



# wild & frei

LECHTAL MAGAZIN

LECHTALER LEBENSART

**Mehr Raum für  
das Wesentliche**

KULTUR & TRADITION

**Die Trachten des  
Lechtals**

LEBENSSPUR LECH

**Der Lechweg**



Die vier Regionen des Außerfern/Bezirk Reutte



Liebe Leserin!  
Lieber Leser!

Nachhaltigkeit beginnt dort, wo bewusst gelebt wird

Das Lechtal ist kein Ort für schnellen Konsum. Es ist ein Tal der Jahreszeiten, der Begegnungen und der echten Werte. Wer hier unterwegs ist, spürt rasch: Nachhaltigkeit ist im Lechtal kein Trendbegriff – sie ist gelebter Alltag. In den Betrieben, auf den Almen, entlang der Wanderwege und in vielen kleinen Entscheidungen, die das Leben hier prägen. Mit der dritten Ausgabe von wild & frei soll genau diese Haltung sichtbar werden.

Ein Magazin, das bleiben darf

Auch diese Ausgabe versteht sich nicht als schnelle Momentaufnahme, sondern als Einladung zum bewussten Entdecken. Sie erzählt von Menschen, die Verantwortung übernehmen. Von Gastgebern, die Regionalität leben. Von Handwerk, das Wissen bewahrt. Von Natur, die Raum zum Durchatmen schenkt.

Nachhaltigkeit zieht sich dabei wie ein roter Faden durch das gesamte Magazin – mal sichtbar, mal zwischen den Zeilen. Sie zeigt sich in regionalen Kreisläufen, in sanftem Tourismus, in echter Qualität und in der Wertschätzung für das, was bereits vorhanden ist.

Das Lechtal – ursprünglich und zukunftsorientiert

Gerade in einer Zeit, in der vieles schneller, lauter und austauschbarer wird, gewinnt das Ursprüngliche an Bedeutung. Das Lechtal beweist, dass Fortschritt und Naturverbundenheit kein Widerspruch sein müssen. Hier entstehen Ideen mit Weitblick – getragen von Menschen, die ihre Heimat nicht nur bewahren, sondern aktiv gestalten.

Dieses Magazin möchte inspirieren, entschleunigen und dazu einladen, genauer hinzusehen: auf Landschaften, Geschichten und Begegnungen, die lange nachwirken.

Dein Lechtal Tourismus



Ausgabe 3/2026 – Impressum

Herausgeber, Medieninhaber und für den Inhalt verantwortlich:

Lechtal Tourismus, 6652 Elbigenalp, Dorf 46, Tel. +43 5634 5315, www.lechtal.at

Konzept, Layout und Gestaltung: kreatur.work | Text: Lechtal Tourismus/Anja Ginther

Lektorat: Lechtal Tourismus/OpenAI | Englische Übersetzung: deepL Translator

Fotonachweis: Arnold Weißenbach (Titel), Lechtal Tourismus/Ratko.at, Fotoarchiv Lechtal Tourismus/ Gerhard Eisenschink, Naturpark Tiroler Lech/Natopia, Verein Lechweg/Boxfish/Gerhard Eisenschink, kreativ instinkt, Christoph Moosbrugger, Courtesy Christine Gottloeber / Foto Tom Garrecht, Simone Knitel, Evelyn Friedle (privat), Andrea Friedle (privat), Sennlich/Fotograf Emanuel Sutterlüty, Martin Fiala mafia-photography.com, Lebensspur Lech/ Verein Lechweg, Alpe Kaisers

Gendergerechtes Schreiben erfordert Kompromisse. So sind die bisher üblichen Begriffe wie Ranger, Guide, Besucher, Lechtaler, Schüler etc. gleichermaßen weiblich, männlich sowie divers zu verstehen.

Alle Angaben sind nach bestem Wissen erstellt. Für Änderungen vor Ort, fehlerhafte Angaben und daraus resultierende Schäden wird keinerlei Haftung übernommen. Ebenso keine Haftung für Druck- und Satzfehler!

Der Herausgeber dieses Magazins hat sich bewusst für nachhaltige Inhalte entschieden und verzichtet auf die Nennung von Terminen und ähnlichen Informationen in den redaktionellen Texten, um der Schnellebigkeit heutiger Informationen Rechnung zu tragen. Aktuelle Termindetails finden sich in unserer neuesten Servicebroschüre.

The editors of this magazine have deliberately opted for sustainable content and have refrained from mentioning dates and the like in the editorial texts in order to take account of the speed of information. You can find details of current events in our latest service brochure.



Lade dir die aktuellste Servicebroschüre auf dein Smartphone!

Dear readers!

Sustainability begins where life is lived consciously. The Lechtal is not a place for fast consumption. Here, sustainability is part of everyday life — reflected in local businesses, alpine traditions, and a deep respect for nature. With the third edition of wild & frei, we invite you to discover the people, places, and stories that make the valley unique.

At a time when so much is becoming faster and more interchangeable, the Lechtal shows that nature, authenticity, and progress can go hand in hand. wild & frei aims to inspire, slow the pace, and highlight experiences that leave a lasting impression.



INHALT

6-7

ZAHLEN, DATEN & KURIOSES

„Zeit für mehr Raum“

Das Lechtal im Überblick

8-13

LECHTALER LEBENSART

Mehr Raum für das Wesentliche

Näch'gfragt bei Christof Kammerlander

wild & frei



34-37

KULTUR & TRADITION

Die Trachten des Lechtals

Trachten.Werkstatt Außerfern

INHALT



38-43

WINTER IM LECHTAL

Ski Alpin

Lifte im Lechtal

45

UMFRAGE

5 Gründe, warum man das Lechtal nicht vergisst



14-21

SOMMER IM LECHTAL

Fels & Freiheit

Klettern im Lechtal

Näch'gfragt bei Hubertus Lindner



22-25

LEBENS Spur LECH

Der Lechweg

Lechwegschleifen

Näch'gfragt bei Evelyn Friedle

46-49

NATURPARK TIROLER LECH

Die Zukunft beginnt im Staunen



50-51

DIE FREUDE AM NICHTSTUN

Tipps für eine Auszeit



26-28

FAMILIENZEIT

Gemeinsamzeit im Lechtal



29

KUNST IM LECHTAL

Atelier unter freiem Himmel



30-33

KÖSTLICHKEITEN & KOSTBARKEITEN

Aus Milch wird Magie

58-59

ALLES HAT SEINE ZEIT

Im Rhythmus von Mond & Jahreszeit

52-57

LECHTAL INSIDE

Wenn Natur Geschichten erzählt

Erlebnisweg Kaisers

Näch'gfragt bei Andrea Friedle



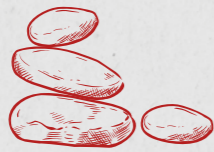
## „Zeit für mehr Raum“

256 Kilometer Lech, ungezähmt und steinreich. Worte, die stolpern lassen und zugleich zum Schmunzeln bringen. Geschichten, die bleiben – von den Schwabenkindern bis zum heutigen Leben im Einklang mit der Natur. Im Lechtal sind Zahlen mehr als Daten: Sie erzählen von Herkunft, von Widerstandskraft und von einem naturgegebenen Bewusstsein für Achtsamkeit. Eine Sammlung aus Fakten und Kuriositäten, die zeigt, wie viel Charakter in diesem Tal steckt.

### FACTS, FIGURES & CURIOSITIES

*'Time for more space' - 256 kilometres of the Lech, untamed and strewn with rocks. Words that make you stumble over them, yet bring a smile to your face. Stories that linger – from the Swabian children to today's life in harmony with nature. In the Lech Valley, numbers are more than just data: they tell of origins, of resilience and of a natural awareness of mindfulness. A collection of facts and curiosities that shows just how much character this valley possesses.*

## Das Lechtal ist steinreich



Schon die Kelten nannten den Wildfluss Lech Likates oder Licus – ein Name, der sinngemäß ‚der Steinige‘ bedeutet und bis heute auf den charakteristischen Kies- und Schotterfluss verweist.

### The Lech Valley is rich in stone

*Even the Celts called the wild river Lech Likates or Licus, which means 'the stony one.'*

## Gesamtlänge Lech 264 km

264 km von seiner Quelle am Formarinsee in Lech a. Arlberg bis zu seiner Mündung in Marxheim a. d. Donau.



### Total length Lech

*264 km from its source at the Formarinsee in Lech a. Arlberg to its mouth in Marxheim a. d. Donau.*

## Zukunft mit Herkunft

### Energie im Einklang mit dem Tal Sonne, Holz & Wasserkraft

Sonne auf dem Dach, Wärme aus regionalem Holz, Strom aus Wasserkraft – die Lechtaler setzen auf Energieformen, die zur Landschaft passen. Nachhaltig gedacht, regional umgesetzt. Für ein Morgen, das so ursprünglich bleibt wie heute.

### Energy in Harmony with the Valley Sun, Wood & Hydropower

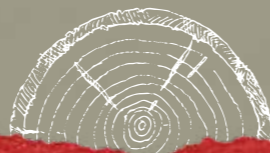
*Solar panels on the roof, heat from regional timber, electricity from hydropower – in the Lech Valley, energy solutions reflect the landscape itself. Locally sourced. Naturally implemented.*

### Vom Garten auf den Tisch Hausgemacht hält länger

Marmelade aus eigenen Beeren, Kräutersalz von der Almwiese, Schnaps aus heimischem Obst und Käse von Lechtaler Kühen und Ziegen – Selbstgemachtes hat im Lechtal Tradition. Kurze Wege, ehrlicher Geschmack und das gute Gefühl zu wissen, woher es kommt.

### From Garden to Table Homemade Simply Lasts Longer

*Jam from homegrown berries, alpine herb salt, fruit schnapps and cheese from local cows – homemade has a long tradition in the Lech Valley. Short distances. Honest flavour. And the comfort of knowing where it comes from.*



## Lechtaler Zungenbrecher

*Lechtalerisch für Anfänger*

### D'r Pfarrer vo Bschlabs hât's B'schteck z'schpat b'stellt!"

*Der Pfarrer von Bschlabs hat das Besteck zu spät bestellt.*

### Lech Vally tongue twisters

*The vicar of Bschlabs ordered the cutlery too late.*

## Lechtaler Schimpfwörter

Im Lechtal wird nicht lange um den heißen Brei geredet. Wenn's passt, passt's. Und wenn nicht, dann findet sich schnell ein Wort, das sitzt. Deftig, direkt und mitunter spöttisch – Lechtaler Schimpfwörter sind oft von Spott getragen und gelegentlich auch despektierlich. Das liegt in ihrer Natur. Auch sie gehören zur Sprache und zum Lechtaler Dialekt. Sie sind Ausdruck von Temperament, Reibung und einem generationsübergreifenden Zusammenleben, in dem nicht immer alles perfekt ist.

*A Potpourri of Lech Valley Swear Words - In the Lech Valley, people speak their mind. If it fits, it fits. And if it doesn't, a fitting word is quickly found. Earthy, direct and sometimes mocking – Lechtal swear words don't mince their words. They are as much a part of the dialect as the mountains and the Lech itself. An expression of temperament and friction – and of everyday life that doesn't always run smoothly.*

### Trimmslâr = Träumer

*Dreamer*

### Pfeifâstierer = Jemand der nichts auf die Reihe bringt.

*Someone who can't get his act together*

### Lâpp = mask. Dodel/Depp, Idiot, dummer Mensch

*Doodle/Idiot, fool, stupid person*

### Frätz = Freches Kind (Einzahl)

*Cheeky child*

EIN KAPITEL, DAS BIS HEUTE NACHHALT

## Die Lechtaler Schwabenkinder

Es ist ein stilles Kapitel der Alpengeschichte – und doch eines, das bis heute nachhallt. Über Jahrhunderte hinweg zogen Kinder aus dem Lechtal jeden Frühling ins Schwabenland, um dort als Arbeitskräfte zu dienen. Armut zwang Familien zu Entscheidungen, die kaum auszuhalten waren: Sie schickten ihre Jüngsten fort – über hohe Pässe, hinein in eine ungewisse Zukunft.

Was diese Kinder erlebten – Heimweh, Härte, frühe Verantwortung, endete nicht mit ihrer Heimkehr im Herbst. Viele trugen das Unsagbare ein Leben lang in sich. Und manches davon wurde weitergegeben. Nicht in Worten, sondern im Schweigen, in Strenge und einem tief verankerte Pflichtbewusstsein.

Dieses transgenerationale Erbe – das Weiterwirken von Not und Entbehrung über Generationen hinweg – hat auch das Lechtal geprägt. Der unbedingte Fleiß, die Widerstandskraft, aber auch eine gewisse emotionale Zurückhaltung wurzeln nicht selten in jener Zeit.

Im Sommer 2026 greift die Geierwally Freilichtbühne dieses Schicksal wieder auf. Dann wird mehr als Geschichte erzählt. Es wird ein kollektives Erinnern angestoßen. Ein Hinschauen und vielleicht auch ein leises Heilen.

### A chapter that still resonates today

*– The Lechtal Swabian Children*

*For centuries, children from the Lechtal valley moved to Swabia to work. Poverty forced families to send their youngest children away. What they experienced – homesickness, hardship and early responsibility – often had a lifelong impact. Much was left unsaid, but passed on. Their fate continues to shape the valley to this day – quietly, but noticeably.*

# Mehr Raum für das Wesentliche

Nachhaltigkeit ist heute in aller Munde. Doch im Lechtal ist sie weit mehr als ein Trend – sie ist gelebte Haltung. Zwischen einem Wildfluss, der sich über 264 Kilometer seinen Weg bahnt, ursprünglichen Bergwäldern und blühenden Almwiesen entsteht ein Lebensgefühl, das aus der Landschaft selbst wächst: achtsam, verantwortungsvoll und mit Blick auf das Morgen.

Zwischen Weite und Bergen entfaltet sich eine stille Kraft – frei, naturverbunden und im Einklang mit dem, was wirklich zählt.



Wo der Lech noch seinen eigenen Weg findet, entsteht eine Landschaft, die nicht gestaltet werden muss – sondern bewahrt werden will.



Mehr zum Thema Nachhaltigkeit



## Nachhaltigkeit beginnt mit einem Schritt

Wer das Lechtal bewusst erleben möchte, braucht nicht viel. Die Anreise mit Bahn und Bus ermöglicht einen entspannten Auftakt – viele Wege im Tal lassen sich mühelos auch ohne Auto entdecken. Mit dem Anreisecoupon wird nachhaltige Mobilität zusätzlich belohnt.

Vor Ort heißt es: ankommen und loslassen. Zu Fuß unterwegs sein, mit dem Rad dem Lech folgen, regional einkaufen, auf einer Alm einkehren oder in kleinen Dorfläden stöbern.

Und vor allem: sich Zeit nehmen. Für die Stille. Für echte Begegnungen. Für Augenblicke, die bleiben. Denn Nachhaltigkeit zeigt sich im Lechtal nicht im Verzicht, sondern in einer bewussten Art des Reisens und Erlebens.

## LECHTALER LEBENSART

### Warum Nachhaltigkeit im Lechtal keine Modeerscheinung ist

Nachhaltigkeit. Ein Wort, das heute überall auftaucht – auf Verpackungen, in Werbekampagnen, in politischen Programmen. Manchmal wirkt es fast wie eine Floskel. Etwas, das gut klingt, aber schwer greifbar bleibt.

Im Lechtal ist das anders. Hier ist Nachhaltigkeit weniger ein Schlagwort als eine Haltung. Eine, die aus der Landschaft selbst entsteht – und aus den Menschen, die hier leben. Eine, die tief verwurzelt ist – so wie der Lech selbst, den schon die Kelten als „den Steinigen“ bezeichneten.

### Eine Landschaft, die Haltung verlangt

Zwischen den Lechtaler und Allgäuer Alpen liegt eine Region, die sich ihre Ursprünglichkeit bewahrt hat. Der Lech, einer der letzten weitgehend unverbauten Wildflüsse der Nordalpen, formt hier eine Landschaft aus Schotterbänken, Auwäldern und alpinen Lebensräumen. Dieses einzigartige Naturgebiet steht heute im Naturpark Tiroler Lech unter besonderem Schutz – ein Raum für Natur, Verantwortung und Zukunft.

Doch diese Landschaft ist mehr als eine Kulisse. Sie ist Heimat für seltene Tier- und Pflanzenarten ebenso wie für die Menschen, die hier wohnen und arbeiten. Wer hier lebt, weiß: Natur ist keine Selbstverständlichkeit. Sie ist Grundlage – und Verpflichtung zugleich.

### Nachhaltigkeit beginnt mit Respekt

Was bedeutet Nachhaltigkeit im Lechtal also wirklich?

Es bedeutet, mit dem zu arbeiten, was da ist – und nicht gegen die Natur. Es bedeutet, Entwicklungen mit Maß zu gestalten. Und es bedeutet auch, manchmal bewusst auf Wachstum zu verzichten, wenn es der Landschaft oder der Lebensqualität schadet.

Es zeigt sich im Kleinen: in Energie aus Sonne, Holz und Wasserkraft, die zur Region

passt. In Lebensmitteln, die direkt aus dem eigenen Garten oder von den Almen kommen. In Wasser, das nicht transportiert werden muss, weil es in höchster Qualität aus den Bergen fließt.

Die Region hat sich deshalb klar positioniert: Qualität statt Quantität. Nicht mehr Gäste um jeden Preis, sondern die richtigen Gäste – Menschen, die Natur erleben wollen, ohne sie zu überfordern. Tourismus wird hier nicht isoliert gedacht. Er ist Teil des Lebensraums. Teil einer Region, in der Landwirtschaft, Handwerk, Natur und Gemeinschaft eng miteinander verwoben sind.



### Ein Leitbild als Kompass

Damit diese Haltung nicht nur ein Gefühl bleibt, sondern Richtung gibt, hat die Region ein gemeinsames Leitbild entwickelt: einen Kompass für die Zukunft des Lechtals. Im Mittelpunkt stehen dabei klare Werte: Natur als Lebensgrundlage, ein respektvolles Miteinander, Raum für Ruhe und Entschleunigung sowie Verantwortung für kommende Generationen. Nachhaltigkeit bedeutet hier nicht nur ökologische Rücksicht, sondern auch soziale und wirtschaftliche Balance.

Konkret heißt das: regionale Wertschöpfung stärken, klimafreundliche Mobilität fördern, Lebensräume schützen und Tourismus so gestalten, dass auch die Lechtaler Bevölkerung davon profitiert.

## LECHTALER LEBENSART

### Weniger Belastung, mehr Zukunft

Gerade in Zeiten des Klimawandels und wachsender Besucherströme in den Alpen ist dieser Weg nicht selbstverständlich. Doch das Lechtal hat sich bewusst dafür entschieden.

Nicht Wachstum um jeden Preis, sondern Entwicklung mit Maß. Nicht lauter, größer, schneller – sondern bewusster. Oder wie es im Leitbild formuliert ist: Mehr Zukunft durch weniger Belastung.

### Ein Tal mit Geschichte

Diese Haltung kommt nicht von ungefähr. Sie ist gewachsen – über Generationen hinweg – auch aus Erfahrungen, die prägen. Die Geschichte der Schwabenkinder ist ein stilles Kapitel dieser Region. Sie erzählt von Entbehrung, von Verantwortung und von einer Widerstandskraft, die bis heute spürbar ist. Werte, die über Generationen weitergetragen wurden – im Denken, im Handeln, im Miteinander.

Selbst im Dialekt, in den oft rauen und direkten Worten, im Humor und in den kleinen Eigenheiten des Alltags zeigt sich diese Haltung.

### Ein Lebensraum für Menschen

Am Ende geht es um mehr als Tourismus. Es geht um einen Lebensraum.

Ein Tal, in dem Menschen gerne leben. In dem Tradition und Zukunft zusammengehören. In dem Gäste willkommen sind, weil sie Teil dieses Miteinanders werden können – für eine Zeit, für einen Urlaub, vielleicht auch für eine neue Perspektive.

