

Betreff: Presseinfo: Alpine Stille als Osttirols lauteste Antwort auf den Zeitgeist

Preheader: 5 Orte, an denen man die Ruhe hören kann

Bitte, wo ist Osttirol?  
**Zwischen Gipfeln und Gelassenheit**



Osttirol wird nicht über Koordinaten erklärt, nicht über Höhenmeter oder Tourenrekorde, sondern über eine Emotion: So fühlt sich ein Ort an, wenn der Lärm der Welt für einen Moment verstummt. © TVB Osttirol / Anna-Lena Duschl

**Je lauter die Welt ist, desto wertvoller wird Stille. Während vielerorts das Motto „höher, schneller, weiter“ den Takt vorgibt, setzt Osttirol bewusst auf alpine Ruhe, klare Luft und Landschaften, in denen man wieder hört, was im Alltag oft untergeht – nämlich den Gegenentwurf zu urbaner Reizüberflutung und permanenter Beschleunigung. Die Frage „Bitte, wo ist Osttirol?“ lässt sich damit nicht nur geografisch beantworten. Fünf ausgewählte Orte zeigen, wie unterschiedlich sich Ruhe in der Natur erleben lässt und Bewegung in den Bergen zu mehr Gelassenheit und bewusstem Innehalten führt. [www.osttirol.com](http://www.osttirol.com)**

Pressekontakt

AHM Kommunikation [www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de)

Ariane Husung +49 8807 21490-16 [ariane@ahm-agentur.de](mailto:ariane@ahm-agentur.de)

Lisa Mang +49 8807 21490-12 [lisa@ahm-agentur.de](mailto:lisa@ahm-agentur.de)



AGENTUR FÜR  
KOMMUNIKATION

**Bildmaterial sowie weitere Informationen unter**  
[www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de) / Kunden / Osttirol



## Kontrast als Identität



Stille wird in Osttirol nicht als Abwesenheit von Geräuschen definiert, sondern als Präsenz der Natur.  
© TVB Osttirol / Anna-Lena Duschl

Wandern, Radfahren oder Klettern – in Osttirol führen Aktivitäten raus aus dem Alltag und hinein in eine Umgebung, die den Gedanken freien Lauf lässt. Dabei lebt die Region bewusst vom Kontrast. Neben stillen Tälern und ruhigen Berglandschaften gibt es auch Orte voller Energie und Lebensfreude, wo Menschen zusammenkommen, Geschichten austauschen und das Leben feiern. Das Zusammenspiel von lebendiger Dorfkultur und stillen Momenten inmitten von 266 Dreitausendern ermöglicht den Wechsel zwischen Bewegung und Ruhe. So findet sich die Antwort auf die Frage „Bitte, wo ist Osttirol?“ vielleicht genau dort, wo die Welt für einen Moment wieder leiser wird.

## Fünf Wege zur alpinen Ruhe



Die Sehnsucht nach Ruhe wächst. Osttirol/Österreich wird für viele Urlauber zum Ort, an dem Gedanken wieder Raum bekommen. © links und Mitte: TVB Osttirol / rauf-und-davon.at; rechts: TVB Osttirol / Anna-Lena Duschl

„Stille ist heutzutage vielleicht das größte Luxusgut“, sagt Franz Theurl, Obmann des Tourismusverbands. „Osttirol bietet Räume zum Innehalten: als Rückzugsort, vor allem aber als Quelle von Kraft und Klarheit.“ Die Region südlich des Alpenhauptkamms rückt im Sommer 2026 bewusst eine Auswahl besonderer Plätze in den Mittelpunkt, die nicht durch spektakuläre Inszenierung auffallen, sondern durch ihre Atmosphäre. Folgende fünf Orte zeigen, wie unterschiedlich sich diese alpine Stille erleben lässt:

Im **Defereggental** etwa zieht sich eine Mountainbikestrecke vom Talboden aus langsam durch Almwiesen und Zirbenwälder bergauf. Die letzten Meter der [Bike & Hike](#) Tour werden zu Fuß zurückgelegt. Nach kurzem Anstieg erreichen Ruhesuchende den **Geigensee**. Sein dunkler Wasserspiegel wirkt fast wie ein natürlicher Schalldämpfer. Wer dort ankommt, hört oft nichts – außer vielleicht den Wind, der durch die Zirben streicht. So wird der kleine Hochgebirgssee zu einem Platz, an dem Stille nicht die Abwesenheit von Geräuschen ist, sondern das bewusste Wahrnehmen der Natur.

