Mein Sehnsuchtsland

Südtirol

Zwischen Weinbergen und Dolomiten



Herausgegeben vom Tipps Media Verlag

www.sehnsuchtsland.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Südtirol macht es einem leicht, stehen zu bleiben. Manchmal genügt eine Kurve, und der Reiseplan verliert für einen Moment seine Bedeutung. Doch hinter der Aussicht beginnt das Interessanteste oft erst: Auf den Wiesen wird gearbeitet, auf den Höfen werden Gäste empfangen, und in den Schänken kommt auf den Tisch, was ganz in der Nähe gewachsen ist.

Für diese Ausgabe haben wir Menschen und Orte besucht, die davon erzählen. Wir schauen auf Südtirols bäuerliche Küche und ihre Erzeugnisse, folgen Wegen durch sehr unterschiedliche Landschaften und halten bei der kleinen Kirche St. Prokulus inne. Im Hotel Laurin in Dorf Tirol entdecken wir schließlich eine Urlaubsbeschäftigung, für die man erstaunlich wenig Ausrüstung braucht: ein Buch, einen Balkon und Zeit.

Vielleicht finden Sie beim Blättern ein Ziel für Ihre nächste Reise. Vielleicht bleiben Sie aber auch an einem Bild hängen und fragen sich, was hinter dem sichtbaren Ausschnitt liegt. Beides wäre mir recht. Denn Reisen beginnt im Kopf. Und manchmal beginnt es damit, genauer hinzusehen.

Viel Freude beim Lesen und Entdecken wünscht Ihnen

Ihr



Gottfried Pattermann
Chefredakteur Tipps Media & Verlag

Der Inhalt

Wo der Süden in den Bergen beginnt ➢ Seite 4

Wanderungen auf der Sonnenseite ➢ Seite 6
Die Sonnenwege im Ahrntal

Eggental ➢ Seite 18
Paradies für zweibeinige Bergziegen und Gämsen

Roter Hahn ➢ Seite 22
Wo Südtirol noch nach Hof schmeckt

Das Land zwischen den Bergen ➢ Seite 28

Hotel Laurin ➢ Seite 32
Die Kunst, ein Kapitel länger zu bleiben

Südtirol für Unterwegs ➢ Seite 36

Das letzte ... /Impressum ➢ Seite 39



Man merkt es nicht an einer Grenze. Nicht an einem Schild und auch nicht an einem bestimmten Kilometerstein. Irgendwann ist er einfach da, der Süden. Vielleicht beginnt er dort, wo sich das enge Tal erstmals ein wenig öffnet. Wo zwischen den Hängen Reben auftauchen und an den Hauswänden Palmen stehen, obwohl über ihnen noch Schnee auf den Gipfeln liegt.

Südtirol besitzt diese eigentümliche Fähigkeit, Gegensätze nebeneinander bestehen zu lassen. Morgens kann man auf einem Bergweg stehen, auf dem der Atem kleine Wolken bildet. Zwei Stunden später sitzt man unter Weinlaub und bestellt einen Espresso. Auf dem Tisch stehen Speck und Schüttelbrot, daneben Olivenöl und ein Glas Vernatsch.
Niemand scheint darin einen Widerspruch zu sehen.
Vielleicht liegt genau darin der Reiz dieses Landes.
Wer von Norden kommt, erlebt Südtirol zunächst als Fortsetzung der Alpen. Berge, Höfe, Wälder, schmale Täler. Doch je weiter man fährt, desto öfter mischt sich etwas anderes hinein. Die Landschaft wird weicher. Die Architektur verändert sich. In den Städten wird Italien hörbarer, auf den Höfen bleibt Tirol gegenwärtig.
Und dann sind da die Menschen.
Winzer, die ihre Reben an Hängen pflegen, auf denen man sich manchmal fragt, wie dort überhaupt ein Traktor fahren soll. Bauern, die alte Höfe weiterführen und zugleich neue Wege suchen. Köche, die aus den Produkten der Berge eine Küche machen, die längst mehr ist als Speckknödel und Kaiserschmarrn. Hoteliers, deren Häuser manchmal seit Generationen in Familienhand sind und trotzdem kaum noch etwas mit dem klassischen Alpenhotel zu tun haben.
Südtirol lebt von diesen Übergängen. Zwischen Deutsch und Italienisch. Zwischen Alm und Piazza. Zwischen Tradition und Gegenwart. Zwischen stillen Seitentälern und Städten wie Meran oder Bozen, in denen das Leben beinahe mediterran wirkt. Vielleicht kann man deshalb auch nicht von dem Südtirol sprechen.
Der Vinschgau erzählt eine andere Geschichte als das Pustertal. Ladinien eine andere als das Überetsch. Meran ist nicht Brixen und Bozen nicht Sterzing. Selbst die Landschaft scheint sich alle paar Kilometer neu zu erfinden.
Genau deshalb beginnt unsere Reise durch Südtirol nicht mit einer Liste von Sehenswürdigkeiten.
Wir wollen Menschen treffen, Landschaften durchqueren, an Tischen sitzen und Häuser besuchen. Wir wollen wissen, warum ein Käse gerade hier entsteht, weshalb ein Weinberg genau an diesem Hang liegt und warum manche Hotels seit Generationen Gäste empfangen.
Denn am Ende besteht ein Sehnsuchtsland nicht aus Sehenswürdigkeiten.
Es besteht aus Geschichten.

Wanderungen auf der Sonnenseite

Die Sonnenwege im Ahrntal

Text und Bilder: Gottfried Pattermann



Der 30 Kilometer lange Höhenweg „Sunnsat“ führt auf der Sonnenseite der Zillertaler Alpen fast durch das gesamte Südtiroler Ahrntal: von Luttach bis nach St. Peter, von Dorf zu Dorf, von Hof zu Hof und von der Vergangenheit in die Gegenwart. Es ist kein Weg für Jogger oder Turnschuhträger, Mal geht es auf schmalen Pfaden steil bergauf, dann wieder auf einem breiten Fahrweg eben am Hang entlang. Für die Seele gibt es überall am Weg traumhafte Ausblicke, für den Bauch in angenehmem Anstand urige Berghütten. Für Wanderer mit einer gewissen Kondition ein herrliches Vergnügen.

Wasser und Felsen - das sind die beiden Zutaten zu einem Naturspektakulum der besonderen Art. Der Wanderweg ist schmal, unter uns rauscht der Bach, auf der anderen Seite ein steiler Hang. Die wirklich ausgesetzten Stellen haben ein hölzernes Geländer, das aber auch nicht so richtig stabil aussieht. Der Schwarzenbach, der irgendwo in den Hängen und Gletschern des Schwarzensteins seinen Ursprung hat, sägte sich im Laufe der Zeit durch das harte Gestein des Zillertaler Grenzkamms und schuf eine Klamm, an deren Ende ein herrlicher Wasserfall in die Tiefe rauscht. Die sprühende Gischt benetzt die Blumen, in der Sonne leuchten die Tropfen wie kleine Diamanten. Wir sind unterwegs auf den Ahrntaler Sonnenwegen, die von Luttach bis St. Peter, ganz hinten im Tal, auf alten Alm- und Schmugglerpfaden angelegt wurden.
Immer in aussichtsreicher Höhe wandern wir, mal durch sonnige, von Blumen und Blüten überzogene Wiesen, dann wieder durch den Wald, vorbei an Almen und Bergbauernhöfen.