Nachhaltigkeit im Lechtal bedeutet deshalb nicht Perfektion.

Sie bedeutet Aufmerksamkeit. Verantwortung. Und den Mut, das zu bewahren, was diesen Ort so besonders macht.

Nur wer bewahrt, was ihn stark macht, sichert sich auch die Zukunft.



Wenn der Winter einkehrt, bleibt das Wesentliche: ein Leben im Rhythmus der Natur – beständig, reduziert, echt.

### A Lech Valley worth loving and living in

Sustainability is often seen as a buzzword, but in the Lech Valley it is a way of life. Shaped by one of the last wild rivers in the Northern Alps, the region has preserved its natural character. Here, nature is not a backdrop but a living space for people, animals and plants.

Sustainability means working with nature, not against it. It is reflected in regional energy sources, local food production and the conscious use of resources. Development follows a clear principle: quality over quantity.

Tourism is part of the local ecosystem and respects the balance between nature, economy and community.

Guided by shared values, the region focuses on protecting habitats, strengthening local value and ensuring long-term balance. This approach, shaped over generations, shows that sustainability is not about perfection, but about responsibility, awareness and preserving what truly matters.



**Wild, rau und doch vertraut – der Alperschonbach bahnt sich seinen Weg durch das ursprüngliche Seitental Madau und erfüllt die stille Bergwelt mit jenem Rauschen, das Lieder und Theaterstücke zu inspirieren vermag.**

## Leben im Lechtal

Es gibt Menschen im Lechtal, die mehr sind als nur Teil dieser Landschaft. Sie sind ihr Echo. Ihr Rhythmus. Ihr Klang. Christof „Rissi“ Kammerlander ist einer von ihnen.

Wer ihm zuhört – seinen Liedern, seinen Geschichten, seinen Gedanken – der spürt schnell: Hier spricht keiner, der sich Inspiration holen muss. Hier spricht einer, der sie lebt. Tag für Tag. Zwischen Bergwald und Bühne, zwischen Theatertext und Gitarrensaite, zwischen dem leisen Murmeln eines Baches und dem großen Auftritt unter freiem Himmel.

„Rissi“ ist ein Freigeist im besten Sinne – Künstler, Musiker, Autor. Und vor allem: ein Lechtaler aus tiefstem Herzen.

*Christof „Rissi“ Kammerlander embodies the Lech Valley like no other. As a musician, author and artist, he draws his inspiration not from afar, but from life in the valley itself – from nature, the sounds of the landscape and encounters with people. His songs and lyrics emerge organically, shaped by the moments and moods that surround him.*

*Whether on stage or in the music he makes with his band – his work is never self-promotion, but an expression of community, history and lived identity. His theatre work in particular highlights how important it is to him to bring the past to life and connect it with the present.*

*Rissi's life and work reflect the central ethos of the Lech Valley: sustainability as a lived connection between people, nature and heritage. Rooted in the region yet free in his thinking, he embodies a form of creativity that grows out of what already exists.*

*He is thus less a traditional artist than a symbol of the Lech Valley itself – authentic, independent and deeply connected to his homeland.*

**Tipp:**

**Wer das Lechtal verstehen will, sollte ihm zuhören.**

Die Band Lechufer, aus einem Freilichtbühnenstück im Tal entstanden, trägt diesen Klang weiter – im Dialekt, in Geschichten, in Melodien, die berühren.

Christof „Rissi“ Kammerlander ist Teil davon.

Gemeinsam entstehen Lieder, die nicht inszeniert wirken, sondern gewachsen sind – aus dem Leben, aus der Landschaft, aus dem, was hier zählt.

Am eindrucksvollsten entfalten sie ihre Wirkung dort, wo ihre Geschichten ihren Ursprung haben: am Lechufer, zwischen Berggipfeln und weitem Himmel. Denn manchmal erzählt ein Lied mehr über ein Tal als tausend Worte.

*Der Sound  
zum Lechtal* →



*näch'gfragt*

## CHRISTOF „RISSI“ KAMMERLANDER Musiker und Lebenskünstler

### Wo Natur zur Melodie wird

Das Lechtal ist ein Naturjuwel. Der Lech, einer der letzten Wildflüsse. Im Lechtal beginnt vieles nicht mit einem Plan, sondern mit einem Gefühl. So auch bei Christof Kammerlander. Seine Lieder entstehen nicht am Reißbrett – sie wachsen. Still, fast unbemerkt. Manchmal aus einer einzigen Zeile. Manchmal aus einem Moment, der berührt.

Oft ist es der Alperschonbach, dieses wilde, stetige Rauschen, das ihn begleitet. Ein Klang, der bleibt. Der trägt. Der inspiriert.

Hier zeigt sich, was Nachhaltigkeit im Lechtal wirklich bedeutet: nicht als Konzept, sondern als Verbindung. Zwischen Mensch und Natur. Zwischen Wahrnehmen und Weitergeben. Zwischen dem, was da ist – und dem, was daraus entsteht.

„Ich scheine diesen Sound zu brauchen“, sagt er. Vielleicht ist es mehr als das. Vielleicht ist es genau dieser Sound, der ihn und seine Arbeit prägt – ehrlich, unverfälscht, gewachsen.

### Geschichten, die bleiben

Auch auf der Geierwally Freilichtbühne wird diese Haltung spürbar. Wenn „Rissi“ gemeinsam mit seinem Team Stoffe aus der Lechtaler Geschichte aufgreift, geht es nie nur um Unterhaltung. Es geht um Erinnerung, um Identität und darum, das weiterzutragen, was dieses Tal ausmacht.

Als Autor – gemeinsam mit Bernhard Wolf – hat er mehrere Stücke geprägt und ihnen seinen eigenen Ton verliehen.

Mit „Die reiche Lisabeth“ wurde eine Figur wieder sichtbar, die für Menschlichkeit und Großzügigkeit stand. „Die Lechtaler Herrgottschnitzer“ (2024) erzählt von Kunst, Verlust und den Spuren des Krieges rund um Benno Bischof und die Schnitzschule in Elbigenalp. Und „Anton Falger – Der Vater des Lechtals“ (2025) widmet sich einem Visionär, dessen Wirken das Tal bis heute prägt.

In all diesen Geschichten wird Vergangenheit nicht konserviert, sondern lebendig erzählt.

Dass solche Stoffe heute wieder auf die Bühne kommen, ist kein Zufall. Es zeigt: Zukunft entsteht dort, wo Herkunft ihren Platz hat.

### Gemeinschaft statt Inszenierung

Auch musikalisch lebt „Rissi“ diesen Gedanken weiter. Als Teil der Lechtaler Band Lechufer entstehen Lieder, die nicht nur gehört, sondern gefühlt werden. Im Miteinander. Im Austausch. Im gemeinsamen Entwickeln.

Ideen werden geteilt, weitergedacht, reduziert, verdichtet – bis am Ende etwas entsteht, das größer ist als die Summe seiner Teile. Kein Ego-Projekt, sondern ein kollektiver Klangkörper.

Vielleicht liegt genau darin eine der großen Stärken des Lechtals: im Zusammenspiel und in der Fähigkeit, gemeinsam etwas entstehen zu lassen, ohne sich selbst in den Vordergrund zu stellen.



### Verwurzelt und frei zugleich

Das Lechtal ist für Christof Kammerlander kein Ort, an dem man lebt. Es ist ein Ort, zu dem man gehört.

Die Natur, die Menschen, die Sprache – all das ist nicht austauschbar. Und genau darin liegt die Kraft. In einer Welt, die oft nach mehr strebt, zeigt das Lechtal, dass weniger oft mehr ist.

Mehr Ruhe. Mehr Echtheit. Mehr Raum für das Wesentliche.

Hier wachsen Kinder noch unbeschwert auf. Hier kennt man sich. Hier bleibt man – nicht, weil man muss, sondern weil man will.

So gelingt generationenübergreifendes Zusammenleben auf Augenhöhe.

### Nachhaltigkeit als gelebte Haltung

Was sich durch das Leben und Schaffen von „Rissi“ zieht, ist genau das, was das Lechtal im Kern ausmacht: eine tiefe, selbstverständliche Form der Nachhaltigkeit.

Nicht laut. Nicht inszeniert. Sondern gewachsen.

Sie zeigt sich in der Entscheidung, hier zu bleiben. In der Wertschätzung für Geschichte. In der Art, wie Kunst entsteht – aus dem, was da ist. Und nicht aus dem, was fehlen könnte.

Oder, um es mit einem Gedanken des Tals zu sagen:

Nicht höher, schneller, weiter. Sondern bewusster.

Christof „Rissi“ Kammerlander ist kein Ausnahmekünstler im klassischen Sinn. Er ist vielmehr ein Sinnbild für das Lechtal selbst: eigenwillig, tief verwurzelt, kreativ – und immer im Einklang mit dem, was ihn umgibt.

**Ein waschechter Lechtaler.**

**Und genau deshalb einer, der bleibt.**

# Fels & Freiheit

Der Fels ist rau. Der Himmel weit. Und dazwischen nur du, dein Seilpartner und der nächste Griff. Im Lechtal wird Klettern zum intensiven Naturerlebnis – ursprünglich, kraftvoll und ehrlich. Zwischen den schroffen Wänden der Lechtaler Alpen und den markanten Formationen der Allgäuer Alpen eröffnet sich ein Revier, das fordert und zugleich befreit. Ob erste Kletterversuche im sonnigen Klettergarten, luftige Passagen am Klettersteig oder alpine Linien hoch über dem Tal – hier wächst Mut mit jedem Meter.



Am Erlebnisklettersteig Simmswasserfall bei Holzgau wachsen Mut und Vertrauen mit jedem Tritt.

**Vertikal. Echt. Lechtal.**

Der Fels ist rau. Der Griff klar. Der Blick weit. Im Lechtal wird Klettern nicht inszeniert – hier wird es gelebt. Zwischen den schroffen Wänden der Lechtaler Alpen und den markanten Formationen der Allgäuer Alpen eröffnet sich ein alpines Revier, das ursprünglich geliebt ist. Kein Kletterzirkus. Kein Massentrubel. Sondern Fels mit Charakter.

Wer hier einsteigt, spürt schnell: Der Berg fordert Respekt – und schenkt Freiheit.

**Kalk, Kraft & klare Linien**

Die Lechtaler Alpen zählen zu den bedeutendsten Kalkgebirgen der nördlichen Alpen. Heller, strukturierter Fels, klare Risslinien und markante Grate prägen das Bild. Die Parseierspitze – einziger Dreitausender der Nördlichen Kalkalpen – wacht über ein Terrain, das alpinen Ernst mit ästhetischer Linienführung verbindet.

In den Allgäuer Alpen zeigt sich das Relief etwas sanfter, aber nicht weniger imposant. Schrofen, Grate und sonnige Wände wechseln sich ab. Diese landschaftliche Vielfalt macht das Lechtal zu einem Revier für Entdecker – vom ersten Felskontakt bis zur anspruchsvollen Mehrseillängenroute.

## Sportklettern

**Vom Einsteiger bis zum Routensammler**

Ob Kraichen in Bach oder Schrofenwies in Lechleiten – die Klettergärten des Lechtals sind bewusst naturverträglich angelegt, gut abgesichert und landschaftlich spektakulär eingebettet.

**Kraichen (Bach)** überzeugt mit kurzer Zustiegszeit, südseitiger Ausrichtung und Routen in unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden – besonders geeignet für Familien und Anfänger, mit Blick ins urige Madautal.

**Schrofenwies (Lechleiten)** liegt direkt am Lechweg. Sportliche Linien, ein Übungsklettersteig und sogar ein Grillplatz machen das Gebiet zu einem Treffpunkt für aktive Sommertage. Hier zählt nicht nur die Schwierigkeit, sondern das Erlebnis im Fels.



## Klettersteige

**Erlebnisklettersteig Simmswasserfall – Holzgau**

Nur wenige Gehminuten vom Dorf entfernt beginnt ein Abenteuer für die ganze Familie. Der Steig führt direkt entlang des tosenden Simmswasserfalls – über drei spektakuläre Seilbrücken, durch abwechslungsreiche Passagen mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden. Dank sehr guter Absicherung eignet sich der Steig besonders für Einsteiger und Kinder. Die Kombination aus Wasser, Fels und Hängebrücke macht ihn zu einem der eindrucksvollsten Erlebnisklettersteige der Region. Ein Steig, der Mut wachsen lässt – Schritt für Schritt.

**Hanauer Klettersteig – Boden / Pfafflar**

Alpin, vielseitig und ursprünglich präsentiert sich der Klettersteig nahe der Hanauer Hütte. Der Zustieg durch das Angerletal ist bereits Teil des Abenteuers. Ob leichte Variante oder anspruchsvollere Passage – hier finden Anfänger wie Fortgeschrittene ihre Linie. Eine Seilbrücke, gestufte Wandbereiche und plattige Querungen sorgen für Abwechslung. Als Stützpunkt dient die liebevoll sanierte Hanauer Hütte auf 1.922 Metern – Ausgangspunkt für Klettersteig, Klettergarten und alpine Routen.

Ein Gebiet, das Naturerlebnis und alpinen Charakter vereint.

**Steinsee Klettersteig – Pfafflar**

Hochalpin und markant: Der Klettersteig nahe der Steinsee-Hütte eröffnet den Blick auf die mächtige Parzinn-Gruppe. Eingebettet in eine ursprüngliche Berglandschaft führt der Steig durch markanten Kalkfels – abwechslungsreich, aussichtsreich, alpin. In Kombination mit dem nahegelegenen Kletter- und Boulderarten „Gekkoland“ entsteht ein vielseitiges Terrain, das sowohl Genusskletterer als auch ambitionierte Bergsportler anspricht.

Hier oben wird die Stille greifbar.



## Alpinklettern

**Mehr Seil. Mehr Verantwortung. Mehr Freiheit.**

Rund um Hermann-von-Barth-Hütte, Memminger Hütte, Anhalter Hütte oder Steinseehütte eröffnet sich ein weitläufiges Feld alpiner Möglichkeiten.

Genussklettere am Südpfeiler der Roggspitze. Anspruchsvolle Linien an der Heiterwand. Sportklettergärten in Hüttennähe oder klassische Mehrseillängenrouten in bestem Kalk. Das alpine Klettern im Lechtal ist ursprünglich. Hier sind Planung, Erfahrung und Respekt gefragt. Helm, Partnercheck, klare Kommunikation – Sicherheit beginnt am Boden. Und oben warten: Stille. Weite. Echtheit.

**Familien- & Kinderklettern – Vertrauen lernen im Fels**

Das Lechtal bietet ideale Bedingungen für kleine Kletterer. Gut abgesicherte Übungsgelände, betreute Programme und kurze Zustiege machen den Einstieg leicht. Kinder lernen Technik, Koordination und vor allem Vertrauen – in sich selbst und in ihre Seilpartner. Klettern wird hier zum gemeinsamen Erlebnis, das verbindet.

*In the Lech Valley, climbing isn't just a spectacle – it's a way of life. Nestled between the rugged walls of the Lech Valley Alps and the striking formations of the Allgäu Alps lies an unspoiled alpine playground – far removed from mass tourism, characterised by character, tranquillity and vast open spaces.*

*The region offers a wide range of options: from well-secured climbing areas for beginners and families to challenging multi-pitch alpine routes. Light-coloured limestone, clean lines and striking ridges make the terrain particularly appealing. The diversity of the landscape provides experiences for all ability levels – from a first taste of rock climbing to high-alpine tours.*

*Via ferratas such as the Simmswasserfall, the Hanauer or the Steinsee via ferrata also combine a nature experience with a sporting challenge and offer impressive views.*

*Those who prefer not to venture out alone will find expert companions in the form of experienced mountain guides. They not only teach technique, but also what is crucial in the mountains: respect, judgement and calm.*

*Climbing in the Lech Valley means taking responsibility – and being rewarded for it with freedom, tranquillity and genuine experiences of nature.*



## Bergführer und Bergschulen

Wer den Fels nicht allein erkunden möchte, findet im Lechtal erfahrene Partner. Staatlich geprüfte Berg- und Skiführer sowie regionale Bergschulen begleiten Einsteiger ebenso wie ambitionierte Alpinisten.

Ob erster Klettersteig, Mehrseillängentour, Techniktraining im Klettergarten oder alpine Unternehmungen im anspruchsvollen Hochgebirge – die Profis kennen Routen, Wetter und Felsstruktur bis ins Detail. Sie vermitteln nicht nur Sicherungstechnik und Taktik, sondern auch das, was im Gebirge zählt: Einschätzung, Respekt und Ruhe.

Geführtes Klettern bedeutet im Lechtal nicht Komfortzone – sondern Kompetenzzone. Und das gute Gefühl, sich voll und ganz auf den Moment konzentrieren zu können.









# Kletterinspiration für jede Seilschaft

Im Lechtal ist Klettern mehr als Sport. Es ist eine Begegnung mit der Natur in ihrer pursten Form. Eine Einladung, Grenzen auszuloten – und Demut zu lernen. Zwischen Kalk und Himmel entsteht ein Raum, der weit über das Physische hinausgeht.

**Zeit für mehr Höhe. Zeit für mehr Weite. Zeit für das Lechtal.**

## BACH Klettergarten Kraichen

Für Anfänger geeignet

-  Bach, Dorfplatz
-  Parkplatz bei der Raiffeisenbank
-  Über die Lechbrücke zur Kirche, links vom Friedhof flach dem Fahr-/Gehweg rund 500 Meter entlang (10 min)
-  Sehr gute Absicherung, Anfänger
-  Ausrichtung: Süd
-  Familienfreundlich, ideal für Kinder und Anfänger







### Kletterspaß für die ganze Familie

Nur wenige Gehminuten von der Bacher Kirche entfernt liegt der Klettergarten Kraichen. Mit atemberaubendem Blick ins Madautal lassen sich hier sowohl leichte aber auch anspruchsvolle Routen erklimmen.

### Unser Tipp:

Der wöchentliche Sommerveranstaltungsplaner bietet regelmäßig Schnupperkletterkurse für Familien und Kinder. Erfahrene Bergführer vermitteln dabei spielerisch die ersten Grundlagen des Kletterns und den sicheren Umgang mit der Ausrüstung. Mehr Infos unter lechtal.at

## ELBIGENALP Hermann von Barth Hütte Klettererlebnis am Wolfebner

-  Elbigenalp, Hotel VAYA
-  Parkplatz Geierwally
-  Über das Kasermandl zur Barth Hütte, Gehzeit ca. 3–4 h
-  Verschiedene Mehrseillängen mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden, Fortgeschrittene, Zustieg von der Hütte ca. 30 min
-  Ausrichtung: alle Seiten
-  Kletterfreundliche Alpenvereinschütte, bitte reservieren

### Mehrseillängen im alpinen Gelände







Die meisten der alpinen Kletterziele befinden sich an den 15 bis 25 min entfernten Wolfebnerspitzen, die in Genuss- und alpiner Sportkletterei erklimmt werden können. Der Fels ist durchweg guter Hauptdolomit.

### Unser Tipp:

Der Wolfebner Klettergarten nahe der Hermann-von-Barth-Hütte begeistert mit kurzen Zustiegen, abwechslungsreichen Routen und herrlichem Panorama – ein lohnender Abstecher für alle, die gerne Fels unter den Fingern spüren.



## HOLZGAU Erlebnisklettersteig Simmswasserfall Abenteuer für aktive Familien

-  Holzgau, Dorfplatz
-  Parkplatz am Dorfplatz
-  Über das Höhenbachtal oder Hängebrücke bis Simmswasserfall, Gehzeit ca. 20–40 min
-  Verschiedene Varianten mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden, 3 Seilbrücken, sehr gute Absicherung, Anfänger
-  Ausrichtung: alle Seiten
-  Familienfreundlich, idealer Klettersteig für Kinder und Anfänger

### Mehr als ein Klettersteig

Nach einem kurzen aber spektakulären Spaziergang erreicht man den Simmswasserfall. Der neu angelegte Erlebnisklettersteig bietet Abenteuer für die ganze Familie. In unmittelbarer Nähe befindet sich auch die berühmte Holzgauer Hängebrücke.

