

BOZEN STADT und Berge



JOURNAL 2017

urban-alpin

Bozen, zwei Seelen in einem Herz
Raus aus der Hitze, rauf auf den Berg
Sport ist wie Musik



< Die Hufeisentour, der Höhenweg in den Sarntaler Alpen, verspricht majestätische Schönheit, sagenhafte Ausblicke auf die umliegende Bergwelt und stoische Ruhe.

Zwischen urban und alpin, oben und unten |

Über die **kleine Großstadt inmitten der Berge mit den beiden Seelen und dem einem Herz**, darüber berichten Roberta Agosti und Barbara Ghirotto. Die beiden Seelen, das sind der kühle alpine Norden und der mediterrane Süden, die im Bozner Talkessel aufeinandertreffen. Und das Herz von Bozen? Das sind der Waltherplatz, sozusagen die gute Stube der Stadt, das sind der quirlige Obstmarkt und die Laubengasse, wo seit Generationen Kaufleute aus dem Süden und aus dem Norden unter den gotischen Laubengewölben ihre Waren feilboten. Besonders heimelig wird es in der Bozner Altstadt in der Weihnachtszeit: Peter Righi stattet dem Christkindmarkt am Waltherplatz und den Weihnachtsmärkten im Sarntal und am Ritten einen Besuch ab.

Über die **Bozner Erfindung der Sommerfrische** berichtet Christian Haas. „Raus aus der Hitze, rauf auf den Berg“, nach diesem Motto lebte der Bozner Kaufmannsadel. Jeden Sommer zogen die Kaufmanns- und Adelsfamilien mit Sack und Pack aus dem heißen Talkessel auf die kühlen, coolen Plateaus der umliegenden Berge, hinauf auf den Regglberg, den Salten und den Ritten. Dass es oben und in der Stadt wunderbare Laufstrecken gibt, erzählt Peter Seebacher im Gespräch mit dem Bozner Arzt, Ausdauersportler und Südtirol Jazz Festival-Organisator Klaus Widmann.

Mit Michaela Moser taucht der Leser ein in die **Welt der Sarner Handwerker**. Wer ahnt schon, dass hinter der Talferschlucht, fast direkt hinter Bozen, die Welt der Federkielsticker, der Sarner Wollprodukte wie handgewebte Teppiche, Jangger und der Drechsler beginnt.

Bozen, das ist nicht nur Geschichte. Bozen, das ist auch **die Heimat einer wilden Gründerszene voller verrückter Ideen**, wie dem Hoila, einem Südtiroler Apfelsider ohne Zusatzstoffe oder dem Leaos, einem Designer-Elektrobike, das seine Kraft aus Solarzellen schöpft. Davon berichtet Alexander Zingerle.

Ihr Ralf Scholze

Ralf Scholze

Vom Studium her Mathematiker und theoretischer Physiker, von der Ausbildung her IT-Spezialist für Großrechner, von der Leidenschaft her freier Journalist und Fotograf, Wine&Food Lover, fernwehleidender Südtiroljunkie, extrem neugierig, liebt es mit Frau und den beiden Hunden die Welt zu erkunden, sei es durch die Täler der Dolomiten oder in den Weinkellern.



Südtirols Süden

BOZEN | KALTERER SEE | WEINSTRASSE | DOLOMITEN

Impressum © 2016 Tourismusverband Südtirols Süden | Pillhofstr. 1 | 39057 Frangart BZ | Italien | www.suedtirols-sueden.info
Chefredakteur | Hansjörg Mair; **Koordination** | Roswitha Mair; **Texte** | Roberta Agosti & Barbara Ghirotto, Christian Haas, Roswitha Mair, Michaela Moser, Peter Righi, Ralf Scholze, Peter A. Seebacher, Alexander Zingerle; **Titelbild** Bozen/Sergio Buono;
 Bilder | Achim Meurer (9), Luca Guadagnini (2), RE-BELLO (2), Hoila (2), Ritten/Tiberio Sorvillo (2), Sarntal/Martin Rattini (1), IDM Südtirol/Alex Filz (1), Südtirol Genussfestival (1), Südtirol Ultra Skyrace/Harald Wisthaler (1), Tiberio Sorvillo (1), Leaos (1), Fotolia/
 stokkete (1), Roswitha Mair (1), Sarntal/Othmar Seehauser (1), Bozen/Alex Filz (1), Südtirol Jazzfestival Alto Adige (1), Leifers (1), IDM Südtirol/Clemens Zahn (1); **Gestaltung** | tagraum.it; **Druck** | atthesia.it; **Übersetzungen** | Cizeta Studio, Meran;
Erscheinungstermin | Jährlich, Ende November.
 Hinweis der Redaktion: Trotz sorgfältiger Auswahl der Quellen kann für die Richtigkeit der Angaben nicht gehaftet werden.
 Nachdruck und Verwendung nur mit Genehmigung der Redaktion. Alle Angaben ohne Gewähr.

Südtiroler WEIN STRASSE



Noch mehr Süden!

Entdecken Sie die mediterrane Seite der Ferienregion Südtirols Süden im JOURNAL Südtiroler Weinstraße und kommen Sie mit uns auf eine genussvolle Reise entlang der Südtiroler Weinstraße.

Jetzt kostenlos anfordern unter www.suedtirols-sueden.info

JOURNAL 2017

mediterran

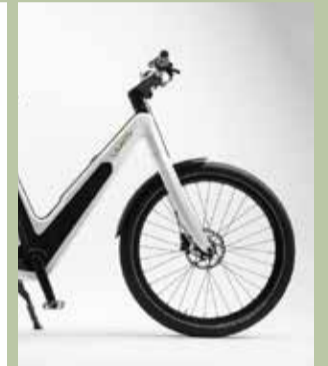
Südtiroler Weinstraße, das größte Weinparadies Südtirols
Mit dem Rad durch die Reben
Südtiroler Küche Quo vadis?

Lesen Sie über

Bozen, zwei Seelen in einem Herz **7**



Mit Wagemut und Köpfchen **10**



Faszination Handwerk **12**



Raus aus der Hitze, rauf auf den Berg **15**



Schneekönige und Weihnachtszauber **18**

Sport ist wie Musik **22**
Ein Gespräch mit Klaus Widmann

Für Sie notiert

10 große Momente in und um Bozen **20**

Ausgezeichnet zum Genießen **23**
Prämierte Weine und Restaurants

Südtirol top 10 **24**





Bozen

Zwei Seelen in einem Herz. Bozen ist die Stadt in Südtirol mit dem besonderen Flair: ein mittelalterliches Städtchen, das sich im Laufe der Jahrhunderte vom bedeutenden Handelszentrum zu einer lebendigen, kleinen Großstadt entwickelt hat. >



Hier trifft der Norden auf den Süden, mediterraner Charme und nordeuropäische Standhaftigkeit vermischen sich zu einem unvergleichbaren Mix aus Natur, Geschichte und Kultur. Das prägt den Charakter der Stadt und macht sie einzigartig. Eingebettet in einem Talkessel zwischen Rebanlagen und Obstgärten wartet Südtirols Landeshauptstadt darauf, entdeckt zu werden. Gegen Süden hin offen und an drei Seiten von Gebirgen geschützt, zeichnet sie sich wegen des besonders milden Klimas aus. Weinberge zieren die sanften Hügel, nisten sich mitten in die Stadt ein. Mediterrane Pflanzen und alpine Flora gedeihen nebeneinander und bilden eine saftig grüne Naturlandschaft, die im Kontrast zu den schroffen Felsen der Dolomiten im Hintergrund steht.

