

## 350 Kilometer Wald- und Wanderglück

*Auf dem „Salzburger Almenweg“ lässt man den Alltag ganz einfach im Tal zurück*

**Der „Salzburger Almenweg“ ist einer der schönsten Weitwanderwege in den Alpen: Auf 350 Kilometern und in 31 Etappen führt er zu 120 Almen im Salzburger Pongau. Der Weg ist bestens beschildert und folgt der Spur des „Blauen Enzians“ von Hütte zu Hütte. Alle 25 Orte im Salzburger Pongau sind zugleich Talorte: Von hier aus führen sprichwörtlich alle Pfade nach oben auf die Almen. Quellfrisches Wasser und grüne Wälder gehören zu den ständigen Begleitern: Sie versprechen im Sommer erfrischende Abkühlung und bieten zu jeder Jahreszeit ein sinnliches und zugleich gesundheitsförderndes Wander- und Naturerlebnis.**

Es sind berühmte Ferienregionen, über die sich der „Salzburger Almenweg“ erstreckt: Er führt durch die Salzburger Sportwelt, übers Tennengebirge, ins Großarlal, durch das Gasteinertal und die Ferienregion Hochkönig, über die Salzburger Sonnenterrasse und nach Obertauern. Von überall können Wanderer in den Weitwanderweg einsteigen, allerorts auch wieder ins Tal zurückkehren. 120 Almhütten sind so miteinander verbunden und genau dort wird eingekehrt und übernachtet. Wanderer können, müssen aber nicht, zurück ins Tal. Wer sich nach einer längeren Auszeit vom Alltag sehnt, der bleibt einfach oben: In dieser sommerlichen Welt der Almen mit ihren Menschen, Tieren und Geschichten.

### **Wald- und Wanderglück: Eine Woche tut dem Körper und der Liebe gut**

Die Wegstrecken am „Salzburger Almenweg“ verlaufen zu 90 Prozent auf über 1.000 Meter Seehöhe und damit unterhalb der Baumgrenze. Das hat viele Vorteile, denn der Wald ist im Salzburger Pongau ein echter Sehnsuchtsort. Die gesunden, hellen Bergmischwälder gelten als grüne Oasen, in denen alle Sinne angesprochen werden. Man vernimmt das Klopfen des Spechtes und das Rauschen der Wipfel, nimmt den Geruch von Moos und Flechten wahr und entdeckt so manche Nascherei am Wegesrand: Walderdbeeren oder Himbeeren dürfen natürlich auch gepflückt werden. Der Wald gilt als echter Glücksgarant, verspricht Abkühlung im Sommer und unvergessliche Erlebnisse rund ums Jahr. Mittlerweile ist wissenschaftlich erwiesen, dass der Naturraum „Wald“ sich positiv auf Körper und Psyche auswirkt. Mediziner empfehlen, sich regelmäßig und über eine längere Zeit – also zumindest eine Woche lang – im Wald und in der Natur zu bewegen. Gut soll das auch für die Liebe sein: Es wurde nachgewiesen, dass sich Paare nach einem gemeinsamen 9-tägigen Bergurlaub für 240 Tage über eine signifikant bessere Beziehungsqualität freuen dürfen.

### **31 Etappen für unterschiedliche Bedürfnisse – leicht, schwer oder mit Hund**

Die Etappen sind so abwechslungsreich wie unterschiedlich im Schwierigkeitsgrad. Die kürzeste Etappe ist nur fünf Kilometer lang und kann in rund 90 Minuten absolviert werden. Für die anspruchsvollsten Etappen mit 21 Kilometern benötigt auch ein trainierter Wanderer bis zu neun Stunden Gehzeit. Zudem können Etappen mit einer zusätzlichen Gipfeltour kombiniert werden. Auf der übersichtlich gestalteten Internetseite [www.salzburger-almenweg.at](http://www.salzburger-almenweg.at) finden „Genussesser“, „Kräutersammler“ und „Panoramafreaks“ genau jene Etappen und Almhütten, die ihren Ansprüchen aufs Beste entsprechen. Zudem finden sich hier zahlreiche Variantenvorschläge für die individuelle Routenplanung. Auch Hunde sind auf dem „Salzburger Almenweg“ herzlich willkommen: Auf welchen