### Unser Tipp:

Gemeinsam mit einem erfahrenen Bergführer geht es sicher durch den Klettersteig beim Simmswasserfall. Die geführte Tour inklusive Ausrüstung bietet ideale Bedingungen für Einsteiger und aktive Familien. Voraussetzung ist: Schwindelfreiheit.



# Eisklettern im Lechtaler Winter

Wo im Sommer warmer Kalk die Hände trägt, wachsen im Winter gefrorene Wasserfälle in den Himmel. Das Lechtal gilt unter Kennern als Geheimtipp für Eiskletterer. In stillen Schluchten und schattigen Rinnen entstehen Linien aus blau schimmerndem Eis – klar, reduziert, ursprünglich.

Geführte Touren und Ausbildungstage bieten einen sicheren Einstieg in diese besondere Disziplin. Steigeisen greifen, die Pickel finden Halt, jeder Schlag sitzt bewusst. Kein Geräusch außer dem Knacken des Eises und dem eigenen Atem.

Eisklettern ist konzentriert, kraftvoll und elementar. Und zeigt: Das Lechtal kennt keine Saison – nur Charakter.





**HUBERTUS „HUBSI“ JOHANNES LINDNER,  
BERGSCHULE LECHTAL, HUSKYMOUNTAINEERING  
Haltung statt Höhe**

Wir haben mit Hubertus Lindner, Bergführer und Betreiber der Bergschule Lechtal mit Sitz in Gramais, über das Klettern im Lechtal gesprochen – und darüber, warum es dabei um weit mehr geht als nur den nächsten Gipfel.

Im Lechtal zählt nicht das „Mehr“. Nicht schneller, nicht höher, nicht weiter. Sondern das Wie.

Für Hubertus Lindner ist Klettern kein Produkt – sondern eine Haltung. Eine bewusste Abkehr von einem Bergsport, der vielerorts zum konsumierbaren Erlebnis geworden ist. Statt Leistungsdruck und Gipfelsammeln steht bei ihm die Qualität der Bewegung im Mittelpunkt. Das feine Gespür für den Fels. Die Klarheit im Kopf. Die Fähigkeit, im richtigen Moment Entscheidungen zu treffen.

Wer mit ihm unterwegs ist, lernt nicht nur Techniken, sondern Verantwortung. Für sich selbst, für den Seilpartner, für den Berg. Es geht darum, die eigenen Grenzen zu erkennen – und sie Schritt für Schritt zu erweitern. Ohne Überforderung. Ohne Inszenierung. Denn echte Freiheit entsteht nicht am Gipfel. Sondern auf dem Weg dorthin.

**Das Lechtal gilt als ursprünglich und wenig überlaufen. Was macht das Klettern hier – im Vergleich zu bekannteren Hotspots – so besonders?**

Das Klettern im Lechtal ist ursprünglich, rau und kompromisslos ehrlich. Anders als in bekannten Hotspots stehen hier nicht perfekt erschlossene Wände oder kurze Zustiege im Vordergrund, sondern das echte alpine Erlebnis. Zwar prägen brüchige Gesteinsschichten vielerorts das Gebirge, doch gerade Einschlüsse aus Hauptdolomit oder Oberrötkalk bieten beeindruckende Klettereien von außergewöhnlicher Qualität.

Wer im Lechtal klettert, muss sich diese Momente verdienen. Die Felsformationen liegen oft tief verborgen in den hintersten Tälern der Lechtaler Alpen. Lange Zustiege, ausgesetzte Passagen und anspruchsvolle Anstiege gehören genauso dazu wie die völlige Abgeschiedenheit. Handyempfang? Oft Fehlanzeige. Stattdessen warten Stille, Weite und eine intensive Begegnung mit dem alpinen Gelände.

Gerade diese Ursprünglichkeit macht den besonderen Reiz des Lechtals aus. Hier zählt nicht das schnelle Gipfelfoto, sondern Erfahrung, Eigenverantwortung und Respekt vor dem Berg. Das Tal zieht deshalb vor allem jene an, die bewusst unterwegs sind – Menschen, die ihre Fähigkeiten realistisch einschätzen können oder sich gemeinsam mit einem Bergführer auf dieses Abenteuer einlassen möchten.

Vielleicht ist genau das der Grund, warum das Lechtal bis heute als Geheimtipp gilt: wild, fordernd und fernab vom Massentourismus. Ein Ort für all jene, die im Klettern mehr suchen als nur den nächsten Griff – nämlich das Gefühl echter Freiheit.



## Verhaltensregeln

Klettern ist eine Risikosportart. Entsprechende Achtsamkeit, Aufmerksamkeit und eine gesunde Selbsteinschätzung gelten daher als selbstverständlich. Alle Neuankömmlinge im Klettersport sollten sich daher vorher entsprechend informieren. Bspw. bei den Alpenvereinen (DAV, ÖAV) und bei den heimischen Bergschulen. Zum Schutz deiner und der Gesundheit des Naturparks ist uns die Einhaltung einiger Regeln wichtig:

1. Partnercheck vor jedem Start!
2. Volle Aufmerksamkeit beim Sichern!
3. Sicherungsgerät richtig bedienen!
4. Klare Kommunikation!
5. Zwischensicherungen richtig einhängen!
6. Kein Toprope an einzelner Karabiner!
7. Sturzraum freihalten!
8. Vorsicht beim Ablassen & Abseilen!
9. Schütze Kopf & Körper!
10. Sicher bouldern!



**Welche Entwicklung beobachtest du im Klettersport – und wie gelingt es im Lechtal, diesen Trend mit Naturverträglichkeit und alpinem Respekt in Einklang zu bringen?**

Der Klettersport hat sich in den vergangenen Jahren rasant weiterentwickelt. Heute werden Schwierigkeiten geklettert, die noch vor wenigen Jahrzehnten kaum vorstellbar gewesen wären. Junge, hochmotivierte Athleten bewegen sich mit beeindruckender Leichtigkeit durch steile und überhängende Wände – fast tänzerisch wirkt diese neue Form der Vertikalität. Es ist eine Entwicklung, die zeigt, wie sehr Klettern längst mehr geworden ist als reine Fortbewegung im Fels: Es ist Ausdruck von Kreativität, Körpergefühl und Leidenschaft.

Gleichzeitig entdecken immer mehr Menschen das Klettern für sich. Und genau darin liegt eine besondere Chance. Denn Klettern bedeutet nicht nur Sport, sondern auch intensive persönliche Erfahrung. Wer sich am Fels bewegt, setzt sich mit Ängsten, Verantwortung und den eigenen Grenzen auseinander. Konzentration, Vertrauen und Respekt werden dabei essenziell – denn Nachlässigkeit oder Selbstüberschätzung können im alpinen Gelände schwerwiegende Folgen haben.

Gerade deshalb passt der Klettersport so gut zum Lechtal und seiner Philosophie des sanften Tourismus. Die Region zieht bewusst Menschen an, die Natur nicht konsumieren, sondern erleben möchten. Wer hier unterwegs ist, sucht keine schnelle Unterhaltung, sondern Ruhe, Ursprünglichkeit und eine echte Verbindung zur Bergwelt. Das Lechtal bietet Raum zum Durchatmen – fernab von Hektik, Lärm und überlaufenen Hotspots.

Klettern wird dabei fast zu einer meditativen Erfahrung. Der Fokus auf den nächsten Griff, das bewusste Bewegen im Fels und das Eintauchen in die Natur schaffen einen Gegenpol zur Schnellebigkeit des Alltags. Genau darin liegt die besondere Kraft dieses Sports – und zugleich die Verantwortung, der Natur mit Respekt zu begegnen. Denn im Lechtal gilt mehr denn je: Wer den Bergen begegnet, begegnet auch sich selbst. Und echter alpiner Respekt beginnt immer mit Achtsamkeit – gegenüber der Natur, den Mitmenschen und den eigenen Fähigkeiten.

*Hubertus Lindner, mountain guide and operator of the Bergschule Lechtal, sees climbing not merely as a sport, but as a mindset. Responsibility, mindfulness and respect for the mountains are at the heart of his philosophy. The Lechtal deliberately sets itself apart from well-known climbing hotspots. Instead of perfectly developed walls and short approaches, the region is defined by authenticity, remoteness and a truly alpine experience. Long ascents, demanding routes and minimal infrastructure require experience, personal responsibility and respect for nature. It is precisely this wild and untouched character that makes climbing in the Lechtal so special. At the same time, Lindner observes how much climbing has evolved in recent years. More and more people are discovering the sport – not only as a physical challenge, but also as an intense personal experience. Concentration, trust and a conscious approach to risk play a central role.*

## näch'gfragt

**Was würdest du jemandem raten, der im Lechtal seine ersten vertikalen Erfahrungen sammeln möchte – und was sollte man unbedingt einmal erlebt haben?**

Wer im Lechtal mit dem Klettern beginnen möchte, sollte bereit sein, Verantwortung zu übernehmen. Kaum eine andere Sportart verlangt ein so hohes Maß an Eigenverantwortung. Deshalb empfiehlt es sich, die ersten Schritte gemeinsam mit einem Bergführer zu machen. Er vermittelt nicht nur die wichtigsten Sicherungstechniken, sondern auch das notwendige Verständnis für Risiko und alpines Gelände.

Ein besonderes Erlebnis ist der Vorstieg – das eigenständige Klettern mit eigener Sicherung. Erst dabei wird die Faszination aus Höhe, Konzentration und Vertrauen unmittelbar spürbar.

Für erfahrene Kletterer zählt die Freispitze zu den eindrucksvollsten Zielen im Lechtal. Ihre markante Gestalt und die wilde Abgeschiedenheit stehen sinnbildlich für das Klettern in der Region: ursprünglich, anspruchsvoll und voller Verantwortung.



*This is why climbing fits perfectly with the Lechtal's philosophy of sustainable and gentle tourism. The region attracts people who do not want to consume nature, but truly experience it. Climbing here becomes almost meditative – a powerful contrast to the speed and pressure of everyday life. For beginners, Lindner strongly recommends gaining their first experiences alongside a professional mountain guide. Learning safety techniques and understanding alpine terrain are essential. One experience every climber should have, he says, is lead climbing – climbing while placing and managing one's own protection – because this is where the true essence of climbing can be felt.*

*As one of the most impressive alpine destinations in the Lechtal, Lindner highlights the Freispitze: wild, demanding and shaped by genuine respect for the mountain.*

# Der Lechweg

125 Kilometer. Zwei Länder. Ein wilder Fluss. Der Lechweg führt vom Ursprung bis zum Fall – durch Schluchten, Auen und alpine Weite. Wer ihm folgt, entdeckt nicht nur Landschaft, sondern auch neue Perspektiven.

## Dem letzten Wilden auf der Spur

Es gibt Wege, die verbinden Orte. Und es gibt Wege, die verbinden Menschen mit sich selbst. Der Lechweg ist beides. Auf rund 125 Kilometern folgt er dem Lauf des Lechs – einem der letzten wilden Flüsse Europas – von seiner Quelle nahe dem Formarinsee bis zum imposanten Lechfall bei Füssen im Allgäu.

Wer hier unterwegs ist, wandert nicht einfach von A nach B. Er folgt dem Wasser. Und damit einer Lebensader, die seit Jahrhunderten Landschaft, Kultur und Lebensweise prägt.

## Wo der Fluss den Rhythmus vorgibt

Der Lechweg beginnt hoch oben in alpiner Weite. Dort, wo der junge Lech noch schmal und klar durch die Bergwelt zieht. Schritt für Schritt verändert sich die Geografie: von rauen Felsformationen zu weiten Kiesbänken, von alpinen Wiesen zu artenreichen Auwäldern.

Gerade im Tiroler Lechtal zeigt sich der Lech in seiner ursprünglichsten Form. Hier darf er sich ausbreiten, verzweigen und immer wieder neu formen. Ein Naturraum, der selten geworden ist – und genau deshalb so wertvoll.

Der Weg selbst ist bewusst als moderater Weitwanderweg angelegt. Keine extremen Höhenmeter, keine alpine Herausforderungen. Stattdessen: gut begehbare Pfade, Hängebrücken mit Weitblick, stille Uferabschnitte und immer wieder Momente, in denen das Rauschen des Wassers zum einzigen Begleiter wird.

## Weitwandern mit Weitblick

Der Lechweg lässt sich klassisch in mehreren Etappen erwandern – oder ganz individuell gestalten. Wer möchte, wählt die komfortable Variante „Wandern ohne Gepäck“: Das Gepäck reist voraus, während man selbst leicht und unbeschwert dem Fluss folgt.

*The Lechweg trail spans some 125 kilometres, linking two regions and following one of Europe's last wild rivers – from its source at Lake Formarin to the Lech Falls near Füssen. Yet it is more than just a hiking trail: it combines the experience of nature with a sense of inner peace.*

*The landscape changes constantly along the route – from alpine heights across wide gravel banks to species-rich floodplain forests. In the Tyrolean Lech Valley in particular, the Lech reveals itself in its original, free-flowing form.*



Auch die Sternwanderung eröffnet neue Möglichkeiten. Mit der Lechtal Aktiv Card ist der öffentliche Nahverkehr im Tal kostenlos nutzbar – ideal, um einzelne Etappen von einer Unterkunft aus zu erwandern zu erwandern und bequem zum Ausgangspunkt zurückzukehren. So wird nachhaltige Mobilität ganz selbstverständlich Teil des Naturerlebnisses. Partnerbetriebe entlang des Weges sorgen dabei für echte Lechtaler Gastfreundschaft: regional, persönlich und verwurzelt.

## Mehr als ein Wanderweg

Der Lechweg ist Teil der Lebensspur Lech – eines grenzüberschreitenden Projekts das Bewegung, Achtsamkeit und Naturerfahrung verbindet. Wasser, Landschaft und Mensch stehen im Einklang.

Jeder Abschnitt erzählt seine eigene Geschichte: von historischen Flößern, von uralten Almwegen, von stillen Dörfern und offenen Horizonten. Wer mehrere Tage unterwegs ist, spürt, wie sich der Blick verändert. Wie Gedanken weiter werden. Wie das Gehen einfacher wird.

Der Lech begleitet – manchmal wild und kraftvoll, manchmal ruhig und beinahe meditativ. Und genau darin liegt seine Besonderheit.

## Ankommen, wo der Weg endet

Am Ende steht der Lechfall. Tosend und kraftvoll. Und doch ist es kein Ende, sondern vielmehr ein Übergang. Denn wer dem Lech so lange gefolgt ist, nimmt etwas mit: Weite, Klarheit und vielleicht auch ein Stück innere Ruhe.



*This moderately challenging long-distance hiking trail offers easily accessible paths, spectacular views and peaceful moments by the water. Flexible stages, 'hiking without luggage' and the use of public transport ensure a relaxed and sustainable experience.*

*Those who follow the Lech not only discover the landscape, but also find a sense of space, clarity and a new feeling of tranquillity.*



## Die Lechschleifen

### Wertvolle Abstecher am Weg des Wilden

Nicht jeder möchte den Lechweg in seiner gesamten Länge erwandern. Die Lechschleifen sind daher bewusst als eigenständige, wertvolle Abstecher konzipiert – für alle, die das Naturerlebnis intensiv, aber kompakter erleben möchten.

In acht Halb- und Tagestouren führen sie durch Bergwald und Schnitzerdorf, über blühende Wiesen, zu rauschenden Wasserfällen oder ins stille Hornbachtal. Immer wieder rückt dabei der Lech ins Blickfeld – als verbindendes Element und kraftvoller Begleiter.

Wie der Lechweg selbst orientieren sich auch die Schleifen an den Kriterien der „Leading Quality Trails“. Die Anforderungen reichen von leicht bis mittelschwierig – das Naturerlebnis hingegen kennt keine Abstufung. Kiesbänke, Auwälder, Weitblicke und stille Uferwege prägen jede Route.

Die Lechschleifen sind keine verkürzte Variante – sie sind bewusste Vertiefungen. Kleine Wege mit großer Wirkung.



*The Lechschleifen are standalone half-day and full-day walks along the Lechweg, offering compact, immersive experiences of nature. Across eight varied routes, they take you through diverse landscapes – from mountain forests and meadows to waterfalls and tranquil valleys.*

*They are designed to meet high quality standards, range from easy to moderately difficult, and offer meaningful insights into the natural world of the Lech Valley. Not a shortened alternative, but short trails with a big impact.*

### LS 2 – Pfad der Sinne: Waldklänge & Wiesenzauber am Lech

Steeg - Prenten - Ebene - Gföllwiesen - Holzgau - Jochweg - Steeg

Länge: 16,7 km

Gelände: leichte Bergwege

Höhenmeter: auf 477 hm, ab 477 hm

Wanderzeit: ca. 7 h



### LS 3 – Alpine Meisterwerke: Durch Bergwälder zum Schnitzerdorf

Bach - Seesumpfkappelle - Gibler Alm - Bernhards- & Balschtebach - Schweineben Alpe - Köglen - Elbigenalp - Untergiblen - Bach

Länge: 18,8 km

Gelände: leichte Bergwege

Höhenmeter: auf 633 hm, ab 633 hm

Wanderzeit: ca. 8 h



### LS 4 – Wasserwelten und Waldgeheimnisse: Auf den Spuren der Lechtaler Wasserfälle

Naturparkhaus Tiroler Lech - Wasserfallbach - Doser Wasserfall - Häselgehr - Naturparkhaus Tiroler Lech

Länge: 10,8 km

Gelände: leichte Bergwege

Höhenmeter: auf 190 hm, ab 190 hm

Wanderzeit: ca. 4 h



### LS 5 – Geheimnisvolles Seitental: Wo der kleine Bruder des Lechs fließt

Naturparkhaus Tiroler Lech - Panoramaweg Elmen - Vorderhornbach - Baichelstein - Stanzach - Edelbach - Elmen

Länge: 18,4 km

Gelände: leichter Bergweg

Höhenmeter: auf 588 hm, ab 588 hm

Wanderzeit: ca. 6 h



näch'gfragt

EVELYN FRIEDLE

### „Und plötzlich war es still“ – Wo der Weg den Geist befreit.

Manche Wege verändern nicht nur die Landschaft vor einem – sondern auch die Gedanken darin. Der Lechweg ist so ein Weg. Schritt für Schritt entsteht Raum: für Stille, für Klarheit, für sich selbst. Evelyn Friedle kennt dieses Gefühl. Die 74-jährige Weitwanderin aus Häselgehr ist den Lechweg gleich zweimal gegangen – und hat dabei erlebt, wie aus Bewegung Ruhe wird. Im Gespräch erzählt sie, warum gerade dieser Weg so besonders ist, weshalb weniger oft mehr bedeutet – und wie man beim Gehen nicht nur vorankommt, sondern auch bei sich ankommt.

#### Du bist den Lechweg bereits zweimal in voller Länge gegangen. Was fasziniert dich an dieser Route?

Ich war 2012 erstmals vom Formarinsee bis zum Lechfall unterwegs und 2020 nochmals von Warth bis Füssen. Obwohl der Weg durch meine Heimat führt, erlebe ich ihn jedes Mal neu. Der Lechweg verbindet großartige Natur mit einer angenehmen Wegführung – und er entschleunigt.

#### Wann ist die beste Jahreszeit für den Lechweg?

Nicht zu früh im Frühjahr – die ersten Etappen sind oft noch schneebedeckt. Am sichersten bist du von Mitte Juni bis Anfang Oktober unterwegs. Je nach Schneelage kann man aber auch schon Ende Mai starten.

#### Ist der Lechweg auch für Einsteiger geeignet?

Absolut. Die Wege sind gut begehbar, die Etappen moderat. Es gibt regelmäßig Ortschaften, Einkehrmöglichkeiten und durchgehend Handyempfang. Das gibt Sicherheit – besonders für Weitwander-Neulinge.