Bozen ist eine Stadt der Kontraste. Wie die unterschiedlichen Klänge in einer Symphonie miteinander harmonieren, so stehen hier verschiedene Lebensarten, Stile und Traditionen im Einklang und bereichern sich gegenseitig. Das beginnt schon bei der Sprache. Hier wird Mehrsprachigkeit gepflegt. Zweisprachig sind nicht nur die Straßenschilder, sondern auch die Bürger selbst. An jeder Ecke hört man Deutsch und Italienisch sprechen, ganz spontan und selbstverständlich wechseln die Bozner von einer Sprache zur anderen. Dreisprachig ist die Universität, welche die Landeshauptstadt international anbindet.

Sich in Englisch oder anderen Sprachen zu unterhalten, gehört mittlerweile zum Alltag. International sind ebenso die Gäste. Nicht nur Ötzi, der berühmten Mann aus dem Eis im Südtiroler Archäologiemuseum, zieht Besucher aus aller Welt an. Das vielfältige Kulturangebot mit zahlreichen Museen, Burgen und historischen Gebäuden und ein reicher Veranstaltungskalender machen Südtirols Hauptstadt zum Publikumsmagnet. Das pulsierende Herz der Stadt bildet die gotische Altstadt mit den antiken Lauben. Auffallend unter den bunten Häuserfassaden mit lieblichen Dekoren und heimeligen Erkern ist das prunkvolle Merkantilgebäude mit einem imposanten Balkon. Der zentrale Waltherplatz, die sogenannte „gute Stube“ Bozens lädt zum Verweilen ein. Verführerisch locken die Terrassen der schicken Cafés. Wer hier schon einmal einen Cappuccino genossen hat, kommt bestimmt wieder her. Wahrzeichen der Stadt und Verkörperung der Tradition ist der quirlige Obstmarkt. Seit jeher werden hier regionale Produkte verkauft. Alles duftet verlockend nach frischen Kräutern, Früchten und Gemüse der Saison. Zahlreiche Lokale locken zum Genießen. Traditionelle Gasthäuser servieren Südtiroler Spezialitäten sowie mediterrane Gerichte und Pizza. Die trendigen Bars mit ihren Außenbereichen sind ein beliebter Treffpunkt für den „Aperitivo“, eine typisch italienische – besonders im Sommer beliebte – Gewohnheit, sich mit Freunden zu

Roberta Agosti & Barbara Ghirotto

Der Originaltext, von Roberta Agosti in italienischer Sprache verfasst, wurde von Barbara Ghirotto frei in die deutsche Sprache übersetzt und interpretiert. Beide arbeiten beim Verkehrsamt der Stadt Bozen, erstere als Geschäftsführende Direktorin, zweitere im Bereich Marketing und Events und lieben die Vielfalt und Kreativität, die aus dem Zusammenspiel der Kulturen hervorgeht.



< Bereits Goethe war, als er 1786 auf seiner Reise nach Italien in Bozen Halt machte, vom farbenprächtigen Obstmarkt begeistert (links). Die 300 m lange Laubengasse ist das pulsierende Zentrum der Handelsstadt.

einem Drink in lockerer Atmosphäre zu verabreden. In den vergangenen Jahrzehnten hat sich die Stadt deutlich verändert: neue Stadtviertel sind entstanden, Museen wurden eingerichtet, antike Fresken restauriert und moderne Bauten errichtet. Ein Beispiel ist das Museum für moderne und zeitgenössische Kunst Museion. Der Glasbau mit den angrenzenden Brücken wurde als Bindeglied zwischen der Altstadt und dem im frühen 20. Jahrhundert entstandenen Stadtviertel konzipiert. Unweit der Altstadt ist die rationale Architektur der „neuen“ Stadtteile erkennbar. Der Stil der späten 20er und 30er Jahre prägt das Erscheinungsbild der Gebäude rund um den Siegesplatz. Wer von der Altstadt die Talferbrücke quert, blickt auf den prominenten Bau des Siegesdenkmals. Mit seiner Dauerausstellung ist es ein wichtiges Zeugnis der Stadtgeschichte in der Zeit zwischen den beiden Weltkriegen. Überall in Bozen lassen sich Gegensätze finden, die auf bezaubernde Weise harmonisch zusammenspielen. Traditionsbewusst und zugleich modern, dynamisch aber keinesfalls hektisch, historisch verwurzelt und trotzdem weltoffen, stets in Bewegung und trotzdem gemütlich ... so erlebt man die vielen Gesichter der Stadt. Es lässt sich leicht vorstellen, dass sich ein Aufenthalt in Bozen immer lohnt. ■ Roberta Agosti & Barbara Ghirotto

Base Camp Dolomites | Von der klassischen Dolomitenfahrt bis zur stimmungsvollen Schneeschuhtour, vom Gepäck- und Bike-Depot bis zu Sport- und Freizeitartikel-Verleih oder Mietwagen mit Fahrer: Im Büro direkt am Bozner Bahnhof können Sie eine Vielzahl von Dienstleistungen und Aktivitäten buchen. www.basecampdolomites.com

Stadttour im Velotaxi | Das Angebot an geführten Rundgängen zu den wichtigsten kunsthistorischen Schätzen von Bozen und Umgebung ist vielseitig wie die Landeshauptstadt selbst. Wer eine gemütliche Stadttour vorzieht, setzt sich ins Velotaxi und genießt die Stadt entspannt und vergnüglich, denn während der Tour erfahren interessierte Gäste Wissenswertes und Kurioses von ihrem Fahrer. www.bolzano-bozen.it

Culturonda@Ötzi-Tour | Die Culturonda@Ötzi-Tour ist eine ganztägige Entdeckungstour auf den Spuren von Ötzi, dem Mann aus dem Eis. Von April bis Oktober verbindet sie exklusive Führungen im Südtiroler Archäologiemuseum in Bozen und im Archeoparc im Schnalstal. www.bolzano-bozen.info

Von Burg zu Burg | Im Frühjahr 2017 eröffnet der neue Bozner Burgenweg Castelronda: Auf der 15 km langen Wanderroute von Bozen über Jenesien nach Terlan liegen fünf sehenswerte Kastelle und Ruinen: das Schloss Runkelstein sowie die Ruinen Rafenstein, Greifenstein, Helfenburg und Neuhaus. Unterwegs finden Wanderer Schautafeln mit Informationen zu jeder Burg und ihrer faszinierenden Geschichte. www.suedtirols-sueden.info

Weinstadt Bozen | Ein breiter, sonnenverwöhnter Talkessel, zwei prestigeträchtige Rebsorten und Temperaturen um bis zu 40°C sind die Zutaten aus denen das Weinanbaugebiet Bozen schöpfen kann, um Aromen wie jene von dunklen Waldbeeren, Kirschen und Veilchen hervorzubringen. Im Bozner Stadtteil Gries ist der Lagrein zuhause während nordöstlich von Bozen in den gleichnamigen Hugel- und Steillagen der St. Magdalener heranreift. www.suedtirolwein.com

Hoch hinaus | Drei Seilbahnen bringen Ausflüger in Windeseile von Bozen auf über 1000 Höhenmeter. Sie haben die Wahl zwischen der Rittner Seilbahn, welche aktuell mit 4.565 m die längste Dreiseilumlaufbahn der Welt ist, der Kohlerer Seilbahn, deren Original die erste Personenschwebbahn der Welt war, oder der Seilbahn Jenesien, welche ihre Passagiere auf den lärchenbewachsenen Salten bringt. www.bolzano-bozen.it

Bozner Promenaden | Rund um den Bozner Talkessel schlängelt sich ein Promenadenkranz. Wahre Kleinode sind die Guntschna- und die Oswaldpromenade mit ihren vielen Aussichtspunkten: Hier gedeihen mediterrane Pflanzen wie Palmen, Magnolien und Agaven. Eine der berühmtesten historischen Promenaden ist die 1905 eröffnete Wassermauer- oder Talferpromenade. Sie und die Virgipromenade führen an Burgen und Schlösser vorbei (Schloss Maretsch, Schloss Runkelstein und Haselburg). www.bolzano-bozen.it



Mit Wagemut und Köpfchen

Seit wenigen Jahren beheimatet Bozen eine Gründerszene,

die einem Silicon Valley im Taschenformat nahekommmt. Ein Streifzug in die Welt der tollkühnen Start-ups.

