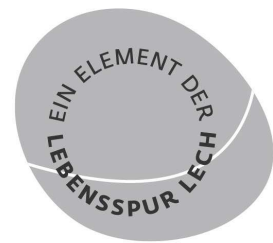


DATEN UND FAKTEN

Lebensspur Lech, Deutschland/Österreich



Projekt	<ul style="list-style-type: none"> • Grenzüberschreitendes Projekt zur Förderung und Entwicklung eines naturgebundenen Gesundheitstourismus entlang des Lechs • Ziel der Partner ist es, parallel zur Weitwanderroute Lechweg einen gemeinsamen gesundheitstouristischen Erlebnisraum entlang des Lechs zu schaffen • Förderprogramm: INTERREG-Projekt Österreich-Deutschland/Bayern
Lead-Partner	<ul style="list-style-type: none"> • Füssen Tourismus und Marketing
Projektpartner	<ul style="list-style-type: none"> • TVB Lechtal (Lechtaler Auszeitdörfer, Gemeinde Holzgau) • Verein Lechweg
Historie und Entwicklung	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau eines grenzübergreifenden Kooperationsraums anhand des Weitwanderwegs „Lechweg – von der Quelle bis zum Fall“ • Der mit dem Lechweg eingeschlagene Kurs in Richtung naturnaher Qualitätstourismus wird auf Basis natürlicher Heilressourcen und Kompetenzen gemäß Kneipp'scher Gesundheitslehre weiterverfolgt • Trends, wie „Bereitschaft, etwas für die eigene Gesundheit zu tun“ und „Sehnsucht nach intakter Natur“ werden aufgegriffen • Fazit: Produktentwicklung basierend auf einer gemeinsamen gesundheitstouristischen Strategie
Philosophie	<ul style="list-style-type: none"> • Der Wildfluss Lech als „Fluss des Lebens“ von der Quelle in Lech am Arlberg (Ursprung) bis zum Lechfall in Füssen als konzeptionelles Dach und Symbol • Grenzüberschreitende Potenziale rund um die Kneipp'sche Lehre wie <ul style="list-style-type: none"> - Kräuter/Ernährung (Lechtal) - Kraft des Wassers (Lech, Stuibenfälle) - Bewegung (Wandern in drei Höhenlagen, Radfahren) - Ruhe/Innere Ordnung (Lechtaler Seitentäler, Schlafkompetenz in Füssen) • Sanfter Tourismus – „Weniger ist mehr“ • Kraftplätze in den Auszeitdörfern mit weiten Panoramen sowie friedvoller Umgebung
Sommer	<ul style="list-style-type: none"> • Kräuterwanderungen mit Lechtaler Kräuterhexen • Yoga und Meditation • Geführte Bergtouren mit der Bergschule Lechtal • Waldbaden • Kneippen • Wildbeobachtung • Flussbettwanderungen • Kulinarik-Veranstaltungen
Winter	<ul style="list-style-type: none"> • Geführte Schneeschuhwanderungen • Winterwanderungen • Skitouren • Husky-Trekking
Gemeinschaftsmaßnahmen	<ul style="list-style-type: none"> • Schlaffibel zur Lebensspur Lech
Kontakt	<p>Füssen Tourismus und Marketing/Deutschland Nadine Anné, Produktmanagement Gesundheit & Wellness</p>

	<p>Fon +49 8362 9385-29 n.anee@fuessen.de www.fuessen.de Tourismusverband Lechtal/Österreich Anja Ginther, Marketing & PR Fon +43 5634 5315-13 marketing@lechtal.at www.lechtal.at</p>
--	--

Projektteilnehmer „Lebensspur Lech“

Füssen	<ul style="list-style-type: none"> • Profilierung als Kneipport moderner Prägung • Einer der höchstprädikatisierten Orte in Bayern (Kneipp, Moor, Luft) • Prävention hat Vorrang vor der Rehabilitation und nutzt den Naturraum als Gesundheitszentrum • Auf guten und gesunden Schlaf spezialisierte Unterkünfte
Gesundheitstouristische Ausrichtung	<ul style="list-style-type: none"> • Fokus auf Balance von Körper, Geist und Seele • Kneipp'sche Themen „Innere Ordnung“, „Wasser“ und „Bewegung“ als tragende Säulen des Füssener Gesundheitsangebots
Individuelle Bausteine	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kneipp-basierte, dreiwöchige Kompaktkur „Gesunder Schlaf durch Innere Ordnung“ als buchbares Angebot: <ul style="list-style-type: none"> • entwickelt von Ärzten, Therapeuten und Gesundheitsgastgebern des lokalen Gesundheitsnetzwerks „Gesunder Schlaf“ • Wirksamkeit überprüft durch gleichnamige Studie der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU) • aktuell im Anerkennungsverfahren, bis zum Abschluss des Verfahrens dreiwöchiges Präventionsprogramm „Gesunder Schlaf durch Innere Ordnung“ im März 2020 exklusiv in Kooperation mit der BARMER Krankenkasse 2. Spezialisierte Gesundheitsgastgeber/andere lokale Gastgeber: <ul style="list-style-type: none"> • Steigerung der Gesundheitskompetenz in den Bereichen Kneipp (u. a. Ausbildung von Kneipp-Gesundheitstrainern) • Coaching und Zertifizierung von „Schlafgastgebern“ mit spezieller Ausstattung der Gästezimmer und speziellen Serviceangeboten (u. a. ausgebildete Schlaflotsen, Füssener Schlaffibel) 3. Kneipp im Ortsbild: Entwicklung niederschwelliger, Kneipp-spezifischer Angebote zur Heranführung von Einsteigern an die Kneipp'schen Ideen <ul style="list-style-type: none"> • Ausbau der Kneipp-Infrastruktur im Rahmen des Masterplan Kneipp (Kneipp-Areale in allen Ortsteilen, Informationsleitsystem) • Ausweisung einer örtlichen Kneipp-Radrunde, die alle Kneipp-Areale einbezieht • Ausweisung von Terrainkurwegen in allen Ortsteilen • Einrichtung von Ruheplätzen in allen Ortsteilen
Adresse	<p>Füssen Tourismus und Marketing/Deutschland Nadine Anné, Produktmanagement Gesundheit & Wellness Fon +49 8362 9385-29 n.anee@fuessen.de www.fuessen.de</p>

