

# Urlaubszeit ist Kaiserzeit

Die Natur entdecken, wo andere nur durchfahren:  
Im Tiroler Unterland bieten Berge, Täler, Flüsse, Wälder  
und Badeseen alles, was Erholungssuchende brauchen.

**N**ur Menschen aus Nordeuropa, die noch nie in den Sommerferien mit dem Auto nach Italien gefahren sind, kennen das nicht: Stau am Brenner. Diesen Menschen sei versichert, sie verpassen nichts. La Dolce Vita in Italien ist auch schön, aber warum der Stress mit dem Stau? Ziemlich genau in der geografischen Mitte zwischen München und dem Alto Adige (Südtirol) liegt Kufstein am Inn, die Grenzstadt zwischen Bayern und Tirol. Man erkennt sie an der erhabenen Festung aus dem 12. Jahrhundert, die auf einem 90 Meter hohen Felsen am Innufer emporragt. Kufstein nennt man auch das Tor der Alpen und es ist mit 20 000 Einwohnern nach Innsbruck die zweitgrößte Stadt Tirols. Das österreichische Bundesland ist aufgeteilt in Oberland und Unterland. Letzteres hört sich recht tief und flach an. Doch das täuscht. Die Kitzbüheler Alpen gehören hier ebenso dazu wie das Kaisergebirge, dessen Gipfel bis zu 2 400 Meter hoch liegen. Die Berge im Oberland hinter Innsbruck wie zum Beispiel die Ötztaler Alpen sind noch höher und schroffer, die Landschaft dafür weniger lieblich, wald- und seenreicher als im benachbarten Unterland. »Wie die Landschaft, so die Menschen«, erklärt eine lebenslustige Wanderführerin aus dem Unterland: »Von oam Unterländer kriegst eher a Kind als von oam Oberländer a Busserl.« Damit will sie wohl auf den eher verschlossenen Charakter der Oberländer hinweisen.

Übernachtet man im Kufsteinerland oder im benachbarten Alpbachtal – beides Tiroler Unterland –, erhält man automatisch eine Touristen-Card, die viele Vergünstigungen bietet: kostenlose Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel, Stadt-, Natur- und Wanderführungen, freier Eintritt in Museen, Sennereien, Schau-Imkereien und Kräutergärten. In den Sommermonaten darf man mit dem Kaiserlift ins Naturschutzgebiet Kaisergebirge oder im Alpbachtal mit der Gondelbahn in Alpbach oder Reith i. A. fahren. Die Hartgesottene nehmen den Weg hoch ins Gebirge gleich per pedes. Auf den Pendling, den Kufsteiner Hausberg, schaffen auch Ungeübte den Aufstieg in anderthalb Stunden. Belohnt wird man mit einem grandiosen Blick über das Inntal und die umliegenden Gebirgsketten. Wer Ruhe im oder am See sucht, findet sie bei kurzen Wanderungen durch wunderschöne Wälder, in denen sich verwunschene Naturseen verbergen, die sich im Sommer leicht auf

**Traumhaftes Tiroler Unterland:**  
Reith im Alpbachtal mit dem Reither See  
(oben), Schwertlilien am Längsee (Mitte)  
und der Blick vom Kaiserlift ins Inntal (unten).



## Kufsteinerland und Alpbachtal

### Umweltbewusste Anreise

ICE nach München, ab dort 70 min mit der Zuglinie Meridian Richtung Innsbruck bis Kufstein.

### Übernachten und Essen für Gesundheitsbewusste

**sonnhof-ayurveda.at** Ayurveda Resort Sonnhof, Hinterthiersee; vegetarische, vegane und Fischgerichte, Yoga- und Meditationsangebote  
**pirchnerhof.at** Hotel Pirschner Hof, Reith im Alpbachtal; Kräuterküche nach Hildegard von Bingen, Außen- und Innenpool

### Übernachten und Essen für Traditionsbewusste

**auracher-loechl.at** Gasthaus Auracher Löchl in Kufstein  
**kaiserhaus.eu** Kaiserhaus an der Kaiserklamm; mit Erlebnisspielgarten für Kinder  
**blaequelle.at** Gasthof Blaue Quelle, Erl; ausgezeichnet von Gault Millau und Slow Food, mit eigener Hausquelle

### Sonstige Tipps

**hatzenstaedt.at** Bio-Sennerei Hatzenstädt mit eigenem Milchflirt und Öko-Kultur-Weg  
**tirolerbienenalm.at** Bio-Imkerei Tiroler Bienenalm  
**hildegardgarten.info** Schaukräutergarten nach Hildegard von Bingen in Reith im Alpbachtal  
**riedel.com** Tiroler Glashütte Riedel, wo man zusehen kann, wie Weingläser in Handarbeit hergestellt werden

25 Grad erwärmen. Wer's kühler mag an heißen Tagen, wandert die pittoreske Kaiserklamm, eine Wildwasserschluht, entlang des Gebirgsflusses Brandenberger Ache im ruhigen Brandenberg (Region Alpbachtal). Beliebt auch bei Wildwasser-Kanuten, die allerdings geübt sein sollten. Unerschrockene Wasserratten können sich in einem geliehenen Neoprenanzug durchs Wildwasser treiben lassen. Das erfrischt!

Glücklich und erschöpft vom Wandern, Haflinger-Reiten, Klettern oder Wassersport stärkt man sich mit einem zünftigen Tiroler Jausenbrettel, das mit regionalen Käsen, Tiroler Schinken und diversen Brotaufstrichen bestückt ist. Wer so richtig viele Kalorien verbraucht hat, gönnt sich eine Pfanne Tiroler Gröstl: Zwiebeln, Bratkartoffeln, gewürfeltes Rind- oder Schweinefleisch mit Spiegelei. Vegetarier sollten die typischen Tiroler Pressknödel probieren.

Österreich gehört weltweit zu den Spitzenreitern in der Bio-Landwirtschaft. Jeder fünfte Hektar wird biologisch bewirtschaftet. Kein Wunder also, dass man nach frischem Obst und Gemüse in bester Bio-Qualität aus regionaler Erzeugung nicht lange suchen muss. Und neben Kaisertal, Kaisergebirge und Kaiserklamm gibt es für Leckermäuler fast überall auch Kaiserschmarrn. *SUS*



Weitere Auskünfte, Karten und Infomaterial für Wanderungen:  
**kufstein.com**, Telefon +43 5372 62207  
**alpbachtal.at**, Telefon +43 5337 21200

**lavera**  
NATURKOSMETIK

Das Schöne an  
natürlicher Haarpflege?  
Die vielen Glücksstrahlen.



Intensive Haarpflege mit wertvollen Bio-Inhaltsstoffen für die Bedürfnisse von trockenem, feinem und feuchtigkeitsarmem Haar. Stärkt die Haarstruktur, reinigt und repariert kaputte Haarstellen gezielt – für natürlich schönes Haar.



100% zertifizierte  
Naturkosmetik

lavera. wirkt natürlich schön.