Sie sind jung, hochmotiviert und bestens ausgebildet. In der Welt zuhause, aber in Bozen und Umgebung sesshaft. Beseelt von einer Vision, die sie mit Wagemut und Köpfchen in die Tat umsetzen. Die Gründer von Start-ups – also möglichst schnell wachsenden, innovativen Unternehmen – haben Bozen einen frischen Anstrich und wertvolle Impulse verliehen. Eine dieser neuen Erfolgsgeschichten nennt sich „hoila“ und wurde von den beiden Brüdern Philipp und Stefan Zingerle sowie deren Freund Maximilian Alber erdacht. Mit „Hoila“ ist also nicht länger ausschließlich der lässige Südtiroler Gruß gemeint (eine Abwandlung von „Hallo“), sondern mittlerweile auch ein hochwertiger Apfelsider, der ohne Zusatzstoffe, ohne Wasser und ohne Zucker auskommt und bereits mehrfach prämiert wurde. „Wir haben diesen Cider jahrelang entwickelt und 40 verschiedene Ergebnisse getestet, ehe wir 2014 endlich zufrieden waren“, blickt CEO Philipp Zingerle zurück. Die ersten 15.000 Flaschen haben sie noch per Hand etikettiert, mittlerweile produzieren sie rund 100.000 Flaschen pro Jahr.

„hoila“ ist lediglich eines von mehr als 100 Start-ups, welche jüngst in Bozen und Umgebung wie Pilze aus dem Boden geschossen sind. In der delikaten Startphase werden die unkonventionellen Vorhaben zumeist vom Gründerzentrum der halböffentlichen Institution IDM (Innovation – Development – Marketing) in Bozen begleitet, bekommen so Finanzberatungen und vergünstigte Büroräume. „Die Überlebensrate der im IDM begleiteten Start-ups beträgt erstaunliche 88 Prozent“, meint Direktor Hubert Hofer. Neben der unternehmerischen Vision stuft er den „Spirit“ als maßgeblichen Faktor eines Start-ups ein. Wenn mehrere Gleichgesinnte zusammen auf ein Ziel hinarbeiten, entstehe eine geballte Kraft, die auch grobe Rückschläge meistert. Derart Gleichgesinnte gibt es in Bozen neuerdings zuhauf: mehrerer Sprachen mächtig, hochgebildet, weitgereist und entschlossen, in der Heimat ein eigenes Business hochzuziehen. Revolutionär: „Leaos“, das von Armin Oberhollenzer konzipierte, sündteure Elektro-Designerbike, das bald schon seine Stromzufuhr ausschließlich über Solarzellen beziehen soll. Pädagogisch wertvoll: Der Digitalverlag „Larixpress“ bereitet Märchen wie „Der kleine Prinz“ oder die Geschichte des „Ötzi“ kindgerecht in Smartphone-Apps auf. Pffiffig: „LineBoy“, eine App,

Alexander Zingerle

Lebt in Bozen, arbeitet als Redakteur und ist Autor von mehreren Theaterstücken. Er hat Englisch und Italienisch studiert, liebt Städtereisen genauso wie Erkundungen in der Südtiroler Bergwelt, schätzt feines Essen, gute Laune und charmante Zeitgenossen.



< RE-BELLO ist das erste Fashion-Label „Made in Italy“, das sich mit den Begriffen Verantwortung und Innovation auseinandersetzt, indem es Stil, hochwertiges Design und Mode mit Respekt vor der Umwelt verbindet.

NOI – Nature of Innovation | Südtirols Technologiepark vernetzt Unternehmen, Forscher und Studierende, damit Innovation gedeihen kann. In den Forschungsfeldern Alpine Technologien, Energieeffizienz und Lebensmitteltechnologie und Automation entstehen schon heute die Ideen von morgen. Auf dem Gelände der ehemaligen Aluminiumfabrik in Bozen bietet der NOI Techpark Raum für Start-ups, sowie gastronomische und kulturelle Angebote. www.noi.bz.it

Street Food mit Tradition | In der Bozner Altstadt gibt es drei nicht wegzudenkende Würstelstände – eine Innovation, die bereits auf die k. u. k. Monarchie zurückgeht. Ob am Obstplatz, in der Goethe- oder in der Museumsstraße, bei jedem ist das klassische „Meraner Würstel“ der Verkaufsschlager. Walter & Michi's Würstelstand hat es sogar in den Street-Food-Führer von Gambero Rosso geschafft.

BoRunning | Bozen im Laufschrift: Die ausgeschilderten BoRunning-Strecken führen durch mediterrane Vegetation oder an Flussufern entlang und sind so unterschiedlich, dass für jeden Läufer eine geeignete Strecke vorhanden ist. Damit jeder problemlos die ideale Strecke für sich finden kann, sind die Strecken mit einem speziellen Leitsystem für Lauf-, Berglauf- oder Nordic-Walkingstrecken ausgeschildert. www.bolzano-bozen.it

Einzigtartige Objekte | Der Blog alpscrafted stellt Objekte vor, die in Handarbeit oder Kleinserie gefertigt werden, erdacht und gemacht in den Alpen: Traditionelles, Ausgefallenes, Bodenständiges und Avantgardistisches, Notwendiges für den Alltag, Kulinarisches und Exklusives. Wer auf der Suche nach Einzigartigem aus Südtirol ist, wird hier sicher fündig werden. www.alpscrafted.com

Idyllische Plätze | Die außergewöhnlichen Hotels, Restaurants und Weingüter der Idyllischen Plätze begeistern durch ihre bevorzugte Panorama-Lage, verwöhnen mit regionalen und saisonalen Gerichten, pflegen die Tradition herzlicher Gastfreundschaft und den Luxus der Langsamkeit. Hier verschmelzen ursprüngliche Bodenständigkeit und elegante Lebensart zu einem authentischen Erlebnis. www.idyllischeplaetze.com

welche für den Nutzer bei Behördengängen „Schlange“ steht und so wertvolle Zeit spart. Sogar in der hart umkämpften Modeszene feiern einige Bozner Start-ups Erfolge. Dazu zählt RE-BELLO, ein im Jahre 2012 gegründetes Label, das sich über die drei Säulen Design, Ökologie und Innovation definiert. „Nachhaltig produzierte Mode muss auch toll aussehen, um erfolgreich zu sein“, erklärt Gründer Daniel Tocca das Credo. Jede Saison bringt er mit seinem mittlerweile 14-köpfigen Team 120 neue, fair produzierte Teile auf den Markt – als Rohstoffe dienen etwa Eukalyptus, Bambus, Bio- Baumwolle oder sogar PET-Fasern. Obschon die Bekleidungsbranche unter den Dumpingpreisen von Billigketten massiv leidet, verzeichnet RE-BELLO zweistellige Wachstumsraten und rechnet für 2016 mit einem Umsatz von 1,4 Millionen Euro. Man sieht, Bozen hat nicht nur beste Lebens- und Urlaubsbedingungen zu bieten, sondern wird auch zunehmend zur Brutstätte von spannenden Zukunftsideen. ■ Alexander Zingerle

Faszination Handwerk

„Sarner Gschick“ nennt sich die Initiative

von kunstfertigen Handwerkern aus dem Sarntal, um die jahrhundertalte Handwerkstradition mit einheimischen Materialien zu bewahren und über die Grenzen Südtirols hinaus bekannt zu machen.