Südtiroler Ahrntal:
Unter dem Dach von 80 Dreitausendern

Das Ahrntal zählt zu den schönsten Tälern Südtirols: mit sagenhaften 80 Dreitausendern, über 60 bewirtschafteten Almen, steilen Bergflanken und daran wie Schwalbennester „klebenden" Gehöften.
War das Südtiroler Ahrntal früher wegen des Kupferbergbaus bedeutend, ist das Ahrntal heute besonders reich an Naturschätzen: 80 Dreitausender stehen auf der Südseite der Zillertaler Alpen rund um den Turnerkamp (3.418 Meter Höhe) Spalier. Im Süden eröffnet der Naturpark Rieserferner-Ahrn weiträumige Hochgebirgslandschaften und das dort zu Tage tretende Tauernfenster sorgt für eine beeindruckende geologische Vielfalt mit Schiefer-, Granit- und Gneis-Gestein. Außerdem ist das Tal besonders reich an Quellen, Bächen, Seen die ihm auch den Namen gaben: „Ahr" stammt vom vorrömischen „Awerina", was so viel wie fließendes Wasser heißt. Über 60 bewirtschaftete Almen sind im Ahrntal zu finden – und 30 Kilometer Sonnenwege, die zwischen 1.000 und 1.450 Höhenmetern von Luttach bis nach St. Peter führen – und zu vielen Sehenswürdigkeiten des Tals. Das Südtiroler Ahrntal mit den Ortschaften Luttach, Weißenbach, St. Johann – auch Ahrn genannt –, dem Hauptort Steinhaus, St. Jakob und St. Peter ist über den Brenner und die Pustertaler Staatsstraße rasch erreichbar.





HOLIDAY PASS Premium: Gratis mobil in ganz Südtirol

Gäste, die in einem HOLIDAY-PASS-Partnerbetrieb im Ahrntal einchecken, „finden leicht Anschluss“: Sie halten gleich nach der Ankunft den Holiday Pass Premium in der Hand – und sind damit für die Dauer ihres Aufenthalts mit allen öffentlichen Verkehrsmitteln Südtirols kostenlos mobil: Dazu zählen Linienbusse, Regionalzüge und mehrere Bergbahnen, in ganz Südtirol und so oft sie gebraucht werden. Für unbegrenzte Mobilität sorgt auch das Aktivprogramm an sechs Tagen pro Woche, das für HOLIDAY-PASS-Inhaber fast ebenso immer kostenlos ist: Dazu zählen Wanderungen auf und rund um die Ahrntaler Sonnenwege – von locker bis strapaziös: etwa die leichte „Atem-Wanderung“ am Gesundheitsweg Prettau, die mittelschwere Tagestour im Naturpark oder das anspruchsvolle Bergerlebnis Klockerkarkopf. Zur Wahl stehen auch Spaß- und Sportprogramme wie Fit in den Tag am Tauferer Boden, Sommercurling-Lattlschießen in Luttach oder Zielscheibenschießen in St. Johann. Fast alle diese Sommerhits sind mit den öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Den HOLIDAY PASS sollten Gäste im Ahrntal am besten immer griffbereit haben, denn er ist bare Münze wert: nämlich einen Fünf-Euro-Gutschein für die „Genusstour zu den Mühlwalder Hofkäsereien“ und zehn Prozent Ermäßigung beim Familienprogramm.



Weiße Ziegen und grauer Käse im Rotbachtal

Das Ahrntal ist altes Bauernland mit hohen Bergen, steilen Bergwiesen, abgeschiedenen Gehöften und über 60 Almen. Südtirolweit wird das Ahrntal oft nur als „Toul“ (Tal) bezeichnet, und seine Einwohner als die „Teldra“. Die schönsten Gehöfte, Kapellen, Berggasthöfe und Almen entdecken Wanderer auf dem Sunnsat-Weg – und damit natürlich auch typische Ahrntaler Hüttenkost. Auf dem ersten Teilstück oberhalb von Luttach und der Schwarzbachklamm liegt der Kleinstahlhof (1.225 m). Jungbauer Helmut Großgasteiger hat dort über 50 deutsche Edelziegen im Stall und produziert einen hervorragenden Bioziegenkäse, für den er immer wieder internationale Preise einheimst. Würziger Käse, Butter, Buttermilch und frische Kuhmilch gibt es auch auf der Rotbachalm (1.423 m) und ein gutes Stück höher auf der Daimerhütte (1.862 m) zu verkosten. Der Berggasthof Platterhof (1.200 m) hat sich einen Namen für traditionelle Ahrntaler Kost gemacht: Schlutzkrapfen, Spinatknödel, Kartoffel-Teigtaschen und Pressknödel erfreuen den Gaumen. Eine wahre Augenweide liegt direkt daneben: die wunderschöne Kapelle aus der Zeit um 1800. Eine echte Spezialität „seit grauer Vorzeit“ ist der Ahrntaler Graukäse. Entrahmte, gesäuerte Milch wird erwärmt und zum Reifen in Formen abgeschöpft. Der magere Graukäse wird auf fast allen Almhütten des Tals angeboten. In der Jausen-













station Holzerböden oberhalb von Mühlegg sorgt er ebenso wie der neue Hütten-Mozzarella für Hochgenuss.

„Ahrntal Alpin“: Hoch, heilig, grenzenlos

Im Südtiroler Ahrntal verlaufen auf der „Sunnsat“ der Zillertaler Alpen insgesamt 30 Kilometer Sonnenwege, auf denen man in Höhenlagen zwischen 1.000 und 1.450 Höhenmetern das ganze Tal durchwandern kann. Oft begangen, und dennoch abseits ausgetretener Pfade, ist der hochalpine Ahrntaler Jakobsweg. Er führt von St. Jakob in acht Stunden über sieben Brücken und vorbei an mehreren Kirchen bis zur Jakobskirche in Weißenbach. Der „kleine Bruder“ ist ein Teil des großen Tiroler Jakobswegs. Deutlich anspruchsvoller ist die Almenrunde zwischen Mühlegg und St. Peter, welche auf knapp 2.000 Metern Höhe parallel zum Sunnsat-Weg verläuft und in einer Gesamtgehzeit von neun Stunden die schönsten Berghütten des Ahrntals auffädelt. Der noch weiter oben gelegene Stabeler Höhenweg gehört zu den hochalpinen Höhenweg-Klassikern im Ahrntal. Er schlängelt sich auf über 2.500 Metern oberhalb der Vegetationsgrenze zwischen Schwarzensteinhütte zur Chemnitzerhütte. Im hintersten Ahrntal scheint die Welt zu Ende zu sein, doch herrschte dort im Mittelalter reger Verkehr. Auf dem Rücken von Pferden und auf den Schultern ausdauernder Männer gelangten über den Krimmler Tauernpass „hoch“ Begehrtes:







Etschländerwein und Schnaps nach Norden, Halleiner Salz und Saccharin nach Süden. Ahrntaler Bauern, die Weiden jenseits der Berge besaßen, trieben im Frühsommer und Herbst ihr Vieh über den 2.634 Meter hohen Pass, über Hundskehljoch und Birnlücke. Heute stehen die alten Grenzwege von Prettau nach Österreich bei Alpinisten hoch in der Gunst. Kletterer finden im Ahrtal einige „steile Herausforderungen". In Sand in Taufers sind es die Pursteinwand (Kletterfelsen und Klettersteig) sowie der Klettergarten Heachnbichl und Tobl. Auch beim Kofler zwischen den Wänden in Ahornach, in Drittlsand nahe Speikboden und auf dem Klettersteig zur Schwarzensteinhütte haben Naturabenteuer die Berge fest im Griff.

