



EU-Projekt fördert Gesundheitstourismus

„Lebensspur Lech“: Grenzüberschreitend Erholung erleben

Mit der „Lebensspur Lech“ entsteht aktuell ein grenzüberschreitender, gesundheitstouristischer Erlebnisraum zwischen dem österreichischen Tirol und dem bayerischen Allgäu. Das EU-Projekt verbindet die vier Partner Lechweg, Füssen im Allgäu, Lechtaler Auszeitdörfer und Holzgau/Tirol. Die „Lebensspur Lech“ verläuft entlang der Weitwanderoute Lechweg, die den Wildfluss von seiner Quelle in Lech am Arlberg bis zum Füssener Lechfall auf rund 125 Kilometern begleitet. Grundlage für alle Aktivitäten bildet die Kneipp'sche Gesundheitslehre mit ihren fünf Säulen Wasser, Bewegung, Ernährung, Kräuter sowie dem Schwerpunkt Innere Ordnung. www.lebensspur-lech.com



Lechweg (D/A): Neue Wege für alte Pfade

Bereits seit ihrer Eröffnung 2012 hat sich mit der Weitwanderoute Lechweg ein naturnaher Qualitätstourismus in der Grenzregion zwischen Bayern und Tirol etabliert. Das EU-Projekt „Lebensspur Lech“ vertieft diesen Kurs nun auf Basis der Gesundheitslehre des Wasserdoktors Sebastian Kneipp. Wanderer, Einheimische und Touristen können sich an verschiedenen Stationen auf die „Lebensspur Lech“

begeben und finden dort zahlreiche Erlebnis-, Kraft- und Gesundheitsplätze. Der Lech, einer der letzten Wildflüsse Europas, steht dabei sinnbildlich für die Kraft und Heilwirkung der Natur und ist verbindendes Element zwischen den Orten.

Foto (download): Der grenzüberschreitende Lechweg bietet Wanderern reizvolle Zwischenstopps, initiiert von der „Lebensspur Lech“. Bildnachweis: Verein Lechweg/Gerhard Eisenschink



Füssen im Allgäu (D): Endlich zur Ruhe kommen

Im Portalort Füssen liegt der Fokus auf der Balance von Körper, Geist und Seele. Tragendes Gerüst des Füssener Gesundheitsangebots sind die Kneipp'schen Säulen Bewegung, Wasser und vor allem Innere Ordnung. In unterschiedlichen Erlebnisarealen erwarten die Besucher Bewegungsparcours, Kneipp-Tretbecken und Ruhe-Inseln. Zertifizierte Schlafgastgeber halten in ihren Unterkünften speziell ausgestattete Gästezimmer und abgestimmte Serviceangebote zum Thema Gesunder Schlaf bereit.

Foto (download): Seine innere Ordnung finden – die Kneippinsel im Hopfensee bei Füssen symbolisiert das Credo der Initiative „Lebensspur Lech“. Bildnachweis: Verein Lechweg/Gerhard Eisenschink



Lechtaler Auszeitdörfer (A): Kein Stress, keine Hektik

Rund 68 Menschen leben in Gramais, kleinstes Dorf Österreichs, nur wenige mehr in Hinterhornbach, Pfafflar und Kaisers. Lifte, Pisten und große Hotels sucht man vergebens, auch infrastrukturell gibt man sich in den beschaulichen Lechtaler Seitengemeinden mit dem Nötigsten zufrieden. Dennoch beziehungsweise gerade deshalb sind die vier ursprünglichen Tiroler Bergweiler zu

modernen Sehnsuchtsorten avanciert.

Foto (download): Eine Station entlang der „Lebensspur Lech“ sind die Lechtaler Auszeitdörfer. Von Lichtverschmutzung oder Overtourism bleibt man dort verschont

Bildnachweis: Verein Lechweg/Gerhard Eisenschink



Holzgau im Lechtal (A): Alles im Fluss

Die Gemeinde mit zirka 420 Einwohnern gilt als „Perle des Lechtals“. Der dreieinhalb Kilometer lange Vital- und Erlebnisrundweg bei Holzgau inszeniert die fünf Kneipp'schen Säulen im Sinn der „Lebensspur Lech“. Weitere Attraktion ist die 110 Meter hohe Hängebrücke über die Höhenbachschlucht. Im Sommer werden Kräuter- und Kulturspaziergänge sowie Waldbaden angeboten, Wintersportfreunde freuen sich über

Langlaufloipen, Schneeschuh-, Winter- oder Tierspurenwanderungen, Rodeln und Eislaufen.

Foto (download): Die 200 Meter lange Hängebrücke über die Höhenbachschlucht in Holzgau im Tiroler Lechtal ist eine Station des Lechwes. Bildnachweis: Lechtal Tourismus/Gerhard Eisenschink

Über die Lebensspur Lech. Die grenzüberschreitende „Lebensspur Lech“ erstreckt sich vom österreichischen Tirol bis ins bayerische Allgäu. Ziel der Partner (Füssen Tourismus und Marketing,

Tourismusverband Lechtal, Verein Lechweg) ist es, rund um die Weitwanderroute Lechweg einen gemeinsamen gesundheitstouristischen Erlebnisraum mit den Schwerpunkten mentale Balance und gesunder Schlaf zu schaffen. Grundlage für alle Aktivitäten bildet die Kneipp'sche Gesundheitslehre mit ihren fünf Säulen Wasser, Bewegung, Ernährung, Kräuter und Innere Ordnung. Der Lech steht dabei sinnbildlich für die Kraft und Heilwirkung der Natur und ist das verbindende Element zwischen den Orten. Das Projekt „Lebensspur Lech“ wird aus INTERREG-Mitteln der Europäischen Union gefördert.

Pressekontakt

Jessica Harazim

+49 8807 21490-15

jessica.harazim@hermann-meier.de

Gregor Staltmaier

+49 8807 21490-16

gregor.staltmaier@hermann-meier.de

Marion Pronesti

+49 8807 21490-25

marion.pronesti@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