

Tiroler Lechtal, Österreich: Ex-Skistar Sigrid Wolf verrät ihre Lieblingsrouten **Wandertouren von (und mit) der Olympiasiegerin**



Im wahrsten Wortsinn ein „bewegtes“ Leben führt Sigrid Wolf aus Elbigenalp in Tirol. Die ehemalige Skirennläuferin war in ihrer aktiven Zeit auf den berühmtesten Gipfeln der Welt unterwegs. Bei den Olympischen Winterspielen in Calgary 1988 gewann sie die Goldmedaille im Super-G, die inzwischen im „Museum Wunderkammer“ in Elbigenalp im Tiroler Lechtal ausgestellt ist. Nach dem Ende ihrer Sportlerkarriere hat sich Sigrid Wolf zur Kräuterpädagogin ausbilden lassen und ist seitdem in ihrer Heimat mit Interessierten als „Lechtaler Kräuterhexe“ unterwegs. Dort wandert die 57-jährige besonders gern auf ruhigen und aussichtsreichen Pfaden - nach denen sich Urlauber in diesem Jahr ganz besonders sehnen. Hier präsentiert sie ihre drei liebsten Routen, inklusive Touren-Infos und Insider-Tipps zum Einkehren. www.lechtal.at, www.lechtaler-kräuterwerkstatt.com

Foto (download): Ski-Olympiasiegerin Sigrid Wolf engagiert sich im Tiroler Lechtal/Österreich als Kräuterhexe und zeigt Gästen im Rahmen von geführten Wanderungen die Vielfalt der Pflanzen im gleichnamigen Naturpark. Bildnachweis: Privat



In der Luft hängen:

Lechweg von Holzgau nach Elbigenalp

Insider-Tipp Sigrid Wolf: „Für mich ist die Etappe zwischen Holzgau und Elbigenalp eine der schönsten des Weitwanderwegs Lechweg. Die Strecke führt zunächst über die hölzerne Hängebrücke, danach geht es über Bergwiesen, die im Frühjahr und Sommer eine unglaubliche Blütenvielfalt bieten, weiter nach Elbigenalp. Wenn der Hunger kommt, empfehle ich eine Einkehr in der urigen Gaststätte Hexenkessel neben der Talstation der Jöchelspitzbahn.“

Foto (download): Die berühmte Holzgauer Seilhängebrücke überspannt die Höhenbachtalschlucht im Tiroler Lechtal in etwa 100 Metern Höhe. Bildnachweis: Lechtal Tourismus/Gerhard Eisenschink

Touren-Infos Lechweg von Holzgau nach Elbigenalp

Route: Vom Dorfzentrum Holzgau Richtung Hängebrücke - Hängebrücke über der Höhenbachschlucht

queren – hinauf zur Schigge weiter Richtung Bach – kurz vor dem Bengler Wald erreicht man die Talstation der Jöchelspitzbahn – auf dem Weg zum Seesumpf empfiehlt sich ein Abstecher zum Modertal-Wasserfall – am Seesumpf rechts in den Wald – Wanderweg nach Bach – Lechweg von Bach nach Elbigenalp

Gehzeit: ca. 5 Std. bei etwa 750 Hm

Länge: ca. 13 km

Schwierigkeitsgrad: anspruchsvoll, gute Grundkondition ist Voraussetzung



Biophilia-Effekt inklusive:

Geierwallyrunde rund um Elbigenalp

Insider-Tipp Sigrid Wolf: „Auf dem Rundwanderweg ab Elbigenalp liegt die Berghütte Kasermandl, deren Terrasse sich wunderbar für eine Einkehr zur Mittagszeit anbietet. Durch das Bernhardstal geht es weiter zur Gibler Alm. Auf dem neu angelegten Wandersteig dorthin, abseits der Forststraße, kann man übrigens den Biophilia-Effekt – also Heilung aus dem Wald – intuitiv spüren. Der selbstgebackene Apfelstrudel von Almwirtin Conny ist für mich ein Muss und der perfekte Ausklang der Wanderung.“