Noch einmal sind wir aufgestiegen, von Steinhaus aus auf dem Hüttenweg hinauf zum Holzerboden. Der Tag versprach heiß zu werden, schon recht früh haben wir uns auf den Weg gemacht. Für eine kleine Kaffeepause halten wir an der Holzerbödenhütte, dann weiter hinauf zur Rislahnerscharte. Aussicht, soweit das Auge reicht. Der Hauptkamm der Zillertaler Alpen ist zum Greifen nahe, der Große Löffler, mit 3378 Meter einer der höchsten Berge des Kamms, beherrscht wie ein König die Szene. Unter uns der Talboden der Frankbachalm und dahinter der Wagner (ohne Richard), mit 2580 Metern auch ganz imposant. Steil hinunter führt nun der Weg, in engen Kehren steigen wir ab ins Tal, das der Frankenbach ausgewaschen hat. Immer entlang des Baches kommen wir zur Bizathütte. Ein fröhliches Willkommen, ein Weißbier, gut gekühlt aus dem Bach und einen formidablen Kaiserschmarrn - ja, hier lässt es sich aushalten, im Schatten vor der Hütte. Doch leider müssen wir weiter, im Westen drohen schwarze Wolken. Petrus hatte dann doch noch Mitleid mit uns, der Platzregen beginnt erst, als wir wieder im unserem Hotel eintreffen.

Lage

Das Ahrntal befindet sich im Norden Südtirols, es ist ein Seitental des Pustertales, das bei Bruneck nach Norden abzweigt. Der untere, südliche Teil wird Tauferer Tal genannt, Hinter Sand im Taufers biegt das Tal nach Osten ab und wird nun Ahrntal genannt. Hauptorte sind Luttach und Steinhaus

Anreise

mit dem PKW

München – Rosenheim – Kufstein – Innsbruck – Brennerautobahn – Ausfahrt Brixen – Pustertaler Staatsstraße ins Pustertal bis Bruneck – Tauferer Ahrntal

mit der Bahn:

Brennerlinie (Innsbruck–Bozen) bis Franzensfeste – Lokalzüge im 30-Minuten-Takt über das Pustertal bis nach Bruneck – weiter mit Bus oder Taxi

Übernachten

Hotel Alpenschlössl, Wellness-Resort für den Urlaub in gehobener Atmosphäre, Individuell eingerichtete Doppelzimmer und Suiten mit allem erdenklichem Komfort und viel Platz für Paare und Familien.Großer Wellnessbereich (siehe Seite 16), Doppelzimmer mit Verwöhnpension ab 114 € pro Person

Tel.: +39 0474 651010 www.wellnessresort.it

Hotel Alpenblick in Luttach, ein schönes 3-Sterne Hotel mit großzügigem Wellnessbereich, ruhig, aber dennoch zentral gelegen, Doppelzimmer/Halbpension ab 118€

Tel: +39 474 671132 www.hotelalpenblick.it

Ansehen

Burg Taufers, Sand in Taufers; Die Burg Taufers zählt zu den mächtigsten, größten und schönsten Burgen Südtirols.

Schaubergwerk Prettau; Erleben Sie die faszinierende Welt des Bergbaus. Am Rötbach in Prettau wurde mehr als 500 Jahre Kupfer abgebaut. Heute ist der St.-Ignaz-Erbstollen zum Besucherbergwerk ausgebaut.

Kornkasten - Bergbaumuseum

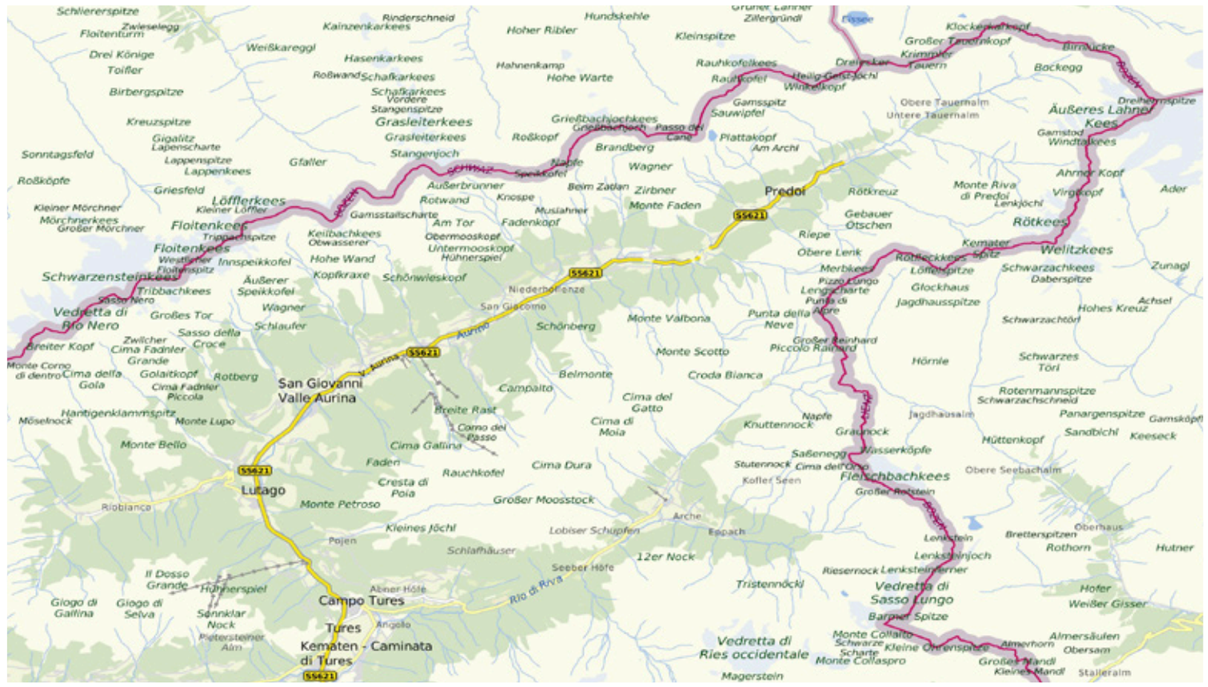
Die Geschichte des Erzabbaus und die harte Arbeit der Knappen hautnah erleben.

Hütten auf der Sunnsat

Almschank Schwarzbachalm (1.396 m) St. Johann – Jausenstation Großstahlhof (1.200 m) St. Johann – Hofkäserei Kleinstahl (1.210 m) St. Johann – Jausenstation Rotbachalm (1.423 m) St. Johann – Berggasthof Stallila (1.472 m) St. Johann – Jausenstation Daimerhütte (1.862 m) St. Johann – Jausenstation Kegelgasslalm (2.109 m) St. Johann – Berggasthof Platterhof (1.200 m) St. Johann – Jausenstation Bizathütte (1.416 m) St. Johann –Hofschänke Waldlechn (1.320 m) Steinhaus – Jausenstation Holzerböden (1.900 m) Steinhaus – Jausenstation Wollbachalm (1.609 m) St. Jakob – Ferienalm Oberkofl (1.610 m) St. Jakob – Jausenstation Hollenzalm (1.831 m) St. Jakob

