

Vom sonnenverwöhnten Südtiroler Dorf Feldthurns aus kann man die schönsten Rad- und Wandertouren unternehmen – sowohl gemütliche als auch anstrengende.

Umringt von unzähligen Gipfeln und teils steil abfallenden Bergflanken ist das Eisacktal gut geschützt vor kaltem Nordwind und oft verwöhnt von warmen Brisen aus dem Süden. Die zahlreichen Weingärten, die sich an die Hänge des Tals schmiegen, sind der beste Beweis für das mediterrane Klima in der Region. Gekonnt werden am Tor der Dolomiten alpenländische Gelassenheit und italienische Lebensfreude vermischt.

Das Eisacktal ist eines der Haupttäler in Südtirol. Es reicht vom Ursprung des Eisacks am Brenner bis zu dessen Mündung in die Etsch bei Bozen. Seit Jahrtausenden begegnen sich hier mediterrane und nordische Kultureinflüsse. Alte Gehöfte, malerische Dörfer und die geschichtsträchtigen Städte Sterzing, Brixen und Klausen mit einzigartigen Kunstwerken führender Baumeister, Maler und Bildhauer quer durch alle Stilepochen prägen diese Kulturlandschaft.

Bike & Hike

In Feldthurns, einem idyllischen Dorf in sonniger Mittelgebirgslage mit mächtigen Edelkastanien und einem wundervollen Geisler-Blick, bauten die Brixner Bischöfe schon 1577 ihren Sommersitz Schloss Velthurns. Direkt am bekannten Keschnweg gelegen, umgeben von Wein- und Kastanienhängen sowie den imposanten Erhebungen der Südtiroler Bergwelt, ist Feldthurns ein idealer Ausgangspunkt für Unternehmungen in der Natur.

Genussreich aktiv zu sein und sich gesund zu entspannen ist das Credo von Familie Tauber, die das Aktiv- & Vitalhotel Taubers Unterwirt (kurz Hotel Unterwirt genannt) in Feldthurns betreibt. Da Bewegung Wohlbefinden für Körper und Geist schafft, legt dieses Hotel neben vielen anderen Aktivitäten einen besonderen Schwerpunkt auf „Bike & Hike“.

Nimm dir, was du willst – gib dir, was du brauchst! So lautet das Motto, was das Tourenangebot rund um Feldthurns und die anderen beliebten Urlaubsorte wie Brixen und Natz-Schabs betrifft. Gerade erst vor wenigen Minuten in Feldthurns angekommen, sitzen wir bereits in Bikekleidung über der Karte. Eine gemütliche Tour zum „Einrollen“ und Kennenlernen der Region soll es werden. „Da ist die Easy-Rider-Dörferrunde genau das Richtige“, meint Helmut

Tourismusverband Eisacktal: www.eisackbike.info
Spezialisierte Bike-Hotels im Eisacktal:
 Aktiv- und Vitalhotel Taubers Unterwirt, Feldthurns: www.unterwirt.com
 Goldene Krone Vital Bike Hotel, Brixen: www.goldenekrone.com
 Hotel Jonathan, Natz-Schabs: www.biker.hotel-jonathan.com
Alle Regionen und Hotels: www.bike-holidays.com



Eine super Kombination: Radfahren und Wandern in den Eisacker Dolomiten

Blick auf die Seiser Alm und das Eisacktal

Tauber, Hotelchef und ausgebildeter Bikeguide. „Mit gut 300 Höhenmetern und 13 Kilometern auf Asphalt und Schotter spart ihr Kräfte für anspruchsvollere Touren in den nächsten Tagen und genießt trotzdem ein herrliches Panorama.“

Ausgehend vom Hotel (850 m) fahren wir über Guln und den Keschnweg bis zum Moar zu Viersch, einer beliebten Einkehrstätte für Wanderer. Bei der Weiterfahrt nach Verdings (955 m) entscheiden wir uns statt der Asphaltstraße für den etwas tückischen Römersteig. Durch die Dörfer Latzfons und Garn radeln wir bis zum höchsten Punkt (1186 m) der Tour, wo wir gerade zur rechten Zeit unsere bereits leeren Energiespeicher auffüllen können. Auf der Sonnenterrasse des Gasthauses Waldboth in einem ruhigen Weiler oberhalb von Feldthurns genießen wir typisches Hausgemachtes aus der Region und einen einzigartigen Blick auf die Geislerspitzen. Der kürzeste Rückweg nach Feldthurns führt über das Dörfchen Schnauders. Wer noch fit genug ist, verlängert die Dörferrunde über Oberschnauders und den Keschnweg zurück zum Hotel Unterwirt.