### Pressekontakt

AHM Kommunikation [www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de)

Ariane Husung +49 8807 21490-16 [ariane@ahm-agentur.de](mailto:ariane@ahm-agentur.de)

Lisa Mang +49 8807 21490-12 [lisa@ahm-agentur.de](mailto:lisa@ahm-agentur.de)



AGENTUR FÜR  
KOMMUNIKATION

**Bildmaterial sowie weitere Informationen unter**  
[www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de) / Kunden / Osttirol



Weiter östlich, oberhalb des Iseltals, folgt der [Schlaitner Panorama- und Erlebnisweg](#) sanft den Hängen der Landschaft. Zwischen Wiesen und Wäldern öffnen sich immer wieder weite Blicke über das Tal, bevor der Weg zum **Daberer Wasserfall** führt. Stille wird dort zu einem Paradoxon: Das tosende Wasser übertönt alles und lässt gerade dadurch andere Gedanken verstummen. Dieses Wechselspiel aus Bewegung und Naturgeräusch sorgt für eine Auszeit von der lauten, stressigen Welt.

Im **Kristeinertal bei Anras** wiederum wird spürbar, wie meditativ Wandern sein kann. Ein schattiger Weg verläuft durch Wälder und über kleine Brücken zum [Celar-Wasserfall](#), stets begleitet vom gleichmäßigen Plätschern der Gebirgsbäche über Steine und Felsen. Besonders Eltern mit Kindern erleben hier, wie entschleunigend Natur für Groß und Klein sein kann – ohne Zielvorgabe, ohne Zeitdruck und weit weg vom hektischen Familienalltag.

Noch weiter hinein in die alpine Landschaft führt das [Frobnitztal bei Matrei](#). Die weiten Almflächen des Nationalparks Hohe Tauern öffnen sich wie eine Bühne der Hochalpen. Wanderwege ziehen sich durch Wiesen und vorbei an traditionellen Hütten, während das Läuten der Kuhglocken, das Rauschen eines Baches und die Weite des Tals zu einer Klangkulisse verschmelzen. Dort scheint die Zeit plötzlich langsamer zu vergehen und Uhren überflüssig zu werden.

Selbst beim Klettern wird Stille spürbar. In den **Lienzer Dolomiten** führt der Steig [Verborgene Welt](#) durch markante Felsformationen und ermöglicht immer wieder spektakuläre Ausblicke auf charakteristische Gipfel wie die Große Sandspitze, den Spitzkofel oder den Hochstadel. Mit jedem Griff rückt der Alltag ein Stück weiter in den Hintergrund, bis schließlich nur der eigene Atem und die Konzentration auf den nächsten Schritt zählen.

**Über Osttirol.** *„Osttirol ist natürlich anders. Natürlich, im Sinne von Natur“ – so lautet das Credo der Urlaubsregion südlich des Alpenhauptkamms. Zwischen dem Nationalpark Hohe Tauern, den Lienzer Dolomiten und dem Karnischen Grenzkamm gelegen, zeichnet sie sich besonders durch ihre Ursprünglichkeit, Echtheit und gelebte Tradition aus. Mit insgesamt 265 Dreitausendern und dem Großglockner, höchsten Gipfel Österreichs, nennt sich Osttirol zu Recht „das Bergtirol“. Naturliebhaber finden dort unberührte Landschaft und jede Menge Freiraum. Aktive schätzen die idealen Bedingungen für Outdoor-Sport, in Bergsteiger- und Kletterkreisen genießt Osttirol längst Kultstatus. Genussurlauber schätzen den südlichen Teil Österreichs besonders für seine kulinarische Vielfalt mit bodenständiger Kochkunst auf höchstem Niveau: von urigen Jausenstationen bis hin zu raffinierten Hauben-Restaurants. Außerdem spielen bäuerliche Traditionen eine besondere Rolle: Jahrhundertalte Rituale, unverfälschtes Handwerk und eine sanft gewachsene, ehrliche Brauchtumskultur prägen das Leben der Menschen in Osttirol – einst wie heute. [www.osttirol.com](http://www.osttirol.com)*

Pressekontakt

AHM Kommunikation [www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de)

Ariane Husung +49 8807 21490-16 [ariane@ahm-agentur.de](mailto:ariane@ahm-agentur.de)

Lisa Mang +49 8807 21490-12 [lisa@ahm-agentur.de](mailto:lisa@ahm-agentur.de)



AGENTUR FÜR  
KOMMUNIKATION

**Bildmaterial sowie weitere Informationen unter**  
[www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de) / Kunden / Osttirol