Mehr Information

www.tauferer.ahrntal.com


San Giovanni
Valle Aurina
Luttago
Campo Tures
Tures
Kematen - Caminata
di Tures
Predoi
Vedretta di
Rio Nero
Vedretta di
Ries occidentale
Vedretta di
Sasso Lungo
Rötkees
Welitzkees
Fleischbackkees
Äußeres Lahnerkees
Floitenkees
Schwarzensteinkees
Löfflerkees
Grasleiterkees
Hohe Warte
Hohe Wand
Hohes Kreuz
Schwarzachzähl
Schwarzachkees
Daberspitze
Rötkreuz
Gebauer Ötschen
Riepe
Obere Lenk
Glockhaus
Jagdhausspitze
Punta della Neve
Monte Valbona
Monte Scotto
Croda Bianca
Schönberg
Campaito
Belmonte
Monte Petroso
Monte Lupo
Monte Bello
Cima Gallina
Cima Dura
Rauchkofel
Cresta di Poia
Kleines Jöchl
Großer Moosstock
Lobiser Schupfen
Schlafhäuser
Seeber Höfe
Pojen
Faden
Monte Faden
Fadenkopf
Obermooskopf
Hühnerspiel
Kopfkraxe
Schönwieskopf
Speikkofel
Innspeikkofel
Floitenspitze
Tribbachkees
Großes Tor
Schlaufer
Sasso della Croce
Rotberg
Golaitkopf
Cima Fadner Grande
Cima Fadner Piccola
Cima della Gola
Hantigenklammspitz
Möselnock
Riobianco
Il Dosso Grande
Hühnerspiel
Giogo di Selva
Giogo di Gallina
Sonnklar Nock
Pietersteiner Alm
Angelo
Rio di Riva
Alpiner Höfe
Tristennöckl
12er Nock
Espach
Arche
Oberhaus
Bretterspitzen
Rothorn
Hutner
Lenkstein
Lenkstein Gletscher
Riesernock
Hofer
Weißer Gisser
Barmer Spitze
Monte Collalto
Schwarze Scharte
Kleine Ohrenspitze
Monte Collaspro
Großer Mandl
Kleiner Mandl
Stallealm
Almersäulen
Amerhorn
Obersam
Magerstein
Knuttennock
Graunock
Sandbichl
Keeseck
Hüttenkopf
Wasserköpfe
Sattenegg
Stutternock
Kofler Seen
Obere Seebachalm
Großer Reitstein
Panargenspitze
Gamskopf
Rotenmannspitze
Schwarzachschneid
Hörnle
Schwarzes Törl
Jagdhausalm
Punta di Mare
Lenkjöchl
Virgenköpfl
Ader
Zunagl
Achsel
Monte Riva di Predoi
Ahrner Kopf
Kemater Spitze
Rötkreuzkees
Löfflerspitze
Merbleskees
Punta di Lungo
Lenkscharte
Monte Lungo
Rötkreuzspitze
Rötkreuzjöchl
Rötkreuzkopf
Rötkreuzscharte
Rötkreuzkees



Eggental

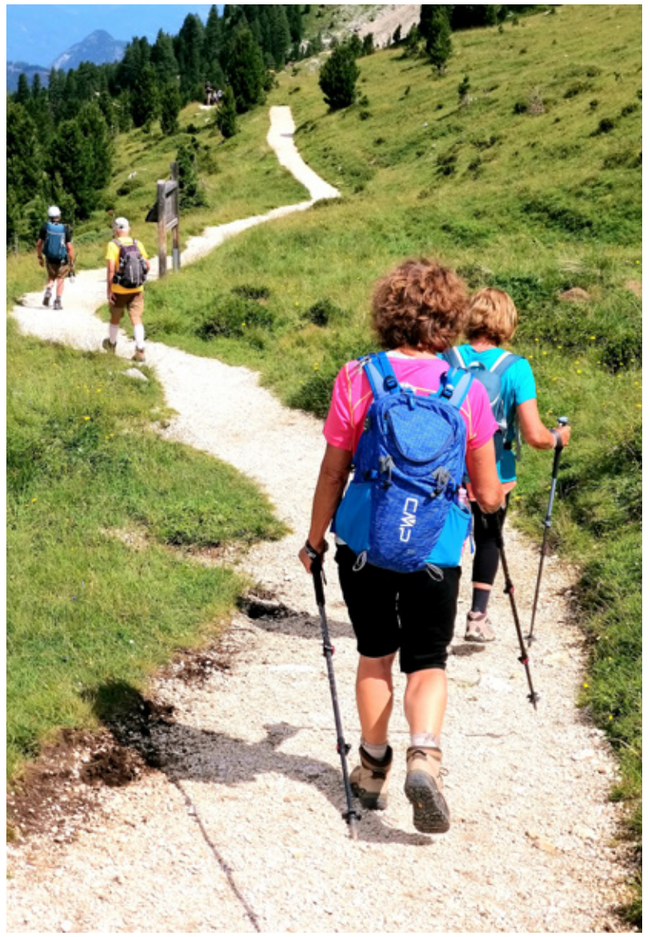
Paradies für zweibeinige Bergziegen und Gämsen

Von Karsten-Thilo Raab

Majestätisch erhaben und beeindruckend erhebt sich der weithin sichtbare und überaus markante Latemar bis auf 2.799 Meter über dem Meeresspiegel. Direkt darunter duckt sich das italienische Bergdorf Obereggen, das ein perfekter Ausgangsort für Touren in der Bergwelt der Dolomiten ist. Im Farbenspiel der Sonne und Wolken wechselt der faszinierende Gebirgsstock mit seinen spitzen Felstürmen, der als Weltnaturerbe unter dem Schutz der UNESCO steht, fast im Minutentakt seine Farbe. Der helle Riffkalk, aus dem die hoch aufragenden Wände des Latemar bestehen, und die artenreiche Pflanzenwelt lassen diesen Teil des Südtiroler Eggentals zu einem wahren Naturparadies avancieren. Auch das schrille Pfeifen der Murmeltiere und das Läuten der Kuhglocken sind ein ständiger Begleiter auf Touren durch die üppig grüne Bergwelt.

Das mit gerade einmal 9.300 Einwohnern dünn besiedelte Val d'Ega, wie sich das Tal auf Italienisch nennt, umfasst eine Fläche von 200 Quadratkilometern. Nicht weniger als 70 Prozent davon sind vornehmlich mit Fichten und Lerchen dicht bewaldet. Erstaunlicherweise gedeihen sogar direkt am Kalksteinmassiv des Latemar vereinzelt noch sehr robuste Nadelbäume auf rund 2.500 Metern Höhe – also weit über der sonst üblichen Baumgrenze.

Gerade der Kontrast zwischen den kahlen, zackigen Felsen, dem opulenten Baumbestand und den saftigen Wiesen, die auf über 2.000 Metern von einem farbenfrohen Blumenteppich übersäht sind, machen diesen







Teil der Dolomiten zu einem Paradies für Wanderer, Gipfelstürmer und zweibeinige Gämsen mit Kletterpassion. Zwischen Latemar und dem ebenfalls zum Weltnaturerbe zählenden Rosengarten gibt es über 500 Kilometern an ausgewiesenen Wanderwegen. Hinzu kommen vier ausgewiesene Klettersteige. Und alle geben sich überaus an- und aussichtsreich. Nicht von ungefähr hat sich die Region mit ihren abwechslungsreich aufbereiteten Themenwegen unter dem Namen „Latemarium" zu einem Wanderparadies für jede Könnerstufe gemausert.

Was bleibt, ist bei der Vielzahl an Routen die Qual der Wahl. Für die Kleinen verspricht der leicht begehbare, 3,1 Kilometer lange „Latemar.Natura" mit seinen interaktiven Stationen jede Menge Spaß und Unterhaltung. Neben Wissenswertem über Flora und Fauna können die Kids bei dieser Hörspielwanderung vermeintlichen Wilderern auf die Spur kommen.

Deutlich herausfordernder ist der 7,5 Kilometer lange „Latemar.Panorama", in dessen Verlauf 510 Höhenmeter zu bewältigen sind. Entschädigung für die vielen Schweißtropfen versprechen hier die vielen Aussichtpunkte mit Panoramablicken über das Eggental.

Noch anstrengender, aber absolut empfehlenswert ist der „Latemar.Torre die Pisa". Über 7,5 Kilometer führt die anspruchsvolle, jedoch gut gesicherte Bergtour hinauf zur idyllischen Latemarhütte auf 2.671 Metern über dem Meeresspiegel. 700 Höhenmeter gilt es beim Aufstieg zwischen gewaltigen Bergstürzen aus bizarren Felsblöcken zu meistern.





Zahlreiche weitere Touren durch die Bergwelt rund um den Latemar sind ebenfalls thematisch aufbereitet. Einen ganz anderen Aspekt greift derweil der im Sommer 2023 Rundkurs „Mindful.Latemar“ auf. Als erster Mindfulness-Weg der Alpen verbindet dieser auf einzigartige Weise das Naturerlebnis mit einer Vielzahl an Meditationstechniken und Erfahrungsübungen, die vom renommierten Psychologen und Mindfulness-Trainer Dr. Thomas Bernagozzi konzipiert wurden.