Eines dieser einzigartigen Produkte sind die „Sarner Geldbeutel“. Diese traditionellen Brieftaschen sind nicht nur im Tal, sondern auch weit darüber hinaus bekannt und besonders als Geschenke äußerst beliebt. Ein „Sarner Geldbeutel“ gehört zu den meistgekauften Produkten eines Federkielstickers. Vor ungefähr 150 Jahren begaben sich in Südtirol einige Federkielsticker auf Wanderschaft, um für längere Zeit auf den Höfen zu verweilen und den Bauersfamilien Trachtengurte zu besticken. So gelangte das Federkielsticken auch in das Sarntal und wurde seither von Generation zu Generation weitergeführt. Das Besondere an der „Sarner Technik“ sind die Feinsticke, die es anderswo nicht gibt. In der Federkielstickerei Johann Thaler in Sarntal werden mit einheimischen Pfäufedern kunstvolle Ornamente auf Hosenkraxen und Fatschen (Leibgurte), Brieftaschen, Fotoalben, Schlüsselanhänger, Handtaschen, Lederschuhe und Gürtel gestickt. Eine weitere Handwerkstradition, die besonders im Sarntal gepflegt wird,

ist das Weben. Früher gab es zahlreiche Sarner, die das Weben geschickt beherrschten. Die Arbeitsschritte eines solchen Webers sind heute noch dieselben. Als erstes wird die einheimische Schafwolle verlesen, dann wird sie gewaschen und anschließend getrocknet. Maschinen erleichtern heutzutage die Arbeitsvorgänge, wie zum Beispiel das Kämmen der Schurwolle. Dieses Verfahren wird im Volksmund auch „Wollkralen“ genannt. Mit dem „Wollkralen“ geht auch das natürliche Färben einher. Vermischt man die diversen Farbnuancen der beim Kämmen entstandenen Vliese, erhält man zahlreiche Naturfarben, die von Weiß über verschiedene Grau- und Brauntöne bis hin zu Beige reichen. Anschließend wird die Wolle noch gesponnen. Die Schafwolle ist in den letzten 20 Jahren immer populärer geworden, da sie äußerst vielseitig ist und man mit ihr sehr kreativ sein kann. In der Handweberei Unterweger werden Teppiche und „Jangger“ gewebt. Weitere Produkte sind Socken, „Toppar“ (traditionelle Hausschuhe) und Teppiche sowie mit Schafwolle gefüllte Kopfkissen und Betten. Am beliebtesten bei Einheimischen und Gästen ist jedoch der typische „Sarner Jangger“, der, ebenso wie das Handwerk selbst, einen besonderen Teil der Identität des Tales darstellt. Sehr viel Kreativität und Können

Michaela Moser

Eine humorvolle, offene, junge Frau mit originalem Sarnertal Mundwerk. Ist gerade dabei, in Innsbruck ihr Masterstudium Medien abzuschließen. Neben dem Studium jobbt sie als Model, Kinderbetreuerin und Kellnerin. Sie liebt es zu tanzen, singen und die Welt zu bereisen.



Sterneküche auf 1622 Metern | Das Gourmetrestaurant Hotel Auener Hof im Sarnertal ist Italiens höchstgelegenes Sternerestaurant. Küchenchef Heinrich Schneider legt großen Wert auf regionale Produkte und insbesondere Wildkräuter, die er selbst sammelt. Auf 1622 Metern Meereshöhe verwöhnt er seine Gäste mit kreativer Küche im Einklang mit der Natur – begleitet vom atemberaubenden Blick auf die Dolomiten. www.auenerhof.it

Bäuerliches Brauchtum | Im traditionellen Holzbackofen direkt am Naturparkhaus Trudner Horn wird wie zu Großmutterns Zeiten Brot gebacken und anschließend verkostet. Dabei wird das Mehl verwendet, welches in den Sommermonaten bei den Getreidemahltagen gewonnen wird. Und wer möchte sehen, wie das Flachs brecheln funktioniert? Oder was es mit dem Altreier Kaffee auf sich hat? www.trudnerhorn.com

Hofbäckerei Unichhof | Ohne chemische Backhilfsmittel, sorgfältig von Hand verarbeitet und im Holzgefeuerten Ofen gebacken: Auf dem Unichhof in Aldein wird donnerstags frisches Brot vom hofeigenem Getreide gebacken, von den traditionellen Aldeiner Pietschn (Roggenbrot auf Sauerteigbasis) bis hin zu verschiedenen Roggen- und Weizenbroten. www.unichhof.it

Fassbinder Mittelberger | Es ist ein langer Weg vom groben Eichenholzstamm bis zum wertvollen Barrique-Fass. Die Brüder Markus, Konrad und Peter Mittelberger haben sich auf diese alte Tradition besonnen und stellen, als letzte ihrer Zunft, in der Werkstatt unterhalb von Schloss Sigmundskron Weinfässer nach der altbewährten Technik her – auf Wunsch auch aus heimischen Kastanien- oder Akazienholz. www.mittelberger.bz.it

Der blaue Schurz | Der blaue Bauernschurz ist nicht nur schmückender Teil der Männertracht, er ist auch äußerst praktisch im Alltag und eignet sich bestens um sich die Hände abzuwischen, Schweiß und Schmutz aus dem Gesicht zu putzen oder auch Holz oder Obst in der hochgehaltenen Schürze zu transportieren. Wird das Schürzenunterteil nach oben gebunden, so hat der Südtiroler Feierabend. Als Mitbringsel hält er die Erinnerung an den letzten Urlaub in Südtirol wach. www.bauernschurz.com

< Im Sarnertal sind Weben und Sticken Männersache! Mehr zum Sarnertal Traditions-handwerk unter www.sarnertal-geschick.com

verlangt auch der Handwerkberuf des Drechslers ab. Ebenso wie das Federkielsticken und das Weben ist auch er im Sarnertal vorzufinden. Die Produkte der Drechslerei Fritz zeugen von jahrelanger Erfahrung, handwerklichem Geschick und einem ausgeprägten Gespür für Formen. Dies kann man an den Holztellern und -schüsseln, Brotdosen und -kugeln, Holzlampen, Uhren, Obst und Möbel erkennen. Das meistverwendete und beliebteste Material ist dabei das gut riechende Zirbelholz aus dem Pensertal. Es ist besonders für seine Farbe und den speziellen Geruch bekannt. Zu einem individuellen und ganz besonderen Produkt der Drechslerei Fritz ist die Schlafgudose geworden. Die sich darin befindenden harzhaltigen Zirbelspäne erzeugen ein außergewöhnliches Aroma und sorgen für einen besseren Schlaf. Das Markenzeichen der Drechselarbeiten aus dem Sarnertal sind die drei Rillen am Rand der Produkte. An den Unikaten kann man erkennen, dass beim Drechseln sehr viel Leidenschaft und Liebe zum Detail erforderlich ist.

■ Michaela Moser





Raus aus der Hitze,

... rauf auf den Berg. Wenn im Sommer im Tal das Thermometer kocht, zieht es nicht nur die Bozener hinauf in kühlere Sphären, sondern auch Urlauber. Dann sind die „coolen“ Hochplateaus von Ritten, Salten und Fennberg aussichtsreiche Ziele für Sommerfrischler, die den Genuss alpinen Kraftakten vorziehen. >