#### Wie bereitest du dich körperlich vor?

Viel Training braucht es nicht. Ein paar Wochen vorher täglich eine halbe Stunde gehen reicht. Wichtig ist eher das Gepäck: Es sollte nicht mehr als zehn Prozent des Körpergewichts wiegen. Zwei Garnituren Wechselkleidung, Regenjacke, eingelaufene Schuhe und ausreichend Trinkwasser – mehr braucht es nicht.

*For Evelyn Friedle, the Lechweg is more than just a long-distance trail – it is a journey that creates space for clarity and inner calm. The experienced hiker from Häselgehr has completed the 125-kilometre route twice and values its gentle paths, diverse landscapes and steady rhythm along the wild river. She describes the trail as ideal for both beginners and experienced walkers: well signposted, manageable in stages and supported by good infrastructure. For*



#### Allein, zu zweit oder in der Gruppe – was empfiehlst du?

In der Gruppe ist es schön, aber das Tempo muss passen. Zu zweit funktioniert es ideal, wenn man denselben Rhythmus hat. Allein unterwegs entstehen oft überraschend schöne Begegnungen. Organisieren oder einfach losgehen? Früher bin ich spontan gestartet. Heute buche ich lieber vorab – das nimmt Druck. Wer es bequem mag, kann auch mit Gepäcktransport wandern.

#### Was hat das Weitwandern mit dir persönlich gemacht?

Am sechsten Tag meines ersten Lechwegs war plötzlich mein Gehirn still. Fünf Tage hatte es ununterbrochen gedacht – dann war Ruhe. Dieses Gefühl entsteht nur auf einer Mehrtagestour. Es ist unglaublich befreiend.

#### Wo sollte man starten?

Am Arlberg. Du gehst mit der Fließrichtung des Wassers.

#### Ist der Lechweg auch für Kinder geeignet?

Für Kinder ab etwa acht Jahren ist er gut machbar. Nicht zu steil, abwechslungsreich – und mit genügend Zeit zum Spielen am Fluss.

#### Was sollte man unterwegs keinesfalls verpassen?

Den Blick über den Formarinsee am Start. Die Hängebrücke in Holzgau. Die Käserei in Steeg. Und natürlich den Lechfall als krönendes Finale. Aber eigentlich gilt: Der Weg selbst ist das Ziel.

*Dieses Interview wurde von AHM Kommunikation, Jessica Thalhammer geführt.*

*her, preparation is simple – less weight, more awareness.*

*What makes the Lechweg truly special, however, is its deeper impact. After several days of walking, a sense of stillness sets in – a rare moment where the mind quiets and the experience becomes almost meditative.*

*Whether alone, in pairs or with family, the Lechweg offers more than movement. It offers connection – to nature, to others and to oneself.*

## Gemeinsamzeit im Lechtal

Manchmal braucht es gar nicht viel für einen perfekten Tag. Ein bisschen Sonne, frische Bergluft – und Zeit miteinander. Das Lechtal bietet unzählige Möglichkeiten, genau diese Momente zu erleben: beim Sprung ins kühle Wasser, barfuß durch die Natur oder beim kreativen Entdecken am Lechufer. Hier darf ausprobiert, gelacht und gestaunt werden. Ganz ohne großen Plan – dafür mit umso mehr Gefühl.

**Einfach rausgehen. Und gemeinsam Erinnerungen schaffen.**

### Quality time in the Lech Valley

*Sometimes it doesn't take much to make for a perfect day: sunshine, fresh mountain air and time spent together. Whether swimming, playing, exploring or getting creative on the banks of the Lech – the Lech Valley offers special moments for the whole family. Here, you can laugh, try new things and experience nature together.*



### Technische Daten:

- 1.660 m lang
- 230 m Höhenunterschied
- 2 Jumps
- Ca. 13 Minuten eine Runde
- Spaß garantiert
- Steilste Bahn der Alpen mit 75% Maximalgefälle

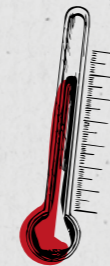
[www.wallyblitz.at](http://www.wallyblitz.at)

## Abkühlung mit Aussicht

### Familienzeit im & am Wasser

Wenn die Sommersonne das Lechtal erwärmt, werden die Frei- und Hallenbäder der Region zu beliebten Treffpunkten für Groß und Klein. Ob im Naturbadeteich „Badino“ in Vorderhornbach, im Freibad Bach/Elbigenalp oder in Häselgehr – jedes Bad begeistert mit seinem ganz eigenen Charakter: mal ruhig und naturnah, mal voller Spiel, Spaß und Kinderlachen.

Auch an kühleren Tagen lädt das Hallenbad Aqua Nova in Steeg zum Entspannen und Genießen ein. Zwischen Wasser, Bergen und frischer Luft entstehen besondere Familienmomente voller Leichtigkeit und gemeinsamer Zeit.



### Family time by the water

*Whether at the "Badino" natural swimming pond in Vorderhornbach, the outdoor pools in Bach/Elbigenalp and Häselgehr, or the Aqua Nova indoor pool in Steeg – the Lechtal swimming pools offer a refreshing change of scene for the whole family. Surrounded by water, mountains and nature, you can enjoy relaxing summer moments full of fun and quality time together.*

## Sommerrodelbahn Wally Blitz in Elbigenalp

Wer nach dem Badevergnügen noch Lust auf ein bisschen Action hat, findet sie nur wenige Minuten entfernt: Die Sommerrodelbahn Wally Blitz in Elbigenalp sorgt für leuchtende Augen bei Groß und Klein.

Auf der rund einen Kilometer langen Strecke geht es mit Tempo ins Tal – vorbei an Kurven, Wellen und spektakulären Ausblicken. Das Beste daran: Jeder bestimmt sein eigenes Tempo. Ob gemütlich gleitend oder rasant bergab – hier steht der Spaß im Vordergrund.

Ein Erlebnis, das den Familienausflug perfekt abrundet und garantiert in Erinnerung bleibt.

### Wally Blitz – Summer tobogganing fun in Elbigenalp

*Whether at the "Badino" natural swimming Wally Blitz – Summer tobogganing fun in Elbigenalp. Just a few minutes from the Lechtal thermal baths, the Wally Blitz offers thrills and fun for the whole family.*

*The 1,660-metre-long summer toboggan run takes you hurtling down into the valley over bends, undulations and jumps – with spectacular views and plenty of fun.*

[www.wallyblitz.at](http://www.wallyblitz.at)

### HARD FACTS

- 1,660 m track length
- 230 m elevation difference
- 2 jumps
- The steepest track in the Alps
- Gradient of up to 75%
- Journey time approx. 13 minutes



## Gut zu wissen

### Lechtal Aktiv Card

In den Sommermonaten profitieren Gäste und Lechtaler:innen mit der Lechtal Aktiv Card von attraktiven Vergünstigungen bei den Eintritten in die regionalen Schwimmbäder sowie bei ausgewählten Freizeitangeboten – darunter auch der Wally Blitz.

### Ein echtes Highlight – besonders für Einheimische:

Die Lechtaler Bädercard ist eine Saisonkarte (Mai bis September), die freien oder vergünstigten Eintritt in die Lechtaler Bäder ermöglicht.

So wird der Sommer im Lechtal nicht nur erfrischend, sondern auch besonders unkompliziert.

### Lechtal Aktiv Card

*With the Lechtal Aktiv Card, visitors and locals alike can enjoy discounted entry to regional swimming pools and selected leisure activities during the summer months.*

### Lechtal Swimming Pool Card

*From May to September, the Lechtal Swimming Pool Card offers free or discounted entry to the Lechtal swimming pools – ideal for a relaxed and hassle-free summer.*





Geführte  
Tierspurenwanderung  
in Holzgau



*Einfach mal  
ausprobieren*



Spuren im  
Schnee lesen

#### Auf leisen Sohlen durch den Winter

Der Winter legt sich still über das Lechtal. Wälder wirken ruhig, Bäche gefrieren, eine weiche Schneedecke hüllt alles ein. Auf den ersten Blick scheint die Natur zu schlafen. Doch wer genauer hinsieht, entdeckt: Das Leben ist noch da. Im Schnee erzählen Tiere ihre Geschichten. Kleine Abdrücke verraten, wer vor uns hier war – Hase, Vogel oder Reh. Für Kinder wird der Spaziergang zum Abenteuer: Wie kleine Detektiv:innen folgen sie den Spuren, vergleichen Muster und stellen Fragen.

*Unser Tipp:*

Wer tiefer eintauchen möchte, geht mit einem Naturparkführer auf Fährtenuche und erfährt, welche Tiere aktiv sind – und welche den Winter verschlafen.

**Denn auch im Winter gilt: Die Natur spricht. Man muss nur lernen, sie zu lesen.**

## Kreativ am Lech

### Kunst, die vergeht – und bleibt

Manchmal braucht es nicht mehr als ein Stück Schwemmholz, ein paar Steine und die eigene Fantasie.

Am wilden Lech wird die Natur selbst zum Kreativraum – offen, frei und voller Möglichkeiten.

Zwischen den weitläufigen Schotterbänken des Lechs entstehen Formen, Muster und kleine Kunstwerke aus dem, was der Fluss hinterlässt. Schwemmholz, Steine und Sand werden zu vergänglichen Bildern, Spiralen oder Kreisen – inspiriert von der Kraft der Natur und dem Spiel der Elemente.

### Das Besondere daran:

Hier muss nichts für immer bleiben. Der Lech verändert seine Landschaft ständig neu. Hochwasser, Regen und Strömung nehmen mit, formen um und lassen Neues entstehen. Genau darin liegt der Zauber dieser besonderen Art von Kreativität.

Die LandArt-Objekte von Christine Gottloeber zeigen eindrucksvoll, wie Kunst und Natur miteinander verschmelzen können. Ihre Werke laden dazu ein, den Lech bewusst wahrzunehmen – und selbst kreativ zu werden.

### Ein Ort zum Staunen – und zum Selbermachen

Der wilde Lech schenkt Raum für eigene Ideen. Vielleicht entsteht aus ein paar Steinen ein Kreis. Aus Schwemmholz eine kleine Skulptur. Oder einfach ein vergänglicher Moment mitten in der Natur.

**Es gibt dabei kein Richtig oder Falsch. Nur die Freude am Gestalten.**

## Dein eigenes Lech-Kunstwerk

### So geht's:

- Sammle Schwemmholz und Steine
- Lege Formen: Kreis, Linie oder Muster.
- Baue gemeinsam – ohne Werkzeug
- Lass dein Kunstwerk Teil der Natur bleiben

## Respekt vor dem Schutzgebiet

Am Tiroler Lech finden Flussuferläufer und Flussregenpfeifer auf Kiesbänken und Schotterinseln wichtige Brutplätze. Ihre gut getarnten Gelege und Jungvögel sind durch Hochwasser, Raubtiere, Menschen und Hunde gefährdet.

Bitte bleibe auf den Wegen, nimm Hunde an die Leine, beachte Schonzeiten und hinterlasse keinen Müll. Respektiere Pflanzen, Tiere und geschützte Lebensräume.

[www.naturpark-tiroler-lech.at](http://www.naturpark-tiroler-lech.at)

KUNST IM LECHTAL

Courtesy Christine Gottloeber / Foto Tom Garrécht



# Atelier unter freiem Himmel

Ein Jahrzehnt Kunst am Lech

### LandArt am wilden Lech

Zwischen den weitläufigen Schotterbänken des wilden Lechs, eingebettet in die ursprüngliche Landschaft zwischen Martinau und Weißenbach, entsteht seit 2015 ein außergewöhnliches Kunstprojekt der Künstlerin Christine Gottloeber. Dort, wo Wasser, Holz und Stein im stetigen Wandel stehen, wird die Natur selbst zum Atelier unter freiem Himmel.

### „Gesang der Sirenen“

In den vergangenen Jahren schuf die Künstlerin sechs unterschiedliche Serien von LandArt-Objekten, die Teil ihrer Werkgruppe „Gesang der Sirenen“ sind. Inspiriert von Homers Odyssee, greifen die Arbeiten Themen wie Verführung, Vergänglichkeit, Bewegung und die unaufhaltsame Kraft des Lebens auf. Die Serien tragen die Namen Huanza, Olpengatter, Totholztrift, Boote, Kenotaph und Refugio.

Das Material für ihre Werke findet Christine Gottloeber direkt am Ufer des Lechs. Vom Wasser geformte Sandhölzer, glatt geschliffen und von der Strömung poliert, bilden die Grundlage ihrer Arbeiten. Die Hölzer werden ineinander verflochten, geschichtet und verbunden – bis fragile und zugleich kraftvolle Objekte entstehen, die sich harmonisch in die Landschaft einfügen.

Die Arbeiten spiegeln die intensive Auseinandersetzung mit dem wilden Lech wider: mit seiner Kraft, seiner Dynamik und seiner

Fähigkeit, Landschaft ständig neu zu formen. Gleichzeitig erzählen die Objekte von Bewegung, Veränderung und der Vergänglichkeit allen Seins.



Denn ein wesentlicher Teil des künstlerischen Konzepts liegt im bewussten Loslassen. Nach ihrer Entstehung bleiben die Werke der Natur überlassen. Hochwasser, Schneeschmelze und starke Regenfälle ho-

len sich die Objekte früher oder später zurück. Was bleibt ist die Erinnerung – und die fotografische Dokumentation eines flüchtigen Moments zwischen Kunst und Natur.

### REFUGIO im Naturparkzentrum

2025 präsentierte Christine Gottloeber ihre Serie REFUGIO im Naturparkzentrum Tiroler Lech „Der letzte Wilde“ in Elmen. Die Arbeiten widmen sich den Themen Welt, Zeit, Ort und Zuflucht. REFUGIO bedeutet Schutz, Geborgenheit und Rückzug. Aus den vom Lech geformten Sandhölzern errichtet die Künstlerin kreisförmige Objekte mit bis zu 3,80 Metern Durchmesser und einer Höhe von rund 1,50 Metern. Der Kreis – ohne Anfang und Ende – steht dabei sinnbildlich für Kontinuität, Wandel und Verbundenheit.

Eines dieser sieben REFUGIO-Objekte wurde an der Klimmbrücke wieder aufgebaut und lädt Besucher dazu ein, innezuhalten und die besondere Atmosphäre des Lechs bewusst wahrzunehmen.

Der Lech mit seinem freien Flussbett schafft einen Raum voller Ursprünglichkeit und stiller Kraft. Eine Landschaft, die dazu einlädt, den Blick schweifen zu lassen, zur Ruhe zu kommen und darüber nachzudenken, welche Bedeutung Wasser als Lebensgrundlage für Mensch, Tier und Natur hat.

Weitere Informationen unter:  
[christinegottloeber.eu](http://christinegottloeber.eu)

# Aus Milch wird Magie

Zwischen saftigen Almwiesen und klarer Bergluft entsteht im Lechtal etwas Besonderes: Milch, die mehr ist als ein Rohstoff. Mit Zeit, Erfahrung und viel Hingabe verwandeln Bauern und Senner sie in Käse, Joghurt und feine Spezialitäten. Jeder Bissen erzählt von Natur, Handwerk und einem Leben im Einklang mit den Jahreszeiten – ursprünglich, ehrlich und voller Geschmack.

## Vom Ursprung des Geschmacks – Milch, Käse & echte Handarbeit aus dem Lechtal

Es sind oft die leisen Dinge, die am meisten berühren. Ein Duft, der nach frischem Heu riecht. Ein Stück Käse, das nach Almwiesen schmeckt. Ein Löffel cremiger Joghurt, der mehr erzählt als tausend Worte. Im Lechtal entstehen aus Milch nicht einfach Produkte – hier werden Kostbarkeiten geschaffen. Mit Zeit, mit Hingabe und mit einem tiefen Verständnis für Natur und Handwerk.



## Wo Milch Charakter bekommt

Im Lechtal beginnt alles mit der Heumilch – ursprünglich, unverfälscht und geprägt von der alpinen Vielfalt. Die Kühe fressen im Sommer saftige und kräuterreiche Gräser, im Winter bestes Heu. Diese natürliche Fütterung spiegelt sich im Geschmack wider: vollmundig, aromatisch und reich an wertvollen Inhaltsstoffen wie Omega-3-Fettsäuren.

Zwischen 2.000 und 4.000 Liter Milch liefern die Bergbauern täglich – eine überschaubare Menge, die vor allem eines ermöglicht: kompromisslose Qualität.

## Die Naturkäserei Sojer – ein Stück gelebte Geschichte

Mitten in Steeg wird diese Milch weiterveredelt – in der Naturkäserei Sojer, der einzigen Käserei im gesamten Lechtal. Seit über einem Jahrhundert ist sie eng mit den Bauern der Region verbunden.

*In the Lech Valley, milk isn't simply processed – it is transformed into a treasure. The foundation for this is the high-quality hay-fed milk, whose flavour is shaped by herb-rich alpine meadows and natural grazing. This quality reaches its full potential at the Sojer natural cheese dairy: through experience, sensitivity and artisanal care, cheeses with a strong character and an unmistakable profile are created here. The authenticity of the craft is particularly striking in the alpine pastures. Through elaborate, time-consuming processes, fresh milk is transformed*

Was einst als Genossenschaft begann, wird heute in vierter Generation als Familienbetrieb geführt. Hier trifft Erfahrung auf Feingefühl – und Tradition auf moderne Technik.

Die Milch wird direkt nach der Anlieferung verarbeitet. Schonend erwärmt, mit Kulturen veredelt und in sorgfältiger Handarbeit weitergeführt. In den Reifekellern entsteht schließlich was den Unterschied macht: Charakter.

Ob cremiger Camembert, feiner Brie oder würziger Alpengold – jeder Käse trägt die Handschrift seiner Herkunft. Rund 1,5 Millionen Liter Heumilch werden hier jährlich verarbeitet – getragen von der Zusammenarbeit mit den Bergbauern und Almen des Tales.

## Almkäse – wenn Zeit zur Zutat wird

Hoch oben auf den Almen zeigt sich, was echtes Handwerk bedeutet. Auf der Alpe Kaisers etwa beginnt jeder Käse mit frischer Milch direkt von der Alm. 750 Liter täglich werden im Kupferkessel verarbeitet. Aus rund 100 Litern entstehen lediglich 9 bis 10 Kilogramm Käse – ein Prozess, der Geduld verlangt.

Nach Wochen der Reifung auf Holz entwi-



ckelt sich ein Geschmack, der sich nicht beschleunigen lässt. Begleitet wird er von handgemachter Butter, frischer Buttermilch und dem Gefühl, etwas Naturbelassenes zu genießen.

*into alpine cheese, butter and buttermilk – products that demand patience and genuine skill. Sustainable cycles, such as those at the Petersbergalm, combine processing and livestock farming in harmony with nature. At the same time, new approaches are emerging: on-farm processing enables particularly pure products such as natural Alpine yoghurt. This variety is complemented by goat's milk specialities, which lend the Lech Valley additional, delicate flavour nuances.*



## Kreisläufe, die man schmeckt

Auf der Petersbergalm wird dieser Gedanke konsequent weitergeführt. Hier entsteht nicht nur Käse – hier entsteht ein geschlossener Kreislauf.

Die Milch wird direkt verarbeitet, die Molke dient als Futter für Almschweine, die wiederum hochwertige Produkte liefern. Alles bleibt im natürlichen Gleichgewicht. Gleichzeitig wird der Käse direkt vor Ort verkauft – echt, unverfälscht und ohne Umwege.

## Aus bester Milch – mit Sorgfalt veredelt

Auch neue Wege entstehen im Lechtal – ohne die Wurzeln zu verlieren. Bei „Sennlich“ wird die Milch direkt während des Melkens weiterverarbeitet. Das Ergebnis ist ein naturbelassener Alpenjoghurt, der durch seinen ursprünglichen Geschmack überzeugt.

Vier Generationen arbeiten hier gemeinsam am Hof – ein Miteinander, das man nicht nur sieht, sondern auch schmeckt.

