

27. März 2023

Von Kanada bis Südtirol: Auf die Plätze, fertig, Sommer!

14 Sportarten zu Land, zu Wasser und in der Luft

Frische Luft ist gesund, Sport treiben auch. Sich in der freien Natur aufzuhalten, verbessert außerdem nachweislich das Wohlbefinden. Und gerade in den wärmeren Monaten von April bis Oktober macht Draußensport einfach mehr Spaß. Der eine sucht die körperliche und mentale Herausforderung beim Trailrunning im Tiroler Lechtal oder beim Sommer-Biathlon im Bayerischen Wald. Andere wiederum bevorzugen die Ruhe der Südtiroler Berge, um auszureiten oder mit dem Gleitschirm die Welt aus der Vogelperspektive zu betrachten. Genießer wandern zwischen Wäldern, Gletschern und Seen durch Kanadas Westen, während sich Adrenalinfreaks beim Klettern im Tessin oder beim Mountainbiken in Osttirol verausgaben. Mit klarem Kopf geht's schließlich beim Yoga oder Golfen auf Mallorca zu. Die Belohnung in Form von körperlicher Gesundheit und Glücksgefühlen haben alle folgenden 14 Sommersportarten gemein. www.ahm-agentur.de

Osttirol, Österreich

Bergauf, bergab vor Gipfelkulisse



Mit ihren neun Gebirgsgruppen und ursprünglichen Seitentälern bietet die Mountainbike-Region Osttirol unzählige Routen diverser Schwierigkeitsgrade – lohnende Ausblicke auf die Bergpanoramen der umliegenden 266 Dreitausender inklusive. Ein neues Singletrail-Streckennetz umfasst 120 unterschiedliche, markierte Abschnitte zwischen Lienzer Dolomiten, Nationalpark Hohe Tauern und Karnischen Alpen. Für E-Biker steht eine flächendeckende Auswahl an Ladestationen zur Verfügung. Besonders beliebt sind Touren in Seitentäler wie das Debanttal oder Timmeltal, die zwar einiges an Kondition erfordern, aber mit unberührter Natur entschädigen. Auf dem Weg zur Würfelehütte erkunden Ruhesuchende zum Beispiel das naturbelassene Virgental in der Venedigergruppe, eine kurze Runde über knapp 2,5 Kilometer und 400 Höhenmeter. Eine Extraportion Adrenalin versprechen die Bikeparks Lienz am Hausberg Hochstein und Kals im Großglockner Resort, beide bequem per Bergbahn erreichbar. Einige der angelegten Single Trails eignen sich als Übungsterrain für Anfänger und Familien, die rot und schwarz eingestuften Strecken dagegen nur für Profis. www.osttirol.com

Foto (download): Der Bikepark Kals am Großglockner in Osttirol/Österreich bietet auf acht Trails mit fast 40 Kilometern Länge und 980 Metern Höhendifferenz pures Vergnügen über Wurzeln, Gaps und Steilkurven. Bildnachweis: TVB Osttirol

Von Vancouver bis Calgary, Kanada
Slow Trekking - Entschleunigung mit kleinem Fußabdruck



Angesichts des Klimawandels sind umweltschonende Reisemodelle auf dem Vormarsch. Dazu zählt auch Slow Trekking, das die Entschleunigung in natürlichem Bewegungstempo in den Vordergrund stellt, während der ökologische Fußabdruck kleingehalten wird. Hauser Exkursionen, deutscher Marktführer für nachhaltiges Slow Trekking, lebt diese Philosophie wie kaum ein anderer Veranstalter. Um die Balance zwischen sozialer Verantwortung und möglichst geringer Klimabelastung zu wahren, gibt es dort etwa keine Fernreisen unter zwei Wochen. So führt das 20-tägige Abenteuer „Kanada – Lockruf des Westens“ von Vancouver Island durch Gletscherlandschaften und weite Fichtenwälder bis zu den Rocky Mountains. Leichte, zwei- bis vierstündige Wanderungen wechseln sich mit Tagesetappen von fünf bis sieben Stunden Gehzeit ab. Ein Höhepunkt ist die dreitägige Kanutour im Wells Gray Provincial Park. Der abwechslungsreiche Trip ist 2023 mehrmals buchbar, im Preis von 4.695 €/Pers. inklusive sind u. a. alle Flüge, die der Veranstalter zu 100 Prozent kompensiert, Übernachtungen meist in Zelten, lokale Hauser-Reiseleitung und Verpflegung. www.hauser-exkursionen.de

