



Neuer Internet-Auftritt für das gesundheitstouristische EU-Projekt **„Lebensspur Lech“ launcht ihre eigene Website**

Pünktlich zur Sommersonnenwende am 20. Juni 2020, wenn die Tage kürzer und die Nächte wieder länger werden, geht die „Lebensspur Lech“ mit ihrer eigenen Homepage www.lebensspur-lech.com an den Start. Nun können sich Interessierte umfassend online über den gesundheitstouristischen Erlebnisraum zwischen dem österreichischen Tirol und dem bayerischen Allgäu informieren. Grundlage des grenzüberschreitenden EU-Projekts der vier Partner Lechweg, Füssen im Allgäu, Lechtaler Auszeitdörfer und Holzgau/Tirol bildet die Kneipp'sche Gesundheitslehre. Sie umfasst die fünf Säulen Wasser, Bewegung, Ernährung, Kräuter sowie den Schwerpunkt der „Lebensspur Lech“, die Innere Ordnung. Neben einem kurzen Überblick fokussiert sich die Navigation der brandneuen Website auf folgende inhaltlichen Schwerpunkte: Kneipp erleben, Besser schlafen, Achtsamkeit spüren und Auszeitdörfer.

Inhalte der neuen „Lebensspur-Lech“-Seite im Detail:

1. Überblick

Die „Lebensspur Lech“ verläuft entlang der Weitwanderroute Lechweg, die den Wildfluss von seiner Quelle in Lech am Arlberg bis zum Füssener Lechfall auf rund 125 Kilometern begleitet. Der Lech steht dabei sinnbildlich für die Kraft und Heilwirkung der Natur und fungiert als verbindendes Element zwischen den vier Interreg-Partnern. Wanderer, Einheimische und Touristen können sich an verschiedenen Stationen auf die „Lebensspur Lech“ begeben und finden dort zahlreiche Erlebnis-, Kraft- und Gesundheitsplätze, alle auf Basis der Lehre des Wasserdoktors Sebastian Kneipp.

2. Kneipp erleben

Im Portalort Füssen, seit über 80 Jahren anerkannte Kurstadt, dreht sich alles um die Balance von Körper, Geist und Seele. Tragendes Gerüst des Gesundheitsangebots sind die Kneipp'schen Säulen Bewegung, Wasser und Innere Ordnung. In den unterschiedlichen, topmodern gestalteten Erlebnisarealen am Hopfen- und Weißensee, im Ortsteil Bad Faulenbach und beim Hohen Schloss erwarten Besucher Bewegungsparcours, Kneipp-Tretbecken, Ruhe-Inseln und vieles mehr.

3. Besser schlafen

Kneipp gegen Schlafstörungen – dafür sind die Füssener nicht erst seit einer wissenschaftlichen Studie der Ludwig-Maximilians-Universität München Spezialisten. So halten zertifizierte Schlafgastgeber speziell ausgestattete Gästezimmer und abgestimmte Serviceangebote für Ruhelose bereit. Auf Grundlage der Kneipp'schen Lehre gibt ein Schlaflose Tipps oder kümmert sich ums Schlaf-Screening. Die Füssener Schlaffibel und regelmäßige Präventionsprogramme ergänzen das Angebot.

4. Achtsamkeit spüren

Die Tiroler Gemeinde Holzgau gilt als „Perle des Lechtals“. Der dreieinhalb Kilometer lange Vital- und Erlebnisrundweg inszeniert die fünf Säulen des Wasserdoktors unter anderem mithilfe einer Kneippanlage im Bachlauf und dem Trinkbrunnen. So werden die Schätze der Natur hautnah erlebbar. Wer mag, lässt sich von einer der Lechtaler Kräuterhexen in die Geheimnisse der Heilpflanzen einführen. Ein Highlight im wahrsten Sinn des Worts ist die Hängebrücke über die Höhenbachschlucht.

5. Auszeitdörfer

Rund 68 Menschen leben in Gramais, kleinstes Dorf Österreichs, nur wenige mehr in Hinterhornbach, Pfafflar und Kaisers. Infrastrukturell geben sich die beschaulichen Lechtaler Seitengemeinden mit dem Nötigsten zufrieden und genießen stattdessen, Ruhe, Beschaulichkeit, unberührte Natur und nachts einen spektakulären Sternenhimmel ohne Lichtverschmutzung. Gerade deshalb sind die vier ursprünglichen Tiroler Bergweiler zu modernen Sehnsuchtsorten avanciert.

Pressekontakt:

Angelika Hermann-Meier PR • www.hermann-meier.de
Jessica Harazim • Fon +49 8807 21490-15 • jessica.harazim@hermann-meier.de
Gregor Staltmaier • Fon +49 8807 21490-16 • gregor.staltmaier@hermann-meier.de
Marion Pronesti • Fon +49 8807 21490-25 • marion.pronesti@hermann-meier.de

Bildmaterial sowie weitere Informationen unter
www.hermann-meier.de / Kunden / Lebensspur Lech



Über die Lebensspur Lech. Die grenzüberschreitende „Lebensspur Lech“ erstreckt sich vom österreichischen Tirol bis ins bayerische Allgäu. Ziel der Partner (Füssen Tourismus und Marketing, Tourismusverband Lechtal, Verein Lechweg) ist es, rund um die Weitwanderoute Lechweg einen gemeinsamen gesundheitstouristischen Erlebnisraum mit den Schwerpunkten mentale Balance und gesunder Schlaf zu schaffen. Grundlage für alle Aktivitäten bildet die Kneipp'sche Gesundheitslehre mit ihren fünf Säulen Wasser, Bewegung, Ernährung, Kräuter und Innere Ordnung. Der Lech steht dabei sinnbildlich für die Kraft und Heilwirkung der Natur und ist das verbindende Element zwischen den Orten. Das Projekt „Lebensspur Lech“ wird aus INTERREG-Mitteln der Europäischen Union gefördert. www.lebensspur-lech.com

Pressekontakt:

Angelika Hermann-Meier PR • www.hermann-meier.de

Jessica Harazim • Fon +49 8807 21490-15 • jessica.harazim@hermann-meier.de

Gregor Staltmaier • Fon +49 8807 21490-16 • gregor.staltmaier@hermann-meier.de

Marion Pronesti • Fon +49 8807 21490-25 • marion.pronesti@hermann-meier.de

Bildmaterial sowie weitere Informationen unter

www.hermann-meier.de / Kunden / Lebensspur Lech

