

Offline gehen im Nationalpark Hohe Tauern





Raue Schönheit mit wilder Romantik

Ursprünglich, ehrlich, authentisch, kraftvoll. Der Nationalpark Hohe Tauern begeistert mit seiner unberührten Landschaft jeden Besucher, der Ruhe und Erholung abseits des Massentourismus sucht.

Die höchsten Gipfel, schönsten Ausblicke, ruhigsten Momente - Natur, die berührt. Der Nationalpark Hohe Tauern zählt zweifellos zu den großartigsten Landschaften unserer Erde.

Bereits 1981 wurde die Region im Herzen der Ostalpen zum Nationalpark erklärt, der erste in Österreich. Für viele Menschen war dies damals ein völlig neuartiges und zeitgleich sehr zukunftsweisendes Projekt. In der Folgezeit entwickelte sich dieser zum flächenmäßig größten Nationalpark Mitteleuropas. Er verfügt über weite alpine Urlandschaften wie Gletscher, Felswände und Nadelwälder sowie die über Jahrhunderte sorgsam und mühevoll gepflegten Bergwiesen und Almlandschaften. Der Nationalpark Hohe Tauern wurde durch die Weltnaturschutzunion sogar als Schutzgebiet der Kategorie II anerkannt und damit in die Familie der ganz großen

Nationalparks wie u. a. Yellowstone und Grand Canyon aufgenommen.

EINE EINZIGARTIGE ERLEBNISWELT FÜR BESUCHER

Der Nationalpark Hohe Tauern erstreckt sich über drei österreichische Bundesländer – Tirol, Kärnten und Salzburg. Er beinhaltet über 300 Berggipfel mit mehr als 3.000 Metern, über 550 herrliche Bergseen, 279 naturbelassene Gebirgsbäche und ca. 8 % der Fläche (155 km²) ist mit Gletscher bedeckt. Wer hier von den Tallagen zu den höchsten Gipfeln steigt, durchquert Höhenstufen, die allen Klimazonen von Mitteleuropa bis in die Arktis entsprechen.

Der Nationalpark ist die Heimat von gut einem Drittel der in Österreich vorkommenden Pflanzen- und schätzungsweise 10.000 Tierarten. Trotz langer Winter in hochal-

pinen Lagen sind die heimischen Alpenbewohner wie Gämse, Steinbock & Co. gut an die klimatischen Bedingungen angepasst. Allein im Osttiroler Teil des Nationalparks gibt es 1.200 Kilometer Wanderwege mit 17 verschiedenen Themenwegen. Während des gesamten Jahres können Interessierte an Exkursionen zu verschiedensten Themen teilnehmen. Im Sommer reicht das Angebot an Rangerwanderungen von Wildtierbeobachtungen und Gletschererkundungen, über Tälerüberquerungen und Fototouren, bishin zu Wanderungen zu verschiedenen Themen wie Wasser, Kräuter u.v.m. Die Nationalpark-Ranger bringen Besuchern – großen und kleinen – die Einzigartigkeit des Schutzgebietes auf lebendige Weise näher.

Intakte Natur, authentisches Brauchtum, gewachsene Kultur – all dies zeichnet den Nationalpark Hohe Tauern aus. Kaum eine andere Region Österreichs hat einen derart unverfälschten Charakter. Gerade in Zeiten, in denen Menschen zunehmend natürliche und glaubwürdige Erlebnisse suchen, finden sie hier Authentizität in ihrem Urlaubsparadies.

Ein wahres Wintermärchen.
Im Nationalpark Hohe Tauern eröffnen sich dem Betrachter faszinierende Ausblicke. Mit etwas Glück können Naturfreunde im Winter einen Steinbock beobachten oder einen Steinadler oder Bartgeier.

Hast du gewusst...?

DATEN UND FAKTEN

- Gesamtfläche 1.856 km²
- mehr als 300 Berggipfel auf über 3.000 Metern Seehöhe
- 342 Gletscher mit einer Gesamtfläche von 155 km²
- 551 Bergseen
- 279 Bäche (davon 57 Gletscherbäche)
- 26 bedeutende Wasserfälle
- die Big Five des Nationalparks sind Bartgeier, Adler, Steinbock, Gams und Murmeltier
- der Bartgeier als der größte Greifvogel der Ostalpen mit einer Flügelspannweite von bis zu 3 Metern
- über 30 Adlerbrutpaare mit zahlreichen umherstreifenden Jungadlern
- über 500 Stück Steinwild
- rund 11.500 Stück Gamswild
- der größte, in sich geschlossene Zirbenwald der Ostalpen: der Oberhauser Zirbenwald im Defereggental
- 33 Gemeinden in Osttirol mit knapp 50.000 Einwohner.
- die meisten Sonnenstunden und die wenigsten Regentage in Österreich



Touren mit dem Ranger

FASZINIERENDE ERLEBNISSE



Schneeschuh- und Winterwanderungen werden im Matreier Tauerntal, Kals am Großglockner, Virgental, Defereggental sowie in der Region Lienzer Talboden angeboten. Das Tourenangebot reicht von Nature Watch auf Schneeschuhen, Spurensuche im Nationalpark, Sonnenuntergangstouren, Fototouren bis zu wildromantischen Winterwanderungen.