Foto (download): Die Slow-Trekking-Tour „Kanada – Lockruf des Westens“ des Reiseveranstalters Hauser Exkursionen entführt Teilnehmer unter anderem in die farbenreichen kanadischen Rocky Mountains. Bildnachweis: Adobe Stock/lucky-photo

Vorarlberg, Österreich
Fitwandern macht glücklich



„Wir lieben das Leben in den Bergen und haben ein Haus für Menschen gebaut, die diese Leidenschaft mit uns teilen“, sagt Stefanie Schwarzmann, Geschäftsführerin des Berghaus Schröcken im österreichischen Vorarlberg. Rund um den sportlich-geselligen Treffpunkt mit der heimeligen Atmosphäre einer Berghütte und dem Komfort eines Vier-Sterne-Hotels wird das ganze Jahr hindurch Sport in der Natur betrieben. Von Frühjahr bis Herbst ist Wandern das zentrale Thema – für die Gastgeber eine ideale Kombination aus Naturerlebnis und Erholung. Damit Dosis und Tempo stimmen, werden die täglichen Touren vom hauseigenen Wanderführer-Team individuell auf die Gäste abgestimmt. Dabei reicht die Auswahl von einfach bis komplex. Preisbeispiel: Die Berghaus-Fitwander-Pauschalen von 13. Mai bis 8. Juli und 9. September bis 15. Oktober 2023 kosten 335 €/Pers. und enthalten drei Nächte im Studio für zwei Erwachsene inkl. Frühstücksbüffet, Infoabend, individueller Beratung durch den Guide, leihweise Kartenmaterial und Themenwanderführer, geführte Tages- sowie Nordic-Tour. www.berghaus-schroecken.at

Foto (download): Routen für jedes Fitnesslevel verspricht die Wanderkarte des Berghaus Schröcken im Bregenzerwald/Vorarlberg mit Insidertipps von den hauseigenen Guides. Bildnachweis: Warth-Schröcken Tourismus/Sebastian Stiphout

Grupotel Hotels & Resorts, Spanien

Golfen auf Mallorca



Rund 300 Sonnentage im Jahr, eine abwechslungsreiche Landschaft und mehr als 20 exzellent ausgestattete Anlagen machen Mallorca ganzjährig zur idealen Golfdestination. Die Vier- und Fünf-Sterne-Häuser Grupotel Aguait Resort & Spa, Grupotel Parc Natural & Spa sowie Grupotel Molins im Nordosten bzw. Norden der Baleareninsel liegen nahe mehrerer Plätze, darunter der 18-Loch-Club de Golf Alcanada, welcher zu den schönsten Europas zählt. Umgeben von Pinien, Olivenbäumen und mit Blick aufs Meer arbeiten Rasensportler dort an ihrem Handicap. Hotelgäste erhalten auf diesem und acht weiteren Plätzen eine Ermäßigung auf die Greenfee, die eigene Golfausrüstung kann sicher im Equipment-Raum verwahrt werden. Zum Entspannen geht's anschließend in den hoteleigenen Spa- und Wellnessbereich. www.grupotel.com

Foto (download): Auf dem Club de Golf Alcanada im Norden Mallorcas golfen Gäste der Grupotel Hotels & Resorts mit Blick aufs Meer und ermäßigter Greenfee. Bildnachweis: Club de Golf Alcanada

Tessin, Schweiz

Kletterparadiese mit Biss am Luganer See



Mit über 80 erschlossenen Klettergebieten und einem besonders günstigen Klima am Fels gilt das Tessin als Mekka für alle, die sich an den Granit-, Gneis- oder Dolomitwänden selbst auf die Probe stellen wollen. Die Auswahl reicht vom Maggia- über das Onsernone-, Blenio-, Bedretto- und Verzascatal über die Region Riviera bis hin zur Leventina. Das bedeutendste Areal ist das im Sottoceneri gelegene Felsmassiv Denti della Vecchia. Die eindrückliche Graterhebung erstreckt sich oberhalb von Lugano an der Grenze zu Italien. Schon zu Beginn der 1930er-Jahre nutzten berühmte Bergsteiger die „Zähne der Alten“ zum Training. Heute sind die „kleinen Tessiner Dolomiten“ in 31 Sektoren mit fast 300 Routen unterteilt, die Schwierigkeitsgrade variieren von 3a bis 8a. Das Gebiet eignet sich vor allem für erfahrene Sportler, da die Routen nur selten mit Toprope-Sicherung begangen werden. Den besonderen Adrenalinkick finden sie bei der Staumauer am Lago di Luzzone. An der mit 160 Metern Höhe längsten künstlichen Kletterroute der Welt sind über fünf Seillängen rund 650 Klettergriffe und Haken angebracht. Die Schwierigkeit an der senkrechten Mauer steigert sich kontinuierlich, wobei der letzte Teil leicht überhängt. www.ticino.ch

