, setzen immer mehr Urlauber:innen auf ein neues, achtsameres Reisen: Bewusstes Geniessen, Regionalität und intensives Naturerlebnis stehen im Vordergrund. Dafür bietet die Region Innsbruck die idealen Bedingungen – von der Anreise über heimische Kulinarik bis hin zu alpinen Rückzugsorten, wo Entschleunigung ganz natürlich gelingt.

Neue Energie unter freiem Himmel

Die Natur zählt zu den wertvollsten Kraftquellen – besonders dann, wenn man sie mit allen Sinnen erlebt. In unmittelbarer Nähe von Innsbruck ist etwa das Waldmoor Tantegert ein solcher Platz. Von der Stadt erreicht man das Biotop entweder zu Fuss oder mit der sogenannten Waldbahn. Vor Ort finden sich Sitzbänke zum Verweilen, ein keltischer Baumkreis und Stege, die durch das Moor führen. Wer möchte, wandert durch Wald und Wiesen weiter zum idyllisch gelegenen Lanser See und belohnt sich dort mit einem Sprung ins belebende Nass. Will man hingegen seinen Körper sanft stärken, findet man auf dem Rangger Köpfl oder am Patscherkofel – beides per Bergbahn erreichbar – hervorragende Möglichkeiten: Yoga- und Pilateseinheiten inmitten der Bergwelt geben Raum zum Durchatmen, zur Regeneration sowie für achtsame Bewegung.

Genuss mit gutem Gewissen

Beim langsamen Reisen entdeckt man nicht nur mehr, sondern erlebt alles auch noch viel intensiver. Kulinarische Begegnungen eignen sich besonders gut, um das Tempo zu drosseln und den Moment bewusst wahrzunehmen. Bei einer gemütlichen Radtour auf dem Genussradweg am Mieminger Plateau laden zahlreiche Hofläden dazu ein, sich mit lokal produzierten Köstlichkeiten einzudecken. Wer noch mehr Zeit mitbringt, kehrt in unmittelbarer Nähe im Wirtshaus des Hotels Der Stern ein: Dort darf man sich über Kochkunst freuen, die auf regionale Zutaten setzt und bei der Zubereitung alles verarbeitet, was der hauseigene Gemüse- und Obstgarten hergibt. Auch zum Übernachten ist der Stern die richtige Adresse für Gäste, die Wert auf einen verantwortungsbewussten Umgang mit Ressourcen unserer Umwelt legen: Das Öko-Hallenbad wird hier nämlich zu 100 Prozent mit erneuerbarer Energie beheizt, und wer öffentlich anreist, spart am Ende bei der Rechnung für den Aufenthalt.

Zur Ruhe kommen

Im Sellraintal und seinen Seitentälern fällt es leicht, den schnelllebigen Alltag hinter sich zu lassen, denn die dortige Berglandschaft führt beinahe wie von selbst dazu, einen Gang herunterzuschalten. Besonders gut gelingt dies beim langsamen Gehen, etwa auf dem Besinnungsweg in Gries: An alten Bauernhöfen und Aussichtspunkten entlang führt die Wanderung zur gotischen Wallfahrtskirche St. Quirin. Geübten Bergwanderer:innen, die tief in die alpine Landschaft eintauchen möchten, sei die Sellrainer Hüttenrunde ans Herz gelegt: Fernab von jeglicher Hektik, unterwegs auf steilen Pfaden, kommt man an duftenden Latschenwäldern vorbei und wird von den archaisch anmutenden Gipfeln im Hintergrund begleitet. Sehnt man sich nach mehreren Nächten in rustikalen Berghütten wieder nach mehr Komfort, findet man zurück im Tal eine Reihe von gemütlichen Unterkünften wie etwa den Bastlshof oder den Lexhof.

Bewusst unterwegs

Nachhaltigeres Reisen beginnt bereits bei der Anfahrt. Dank attraktiver Bahnangebote wie dem Nightjet aus Amsterdam oder Hamburg und mehr als zehn täglichen Direktverbindungen im Fernverkehr erreicht man Innsbruck auch von weiter weg entspannt ohne Flugzeug und Auto. Lädt man sich die Welcome Card vorab aufs Smartphone, reist man zudem vom Bahnhof kostenlos zur vorab gebuchten Unterkunft weiter und kann sie während des gesamten Aufenthalts als Ticket für die öffentlichen Verkehrsmittel der Region sowie die Wanderbusse nutzen. Wer in Innsbruck unterwegs ist, kommt aber auch zu Fuss gut voran – nicht umsonst gilt Innsbruck als Stadt der kurzen Wege. Die sogenannten Walks to Explore sind eine hervorragende Möglichkeit, Tirols Landeshauptstadt im Spazierschritt zu erkunden, so etwa der Walk durch das «authentische Innsbruck»: Statt einer klassischen Innsbruck-Tour führt jener zu den versteckten Ecken der ehemals als «Anpruggen» bezeichneten Stadtviertel Mariahilf, Hötting und St. Nikolaus. Möchte man zwischendurch Pause machen, kann man diese etwa im haepinest [ˈhæp.i.nəst] in St. Nikolaus einlegen: Das Café setzt

auf handgemachte vegane und vegetarische Leckerbissen, serviert feinsten Third-Wave-Kaffee sowie ungefilterte und natürlich produzierte Weine.

Über die Region Innsbruck

Die Region Innsbruck ist eine einzigartige Symbiose von pulsierendem urbanem Raum und faszinierender alpiner Bergwelt. Sie erstreckt sich von der Tiroler Landeshauptstadt über 40 Orte in ihrer Umgebung und umfasst insgesamt sechs Erlebnisregionen: Innsbruck, Inntal-Telfs, Kühtai-Sellraintal, Mieminger Plateau, Region Patscherkofel und Westliches Mittelgebirge. Vielfältiges Stadtfair und Sightseeing sind hier stets nur einen Atemzug von sportlichen Abenteuern und dem nächsten Gipfelsieg entfernt. Den Schlüssel zu dieser Vielfalt stellt die kostenlose Gästekarte Welcome Card dar, die zahlreiche Erlebnisse und die freie Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel beinhaltet. Offizielle Destinationsmanagementorganisation der Region ist Innsbruck Tourismus. Die rund 100 Mitarbeiter:innen und elf Tourismus Informationen des Verbandes bereiten unvergessliche Urlaubserinnerungen im Einklang mit Mensch und Natur.

Weiterführende Links:

Website: www.innsbruck.info

Blog: www.innsbruck.info/blog

Facebook: www.facebook.com/Innsbruck

Instagram: www.instagram.com/innsbrucktourism

X: www.twitter.com/InnsbruckTVB

YouTube: www.youtube.com/user/InnsbruckTVB

Rückfrage-Hinweis

Innsbruck Tourismus

Fiona Triendl, BA

Markt-Management Deutschland, Österreich, Schweiz

Burggraben 3

A-6020 Innsbruck

+43 512 / 53 56 502

www.innsbruck.info

f.triendl@innsbruck.info

PrimCom

Raphaela Steixner, MA

Beratung

Eichstrasse 25

CH-8045 Zürich

+41 44 421 41 39

www.primcom.com

r.steixner@primcom.com

Bildarchiv (Material zur kostenfreien Verwendung):

www.innsbruckphoto.at/extern

www.innsbruck.newsroom.pr