„Landlust der Städter zur Sommerzeit“

So definierten die Brüder Grimm, die ja längst nicht nur Märchen sammelten, sondern auch Wörter, den vor allem im 19. Jahrhundert verbreiteten Begriff „Sommerfrische“. In ihrem „Deutschen Wörterbuch“, dem umfassendsten Nachschlagewerk seiner Art, wiesen sie auch auf den Ursprung dieser Erholungsform hin: den Ritten! Dorthinauf verlegten besonders die wohlhabenden Familien aus dem nahen Bozen seit 1576 pünktlich am 29. Juni, dem Peter- und Paulstag, ihren Wohnsitz. Und das für exakt 72 Tage – an Mariä Geburt verschwanden sie ebenso pünktlich wie plötzlich wieder. Der hohe Erholungswert in der kühleren Höh' jedoch sprach sich herum, im Lauf der Jahre kamen auch der Adel und das gehobene Bürgertum aus dem Wiener Raum und den ehemaligen Kronländern auf den Geschmack – und auf den Ritten. So richtig Fahrt auf nahm die „Sommerfrische“ mit dem Bau der Zahnradbahn und der Schmalspurbahn im frühen 20. Jahrhundert. Der komfortable Transportweg beförderte nun auch zunehmend unadelige Leute ins Bergparadies. Heutzutage sowieso. Wobei sich Gästen dank der 2009 modernisierten Seilbahn nach Oberbozen und der immer noch mit Original-Triebwagen ausgestatteten Schmalspurbahn eine attraktive

Kombination aus raschem Aufstieg und ehrwürdigem Belle-Epoque-Ambiente bietet. Und ein willkommener Temperaturunterschied: Wenn im Talkessel zwischen Juni und August öfter mal die 35-Grad-Grenze überschritten wird, ist es einige hundert Meter weiter oben einige Grade kühler. Entscheidend zum Erfolg der Sommerfrische hat das Relief beigetragen: Da im Süden Südtirols die Täler nicht mehr so eng und die Berge nicht mehr so hoch sind, steht hier von Natur aus statt alpinem Bergsteigen gepflegtes Wandern auf sonnenverwöhnten Plateaus im Fokus. Dank einer Vielzahl an Einkehrmöglichkeiten werden Sommerfrischler auch kulinarisch verwöhnt, visuell sowieso. Wo sonst bietet sich eine bessere Aussicht auf das Dolomiten UNESCO Welterbe als von Südtirols größtem Logenplatz? Ein weiterer Pluspunkt: die vielen leichten Wanderwege. Etwa die Freud-Promenade, die nahezu steigungsfrei durch Wiesen und Wälder von Oberbozen nach Klobenstein führt – typisch für Sommerfrische-Touren. Und typisch, dass immer genug Anschlusswege warten, in diesem Fall zu den bis zu 30 Meter hohen Erdpyramiden. Was den Bozern der Ritten, war und ist seit Jahrhunderten den Überetschern das Mendelgebirge, den Unterlandlern der Fennberg oder der Regglberg und das Trudner



< Der Fennberg im Südtiroler Unterland ist ein wahres Kleinod, welches, neben zwei anspruchsvollen Klettergärten, Mammutbäume, bronzezeitliche Kupferschmelzöfen und einen Badensee vorzuweisen hat.



Christian Haas

Jahrgang 1974, studierte Geographie in Eichstätt und München, wo er lebt und seit 2002 als freier Reisejournalist für Tageszeitungen, Magazine, Onlineportale und Buchverlage wie die Süddeutsche Zeitung, Abenteuer und Reisen, Merian und Focus Online tätig ist. Sein persönlicher Fokus liegt auf den Alpen, Outdoor- und Familienthemen – Südtirol vereint alle drei! www.texttaten.de

Die besten Almen | Nirgends schmecken Graukas, Röstkartoffel mit Spiegeleier, Kaiserschmarrn, Strauben & Co. so lecker wie auf einer Alm! Und zwar so lecker, dass der Gastronomieführer Gault&Millau die besten Almhütten bewertet – sechs davon liegen in den Bergen der Ferienregion Südtirols Süden. Die würzige Bergluft, die bewältigten Höhenmeter und die zurückgelegten Wanderkilometer machen die einfache Almkost zum kulinarischen Hochgenuss. www.suedtirols-sueden.info

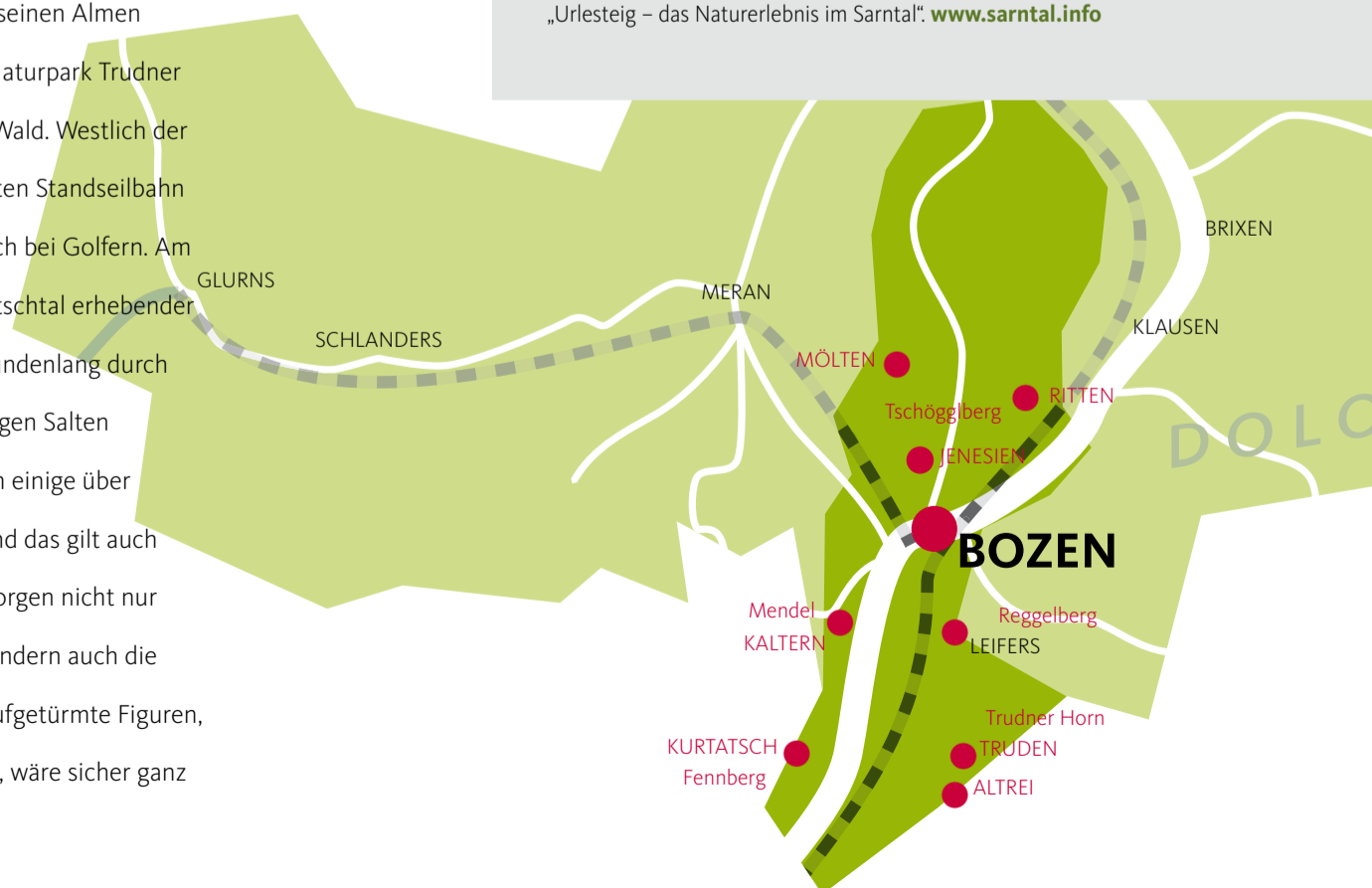
Wandern im Naturpark | Natur lässt sich am besten draußen erleben, allein oder in der Gruppe. Im Naturpark Trudner Horn werden von Juni bis September Naturerlebniswanderungen angeboten. Gemäß dem Motto „Natur erleben, be-greifen, er-halten“ zeigen und erklären eigens ausgebildete Naturpark-Wanderführer, wie schön aber auch komplex und empfindlich die Natur ist. www.trudnerhorn.com

