



Das \*\*\*\*superior Almwelness Resort Tuffbad: Geheimtipp als Wanderhotel und bestes Wellnesshaus im österreichischen Kärnten

## Wandern wie früher – im naturbelassensten Tal Europas

*Wie war das als Kind, als wir an klaren Quellbächen gewandert sind, umflattert von bunten Schmetterlingen, die ihre Fühler nach einer seltenen Blüte ausstreckten. Und als „Begleitmusik“ das Summen eines Bienenschwarms. Wer heute im Umkreis unserer Städte wandert, wird vieles davon nicht mehr erleben können, nimmt doch die Biodiversität aus unterschiedlichsten Gründen stetig ab. Doch wer sucht, findet das versteckte Wander-Paradies, in dem das Ökosystem noch intakt ist: das Lesachtal, Europas naturbelassenstes Tal im westlichen Kärnten, ganz nahe der Grenze zu Südtirol. Drei Kilometer entfernt von jeglicher Zivilisation gipfelt die Schatzsuche in einem weiteren Juwel – dem familiengeführten \*\*\*\*superior Almwelness Resort Tuffbad. Ein Rückzugsort, der respektvoll und mit ganz viel Liebe zu Mensch und Natur Achtsamkeit lebt und Glück verbreitet. Er gilt als bestes Wellnesshotel Kärntens und drittbestes in ganz Österreich. Gleich im Zimmer die Schuhe geschnürt und raus geht's in die Natur! Etwa ins Wildsendertal nach Norden, entlang eines Wildbachs, umkreist von einem neugierigen Adler und erfreut vom „Frauschuh“, der schönsten der heimischen Orchideen. Wer lieber mit Thema wandert, darf sich gen Süden wenden und die Welt der über hundert Mühlen entdecken, die einst rund um den nahen Wallfahrtsort Maria Luggau klapperten und noch heute das heimische Getreide für die Lesachtaler Brotherstellung mahlen. Die übrigens von der UNESCO in die Liste des immateriellen Kulturerbes aufgenommen wurde. Auf geführten Kräuter-Wanderungen lässt sich entdecken, dass im Lesachtal bis zu 500 verschiedene Kräuter und Blumen auf einem (!) Quadratmeter wachsen. Nach dem Abtauchen in pure Wander-Natur heißt es dann Eintauchen ins Mineralwasser der hauseigenen Tuffbad-Heilquelle im Infinitypool. Und in die Welt regionaler Wellness im soeben um viele Ruhebereiche und achtsame Details erweiterten SPA-Bereich des Almwelness Resorts.*

**Kurztext: 1939 Zeichen**

Durch seine abgeschiedene Lage und das klare Bekenntnis zum sanften Tourismus in Einklang mit der Natur, aber auch die traditionell-nachhaltige Landwirtschaft wurde das Lesachtal zum „naturbelassensten und umweltfreundlichsten Tal Europas“: Eine Welt, weit weg von Alltagshektik, schlechter Luft und Stress. „Hier werden viele Bergwiesen nur alle zwei Jahre gemäht“, erklärt Egon vom Almwelness Resort Tuffbad die immense Artenvielfalt auf diesem idyllischen Fleckchen Erde. Zusammen mit seiner Frau Eva Maria leitet er das Haus mit ganz viel Bewusstsein für Werte.

Was man sofort spürt, wenn man die Eingangshalle betritt, in der sich der Duft von Holz mit dem Räucheraroma der hauseigenen Kräuter-Mischung und den positiven „Vibes“ der Mitarbeitenden mischt, die sich hier „Schatzsucher“ nennen.