Foto (download): Die Denti della Vecchia, auf Deutsch Zähne der Alten, gelten schon seit den 1930er Jahren als bedeutendes Klettergebiet im Tessin/Schweiz. Steile Wände und strukturierter Fels bieten Alpinisten und Sportkletterern ideale Bedingungen. Bildnachweis: Luca Crivelli

Lechweg, Deutschland und Österreich

Weitwanderweg mit Rafting-Etappe



Wie der Name schon sagt, spielt der „letzte Wilde“ beim Lechweg ohnehin eine tragende Rolle. Die Fernwanderstrecke führt von dessen Quelle im österreichischen Lech am Arlberg über Warth/Vorarlberg, das Tiroler Lechtal und Reutte in Tirol bis zu seinem Fall im bayerischen Füssen im Allgäu. Doch was die wenigsten wissen: Wasserratten können eine Etappe der insgesamt 125 Kilometer langen Weitwanderung jeweils von Anfang Mai bis Mitte September auch per Boot zurücklegen. Professionell ausgestattet mit Neoprenanzug, speziellen Schuhen, Helm und Schwimmweste ist die Raftingtour zwar ungefährlich, aber doch actionreich – mit Wildwasserstufe zwei hält der Lech einige Stromschnellen bereit. Es folgen aber auch immer wieder ruhige Abschnitte, bei denen man die abwechslungsreiche Landschaft des Tiroler Lechtals intensiv wahrnimmt. Ein Guide erklärt dabei die Besonderheiten von Flora und Fauna. Es gibt mehrere Anbieter, Start- und Endpunkt der Raftingtour ist die jeweilige Outdoorbasis. So ersetzen Abenteuerlustige wahlweise den sechsten, siebten oder achten Lechweg-Abschnitt. Das Gepäck wird vom Veranstalter zum Endpunkt transportiert. Die Preise starten bei 46 Euro/Pers. www.lechweg.com

Foto (download): Raften statt Laufen? Entlang der Weitwanderstrecke „Lechweg – von der Quelle bis zum Fall“ können Wasserratten eine der Etappen auch im Kajak auf einem der letzten Wildflüsse Europas zurücklegen. Bildnachweis: Lechtal Tourismus

Schenna, Südtirol
Über den Wolken



Jeder kann fliegen – zumindest fast. Denn wer in Schenna oberhalb von Meran mal weit über den Dingen schweben will, muss dafür weder besonders ausgebildet noch mutig oder fit sein. Die beiden ortsansässigen Fluganbieter Fly Hirzer und Tandemclub Ifinger machen den Traum von der Schwerelosigkeit möglich. Ein besonderes Highlight ist ein Sonnenaufgangsflug durch Südtirols Bergwelt inklusive gemeinsamen Frühstücks zur Stärkung. 30 bis 40 Minuten hingegen dauert das Gleiten von der Kuhleitenhütte bei Meran 2000 über das Passeiertal und bietet Schenna-Besuchern einen Adrenalinkick sowie eine einmalige Aussicht über die Gipfelkulisse. Für die Sicherheit von Equipment und Ablauf, eine professionelle Einweisung und ein paar aufmunternde Worte vor dem Start tragen die geprüften Tandempiloten ebenso Sorge wie für den Check des Bergwetters: Bei schlechten Bedingungen fällt der Flug aus, bezahlt wird nur bei Durchführung. Tandem-Flüge gibt's ab 90 €. www.schenna.com

Foto (download): Südtirol einmal aus der Vogelperspektive erleben – das geht beim Paragleiten in Schenna am besten mit Startpunkt von der Kuhleitenhütte. Bildnachweis: Tourismusverein Schenna/Dietmar Denger