Ebenso ein ganz besonderes Highlight sind die mystischen und faszinierenden Mondscheintouren. Auch beim Durchstapfen der weißen Winterpracht bei Nacht wissen die Nationalpark-Ranger spannendes über die verborgenen Schätze des Nationalparks Hohe Tauern und seiner Natur zu erzählen.

Kosten: ab € 20,- pro Person (Schneeschuhe inkludiert)

Infos und Anmeldung:

Nationalpark Hohe Tauern Tirol,
T. +43 4875 5161-10,
nationalparkservice.tirol@hohetauern.at,
nationalpark.osttirol.com



Alle Ranger wurden für die Durchführung der Rangertouren entsprechend der COVID-19-Bestimmungen in einem eigenen Seminar geschult. Die Exkursionen im Nationalpark werden kontaktlos, unter Einhaltung des geforderten Mindestabstandes sowie der jeweils gültigen Vorgaben seitens der Bundesregierung durchgeführt.

Im Reich von Steinbock, Gams und Adler

Hautnah!

Geführte Touren mit einem Nationalpark-Ranger durch die Weiten des Nationalparks Hohe Tauern sind ein unvergessliches Naturerlebnis.

Abenteuer pur. Ausgerüstet mit Schneeschuhen, Fernglas und Spektiv durch die tief winterliche Landschaft zu stapfen ist einzigartig. Dazu die Ruhe zu spüren und das funkelnende Schauspiel der Schneekristalle im Sonnenlicht zu erleben ist schlicht Natur pur. Wer in seinem Winterurlaub Gams und Steinbock besuchen und hautnah in freier Wildbahn erleben möchte, bricht am besten mit einem Nationalpark-Ranger in die weißen Weiten des Nationalparks Hohe Tauern auf. Unterwegs werden zahlreiche Stopps eingelegt um das Naturschauspiel von Wild und Greifvögeln mit Spektiv und Fernglas zu beobachten.

BEI NATURE WATCH TOUREN WIRD DIE NATUR ZU EINEM LEBENDIGEN KLASSENZIMMER UNTER FREIEM HIMMEL

Die ursprüngliche Bedeutung von Ranger ist übrigens „Hüter eines Lebensraumes“. Seit 2010 gibt es österreichweit eine zertifizierte Ausbildung zum Nationalpark-Ranger. Sie verfügen neben ihrer Wander- und Bergerfahrung über spezielles naturkundliches Wissen. Alle Ranger sind mit den Zielsetzungen und Aufgabenstellungen eines Nationalparks vertraut, haben fundierte Kenntnisse in Zoologie, Botanik, Geologie u.v.m. und verstehen es ganz genau ökologische Zusammenhänge ihren Gästen verständlich näher zu bringen. Dieses Wissen geben in Osttirol 12 Nationalpark-Ranger – in Kurzform, versteht sich – auf ihren Führungen an interessierte Besucher des Nationalparks weiter.

Für jedermann, der sich gerne in der freien Natur bewegt, sind die geführten Touren machbar. Bei zahlreichen Verschnaufpausen mit unvergleichlichen Aus- und Einblicken erfahren die Teilnehmer viel

Wissenswertes vom Nationalparkexperten. Die Nationalpark-Ranger wissen genau, wie man sich rücksichtsvoll verhält, um als geführte Gruppe die Tiere in ihrem Lebensraum nicht zu stören. Ausgangspunkt einer traumhaften Tour ist z. B. der Parkplatz Glocknerwinkel beim Lucknerhaus in Kals (1.920 m). In Serpentinien führen die Ranger durch den Lärchenwald bis zur Baumgrenze, die steilen Felswände und der Großglockner immer im Visier. Hier findet man mit rund 200 Steinböcken die größte Einzelpopulation der stolzen Bergziegen in Osttirol.

In den höheren Regionen des Nationalparks ist die Natur im wahrsten Wortsinn unberührte Wildnis. Es lohnt sich, sie zu besuchen und zu betrachten. Zur Standardausrüstung auf den Nature Watch-Exkursionen gehören daher hochwertige Ferngläser und ein Spektiv. Und jeder Schneeschuhwanderer ist begeistert, wenn die Ranger ihm zeigen, wie man mit Digitalkamera plus Spektiv fantastische Fotos machen kann.