Biker, die wirklich nur eine kleine Tour machen wollen, sollten die Route unbedingt vorher ausreichend studieren, gut auf die kleinen Wegweiser achten oder sich besser gleich mit einem GPS-Gerät auf den Weg machen. Wenn man sich verfährt, können sich nämlich wie in unserem Fall die Höhenmeter gleich mal verdoppeln. Das Resultat dieser Geschichte: Wir gehen nur noch mit einem Bikeguide auf Tour!

Ständig auf und ab

Am nächsten Morgen strahlen die Sonne und das leuchtend gelbe Trikot von Bikeguide Stefan um die Wette. Bei Temperaturen, die das Anziehen einer Jacke überflüssig machen, besprechen wir die Tour, die etwas anspruchsvoller und länger werden und höher hinauf gehen soll. „Da reicht die Feldthurnser Karte nicht mehr aus“, meint Stefan, der bereits den vierten Sommer die Biketouren des Hotels Unterwirt führt, schmunzelnd und zieht die Brixner Radkarte aus seiner Trikotasche.

Nach der Devise „Entdecken wir das Eisacktal!“ machen wir uns auf den Weg nach Schnauders (1000 m). Von dort gilt es, die

Kräfte gut einzuteilen. Die doch etwas steileren Teilstücke führen bis knapp unter das Garner Wetterkreuz (1380 m) auf den höchsten Punkt der Tour. Hier wird natürlich die Kamera aus dem Rucksack geholt, um die traumhaften Ausblicke auf die Südtiroler Bergwelt festzuhalten. Plose, Peitlerkofel, Aferer, Geislerspitzen und der Schlern mit der Seiser Alm reihen sich majestätisch aneinander. Durch die faszinierende Aussicht in eine eigene Traumwelt versunken, horche ich erst wieder auf, als mich Stefan zu einem Quiz auffordert: Ich soll die von ihm gezeigten Berge einmal selbst benennen. Zur bestandenen „Prüfung“ und auch für die geschafften 600 Höhenmeter gibt es nun als Belohnung den ersten Downhill zurück nach Schnauders. Die Räder drehen sich immer schneller, hier kann man das Bike so richtig laufen lassen. Doch Vorsicht bei den Rinnen, die sich immer wieder quer über den Trail ziehen! Am besten fährt man immer in einem 90°-Winkel darüber, damit auch wirklich nichts passieren kann.

Zurück in Schnauders heißt es, wieder kräftig in die Pedale zu treten. Ein ständiges Auf und Ab, abwechselnd auf asphaltierter

Straße, Wald- und Wiesenwegen, führt uns bis nach Pinzagen, wo es Zeit für eine kleine Pause ist. Als Local Hero führt uns Stefan zur „Alpenrose“, einem der 19 Mitgliedsbetriebe, die zur „Eisacktaler Kost“, der ältesten Südtiroler Spezialitätenwoche, laden. Regionale Produkte stehen im Mittelpunkt. Einheimischen und Gästen werden traditionelle Gerichte serviert, deren Rezepte teilweise noch aus Großmutter's Zeit stammen. Gestärkt und ausgeruht schuften wir uns schließlich auf der steilen Straße nach Tils hoch und radeln über den Keschnweg zurück zum Hotel. Schon mit etwas müden Beinen kommen wir noch einmal in den Genuss von Wurzelpisten, schmalen Trails und steilen Abfahrten. Technik und volle Konzentration sind gefordert. Hier muss jeder für sich entscheiden, was Bike und eigenes Können noch erlauben und wann es besser ist, abzusteigen und das Rad lieber das eine oder andere Stückchen zu schieben. Am Ende der Tour zählt der Radcomputer stolze 850 Höhenmeter und knapp 30 Kilometer.

Für Extrembiker, denen es nie hoch und weit genug gehen kann, gibt es in der Region auch Schmankerl mit 2000 Höhenme-

tern und mehr. Touren wie die Klassiker zum Radlsee (2284 m) mit der Königsanger Spitze, dem Hausberg von Feldthurns, als Begleitung oder im Tourengebiet der Villanderer Alm fordern schon einiges an Kondition und Technik und sind nur wirklich starken Fahrern zu empfehlen.

