

## **Tief im Wald, hoch am Berg, mitten in den Kräutern mit nachhaltiger Anreise: Einmalige Themenwanderungen im PillerseeTal**

Noch bis Oktober nehmen die drei Naturexpert\*innen Urlauber mit in ihre Welt, schärfen das Bewusstsein für die Umgebung und wecken die Leidenschaft für den alpinen Lebensraum. Und das Besondere im PillerseeTal – Nachhaltigkeit und Lebensqualität wird schon seit einiger Zeit im PillerseeTal großgeschrieben. Und dieses Jahr geht die Urlaubsdestination noch einen Schritt weiter.

### **Wald, Berg und Kräuter – noch bis Oktober nehmen die drei Naturexperten die Urlauber mit in ihre Welt**

Die Natur gilt als die größte Kraftquelle für Körper und Geist. Im [PillerseeTal](#), dem östlichsten Zipfel der Kitzbüheler Alpen, finden sich nicht nur unberührte Landstriche, sondern auch Expert\*innen, die ihre Heimat lieben und kennen wie ihre Trachtentasche. Sie nehmen Gäste mit auf speziell entwickelte Themenwanderungen und schärfen das Bewusstsein für die Umgebung. Die Kräuterpädagogin erklärt die heilende Wirkung von Pflanzen. Die Entspannungsspezialistin führt beim „Shinrin Yoku“ zur inneren Mitte durch bewusste Wahrnehmung im Wald. Und der Manggei-Experte zeigt, was man sonst nur hört: Murmeltiere. Die Wanderungen werden teilweise täglich angeboten und kosten zwischen 19 und 45 Euro pro Person. Nähere Infos unter: [www.pillerseetal.at](http://www.pillerseetal.at)

### **Heilkräuterwanderung & Workshop mit Birgit**

„Die Natur ist ein gedeckter Tisch, bedient euch“, sagt Birgit Schwaiger. Sie ist Expertin in Sachen Pflanzenkunde. Mit ihr geht es dreimal in der Woche in den Wald und Wiesen rund um den Rohrhof hoch über Fieberbrunn auf Kräutersuche und zum Pflanzenbestimmen: von Schlüsselblume über Weidenröschen bis hin zu Bärentraube und vielen mehr. Im Anschluss an die kleine Wanderung lädt Birgit in ihr Kräuterstüberl ein, wo man unter ihrer Anleitung Säfte, Tees, Salben und Aufstriche herstellt. Auch Naturkosmetik und sogar Seifen kann man selbst kreieren, alles selbstverständlich zum Probieren und Mitnehmen. Das Angebot „Heilkräuterwanderungen & Workshop“ findet noch bis 29. Oktober 2022 immer donnerstags um 9.30 Uhr, dienstags und samstags um 14 Uhr statt (Dauer ca. zwei Stunden) und kostet 45 Euro pro Person.

### **Waldbaden mit Lisa**

Wer die spirituelle Kraft der Natur erleben möchte, der schließt sich Entspannungsexpertin Lisa Flatscher zum „Shinrin Yoku“ an. Der Trend aus Japan bedeutet wörtlich übersetzt „Eintauchen in die Waldatmosphäre“ und ist Programm bei den Spaziergängen. Durch bewusstes Erleben und Fühlen der Natur wird neue Energie getankt und Alltagsstress abgebaut. Außerdem erfährt man viel „Stauenswertes“ aus der Waldkunde und -ökologie. Gezielte Meditation sowie Achtsamkeits- und Sinnesübungen runden

das Erlebnis ab. Lisa Flatscher trifft sich noch bis 17. Oktober 2022 immer montags um 16 Uhr zum „Waldbaden“ in Waidring (Dauer ca. eineinhalb Stunden). Der Kurs kostet ab 19 Euro pro Person.