Eine Gams-Garantie können die Ranger nicht abgeben. In höheren Lagen hingegen entdeckt man unter der Führung eines Rangers mit etwas Glück schon mal ein Gamsrudel. Und wer das erleben darf, wird diesen magischen Moment sicher nicht so schnell wieder vergessen.

Doch bevor die Wildtiere ins Blickfeld kommen, klären die Ranger über die Spuren von Fuchs & Co. im Schnee auf und erläutern die Überlebensstrategien der Tier- und Pflanzenwelt in der frostigen Zeit des Jahres – und sorgen bei ihren Zuhörern für manches Aha-Erlebnis. Die Ranger verstehen sich als Mittler zwischen Mensch und Natur. Und so wird mit ihrer Führung der Nationalpark zum lebendigen Klassenzimmer unter freiem Himmel. Eine äußerst spannende Erfahrung.

Winterliche Tiefenentspannung

Aktive Auszeit

Der Nationalpark Hohe Tauern steht neben Alpinismus gerade auch für sanfte Wintererlebnisse. In der unberührten Natur des Schutzgebiets findet jeder die Erholung die er sucht.

Silbern funkelt der unberührte Schnee im Sonnenlicht. Und es herrscht Ruhe. Absolute Ruhe. Beim Winterwandern durch die atemberaubend schöne Natur kann es einem durchaus passieren, dass einem stundenlang keine Menschenseele begegnet. Hier, wo mit dem Großglockner (3.798 m) und dem Großvenediger (3.657 m) die höchsten Berge Österreichs die Kulisse bestimmen und die Gäste mit besonderer Herzlichkeit empfangen werden, scheinen die Uhren ein wenig langsamer zu ticken. Mit einem Mal ist der Alltag ganz weit weg. Und man findet zu sich selbst.

Der Nationalpark Hohe Tauern bietet Bedingungen für ganz natürliche Auszeiten. Kaum eine andere Region in den Alpen steht für intensivere Naturerlebnisse.

Eine beliebte Art, die Berge im Winter hochalpin zu entdecken ist eine Skitour. Von einfacheren Tiefschneetouren mit nur wenigen Höhenmetern bis hin zu hochalpinen, anspruchsvollen Routen am Alpenhauptkamm ist alles möglich. Erfahrene Berg- und Skiführer kennen die schönsten Orte und bieten auch Schnuppertouren für Skitoureneinsteiger an.

Osttirol, die Wahlheimat der norwegischen Biathlon-Legende Ole Einar Björndalen, ist bekannt für seine professionelle Langlauf-Kompetenz und sein großes Netz an Luxus-Loipen. Aber in Osttirol kommen auch alle, die es etwas gemütlicher angehen wollen, zu ihrem Recht. Für Einsteiger bieten sich insgesamt 64 vergleichsweise einfachere Loipen-Kilometern an. Wer hingegen für den Dolomitenlauf trainieren möchte, ist im Langlaufgebiet Lienz, auf der 35 Kilometer langen Dolomitenloipe in der richtigen Spur. Klein, aber fein steht alternativ die drei Kilometer lange, beschneite Rundloipe Lavant zur Verfügung. Die Talloipe im urigen Bergdorf Kals verspricht Langlauferlebnisse in einer Bilderbuchkulisse am Fuße des Großglockners.

Ebenso reizvoll sind die Loipen in Virgen und Prägraten, welche abwechslungsreich entlang der Isel angelegt sind.

Ausgezeichnet mit dem Tiroler Loipengütesiegel und ideal für Fortgeschrittene ist das Gebiet im Defereggental. Hier finden die Brettl-Fans knapp 70 Kilometer perfekt präparierte Loipen vor. Und auf der Höhenloipe am Staller Sattel wartet die sportliche Herausforderung: Stark ansteigende Schleifen führen den Läufer bis auf 2.135 Meter Höhe.

Osttirol gilt jedoch nicht nur als Eldorado für Winterwanderer, Skifahrer oder Tourenski-Fans, sondern ist auch ein Rodelparadies. Eine große Auswahl an tollen beleuchteten Rodelbahnen bei Dunkelheit wartet darauf ausgetestet zu werden. Der Rodelspaß lässt sich gut mit der Einkehr in einer urigen Hütte kombinieren. Für die hungrigen Winterentdecker empfiehlt sich die Osttiroler Spezialität Schlipfkrapfen – leckere Nudelteigtaschen gefüllt mit einer Kartoffel-Kräuter-Mischung. Ideal um einen erlebnisreichen Wintertag mit kulinarischen Spezialitäten aus Osttirol ausklingen zu lassen.