**SalzburgerLand  
Tourismus GmbH**

Wiener Bundesstraße 23  
Postfach 1  
5300 Hallwang | Salzburg  
AUSTRIA

T +43 662 6688 0  
F +43 662 6688 66

info@salzburgerland.com  
www.salzburgerland.com

#### **PRESEKONTAKT**

**Michaela Obernosterer**  
Chefredaktion PR und  
Contentmanagement

m.obernosterer@  
salzburgerland.com  
T +43 662 6688 77  
M +43 664 8066 8877

**Gernot Hörwertner**  
Unternehmens-  
kommunikation und  
Contentmanagement

g.hoerwertner@  
salzburgerland.com  
T +43 662 6688 75  
M +43 664 8066 8875

**Sabrina Gangl, BA**  
PR- und  
Contentmanagement

s.gangl@  
salzburgerland.com  
T +43 662 6688 76

Hütten man mit Hunden übernachten kann, erfährt man direkt bei den Hüttenbesitzern. Am Arthurhaus am Hochkönig (Etappe Nr. 2) gibt es für Hunde eine eigene Spielwiese samt Schwimmteich und Parcours.

### **Mit der ganzen Familie auf den „Spuren des blauen Enzians“**

Der „Salzburger Almenweg“ ist bestens markiert. Die blaue Blüte des Enzians weist den Weg über die Berge und durch die Wälder. Ein besonderer Anreiz – vor allem für Kinder – ist das Sammeln von Wanderstempeln. Die „Bronzene Wandernadel“ wird bereits ab einer zurückgelegten Etappe verliehen. Den Stempelpass gibt es in allen Tourismusverbänden der Talorte. Zu den besonders familienfreundlichen Etappen zählen die Etappe Nr. 27 zur Moosalm in Filzmoos samt Streichelzoo und Kinderspielplatz. Für noch mehr Abwechslung für die ganze Familie sorgen unterhaltsame Themenwege wie der Weg „Alles Alm“ in Obertauern, „Flori's Erlebnispfad“ in Flachau oder die beiden Erlebnisberge „Geisterberg“ in St. Johann-Alpendorf und „Wagrains Grafenberg“ in Wagrain.

### **Almhütten als Zeugnis alpiner Holzarchitektur**

Sie können melken, singen, jodeln, käsen und manchmal sogar zaubern: Die Menschen auf den Salzburger Almen sind ganz besondere Gastgeber und hervorragende Geschichtenerzähler. Sie wissen, wann die beste Zeit ist, um Gämse zu beobachten, kennen die Wetterboten und erzählen die schönsten Sagen und Legenden. Ihnen zuzuhören, bedeutet, in eine längst verschwundene, bäuerliche Welt einzutauchen: Sie kennen die Vergangenheit, sind manchmal große Philosophen und verschließen sich dennoch nicht der Zukunft. Bei ihnen einzukehren und ihren Arbeitsalltag kennenzulernen, ist ein erdendes Erlebnis: Hier treffen Wanderer auf Jäger, Holzarbeiter und Förster. Denn die Alm ist ein wichtiger Treffpunkt in den Bergen: Sie ist eine uralte Kulturlandschaft, die Hütten wiederum sind ein wunderbares Zeugnis altüberlieferter alpiner Holzarchitektur. Zu den besonders urigen Hütten zählen u.a. die Tauernkarleitenalm in Obertauern mit der über hundert Jahre alten Rauchkuchl, die 150 Jahre alte Präau Hochalm in Dorfgastein mit der „Flitterwochen-Suite“ und den Aussteigerkammerln sowie die Weissalm mit offener Feuerstelle in Großarl.