Tiroler Lechtal, Österreich
Trailrunning mit dem Experten



Am 7. Oktober 2023 kommen in Elmen wieder einheimische und auswärtige Sportler zusammen, um sich beim sechsten Lechtaler Naturparklauf in verschiedenen Varianten zu messen. Mit einer Länge von insgesamt 23 Kilometern ist der Erlebnis-Trail-Run das Highlight der Veranstaltung im Tiroler Lechtal. Der offizielle Lauf des österreichischen ASTA Speed Trail Cup ist allerdings nicht nur für Profis geeignet. Während die Runde für Experten leicht zu bewältigen ist, eignet sie sich ebenso für Einsteiger. Zusätzlich findet in Elmen dieses Jahr auch die Österreichische Meisterschaft im Speed Trail statt. Bestens vorbereiten können sich Interessierte mit Guide Marcel Pelgrim. Der gebürtige Deutsche und derzeit noch aktive DFB-Schiedsrichterassistent gründete in seiner Wahlheimat Vorderhornbach die Trailrunning- und Laufschule Rocks n' Roots Running & Fitness -Lechtal. Dort bietet er neben geführten Touren und Schnupperkursen auch Personal Trainings, Workshops, Seminare sowie Camps an. „Grundsätzlich sehe ich viel Potenzial im Tiroler Lechtal, denn die Region bietet alles, was das Trailrunner- und Läuferherz höher schlagen lässt“, so Pelgrim. www.lechtal.at
Foto (download): Das Tiroler Lechtal in Österreich hat für Trailrunner landschaftlich einiges zu bieten. Seit der Gründung von Marcel Pelgrims Trailrunning- und Laufschule in Vorderhornbach ist die Sportart dort noch populärer geworden. Bildnachweis: Lechtal Tourismus/Medienagentur Ratko

Bodenmais, Bayerischer Wald

Sommer-Biathlon auf den Spuren von Olympiasiegerin Denise Herrmann-Wick



Das Hohenzollern Skistadion in Bodenmais im Bayerischen Wald bietet Biathlon-Fans auch im Sommer die Möglichkeit, den Trendsport auszuüben. Während der warmen Monate stehen fast 2,5 Kilometer der Strecke als Rollerbahn und der Schießstand zur Verfügung. Bestens aufgehoben sind Hobby-Biathleten in der Lieblings-Unterkunft von Denise Herrmann-Wick. Die 2022er-Olympiasiegerin war schon häufig im Bodenmaiser Hof zu Gast und schätzt neben dessen Nähe zum Nordic-Fitness-Park weitere Annehmlichkeiten. „Nach dem Sport kann man im 3.500-Quadratmeter-Spa die Regeneration beschleunigen und sich anschließend bei köstlichem Essen stärken“, sagt die zweifache Biathlon-Weltmeisterin (2019, 2023) über das Vier-Sterne-Superior-Hotel, das 2023 sein 100-jähriges Bestehen feiert. Interessierten organisiert Inhaberfamilie Geiger-Pauli gern einen mehrtägigen Sommerbiathlon-Kurs – inklusive Abschluss-Wettbewerb, bei dem sie ihre Schnelligkeit und Treffsicherheit unter Beweis stellen können. Passende Arrangements (Übernachtung ab 150 €/Pers. im DZ inkl. Verwöhpension und Nutzung des Heimatspa) unter www.bodenmaiser-hof.de
Foto (download): Der Bodenmaiser Hof im Bayerischen Wald war schon oftmals Trainingsquartier der zweifachen Weltmeisterin Denise Herrmann-Wick. Hobby-Biathleten wandeln im örtlichen Hohenzollern Skistadion auch während der Sommersaison auf den Spuren der Olympiasiegerin von 2022. Bildnachweis: Kevin Voigt Fotografie