Kastanienhaine, Obstgärten und viel Kultur

Die Anstrengungen der letzten beiden Tage sind noch spürbar, und wir entscheiden uns daher am nächsten Morgen für eine leichte Wanderung. Ein Blick auf die Wanderkarte zeigt, dass die Vielfalt der markierten Wege mindestens so groß ist wie bei den Biketouren. Die von Seniorchef und Wanderführer Franz empfohlene Wanderung starten wir auf dem abwechslungsreichen Keschnweg durch die Feldthurnser Mittelgebirgslandschaft. Ein einziges Band von Kastanienhainen streckt sich von Vahrn bei Brixen längs der Hänge des Eisacktals bis hin zum Rittner Hochplateau und hinunter in den Bozner Talkessel zur legendären Burg Runkelstein, die wegen ihrer zahlreichen Fresken auch Bilderburg genannt wird. Entlang des Keschnweges sind noch



Eisacktal mit Geislerspitzen

Auf dem Weg zum Hof Moar zu Viersch

Biken durch eine herrliche Kulturlandschaft

Unterwegs mit dem Bergmönch

eine Reihe anderer jahrhundertalter Kunst- und Naturdenkmäler zu bewundern, sagenumwobene Orte erzählen von Hexen, Feen und Geistern.

Vom Renaissanceschloss Velthurns ausgehend machen wir uns in südwestlicher Rich-

Die Kastanie im Mittelpunkt

Für die bäuerliche Kulturlandschaft an der Etsch und am Eisack gibt es keinen anderen Baum, der so typisch für sie ist wie die Edelkastanie. Im Hotel Unterwirt steht die Kastanie im Mittelpunkt des täglichen Treibens. Immer wieder wird man als Gast mit dem frohen Wesen und unverwechselbaren Geschmack der Edelkastanie konfrontiert. Es gibt Suiten aus Kastanienholz, Kastanien-Wochen, spezielle Kastanienmenüs, die 900 m² große Castanea-Wohlfühlwelt und sogar die hauseigene Kosmetiklinie „Castanea“. Und am Kastanienweg lässt es sich wunderbar wandern. Egal, wie anstrengend eine Wander- oder Biketour auch war, im Hotel Unterwirt findet man mit Sicherheit eine Möglichkeit, sich und seine Muskeln zu entspannen und das innere Gleichgewicht wieder herzustellen.



Das Aktiv- & Vitalhotel Taubers Unterwirt ist seit 2006 Mitglied von „Mountain Bike Holidays“.

tung auf den Weg, vorbei am Laurentius- und Antoniuskirchl bis zum Radoar Hof, der sich neben der Viehhaltung auch auf Obstbau, Schnapsbrennerei und Eigenbaukellerei spezialisiert hat. Der Weg verläuft nun im Wald und durch Obstanlagen zum Weiler Pardell. Auch wenn die Früchte auf den Bäumen verlockend aussehen: Äpfel und Kastanien dürfen keinesfalls mitgenommen werden! Sie sind Eigentum der Bauern und begründen deren Existenz. Das heißt jedoch nicht, dass man auf diese Köstlichkeiten verzichten muss. Es gibt genügend Hofläden, in denen man nach Herzenslust diverse Leckereien kaufen kann.

Kulturinteressierte besuchen die Wallfahrtsstätte Kloster Säben, Familien mit kleinen Kindern wandern nach Klausen hinab und fahren mit dem Bus zurück ins Hotel. Wer noch nicht müde ist, geht über die Dörfer Verdings, Garn und Schnauders zurück nach Feldthurns.

Zum Gipfel des Peitlerkofels

Weitere schöne Wanderungen für alle Ansprüche sind in der Region nicht zu knapp. Am besten lässt man sich von einem einheimischen Experten beraten. Nur absolut trittsicheren, schwindelfreien und erfahrenen Bergsteigern ist die Tour auf den Peitlerkofel, dem bekanntesten frei stehenden Dolomitengipfel, zu empfehlen. Ausgangs-

punkt für diese „5-Bergschuh-Wanderung“ ist die Zanser Alm (1670 m) an der Naturparkgrenze. Zunächst geht man auf der Straße und dann über einen Forstweg bis zur Waldgrenze; nach gut einer Stunde erreicht man die Gampenalm, die Möglichkeit zur ersten Einkehr. Wer die Tour in zwei Tagen machen möchte, kann auf der Schlüterhütte (2301 m) übernachten. Von dort erwandert man in Richtung Osten das Kreuzkofeljoch und die Peitlerscharte. Auf einem guten Steig geht es durch eine steile Grasmulde in einigen Serpentinaugen zu den Gipfelfelsen des Peitlerkofels (2875 m). Zum Teil über ausgesetzte oder schottrige Stellen erklimmt man schließlich den breiten Gipfel. Für den Auf- und Abstieg mit einem Höhenunterschied von 1205 Metern sollte man auf alle Fälle 7 Stunden reine Gehzeit einplanen.