Einen Riesenspaß garantiert die Rodelbahn Alpe-Stalle nahe der gleichnamigen gemütlichen Jausenstation im Defereggental. Bereits beim Anstieg genießen Rodler den freien Blick auf die Bergwelt des Panarngkamms. Die Bahn selbst ist schattig gelegen, bietet somit beste Voraussetzungen für eine lange Rodelsaison. Bei Nacht ist die Rodelbahn Alpe-Stalle beleuchtet.



Langlaufen. Das sanfte Outdoor-Workout stärkt das Herz-Kreislauf-System, den Stoffwechsel sowie die Atmung und beeinflusst positiv die Psyche. Beim Langlauf werden 90 Prozent der Muskeln schonend bewegt. Wer dabei noch lächelt, schafft es sogar auf 98 Prozent. Und das passiert im Osttiroler Langlaufparadies ganz wie von selbst.



Der Natur und den Wildtieren zuliebe

WIE VERHALTE ICH MICH IM WINTER IM NATIONALPARK?

Nationalpark-Ranger Andreas informiert: Wildtiere leben im Winter auf „Sparflamme“ und von Reserven. Durch kräfteaufbrauchende Fluchten sind diese rasch aufgebraucht. Störungen durch den Menschen können mitunter zum Tod der Tiere führen.

- Nutze im Wald die Wege für den Aufstieg und die Abfahrt. Achte auf ausgewiesene Sperrflächen.
- Durchquere die Kampfwaldzone Bergauf und -ab im kürzesten Weg. Meide Baumgruppen, Sträucher und Einzelbäume.
- Nähere dich Wildtieren nicht. Ist kein Ausweichen möglich, mache auf dich aufmerksam.
- Nutze zur Abfahrt unstrukturiertes Gelände. Bedenke, dass überraschendes Auftauchen panikartige Fluchten auslösen kann.
- Meide bei der Abfahrt Jungwuchsfelder.
- Lass deinen Hund auf einer Schitour nicht frei laufen. Er bewegt sich anders und löst dadurch Fluchtverhalten bei Wildtieren aus.

In der Abgeschiedenheit der Gipfelwelt

Traumtouren

Ob auf Schneeschuhen, Tourenski oder beim Eisklettern – das Angebot in der Nationalparkregion Osttirol ist vielfältig.



Im unberührten Glück. Schneeschuhwanderungen mit Nationalpark-Ranger oder Skitouren mit Osttiroler Bergführern – ein Geheimtipp für Naturliebhaber wo verborgene Plätze in winterlicher Idylle auf Spuren der heimischen Alpenbewohner entdeckt werden können.

Den Nationalpark hochalpin erleben.

Wer im Nationalpark „hoch“ hinaus möchte ist bei einem Osttiroler Berg- und Skiführer genau richtig. Traumhafte hochalpine Schneeschuhwanderungen, Gletschertouren und winterliche Gipfeltouren im Nationalpark Hohe Tauern sind garantiert. Als ideale Stützpunkte bieten sich dafür auch im Winter die Hütten der Alpinen Vereine an.

Skitouren-Tipp: Ein absoluter Genuss für Skitourengeher ist die Route Figerhorn/Kals am Großglockner. Nach einem kurzen Aufstieg durch den Wald geht es ins freie Gelände – über die sanften Hänge der Greiwiesen. Ein Wintertraum! Auf dem Gipfel, den man über den Rücken erreicht, wird der Aufstieg mit einem einzigartigen Ausblick auf die Bergwelt der Glocknergruppe und den Großglockner, dem höchsten Berg Österreichs belohnt. Und bei der Abfahrt über die pulvrigen Hänge schlägt das Herz eines jeden Skitourengehers höher.



Sonnenuntergangswanderung auf Schneeschuhen mit Nationalpark-Ranger:

Der Nationalpark Hohe Tauern leuchtet im Abendlicht, während die Sonne hinter den tief verschneiten Gipfeln im Iseltal versinkt. Die gelb-orangen Farben tauchen das einzigartige Panorama der Schobergruppe und der Lienzer Dolomiten in eine magische Atmosphäre. Bevor der leuchtende Sternenhimmel zum Vorschein kommt, erzählt der Ranger Spannendes über die Überlebensstrategien von Gams, Fuchs und Schneehase in schneereichen Wintern. Gemeinsam werden Tierspuren entdeckt und den Alpenbewohnern zugeordnet.

