



Auch abseits der Skipisten bietet Vorarlberg viele Möglichkeiten, den Winter in vollen Zügen zu genießen. Bei romantischen Winterwanderungen oder flotten Alpine-Coaster-Fahrten zum Beispiel.

Winter wirkt wohltuend

Winterurlauber bestätigen einhellig den großen Erholungswert, den bewegte Tage an der frischen Winterluft haben. Die wissenschaftliche Bestätigung dazu liefert der Vorarlberger Internist und Höhenmediziner Professor Dr. Egon Humpeler. Seine umfangreichen Forschungen belegen, dass sich Bewegung in moderaten Höhenlagen wohltuend auf Körper, Geist und Seele auswirkt. Im Sommer genauso wie im Winter. Der verminderte Sauerstoffpartialdruck in Höhen zwischen 1.000 und 2.000 Metern regt die Körperfunktionen an, vor allem den Stoffwechsel. Gerade im Winter fördern noch dazu die frische Luft und die besondere Stille das Wohlbefinden.

Winterwandern

Rund 290 Kilometer Wander- und Schneeschuhrouen verlaufen durch das Montafon. Allein in Bartholomäberg umfasst das Wanderwegenetz 60 Kilometer, dazu kommen 100 Kilometer beschilderte Routen für Schneeschuhwanderer.

Im Skigebiet Silvretta Montafon Nova stehen vier Winterwanderwege zur Wahl. Sie sind zwischen 1 bis 2,5 Kilometer lang und führen durch die malerischen Landschaften abseits der Skipisten. Als erste Region in Österreich hat der Bregenzerwald seine Winterwanderwege nach dem landesweiten Winterwanderwege-Konzept einheitlich und in gut sichtbarem Pink beschildert. Rund 200 Kilometer Winterwanderwege führen zu ausgewählt schönen Plätzen.

200 Kilometer Winterwander- und Schneeschuhwege, ebenfalls einheitlich und neu beschildert, zählt die Alpenregion Bludenz. Besonders schöne Wege führen über das 1.250 Meter hohe Hochplateau Tschengla im Brandnertal und auf den 1.400 Meter hohen Muttersberg bei Bludenz. Sehr beliebt ist auch die Wanderung vom Sonnenkopf im Klostertal aufs Mutjtjöchle (2.074 Meter). 50 Kilometer präparierte und gespurte Winterwanderwege zählt das Kleinwalsertal. Ein besonderer Tipp ist der wahlweise drei oder fünf Kilometer lange Rundweg am Hochplateau Gottesacker auf 2.000 Metern Höhe. Ausgangspunkt ist die Bergstation der Ifenlifte. In einer Schleife führt der Weg durch hohe Schneedünen und bietet herrliche Ausblicke ins Tal.

Das Winterwander-Wegenetz von Lech Zürs am Arlberg umfasst 38 Kilometer. Ein fünf Kilometer



langer Weg führt von Lech nach Zürs, drei Kilometer lang ist der Weg von Oberlech/Tannegg zur Kriegeralpe.

Auch in der Region Bodensee-Vorarlberg finden Winterwanderer eine gute Auswahl an Wegen in der Ebene, entlang des Bodenseeufer und auf den Aussichtsbergen wie zum Beispiel am Pfänder bei Bregenz oder am Bödele oberhalb von Dornbirn.

Sonnenabos für Winterwanderer

Für Winterwanderer und Sonnenanbeter bieten die Bergbahnen in Vorarlberg vergünstigte Tarife für die Berg- und Talfahrten an. Mehrtages-Liftpässe, sogenannte Sonnenabos, haben zwei Bergbahngesellschaften im Angebot: die Silvretta Montafon und seit diesem Winter auch Lech Zürs. Das 7-Tage-Sonnenabo, gültig für alle Bergbahnen im Montafon, kostet 63,- Euro für Erwachsene und 41,- für Kinder. In Lech Zürs kostet das 7-Tage-Sonnenabo 79,- Euro für Erwachsene und 47,- Euro für Kinder (www.silvretta-montafon.at // www.lech-zuers.at)

TIPP: 16 ausgewählte Winterwanderwege

16 ausgewählte Winterwanderwege in ganz Vorarlberg beschreibt die Broschüre „Auf weißen Wegen“. Diesen Folder mit Übersichtskarten gibt es kostenlos bei Vorarlberg Tourismus, www.vorarlberg.travel.

Outdoor-Erlebnisse

Begleitete Schneeschuh-Touren, Abfahrten auf dem Airboard, Ausfahrten mit dem Husky-Schlitten – wer den Reiz der Winternatur auf andere Art und Weise erkunden will, ist bei den Vorarlberger Outdoor-Profis an der besten Adresse. Sie organisieren maßgeschneiderte Programme für Gruppen und Individualisten, für große und für kleine Naturgenießer (www.outdoor-vorarlberg.at).