Wer im Eisacktal unterwegs ist, merkt schnell, dass es eine ideale Region für die Kombination von Bike & Hike ist. Dieser Meinung ist auch Hotelier Helmut, der sich für seine Gäste etwas ganz Besonderes hat einfallen lassen: bergauf zu Fuß, bergab mit dem „Bergmönch“. Was das ist? Bergauf wird er wie ein Rucksack getragen, talwärts mutiert der 9 Kilo schwere „Mönch“ mit wenigen Handgriffen zu einem Downhill-Roller. Fun pur ist garantiert!

Text von Lisa Unterganschnigg

Weltumweltag 2011:

Klimaschonend unterwegs mit den Naturfreunden

auf die sanfte tour :-)
100 Aktionen zum Weltumweltag
29. Mai bis 5. Juni 2011

Die verschiedenen Veranstaltungen der Naturfreunde im Rahmen von „auf die sanfte tour :-), 100 Aktionen zum Weltumweltag“ fanden heuer vom 29. Mai bis 5. Juni 2011 in ganz Österreich statt. Die Teilnehmenden waren dazu aufgefordert, CO₂-sparend unterwegs zu sein und das Auto zu Hause stehen zu lassen.

Der erste Weltumweltag wurde am 5. Juni 1972, dem Eröffnungstag des ersten Weltumweltgipfels in Stockholm, vom United Nations Environment Programme (UNEP – Umweltprogramm der Vereinten Nationen) ins Leben gerufen. Seither finden an diesem Tag jährlich in weit mehr als hundert Ländern Tausende Aktionen statt. Die weltweiten Initiativen rund um den Weltumweltag sollen das Bewusstsein für Umweltprobleme schärfen sowie auf die Gefahren der Klimaveränderung und auf die Notwendigkeit des Klimaschutzes hinweisen.

Forests: Nature at Your Service. So lautete heuer, im Internationalen Jahr der Wälder, das Thema des Weltumweltags. Jedes Jahr wird vom UNEP ein Gastgeberland ausgewählt; heuer übernahm Indien zum ersten Mal diese Rolle. In Indien leben mehr als 1,2 Milliarden Menschen und dementsprechend groß ist der Druck auf die Natur und somit auch auf die Wälder.

Mit dem Weltumweltag 2011 sollen wir Menschen für die Bedeutung der Wälder sensibilisiert werden: für ihre Bedeutung für das weltweite Klima und für unsere Lebensqualität. Die Vernichtung von Wäldern ist zwar in den letzten Jahren etwas zurückgegangen, aber die weltweiten Waldverluste sind immer noch extrem hoch: Jedes (!) Jahr werden laut der FAO (Food and Agriculture Organization of the United Nations) rund 13 Mio. Hektar Wald vernichtet. In Asien, vor allem in China, Vietnam und Indien, greifen bereits groß angelegte Aufforstungsprogramme, und die Regierungen arbeiten an Lösungen, um die natürlichen Ressourcen zu erhalten. In Indien wird u. a. besonderes Augenmerk auf den Schutz der Sundarbans, der größten Mangrovenwälder der Erde, gelegt.

Auf die sanfte Tour. Die Naturfreunde-Aktivitäten „auf die sanfte tour :-“ fanden heuer eine ganze Woche, und zwar vom 29. Mai bis 5. Juni 2011 statt. Die meisten Naturfreunde-Landesorganisationen und viele -Ortsgruppen in ganz Österreich hatten eine breite Palette von Veranstaltungen und Ausflügen vorbereitet. Alle Teilnehmenden be-

kamen eine der beliebten Naturfreunde-Baumwolltaschen und den neuen Hüttenatlas „Umsteigen vorm Aufsteigen“. Die Anreise zu allen Aktionen erfolgte klimafreundlich mit Zug, Bus, Rad und Straßenbahn oder zu Fuß. Damit wurde gezeigt, wie leicht es ist, seine Freizeit gemeinsam und mit viel Spaß in der Natur zu erleben und dabei CO₂ zu sparen.