**TIPP: GUTSCHEIN
— RENT A RANGER —
ALS EINZIGARTIGE
GESCHENKSIDEE FÜR
BESONDERE ANLÄSSE**



Vollmondtour mit Nationalpark-Ranger:

Magisch und faszinieren sind die nächtliche Vollmondtouren auf Schneeschuhen – die Schneekristalle glitzern im Mondschein, die verschneiten Wälder und Landschaften des Nationalparks hohe Tauern strahlen hell auf und der Zauber der Nacht, den jeder Gast spürt, lassen diese besondere Ranger-Tour zu einem einzigartigen Erlebnis werden. Entdecken Sie gemeinsam mit den Rangern verborgene Spuren der Natur und lassen Sie sich von den interessanten Geschichten über den Nationalpark und der Kraft des Mondes verzaubern.



KONTAKTE DER BERGFÜHRERBÜROS IN DER NATIONALPARKREGION

Venediger Bergführer:
www.venediger-bergfuehrer.at

Virger Bergführer:
www.virgenalpin.at

Bergführerbüro Matrei:
www.bergfuehrer-matrei.at

Kalser Bergführer:
www.bergfuehrer-kals.at

Bergführer Defereggental:
www.bergfuehrer-stjakob.at

Tiroler Bergsportführer, Sektion Osttirol:
www.berg-osttirol.at



NICHT VERPASSEN: WINTER-VERANSTALTUNGS- HIGHLIGHTS

Naturfotografie-Workshop „Winter Licht“ im Jänner
Wissen Sie wie mit Kamera der Lichterzauber der Winterlandschaft mit Natur und Mensch perfekt in Szene gesetzt werden kann? Profifotograf Prof. Patrice Kunte und ein Nationalpark-Ranger begleiten in den Nationalpark und geben Tipps. Infos unter nationalparkservice.tirol@hohetauern.at

Auf die Bretter, fertig, los!
Im Jänner: Dolomitenlanglauf
Im Februar: Skitourenrennen - Laserlauf

Eiskletterfestival Osttirol im Jänner
Das Eiskletterfestivals findet im Eispark Osttirol statt. Stargäste und kostenlose Workshops inklusive.

Weitere Infos zu Terminen unter www.osttirol.com



Eispark Osttirol. Seit 2016 eine vereiste Wand mit 70 Routen - ein Paradies für Eiskletterer welches das Sportlerherz höher schlagen lässt.

Auf der Sonnenseite der Alpen Spaß und Action im Schnee

Mit sieben Skigebieten und insgesamt 150 schneesicheren Pistenkilometern lässt Osttirol auch Skifahrerherzen höherschlagen. Und das ohne überfüllte Hänge und lange Wartezeiten.

Ob erste Schwünge auf dem Einsteigerhang oder carven auf der Weltcupstrecke, Osttirol bietet dem Wintersportler ideale Bedingungen für Anfänger und Könner jedes Alters. Der perfekte Skitag im Großglockner Resort Kals Matriei könnte so aussehen: Rauf auf die Blauspitze an den Osthängen in Kals. Vier, fünf sportliche Talabfahrten, dann mit der Gondel zur Adlerlounge, dem höchstgelegenen Haubenrestaurant Österreichs, auf 2.621 Meter. Sich verwöhnen lassen, während der Blick über 60 Dreitausender schweift. Anschließend zu den Westhängen in Matriei mit der legendären 11,3 Kilometer langen Talabfahrt, nach der die Oberschenkel brennen. Gäste können im Angesicht des Großglockners 41,6 Kilometer Pistenpaß genießen – und nach Herzenslust carven.

Für Genießer gibt es etwas ganz Besonderes in Osttirol: Der „Terrassen-Skilauf“

lädt zu kulinarischen Freuden über den Dächern von Lienz ein. Wintersportler haben hier in den Skigebieten Zetttersfeld und Hochstein die Möglichkeit sich mit kulinarischen Genüssen zu verwöhnen und von Terrasse zu Terrasse zu schlemmen. Neben den kulinarischen Highlights begeistern auch Funslopes und ehemalige Skiweltcup-Strecken im Lienz Talboden.

Genussmenschen treffen sich im Defereggental rund um St. Jakob. Überlaufene Pisten? Fehlanzeige! Das Osttiroler Defereggental ist der ideale Ort um Massen und großem Partytrubel auszuweichen. Was man stattdessen findet? Ganz viel Schnee, eine herrliche Bergkulisse und Pistenspaß für die ganze Familie. Auch Snowboarder und Freerider finden mit gepflegten Funparks und unberührten Lines im Tiefschnee hier ihr persönliches Wintersportglück.



Licht-Therapie.
Rund 2.000 Stunden im Jahr scheint in Osttirol die Sonne. Auf Brettl-Fans warten in der sonnigen Region sieben Skigebiete mit insgesamt 150 schneesicheren Pistenkilometern. Und hier sind Familien sehr willkommen: In den Skigebieten können sich Eltern über tolle Vergünstigungen für ihre Kinder (bis 18 Jahre) freuen.