GEOPARC Bletterbach | Steile Felswände, rauschende Wasserfälle und prächtige Farbenspiele, fossile Pflanzenreste, versteinerte Saurierfährten und Spuren von Mineralien: Auf dem Weg durch das abenteuerliche Naturdenkmal und Dolomiten UNESCO Welterbe warten 250 Millionen Jahre Erdgeschichte darauf, entdeckt zu werden – entweder auf eigene Faust oder in Begleitung eines fachkundigen GEOPARC-Führers. www.bletterbach.info

Unendliche Weiten | Europas größte Lärchenwiese erstreckt sich, rund 1.000 Meter über dem Etschtal, auf dem Tschöggberger Hochplateau und lädt ein zu ausgedehnten Wanderungen, sagenumwobenen Spaziergängen, aussichtsreichen Biketouren und Ausritten auf blonden Haflingern. Tipp: Mit den Seilbahnen Bozen-Jenesien und Vilpian-Mölten erreichen Sie den Salten in kürzester Zeit. www.tschoeggberg.it

Sarntaler Hufeisentour | In sieben Tagesetappen führt der Höhenweg in den Sarntaler Alpen durch eine urige und naturbelassene Landschaft, über steinigtes und felsiges Gelände, aber auch über Almwiesen und durch dichte Latschenfelder. Über die Kabinenbahn in Reinswald erhalten Familien einen besonders leichten Zustieg. Von der Bergstation Pichlbergalm (2130 Meter) startet in beiden Richtungen der Themenweg „Urlesteig – das Naturerlebnis im Sarntal“. www.sarntal.info

Horn. Aber der Reihe nach: Östlich der Etsch sorgt der Regglberg mit seinen Almen und der imposanten Bletterbachschlucht für Ahs und Ohs, der nahe Naturpark Trudner Horn mit Lärchen, alpiner Vegetation und viel abwechslungsreichem Wald. Westlich der Etsch hat sich das Mendelgebirge, leicht befahrbar mit der einst steilsten Standseilbahn Europas, nicht nur bei Wanderern einen Namen gemacht, sondern auch bei Golfern. Am nicht weit entfernten Fennberg, ein sich rund 1000 Meter über dem Etschtal erhebender Plateauberg im äußersten Süden Südtirols, können Naturliebhaber stundenlang durch Wälder und Wiesen streifen. Weiter nördlich überspannt den weitläufigen Salten ein dichtes Netz von meist leichten, ebenen Wanderwegen, von denen einige über Europas größte Lärchenwiese führen – das wiederum ist erhebend. Und das gilt auch für das Gipfelplateau der Hohen Reisch in den Sarntaler Alpen. Hier sorgen nicht nur die Ausblicke auf die Dolomiten und König Ortler für Begeisterung, sondern auch die „Stoanernen Mandln“ – über 100 jahrhundertealte, aus Steinplatten aufgetürmte Figuren, um die sich jede Menge Sagen und Legenden ranken. Die zu sammeln, wäre sicher ganz nach dem Geschmack der Brüder Grimm gewesen. ■ Christian Haas





Schneekönige

und Weihnachtszauber

Das Licht der leuchtenden Krippen, der duftende Glühwein und die Vorfreude auf den Schnee in den Bergen versetzen mich in der Vorweihnachtszeit in eine ganz besondere Stimmung. Dabei werden Kindheitserinnerungen wach, Erinnerungen an die Zeit, als ich mich noch wie ein Schneekönig auf das Christkind gefreut hatte und endlich wieder mit den Skiern und mit der Rodel draußen in der frischen Luft und in der Wintersonne sein durfte.

Auf dem Bozner Christkindlmarkt, dem Alpenadvent Sarntal und beim Rittner Christbahn ist die Vorfreude auf Weihnachten spürbar. In dieser Zeit erfüllt weihnachtlicher Duft die Straßen und Gassen unserer Landeshauptstadt und das zauberhafte Licht verwandelt die Laubengänge und die Plätze der Altstadt zu märchenhaften Orten. Neben dem Christkindlmarkt von Bozen finden auch im Hauptort des Sarntals, in Sarnthein und am Ritten sehenswerte Weihnachtsmärkte statt. Jedes Jahr bemühen sich in Sarnthein die Standbetreiber mit dem Sarner Alpenadvent einen behaglichen und besinnlichen Weihnachtsmarkt mit hochwertigem Rahmenprogramm zu organisieren. Mehr als zwanzig besonders schön dekorierte Holzstände bieten traditionelle, handgefertigte

und einzigartige Produkte aus Sarner Herstellung. Der Rittner Weihnachtsmarkt, das „Christbahn!“, der am Bahnhof von Oberbozen und im Ortskern von Klobenstein stattfindet, erreicht man von Bozen am besten mit der Rittner Seilbahn und der Schmalspurbahn. Der Duft von Weihnachtsbäckerei, würzigen Glühgetränken, typischen Suppen und einheimischen Spezialitäten liegt in der Luft. Es ist bezaubernd. Bereits vor Weihnachten laufen in den Wintersportgebieten Reinswald, Rittner Horn und Jochgrimm die Vorbereitungen auf den Pistenbetrieb auf Hochtouren. Im Skigebiet Reinswald im Sarntal wird ein neuer Pistenabschnitt in „Schöneben“ präpariert und das Bergrestaurant „Pichlberg“ neu eröffnet. Auch der „Angerlift“ an der Talstation und der Übungshang zeigen sich im neuen Kleid. Als begeisterter Wintersportler und Skibergsteiger „kombiniere“ ich gerne den Aufstieg mit meinen Tourenskiern auf den präparierten Aufstiegsspuren am Pistenrand und genieße anschließend einige Abfahrten mit Seilbahnunterstützung. Immer öfter leihe ich mir an der Talstation eine Rodel und pfeife mit helmgeschütztem Kopf über die schönen Rodelwege hinab ins Tal. Mein absoluter Favorit ist die Rodelstrecke in Reinswald, eine der längsten Rodelbahnen

Peter Righi

Publizist und erfahrener Touristiker, Landschaftsentdecker und leidenschaftlicher Südtirol-Kenner, der mit Begeisterung ständig auf der Suche nach Neuem ist. Rege Publikationstätigkeit für renommierte Verlage und Journale. Seit über 30 Jahren in den Bergen der Alpen, im Norden Skandinaviens oder in den Wüsten Nordafrikas unterwegs. Heute als Journalist im Presseamt der Stadt Bozen tätig.



Klößeln im Sarntal | Wenn schaurige Töne, Glocken und Getöse durch die stille Winternacht schallen, weiß jeder Sarner: Es ist wieder Klößelnacht! Dann ziehen die Klößler von Haus zu Haus und singen Lieder nach uralten Melodien. Der urige Brauch entspringt einem germanischen Fruchtbarkeitsritus: vor der nahen Wintersonnenwende soll dem Fruchtbarkeitsgott Donar seine Bahn frei gemacht werden. Dem Brauch zufolge wird nur an den ersten drei Donnerstagen im Advent „geklößelt“!
www.sarntal.com

Skiexperience Südtirol | Ob Köhner, (Wieder-) Einsteiger oder Familie: Mit dem Skigebietsfinder finden Sie mit wenigen Klicks das passende Skigebiet für Ihren Winterurlaub in Südtirol. Jedes Skigebiet wird auf der Webseite detailgenau mit Pistenkilometern, Schwierigkeit, Lifтанlagen und Öffnungszeiten beschrieben. Damit lässt sich leicht Ihr perfektes Skigebiet finden. www.suedtirol.info