Der Achtsamkeitspfad auf 1.872 Meter hohen Golfrion-Berg wird dabei mit insgesamt 18 verschiedenen Übungen erwandert. Entweder in einer geführten Gruppe oder individuell: Hierfür lädt man sich kostenlos die dafür vorgesehene App aufs Handy, um die Anleitungen von Dr. Thomas Bernagozzi eigenständig zu folgen. Mittels der Übungen soll insbesondere die Selbstwahrnehmung verbessert werden.

Ein weiteres Ziel ist es, die Umwelt und die natürlichen Elemente unvoreingenommen zu betrachten. Was angesichts der spektakulären Aussichten über das Eggental definitiv nicht schwer fällt.

Mehr Information

Lage:

Die sieben Orte des Eggentals liegen etwa 20 Kilometer von der Autobahnausfahrt Bozen-Nord entfernt.

Lift:

Von Obereggen verkehren ein Sessellift zur Bergstation Oberholz sowie eine Kabinenbahn auf die Ochsenweise.

Wandertipp:

Von Deutschnopfen (1.357 Meter) führt ein ebenfalls empfehlenswerter Panoramawanderweg nach Maria Weissenstein (1.520 Meter), dem bekanntesten Wallfahrtsort Südtirols und bietet dabei herrliche Ausblicke auf die Bergwelt der Dolomiten.

Essen & Trinken: Auf 2.096 Metern befindet sich direkt neben der Liftstation Oberholz die gleichnamige Berghütte Oberholz (www.oberholz.com/berghuette), wo landestypische Speisen mit pfiffiger Note serviert werden.

Gasthof Specker, Obereggen 14, 39050 Deutschnopfen, Italien, Telefon 0039-471-615766, www.specker.it. Mit Blick auf den Latemar werden Südtiroler Spezialitäten serviert.

Übernachten:

Genießerhotel Sonnalp, 39050 Obereggen 28, Italien, Telefon 0039-471-615842, info@sonnalp.com. www.sonnalp.com. Übernachtungen im Doppelzimmer sind in dem Vier-Sterne-Superior-Hotel, dessen Restaurant mit drei Gault-Millau-Hauben ausgezeichnet ist, mit Halbpension ab 149 Euro pro Person und Tag buchbar; in einer Suite ab 193 Euro.

Eggental Tourismus, Dolomitenstraße 4, 39056 Welschnofen, Italien, Telefon 0039-471-619500, info@eggental.com, www.eggental.com



Die Anbauflächen der „Roter Hahn"-Betriebe auf über 1.500 Metern Höhe lassen sich aufgrund der Steillagen oft nicht maschinell bewirtschaften. So auch am Premstlahof in Südtirol, wo Bauersfamilie Holzer zweimal jährlich ihre gut 4,5 Hektar Wiesen von Hand mäht.
© „Roter Hahn"/Frieder Blickle

Roter Hahn
Wo Südtirol noch nach Hof schmeckt

Text: Gottfried Pattermann

Auf dem Premstlahof im Martelltal mäht Familie Holzer ihre Wiesen von Hand. Gut viereinhalb Hektar, zweimal im Jahr. Wer hier auf 1.530 Metern Urlaub macht, sieht die steilen Hänge nicht nur als schöne Kulisse. Er ahnt, wie viel Arbeit in ihnen steckt. Genau darin liegt der Reiz eines Aufenthalts auf Südtirols Bauernhöfen: Die Landschaft gehört zum Leben der Gastgeber. Und manchmal landen ihre Erzeugnisse am Abend gleich mit auf dem Tisch.

Hoch oben, nah am Alltag

Rund 1.700 Urlaubshöfe gehören zur Dachmarke „Roter Hahn" des Südtiroler Bauernbunds. Die Unterkünfte bleiben klein: höchstens fünf Ferienwohnungen oder acht Gästezimmer pro Hof. Das schafft Nähe, ohne den Bauern zum dauernden Unterhalter seiner Gäste zu machen. Wer möchte, kann Landwirtschaft erleben. Wer Ruhe sucht, findet auf vielen Höfen auch dafür Platz.

Auf dem Munthof in Villnöss empfängt Snowboard-Weltmeister Roland Fischnaller Gäste auf rund 1.800 Metern. Sauna und Yoga-Plattform gehören ebenso zum Angebot wie die Möglichkeit, bei der Heuarbeit oder im Stall mit anzupacken. Weiter südwestlich, im Martelltal, zeigt der Premstlahof, was steiles Gelände für die Bewirtschaftung bedeutet. Am Öbersthof oberhalb von Latzfons lebt Familie Baumgartner auf 1.650 Metern mit Blick über das Eisacktal. Die Höhe bringt im Sommer mildere Temperaturen. Sie verlangt den Bauern aber auch Arbeit ab, die im Tal längst Maschinen übernehmen.



Die „Roter Hahn"-Bäuerin bringt den mit hofeigenen Südtiroler Produkten gefüllten Frühstückskorb direkt vor die Ferienwohnung
Foto: „Roter Hahn"/Frieder Blickle

Höfe mit langer Geschichte

Nicht jeder Hof erzählt seine Geschichte gleich laut. Der Finailhof im Schnalstal braucht dafür kaum Worte: Er liegt fast 2.000 Meter hoch und blickt auf mehr als 700 Jahre zurück. Wer dort übernachtet, begegnet einer Bauweise und einer Landwirtschaft, die sich an ein Leben in großer Höhe anpassen mussten. In St. Ulrich verbindet der Resciesa Hof moderne Ferienwohnungen mit dem Alltag eines bewirtschafteten Hofs.

Der denkmalgeschützte Laimbruchhof in Pfitsch im Wipptal wurde aufwendig restauriert. Historisches Gebäude und hofeigene Spezialitäten gehören dort zusammen. Solche Höfe sind mehr als Unterkünfte mit Bergblick. Sie lassen erkennen, wie Familien einen Ort über Generationen nutzen und verändern. Der Gast bekommt einen Ausschnitt davon mit, oft schon beim Weg über den Hof oder bei einem Gespräch am Frühstückstisch.



Der Finailhof im Schnalstal



Der Resciesa Hof in St. Ulrich
© Demetz-Alexander



Der denkmalgeschützte Laimbruchhof in Pfitsch
© Laimbruchhof



Der Südtiroler Herbst ist für die Weinbauern der Marke „Roter Hahn“ eine wichtige Zeit für die Weinlese und den neuen Jahrgang Foto: „Roter Hahn“/Frieder Blickle

Wenn der Buschen vor der Tür hängt

Essen führt noch direkter zur bäuerlichen Kultur. Ein Strauß aus heimischen Pflanzen über dem Eingang zeigte früher an, wo Gäste einkehren konnten. Dieser „Buschen“ gab der Buschenschank ihren Namen. Besonders im Herbst, wenn die Törggele-Saison beginnt, gehört er bis heute zum Bild. Die Wurzeln der Schankkultur reichen ins späte Mittelalter zurück, als Bauern einen Teil ihrer Trauben selbst einkellern durften.
Eine Buschenschank öffnete traditionell nur zu bestimmten Zeiten im Jahr. Ihr Rhythmus folgte der Arbeit auf dem Hof und im Weinberg. Als das Törggelen in den 1960er- und 1970er-Jahren wieder mehr Gäste anzog, gewann auch diese Form der Einkehr neue Aufmerksamkeit. Geblieben ist die einfache, überzeugende Idee: Der Gastgeber serviert, was seine Landwirtschaft und die Region hervorbringen.