### **Wanderglück: mit Thema oder Gipfel?**

Tuffbad-Gastgeber Egon und Wellness-Coach Erika sind zudem geprüfte Wanderführer. Denn wer sich die dreihundert Wander-Kilometer durch Wald und Wiesen, auf die Steige der Lienzer Dolomiten oder die Wege der Karnischen Alpen nicht selbst erschließen will, fragt am besten einheimische Profis. Zum Beispiel, wo das Gipfelglück zu finden ist: jenes unglaubliche Gefühl, es geschafft und sich eine Jause verdient zu haben. Nach einem steilen Aufstieg auf 2.386 Meter belohnt zum Beispiel der Panoramablick vom Riebenkofel und eine 1 Hektar große Wiese mit wildem Schnittlauch und Bärlauch, der sich zur Verfeinerung in der Tuffbad-Kulinarik wiederfindet. Aber auch vom Soleck, dem Hausberg des Almwelness Resorts, lohnt der Blick auf den Karnischen Kamm, gekrönt durch den gelben „Frauschuh“ im Frühsommer und Edelweiß in den Gipfelhängen. Wer dagegen zur Samalm wandert, kann auf den flachen Almwiesen mit Glück einen Auerhahn sehen und kann vom Plateau aus die Drei Zinnen bestaunen.

Lieber mit Thema und geführt wandern? Dann ist der nahe Mühlenweg in Maria Luggau Pflicht – mit seinen historischen, aber betriebsfähigen Wassermühlen entlang des Trattenbaches. Inklusive Besuch der Brechelstube, der Basilika, des Bauernladens und des historischen Dorfs Oberluggau. Unbedingt einplanen sollte man zudem eine Kräuterführung in St. Lorenzen. Genau hinsehen und dabei viel über natürliche Heilmittel lernt man während der Führung über die Lesachtaler Kräutertwiesen. Tees, Säfte, Honig zum Verkosten sind auch dabei – und das Manuskript zum Nachlesen zuhause.

### **Wellness und Kulinarik geben sich regional**

Wenn dann die Füße wieder ruhen und der Geist das Erlebte nachklingen lassen will, ist es Zeit, vom Wandern zur Wellness überzugehen. Doch wo starten auf über 2.000 m<sup>2</sup>? Am besten mit einem Bad im Infinitypool, in dem die prickelnde Frische des Mineralwassers aus der hauseigenen Tuffbad-Quelle mit der umgebenden Waldnatur zu verschmelzen scheint. Vielleicht gefolgt von einer Massage mit speziellen Wald-Ölen aus Kärnten. Und weil das Lesachtal gemeinsam mit dem Gail- und Gitschtal sowie dem Weissensee zur weltweit ersten „Slow Food Travel Destination“ geworden ist, gibt's im Almwelness Resort nicht nur einen Brotbackkurs: Das heimische Brot wird auch noch in einer von elf Saunen gebacken und setzt gesundheitsfördernde Sauerteigenzyme bei milden Temperaturen frei. Wer Almhütten liebt, sich aber dennoch nach einem luxuriösen Urlaubsdomizil sehnt, sollte sich die Chalets des Almwelness Resorts im Lesachtaler Bauernhaus ansehen – mit oder ohne eigenen Saunen und Wellness-Oasen. Sicher ist: Das abendliche Dinner mit der „Grünen Haube“, die seit 16 Jahren stets neu erkocht werden muss, kitzelt regional und saisonal die Gaumen, kommt aus sozial-ethischer Produktion mit Biozertifikat – und stärkt für den nächsten Wandertag.

**Langtext: 5.765 Zeichen**

**Informationen:** \*\*\*\*superior Almwelness Resort Tuffbad, 9654 St. Lorenzen, Tuffbad 3, Kärnten (Österreich), +43 4716 622, info@almwelness.com, www.almwelness.com

Texte und Bilder zum Download unter [www.pressegroup.com](http://www.pressegroup.com) (Veröffentlichung gegen Belegexemplar)



Pressebetreuung: Barbara Angerer-Winterstetter, pressegroup | Tel +49/89/418 518-91 | [dialog@pressegroup.com](mailto:dialog@pressegroup.com)