### „Manggei-Wanderung“ mit Peter

Bei der dritten Wanderung wird es tierisch, im wahrsten Sinne des Wortes, denn hier begegnet man noch einem waschechten PillerseeTaler Bergbewohner. Immer montags nimmt Peter Kendlbacher Jung und Alt mit zum „Manggei“, wie die Tiroler liebevoll das Murmeltier nennen. Vom Treffpunkt beim Aubad Parkplatz in Fieberbrunn führt die drei bis vierstündige, leichte Bergwanderung hinauf in die Heimat der scheuen Nager, die man in freier Natur sonst nur selten zu Gesicht bekommt. Dank der Expertise des Bergwanderführers treffen die Teilnehmenden das pfeifende Tierchen aber persönlich und lernen allerhand Wissenswertes über seine Geschichte und Lebensbedingungen am Berg. Die „Manggei-Wanderung“ kostet ab 35 Euro für Erwachsene.

„Heilkräuterwanderungen & Workshop“ – noch bis 29. Oktober 2022: donnerstags um 9.30 Uhr, dienstags und samstags um 14 Uhr, Dauer ca. zwei Stunden, Kosten: 45 Euro pro Person. Die Teilnehmerzahl liegt zwischen ein und sechs Personen. Anmeldung unter +43 (0)664/ 73 44 95 02 oder [natur1pur@gmail.com](mailto:natur1pur@gmail.com).

„Waldbaden“ – noch bis 17. Oktober 2022: montags um 16 Uhr, Dauer ca. eineinhalb Stunden, Kosten: ab 19 Euro pro Person. Keine Mindestteilnehmerzahl, maximal zehn Personen. Anmeldung unter +43 (0)664/ 73 49 62 70 oder [info@wandern-pillerseetal.at](mailto:info@wandern-pillerseetal.at).

„Manggei-Wanderung“ – noch bis 24. Oktober 2022: montags, um 9 Uhr, Dauer drei bis vier Stunden, Kosten: ab 35 Euro pro Person (Ermäßigung für Kinder). Keine Mindestteilnehmerzahl. Anmeldung unter +43 (0)664 / 731 22 890 oder [peter.kendlbacher@ktvpillersee.at](mailto:peter.kendlbacher@ktvpillersee.at).



## GRÜNER FAMILIENHERBST IM PILLERSEETAL

**Mit der Bahn ins PillerseeTal reisen und zahlreiche Vorteile genießen**

Dieser Herbst wird GRÜN - obwohl die farbigste und schillerndste Jahreszeit die Blätter der Bäume wieder wunderschön Gold färbt. Wusstest du, dass die Autos im Straßenverkehr für 30% der gesamten

Kohlendioxid Emissionen der EU verantwortlich sind? Wir bieten deshalb allen Gästen, die mit der Bahn anreisen, eine ganze Reihe an Vorteilen an. **Damit das Auto im Urlaub auch mal zu Hause bleiben kann!**

**ALLE VORTEILE AUF EINEN BLICK:**

- Stressfreie, staufreie und nachhaltige Anreise mit der Bahn
- Kostenloser Shuttle vom Bahnhof zur Unterkunft und retour
- Kostenlose Nutzung der Bergbahnen und Freizeiteinrichtungen vor Ort - im Zeitraum 10. September bis 31. Oktober 2022
- Kostenlose Nutzung des Mobilitätsangebotes in der Region

Genauere Informationen & Hinweise sowie die Möglichkeit zur Buchung des autofreien Urlaubes findet ihr auf der Website des Tourismusverbandes PillerseeTal. <https://www.kitzbueheler-alpen.com/de/pital/gruener-herbst.html>

Weitere Infos: Tourismusverband PillerseeTal – Kitzbüheler Alpen, Dorfplatz 1, A-6391 Fieberbrunn, Tel. +43 (0)5354 / 563 04, [info@pillerseetal.at](mailto:info@pillerseetal.at), [www.pillerseetal.at](http://www.pillerseetal.at)