Lechtaler Auszeitdörfer	<ul style="list-style-type: none"> • Vier Lechtaler Kleinstgemeinden, die sich als moderne Sehnsuchtsorte verstehen • Ursprünglicher Tiroler Bergdorfcharakter • Keine Lift, Pisten und Hotels • Minimale Infrastruktur, kaum Busverbindungen • Mautfreie Anreise und gute Erreichbarkeit
Lage	<ul style="list-style-type: none"> • In der Naturparkregion Lechtal – Seitentäler des Lechtals • Zwischen Reutte (Tirol) und Steeg (Tirol) • Lechtaler- und Allgäuer Alpen
Gramais	<ul style="list-style-type: none"> • Kleinste Gemeinde Österreichs • Zwei Ortsteile: das Dorf Gramais und der Weiler Refen • Umgeben von zahlreichen Wildbächen, Wasserfällen sowie 5 Gebirgsseen • Seit 2011 Heimatmuseum „Hoamhaus“
Hinterhornbach	<ul style="list-style-type: none"> • Auf der linken Seite des Lechtals gelegen (ca. 1.100 m) • Umgeben von mächtigen Berggipfeln, u. a. dem Hochvogel, einem der meistbestiegenen Gipfel der Allgäuer Alpen • Alte Schmugglerpfade • 10 km präparierte Loipe
Kaisers	<ul style="list-style-type: none"> • Mit 1.518 m höchst gelegenes Auszeitdorf • Bekannte Sehenswürdigkeit ist die Wallfahrtskirche der heiligen Mutter Anna • Nahe dem Skigebiet Warth/Schröcken
Pfafflar	<ul style="list-style-type: none"> • Bschlabs, Boden und die Sommersiedlung Pfafflar bilden die Gemeinde Pfafflar • Ausgangspunkt für zahlreiche Wanderungen und Bergtouren • Eine der ältesten Höhengiedlungen Tirols mit Bauernhäusern aus dem 13. Jahrhundert
Adresse	<p>Tourismusverband Lechtal/Österreich Anja Ginther, Marketing & PR Fon +43 5634 5315-13 marketing@lechtal.at www.lechtal.at</p>

Verein Lechweg	<ul style="list-style-type: none"> • Fünf Tourismusverbände entlang des Lechwegs: <ul style="list-style-type: none"> - Lech Zürs Tourismus - Warth-Schröcken Tourismus - Lechtal Tourismus - Naturparkregion Reutte - Füssen Tourismus und Marketing
Definition Lechweg	<ul style="list-style-type: none"> • Zertifizierter Weitwanderweg • Folgt dem Lauf des Wildflusses Lech durch 2 Länder (A/D) und 5 Regionen
Auszeichnungen/ Zertifizierungen	<ul style="list-style-type: none"> • Re-Zertifizierung als „Leading Quality Trail – Best of Europe“
Lage	<ul style="list-style-type: none"> • 2 Länder, 5 Regionen • Weitwanderweg 125 km entlang des Lechs • Quelle am Formarinsee auf 1.793 m, Fall in Füssen auf 800 Meter
Adresse	<p>Verein Lechweg/Österreich Fon +43 664 5108516 info@lechweg.com www.lechweg.com</p>

Holzgau	<ul style="list-style-type: none"> • Die Gemeinde mit ca. 420 Einwohnern liegt im oberen Lechtal und gilt als „Perle des Lechtals“ • Der Kneipp-Panoaramaweg Holzgau orientiert sich an den fünf Elementen der Lehre von Sebastian Kneipp • Dorf der Lüftmalerei und Heilpflanzen • Attraktion ist die die längste, kostenfrei begehbare Hängebrücke Österreichs mit 200 m Länge und einer Höhe von 110 m über der Höhenbachschlucht und dem Simmswasserfall • Im Sommer Wanderungen, Klettersteige, geführte Kräuter- und Kulturspaziergänge sowie Waldbaden • Im Winter Schlepplift und Skischule, Langlaufloipen, Skitouren, Schneeschuh-, Winter- oder Tierspurenwanderungen, Rodeln und Eislaufen (ab 2020)
Adresse	<p>Tourismusbüro Holzgau/Österreich Fon +43 5633 5356 holzgau@lechtal.at www.lechtal.at</p>

PRESSEKONTAKT

AHM Kommunikation Lachener Straße 4 D-86911 Diessen am Ammersee www.hermann-meier.de
Jessica Thalhammer +49 8807 21490-15 jessica.thalhammer@hermann-meier.de