Eisklettern: Eine ganz andere Art von Adrenalin-Kick bietet das Tauerntal an: Ohne langen Zustieg findet man im größten Eiskletterpark Österreichs rund 80 Routen. Neben zahlreichen Eisfällen, die begünstigt durch hochgelegene und teilweise schattenreiche Täler in der ganzen Nationalparkregion zu finden sind, bietet der künstlich angelegte Eispark auf engstem Raum ein Eldorado für Kletterfans. Erfahrene Berg- und Skiführer geben hier Schnupperkurse für Anfänger, bieten aber auch Trainingseinheiten für Fortgeschrittene an.

Exklusive Fototour mit Senior-Ranger Hermann Muigg:
Ein wahrer Experte der Fotografie, gibt einen Einblick sowie Tipps & Tricks in der Natur- und Landschaftsfotografie, um die einzigartige Landschaft des Nationalparks in Bildern einzufangen. Der Fotoexperte weicht Sie in den Umgang mit Kamera, Belichtungen u.v.m. ein, um atemberaubende Aufnahmen zu schießen und so Ihre schönsten Impressionen bei optimaler Belichtung in der verschneiten Winterlandschaft und bei Schneetreiben festzuhalten.





Osttirol lädt zu kulinarischen Streifzügen

NATUR(lich) regional

Einmalige Naturschönheit schmeichelt dem Auge, würzig-frische Bergluft liegt in der Nase, Sonne und Wind kitzeln auf der Haut. Die Natur lässt sich nicht nur fühlen, riechen und sehen, sondern auch schmecken - das besonders gut in der Nationalparkregion Osttirol!

Kulinarische Köstlichkeiten

Kulinarik deluxe am Hauptplatz Lienz: Unter dem Motto „Osttirol deluxe“ werden von Mitte Februar bis Ende März Gourmet-Pavillons am Hauptplatz in Lienz aufgestellt. Spitzenköche aus der Region sorgen für außergewöhnliche Gaumenfreuden und verwöhnen mit eigens kreierten Wintergerichten aus heimischen Zutaten.

Guten Morgen Osttirol! Hier fängt der kulinarische Genuss schon am Frühstückstisch an. Denn die örtliche Gastronomie, egal ob Almwirtschaft oder Haubenlokal, hat eines gemeinsam: Sie verwendet heimische Produkte von höchster Qualität. Mit langer Erfahrung, alten Rezepten, traditionellen Herstellungsmethoden und neuen Ideen sowie mit Liebe und Hochachtung vor Natur und Tier bringen Osttirols Frühstückspartner einzigartige regionale Spezialitäten auf den Tisch.

Was die Produzenten für das Osttirol Frühstück miteinander verbindet, sind Leidenschaft und Hingabe, mit der sie ihre frischen und schmackhaften Produkte erzeugen. Dazu kultivieren und bewahren sie die Urlandschaft – bauen regionaltypische alte Obst- und Getreidesorten an und lassen Rinder, Ziegen und Schafe auf sonnigen Hochalmen weiden.

Nach dem Frühstück geht es dann genüsslich weiter durch den Tag. Auf diversen

Genussrouten lädt Osttirol zu entspannten Streifzügen durch köstliche Genusslandschaften ein.

Bei den Nationalpark-Partnerwirten stehen die regionale Küche mit Naturprodukten, die Kultur und Tradition Osttirols im Mittelpunkt. Den Gast erwartet ein Kulinarikangebot mit saisonalen Schwerpunkten und speziellen Genusswochen. Und es wird deutlich: In Osttirol sind Kulturlandschaft und Lebensmittel untrennbar miteinander verbunden, geben der Region ihren eigenen Charakter.

EINE GENUSSREGION FÜR DEN VERWÖHNTEN GAUMEN

Mit seinem alpinen Klima und den großen Almgebieten ist Osttirol prädestiniert für die Schafzucht. Die Haltung dieser Tiere hat hier eine Jahrhunderte alte Tradition. Das Fleisch ist von würzigem Aroma, fettarm sowie reich an Eiweißen und Vitalstoffen.

Ja, Osttirol ist eine wunderbare Destination für Menschen mit anspruchsvollem Gaumen. Und zu den kulinarischen Schätzen gehören zahlreiche edle Tropfen, allen voran der Pregler – die geschützte Bezeichnung für den Osttiroler Obstbrand, der aus heimischen Äpfeln und Birnen destilliert wird. Der Pregler ist der Inbegriff des urbäuerlichen, traditionell hergestellten Schnapses und eine alte Osttiroler Spezialität. Um wahre Spitzendestillate zu kreieren, bedarf es mehr als nur reiner Zutaten. Eine feine Nase, ein geschulter Gaumen und jahrelange Erfahrung sind die Stärken der Osttiroler Schnapsbrenner, die über Jahre hinweg durch Auszeichnungen ihrer Edelbrände auch stets honoriert wurden.