Indigourlaub, Österreich

Sonnengruß mit Ausblick



Yoga im Freien stärkt das Immunsystem, reduziert Stress und ist die ideale Abwechslung zum Berufsalltag. Für neue und alteingesessene Yogis halten die veranstalteneigenen Retreat Center von Indigourlaub gleich mehrere Optionen bereit: Naturliebhaber zieht es auf die 110 Quadratmeter große Outdoor-Plattform des Kleebauer Hof Retreat Center in Oberösterreich. Bei Yoga und Resilienz im Mühlviertler Hügelland tanken sie Energie und erleben die heilende Kraft der Natur. Ebenso aussichtsreich sind die Open Levels auf der Terrasse des Mountain Retreat Center im bayerischen Chiemgau. Dort können Indigourlauber im Rahmen von Yoga & Mediation in den Bergen bei täglichen Einheiten mit Blick auf den Zahmen Kaiser entspannen und ihre Selbstheilungskräfte aktivieren. Auf der Son Manera Retreat Finca im Herzen der Sonneninsel Mallorca sind Yogis zwischen Olivenhain, Salzwasser-Pool und überdachter Yoga-Plattform weit weg vom Alltag. Highlight von Yoga auf Mallorca – Chakren in Balance ist die morgendliche Session bei Sonnenaufgang sowie abends der 360-Grad-Panoramablick bis zum Tramuntana-Gebirge auf der großen Dachterrasse. www.indigourlaub.com

Foto (download): Outdoor-Yoga-Einheiten des Mountain Retreat Center im Chiemgau sind eine Wohltat für Körper und Geist. Meditationswillige finden in der bayerischen Voralpenlandschaft viel Ruhe und Abgeschiedenheit. Bildnachweis: Indigourlaub

Bad Reichenhall, Oberbayern

Gelebte Integration: Rugby mit Rotkäppchen, Raufbolden und Raufbuam



Was in Südafrika und Australien Religion ist, begann in der Alpenstadt 2001 als kleine Stammtischtruppe und entwickelte sich erst mit den Jahren zu den drei Mannschaften des Rugby Football Club Bad Reichenhall. Während die Ladies der „Rotkäppchen“ seit 2012 an der Deutschen Frauenliga Süd teilnehmen, konnten die „Raufbolde“ bereits Erfolge wie die zweifache Bayerische Meisterschaft und den Bayerischen Pokalsieg verzeichnen. Der Nachwuchs nennt sich übrigens „Raufbuam“ – doch auch wenn's auf dem Spielfeld mal wild zugeht, lautet das Zauberwort stets Integration: Vorurteile gegenüber Körperbau oder Hautfarbe sind fehl am Platz, im Kader zählen ausschließlich Teamgeist sowie der ausgewogene Mix aus Sportlern verschiedener Größen, Fitnesslevels und Charaktere. Heute sind zehn verschiedene Nationen beim RFC vertreten – vereint im Herzen von Oberbayern. Der Eintritt zu den Spielen am Marzoller Sportplatz ist frei. Wer aktiv mitmachen will, muss nur zu den Trainingszeiten erscheinen. Nähere Infos zur Sportart und zum RFC Bad Reichenhall unter www.bad-reichenhall.de

Foto (download): Beim Damen-bzw. Herren- und Jugendteam des Rugby Football Club Bad Reichenhall können Neugierige in den Rasensport hineinschnuppern. Der Eintritt zu den Trainings und Matches in der oberbayerischen Alpenstadt ist für Zuschauer in der Regel frei. Bildnachweis: Imanuel Thallinger

St. Anton am Arlberg, Österreich

Alpines Kombinieren im Sommer



Immer beliebter werden kombinierte Touren aus Rad- und Wandersport. Die Region um St. Anton am Arlberg bietet Varianten für Einsteiger sowie erprobte Alpinisten. Als moderat gilt etwa der Ausflug zum Sattelkopf (1.985 Meter), Hausberg von St. Anton (739 Höhenmeter gesamt - Bike 409 Hm/Hike 330 Hm, Länge: 17 Kilometer). Zusätzliches Gipfelglück verspricht die Verbindung von „Bike & Summit“: Erfahrenere Bergsportler können zum Beispiel den Zwölferkopf (2.556 Meter) erklimmen, was deutlich mehr Kondition und Trittsicherheit erfordert, aber mit einem einzigartigen Gipfelmoment belohnt wird (1076 Höhenmeter gesamt - Bike 576 Hm/Hike 500 Hm, Länge: 23,4 Kilometer). Übersichtlich zusammengefasst ist die gesamte Tourenvielfalt in der interaktiven Karte von St. Anton am Arlberg. Tipp: Wer klimaneutral per Bahn anreist, steigt direkt im St. Antoner Dorfzentrum aus dem Zug. Seit Kurzem beherbergt die Gemeinde nicht nur den höchstgelegenen ICE-Bahnhof Österreichs, sondern sogar weltweit. www.stantonamarlberg.com

