



Energie aus der Natur: Magische Orte zwischen Allgäu und Tiroler Lechtal

Kraftplätze entlang der „Lebensspur Lech“

Ein blutender See, ein alljährlich neu versiegender Wasserfall und der Fußabdruck eines Heiligen: Der gesundheitstouristische Erlebnisraum „Lebensspur Lech“ zwischen dem bayerischen Allgäu und dem Tiroler Lechtal birgt zahlreiche magische Plätze. An folgenden fünf Energie-Orten schöpfen Besucher Kraft aus der Natur und finden so zu „Innerer Ruhe“, eine der wichtigsten Säulen des grenzüberschreitenden EU-Projekts nach der Lehre des Wasserdoktors Sebastian Kneipp. www.lebensspur-lech.com



Forchacher Lechauen, Tiroler Lechtal

Wo der Wildfluss am ursprünglichsten ist

Die Lechauen an der Mündung des Schwarzwassertals bezeichnen Kenner zurecht als landschaftliches Juwel entlang der „Lebensspur Lech“. In der Kernzone des Natuparks Tiroler Lech zwischen den Ortschaften Stanzach und Forchach ist der Wildfluss am ursprünglichsten – Weite und Freiheit werden dort am sogenannten Lechzopf im Besonderen erlebbar. Eine

Wanderung führt durch die Wald- und Wiesenflächen am Ufer. Wer mag, überquert blaugrünes Wasser und Kiesbänke an der Forchacher Hängebrücke aus dem Jahr 1906. Von den Schotterflächen sind es nur wenige Schritte ins energetische Nass, das zum Wildkneippen in der Natur einlädt. Bewegungshungrige unternehmen noch einen Abstecher zu den Sieglseen. Etwa drei Stunden dauert der Weg vom Tal zu den glasklaren Berggewässern. www.naturpark-tiroler-lech.at, www.lechtal.at

Foto (download): Der Lechzopf in Tirol bezeichnet den markanten Flussverlauf zwischen Stanzach und Forchach mit seinen Auwäldern. Dort sind Energie und Wildheit der „Lebensspur Lech“ besonders spürbar. Bildnachweis: Lechtal Tourismus/Robert Eder



Lechfall Füssen, Allgäu Gesegnetes Naturdenkmal

Der türkisgrün schimmernde Lechfall bei Füssen zählt nicht umsonst zu Bayerns schönsten Geotopen. Denn er befindet sich am Südrand einer an sich schon beeindruckenden, tief eingeschnittenen Klamm. Möglicherweise war die Schlucht (lat. fauces) sogar namensgebend für Füssen. Fest steht, dass das Naturdenkmal am Ende der Würm-Eiszeit vor etwa 12.000 Jahren entstand. Das heutige, zwölf Meter in die Tiefe stürzende Stauwehr wurde zur Nutzung der Wasserkraft erst Ende des 18. Jahrhunderts errichtet. Damals hieß es, man wolle einen Wasserfall erschaffen, der weit faszinierender als der natürliche Katarakt sein solle. Und tatsächlich sind die fünf überströmten Stufen trotz ihres technischen Charakters seit je ein Ort zum Innehalten und Krafttanken an der „Lebensspur Lech“, was unter anderem der Legende vom Magnustritt zu verdanken ist. Der Sage nach nämlich sprang der Heilige Magnus auf der Flucht vor heidnischen Verfolgern an dieser Stelle über den Wildfluss. Die dort versteinerte Vertiefung wurde im Volksglauben als sein Fußabdruck gedeutet. Etwa 15 Meter flussaufwärts überqueren Interessierte noch den aussichtsreichen König-Max-Steg, 1895 erbaut und samt der aufgestellten Büste erinnernd an den Vater des Märchenkönigs Ludwig II. www.fuessen.de

Foto (download): Am Füssener Lechfall zeigt der Gebirgsfluss ein letztes Mal sein wildes Antlitz, bevor ihn die Staumauern des Allgäuer Forggensees bändigen. Bildnachweis: Füssen Tourismus und Marketing/Thomas Kuzmic