Wild-romantisch in Lech: Der Lecher Toni Grisseemann bietet gemütliche Schneeschuhwanderungen in der Dämmerung für zwei bis zehn Personen und für Kinder ab sechs Jahren an. Zum Wärmen gibt es Punsch, dazu erzählt Toni Grisseemann interessante Geschichten über Land und Leute. Auf dem Programm stehen auch Wildfütterungen und



Vollmondwanderungen. Pro Person 43,- Euro inklusive Schneeschuhen (www.fsg-lech.at).

Bergaktiv im Brandnertal: Für seine ideenreichen Angebote erhielt das Team von Bergaktiv im Brandnertal 2008 den Vorarlberger Preis für Tourismus-Innovationen. Die Jury hob vor allem die Airboard-Tour hervor, die einmal in der Woche stattfindet. Die Teilnehmer stapfen zuerst rund zwei Stunden auf Schneeschuhen bergauf. Bergab fährt man auf dem Airboard, einem High-Tech Luftkissen. Die Teilnahme kostet 48,- Euro pro Person.

Auf dem Programm stehen außerdem Huskyworkshops und Wildnis-Wochenenden auf einer Berghütte (www.bergaktiv.info).

Vollmondtour im Großen Walsertal: Die Winterwanderführer im Großen Walsertal lassen sich immer wieder attraktive Programme für Schneeschuhwanderungen einfallen. Angeboten werden eine Vollmondtour mit Käsknöpflerpartie, eine Wanderung in die Kernzone des Biosphärenpark-Tiefenwalds, Wanderungen zur Echowand, nach Bad Rothenbrunnen oder zur Lasanggabücke (www.grosseswalsertal.at/bergaktiv).

Husky-Workshops im Montafon: Am Gelände des Freizeitparks Mountain Beach in Gaschurn im Montafon finden im Winter Husky-Workshops statt. Die Workshops beginnen mit einer Schneeschuhwanderung mit den Wanderführern und den Husky-Hunden. Nach der Mittagspause bekommen die Teilnehmer eine Einführung in die Handhabung der Schlitten, bis schließlich jeder den Hundeschlitten selbst steuern darf (www.montafon.at).

Eisklettern in Lech am Arlberg

Der Eisklettergarten Lech ist das optimale Gelände für die ersten Gehversuche im Eisklettern und auch ein guter Übungsplatz für Iceclimber. Das Alpincenter Lech betreut den Garten dienstags und donnerstags von 16.30 bis 18.30 Uhr, auf Anfrage auch tagsüber. Die Ausrüstung kann man hier ausleihen. Für ambitionierte Eisfallfreaks organisiert das Alpincenter Lech auf Wunsch längere Eistouren auf einen der vielen gefrorenen Wasserfälle im Arlberggebiet (www.alpincenter-lech.at).

Alpine-Coaster-Golm im Montafon

Seit Herbst 2008 ist der erste Alpine-Coaster Vorarlbergs am Golm bei Tschagguns im Montafon im Einsatz. Auf der Bahn modernen Zuschnitts rodeln man auf Zweisitzer-Schlitten von Latschau nach Vandans, 2,6 Kilometer weit, durch Steilkurven, Kreisel und über „Jumps“. Der Alpine-



Coaster ist ganzjährig in Betrieb. Die neue Allwetter-Attraktion wurde 2009 mit dem Vorarlberger Preis für Tourismusinnovationen ausgezeichnet (www.golm.at).

Neue Geocaching-Strecke in Partenen/Montafon

Neben der beliebten Geocaching-Strecke in Gaschurn gibt es jetzt auch eine in Partenen. Ausgerüstet mit einem GPS-Gerät wandert man von einer Station zur nächsten, löst unterschiedliche Aufgaben und kommt letztendlich zum „Schatz“, einem kleinen Geschenk für jeden erfolgreichen Geocacher.

NEU: Im Flying-Fox von Vorarlberg nach Tirol. Auf der Flying Fox-Bahn in Warth-Schröcken im Bregenzerwald rauschen Mutige von Vorarlberg nach Tirol. Die Anlage mit der 200 Meter langen Seilrutsche und 50 Metern Höhe zählt zu den spektakulärsten in Europa. Für die entsprechende Sicherheitsausrüstung wird selbstverständlich gesorgt. Flying-Fox-Fahrten sind jederzeit auf Anfrage möglich. Das Abenteuer kostet 8,- Euro für Kinder und 12,- Euro für Erwachsene (www.alpinschulewiddenstein.com).

Quelle: Offizielle Pressemitteilung, (c) Vorarlberg Touristik

teilen

twittern

flattr

patreon

spenden

E-Mail



Vorarlberg: Stille Wege, abenteuerliche Erfahrungen

RSS-feed