Foto (download): Am Gipfelkreuz angekommen - die „(E-)Bike & Hike“-Tour zum Sattelkopf, Hausberg von St. Anton am Arlberg in Tirol, eignet sich besonders für Einsteiger und Genießer. Bildnachweis: TVB St. Anton am Arlberg/Fotograf Patrick Bätz

Roter Hahn, Südtirol

Auf dem Rücken der Pferde - Reiten auf dem Bauernhof



Südtirol - Heimat der Haflinger. Wer auf den sanften und ausgeglichenen Tieren traben und galoppieren möchte, ist auf einem der 34 Südtiroler „Roter Hahn“-Höfe mit Reitmöglichkeit richtig. Fünf der „Roter Hahn“-Bergbauernhöfe sind von der Qualitätsmarke sogar als besonders reiterfreundlich zertifiziert. Das bedeutet, dass es mindestens fünf trainingsbereite Pferde im Stall gibt, Schnupperreitstunden auf zahmen Ponys in der eingezäunten Koppel angeboten werden sowie Tagesausflüge durch lichte Wälder, über bunte Wiesen und zu urigen Almhütten mit ausgewachsenen Vollblütern stattfinden. Zaumzeug und Sicherheitshelme zum Ausleihen sowie eine Tierhaftpflicht- und Unfallversicherung sind selbstverständlich vorhanden. In jeder Bauersfamilie gibt es darüber hinaus einen Experten, der Gästen alles Wissenswerte über Haflinger, Isländer, Araber, Camargue-Pferde oder Ponys erzählen kann. Was einen zertifizierten Reiterhof der Marke „Roter Hahn“ so besonders macht? Die persönliche Atmosphäre am Hof! Zum Beispiel beim gemeinsamen Ausritt mit dem Bauern. www.roterhahn.it

Foto (download): Auf den zertifizierten Reiterhöfen der Marke „Roter Hahn“ kommen Pferdeliebhaber beim Ausritt mit dem Bauern dem Südtiroler Himmel so nah. Bildnachweis: „Roter Hahn“/Frieder Blickle

Innsbruck, Österreich

E-Bike-Touren von gemütlich bis anspruchsvoll



Die Tiroler Landeshauptstadt Innsbruck gilt als ideale Ausgangslage für sommerliche Ausflüge rund ums Karwendelgebirge. Dabei stehen E-Mountainbike-Touren aller Schwierigkeitsgrade auf 125 Kilometern markierten Wegen für jede Könnerschaft zur Auswahl. Selbst für erfahrene E-Biker eine besondere Herausforderung ist The Rough One – ein zwei Kilometer langer, naturbelassener Downhill Trail. Die anspruchsvolle Strecke startet bei der Mittelstation der Nockspitzbahn und führt über Wurzelpassagen und dichten Wald hinunter ins Tal. Doch wer sich traut, wird mit unvergleichlicher Naturkulisse und einem Adrenalinkick belohnt. Für alle, die es etwas ruhiger angehen lassen möchten, gibt es zahlreiche andere Touren: Vom gemütlichen Radweg entlang des Innufers bis hin zu steileren Anstiegen mit Bergpanorama. Die beiden familiengeführten Häuser Hotel Schwarzer Adler Innsbruck und ADLERS Lifestyle-Hotel Innsbruck bieten Aktivurlaubern wie Einheimischen die Möglichkeit, mit E-Bikes Stadt und Berge zu erkunden. Als zertifizierte Radunterkünfte verfügen beide Hotels über entsprechende E-Mountain- sowie Trekkingbikes zum Verleih inklusive umfangreichem Service. www.schwarzeradler-innsbruck.com www.adlers-innsbruck.com

Foto (download): Dank eigener E-Bikes in den Hotels Schwarzer Adler Innsbruck und ADLERS Lifestyle-Hotel Innsbruck cruisen Radfans von der Alm zurück in die Stadt. Bildnachweis: Innsbruck Tourismus/Erwin Haiden

Pressekontakt

Tom Carlos Kupfer

+49 8807 21490-14

tc.kupfer@hermann-meier.de

Jessica Thalhammer

+49 8807 21490-15

jessica.thalhammer@hermann-meier.de

AHM Kommunikation

Lachener Straße 4

D-86911 Diessen am Ammersee

+49 8807 21490-0

info@hermann-meier.de

www.hermann-meier.de