## Vielfalt mit eigener Handschrift

Neben der Kuhmilch bringt auch die Ziegenhaltung besondere Nuancen hervor. Am Ziegenhof Pfefferkorn in Steeg leben rund 200 Tiere – mit viel Bewegung, frischer Luft und natürlichem Futter.

Die Milch der Saanenziegen wird zu feinen Spezialitäten verarbeitet – vom cremigen Frischkäse bis hin zu aromatischem Ziegencamembert. In Zusammenarbeit mit der Naturkäserei Sojer entsteht so eine Vielfalt, die überrascht und begeistert.

## Hosch des g'wisst?

- Eine Kuh gibt im Almsommer bis zu 2.000 Liter Milch – mit höherem Fett- und Eiweißgehalt.
- Rund 100 Liter Milch ergeben einen großen Käselaiß – entspricht ca. 500 Gläser à 200 ml.
- Die übrig gebliebene Molke ist nährstoffreich und vielseitig verwendbar.
- Kühe geben nur dann Milch, wenn es ihnen gut geht – das schmeckt man.

### Warum die Alm den Unterschied macht

Frische Luft, Bewegung und kräuterreiche Wiesen stärken die Tiere – und damit die Qualität der Milch. Gleichzeitig entsteht ein Rhythmus, der Raum lässt: für Sorgfalt, für Handarbeit, für echtes Handwerk.

### Ein Geschmack, der bleibt

Wer im Lechtal Käse kostet, erlebt mehr als Genuss. Es ist ein Stück Landschaft. Ein Stück Tradition. Und ein Stück echter Lebensart.

**Good to know:** Fresh alpine meadows, clean air and plenty of exercise define the quality of the milk in the Lech Valley – and thus the flavour of every single product. With time, care and artisanal skill, around 100 litres of milk are transformed into a cheese that is more than just food.

For true quality begins with animal welfare and continues through every stage of processing. What remains is a flavour that tastes not just of milk – but of the landscape, of tradition and of a way of life lived to the full.



*Eppas Guats:  
Frische Almbutter* →

## So schmeckt Ursprünglichkeit

Manchmal liegt das Gute näher, als man denkt. Ein Glas, etwas Schlagobers – mehr braucht es nicht, um ein Stück Lechtal nach Hause zu holen.

### Zutaten:

- 500 ml frisches Schlagobers
- 1 Prise Salz (optional)

### Zubereitung:

Das Schlagobers in ein Schraubglas füllen (nur halb voll!) und kräftig schütteln. Nach ein paar Minuten wird daraus Schlagobers, dann wird es fester – und plötzlich trennt sich die Butter von der Buttermilch.

Die feste Masse herausnehmen, kurz in kaltem Wasser kneten und nach Belieben salzen. Fertig ist deine eigene Butter.

**Tipp:** Auf frischem Bauernbrot mit Kräutern – einfacher wird Genuss nicht.

### Homemade butter

- Ingredients:
- 500 ml fresh whipping cream
  - 1 pinch of salt (optional)

**Method:** Pour the whipping cream into a screw-top jar that is half full and shake vigorously until the butter and buttermilk separate. Remove the solid butter, knead briefly in cold water and season with salt to taste.

**Tip:** Enjoy on fresh farmhouse bread with herbs – simple and traditional.



**Tierwohl beginnt mit Verantwortung:**  
Tag für Tag sorgen die Lechtaler Bauern mit viel Hingabe, Respekt und Herzblut für das Wohl ihrer Tiere – im Einklang mit Natur, Tradition und gelebter Landwirtschaft.

Bildnachweis Kühe: Emanuel Sutterlüty

# Echt & Regional Die Hauserei in Steeg

Saisonale Produkte von heimischen Bauern, frische Zutaten aus dem eigenen Garten und traditionelle Lechtaler Spezialitäten.

**ADULTS ONLY**

Zeit für Ruhe, Genuss  
und echtes Abschalten  
für Gäste ab 14



Treffpunkt  
für Genießer,  
Einheimische und  
Urlaubsgäste

## Gemütliche Stunden

Unsere H15 Bar & Lounge fasziniert durch ausgefallene Architektur in einer retro-modernen Umgebung und natürlich mit den besten Cocktails vom Barkeeper Philip.



**URIG**



**LÄSSIG**

## Spa & Relaxhotel

Entspanne bei einer Massage, genieße den Bergblick aus der Sky Lounge und lass den Tag über den Dächern von Steeg ausklingen.

Reserviere einen Tisch in einer unserer Stuben und genieße unter anderem:

- Tiroler Spezialitäten
- Steak vom heißen Stein
- Fondue
- Erlesene Weine



Speisekarte  
online ansehen



**ECHT. LÄSSIG.  
ECHT. URIG.**

Zweimal einzigartig.



**HAUSEREI**  
Design & Kräuterhotel

Dickenau 14 | 6655 Steeg  
info@hauserei.at  
www.hauserei.at

Tischreservierung: +43 5633 5644



# Gelebte Schönheit – Die Trachten des Lechtals

Wenn im Lechtal Tracht getragen wird, dann ist das mehr als ein festlicher Anlass – es ist ein sichtbares Bekenntnis zur eigenen Herkunft. Zwischen kunstvollen Stickereien, edlen Stoffen und liebevoll überlieferten Details erzählt jede Tracht ihre ganz persönliche Geschichte. Sie steht für Stolz, Identität und eine tief verwurzelte Kultur, die bis heute mit Herzblut gelebt wird. Wer genauer hinsieht, entdeckt darin weit mehr als Tradition – nämlich gelebte Geschichte.

## Verwurzelt in Geschichte und Handwerk

Die Lechtaler Tracht zählt zu den eindrucksvollsten Erscheinungen im Alpenraum – nicht zuletzt wegen ihrer außergewöhnlichen Detailverliebtheit. Über Generationen hinweg wurde sie verfeinert und bewahrt. Materialien, Schnitte und Verzierungen spiegeln dabei nicht nur modische Einflüsse vergangener Zeiten wider, sondern auch das handwerkliche Können der Region.

Ihre Wurzeln erzählen von einer Zeit, in der das Leben im Lechtal von Entbehrung – aber auch von bemerkenswerter Offenheit geprägt war. Bereits ab dem 17. Jahrhundert zogen viele Lechtaler als Handwerker und Händler in die Fremde. Von Süddeutschland bis in die Niederlande und darüber hinaus sammelten sie Erfahrungen, knüpften Kontakte und brachten hochwertige Stoffe, feine Materialien und neue modische Impulse mit zurück ins Tal. So entstand eine Tracht, die bäuerliche



Bodenständigkeit mit einem Hauch von Weltläufigkeit verbindet. Feinste Stickereien, edler Samt und schwarze Seide prägen bis heute ihr Erscheinungsbild. Was einst Alltagskleidung war, entwickelte sich zu

*The Lechtal traditional costume is one of the most impressive in the Alpine region, combining artisanal precision with living history. Developed over generations, materials such as velvet, silk and fine embroidery reflect both rural roots and influences from across Europe – brought back by the people of the Lechtal, who have been venturing out into the world as craftsmen and traders since the 17th century. What was once everyday clothing became a symbol of identity, prosperity*

einem sichtbaren Zeichen von Wohlstand, Herkunft und handwerklicher Meisterschaft.

Auch die Aufzeichnungen des Elbigenalper Heimatforschers Johann Anton Falger geben Einblick in diese Entwicklung. Seine Skizzen dokumentieren eindrucksvoll den Wandel von „alter“ zu „neuer“ Tracht – und zählen zu den wenigen historischen Zeugnissen dieser Art.

Heute ist die Lechtaler Tracht ein kostbares Kulturgut – getragen mit Selbstverständlichkeit und Respekt zugleich.

## Mehr als Kleidung – ein Stück Identität

Im Lechtal ist Tracht kein Relikt vergangener Tage, sondern Teil des gelebten Miteinanders. Ob bei kirchlichen Festen, Prozessionen oder traditionellen Veranstaltungen – sie verbindet Generationen und schafft ein Gefühl von Zusammenhalt.

Besonders sichtbar wird diese Verbundenheit im Vereinsleben. Bei den Lechtaler Musikkapellen gehört die Tracht selbstverständlich dazu. Ein markantes Erkennungszeichen vieler Kapellen sind die blauen Jacken – im Dialekt „Schuappa“ genannt – kombiniert mit roten Gilets. Dieses Zusammenspiel verleiht den Musikanten ein unverwechselbares Erscheinungsbild und macht dieses Brauchtum auf den ersten Blick erlebbar.

## Tradition in Bewegung

Dass Tracht im Lechtal nicht stillsteht, zeigt das Engagement der Trachtenvereine. Der Trachtenverein Elbigenalp und Umgebung – gegründet 1991 von Guido Degasperi und heute unter der Leitung von Florian Degasperi – zählt rund 250 Mitglieder. Darunter sind viele Kinder und Jugendliche, Tänzerinnen und Tänzer sowie engagierte Trachtenträgerinnen und -träger.

Mit Heimatabenden und Auftritten schaffen sie Räume, in denen Brauchtum nicht



nur gezeigt, sondern erlebt wird. Musik, Tanz und Tracht greifen ineinander und machen Tradition spürbar – lebendig, authentisch und nahbar.

Auch in Holzgau wird dieses kulturelle Erbe mit viel Herzblut gepflegt. Hier zeigt sich besonders: Tracht gehört nicht ins Museum, sondern ins Leben – getragen mit Stolz und Freude, auch von der jungen Generation.



## Die Kunst der Vielfalt

Besonders die Frauentracht beeindruckt durch ihre Eleganz und Vielfalt. Je nach Anlass, Jahreszeit oder Ort variiert sie in Farbe, Schnitt und Ausführung. Mieder, Schürzen und Kopfbedeckungen werden sorgfältig aufeinander abgestimmt und zeugen von einem feinen Gespür für Ästhetik.

Doch auch die Männertracht steht ihr in nichts nach: Mit klaren Linien, hochwertigen Materialien und traditionellen Elementen verkörpert sie Bodenständigkeit und Stolz gleichermaßen. Gemeinsam formen sie ein harmonisches Gesamtbild, das die kulturelle Verwurzelung auf besondere Weise sichtbar macht.

*and cultural self-image. Historical records, such as those by Johann Anton Falger, impressively document this transformation. Today, traditional costume is an integral part of life in the Lech Valley. It is worn at festivals, processions and in community life, and brings generations together. It is particularly prominent in brass bands and traditional costume societies, which keep the tradition alive and actively pass it on.*

**Handwerk mit Zukunft**

Dass diese Tradition bis heute Bestand hat, verdankt das Lechtal nicht zuletzt engagierten Menschen, die ihr Wissen weitertragen. Ein Beispiel dafür ist die Trachten.Werkstatt Außerfern. Werkstatt Außerfern in Holzgau – ein Ort, an dem Tracht nicht nur gefertigt, sondern verstanden wird.

Hier entstehen maßgeschneiderte Einzelstücke, bewusst auf Langlebigkeit ausgelegt. Hochwertige Materialien, traditionelle Verarbeitung und echte Handarbeit setzen

ein klares Zeichen gegen schnelllebige Mode. Gleichzeitig werden bestehende Trachten mit viel Feingefühl restauriert und wieder tragbar gemacht – ein nachhaltiger Zugang, der Vergangenheit und Gegenwart verbindet.

**Zwischen Vergangenheit und Zukunft**

Die Lechtaler Tracht ist ein eindrucksvolles Beispiel dafür, wie Tradition und Moderne im Einklang stehen können. Sie bewahrt

ihre Wurzeln und entwickelt sich dennoch behutsam weiter. So bleibt sie nicht nur ein Symbol vergangener Zeiten, sondern auch ein lebendiger Teil der Gegenwart. In einer Welt, die sich ständig verändert, bietet sie Halt und Orientierung – und erinnert daran, wie identitätsstiftend es ist, die eigene Geschichte zu kennen und zu tragen. Wild, frei und voller Bedeutung.



**Gelebte Tradition im Klang der Berge:** Die Musikkapellen des Lechtals tragen ihre Tracht mit Stolz – und machen bei festlichen Anlässen Gemeinschaft und Brauchtum eindrucksvoll sichtbar.



*The Lechtal traditional costume is a living cultural heritage that is still worn with pride today – even by the younger generation. The women's costume, in particular, impresses with its diversity and elegance, whilst the men's costume, with its clean lines and high-quality materials, symbolises a down-to-earth spirit. Together, they reflect the cultural identity of the Lechtal valley. Dedicated craft workshops, such as the Trachtenwerkstatt in Holzgau, ensure the survival of this tradition. Durable, one-of-a-kind pieces are created through meticulous handcrafting, whilst existing costumes are restored and preserved. In this way, the Lechtal traditional costume bridges the past and the future: it preserves its roots, continues to evolve, and remains an expression of living history and a genuine way of life.*

*Tip: Tracht hautnah erleben*

Wer die Lechtaler Tracht in ihrer ganzen Lebendigkeit erleben möchte, hat im Sommer die beste Gelegenheit dazu: Bei den traditionellen Brauchtumsabenden im Tal werden Musik, Tanz und Tracht auf besondere Weise erlebbar. Hier treffen Einheimische und Gäste aufeinander, Musikkapellen spielen auf, Trachtengruppen zeigen ihr Können – und die Lechtaler Tracht wird getragen, wie sie gedacht ist: mit Stolz, Freude und echter Verbundenheit.

Auch rund um den 15. August (Mariä Himmelfahrt), bei feierlichen Prozessionen sowie bei den Lechtaler Almabtrieben zeigt sich die Tracht in ihrer ganzen Vielfalt und Bedeutung.

**Mehr Infos zu Terminen und Orten unter [lechtal.at](http://lechtal.at)**



Trachten.Werkstatt Außerfern



**Tradition mit Herz und Handwerk:** Die Schneiderinnen Margret Hauser, Ylvia Krenslehner und Astrid Weninger bewahren mit viel Liebe zum Detail die Schönheit der Lechtaler Tracht.



**Handwerk mit Herz und Haltung**  
Tracht ist im Lechtal weit mehr als Kleidung – sie ist Kulturgut. In der Trachten.Werkstatt Außerfern in Holzgau wird genau dieser Gedanke mit Leben erfüllt. Im Mittelpunkt steht hier das ehrliche Handwerk: Das Schneiden, das Gestalten, das Bewahren. Drei Frauen aus drei Generationen haben sich zusammengeschlossen, um Tradition weiterzutragen und neu zu interpretieren. Mit Erfahrung, frischem Blick und spürbarer Leidenschaft ist ein Ort entstanden, an dem Vergangenheit und Zukunft miteinander vernäht werden. Jede bringt ihre eigene Geschichte mit – doch sie alle verbindet das Ziel, die Tracht als lebendiges Erbe zu erhalten. In einer Zeit, in der Mode oft schnelllebig geworden ist, setzt die Trachtenwerkstatt bewusst ein Zeichen für Nachhaltigkeit.



Hier entstehen keine Massenprodukte, sondern maßgeschneiderte Einzelstücke – gefertigt aus hochwertigen Materialien und mit dem Anspruch, über viele Jahre hinweg getragen zu werden. Jede Naht, jeder Knopf und jedes Detail werden mit Sorgfalt gesetzt – getragen von der Überzeugung,

dass Kleidung wieder Wert haben darf. Es sind Stücke, die nicht nur getragen, sondern weitergegeben werden sollen. Stücke, die Geschichten erzählen – und neue entstehen lassen. Gleichzeitig widmet man sich hier auch dem Bestehenden: Alte Trachten werden restauriert, angepasst und mit viel Feingefühl in die Gegenwart geholt. So bleibt nicht nur das Material erhalten, sondern auch die Erinnerung – sichtbar, spürbar und tragbar. Ein nachhaltiger Zugang, der zeigt, wie wertvoll das Bewahren sein kann. Die Trachten.Werkstatt Außerfern versteht sich als Ansprechpartner für alle, die Tradition schätzen – ob Privatpersonen oder Vereine. Mit individueller Beratung, handwerklichem Können und einem feinen Gespür für das große Ganze wird hier daran gearbeitet, dass das Erscheinungsbild der regionalen Trachten bewahrt bleibt. Vielleicht ist es genau diese Haltung, die den Unterschied macht: Die Freude am Tun, der Respekt vor dem Alten und der Mut, es mit neuem Blick weiterzudenken. Oder, wie man im Lechtal sagen würde: Ein Stück Heimat, das man anziehen kann.

*Buchempfehlung*

Wer tiefer in die Kunst und Tradition der Lechtaler Trachten eintauchen möchte, dem empfehlen wir das Buch „Die Trachten des Tiroler Lechtals – Tradition, die anzieht“ des Museumsvereins Wunderkammer – eine liebevoll gestaltete Hommage an gelebtes Brauchtum, kunstvolle Handwerkskunst und die kulturelle Identität des Lechtals.

**Ein Stück Heimat, das bleibt**  
Maßgeschneiderte Trachten mit Herz, Restaurierung & Veredelung bestehender Stücke, Handarbeit statt Massenware  
**Nachhaltig gedacht – für Generationen gemacht**

**VERKAUFLADEN mit österreichischen Produkten**  
Holzgau 45, 6654 Holzgau  
[www.trachtenwerkstatt-ausserfern.at](http://www.trachtenwerkstatt-ausserfern.at)

*Bildnachweis: Trachten.Werkstatt Außerfern*

*Trachten.Werkstatt Außerfern in Holzgau embodies living craftsmanship and a mindful approach to tradition. Here, three women from three generations combine experience with fresh perspectives to preserve and develop the Lechtal traditional costume as a living cultural heritage. The focus is on bespoke, one-off pieces made from high-quality materials, crafted with great care and a commitment to durability. At the same time,*

*existing traditional costumes are restored and carefully adapted to the present day. This creates a sustainable approach that bridges the past and the future – and showcases traditional costume as an expression of identity, quality and a living sense of home.*

# Ski Alpin

Wenn der Winter das Lechtal in stilles Weiß hüllt, beginnt eine Zeit, die Raum schafft – für Bewegung, für Begegnungen und echte Erlebnisse. Zwischen kleinen Liften im Tal und der alpinen Größe des Arlbergs entfaltet sich ein Skigefühl, das bewusst leiser ist – und gerade deshalb intensiver.



An der Jöchelspitze in Bach zeigt sich der Winter von seiner sonnigen Seite. Während unten im Tal Ruhe und Ursprünglichkeit spürbar bleiben, eröffnen sich oben weite Ausblicke, bestens präparierte Pisten und ein Skigenuss, der bewusst entspannt bleibt.

**Sanfte Spuren im weiten Weiß**

Im Lechtal folgt der Winter keinem lauten Takt. Er kommt leise, legt sich wie ein Schleier über Wälder, Wiesen und Dörfer – und schafft jene besondere Atmosphäre, in der Skifahren mehr ist als nur Bewegung. Es ist ein Eintauchen – in die Landschaft, in den Moment und in ein Lebensgefühl, das Raum lässt.

**Die kleinen Skigebiete – nahbar, ursprünglich, getragen von Gemeinschaft**

Die Lifтанlagen im Lechtal fügen sich wie selbstverständlich in die Landschaft ein – eingebettet in die gewachsene Dorfstruktur, nie dominant, sondern immer Teil des Ganzen. In Holzgau, Elbigenalp, Häselgehr, Stanzach, im Auszeitdorf Boden in der Gemeinde Pfafflar oder im kleinen Gramais warten sonnige Übungshänge, übersichtliche Pisten und kurze Wege, die den Einstieg leicht machen und den Skitag entspannt halten.



Gerade Orte wie Boden und Gramais zeigen eindrucksvoll, wie ursprünglich Skifahren sein kann: klein, familiär und eingebettet in eine alpine Winterlandschaft, die nicht inszeniert wirkt, sondern gewachsen

ist. Hier zählt nicht die Größe, sondern das Gefühl.