Langlaufen | Vom Rittner Horn führt die Höhenloipe 35 km auf die Villanderer Alm. Dabei genießen Sie einen wunderbaren Ausblick auf die Gipfel der Dolomiten. Auch das Sarntal können Sie mit Langlaufskiern entdecken. Die Langlaufloipe Pensertal startet in Weißenbach und führt über Pens nach Asten und zurück nach Weißenbach. Am Lavazëjoch erwarten Sie 85 km bestens präparierte Langlaufloipen, die Sie bis Jochgrimm und Aldein führen! www.suedtirols-sueden.info

Winterwandern am Ritten | Am Rittner Horn gibt es Italiens ersten Winter-Premiumweg. Von der Bergstation an der Schwarzseespitze führt der Panoramaweg, vorbei am Runden Tisch und Dolomitoskop, Richtung Unterhorn und dann hinauf zum Rittner Horn, von wo sich ein einzigartiger Panoramablick auf die Bergwelt der Dolomiten eröffnet. Die Rundwanderung führt wieder zurück zum Unterhorn und zur Schwarzseespitze. www.ritten.com

Tiefschneereiten | Behagliche Stille und Erholung beim Streifzug durch verträumte Schneelandschaften mit einem trittsicheren Haflinger: Während der Wintermonate bieten sich am Hochplateau Ritten, in Jenesien, im wildromantischen Sarntal und in Mölten mit weiten Ebenen und unberührten Wäldern ideale Bedingungen für eine Tour durch die Berge hoch zu Ross. www.suedtirols-sueden.info

< Vorfreude ist die schönste Freude!
Während Groß und Klein sehnsüchtig auf den ersten Schnee wartet, strahlen die Christkindlmärkte in und um Bozen festliche Weihnachtsstimmung aus.

Südtirols. Apropos Verleih: Bereits im vergangenen Jahr habe ich beschlossen, keine Skiausrüstung mehr zu kaufen, sondern mir diese bei der Skivermietung für die ganze Saison auszuleihen. Das war eine gute Entscheidung und ich freue mich auch dieses Jahr wieder auf die neuen Skimodelle, die zur Auswahl stehen.

Auch im Familienskigebiet Jochgrimm, zwischen dem Schwarz- und Weißhorn im Südtiroler Unterland, begeistern die stets gut präparierten Pisten und das außerordentlich schöne Dolomitenpanorama immer wieder aufs Neue. Die Skirennensaison endet hier im April mit dem legendären „2-Horn-Rennen“ in Jochgrimm, einer kühnen Abfahrt, bei der sich auch einige international bekannte Südtiroler Skiasse ein Stelldichein geben und mit Hobbyrennfahrern an den Start gehen. Im Skigebiet Rittner Horn sind es weniger die sportlichen Genüsse, die auf dem Veranstaltungskalender stehen, sondern eher die Gaumenfreuden. Bei der „Rittner Pistenkuchl“ werden unter freiem Himmel köstliche, regionale Spezialitäten zubereitet. Neu auf dem Programm sind am Ritten die winterlichen Genusswanderungen, auf denen man die Nase mit viel frischer Luft und den feinsten Düften aus Küche und Keller verwöhnen kann. ■ Peter Righi



köstlich | **Genussfestival Südtirol.** Beim vierten



Genussfestival Südtirol gehört den Südtiroler Markenprodukten die große Bühne. Vom 26. bis 28. Mai 2017 präsentieren sich in der Bozner Altstadt alle Südtiroler Qualitätsprodukte, vom knackigen Apfel bis zum würzigen Speck. Marktstände und Spitzenköche machen das Genussfestival zum Fest für alle Sinne. www.genussfestival.it

musikalisch | **Rudy Giovanninis Köfelefest.** Ein Star der



Volksmusik zum Feiern und Anfasseln: Einmal im Jahr kommt der gebürtige Südtiroler Rudy Giovannini zurück in seine Heimat, um beim „Rudy Giovanninis Köfelefest“ seine Fans zu begeistern. Am 10. und 11. Juni 2017 präsentiert der „Caruso der Berge“ in seinem Heimatort Leifers bei jeweils zwei Auftritten die größten Erfolge seiner Karriere. www.leifers-info.it

historisch | **Castelronda.** Am 10. und 11. Juni 2017



öffnen sechs Burgen und Schlösser rund um Bozen und Eppan ihre Tore. Zwei Tage lang können Besucher die historischen Gemäuer aus verschiedenen Epochen besichtigen, ihre unterschiedlichen Baustile und Geschichten bei zahlreichen Sonderveranstaltungen kennenlernen und sich von Experten in eine spannende Welt voller Legenden und Mythen entführen lassen. www.bolzano-bozen.it

extrem | **Südtirol Ultra Skyrace.** 121 Kilometer,



7554 Höhenmeter, ein Zeitlimit von 40 Stunden: Der Extremberglauf führt die Teilnehmer vom Waltherplatz in Bozen entlang der legendären Hufeisentour gegen den Uhrzeigersinn zurück nach Bozen und bringt die Athleten an ihre physischen und psychischen Grenzen. 2013 erstmals ausgetragen, findet der Extremberglauf dieses Jahr vom 28. bis 30. Juli 2017 statt. www.suedtirol-ultraskyrace.it

10 große Momente

IN BOZEN, BERG UND TAL

festlich | **110 Jahre Rittner Bahn.** Genau am

13. August 2017 wird die historische Südtiroler Schmalspurbahn, die oberhalb Bozens die Ortschaften von Maria Himmelfahrt bis Klobenstein verbindet, 110 Jahre alt. Das Jubiläum ist Anlass für ein buntes Sommerprogramm rund um und mit der „alten Dame“. Von Theaterfahrten über Rittner-Bahn-Wanderungen, musikalischen und kulinarischen Fahrten ist alles und noch mehr dabei.

www.ritten.com

klassisch | **Bolzano Festival Bozen.** Das Festival vereint

im August und September das klassische Musikleben Bozens unter einem Dach: Das Festival für Alte Musik Antiqua, die beiden Bozner Residenzorchester European Union Youth Orchestra (EUYO) und das Gustav Mahler Jugendorchester (GMJO), den Internationalen Klavierwettbewerb Ferruccio Busoni samt eigenem Klavierfestival sowie die Gustav Mahler Akademie.

www.bolzanofestivalbozen.it

spätsommerlich | **Schupfenfest.** Beim Schupfenfest

auf dem Salten am 17. September 2017 werden Südtiroler Spezialitäten vor uralten Almhütten angeboten. Über die spätsommerlichen Lärchenwiesen wandert man von einer Hütte zur nächsten und genießt die herrliche Natur und die kulinarischen Köstlichkeiten. Zur gemütlichen Rast darf natürlich auch die traditionelle Musik nicht fehlen.

www.jenesien.net

überliefert | **Almeintrieb auf der Rittner Alm.** Wenn

der Almsommer sich seinem Ende zuneigt, ist auch das weltabgeschiedene Leben der Hirten und ihrer Herden auf der Hochalm zu Ende. Am 24. August wird traditionell das gesamte Herdenvieh, das den Sommer über auf den Rittner Almen geweidet hat, zusammengetrieben. Dieser „Bartlmastag“ ist seit uralter Zeit ein volkstümliches Almfest.

www.ritten.com

besinnlich | **Weihnachtszeit.** Mit Beschaulichkeit läuten

die Weihnachtsmärkte in Südtirols Süden die besinnliche Zeit ein. Am Bozner Waltherplatz erstrahlt der traditionsreiche Christkindlmarkt seit über 25 Jahren. Ein ganz besonderes Erlebnis für Liebhaber der alten Rittner Schmalspurbahn ist das Rittner Christbahn auf dem Bozner Hausberg. Im Sarntal lockt der Sarner Alpenadvent, einer der authentischsten Weihnachtsmärkte Südtirols.

www.suedtirols-sueden.info

traditionell | **Sarner Kirchtag.** Bodenständig, trachtig

und wunderbar eigenwillig: Der Sarner Kirchtag findet vom 2. bis 4. September 2017 statt. Das dreitägige Volksfest ist wegen seiner Farbenpracht weit über die Landesgrenzen hinaus bekannt. Am Montag, dem letzten Festtag, ist Markttag: da wird begutachtet, gefeilscht und gelacht – und Verträge natürlich noch per Handschlag besiegelt.

www.sarntal.com



„Sport ist wie Musik.“ Ein Gespräch mit Klaus Widmann

Klaus Widmann ist Bozner, Arzt, Ausdauersportler und Südtirol Jazz Festival-Organisator sowie Mitbegründer und langjähriger Präsident der Sektion Triathlon im Läuferclub Bozen. Ein Gespräch über den Laufboom und warum Südtirol für Läufer besonders geeignet ist.