### **Beste Schmankerl von der Alm und aus den Wäldern**

Wer wandert, der hat auch Hunger: Welch' ein Glück, dass es auf den Salzburger Almen Tradition hat, Wanderer mit besten, hausgemachten Produkten zu verköstigen. Die Milch der Kühe wird gleich an Ort und Stelle und nach überlieferter Manier verarbeitet: Zu würzigem Graukäse, Bergbauernmozzarella oder Knetkäse. Oft wird auch das Brot auf der Alm gebacken, aus Holunder wird Sirup oder ein süßes Koch hergestellt, aus Vogelbeeren und Zirbenzapfen Schnaps gebrannt. Der Speck stammt vom eigenen Hausschwein oder von einem Hirsch, der in der Nähe erlegt wurde. Die Bauernkräpfen werden im Butterschmalz herausgebacken und mit selbst gepflückten und eingekochten Preiselbeeren serviert. Aus jungen Baumtrieben wird Fichtenwipfelhonig hergestellt und aus Heidelbeeren werden Schwarzbeernocken gezaubert. Der Wald und die Alm liefern den ganzen Sommer über die besten Zutaten: Regional und saisonal!

Eine Besonderheit können Wanderer im Großarlal entdecken: Die „Großarlal Almgeheimnisse“ versprechen auf jeder Hütte ein spezielles Gericht wie etwa Kasnocken oder Bauernbratl.

### **Pauschale: Alm-Erlebnistage im Großarlal**

Die 3-tägige Wanderung im Großarlal lädt dazu ein, das Leben der Sennleute auf der Alm kennenzulernen. Entlang ihres Weges werden Wanderer von Sagen und Geschichten begleitet. In der Pauschale inkludiert sind 2 Übernachtungen mit Halbpension im \*\*\*Hotel im Großarlal, 2 Übernachtungen mit Almfrühstück auf Almhütten, eine Almsommerjause, sowie das Wandertaxi zum Ausgangspunkt der Tour.

Buchbar ist das Arrangement von Mitte Juni bis Ende September 2019 ab € 221,- pro Person im Doppelzimmer.



Info: Tourismusverband Großarl | Gemeinestraße 6 | 5611 Großarl | T +43 6414 281 | [www.grossarl.info](http://www.grossarl.info)

**Arrangement: Wandern in Filzmoos**

Um einen längeren Teil entlang der Spur des „Blauen Enzians“ zu absolvieren, bietet es sich an, ein paar erholsame Tage in den Bergen zu verbringen.

In diesem Paket inklusive sind 2 Übernachtungen mit erweitertem Frühstück in der gebuchten Kategorie, 2 Abendessen im Rahmen der Halbpension bei Buchung der Kategorie ‚Hotel‘, eine Hüttenübernachtung auf der Hofpürglhütte, ein Hüttenschlafsack, eine Wanderkarte samt Tourenbuch für das Wandergebiet Filzmoos, die freie Benutzung des Filzmooser Wanderbusses und die freie Benutzung der Wellnesseinrichtungen im Haus bei Buchung der Kategorie ‚Hotel‘. Buchbar ist die Pauschale von 15. Juni bis 15. September 2019 ab € 119,- pro Person in der Frühstückspension, ab € 189,- pro Person im Hotel.

Info: Tourismusverband Filzmoos | Nr. 50 | 5532 Filzmoos | T +43 6453 8235 | [www.filzmoos.at](http://www.filzmoos.at)

Informationen zum Salzburger Almenweg:

SalzburgerLand Tourismus | Wiener Bundesstraße 23 | 5300 Hallwang | T +43 662 6688-0 | [info@salzburger-almenweg.at](mailto:info@salzburger-almenweg.at) | [www.salzburger-almenweg.at](http://www.salzburger-almenweg.at)