Hier kennt man sich. Hier grüßt man sich herzlich und verbringt gemütliche Skinachmittage. Und hier ist Skifahren kein Spektakel, sondern gelebter Alltag. Die Pisten sind bewusst überschaubar gehalten – ideal für Familien, Wiedereinsteiger und alle, die den Fokus auf das Erlebnis statt auf die Herausforderung legen. Gerade diese Reduktion schafft Qualität: mehr Raum, mehr Zeit, mehr Gespür für den eigenen Rhythmus.

Was diese kleinen Skigebiete jedoch besonders macht, liegt oft hinter den Kulissen. Viele der Lifтанlagen werden mit großem Engagement von Einheimischen getragen – von Vereinen, Gemeinden und zahlreichen freiwilligen Helfern. Es sind jene, die frühmorgens nach Neuschnee ausrücken, die Pisten präparieren, Technik instand halten und dafür sorgen, dass der Betrieb reibungslos läuft. Ohne diese stille, tatkräftige Unterstützung wäre Skibetrieb in dieser Form vielerorts gar nicht möglich. Diese Haltung prägt das Erlebnis spürbar: Skifahren im Lechtal ist nicht anonym, sondern persönlich. Es ist ein Miteinander, das man fühlt – in jedem Schwung.

**Die Jöchelspitze – Sonnenseite des Skifahrens**

Ein besonderes Highlight im Tal ist das Familienskigebiet an der Jöchelspitze in Bach. Die moderne 8er-Kabinen-Umlaufbahn bringt Wintersportler und Winterwanderer komfortabel von der Talstation hinauf auf rund 1.800 Meter Seehöhe – dorthin, wo sich das Lechtal von seiner besonders sonnigen Seite zeigt. Oben angekommen öffnet sich ein Panorama, das weit über das Tal hinausreicht: Die Lechtaler und Allgäuer Alpen rücken in greifbare Nähe, während unterhalb die



verschneite Landschaft in ruhiger Klarheit liegt. Es ist ein Ort, der Weite spürbar macht – und gleichzeitig Geborgenheit vermittelt.

Die bestens präparierten Pisten bieten ideale Bedingungen für Einsteiger und erfahrene Wintersportler gleichermaßen. Familien schätzen die Übersichtlichkeit und die entspannte Atmosphäre, während geübte Skifahrer die Qualität der Abfahrten genießen. Snowboarder ziehen ihre Schwünge durch den Schnee – begleitet von Sonne, Ruhe und dem Gefühl, genau am richtigen Ort zu sein.

Die Jöchelspitze ist dabei mehr als ein Skigebiet: Genussberg, Familienberg und Aussichtsberg zugleich. Ergänzt wird das Erlebnis durch besondere Angebote wie den wöchentlichen Tourengerabend auf der präparierten Piste, der viele Skitourengeher anzieht und den Tag in der Sonnalm bei der Bergstation stimmungsvoll ausklingen lässt.

Und auch im Tal beginnt der Genuss: Direkt an der Talstation lädt der Lechtaler Hexenkessel zur gemütlichen Einkehr ein – ein Ort, an dem man ankommt, sich aufwärmt und den Skitag kulinarisch einrahmt.

community feel.

A highlight is the ski resort on the Jöchelspitze in Bach. Modern lifts take you up to around 1,800 metres, where sunny slopes and impressive views of the surrounding mountains await. The offering is complemented by special experiences such as ski touring evenings and cosy places to stop for a bite to eat – both on the mountain and in the valley.

In the Lech Valley, winter reveals its tranquil, unspoilt side. Small, family-friendly ski resorts characterise the valley – nestled in the landscape, accessible and unpretentious. Compact slopes, short distances and a relaxed atmosphere make skiing here special – ideal for families and anyone who values enjoyment over scale.

Many of the resorts are run by dedicated locals, which gives skiing a personal,

# Das Große erleben: Ski Arlberg

Für alle, die noch mehr Vielfalt suchen, liegt mit Ski Arlberg eines der beeindruckendsten Wintersportgebiete der Alpen direkt vor der Haustür des Lechtals. In nur wenigen Fahrminuten öffnet sich eine alpine Welt mit über 300 Pistenkilometern und rund 200 Kilometern an Tiefschneevarianten – ein Terrain, das von genussvollen Carvinghängen bis zu anspruchsvollen Abfahrten alles bereithält. Modernste Lifтанlagen, ein dichtes Netz an Skischulen und eine außergewöhnliche Vielfalt an Einkehrmöglichkeiten machen den Arlberg zu einem internationalen Hotspot des Wintersports. Hier trifft sportliche Dynamik auf alpine Tradition – und schafft Erlebnisse, die weit über den einzelnen Skitag hinausgehen. Gerade diese Nähe macht den Aufenthalt im Lechtal so besonders. Während man im Tal in ruhiger Atmosphäre wohnt und die Vorteile einer entspannten, oft auch preislich attraktiven Unterkunft genießt, eröffnet sich tagsüber die gesamte Bandbreite des alpinen Skisports.

**Besonders komfortabel:** Mit gültigem Skipass gelangen Gäste kostenlos per Ski-bus direkt ins Skigebiet rund um Warth-Schröcken. So entsteht ein Wechselspiel, das seinesgleichen sucht – zwischen stiller Rückzugsoase und internationalem Skierlebnis, zwischen Entschleunigung und alpiner Klasse. Und das bis weit in den Frühling hinein.



**Die ersten Schwünge fürs Leben**

Auch für die Kleinsten beginnt im Lechtal etwas Großes. Skischulen und Initiativen wie „Kinderschnee“ setzen auf spielerisches Lernen, individuelle Betreuung und echte Begeisterung. Es geht nicht um Leistung, sondern um Freude – und genau das bleibt.

**Ein Winter, der bleibt**

Zurück im Tal verändert sich der Rhythmus. Die Geschwindigkeit weicht der Stille, das Adrenalin einem Gefühl von Ankommen. Vielleicht liegt genau darin die Stärke des Lechtals: in der Balance zwischen Weite und Geborgenheit.

Ein Skitag kann hier klein beginnen – und groß enden. Oder umgekehrt. Denn das Lechtal ist kein Entweder-oder. Es ist ein Sowohl-als-auch. Ein Ort, an dem man im Stillen zuhause ist – und im Großen Skifahren kann.



*Skifahren im Lechtal*



Ski Arlberg, one of the largest ski resorts in the Alps, is just a few minutes' drive from the Lech Valley. Over 300 kilometres of slopes and numerous deep-snow options offer maximum variety – from leisurely runs to challenging descents. Modern facilities and plenty of places to stop for refreshments make the resort an international winter sports hotspot.

The Lechtal's particular strength lies in the combination: peaceful, nature-oriented living in the valley alongside direct access to the vast ski world of the Arlberg – easily reached by ski bus.

There are also ideal conditions for beginners and children, with ski schools and fun-filled activities. The result is a winter experience that balances tranquillity and variety – a retreat amidst the grandeur of the Alps.



## Die Lechtaler Liftanlagen im Detail

### JÖCHELSPITZE

#### Das größte Skigebiet im Lechtal

Mit rund 5 Pistenkilometern ist die Jöchelspitze in Bach das größte Skigebiet im Lechtal – und zugleich ein Geheimtipp für alle, die spannendes Skifahren schätzen.

Die moderne 8er-Kabinenbahn bringt Gäste komfortabel auf rund 1.800 Meter. Alle Abfahrten führen zurück zur Talstation – ideal für Familien und Genießer.

#### Pistenangebot: 5 km gesamt

- 50 % leicht
- 50 % mittel

#### Das Wichtigste auf einen Blick

- 100 % beschneibare Pisten (25 Schneekanonen)
- Talabfahrt vorhanden
- längste Abfahrt: 2,5 km
- sonnige Lage, über & unter Baumgrenze

### HOLZGAU Gföllberglift

Direkt oberhalb der Kirche in Holzgau gelegen, bietet der Gföllberglift ideale Bedingungen für Anfänger, Familien und Wiedereinsteiger. Leichte und mittelschwere Pisten sowie die ruhige Lage machen das Skigebiet besonders einsteigerfreundlich. Perfekt kombinierbar mit dem vielfältigen Langlauf- und Winterwanderangebot rund um Holzgau.

#### Pistenangebot: 2,5 km gesamt

- 60 % leicht
- 40 % mittel

#### Das Wichtigste auf einen Blick

- Höhenlage: 1.108 – 1.329 m
- überschaubares, sonniges Skigebiet
- ideal für erste Schwünge und Familien

#### Jöchelspitze – Bach

The largest ski resort in the Lech Valley combines sunny slopes, modern facilities and a relaxed skiing experience. The 8-seater gondola lift takes winter sports enthusiasts up to around 1,800 metres above sea level. All slopes lead back to the valley station – ideal for families and those looking to enjoy a leisurely day out.

5 km of slopes | 50% easy | 50% intermediate | Valley run | 100% snow-making capacity

#### Knittellifte Elbigenalp

The Knittellifte in Elbigenalp offer several practice areas as well as an intermediate run on the Sonnenlift. Particularly popular with families, ski schools and for racing and technique training.

2 km of slopes | 75% easy | 25% intermediate | 3 lifts | Ski hire & ski hut

### ELBIGENALP

#### Sonnenlift – Knittellifte Elbigenalp

Die Knittellifte in Elbigenalp sind ein klassisches Familienskigebiet mit Fokus auf Ausbildung und Einstieg. Mehrere Übungslifte im Tal sowie der Sonnenlift mit mittelschwerer Abfahrt bieten ideale Voraussetzungen für Anfänger und Skischulen.

Beliebt für Skikurse sowie Renn- und Stangentraining – ein Ort, an dem Technik wächst und Sicherheit entsteht.

#### Pistenangebot: 2 km gesamt

- 75 % leicht
- 25 % mittel

#### Das Wichtigste auf einen Blick

- Höhenlage: 1.050 – 1.220 m
- 3 Lifte (inkl. Übungs- und Babylifte)
- Skiverleih & Skihütte vor Ort

### STANZACH Stoamandlift

Am Ortsrand von Stanzach gelegen, überzeugt dieses kleine Skigebiet mit seiner familiären Atmosphäre. Ein Schlepplift und mehrere Übungslifte bieten sowohl leichte als auch mittelschwere Pisten – ideal für Einsteiger und Genießer. Ein echtes Stück Lechtal: persönlich, überschaubar und getragen von der Begeisterung der Einheimischen.

#### Pistenangebot: 1,7 km gesamt

- 59 % leicht
- 41 % mittel

#### Das Wichtigste auf einen Blick

- Höhenlage: 940 – 1.049 m
- 3 Lifte
- ruhige Lage abseits des Trubels
- Nachtskillauf mit Flutlicht (wöchentliche Termine)

#### Gföllberglift Holzgau

The small, sunny ski area above the church in Holzgau is particularly suitable for families, beginners and those returning to the sport. Easy and intermediate slopes ensure relaxed skiing enjoyment in a peaceful atmosphere.

2.5 km of slopes | 60% easy | 40% intermediate | family-friendly & compact

#### Stoamandlift Stanzach

This small ski area on the outskirts of Stanzach offers a T-bar lift as well as several practice lifts with easy and intermediate runs – ideal for beginners and leisure skiers.

1.7 km of slopes | 59% easy | 41% intermediate | family-friendly atmosphere



## Unsere kleinsten Liftanlagen

### Skilift Boden (Pfafflar)

Im Bergdorf Boden im Bsclabertal, auf rund 1.350 Meter Seehöhe, liegt eines der ursprünglichsten Skigebiete des Lechtals. Der kleine Übungslift am Ortsrand bietet ideale Bedingungen für Anfänger und Kinder – eingebettet in die ruhige Winterlandschaft des Naturparks Tiroler Lech.

Der Liftbetrieb erfolgt saisonal und auf Anfrage – getragen von viel Engagement vor Ort.

#### Pistenangebot: 0,3 km gesamt

- 100 % leicht

#### Das Wichtigste auf einen Blick

- Höhenlage: 1.335 – 1.370 m
- 1 Lift
- schneesichere Lage im Seitental

#### Boden Ski Lift (Pfafflar)

Small, high-altitude and unspoilt: the practice lift in the mountain village of Boden in the Bsclabertal valley lies at around 1,350 metres above sea level and offers ideal conditions for beginners and children. Its peaceful setting in the Tyrolean Lech Nature Park and guaranteed snow make this small ski area particularly appealing.

1 lift | 0.3 km easy run

#### Gramais Ski Lift

Quiet, close to nature and family-friendly: in Austria's smallest village, winter sports enthusiasts can enjoy a charming practice lift with gentle slopes and a relaxed atmosphere. The offering is complemented by winter hiking, snowshoeing, cross-country skiing and tobogganing.

1 lift | 0.3 km of easy slopes

### Skilift Gramais

Im kleinsten Dorf Österreichs, eingebettet im Gramais Tal, liegt dieser charmante Übungslift. Mit seiner ruhigen Lage und den sanften Hängen ist er besonders bei Kindern und Anfängern beliebt.

Abseits der Piste ergänzen Rodeln, Schneeschuh- und Winterwanderungen sowie Langlauf das Angebot.

#### Pistenangebot: 0,3 km gesamt

- 100 % leicht

#### Das Wichtigste auf einen Blick

- Höhenlage: 1.330 – 1.390 m
- 1 Lift
- idyllische Lage im Seitental

### Übungslift Häselgehr

Der Übungslift in Häselgehr liegt zentral im Tal und richtet sich ganz an Anfänger und Kinder. Kurze Wege und ein überschaubares Gelände machen den Einstieg ins Skifahren besonders einfach.

Perfekt für erste Versuche im Schnee. Ein Ort für die ersten Schwünge – unkompliziert, sicher und ganz nah dran.

#### Pistenangebot: 0,2 km gesamt

- 100 % leicht

#### Das Wichtigste auf einen Blick

- Höhenlage: 1.000 – 1.025 m
- 1 Lift



#### Häselgehr Beginners' Lift

Close by, straightforward and ideal for those first turns: the centrally located beginners' lift in Häselgehr is particularly suited to children and beginners. Short distances and a manageable terrain ensure a relaxed introduction to skiing.

1 lift | 0.2 km of easy slopes



## DEIN GOURMET- & WELLNESSHOTEL



2.000 m<sup>2</sup> großer Wellnessbereich



Spa & Beauty

Chef's Table Private Dining für 5 – 12 Personen



à la carte Wirtshaus

Haubengekrönte Kulinarik in unserer Zirbenstube



Gourmet-restaurant

Kulinarische Sommer- und Wintererevents



Hütte & Seminar auf 1.350 m

Reitangebote für Anfänger und Fortgeschrittene



Pferde & Reiten

exklusives Fischwasser für unsere Hausgäste



Fliegenfischen

Entdecke unsere Vielfalt für Genießer.

www.poststeeg.at



Lechquell Hotel Post Steeg GmbH  
Hnr. 17 · 6655 Steeg  
T +43 5633 5307 · hotel@poststeeg.at



## 5 Gründe, warum man das Lechtal nicht vergisst

Wir haben nachgefragt – und über 240 Gäste haben geantwortet. Ihre Stimmen zeigen: Es sind nicht die großen Attraktionen, sondern die stillen, echten Momente, die bleiben. Vielleicht ist es genau das, was bleibt: Nicht das, was man gesehen hat – sondern das, was man gespürt hat.



Deine Meinung zählt! Was bewegt dich am Lechtal – und warum führt dich dein Weg immer wieder hierher zurück? Jetzt an der anonymen Umfrage teilnehmen.

The Lech Valley captivates visitors not with major attractions, but with quiet, authentic moments that linger long in the memory – as demonstrated by the results of a guest survey with over 240 responses. It is a place where tranquillity is palpable and creates space – for slowing down, for encounters and for oneself.

The unspoiled nature surrounding the free-flowing Lech is moving without being staged. At the same time, a genuine authenticity characterises the valley: traditions here are not a show, but part of everyday life. It is particularly the people and the small encounters that linger in the memory. Genuine warmth and a slower pace make the Lech Valley a place where time is experienced differently. In the end, it is not what you have seen that remains – but the feeling.

„Endlich ein Ort, an dem man wirklich abschalten kann.“

### DIE RUHE, DIE NACHWIRKT

Im Lechtal ist es nicht still – sondern ruhig. Eine wohlthuende Stille, die Raum schafft: für Gedanken, für Gespräche, für sich selbst. Und die oft noch lange nach dem Urlaub spürbar bleibt.

„So ursprünglich – genau das habe ich gesucht.“

### NATUR, DIE BERÜHRT

Fernab vom Lärm des Alltags findest du hier Frieden – nur der Wind, das Murmeln eines Baches und die Weite der Gipfel erwarten dich.

„So entspannt habe ich mich lange nicht gefühlt.“

### MOMENTE OHNE EILE

Wandern, baden, entdecken – ohne Hektik, ohne Druck. Im Lechtal entsteht Raum für echte Erlebnisse. Und für Erinnerungen, die bleiben.

„Man merkt sofort: Das ist hier alles echt.“

### ECHTHEIT, DIE BLEIBT

Das Lechtal verstellt sich nicht. Hier wird Tradition gelebt, nicht gezeigt. Vieles wirkt selbstverständlich – und genau darin liegt seine besondere Kraft.

„Die Menschen hier machen den Unterschied.“

### BEGEGNUNGEN, DIE IN ERINNERUNG BLEIBEN

Ein Gespräch am Wegesrand, ein freundliches Grüßen, ehrliche Herzlichkeit – oft sind es die kleinen Begegnungen, die lange nachklingen.

# Die Zukunft beginnt im Staunen

Nachhaltigkeit beginnt mit Begeisterung und Verständnis. Im Naturpark Tiroler Lech wird Wissen lebendig, wenn Kinder den Fluss erforschen, Jugendliche Zusammenhänge begreifen und Erwachsene neu lernen, hinzusehen. Eine Bildungsarbeit, die berührt – und bleibt.



Ein Tag am Lech – so simpel wie genial. Steine werfen, durchs Wasser waten, staunen und dabei ganz nebenbei die Natur neu entdecken. Zwischen Stanzach und Forchach wird der wilde Fluss zum Erlebnisraum für kleine und große Entdecker.

**Lernen, wo Natur spricht**

Der Naturpark Tiroler Lech ist mehr als ein geschützter Lebensraum – er ist ein Lernraum. Einer, der nicht in Klassenzimmern endet, sondern draußen beginnt: zwischen Kiesbänken, Auwäldern und dem letzten Wildfluss der Nordalpen.

Hier wird Wissen nicht nur vermittelt, sondern erlebt. Wer dieses einzigartige Gebiet betritt, wird Teil eines Systems, das sensibel ist – und zugleich kraftvoll. Genau darin liegt der Bildungsauftrag: Zusammenhänge sichtbar zu machen, Verständnis zu schaffen und ein Bewusstsein zu fördern, das über den Moment hinaus wirkt.

**Naturparkschulen – Lernen mit allen Sinnen**

Ein zentrales Herzstück dieser Bildungsarbeit sind die Naturparkschulen im Lechtal, etwa in Elmen und Steeg. Sie stehen für eine Form des Lernens, die den Blick nach draußen richtet – und die Natur zum festen Bestandteil des Unterrichts macht.

Ob bei Projekttagen wie „Leben unter Wasser“, bei denen Kinder die Entwicklung heimischer Fischarten erforschen, oder bei Exkursionen entlang des Lechs: Hier wird Naturverständnis greifbar. Die Schüler beobachten, entdecken, hinterfragen – und entwickeln dabei ein Gespür für ökologische Zusammenhänge.

Ziel ist es, früh anzusetzen. Kinder werden zu Botschaftern ihrer Umwelt, lernen Verantwortung zu übernehmen und entwickeln ein Verständnis für nachhaltiges Handeln, das sie ein Leben lang begleitet.

**Erleben statt erklären**

Formate wie die Naturparktage, Umweltbildungsprogramme in Zusammenarbeit mit „Natopia“, die wöchentlichen Führungen und das jährlich ausgewählte Veran-

staltungsprogramm öffnen den Bildungsraum für alle Generationen. Sie verbinden Zusammenhänge mit Erlebnis, schaffen Begegnung und machen Natur in ihrer Vielfalt zugänglich.