Eine besondere Aktion machten heuer die Naturfreunde-Ortsgruppen Hallein und Salzburg: Sie organisierten eine gemeinsame Fuß- und Radwanderung auf den Gaisberg, den Hausberg Salzburgs. Für alle, die zu Fuß, mit dem Rad oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln angereist waren, gab es eine *süße* Überraschung. Alle AutofahrerInnen bekamen als kleinen Anstoß zur Bewusstseinsbildung einen *sauren* Kaugummi überreicht.

Die Naturfreunde Vorarlberg wanderten entlang des Natura Trails Rheindelta. Mag. Walter Niederer, Geschäftsführer des Naturschutzvereins Rheindelta, stand für alle Fragen zur Verfügung und erzählte viel über den Rhein, die Regulierung des Flusses und das Naturschutzgebiet. Das Rheindelta ist eines der größten geschützten Feuchtgebiete, das als Naturschutz- und Natura-2000-Gebiet ausgewiesen ist. Charakteristisch sind seine ausgedehnten Streuwiesen, Röhrichte und Schilfflächen sowie die letzten großflächigen naturnahen Auwälder Vorarlbergs.

Darüber hinaus wurden in allen Bundesländern Rad-, Kletter- und Kanutouren sowie Hüttenwanderungen im Rahmen der Kampagne „Umsteigen vorm Aufsteigen – klima:aktiv die Berge erleben“, naturkundliche Wanderungen, Müllsammelaktionen und Exkursionen zu Umwelteinrichtungen angeboten.

Neu: Natura Trail „Das Thayatal bei Drosendorf“. In Niederösterreich wurde am 29. Mai 2011 der neue Natura Trail „Das Thayatal bei Drosendorf“ eröffnet. Die abwechslungsreiche Landschaft des Thayatals ist mit ihren unterschiedlichen Lebensräumen ein Refugium für viele gefährdete Tier- und Pflanzenarten. Davon konnten sich die Gäste der Eröffnung auf einer anschließenden Wanderung überzeugen. Der neue Natura Trail bildet gemeinsam mit fünf weiteren bereits eröffneten Natura Trails das Herzstück des Projekts „Natura 2000 erleben am Grünen Band“, das von der Naturfreunde Internationale gemeinsam mit dem Naturschutzbund Niederösterreich umgesetzt

Helmut Schwarzenberger, Landesgeschäftsführer der Naturfreunde Salzburg, überreichte den WanderInnen als Dankeschön für das Stehenlassen des Autos eine süße Überraschung.



Die Naturfreunde Vorarlberg erfuhren während der naturkundlichen Führung am Natura Trail Rheindelta viel Wissenswertes über das Naturschutzgebiet.



Josef Spiegl (rechts im Bild), Bürgermeister von Drosendorf, eröffnete den mittlerweile sechsten Natura Trail am Grünen Band. Foto: NFI



Die Naturfreunde-Ortsgruppe Pfarrkirchen-Bad Hall wanderte bei herrlichem Wetter auf den Trattberg-Gipfel.



Die Naturfreunde-Ortsgruppe Holzriesen-Gallneukirchen fuhr mit dem Postbus nach Linz/Steg und säuberte den Pferdeisenbahn-Wanderweg von St. Magdalena nach Gallneukirchen von Müll.



Die Naturfreunde-Ortsgruppe Ternberg-Trattenbach organisierte einen Besuch des Hochseilgartens Großbraming.



Die Naturfreunde-Ortsgruppe Att-nang veranstaltete eine Bergtour ins Hölleengebirge.

wird und die Aufmerksamkeit auf die Naturschönheiten und Besonderheiten in den Schutzgebieten dieser Grenzregion lenken möchte.

Impressionen von den Aktivitäten der Naturfreunde zum Weltumweltag gibt es unter www.umwelt.naturfreunde.at.

* Den 192 Seiten starken, kostenlosen Naturfreunde-Hüttenatlas „Umsteigen vorm Aussteigen – Ohne Auto zu 91 Naturfreunde-Hütten in den schönsten Regionen Österreichs“ kann man über den Onlineshop der Naturfreunde Österreich auf www.naturfreunde.at bestellen.

** Weitere Infos: www.naturatrails.net

MOUNTAIN Bike HOLIDAYS

64 Hotels | 23 Regionen | 3 Länder
www.bike-holidays.com

GRATIS Magazin unter
Tel. +43 (0)16542 / 80480-28
oder ...

ITALIA
Schweiz
Urlaub in Österreich
www.austria.info