

---

# Slow Snow: L'inverno da vivere a ritmo lento

*Dal 12 dicembre 2021 il Tirolo riapre! Per chi è vaccinato e per chi è guarito dal Covid le strutture alberghiere, gli impianti da sci, ristoranti, locali e tutto quanto rende la vacanza indimenticabile sono aperte. In tutta sicurezza la vita riprende la sua normalità e attende gli amanti del Tirolo, che propone tante attività per divertirsi sulla neve.*

**Camminare fa bene.** Non solo al cuore ma anche alla mente. La medicina ci spiega che il movimento favorisce la produzione dell'ormone insulina che metabolizza benissimo gli zuccheri prevenendo il diabete; fa bene alle ossa; allena il cuore e ci mantiene in forma. **E in Tirolo lo sanno bene:** per questo ogni stagione è ottimale per camminare, anche in inverno, con la neve. **Il trekking invernale è uno sport ormai consolidato, tanto che molti eventi di rilevanza internazionale sono organizzati proprio tra le valli alpine del Tirolo.** Accanto ai leggendari comprensori sciistici che hanno reso questa regione una meta apprezzata dagli sciatori, un ricco programma di ciaspolate e camminate invernali su sentieri battuti amplia l'offerta degli sport invernali proponendo attività slow, per chi desidera respirare l'inverno in modalità lenta, **"a passo d'uomo"**.

## SECONDA EDIZIONE DELLE GIORNATE EUROPEE DI ESCURSIONISMO INVERNALE

Kartitsch, un incantevole villaggio escursionistico invernale situato nell'Osttirol, ospita dal 10 al 13 marzo 2022 la seconda edizione delle Giornate europee di escursionismo invernale. **Kartitsch è il primo villaggio escursionistico invernale dell'Austria e propone quattro giorni di escursioni invernali guidate, disponibili anche in lingua italiana.** "L'escursionismo invernale scaccia lo stress, attraverso la rigenerazione in armonia con la natura, mente e corpo diventano di nuovo una cosa sola. L'autentico villaggio di montagna di Kartitsch a 1.356 m nella Gailtal tirolese offre le condizioni ottimali per le escursioni invernali", afferma Franz Theurl, presidente dell'Associazione Turistica dell'Osttirol. Molti altri punti salienti attendono i partecipanti, come tour della città, serate tirolesi, romantiche escursioni con le fiaccole e discese con lo slittino. Le escursioni invernali sono caratterizzate da diversi percorsi adatti a tutti i livelli di allenamento. Tutte le escursioni invernali guidate sono incluse nei pacchetti, a partire da € 165 p.p. per 3 notti, colazione inclusa. Le guide si prendono cura degli escursionisti, sia che si tratti di un sentiero circolare lungo il torrente Gailbach, sia nell'idilliaca Winklertal o nella panoramica Hollbruck. Per chi vuole cimentarsi in trekking impegnativi, ci sono vari sentieri escursionistici a lunga distanza attraverso le più belle valli delle Alpi. Info: [www.osttirol.com/it/prenota-vacanza/offerte/details/pacchetto-giornate-europee-del-trekking-invernale](http://www.osttirol.com/it/prenota-vacanza/offerte/details/pacchetto-giornate-europee-del-trekking-invernale)

---

## LE PROPOSTE PIÙ GETTONATE PER UN TREKKING INVERNALE FIABESCO

Gli escursionisti invernali sono principalmente alla ricerca di silenzio e di un'intensa esperienza nella natura. Numerose regioni tirolesi offrono un'ampia rete escursionistica con ottime infrastrutture e percorsi sicuri: se in Italia è d'obbligo dal primo gennaio avere nello zaino artva, pala e sonda per chi cammina nella neve, in Tirolo i sentieri sono certificati e non vi è l'obbligo di portare con sé l'attrezzatura; inoltre i trekking organizzati con l'accompagnamento di un'esperta guida sono un'esperienza da godere in piena sicurezza. I sentieri escursionistici invernali sono segnalati, controllati e facilmente accessibili, con soste di ristoro per scaldarsi, rifocillarsi e riposare. Tra le proposte clou:

### **Passeggiate invernali nelle Alpi di Kitzbühel**

A partire da gennaio, il famoso Sentiero nelle Alpi di Kitzbühel (KAT) avrà la sua **versione invernale: KAT Walk Winter. Come il suo equivalente estivo, questo sentiero a piedi a lunga distanza attraversa alcuni dei luoghi più belli delle Alpi di Kitzbühel. I bagagli vengono trasportati per gli ospiti da un hotel all'altro.** Si parte da Hopfgarten via Westendorf, Reith vicino a Kitzbühel e St. Johann in Tirol a St. Ulrich am Pillersee. I 63 chilometri per un totale di 1.100 metri di dislivello sono divisi in quattro tappe a ridosso della valle, in modo che ci sia abbastanza tempo per fermarsi, riposare, fare lunghe pause in locande tipiche per assaggiare i piatti tipici e per scoprire la bellezza del percorso a ritmo lento. lungo il percorso. Tra gli highlight: si può vedere (e toccare con mano) la leggendaria pista Streif, la più difficile dell'intera Coppa del Mondo di sci; chi vuole, ha la possibilità di provare il volo con parapendio o "buttarsi" con il Flying Fox; visitare gli incantevoli borghi di questo magico territorio.

*Pacchetto:* Da gennaio a marzo 2022 sono prenotabili pacchetti di 4 giorni di escursioni invernali lungo il KAT Walk Winter e 5 notti con trasferimento bagagli e ottime sistemazioni con mezza pensione, incluse le mappe dei sentieri e il ritorno con i mezzi pubblici. Per prezzi e migliori offerte inviare richiesta a questo link: [www.kitzbueheler-alpen.com/en/kat-walk/booking/online-booking.html](http://www.kitzbueheler-alpen.com/en/kat-walk/booking/online-booking.html)

### **Olympiaregion Seefeld: il primo sentiero escursionistico invernale a lunga distanza del Tirolo**

4 tappe per 4 giorni: i partecipanti a questa escursione a lunga distanza possono immergersi nelle montagne innevate dell'Olympiaregion Seefeld lungo **il primo sentiero escursionistico a lunga distanza in Tirolo**, reso accessibile anche in inverno. Le quattro tappe conducono attraverso la valle di Leutasch, l'area di conservazione del paesaggio di Wildmoos, alla grande Campana della Pace a Mösern e infine al rifugio Wettersteinhütte nella valle Gaistal. Si può prenotare da gennaio a marzo 2022, a partire da € 340 a persona.

Info su [www.seefeld.com/winter/winterwandern/weitwandern](http://www.seefeld.com/winter/winterwandern/weitwandern) (in tedesco).

---

### **Kaisertal: alba in vetta**

Con la luna piena l'escursione invernale è davvero speciale: si parte da Kufstein (con la guida) la mattina presto, quando è ancora buio. La luna illumina il sentiero e la natura della Kaisertal – votata nel 2016 come il "posto più bello dell'Austria". Dopo aver superato 280 gradini e 670 metri di dislivello si giunge alla malga Ritzau-Alm alle luci dell'alba. Un'indimenticabile colazione attende gli escursionisti mattinieri per rifocillarsi davanti ad un'imperdibile ed indimenticabile vista alpina.

### **Sulle orme degli animali selvatici sul lago Achensee**

Si può imparare molto sull'habitat invernale di cervi, caprioli, lepri etc. durante le escursioni invernali nel Parco Naturale del Karwendel nella regione Achensee. I ranger del parco naturale mostrano ai partecipanti quali strategie di sopravvivenza usano gli animali selvatici per sopravvivere bene ai rigidi inverni. L'escursione dura da quattro a cinque ore e conduce ad un punto panoramico con vista spettacolare sull'Hinternutz e sul Vordernutz.

Ulteriori punti salienti e informazioni sulle escursioni invernali in Tirolo sono disponibili all'indirizzo [www.tirol.com/attivita/sport/escursioni-invernali](http://www.tirol.com/attivita/sport/escursioni-invernali)

Foto in formato da stampa su [www.presse.tirol.at/it](http://www.presse.tirol.at/it) e <https://content.tirol.at>

Il **Tirolo**, con le sue 34 associazioni regionali, è una delle destinazioni turistiche leader dell'arco alpino. Il turismo tirolese vanta una storia di quasi 200 anni ed è contrassegnato da numerose esperienze pionieristiche. Gli ospiti apprezzano, sia d'estate che d'inverno, le straordinarie esperienze a contatto con la natura, l'alta qualità in fatto di servizio e infrastrutture e l'ospitalità rinomata a livello internazionale. La **Tirol Werbung GmbH** con sede a Innsbruck è l'organizzazione per la promozione del turismo della regione. Il suo compito principale è di posizionare il Tirolo come il più ambito centro del mondo alpino.

**MARTINA NAIRZ**  
Marketing Italia & Francia  
  
Tirol Werbung GmbH  
Maria-Theresien-Straße 55  
6020 Innsbruck  
Austria  
+43.512.5320-368 *t*  
+43.512.5320.92-368 *f*  
+43.676.88158-368 *c*  
martina.nairz@tirolwerbung.at *e*