



Winterwunderland

Von eingeschneiten Wäldern bei Nacht, Yoga im Berg und märchenhaften Erlebnissen. Gemütlich ist die Devise bei dieser Entdeckungsreise in KÄRNTEN abseits vom Schitrubel.

von LYDIA SILBERKNOLL und CORNELIA BUCZOLICH-GRIESS

DAS GERÄUSCH DER Schneeschuhe im Neuschnee durchbricht die Stille im Wald. Es ist dunkel, nur ein schwacher Lichtstrahl leuchtet einige Meter vor mir und gibt die verschneite Waldlandschaft in all ihrer Schönheit preis. Es ist 18.30 Uhr und wir befinden uns in der Region Villach bei einer nächtlichen Schneeschuhwanderung.

Die beiden Parkrangerinnen Maria und Martina weisen uns den Weg mit Stirnlampen. Wir sehen ein paar leuchtende Augen – ein Reh, einen Fuchs? Zu schnell flüchtet der scheue Waldbewohner.

Die Kälte ist kaum zu spüren, wir haben Glück, es ist windstill. Der verschneite Wald bietet ein märchenhaftes Ambiente. In meinem Kopf summt Dean Martin seine sonore Version von „Winter Wonderland“. Ich fühle mich wie in einem kitschigen Hollywoodfilm. Wäre da nicht die Anstrengung, denn Schneeschuhwandern hat es in sich.

Die steilen Strecken fordern gute Kondition, die ebenen Passagen gute Koordination. Gewöhnungsbedürftig ist vor allem der breitbeinige Gang, den ich schnell in den Hüften

spüre. Aber kein Jammern, sondern Genießen steht am Programm.

Nach rund 90 Minuten gibt's eine zünftige Jause, die unsere Rangerinnen tapfer mitgeschleppt haben. Gestärkt mit heißem Tee, Speck, Wurst und Glundner Kas, einer Kärntner Spezialität, geht es wieder retour ins wohlige warme Hotel Warmbaderhof. Nach der Anstrengung ist mir ein guter Schlaf gewiss.



Django vom Berg: Hüttenwirt Stefan Sagmeister begeistert mit einzigartigem Charme.

Am nächsten Morgen wache ich erholt auf. Ich horche in mich hinein. Muskelkater? Der hält sich überraschend in Grenzen.

Zur Sicherheit gönne ich mir einen Abstecher ins Urquellbecken, ein radonhaltiges Wasserbecken, das direkt von der Heilquelle gespeist wird. Das ungefähr 29 Grad warme Wasser soll heilsam auf den Bewegungsapparat wirken.



Die Redakteurin ist fröhlich am Weg zur abendlichen Schneeschuhwanderung im Wald.

Energie getankt, Muskelkater vorgebeugt und auf geht's in die Berge.

Märchen und Kaspessknödel

Mit der Kanzelbahn fahren wir auf die Gerlitzen-Alpe, ein großes Schigebiet mit 52 Pistenkilometern und 14 Hütten zum Einkehren.

Der Neuschnee auf den Pisten ist zwar verlockend, doch wir sind nicht zum Schifahren hier. Per pedes marschieren wir durch die märchenhafte Schneelandschaft in Richtung Steinwender Hütte, der ältesten bewirtschafteten Hütte am Berg. Passend dazu weiht uns Märchenerzählerin und Bergführerin Martina Kircher in die Geheimnisse der Natur inklusive sagenhafter Erzählung ein.

Nach rund einer Stunde sind wir am Ziel und genießen nochmals einen herrlichen Blick auf den verschneiten Naturpark Dobratsch. Im urig-modernen Ambiente der Steinwender Hütte kosten wir Kärntner Kasnudeln und Kaspessknödeln und plaudern mit Wirt Stefan Sagmeister. Vor knapp drei Jahren verliebte sich der ehemalige Friseur und Barbier in die Hütte, die er mit seiner Familie voller Leidenschaft und Elan betreibt.

Zum Abschied stärken wir uns mit einem selbst gemachten Zirbenschnapslerl, bevor wir uns auf den Heimweg machen.

Der Berg ruft zum Yoga

Nach so viel Aktivität an der frischen Luft fahren wir nach Bad Bleiberg, wo wir uns eine Ruhepause gönnen. Aber nicht bei Kaffee und Kuchen – wir entdecken dort eine einzigartige Art Yoga zu machen.

Im Heilklimastollen Friedrich bietet Trainerin Nicola „Yoga im Berg“ an. Bei neun Grad und 99% Luftfeuchtigkeit atmen wir tief durch. „Das regt die Selbstheilungskräfte an“, erklärt uns Nicola und zeigt eine Übung, die uns zum Staunen bringt (siehe Video: ► www.oeamtc.at/autotouring).

MEIN AUSFLUG NACH KÄRNTEN hat mir gezeigt: Winter hat viel mehr zu bieten als nur Brettln anschnallen. Vor allem, wenn das Wetter mitspielt und das traumhafteste Winterpanorama beschert. Wehmütig blicke ich bei der Heimreise aus dem Zugfenster und verabschiede mich von diesem Winter Wonderland – und da ist Dean wieder. Hören Sie ihn? ■

Regionale Tipps Kärnten

Entdecken. Die Region Villach in Kärnten begeistert mit vielfältigem Angebot:

- Bei teilnehmenden Gastgebern gibt's die kostenlose **Erlebnis Card** mit vielen Angeboten. ► card.visitvillach.at
- Photowalk durchs **Bleistätter Moor**, ein wunderbares Ausflugsziel für Familien.
- Besuch in der **Kärnten Therme**.
► www.kaerntentherme.com
- **Urquellbecken** und Kärnten Therme sind bei Aufenthalt im **Warmbaderhof** inklusive. ► www.warmbaderhof.com
- Mehr Infos unter ► www.visitvillach.at



Thermal-Urquellbecken in Warmbad-Villach.