Zwischen Buschenschank und Hofschank gibt es einen wichtigen Unterschied. In der Buschenschank stammt der ausgeschenkte Wein aus eigenen Reben und wird selbst gekeltert.

Eine Hofschank darf Weine aus ganz Südtirol anbieten, muss dafür aber Fleisch von den eigenen Tieren servieren. Wer sich für den Ursprung seines Essens interessiert, kann hier direkt nachfragen. Oft sitzt die Antwort nur ein paar Schritte entfernt.



Genießer finden in der „Roter Hahn“-Broschüre „Qualitätsprodukte vom Bauern 2027“ über 900 Lebensmittel mit dem Gütesiegel des Südtiroler Bauernbunds. © „Roter Hahn“/ Monika Zipperle

Was auf den Teller kommt

Für die Hof- und Buschenschänke mit dem Qualitätssiegel „Roter Hahn“ gelten Vorgaben zur Herkunft der Zutaten. Mehr als 80 Prozent müssen vom eigenen Hof oder von landwirtschaftlichen Betrieben der unmittelbaren Umgebung stammen. Hinzu kommen überlieferte Rezepte und handwerkliche Verarbeitung. Das garantiert noch kein Lieblingsgericht. Es macht aber nachvollziehbar, woher Speck, Käse oder Fleisch kommen und wer sie erzeugt hat.
Die Broschüre „Bäuerlicher Feinschmecker 2026/27“ stellt auf rund 60 Seiten 19 solcher Einkehradressen vor. Sie ist vor allem für Reisende interessant, die ihre Route auch nach dem Mittagessen planen. Eine Hofschank kann zum Ziel eines Spaziergangs werden; in der Buschenschank darf man nach einem Tag zwischen Weinbergen ruhig etwas länger sitzen bleiben. Der Blick auf die Karte ist dann zugleich ein Blick auf das, was Hof und Jahreszeit gerade hergeben.





Beeren direkt vom Feld: Auf Südtirols Höfen beginnt hier die Arbeit an Säften und Fruchtaufstrichen
Foto: „Roter Hahn"/Frieder Blickle

Vom Hof ins Glas und aufs Brot

Längst endet die bäuerliche Küche nicht an der Schanktür. Unter dem Label „Qualitätsprodukte vom Bauern" vermarkten Südtiroler Betriebe Saft, Honig, Essig, Bier, Speck, Brot und vieles mehr. Die neue Broschüre für 2027 versammelt 88 Höfe und mehr als 900 Lebensmittel in 20 Produktgruppen. Hinter den Zahlen verbergen sich sehr unterschiedliche Entscheidungen darüber, was ein Hof anbaut und wie er seine Ernte verarbeitet.
Auf dem Birkenheim in Eppan wuchsen einst Weinreben. Heute bauen die Brüder Peter und Philipp Schweigkofler dort saisonales Obst und Gemüse in Bio-Qualität an. Benedikt Terzer geht auf dem Felsenhof in Kurtatsch einen anderen Weg: Er erzeugt Rotweine aus mehr als 30 Jahre alten Reben und setzt auf eine kleine, selektive Produktion. In Freienfeld im Eisacktal kultiviert Jungbäuerin Nadine Benedikter auf 950 Metern Speisepilze nach biologischen Richtlinien. Bei Führungen und Verkostungen gibt sie Einblick in ihre Arbeit.

Zum Produkt des Jahres 2026 kürte „Roter Hahn" einen Himbeeraufstrich vom Unichhof in Aldein. Die Auszeichnung zum Direktvermarkter des Jahres ging an Joachim Knapp vom Ausluger Hof in St. Lorenzen, der Freilandeier verkauft. Was auf dem Frühstückstisch selbstverständlich wirkt, bekommt so einen Namen und einen Herkunftsort.



Die Käseprodukte der Marke „Roter Hahn" entstehen aus natürlichen Rohstoffen und handwerklicher Verarbeitung
Foto: „Roter Hahn"/Frieder Blickle

Ein Stück Südtirol für zu Hause

Auch Südtiroler Köche greifen zu diesen Produkten. Sechs Küchen kamen zum Kreis der kulinarischen „Roter Hahn"-Botschafter hinzu; insgesamt sind nun 15 mit Rezeptideen in der Produktbroschüre vertreten. Ihr Interesse zeigt, dass bäuerliche Erzeugnisse ihren Platz ebenso in der gehobenen Küche haben wie bei einer einfachen Marende auf dem Hof.

Die beiden Broschüren helfen bei der Suche nach Höfen, Schänken und Produkten; sie sind online verfügbar und können bestellt werden. Wer unterwegs etwas entdeckt hat, findet viele Lebensmittel später auch im Onlineshop. Doch am besten beginnt die Bekanntschaft vor Ort. Vielleicht mit einem Glas Wein in der Buschenschank. Oder mit einem Stück Brot und dem Aufstrich aus Aldein, während draußen noch jemand die Arbeit erledigt, von der all das lebt.

Mehr Information:
www.roterhahn.it



Das Land zwischen den Wegen

Text: Melitta Kiss, Bilder Gottfried Pattermann

St. Peter im Ahrntal. St. Prokulus bei Naturns. Zwei Orte, zwei Gesichter Südtirols. Dazwischen liegen Berge, Täler und mehr als ein Wechsel der Aussicht. Wer hier unterwegs ist, entdeckt eine Landschaft, in der Wege nicht allein zu Sehenswürdigkeiten führen. Sie verbinden Häuser, Felder und Menschen.

In St. Peter lohnt es sich, einen Weg nicht nach Kilometern zu beurteilen. Ein kurzer Gang durchs Dorf kann mehr über das Ahrntal erzählen als der eilige Blick vom nächsten Aussichtspunkt: wo die Höfe stehen, welche Flächen bewirtschaftet werden und wie nah der Alltag an den Bergen bleibt. Hier ist die Landschaft kein freier Raum zwischen Sehenswürdigkeiten. Sie hat Aufgaben.

Das verändert auch den Blick des Besuchers. Eine Wiese ist nicht bloß grün. Sie muss gemäht werden. Ein Hof liegt nicht irgendwo am Hang, weil der Platz besonders hübsch war. Familien haben dort gewohnt und gearbeitet, oft über Generationen. Wer langsam geht, sieht solche Zusammenhänge eher. Er muss niemanden bei der Arbeit stören und braucht keine Führung, um zu begreifen, dass diese Gegend mehr ist als eine Aussicht.

Bei Naturns wartet ein anderer Halt. Die Kirche St. Prokulus ist klein genug, dass man sie im Vorbeifahren leicht unterschätzen könnte. Drinnen verlangen ihre Fresken Zeit und Aufmerksamkeit. Wer danach wieder hinaustritt, nimmt die Umgebung anders wahr: An diesem Ort liegen Jahrhunderte beieinander, ohne dass eines das andere verdrängt.

Die Obstgärten ringsum gehören zur Gegenwart. Ihr Anblick ändert sich mit der Jahreszeit, ihre Bewirtschaftung folgt einem genauen Kalender. Die Kirche bleibt, während draußen geschnitten, gepflegt und ge-





erntet wird. Gerade diese Nachbarschaft macht den Ort interessant. Geschichte steht hier nicht am Ende eines Besichtigungsprogramms. Sie liegt mitten in einer Landschaft, die weiterhin genutzt wird.
St. Peter und Naturns erzählen verschiedene Geschichten. Das eine lässt den Besucher über das Leben im Bergtal nachdenken, das andere über Landwirtschaft und die Spuren früherer Jahrhunderte. Gemeinsam ist beiden Orten, dass man ihnen Zeit geben muss. Eine halbe Stunde ohne festes Programm kann mehr hinterlassen als drei hastig abgehakte Stopps.