Und es gibt echte Feinschmecker-Oasen. Höchste Kochkunst gepaart mit urtirolerischem Wohlfühlambiente erleben die Gäste in neun von Gault Millau ausgezeichneten Lokalen. Wer sich inmitten der faszinierenden Natur durch die Haubenküche „durchgekostet“ hat, wird Osttirol mit Sicherheit gern als Genuss-Tipp weiterempfehlen.

NATIONALPARK HOHE TAUERN REGIONSPRODUKTE

Produzenten der Nationalparkregion Hohe Tauern in Osttirol stehen für umweltbewusste Produktionsprozesse und für Regionalität. Die mit dem Label „Regionsprodukt“ gekennzeichneten Waren sind für den Konsumenten Orientierung und Garantie für die Verwendung von lokalen Rohstoffen, einer zeitgemäßen, ökologische Produktion und ressourcenschonender Verpackung.

Regional einkaufen.

Wer jetzt Gusto bekommen hat, der kann ausgewählte Nationalpark Hohe Tauern Regionsprodukte bei folgenden Direktvermarktungsorganisationen beziehen und sogar ein Stück Nationalpark mit nach Hause nehmen: Talmarkt Matrei i. O., Bauernladen Virgen, Stadtmarkt Lienz, Hofladen Peischlerwirt, Regiomat Gaimberg, Deferegger Machlkammer, Kaiser Handwerksladen, Hofladen Kuenzhof in Dölsach, Bauernladen Walter in Obervellach, Fleischhauerei Mühlestätter Matrei i. O.



ALTE TRADITIONEN LIEBEVOLL GEPFLEGT

Jedes Jahr um die Weihnachtszeit werden in Osttirol noch immer uralte, archaische Bräuche gepflegt.

Räuchern

Mit dem 24. Dezember beginnt die Zeit der Raunächte. Früher glaubte man, dass in dieser Zeit unheimliche Geister Stall und Haus heimsuchen würden. Und durch das Ausräuchern konnte man im Volksglauben alles Böse vertreiben. Dafür wurden in einer Pfanne glühende Kohlen mit Weihrauch und anderen Kräutern betend durch das eigene Anwesen getragen. Und niemand aus der Familie durfte dabei fehlen, denn das würde wiederum Unglück bringen. In Osttirol wird das Räuchern von der Bevölkerung noch immer praktiziert.

Blattstock

Zu den Neujahrsbräuchen in Osttirol gehört es, am Neujahrstag und in der Weihnachtszeit eine Osttiroler Spezialität zu backen: Blattstock. Dieser besteht aus Germteig und wird mit Mohn bestrichen und reichlich zerlassener Butter übergossen. Köstlich! So schmeckt der Winter.

Sternsinger zu Dreikönig

In Anlehnung an die Heiligen Drei Könige aus dem Morgenland ziehen sie heute von Haus zu Haus, tragen ihre Lieder vor und schreiben C+M+B plus Jahreszahl an die Haustür: „Christus mansionem benedicat“ – der Herr segne dieses Haus.



Tipp: Der Dreikönigsmarkt ab 26. Dezember in Lienz bietet die ideale Verlängerung der Advents- und Christkindlmarktzeit und lädt mit Köstlichkeiten aus der Region, zu besinnlichen Stunden ein.

Erstklassige Aufenthalte in erstklassigen Unterkünften Gastfreundschaft

Individuelle Betreuung und spezieller Service machen den Winterurlaub im Nationalpark Hohe Tauern unvergesslich und einzigartig.

Die Auswahl ist groß. In Osttirol bietet sich eine Vielzahl vorzüglicher Feriendomizile an. Für jeden Geschmack, für jedes Budget. Die Palette reicht vom naturnahen Urlaub in einem Nationalpark-Partnerbetrieb, urig auf dem Bauernhof, im gemütlichen Gasthof, ausgezeichneten Hotel oder bis hin zu einem Privatzimmervermieter. Hier findet jeder, was er sucht. Urlaubsspezialisten sind sie allesamt, die Osttiroler Gastgeber.

Nationalpark-Partnerbetriebe. Eine gute Wahl für Urlauber, die den Nationalpark bereits in ihrer Unterkunft spüren wollen. Die Nationalpark-Partnerbetriebe reichen vom gemütlichen Bauernhof und Gasthof, über Privatzimmer und Ferienwohnungen, bis hin zum 4*S Hotel. Sie bieten Behaglichkeit und beste Voraussetzungen für ein pures Naturerlebnis sowie umfangreiche Serviceleistungen.