Zwischen Bach und Holzgau, Tiroler Lechtal Baumwandern und Waldbaden

Den Zusammenhang zwischen Wald und Gesundheit erleben Interessierte kaum irgendwo so intensiv wie zwischen Bach und Holzgau im Tiroler Lechtal. Verantwortlich für den positiven Effekt sind laut einiger wissenschaftlicher Studien sowie der Kräuterpädagoginnen Marie-Luise Friedle und Simone Knitel Terpene – so nennt man Pflanzenbotenstoffe, die von Bäumen abgesondert werden. Ihnen sei es zu verdanken, dass das Immunsystem binnen kürzester Zeit mit einer deutlichen Steigerung der körpereigenen Abwehrkräfte reagiert. Den positiven Effekt spüren Interessierte im Rahmen einer geführten Wanderung durch den naturbelassenen Wald entlang der Weitwanderoute Lechweg, bei der die „Innere Ordnung“ ganz im Sinn der „Lebensspur Lech“ wieder hergestellt werden soll. www.lechtal.at

Foto (download): Holzgau im Tiroler Lechtal ist eine Station an der „Lebensspur Lech“ und idealer Ausgangspunkt für Baumwanderungen oder Waldbadetouren zur körperlichen und seelischen Regeneration. Bildnachweis: Verein Lechweg/Gerhard Eisenschink



Bad Faulenbach, Allgäu

Tal der Sinne und der blutende See

Um den rätselhaften Alatsee vier Kilometer westlich von Füssen ranken sich viele Legenden – eine von ihnen besagt, dass drei habgierige Schwestern am Grund sitzen und jungen Männern nachstellen, um von ihrem Fluch aus der Tiefe erlöst zu werden. Sogar wilde Gerüchte von versunkenem Nazigold kursieren rund um das Gewässer im bayerischen Allgäu. Ein Phänomen jedoch weisen selbst Naturwissenschaftler nicht von der Hand, nämlich

das vom „blutenden See“: Denn tatsächlich schimmert das ansonsten kristallklare Wasser in 15 bis 18 Metern Tiefe plötzlich blutrot. Eine starke Konzentration von Purpur-Schwefelbakterien ist dafür verantwortlich. Manchmal zeigt sich die Färbung sogar auf der Wasseroberfläche, wenn die ebenso dort ansässigen Burgunderblutalgen nach oben treiben. Mit Verschwörungstheorien und Hexerei hat dies freilich wenig zu tun. Dennoch gestaltet sich die Wanderung durch das Tal der Sinne bei Bad Faulenbach mit seinen Kneipp-Stationen noch aufregender, wenn das Ziel so geheimnisumwoben ist. www.fuessen.de

Foto (download): Der Alatsee in Füssen ist einer der Kraftplätze entlang der „Lebensspur Lech“ und lässt sich in etwa 45 Minuten Fußmarsch umrunden. Bildnachweis: Verein Lechweg/Gerhard Eisenschink



Doser Wasserfall, Tiroler Lechtal

Sagemumwobenes Naturphänomen

Ein mysteriöses Schauspiel zeigt sich regelmäßig im unteren Tiroler Lechtal: Jedes Jahr um den 11. November versiegt dort der Doser Wasserfall bei Häselgehr und beginnt erst wieder ab dem 23. April zu sprudeln. Wild schäumend tritt dann der Tuoserbach aus einer Felsengrotte hervor und wälzt sich in die Tiefe. Dem Sprühnebel, den der Wasserfall dabei erzeugt, wird eine heilende Wirkung für die Atemwege nachgesagt. Laut Legende ist ein Drache für die sonderbare Erscheinung verantwortlich. Während die Volkssage erzählt, dass dieser im Frühjahr aus seinem Winterschlaf in der Höhle erwacht und den Weg wieder für das Wasser freigibt, vermuten Geologen eher einen unterirdischen See und dessen Überlauf durch die Schneeschmelze. Der wahre Grund für

das rätselhafte Verschwinden konnte allerdings nicht endgültig geklärt werden. www.lebensspur-lech.com

Foto (download): An der „Lebensspur Lech“ reihen sich einige Rätsel, eines davon ist der Doser Wasserfall. Auf mysteriöse Weise verschwindet er alljährlich im Spätherbst dort, wo er im Frühjahr wieder entspringt. Bildnachweis: Lebensspur Lechl/Boxfish.de

Pressekontakt

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