Der Weg hat Zeit

Unterwegssein beginnt oft mit einem Ziel und einer geschätzten Ankunftszeit. Am Schlern wird beides für eine Weile nebensächlich. Es reicht, anzuhalten und den eigenen Reiseplan kurz aus der Hand zu geben. Die nächste Station ist später noch da. Was dieser Halt bringt, lässt sich vorher schwerer planen.
Auf der Karte scheint Südtirol überschaubar. Im Auto folgen jedoch auf ein Tal neue Höhen, auf einen Ort eine Abzweigung, die man beim Planen übersehen hat. Wer nur die Fahrzeit berechnet, übersieht leicht, wie sehr sich eine Gegend unterwegs verändert. Gerade das macht die Straße interessant: Sie verbindet nicht bloß zwei Punkte. Sie führt durch unterschiedliche Arten, hier zu wohnen und mit dem Land zu leben.
Der Schlern gibt dabei Orientierung. Von weitem erkennt man ihn wieder, selbst wenn die Fahrt längst eine andere Richtung genommen hat. Doch unterwegs rückt auch das näher, was in keinem großen Panorama den ersten Platz beansprucht: ein bewirtschafteter Hang, ein Dorf abseits der Hauptstraße, ein Weg, der für die Menschen vor Ort eine ganz gewöhnliche Verbindung ist.

Das ist ein guter Grund, gelegentlich auszusteigen. Die Straße gehört nicht allein den Reisenden. Andere fahren zur Arbeit, besuchen Nachbarn oder bringen ihre Erzeugnisse vom Hof. Für sie ist der Berg kein Tagesziel, sondern Teil ihrer vertrauten Umgebung. Wer das im Kopf behält, schaut genauer hin und fährt vielleicht auch rücksichtsvoller weiter.
Ein Halt muss nichts Besonderes bieten. Keine Plattform, keine Tafel, die den Blick erklärt. Manchmal genügt ein Platz, an dem das Auto niemanden behindert und man ein Stück zu Fuß gehen kann. Nach ein paar Minuten verliert der Fahrplan seine Macht. Fragen tauchen auf, die im Vorbeifahren keinen Platz hatten: Wohin führt dieser Weg? Was wächst auf dem Feld? Wie lebt es sich hier, wenn die Urlauber längst wieder abgereist sind?
Nicht jede Frage braucht sofort eine Antwort. Manche nimmt man mit und entdeckt später in einem Gespräch, in einer Schank oder auf einem Hof ein weiteres Stück der Geschichte. So entsteht allmählich ein anderes Bild von Südtirol. Die Berge gehören dazu, selbstverständlich. Ebenso die Arbeit unter ihnen, die Dörfer und die Wege dazwischen.

Irgendwann geht die Fahrt weiter. Das Ziel hat sich nicht verändert. Nur die Strecke dorthin ist nicht mehr bloß Strecke.

Hotel Laurin

Die Kunst, ein Kapitel länger zu bleiben

Text von Gottfried Pattermann





© Damian Lukas Pertoll

Ein Buch, ein Balkon und die Freiheit, heute nichts mehr vorhaben zu müssen. Im Hotel Laurin in Dorf Tirol stand dieses Bild am Anfang eines Umbaus. Daraus wurde ein Haus, das seinen Gästen etwas angenehm Unmodisches zugesteht: Urlaub ohne Leistungsnachweis.

Es gibt diesen Moment beim Lesen, wenn die Geschichte gerade Fahrt aufnimmt und draußen ein schöner Tag wartet. Weiterblättern oder aufbrechen? Im Urlaub wächst daraus mitunter eine Gewissensfrage. Schließlich wäre da noch ein Gipfel. Ein Schloss. Ein Wanderweg, den angeblich jeder gesehen haben muss. Im Hotel Laurin oberhalb von Meran darf das Lesezeichen trotzdem liegen bleiben. Die Berge laufen nicht davon.

Ein Gast mit einem Buch auf dem Balkon: Dieses Bild leitete Gastgeberin Eva Illmer und Architektin Heike Pohl von tara architekten bei der Neugestaltung des Hauses. Sechs Monate dauerte der Umbau, im April 2025 öffnete das Laurin wieder. Helle Farben und eine klare Gestaltung sollen Ruhe schaffen, mehr Licht und Luft ins Haus holen. Dafür erhielt das Projekt den BIG SEE Architecture Award 2026. Eine Auszeichnung für Architektur, deren Ausgangspunkt eine sehr alltägliche Sehnsucht war.



Gastgeberin Eva Illmer



Es gibt viel zu entdecken und lernen auf dem „Weinweg“ in Dorf Tirol, nahe dem Südtiroler Hotel Laurin. © Benjamin Pfitscher

Weniger vorhaben, mehr mitbekommen

Eva Illmer wollte einen Ort schaffen, an dem Eltern, Paare und Freundinnen zur Ruhe kommen. Dazu gehört für sie auch, einmal auf der Terrasse zu lesen. Das klingt bescheiden in einer Urlaubswelt, die selbst Erholung gern in Programme verpackt. Im Laurin steckt dahinter eine Haltung, die über die Einrichtung hinausreicht. Wer hinausgeht, muss sich den Abend auf dem Balkon nicht mit möglichst vielen Höhenmetern verdienen.

Themenwege

Drei Themenwege, die sich vom Hotel aus erkunden lassen, passen zu diesem Gedanken. Sie führen zu Äpfeln, Wein und Geschichte. Also zu Dingen, die Südtirol prägen und die zwischen Gipfelpanorama und nächstem Fotostopp leicht zur Kulisse werden. Hier bekommen sie Zeit und Aufmerksamkeit.
Der Apfelweg zieht auf rund viereinhalb Kilometern durch die Obstgärten, vorbei an der Kirche St. Rupert und an Schloss Auer. Etwa 200 Höhenmeter liegen auf der Runde, unterwegs öffnet sich der Blick auf Meran und die umliegenden Dörfer. An den Stationen geht es um alte und neue Sorten und um die Arbeit im Jahreslauf. Der Apfel, sonst rasch als Wanderproviant eingepackt, bekommt eine Herkunft. Gerade im Herbst lohnt es sich, genauer hinzusehen.

Ein wenig Weinwissen im Gepäck

Kürzer fällt der Weinweg aus: gut zwei Kilometer, rund 100 Höhenmeter, eine überschaubare Runde zwischen Reben und mediterraner Vegetation. Tafeln erzählen vom örtlichen Weinbau. Eine Prüfung folgt zum Glück nicht. Allenfalls später ein Glas Vernatsch oder Merlot, dem das unterwegs aufgesammelte Wissen etwas mehr Zusammenhang gibt.
Wer weiter ausholen möchte, nimmt den Kulturweg. Auf rund 6,7 Kilometern und mit etwa 400 Höhenmetern führt er bis zu Schloss Tirol, dem Stammsitz der Grafen von Tirol.



Golfen vor imposanter Kulisse auf dem Golfplatz St. Vigil in Seis © Lindsey Irvine

Dazu kommen Ausblicke ins Etschtal und über den Meraner Talkessel. Für die reine Gehzeit sind gut zwei Stunden angesetzt. Zum Schauen sollte etwas übrig bleiben, sonst wird auch aus einem Kulturweg bloß eine erledigte Strecke.

Der Ehrgeiz darf mit. Er muss nur nicht.

Ganz ohne sportliche Leidenschaft geht es bei Eva Illmer allerdings nicht zu. Die Gastgeberin spielt Golf. „Kein Sport hat mich je so in den Bann gezogen wie Golf“, sagt sie. Technik, Konzentration und die Geduld mit sich selbst faszinieren sie daran. Vom Laurin sind die Plätze in Lana und im Passeiertal mit dem Auto erreichbar. Wer also doch an seiner Präzision arbeiten möchte, findet Gelegenheit dazu.
Praktisch ist dabei die Freiheit am Abend. Das Dinner lässt sich täglich hinzubuchen; das Angebot wechselt zwischen Showküche, einem Abend mit Antipasti und einem Menü in fünf Gängen. Der Urlaubstag muss sich dadurch nicht schon morgens nach dem Abendessen richten.

