



Erfrischendes Herbstwandern im Ötztal und Wärme tanken in Thermalwasser und Saunen des AQUA DOME-Tirol Therme Längenfeld, ausgezeichnet als „World’s Best Mineral & Hot Spring Spa“

## Den Körper stärken, den Kopf frei kriegen: Aktive Herbst-Erholung im Ötztal & im AQUA DOME

*Wer den Herbst im Ötztal erlebt hat, der versteht, warum gerade diese Jahreszeit die Seele so berührt und den Körper für den Winter stärkt. Die hohen Ötztaler Gipfel sind schon winterlich gewandet, am Talboden fächelt das Laub, die tief stehende Sonne taucht Wälder und Seen in intensives Licht: Kontraste, die man am besten beim Wandern erspüren kann. 1.600 Kilometer Wanderwege, Routen, Steige und Treks wollen hier unter die Sohlen genommen werden. Dabei darf es, muss aber nicht zwingend die „oberste Etage“ und der Eintrag ins Gipfelbuch sein – gerade im herbstlich gefärbten Tal sind die leichten „Wasserläufer“-Rundwege etwa zum größten Wasserfall Tirols ebenso eindrucksvoll. Ist doch der Lebensspender Wasser das prägende Element des Ötztals. Eine Urkraft, die sich im Thermalwasser aus 1865 Metern nachfühlen lässt: etwa unter freiem Himmel in einer der schwebenden „Schalenbecken“, dem Wahrzeichen des AQUA DOME-Tirol Therme Längenfeld. Architektonisch wie inhaltlich ist das wohl weitläufigste Thermen-Resort der Alpen unverkennbar: Seine Wasser- und Saunawelten wirken gleichermaßen futuristisch wie sie in der Natur des Ötztals verwurzelt sind. Massiert wird mit Steinen aus der Ötztaler Ache, gekocht regional Genussvolles rund um den Alpenbogen. Erst auspowern beim Herbstwandern, dann die wohlige Wärme in Thermalwasser und Saunen tanken: So geht aktive Erholung, die den Körper für den Winter stärkt und den Kopf frei macht. „Lift Your spirit“, verspricht der AQUA DOME passend.*

*Kurztex: 1498 Zeichen*

Wie einst die Maus Frederick im berühmten Kinderbuch von Leo Lionni gilt es gerade in diesem Herbst, Sonnenstrahlen und Farben einzusammeln, um sie an grauen Wintertagen farbenfroh und wärmend auszupacken. Der Seele Gutes tun und den Körper stärken – das Ötztal und der AQUA DOME sind dabei ein unschlagbares Duo. Ist doch das „World’s Best Mineral & Hot Spring Spa“ nicht nur eine der ersten Adressen für Wellness und Entspannung, sondern auch mitten drin in der Natur und mit den Traditionen des Ötztals verbunden.



Wer zu wilden Wasserfällen wie dem Stuibenfall, zu stillen Bergseen wie dem Naturjuwel Piburger See oder zum Wildwasser-Gebirgsbach Öztaler Ache wandert, der springt zum Abschluss selbst ins köstliche Nass. Am besten angesichts der schon kühleren Temperaturen draußen ins Thermalwasser des AQUA DOME. Aus 1865 Metern Tiefe holt es seine Kraft, die dabei hilft, tief zu entspannen und Kraftreserven wieder aufzufüllen. Die 3000er aus einem der futuristischen Schalenbecken immer im Blick. Die Kontraste des Öztals hat der AQUA DOME architektonisch spannend weitergedacht und inhaltlich nachspürbar gemacht. Wenn etwa mit kalten und warmen Steinen aus der Tiroler Ache bei der „Öztaler Steinmassage“ das Immunsystem stimuliert wird. Den Körper stärken – das geht auch bei den nach aktuellen Auflagen neu entwickelten Aufguss-Ritualen in den AQUA DOME-Saunawelten. Vielleicht am schönsten in der Gipfelsauna im puristischen Premium-SPA 3000 (ab 16), exklusiv für Gäste des 4 Sterne Superior-Hotels: Über eine mittige Feuerstelle blickt man hier beim Schwitzen durch eine Glasfront in die mächtige Bergwelt – und atmet den Duft des heimischen Holzes. Als Tirols größter Wellnessbereich schafft der AQUA DOME-Tirol Therme Längenfeld auf verschwenderischen 20.000 m<sup>2</sup> Erholungsfreiraum mit 2.200 m<sup>2</sup> Wasserfläche drinnen wie draußen, einem großen Fitnessbereich und unzähligen Saunen.

Etwas Tradition gefällig? Im Herbst wandert man vom AQUA DOME aus zum Almbtrieb, zu Erntedankfesten und zum „Granten brocken“, wie der Öztaler Dialekt das Sammeln von Preiselbeeren nennt: Die vitaminreichen Wildfrüchte munden als Marmelade beim AQUA DOME-Frühstück herrlich – und sind beim Wandern ab Höhen von 1.400 m auf sonnigen Lagen auf Bergheiden und im alpinen Zwergstrauchgestrüpp zu finden. „Eppas Guets“, „etwas Gutes“ findet man (mit Hilfe der gleichnamigen Broschüre) bei heimischen Bauern und Schnapsbrennern, vom würzigen Käse bis hin zu hochwertigen Spirituosen. Nicht nur an den Haiminger Markttagen an zwei Wochenenden im Oktober, sondern auch in der Küche des AQUA DOME. Hier wird regional-phantasievoll rund um den Alpenbogen gekocht, selbstverständlich stets mit Unterstützung heimischer Betriebe – für authentisches Genießen.

**Informationen: AQUA DOME – Tirol Therme Längenfeld, Oberlängenfeld 140, A-6444 Längenfeld, Tel: +43 5253 6400, [www.aqua-dome.at](http://www.aqua-dome.at)**

Langtext: 4.428 Zeichen

**Über die VAMED Vitality World:** Der international tätige Gesundheitskonzern VAMED engagiert sich seit 1995 im Thermen- und Wellnessbereich. Unter der 2006 gegründeten Kompetenzmarke VAMED Vitality World betreibt die VAMED neun der beliebtesten Thermen- und Gesundheitsresorts in Österreich: den AQUA DOME – Tirol Therme Längenfeld, das SPA Resort Therme Geinberg, die Therme Laa – Hotel & Silent Spa, die St. Martins Therme & Lodge in Frauenkirchen, die Therme Wien, das GesundheitsZentrum Bad Sauerbrunn, das TAUERN SPA Zell am See – Kaprun, das la pura women’s health resort kamptal in Gars am Kamp und das SPA RESORT STYRIA in Bad Waltersdorf. Mit 2,6 Millionen Gästen jährlich in den Resorts der VAMED Vitality World ist die VAMED Österreichs führender Betreiber von Thermen- und Gesundheitsresorts.

Text- & Bilder-Download unter [www.pressegroup.com](http://www.pressegroup.com)! Veröffentlichung gegen Belegexemplar!

Pressebetreuung: Barbara Angerer-Winterstetter, **Pressegroup.com**, Firmensitz: Löwengrube 10, D-80333 München Büro: Ludwigstr. 9, D-86316 Friedberg (Bayern), Tel +49/89/418 518-91, [dialog@pressegroup.com](mailto:dialog@pressegroup.com), [www.pressegroup.com](http://www.pressegroup.com)