**FUGA DAL CALDO: UN'OASI RIGENERANTE NELLA REGIONE DI INNSBRUCK**

**Chi cerca refrigerio durante la torrida stagione estiva può trovarlo rifugiandosi nella Regina delle Alpi: tra le straordinarie montagne che circondano il capoluogo tirolese ci sono infinite opportunità per sfuggire alle temperature tropicali, con opzioni in terra, acqua e aria. Tutti i consigli per un'estate di freschezza alpina.**

**In acqua**

Con le alte temperature non c'è davvero nulla di più desiderabile di un bel tuffo. Nella regione di Innsbruck le occasioni non mancano, in tranquilli laghetti balneabili così come in emozionanti parchi acquatici. Chi preferisce i primi, troverà il posto ideale a Lans: il suo lago si distingue non solo per la posizione idilliaca, ma anche per l'eccellente qualità dell'acqua. Del lago balneabile di Mieming conquista la variegata offerta per tutta la famiglia, con trampolini, isole e numerose possibilità di gioco per i piccoli amanti dell'acqua. Molto da offrire ha poi la piscina di Telfs: oltre a una vasca e a un ampio prato per prendere il sole all'aperto, include anche una vasta area interna con uno scivolo acquatico lungo quasi 90 metri.

I**n quota**

L'esplorazione del mondo alpino unico, tipico della regione di Innsbruck, vale sempre un blitz oltre il Brennero... ma soprattutto in estate In quota non vi aspettano solo panorami unici, ma anche aria fresca e cristallina. È palpabile il refrigerio nella Valle Sellrain, in particolare attorno ai paesi alpini di Gries, Sellrain e St. Sigmund che attraggono con il loro fascino dal sapore antico e sono il punto di partenza ideale per escursioni di ogni livello nel paradiso naturale circostante. Ancora più in alto si trova Kühtai, sul giro dei Tre Laghi (Drei-Seen-Runde) che attraversa un paesaggio pittoresco e, come suggerisce il nome, costeggia tre specchi d'acqua. Chi cerca un'escursione non lontana dalla città potrà concedersi una passeggiata sul sentiero dei pini cembri (Zirbenweg): un'esperienza garantita anche solo magnifico profumo degli alberi aromatici che lo circondano.

**Nel verde**

Il fresco non si trova però solo in acqua e in quota: foreste, gole e altre oasi verdi della regione sono a loro volta perfette per "rinfrescarsi le idee". Un tour suggestivo, e non solo sotto questo aspetto, attraversa la gola selvaggia e decisamente romantica di Ehnbachklamm, vicino a Zirl: si snoda, come suggerisce il nome, lungo il torrente Ehnbach fino alla valle del Brunntal, dove formazioni rocciose dalle forme bizzarre, una ricca fauna e una flora sorprendente attendono solo di essere scoperte. Anche il "bagno nel bosco" (Waldbaden) permette di godere di luoghi ombreggiati e di una natura meravigliosa. Lo si può sperimentare sull'altopiano di Mieming o nel paesaggio di Birkeben-Oberperfuss, dove betulle, abeti e un sentiero coperto di aghi di pino e muschio invitano a percepire con tutti i sensi e a lasciarsi avvolgere da Madre Terra.

***Link correlati***

*Blog: [www.innsbruck.info/blog](http://www.innsbruck.info/blog)*  
*Facebook: [www.facebook.com/Innsbruck](http://www.facebook.com/Innsbruck)*  
*Instagram: [www.instagram.com/innsbrucktourism](http://www.instagram.com/innsbrucktourism)*  
*X (voorm.Twitter): <https://twitter.com/InnsbruckTVB>*  
*YouTube: [www.youtube.com/user/InnsbruckTVB](http://www.youtube.com/user/InnsbruckTVB)*  
*Pinterest: [www.pinterest.at/innsbrucktvb/\_created](http://www.pinterest.at/innsbrucktvb/_created)*

***Informazioni***

*Innsbruck Tourismus*  
*Stephanie Schennach, MA*  
*Market Management*  
*Burggraben 3*  
*A-6020 Innsbruck*  
*+43 512 53 56*   
[*www.innsbruck.info*](http://www.innsbruck.info)  
[*s.schennach@innsbruck.info*](mailto:s.schennach@innsbruck.info)

*Archivio immagini (download gratuito):*

[*www.innsbruckphoto.at*](http://www.innsbruckphoto.at)  
[*www.innsbruck.newsroom.pr*](http://www.innsbruck.newsroom.pr)