Geführte Exkursionen, Workshops und interaktive Angebote zeigen, wie faszinierend und zugleich schützenswert dieser Lebensraum ist. Dabei geht es nicht um erhobene Zeigefinger, sondern um Begeisterung – denn wer versteht, der schützt.

**Wissen weitergeben – Verantwortung teilen**

Auch die Erwachsenenbildung spielt eine zentrale Rolle. Mit Initiativen wie der Lehrerfortbildung „Klimareise“ werden Multiplikatoren gestärkt, die ihr Wissen weitertragen. Pädagogen, Guides und Partnerbetriebe werden zu Vermittlern eines Bewusstseins, das weit über den Naturpark hinausreicht. Denn Nachhaltigkeit entsteht nicht isoliert – sie lebt vom Miteinander. Vom Austausch zwischen Generationen, von regionaler Zusammenarbeit und von der Bereitschaft, Verantwortung zu teilen.

**Ein Naturpark als Haltung**

Der Naturpark Tiroler Lech versteht sich nicht nur als Schutzgebiet, sondern als Modellregion. Gemeinden, Schulen, Be-

triebe und engagierte Menschen arbeiten gemeinsam daran, Natur zu bewahren und gleichzeitig erlebbar zu machen.

Diese Verbindung aus Schutz, Nutzung und Bildung macht den Naturpark zu einem lebendigen Beispiel für nachhaltige Entwicklung. Es geht nicht darum, Natur auszusperren – sondern darum, sie bewusst zu erleben.

**Was bleibt**

Am Ende ist es oft ein Moment: das erste Mal einen Fisch im klaren Wasser entdecken, das Rascheln der Auwälder hören, den eigenen Fußabdruck im Lechsand sehen. Kleine Erlebnisse, die Großes bewirken.

Denn wer die Natur versteht, begegnet ihr anders. Achtsamer. Respektvoller. Und mit dem Wunsch, sie zu bewahren.

Der Naturpark Tiroler Lech zeigt, wie das gelingen kann – Schritt für Schritt. Und manchmal beginnt alles mit einem einfachen Staunen.



*The Tiroler Lech Nature Park is not only a protected natural area, but also a place for learning and discovery. Amidst the wild river, floodplain forests and gravel banks, children and adults alike can experience nature with all their senses. The nature park schools in Elmen and Steeg, in particular, combine classroom learning with hands-on experiences in the great outdoors. Projects, excursions and workshops promote an understanding of ecological interrelationships and sustainable action. Events such as Nature Park Days or 'Natopia' make knowledge of nature accessible to all generations. The focus is on enthusiasm, discovery and shared*

*experiences. Adult education also plays an important role: teachers, guides and partner organisations pass on knowledge and raise awareness of nature and sustainability. The nature park sees itself as a model region where local authorities, schools and businesses take joint responsibility. The aim is to protect nature whilst making it a conscious experience. Small encounters with nature often create the strongest connection to the environment – and encourage a mindful approach to nature.*



PRÄDIKAT:

**„Besonders schützenswert“**

**Gelber Frauenschuh – stille Schönheit, streng geschützt**

Er wirkt fast wie ein kleines Wunder am Waldboden: der Gelbe Frauenschuh. Mit seiner leuchtend gelben, schuhförmigen Blüte und den rotbraun gedrehten Blütenblättern zählt er zu den eindrucksvollsten Orchideen Europas – und zugleich zu den empfindlichsten. In lichten, kalkreichen Wäldern kommt er in Symbiose mit einem spezifischen Pilz im Erdboden vor und braucht Geduld und Zeit: Bis zu 15 Jahre vergehen, bis sich erstmals eine Blüte zeigt.

Seine raffinierte Bestäubung macht ihn ebenso besonders wie verletzlich. Insekten werden angelockt, gefangen und erst nach vollbrachter Bestäubung wieder freigegeben. Doch so faszinierend er ist, so gefährdet ist sein Bestand – durch Lebensraumverlust und menschliche Eingriffe.

In der Martinauer Au wird dieses Naturjuwel daher seit Jahrzehnten mit großem Engagement der Bergwacht geschützt. Ein leises Zeichen dafür, wie wertvoll das ist, was nicht laut sein muss.



**Zur Website des Naturpark Tiroler Lech**

**Particularly worth protecting:**

*The yellow lady's slipper is one of the rarest and most beautiful orchids in Europe. With its striking yellow flower, it grows in open, chalky forests and takes many years to flower for the first time. Its unique pollination method makes it fascinating, but also vulnerable to human interference. Habitat loss has put this strictly protected plant at risk. In the Martinauer Au, it has therefore been protected by the Mountain Rescue Service for decades – a silent symbol of the value of unspoiled nature.*



PRÄDIKAT:

**„Besonders sehenswert“**

**Thresa Waldele – Zukunft, die Wurzeln schlägt**

Ein neuer Weg im Lechtal, der leise von morgen erzählt: Im Thresa Waldele bei Elmen entsteht auf einer ehemals vom Borkenkäfer geprägten Fläche ein klimafitter Mischwald. Entlang des rund 300 Meter langen, barrierefreien Themenwegs geben liebevoll gestaltete Stationen Einblicke in die Kraft widerstandsfähiger Wälder – verständlich, erlebbar und sogar in Blindenschrift zugänglich. Besonders spürbar wird die Idee dort, wo junge Bäume wachsen: Gepflanzt von Kindern der Naturparkschule und des Kindergartens Elmen stehen sie sinnbildlich für Verantwortung über Generationen hinweg. Rastplätze, spielerische Elemente und die Geschichte rund um Thresa machen den Weg zu einem Ort des Innehaltens – und des Weiterdenkens.

**Especially worth visiting:**

*The Thresa Waldele near Elmen demonstrates how a sustainable future can flourish in the Lech Valley. On an area affected by bark beetles, a climate-resilient mixed forest is taking shape, which can be experienced along an accessible themed trail. Easy-to-understand information points, rest areas and playful elements convey knowledge about resilient forests for all generations. Particularly symbolic: the young trees were planted by children from the Nature Park School and the Elmen Kindergarten – as a sign of responsibility and nature conservation in action.*





### SONNENAUFGANG AM BERG – STILLE VOR DEM TAG

Es gibt einen Moment, in dem selbst das Tal noch den Atem anhält. Wenn die ersten Sonnenstrahlen die Gipfel berühren und der Lech im Morgendunst schimmert. Kein Lärm. Kein Plan. Nur Licht, das langsam die Welt zurückholt.

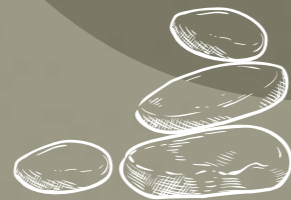
**Unser Tipp:** Früh losgehen – vielleicht nur bis zu einer nahegelegenen Anhöhe oder Alm. Ein heißer Tee im Rucksack genügt. Wer den Tag so beginnt, trägt die Ruhe oft bis zum Abend in sich.



### STEINZEIT AM LECH – GEDANKEN SORTIEREN

Manchmal braucht es nicht mehr als einen flachen Stein und ein paar Minuten Zeit. Am Ufer des Lechs Steine ins Wasser schnippen, kleine Türme bauen oder einfach nur das Spiel der Strömung beobachten. Das gleichmäßige Rauschen des Wildflusses ordnet Gedanken fast von selbst. Hier wird nichts bewertet, nichts kommentiert. Nur geschichtet, losgelassen, neu begonnen.

**Unser Tipp:** Ein ruhiger Abschnitt zwischen Kiesbank und Auwald – und das Handy darf gerne im Rucksack bleiben.



*Tips for a break – Moments that last*  
In the Lech Valley, time is not measured by appointments, but by mindful experiences. Amidst the wild river, mountains and alpine meadows, a sense of calm emerges that slows the pace and lingers long afterwards. Those who pause experience life more intensely and rediscover what truly matters.



### ALMZEIT – EINFACH SITZENBLEIBEN

Nach einer Wanderung nicht gleich weiterziehen. Nicht sofort ans Ziel denken. Sondern bleiben. Auf einer Holzbank vor der Hütte, die Hände um ein Glas Buttermilch gelegt, den Blick über Weideflächen und Gipfel schweifen lassen. Kühe ziehen vorbei. Eine Glocke klingt in der Ferne. Mehr passiert nicht. Und genau das ist genug.

**Unser Tipp:** Ein ruhiges Plätzchen entlang der markierten Wege wählen – dort, wo Gespräche leiser werden und die Aussicht weiter scheint. So bleibt Raum für Stille, ohne die Sicherheit aus den Augen zu verlieren.

*Alpine Pasture Time – Keeping it Simple*  
After a hike, it is often not about moving on, but about lingering. Sitting on an alpine pasture, enjoying the view and taking in the tranquillity of the mountains – this is precisely where the special power of the Lech Valley lies.

## Tipps für eine Auszeit

### Momente, die bleiben

Natürlich näher. Bewusst erleben. Im Lechtal zählt nicht, wie viel man schafft – sondern wie intensiv man erlebt. Hier wird Zeit wieder zu dem, was sie ursprünglich war: kein Termin, sondern ein Raum.

Zwischen Wildfluss und Bergwiesen entsteht eine Ruhe, die nachwirkt. Wer innehält, nimmt mehr mit. Wer weniger tut, spürt mehr. Und manchmal ist genau das die wertvollste Form von Beständigkeit.

*Sunrise on the mountain – Feeling the tranquillity*  
When the first rays of sun reach the peaks, a special moment of complete silence arises. An early hike to a hilltop or alpine pasture offers tranquillity, vastness and a mindful start to the day.

*Stone Age on the Lech – Organising your thoughts*  
On the banks of the Lech, simple moments such as skipping stones, building towers or listening to the water bring inner peace. The murmur of the wild river helps you let go of your thoughts and find new clarity.

# Wenn Natur Geschichten erzählt

## Der Erlebnisweg „Lebens- & Naturraum Lechtal“

Zwischen rauschendem Wasser, schützenden Wäldern und blühenden Almwiesen entfaltet sich im Lechtal eine Landschaft voller Geschichten.

Der neue Themen- und Erlebnisweg „Lebens- & Naturraum Lechtal“

in Kaisers lädt dazu ein, die Natur neu zu entdecken – achtsam, spannend und für alle Generationen verständlich.

Entlang des Kaisersbachs und eingebettet in die alpine Landschaft lädt der Erlebnisweg dazu ein, das Lechtal mit offenen Augen neu zu entdecken.

### Lebens- & Naturraum Lechtal – Ein Weg, der mehr erzählt

Wer im Lechtal unterwegs ist, spürt schnell: Diese Landschaft ist mehr als eine beeindruckende Kulisse. Sie ist Lebensraum, Geschichte und Zukunft zugleich. Mit dem neuen Themen- und Erlebnisweg „Lebens- & Naturraum Lechtal“ wird dieser besondere Naturraum auf eindrucksvolle Weise erlebbar – Schritt für Schritt, Station für Station.

### Eine Landschaft, die Geschichten erzählt

Der Themenweg zur Alpe Kaisers führt durch eine Landschaft, die von den Kräften der alpinen Welt geformt wurde. Wälder, Bäche und alpine Wiesen erzählen Geschichten von Veränderung, von Widerstandskraft und vom sensiblen Gleichgewicht zwischen Mensch und Umwelt. Wer hier unterwegs ist, entdeckt nicht nur eine beeindruckende Bergwelt, sondern auch die Zusammenhänge, die dieses Tal prägen.

### Natur verstehen – Wandel begreifen

Entlang mehrerer liebevoll gestalteter Stationen erfahren Besucherinnen und Besucher, wie sich der Klimawandel bereits heute auf diesen alpinen Lebensraum auswirkt. Steigende Temperaturen, veränderte Vegetationszeiten oder zunehmende Starkregenereignisse hinterlassen ihre Spuren – auch im Lechtal. Gleichzeitig zeigt der Weg, wie wichtig intakte Ökosysteme für den Schutz der Landschaft sind. Wälder stabilisieren steile Hänge, speichern Wasser und schützen Siedlungen vor Naturgefahren. Sie sind ein wertvoller Verbündeter im Umgang mit den Herausforderungen der Zukunft.

Der Erlebnisweg lädt dazu ein, genauer hinzuschauen: auf Schutzwälder, die als natürliche Barriere gegen Lawinen und Muren wirken, auf alpine Lebensräume voller Artenvielfalt und auf die Kräfte von Wasser, Fels und Wetter, die diese Landschaft seit Jahrhunderten formen. So wird sichtbar, wie eng Natur, Klima und menschliches Leben miteinander verbunden sind.



### Naturwissen für alle Generationen

Besonders bewusst wurden die Informationstafeln entlang der Strecke in einfacher und verständlicher Sprache gestaltet. Die Inhalte sollen nicht nur informieren, sondern für alle zugänglich sein – auch für Kinder und Familien. So können junge Entdecker die Texte selbst lesen, Zusammenhänge verstehen und die Bergwelt mit eigenen Augen erforschen. Spielerische Mitmach-Tipps laden dazu ein, genauer hinzusehen, Fragen zu stellen und die Umgebung mit allen Sinnen wahrzunehmen. Der Themenweg wird damit zu einem Ort, an dem Zusammenhänge lebendig werden – und die alpine Welt für Groß und Klein begreifbar wird.

*Bildnachweis:  
Lebensspur Lech/ Verein Lechweg, Alpe Kaisers*

*The themed adventure trail "Living & Natural Habitat Lechtal" offers visitors an immersive experience of the alpine landscape around the Alpe Kaisers and highlights the close connection between nature, climate, and human life. Along several stations, visitors learn how forests, streams, and alpine habitats are shaped by natural forces and the effects of climate change. Topics such as rising temperatures, heavy rainfall, and the protective role of healthy forests are explained in an accessible and engaging way. A special focus is placed on protective forests, which stabilize slopes, store*

*water, and help shield settlements from natural hazards. The trail also provides insights into biodiversity, natural cycles, and the importance of intact ecosystems for the future.*

*The information boards are intentionally written in simple and easy-to-understand language so that children and families can also explore the content. Interactive elements encourage visitors to observe nature more closely and experience ecological connections with all their senses.*

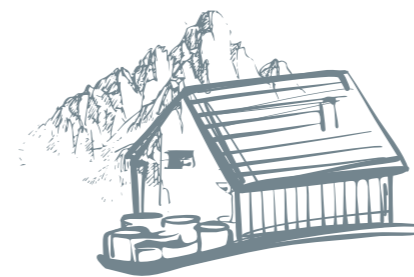
### Almwirtschaft als Teil der Landschaft

Gleichzeitig schlägt der Weg eine Brücke zur traditionellen Almwirtschaft, die bis heute das Landschaftsbild prägt. Auf den weitläufigen Weideflächen rund um die Alpe Kaisers wird deutlich, wie wichtig eine nachhaltige Bewirtschaftung für den Erhalt der alpinen Kulturlandschaft ist. Kühe auf den Almen halten Wiesen offen, fördern die Artenvielfalt und tragen dazu bei, dass diese einzigartige Berglandschaft erhalten bleibt.

Der Themenweg ist damit weit mehr als eine Wanderroute. Er ist eine Einladung, die Landschaft mit offenen Sinnen zu erleben und ihren Wert neu zu entdecken. Besonders Familien und junge Entdecker werden durch kleine Mitmach-Stationen dazu angeregt, selbst zu beobachten, zu hinterfragen und die Landschaft aus einer neuen Perspektive kennenzulernen.

So wird die Wanderung zur Alpe Kaisers zu einer Reise durch den Lebens- und Naturraum Lechtal – eine Einladung, die Landschaft mit neuen Augen zu sehen und ihren Wert für kommende Generationen zu erkennen.

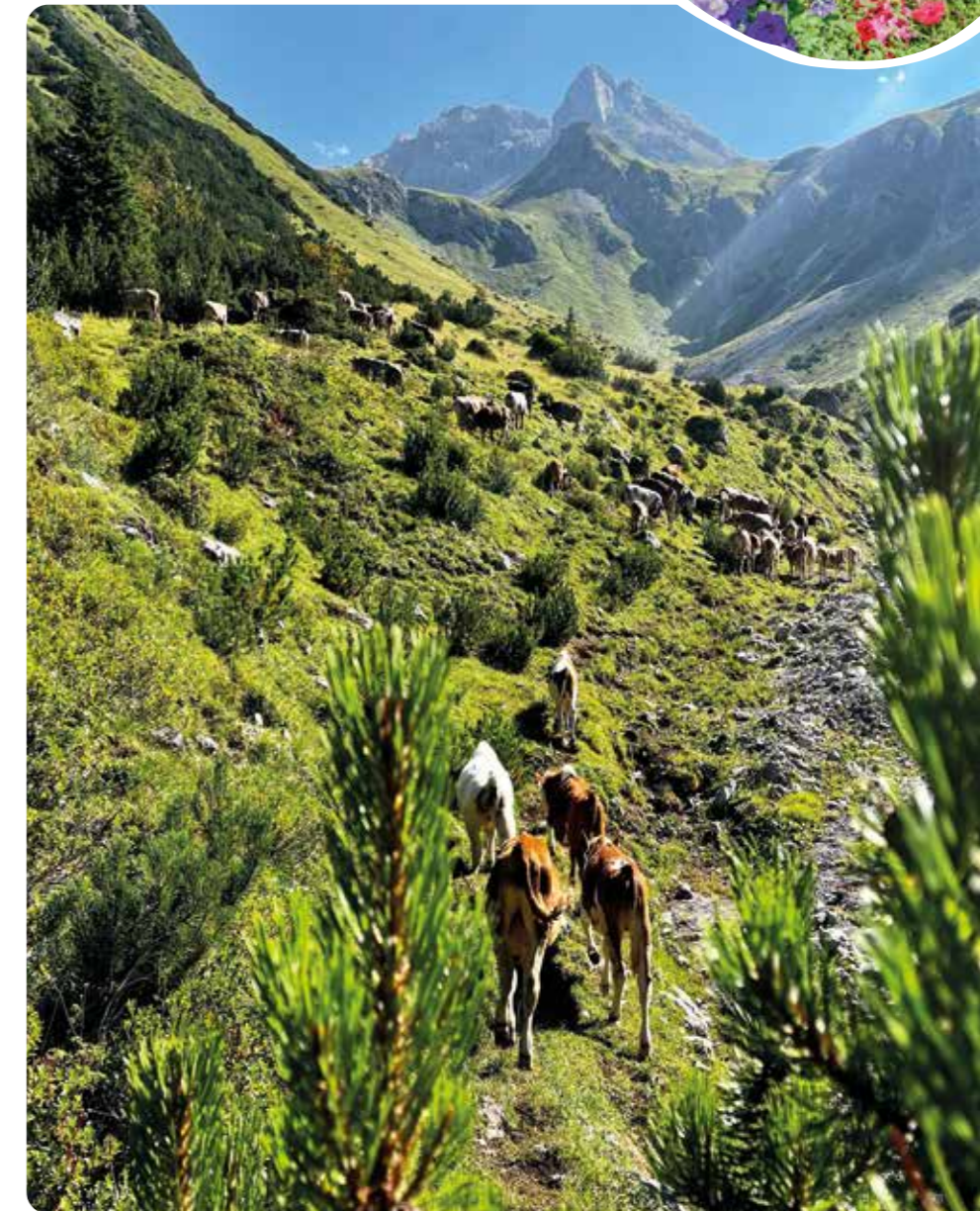
Wer sich darauf einlässt, merkt schnell: Im Lechtal wandert man nicht einfach nur durch die Natur – man wird Teil von ihr.