Die familiär geführten Nationalpark-Partnerbetriebe haben es sich zur Aufgabe gemacht, das schützenswerte Terrain des Nationalparks Hohe Tauern für Gäste in besonderer Weise erlebbar zu machen. Sie

geben ihren Gästen Tipps und helfen ihnen bei der Planung von Schneeschuhtouren und Nature-Watch-Wanderungen mit Nationalpark-Rangern. Außerdem eröffnen die 9 Partnerwirte mit regionalen Spezialitäten neue Geschmacksdimensionen.

Bei Buchung in einem Nationalpark-Partnerbetrieb erhält jeder Gast einen Gutschein für eine geführte Rangertour.

Urlaub auf dem Bauernhof. Hier findet man eine ganz besondere Auszeit vom hektischen Alltag, in authentischem Ambiente mitten in der Natur. Herzliche Gastgeber verwöhnen ihre Gäste und präsentieren mit Stolz ihre urigen Höfe, die Tiere, ihre Arbeit und Lebensart.

Osttiroler Herzlichkeit. Wer Wert auf Individualität und Eigenständigkeit legt, wird den Urlaub in einer Ferienwohnung oder einem Privatzimmer zu schätzen wissen.

Bus- und Gruppenreisen: Für Reisegruppen wiederum bieten sich Osttirols Bus- und Gruppenhotels mit entsprechender Ausstattung an. Interessierten wird gern ein individuelles Gruppenreiseprogramm erstellt.



Nationalparkerlebnis Indoor Echt sehenswert

Einblicke in den Nationalpark können sehr spannend sein – erleben Sie den Hochgebirgsnationalpark im Nationalparkhaus Matrei auch Indoor!

Auf geht's in das Besucherzentrum des Nationalparkhaus Matrei. Die Ausstellung „Tauernblicke - Momente des Staunens“ ist ein absolutes Highlight. Das Nationalpark-Indoorerlebnis macht Lust den Nationalpark in freier Natur zu besuchen.

Osttirol ist eine der sonnigsten Regionen Österreichs. Aber was tun, wenn Frau Holle doch mal die Betten ausschüttelt? Nationalparkhaus Matrei. Im Besucherzentrum tauchen Sie in 6 Erlebnisräume des Nationalparks Hohe Tauern unter dem Motto: „Gipfel“, „Fels & Eis“, „Bäche und Seen“, „Alpine Rasen“, „Almen“ und „Bergwald“ tief ein. In spektakulären 360°-Videos zeigen die Nationalpark-Ranger in Virtual-Reality Ferngläsern einzigartige Plätze in Osttirol und eröffnen unerwartete, digitale Einblicke. Nationalpark-Ranger Andreas bringt Sie sogar in 360°-Perspektive auf den Großglockner, den höchsten Berg Österreichs. Flug mit dem Bartgeier im Vogeldiorama, Faktenrad und die Nationalpark-Erlebnisdusche sind weitere Highlights des Besucherzentrums, welche garantiert faszinieren.





Winternatur im Nationalpark Hohe Tauern

- 7 Übernachtungen im Nationalpark-Partnerbetrieb, Verpflegung lt. gebuchter Kategorie
- nationalpark*gut*scheine im Wert von € 10,-
- 1 Wildtierbeobachtung mit Nationalpark-Ranger
- 1 geführte Schneeschuhwanderung mit Nationalpark-Ranger im Wert von € 20,-

ab € 267,- pro Person

Winter - Herzlichkeit in Osttirol

- 4 oder 7 ÜN (Doppelzimmer oder Ferienwohnung) im Osttiroler Herzlichkeitsbetrieb
- 1 Frühstückstasche für Ferienwohnungsgäste bzw. Frühstücksbuffet
- 1 geführte Schneeschuhwanderung mit Nationalpark-Ranger und Gastgeber
- 1 „Mit-nach-Hause-nehmen“-Andenken Ihres Gastgebers

ab € 149,- pro Person

Wohlgefühl im Einklang mit der Natur

- 7 Übernachtungen im Nationalpark-Partnerhotel mit Genießer-Halbpension
- 1 Wellnessanwendung
- 1 geführte Schneeschuhwanderung mit Nationalpark-Ranger im Wert von € 20,-
- 1 Nationalpark-Geschenk

ab € 604,- pro Person

Winter-Stallgeflüster Mäh und Muh – komm auch DU!

- 7 Übernachtungen im Osttiroler Bauernhof
- 1 Nature Watch Schneeschuhwanderung mit Nationalpark-Ranger
- 1 Stallgeflüster, sei aktiv am Hof dabei und schwing beherzt die Heugabel
- 1 „Mit-nach-Hause-nehmen“-Geschenk

ab € 207,- pro Person

**Nationalpark[®]
Hohe Tauern**

nationalpark.osttirol.com