Vielleicht verbindet genau das den Golfplatz mit dem Balkon: Gäste entscheiden selbst, womit sie ihre Stunden füllen. Mit einem Schlag, der endlich gelingt. Mit einem Weg durch die Apfelgärten. Oder mit jener Geschichte, deren nächste Seite jetzt doch wichtiger ist als der nächste Ausflug.

Mehr Information:
www.laurin-dorftirol.com



Historisch spannend und landschaftlich imposant ist der „Kulturweg“, der ab dem Hotel Laurin in Dorf Tirol startet. © Benjamin Pfitscher



Südtirol für unterwegs

Anreise und Mobilität

Südtirol lässt sich gut mit der Bahn erreichen. Über München und Innsbruck fahren Züge nach Bozen; von dort geht es mit Regionalzügen und Bussen weiter. Wer mehrere Täler besuchen möchte, sollte die Fahrzeiten vor der Wahl der Unterkunft prüfen. Die Entfernungen auf der Karte sagen wenig darüber aus, wie lange ein Ausflug tatsächlich dauert.

Viele Gastgeber stellen ihren Gästen den digitalen Südtirol Guest Pass zur Verfügung. Er gilt während des Aufenthalts für Busse, Regionalzüge und ausgewählte Seilbahnen. Vor jeder Fahrt muss er entwertet werden. Fernverkehrszüge sind nicht eingeschlossen. Ob die eigene Unterkunft den Pass anbietet und welche Verkehrsmittel für den geplanten Ausflug infrage kommen, lässt sich am besten vor der Buchung klären.

Wann fahren?

Im Frühling locken die blühenden Obstgärten, im Herbst die Ernte und das Törggelen. Für Wanderungen in höheren Lagen zählt weniger das Kalenderblatt als das Wetter am jeweiligen Tag. Wer zwischen Bergtälern und dem Raum Meran unterwegs sein will, packt deshalb für verschiedene Temperaturen. Und wer eine bestimmte Hofschank besuchen möchte, erkundigt sich vorher nach ihren Öffnungstagen: Die bäuerliche Einkehr folgt oft der Saison.

Unsere Empfehlungen

Auf einem Hof bleiben. Ein paar Nächte auf einem bewirtschafteten Bauernhof geben dem Aufenthalt einen anderen Rhythmus. Bei „Roter Hahn“ finden sich kleine Betriebe in unterschiedlichen Landschaften, vom Obsthof bis zum Bergbauernhof. Es lohnt sich, nachzufragen, was auf dem Hof erzeugt wird und wie Gäste den Alltag dort erleben können.

Einen Schankbesuch einplanen. Buschenschank und Hofschank sind gute Adressen für Südtiroler Küche mit engem Bezug zur Landwirtschaft. Die Broschüre „Bäuerlicher Feinschmecker 2026/27“ stellt 19 Einkehradressen vor. Wer eine davon zum Ziel eines Spaziergangs macht, gibt dem Essen die Zeit, die es verdient.

Bei St. Prokulus anhalten. Die kleine Kirche bei Naturns mit ihren Fresken verlangt keinen langen Umweg, wohl aber einen Besuch ohne Eile. Vor der Fahrt die aktuellen Besichtigungszeiten prüfen.

Dem Schlern Zeit geben. Nicht jeder Ausflug dort muss auf einen Gipfel führen. Schon ein Weg am Fuß des Berges lässt Raum für die Dörfer und die bewirtschaftete Landschaft, die neben der großen Aussicht leicht übersehen werden.

In Dorf Tirol ausruhen. Das Hotel Laurin eignet sich für Gäste, die Wanderungen, einen Golftag und freie Stunden auf dem Balkon miteinander verbinden möchten. Die drei Themenwege rund um Dorf Tirol bieten kürzere Ausflüge zu Äpfeln, Wein und Geschichte. Danach darf ein gutes Buch durchaus Vorrang haben.



Bitte lächeln, Sie erholen sich

Früher fuhr man nach Südtirol, um Ferien zu machen. Heute reist man an, um ein Programm zu erfüllen. Um sieben Uhr Sonnenaufgang, um acht regionales Frühstück, um neun achtsames Wandern. Mittags wartet die authentische Marende. Sie ist sorgfältig fotografiert, bevor jemand den Speck anschneiden darf.
Der Urlauber von heute hat es schwer. Er soll die Natur genießen, ihre Wirkung auf seine seelische Gesundheit dokumentieren und dabei mindestens zehntausend Schritte sammeln. Er soll spontan sein, braucht dafür aber eine Reservierung. Er soll abschalten und muss vorher prüfen, ob das WLAN auf der Alm reicht.

Besonders tapfer kämpft er mit dem Sonnenuntergang. Der findet nämlich nicht statt, wenn sein Zeitplan es vorsieht. Auch die Wolken halten sich an keine Buchungsbestätigung. Wer Pech hat, sitzt eine Stunde vor dem Berg und sieht bloß einen Berg. Einen richtigen, großen Berg. Ohne Alpenglühen, ohne dramatische Musik, ohne das Gefühl, gerade sein Leben verändert zu haben. Eine Zumutung.

Im Hotel geht die Arbeit weiter. Ausruhen allein genügt nicht. Der Gast soll richtig ausruhen, tief schlafen, bewusst atmen und am nächsten Morgen messbar erholt sein. Wer auf dem Balkon einfach ein Buch liest, verschenkt möglicherweise wertvolle Minuten persönlicher Entwicklung. Und wer dabei einschläft, hat die Achtsamkeitsübung nicht einmal zu Ende gebracht.

Schlimmer noch: Auf einem Bauernhof könnte jemand tatsächlich arbeiten, während der Gast frühstückt. Eine Wiese mäht sich nicht von selbst. Der Käse reift ohne Publikum. Selbst die Henne legt ihr Ei, wann es ihr passt. So viel Eigenwillen hätte man von einem sorgfältig geplanten Urlaubsziel nicht erwartet.

Vielleicht sollten wir Südtirol eine letzte Chance geben. Ohne Liste. Ohne Anspruch auf Offenbarung hinter jeder Kurve. Wir könnten irgendwo einkehren, etwas bestellen und es essen, solange es warm ist. Das Telefon bleibt in der Tasche. Niemand erfährt, wie ausgezeichnet wir uns dabei fühlen.

Außer uns. Und genau das wäre der Skandal.

Impressum

Herausgeber
Gottfried Pattermann
Herausgegeben in
D-84056 Rottenburg an der Laaber
Redaktion und Verlag:
Verlag
Mein Sehnsuchtsland - erscheint im
Tipps Medien und Verlag UG
(Haftungsbeschränkt)
Amtsgericht Landshut HRB 9946
Redaktion
Friedhofstr. 3 a, 84056 Rottenburg an der Laaber
Telefon: +49 (0)8781-2034048
Email: redaktionsverbund@tipps-media.eu
Internet:www.tipps-media.eu
Leitender Redakteur:
Gottfried Pattermann, gop.
Mitarbeit:
Aniko Berkau
Angela Berg
Barbara Kagerer/bk
Daniel Jauslin, Schweiz/dja
Georg Berg
Gerhard Willibald Prechtinger/gwp
Melitta Kiss/mek
Philip Duckwitz
Willi Walter /wiw

Fotonachweis:
Umschlagseite : Herbst im Eggental
Bild von Fabian Müller-Klug auf Pixabay

Alle Texte und Bilder unterliegen dem Urheberrecht. Die Bilder enthalten den entsprechenden Copyright-Vermerk.

Jede Kopie bedarf der Genehmigung des Urhebers/Rechteinhabers
Dieses Heft ist kostenlos - aber nie umsonst

