

Kufsteinerland, dal Tirolo si apre un mondo

Abitato da paesaggi meravigliosi, laghi, valli e paesi idilliaci. Attraversato da storia, musica e tradizioni che sanno di buono. Per vivere attivamente questa regione tirolese c'è il programma settimanale outdoor gratuito, che spazia dallo sport, alla cultura fino al benessere. E per chi volesse di più, ci sono le prime colazioni in montagna e le escursioni guidate da esperti geologi e botanici, per conoscere a fondo i segreti della riserva naturale e protetta del Kaisergebirge.

Ogni giorno gli ospiti della regione accedono a tante iniziative, gratuite e guidate, su richiesta in lingua italiana, che invitano a rifugiarsi nella natura del Kufsteinerland o a esplorarne cultura e tradizioni. Dalle escursioni tematiche e didattiche, alle sessioni di Yoga, Tai Chi e Qi Gong per combattere lo stress, fino all'ampia varietà di sport (ciclismo, arrampicata, mtb, sport acquatici ecc). Le escursioni incluse nel programma settimanale sono di media e facile percorrenza, della durata circa di tre ore. Conducono alla scoperta di bellezze e risorse naturali come, ad esempio, la gola Glemmbachklamm. Il lago di Thiersee è il posto giusto per fare una **passeggiata rilassante** con Helmut Payr (specialista dell'energia umana) e per fare **yoga al mattino presto**. Inoltre si viene a conoscenza delle proprietà benefiche di piante selvatiche lungo il sentiero delle erbe, fino ad arrivare al giardino della fitoterapeuta Christine, che insegna come utilizzarle per fini curativi. Chi vuole vivere una profonda esperienza sensoriale può percorrere il **sentiero della forza e delle fonti**, che porta in alcuni luoghi centri energetici, da cui si trae forza dalla natura. Anche le discipline del lontano oriente, come **Qi Gong e Thai Chi**, praticate negli scenari naturalistici del Kufsteinerland, migliorano la respirazione, stimolano la concentrazione, aiutano a ritrovare l'equilibrio e ad accrescere la propria energia. Una fresca escursione per tutta la famiglia è quella ai **quattro laghi** (Pfrillsee, Längsee, Egelsee e Hechtsee), mentre, per chi ama l'alta montagna, da Thiersee parte la **gita al monte Pendling** (2543 metri). Qui, la magnifica vista, che si estende dalla valle dell'Inn a tutta la riserva del Kaisergebirge fino alla Baviera, e il ristorante di montagna Kufsteinerhaus, ripagano di ogni fatica. Tra le iniziative più amate non mancano quelle gastronomiche, dalle distillerie agli apicoltori, oltre a quelle culturali, come la visita della città medioevale di Kufstein (anche serale con le lanterne) o del piccolo paese di Erl, dove presso il teatro Festspielhaus si tiene la più grande rassegna di concerti e opere liriche del Tirolo. Il prestigio di questo festival si palesa da sé per la caratura degli eventi e degli artisti internazionali, **ad esempio il 22 agosto sarà ospite l'orchestra sinfonica di Shanghai, diretta dal maestro Lang Yu**. Infine, il villaggio di Ebbs offre il centro equestre mondiale di cavalli haflinger **Fohlenhof Ebbs**, un must per tutti gli appassionati di cavalli e non solo.

Colazioni in montagna: una sveglia che mette fame di avventura.

Chi si avventura al mattino presto tra montagne tirolesi del Kufsteinerland, viene ricompensato da un'esperienza culinaria che mette sul piatto tutta la bontà e genuinità del Tirolo. Circa **venti baite e rifugi**, nella riserva naturale di Zahmer e Wilder Kaiser, offrono **agli escursionisti della prima ora**, un'abbondante **prima colazione con prodotti e specialità locali**, con vista su paesaggi naturali mozzafiato. Così ecco che, mentre la natura si risveglia, i primi raggi del sole irradiano i profili delle nuvole sparse e a valle la città fortificata e gli otto pittoreschi villaggi ancora dormono, poco prima di arrivare a destinazione, si può già sentire l'odore del caffè e il richiamo della felicità.

Più sensibili con gli esperti

L'associazione Verein Natopia, alcuni membri della guardia forestale austriaca e i ricercatori dell'Università di Innsbruck sono i promotori competenti del nuovo progetto Naturerlebnis Kaisergebirge, che vuole esaltare l'ampia gamma di rarità e bellezze della riserva naturale del Kaisergebirge attraverso **17 diverse escursioni guidate**. L'apprendimento è garantito, esplorando e divertendosi. Alcune esperienze sono di tipo ludico, come ad esempio la caccia al tesoro con dispositivi geocaching, altre sono esperienziali sui temi di flora, fauna e geologia, mentre altre ancora sono volte al benessere e al rilassamento nella natura. Le escursioni guidate sono in tedesco e in inglese e tutte hanno come punto di partenza il Kaiser lift, uno degli ultimi impianti monoposto rimasti intatti in Tirolo, da cui si può facilmente partire per esplorare le montagne Kaiser.

Kaisertal, bella e solitaria

Il Kufsteinerland offre circa 1000 km di sentieri ben segnalati tra la riserva naturale del Kaisergebirge fino alle cime del Wilder Kaiser. Alcuni di questi percorsi attraversano il paradiso naturalistico della valle Kaisertal che, situata tra il Wilder e lo Zahmer Kaiser, rappresenta uno dei paesaggi più amati della regione per l'amenità e la purezza dei suoi luoghi. Uno di questi percorsi è quello dello Stripsenjoch, lungo 23 km. Il punto di partenza è il parcheggio Kufstein Sparchen e la destinazione il rifugio Stripsenjochhaus (a 1.580 metri). La particolarità di questo itinerario sta nel superare all'inizio ben 280 scalini che un tempo erano l'unica via di ingresso alla valle. Sul sentiero si incontrano inoltre tre ottimi rifugi: il Veitenhof, l'Hinterbärenbad e l'Hans-Berger Haus.