Foto (download): Die etwa vierstündige Geierwallyrunde führt um das 800-Einwohnerdorf Elbigenalp inmitten des Tiroler Lechtals. Bildnachweis: Lechtal Tourismus/Gerhard Eisenschink

Touren-Infos Geierwallyrunde

Route: Geierwally-Parkplatz nahe Hotel Alpenrose/Elbigenalp – Beschilderung Geierwally folgen – Innerhoferweg bis zur Lawinenverbauung oberhalb von Köglen – rechts halten und den Scheidbach queren – das „Bergle“ hinauf, dann flach weiter bis zur Schmarebene – Anstieg zum Kasermandl – hinab ins Bernhardstal mit dem gleichnamigen Bach – hinauf zum Bernhardstalweg, vorbei an der Jausenstation Gibleralm zum Ausgangspunkt zurück

Gehzeit: ca. 4 Std. bei etwa 400 Hm

Länge: ca. 12 km

Schwierigkeitsgrad: mittelschwer

Knödel & Rodel gut:

Wanderung zum Bernhardseck

Insider-Tipp Sigrid Wolf: „In der Bernhardseckhütte steht Wirt Armin selbst in der Küche und bereitet regionale Schmankerl zu, mein Favorit ist die Knödelvariation. Wenn es an den Abstieg geht, können sich Mutige das letzte Teilstück nach Elbigenalp sparen und stattdessen die Sommerrodelbahn Wally-Blitz nehmen. Einmal wöchentlich übrigens findet vormittags eine Kräuterwanderung von der Bergstation der Lechtaler Bergbahnen zum Heumuseum Elbigenalp statt, bei der die Teilnehmer ihre eigenen Kräutertinkturen herstellen – ein idealer Ausgangspunkt für eine anschließende Wanderung zum Bernhardseck.“

Touren-Infos Wanderung zum Bernhardseck

Route: Talstation der Lechtaler Bergbahnen (im Bacher Ortsteil Benglerwald) – am beschilderten Wegverweig rechts abbiegen auf Connys Adlerweg – weiter aufwärts zur Gibler Alm – entlang des Forstweges geradeaus am bewaldeten Rücken zu den freien Almwiesen unterhalb des kleinen Almdorfes zur Bernhardseckhütte (1.812 m)

Gehzeit: einfach ca. 2 Std. bei etwa 720 Hm

Länge: ca. 10 km

Schwierigkeitsgrad: leicht bis mittelschwer

Weitere Infos: www.lechtaler-bergbahnen.at

Weitere Auskünfte für die Medien

Lechtal Tourismus Untergiblen 23 A-6652 Elbigenalp

Anja Ginther, Marketing & PR Fon +43 5634 5315-13 marketing@lechtal.at www.lechtal.at

Über das Tiroler Lechtal. Eingebettet zwischen den Lechtaler und Allgäuer Alpen liegt die Naturparkregion Lechtal. Namensgeber ist der Lech, der auf seinem Weg Richtung Donau die Umgebung prägt. Neben grünen Bergwiesen und kristallklaren Gipfelseen bilden breite Schotterbänke und großflächige Waldgebiete die alpine Landschaft. Die Ferienregion Tiroler Lechtal steht für einen nachhaltigen sowie authentischen Tourismus und ist das ganze Jahr über Ziel für Naturliebhaber und Ruhesuchende. Wanderer begeben sich gern auf den Lechweg, ein 125 Kilometer langer Weitwanderweg durch das Tal mit seinen 14 Ortschaften, darunter vier Auszeitdörfer. Brauchtum und Tradition spielen im Tiroler Lechtal eine wichtige Rolle. Zudem steht die Region für innovatives Handwerk, Design und hausgemachte Produkte.

Pressekontakt

Gregor Staltmaier

+49 8807 21490-16

gregor.staltmaier@hermann-meier.de

Jessica Harazim

+49 8807 21490-15

jessica.harazim@hermann-meier.de

Angelika Hermann-Meier PR

Lachener Straße 4

D-86911 Diessen am Ammersee

+49 8807 21490-0

info@hermann-meier.de

www.hermann-meier.de