*The themed trail combines nature experiences with traditional alpine farming and highlights the importance of sustainable land management for preserving the alpine cultural landscape. The grazing areas around the Alpe Kaisers support biodiversity and help maintain the open mountain scenery.*

*Interactive stations and hands-on elements especially encourage families and children to explore nature consciously, understand ecological connections, and experience the alpine environment from new perspectives.*

*The trail is far more than a hiking route – it creates awareness for the value and protection of nature in the Lechtal. Those who walk here do not simply pass through the landscape, they become part of it.*



*Auf den steilen Hängen des Lechtals folgt das Vieh seit Generationen alten Pfaden – begleitet von einer Kulturlandschaft, die von Mensch, Natur und gelebter Tradition geprägt ist.*



### ALPE KAISERS Natur- & Erlebnisweg



**Dauer**  
ca. 1:20 h

**Strecke**  
ca. 4,0 km

**Höhenmeter**  
▲ 208 m

**Startpunkt:** Parkplatz Kaisers  
**Zielpunkt:** Alpe Kaisers



## Natur- & Erlebnisweg

Die familienfreundliche Wanderung zur Alpe Kaisers verbindet Naturerlebnis, Bewegung und beeindruckende Bergkulisse auf besonders entspannte Weise. Der leichte Natur- und Erlebnisweg startet beim Parkplatz Kaisers und führt auf rund vier Kilometern sowie 208 Höhenmetern gemütlich zur Alpe Kaisers auf 1.695 Metern. Mit einer Gehzeit von etwa 1 Stunde und 20 Minuten eignet

sich die Strecke ideal für Familien, Genusswanderer sowie Ausflüge mit Kinderwagen oder (E-)Bike. Besonders zwischen Mai und Oktober lädt der Weg mit interaktiven Erlebnisstationen, barrierearmen Abschnitten und herrlichen Ausblicken dazu ein, die alpine Natur des Lechtals bewusst zu entdecken.



## näch'gfragt

ANDREA FRIEDLE  
WITRTIN DER ALPE KAISERS

### Ein Leben im Rhythmus der Alm

Wenn Andrea Friedle von ihrer Alm spricht, klingt es nicht nach Arbeit – sondern nach Zugehörigkeit. Die Alpe Kaisers ist ihr Kraftplatz, ihr „Dahoam“. Ein Ort, an dem sie mit allen fünf Sinnen lebt und arbeitet. „Ich arbeite mit allen fünf Sinnen“, sagt sie selbst. Schon früh war ihr Weg vorgezeichnet: 23 Jahre lang war sie auf der Sulzlalm tätig – im Service und in der Küche, damals im Familienbetrieb ihrer Eltern. Die Almwirtschaft ist ihr vertraut, gewachsen aus Erfahrung, aus Verantwortung und aus einem tiefen Verständnis für Natur und Kreisläufe.

Der Schritt auf die Alpe Kaisers war dennoch eine Herausforderung. „Ganz zugetraut hat man mir das am Anfang nicht“, erinnert sie sich. Gerade das wurde ihr Antrieb. Heute führt sie die Alm mit viel Gespür – und gemeinsam mit ihrer Familie. Kinder und Schwiegerkinder packen mit an und greifen wie Zahnräder ineinander. Was hier oben entsteht, ist mehr als ein Produkt: Rund sieben Tonnen Käse werden jeden Sommer auf der Alpe Kaisers hergestellt – ausschließlich vor Ort erhältlich. Ein Stück gelebte Almwirtschaft, das Zeit, Wissen und Haltung in sich trägt.

### Andrea, du verbringst den Sommer als Hüttenwirtin auf der Alpe Kaisers – mitten in dieser eindrucksvollen Berglandschaft. Wie erlebst du den Lebens- und Naturraum Lechtal hier oben im Alltag?

Sehr intensiv – und unglaublich abwechslungsreich. Kein Tag ist wie der andere, vieles ist nicht planbar. Das Wetter gibt den Rhythmus vor: Es entscheidet darüber, ob genug Wasser da ist oder ob es knapp wird, wenn der Sommer zu trocken ist.

Auch die Käseproduktion ist davon abhängig. Luftdruck, Wind, Föhn oder sogar der Mond – all das beeinflusst die Qualität der Milch. Vieles habe ich mir über die Jahre im „Learning by Doing“ angeeignet. Erfahrung wächst hier mit jedem Almsommer.

Heute ist die Alpe ein echtes Familienprojekt. Meine Kinder und Schwiegerkinder packen mit an – wir greifen ineinander wie ein Zahnrad. Jeder weiß, was zu tun ist. Und doch bleibt es ein fordernder Alltag: Die Alm kennt keinen Feierabend – sie begleitet einen Tag und Nacht.

*Andrea Friedle runs the Alpe Kaisers with great passion and a deep understanding of nature, natural cycles and traditional alpine farming. Having grown up with alpine life, she now manages the mountain pasture together with her family, who work closely together like a well-coordinated team. Life on the alpine pasture is shaped by weather, nature, and responsibility. Water availability, air pressure, and temperatures influence not only daily life but also the cheese production. Around seven tons of cheese are produced each summer directly on the Alpe – a regional product that stands for genuine craftsmanship and sustainable farming.*



### Die Almwirtschaft prägt das Lechtal seit Generationen. Welche Rolle spielt die Alpe Kaisers heute für den Erhalt der Landschaft und einen nachhaltigen Umgang mit der Natur?

Die richtige Weideführung ist entscheidend. Es braucht genügend aufgetriebenes Vieh – und genau das ist oft eine Herausforderung. Gleichzeitig müssen wir mit den Ressourcen sorgsam umgehen. Wasser wird gesammelt, mögliche Engpässe müssen frühzeitig mitgedacht werden.

Der Wetterbericht gehört bei uns zum täglichen Ritual. Man muss mit offenen Augen und feinem Gespür durch den Almsommer gehen.

Für die Tiere bedeutet die Zeit auf der Alm viel: Sie werden robuster, widerstandsfähiger, entwickeln eine bessere Kondition und haben oft auch eine längere Lebensdauer. Almwirtschaft ist gelebte Balance zwischen Nutzung und Erhalt.

### Der neue Themen- und Erlebnisweg zur Alpe Kaisers macht Natur- und Umweltthemen auch für Kinder erlebbar. Warum ist es dir wichtig, dass Gäste – besonders Familien – die Natur hier bewusster wahrnehmen?

Weil man hier oben ganz unmittelbar versteht, wie ein Kreislauf funktioniert. Bei uns laufen die Schweine frei herum – glücklicher könnten sie kaum sein. Sie bekommen die Molke aus der Käseproduktion, es wird also praktisch alles verwertet.

Das bedeutet mehr Arbeit, mehr Einsatz – aber es ist der richtige Weg. Ich bin überzeugt von dieser Form der Kreislaufwirtschaft. Sie ist ehrlich, nachvollziehbar und nachhaltig.

Gerade für Kinder ist es wichtig zu sehen, wo Lebensmittel herkommen und wie viel Arbeit und Verantwortung dahintersteckt.

*For Andrea, alpine farming plays an important role in preserving the cultural landscape. Animals become stronger and more resilient on the mountain pastures, while the managed grazing areas help maintain the balance between land use and nature conservation. It is especially important to her that guests and families understand how natural cycles work. On the Alpe, almost everything is reused – including the whey from cheese production. In this way, sustainability becomes a direct and tangible experience for both children and adults.*

# Im Rhythmus von Mond & Jahreszeit

Im Lechtal richtet sich das Jahr nicht allein nach dem Kalender. Oft ist es der Blick zum Himmel, der den Takt vorgibt. Mondphasen, Tierkreiszeichen und überliefertes Wissen begleiten seit Generationen das Tun im Alltag – beim Säen, Ernten oder Holz-

machen. Was wann geschieht, folgt keinem Zufall, sondern der Erfahrung und einem feinen Gespür für den richtigen Moment. Ein Rhythmus, der leise wirkt – und zeigt, dass Nachhaltigkeit dort beginnt, wo man im Einklang mit der Zeit handelt.

## FRÜHJAHR

ZEIT DES ERWACHENS

*Der Frühling im Lechtal ist kein Aufbruch im Sturm – sondern ein leises Versprechen.*

Die Natur erwacht, doch sie fordert Achtsamkeit. Erste Kräuter, erstes Holz, erste Arbeiten in der Natur – doch nichts im Übermaß.

## SOMMER

ZEIT DES WIRKENS

*Der Sommer fragt nicht, ob es passt – er will, dass man mitgeht.*

Die Tage sind lang, die Arbeit fordert ihren Platz. Heu wird gemacht, Almen bewirtschaftet, Wege begangen – im Rhythmus von Wetter und Wachstum. Jetzt wird genutzt, was bereits gewachsen ist, doch immer mit Maß.

## HERBST

ZEIT DER REIFE

*Der Herbst im Lechtal ist kein Abschied – sondern eine stille Bilanz.*

Die Natur zieht sich langsam zurück, die Kräfte wandern nach innen. Jetzt ist die Zeit für die Ernte, für Holz und Vorrat. Geschlagen wird oft im abnehmenden Mond – für Beständigkeit und Ruhe im Material. Man nimmt, was gewachsen ist. Und lernt, den Wert darin zu erkennen.

## WINTER

ZEIT DER STILLE

*Der Winter ist kein Stillstand – sondern eine bewusste Pause.*

Die Landschaft ruht, das Leben verlagert sich nach innen. Es wird repariert, gepflegt, vorbereitet. Weniger Tun, mehr Sein. Auch jetzt folgt manches noch dem alten Rhythmus – leise, unaufgeregt, fast beiläufig.

## GUAT'S ZOACHA – DER RICHTIGE ZEITPUNKT FÜR HOLZ

Beim Brennholz zählt im Lechtal weniger der Moment des Schlagens als jener des Einlagerns. Als „guat's Zoacha“ gilt der über sich gehende Mond in den gehörnten Sternzeichen – Widder, Stier und Steinbock. Auch Zwilling und Wassermann stehen für günstige Tage. Man sagt: Holz, das zu dieser Zeit gelagert wird, bleibt ruhiger, trocknet besser und brennt länger.

## TAGE DES INNEHALTENS UND LOSLASSENS

Es gibt Tage im Jahr, an denen man im Lechtal bewusst innehält. Die sogenannten Schwendtage gelten als unruhig. Was an diesen Tagen gesät oder geschnitten wird, wächst oft schlecht an. Auch Wunden – bei Pflanzen wie beim Menschen – heilen langsamer. Wer sie kennt, meidet sie. Oder nutzt sie gezielt, um loszulassen, was ohnehin gehen darf.

*An diesen Tagen darf die Arbeit ruhen.*

JÄNNER: 2. | 3. | 4. | 18.

FEBRUAR: 3. | 6. | 8. | 16.

MÄRZ: 13. | 14. | 15. | 16.

APRIL: 1. | 19. | 25.

MAI: 3. | 10. | 22. | 25.

JUNI: 14. | 17. | 30.

JULI: 19. | 22. | 28.

AUGUST: 1. | 17. | 21. | 22. | 29.

SEPTEMBER: 3. | 21. – 28.

OKTOBER: 3. | 6. | 11. | 13. | 30. | 31.

NOVEMBER: 12.

DEZEMBER: 1.

## WURZEL-, BLATT-, BLÜTEN- UND FRUCHTTAGE

Neben den Mondphasen geben auch die Tierkreiszeichen eine Richtung vor. Sie teilen das Jahr in vier Qualitäten:

### WURZELTAGE

(WURZEL-TRIGON)

*Jungfrau, Stier, Steinbock  
Element Erde*

Ideal für alles, was im Boden wächst: Karotten, Radieschen, Sellerie oder Kartoffeln. Auch Pflege und Ernte fallen in diese Zeit.

### BLATTTAGE

(BLATT-TRIGON)

*Skorpion, Krebs, Fische  
Element Wasser*

Günstig für Blattgemüse, Kräuter, Hecken und Rasen. Alles, was grün wächst, profitiert von diesen Tagen.

### BLÜTENTAGE

(BLÜTEN-TRIGON)

*Waage, Zwillinge, Wassermann  
Element Luft*

Die Zeit für Blütenpflanzen, Stauden und alles, was wegen seiner Blüte geschätzt wird – vom Sommerflieder bis zum Karfiol.

### FRUCHTTAGE

(FRUCHT-TRIGON)

*Löwe, Widder, Schütze  
Element Feuer*

Perfekt für Fruchtgemüse, Beeren, Obstbäume und Getreide. Alles, was oberhalb der Erde reift, findet hier ideale Bedingungen.

## GRUNDREGELN IM JAHRESLAUF –

### Im Garten folgt vieles einem einfachen Prinzip:

Was unter der Erde wächst, wird bevorzugt bei abnehmendem Mond gesetzt. Was nach oben strebt, bei zunehmendem.

Wurzelgemüse wie Karotten oder Sellerie finden ihren Platz im abnehmenden Mondoder – wenn nötig – im absteigenden. Fruchttragende Pflanzen hingegen werden im zunehmenden Mond angebaut.

Arbeiten wie Jäten, Lockern oder Düngen fallen traditionell in die Phase des abnehmenden Mondes. Und an Tagen, an denen der Mond wechselt, lässt man den Boden besser ruhen.

Vollmond gilt als besonders kraftvoll. Bäume, die in dieser Zeit gesetzt werden, tragen oft reich. Obst wird hingegen einige Tage vor Neumond geerntet – für bessere Haltbarkeit.

### DIE RICHTIGE ZEIT FÜR HEILKRÄUTER

- **WURZELN:** bei Vollmond oder abnehmendem Mond, morgens oder abends
- **BLÄTTER:** bei zunehmendem Mond oder Vollmond, vormittags bis mittags
- **BLÜTEN:** bei zunehmendem Mond oder Vollmond, am besten bei Sonnenschein
- **FRÜCHTE:** bei trockenem Wetter und passenden Fruchttagen

## WAS NICHT ZUSAMMENPASST

*Auch im Bauergarten kennt man Kombinationen, die man besser meidet:* Bohnen, Kohl oder Kartoffeln neben Zwiebeln. Oder Petersilie neben Kopfsalat. Es sind Erfahrungen, die sich über Jahre bewährt haben – still, aber verlässlich.

EN

You can find the English version on our website. Please scan the QR code.



# In Rhythm with the Moon & the Seasons

In the Lechtal Valley, the year is guided by more than the calendar alone. Often, it is the sky above that sets the rhythm. For generations, moon phases, zodiac signs, and traditional knowledge have shaped everyday life – from sowing and harvesting

to cutting timber. What happens, and when, is never left to chance, but follows experience and a quiet sense for the right moment. A rhythm that works gently – and reminds us that sustainability begins where people live in harmony with time itself.

## SPRING

A TIME OF AWAKENING

*Spring in the Lechtal is not a sudden arrival – but a quiet promise.*

Nature awakens slowly, yet it asks for mindfulness. First herbs, first timber, first work outdoors – but never in excess.

## SUMMER

A TIME OF PURPOSE

*Summer does not ask whether the moment is right – it asks you to move with it.*

The days are long, and work takes its place. Hay is harvested, alpine pastures are tended, paths are walked – all in rhythm with weather and growth. Now is the time to use what has already flourished, yet always with care and restraint.

## AUTUMN

A TIME OF MATURITY

*Autumn in the Lechtal is not a farewell – but a quiet reflection.*

Nature slowly retreats, and energy turns inward. This is the season of harvest, of timber, and of preparing supplies. Trees are often felled during the waning moon – for durability and calmness within the wood. People take what has grown. And learn to recognise the value within it.

## WINTER

A TIME OF STILLNESS

*Winter is not a standstill – but a conscious pause.*

The landscape rests, and life moves indoors. Things are repaired, cared for, prepared anew. Less doing, more being. Even now, some things still follow the old rhythm – quietly, calmly, almost unnoticed.

## GUAT'S ZOACHA – THE RIGHT TIME FOR WOOD

In the Lechtal Valley, when it comes to firewood, the crucial moment is not when the tree is cut, but when the wood is stored. Known as “guat’s Zoacha” – a “good sign” – are the days when the moon is waxing and passing through the horned zodiac signs of Aries, Taurus, and Capricorn. Gemini and Aquarius are also considered favourable. People say that wood stored during this time remains steadier, dries more evenly, and burns longer.

## SCHWEND DAYS – WHEN IT IS BETTER TO DO NOTHING

There are certain days throughout the year when people in the Lechtal deliberately slow down. These so-called Schwend Days are traditionally considered unsettled and unfavourable. What is sown or cut during this time is believed to grow poorly, and wounds – whether in plants or in people – are said to heal more slowly. Those who know these days tend to avoid them. Or they use them consciously as a time to let go of things that are ready to pass.

*Work may cease on these days.*

JANUARY: 2. | 3. | 4. | 18.  
FEBRUARY: 3. | 6. | 8. | 16.  
MARCH: 13. | 14. | 15. | 16.  
APRIL: 1. | 19. | 25.  
MAY: 3. | 10. | 22. | 25.  
JUNE: 14. | 17. | 30.

JULY: 19. | 22. | 28.  
AUGUST: 1. | 17. | 21. | 22. | 29.  
SEPTEMBER: 3. | 21. – 28.  
OCTOBER: 3. | 6. | 11. | 13. | 30. | 31.  
NOVEMBER: 12.  
DECEMBER: 1.



## ROOT, LEAF, FLOWER, AND FRUIT DAYS

Alongside the phases of the moon, the zodiac signs are also believed to influence the rhythm of the year. They divide time into four distinct qualities:



### ROOT DAYS

(ROOT TRIGON)

Virgo, Taurus, Capricorn  
Element Earth

Ideal for everything that grows beneath the soil: carrots, radishes, celery, or potatoes. These days are also considered favourable for tending and harvesting root crops.

### LEAF DAYS

(LEAF TRIGON)

Scorpio, Cancer, Pisces  
Element Water

Especially beneficial for leafy vegetables, herbs, hedges, and lawns. Everything that grows green is said to thrive during these days.

### FLOWER DAYS

(FLOWER TRIGON)

Libra, Gemini, Aquarius  
Element Air

A time for flowering plants, perennials, and everything appreciated for its blossoms – from butterfly bush to cauliflower.

### FRUIT DAYS

(FRUIT TRIGON)

Leo, Aries, Sagittarius  
Element Fire

Perfect for fruit-bearing vegetables, berries, fruit trees, and grains. Everything that ripens above the ground finds ideal conditions during these days.



## GUIDING PRINCIPLES THROUGHOUT THE YEAR

**In the garden, much follows a simple principle:**

What grows beneath the earth is preferably planted during the waning moon. What reaches upward is planted during the waxing moon.

Root vegetables such as carrots or celery are traditionally planted during the waning moon or – if necessary – during the descending moon. Fruit-bearing plants, on the other hand, are cultivated during the waxing moon.

Tasks such as weeding, loosening the soil, or fertilising traditionally take place during the waning moon. And on days when the moon changes phase, the soil is best left undisturbed.

The full moon is considered especially powerful. Trees planted during this phase are believed to bear abundant fruit. Fruit itself, however, is usually harvested a few days before the new moon to ensure better keeping quality.

### THE RIGHT TIME FOR MEDICINAL HERBS

- **ROOTS:** during the full moon or waning moon, preferably in the morning or evening
- **LEAVES:** during the waxing moon or full moon, from late morning until midday
- **FLOWERS:** during the waxing moon or full moon, ideally in sunshine
- **FRUITS:** during dry weather and on favourable fruit days

## WHAT DOES NOT BELONG TOGETHER

*Even in the traditional farmhouse garden, there are combinations best avoided:* Beans, cabbage, or potatoes planted beside onions, for example. Or parsley growing next to lettuce. These are observations shaped over many years – quiet knowledge, yet remarkably enduring and reliable.





Produziert nach den Richtlinien des  
Österreichischen Umweltzeichens  
Alpina Druck, UW-Nr. 1532

## LECHTAL TOURISMUS

Dorf 46 | 6652 Elbigenalp  
Tel +43 (0)5634 5315  
E-Mail [info@lechtal.at](mailto:info@lechtal.at)

[lechtal.at](http://lechtal.at)

  
NATURPARK  
**TIROLER LECH**