Laufen erlebte in den letzten Jahren einen regelrechten Boom, auch in Südtirol, woran liegt das?

Es ist ein positiver Aspekt unserer Wohlstandsgesellschaft, dass die Menschen Zeit haben, sich um ihre Gesundheit und ihre Fitness zu kümmern. Sport ist für viele ein wichtiger Bestandteil ihres Lebens geworden. Laufen ist die natürlichste Fortbewegung des Menschen, man kann es jederzeit und überall betreiben und es verschafft ein angenehmes Zufriedenheitsgefühl. Das alles hat zur Verbreitung des Laufens beigetragen.

Unter dem Label „BoRunning“ hat auch Ihre Heimatstadt Bozen insgesamt zwölf Laufstrecken

Peter A. Seebacher
Staatlich geprüfter Journalist,
Kommunikationsmensch, studierter
Politikwissenschaftler,
wine & food-Enthusiast, Print-Lover,
twitternder New-Media-Junkie und
fernwehleidendes, tief verwurzeltes
Südtirolgewächs. Liebt es, mit seiner
Familie sommers wie winters in den
Bergen unterwegs zu sein und will
eigentlich immer nur eines:
nach oben. Außer es handelt sich um
einen Weinkeller.



mit Startpunkt an der Talferbrücke sowie einer Gesamtlänge von 100 Kilometern ausgewiesen und ausgeschildert. Sind Sie auch auf diesen Strecken unterwegs?

Ich finde das Projekt toll, der Startpunkt der Strecken auf den Talferwiesen ist perfekt. Ich bin in Sachen Laufen eher der abenteuerlustige Typ und nutze es, um Neues zu entdecken ohne vorher meine Route festzulegen.

Stichwort Höhentherapie: Südtirol ist dafür ja prädestiniert, oder etwa nicht?

Sehr richtig. Ich habe in der Vergangenheit als Arzt auch Athleten betreut und sie bei der Vorbereitung auf wichtige Wettkämpfe regelmäßig in Südtirols Höhen geschickt.

Im Bereich Berglauf hat Südtirol einige Trainingsstrecken zu bieten, wo Läufer nach dem Aufstieg knie- und rückschonend per Seilbahn wieder zu Tal schweben können, beispielsweise am Ritten oder bei Mölten ...

Wenn man diese Strecken zurücklegt, dann hat man fast schon ein alpinistisches Erlebnis – und dabei kann man direkt von Bozen starten. Gerade durch Verletzungen vorbelastete oder ältere Läufer schätzen dieses Angebot.

Mit dem „Südtirol Ultra Skyrace“ gibt es hierzulande auch einen imposanten Extremelauf mit einer Länge von 121 Kilometern und 7554 Höhenmetern. Sie sind von Beruf Arzt: Sind solche Läufe zu extrem?

Nein, für gut trainierte Personen ist das durchaus machbar. Wichtig ist, dass die Athletinnen und Athleten sich „spüren“ und auf ihren Körper hören – dann sind auch derartige Ultramarathons ohne weiteres machbar.

Sie sind Gründer und Organisator des alljährlich stattfindenden und über die Grenzen hinaus bekannten Südtiroler Jazz Festivals. Gibt es für Sie Parallelen zwischen Ausdauersport und Musik?

Beide Welten sind ein Teil von mir. Die Verbindung besteht in der Art, wie ich beides praktiziere. Im Bereich Musik interessiert mich vor allem der Jazz und im Sport vor allem das Entdecken von neuen Dingen – etwa bei Skitouren. Ein Sport, den ich in den vergangenen 20 Jahren intensiv betrieben und lieben gelernt habe. Jede Skitour ist wie ein Projekt, bei dem immer wieder neue Entscheidungen getroffen und improvisiert werden muss. Der Jazz ist auch eine Musikrichtung, die immer riskiert, improvisiert, sich neu ausrichtet. Insofern besteht für mich eine Ähnlichkeit zwischen Musik und Sport. ■ Peter A. Seebacher



Ausgezeichnet zum Genießen

Hochwertige Lebensmittel, handwerkliche Kunst und Kreativität sind die Ingredienzien

der Südtiroler Gastronomie, welche in den besten Restaurantführern große Beachtung finden. Mit den heimischen Weinproduzenten hat die Gastronomie einen ebenbürtigen Partner:

Die bekanntesten Weinführer testen regelmäßig die Südtiroler Rotweine, Weißweine und Schaumweine und prämiieren die besten unter ihnen mit wertvollen Auszeichnungen.

ITALIENISCHE WEINFÜHRER

VINI BUONI D'ITALIA 2017 LE CORONE	I VINI D'ITALIA DE L'ESPRESSO 2017 TOP 300	I VINI DI VERONELLI 2017 SUPER TRE STELLE	GAMBERO ROSSO 2017 DREI GLÄSER
Gewürztraminer Windegg 2015 Brigl Josef, Eppan	Weißburgunder Plattenriegel 2015 Kellerei Giralan, Eppan	Weißburgunder 2004 Kellerei Terlan	Weißburgunder Sirmian 2015 Kellerei Nals Margreid
Gewürztraminer Nussbaumer 2014 Kellerei Tramin	Weißburgunder Sirmian 2015 Kellerei Nals Margreid	Bianco Riserva LR 2013 Kellerei Schreckbichl, Eppan	Terlaner Weißburgunder Eichhorn 2015 Weingut Manincor, Kaltern
Gewürztraminer Atisis 2014 Kellerei Schreckbichl, Eppan	Weißburgunder Riserva Vorberg 2013 Kellerei Terlan	Terlaner I Grande Cuvée 2013 Kellerei Terlan	Pinot Grigio Sanct Valentin 2014 Kellerei St. Michael, Eppan
Gewürztraminer Lunare 2014 Kellerei Terlan	Sauvignon Voglar 2014 Weingut Peter Dipoli, Neumarkt	Chardonnay Löwengang Biodynamisch 2013 Tenutae Alois Lageder, Margreid	Chardonnay Löwengang 2013 Tenutae Alois Lageder, Margreid
Goldmuskateller 2015 Weingut Ritterhof, Kaltern	Gewürztraminer Nussbaumer 2014 Kellerei Tramin	Gewürztraminer Nussbaumer 2014 Kellerei Tramin	Terlaner Riserva Nova Domus 2013 Kellerei Terlan
Vernatsch Alte Reben 2015 Glögglhof – Gojer Franz, Bozen	Terlaner Riserva Nova Domus 2013 Kellerei Terlan	Lagrein Riserva Porphy 2013 Kellerei Terlan	Sauvignon Laföa 2014 Kellerei Schreckbichl, Eppan
Kalterersee Classico Superiore Pfarrhof 2015 Kellerei Kaltern	Vernatsch Gschleier Alte Reben 2014 Kellerei Giralan, Eppan	Lagrein Riserva Waldgries 2013 Ansitz Waldgries – Christian Plattner, Bozen	Gewürztraminer Vom Lehm 2015 Kellerei Castelfeder, Kurtinig
St. Magdalener Klassisch 2014 Unterganzner – Josephus Mayr, Bozen	Vernatsch Alte Reben 2015 Glögglhof – Gojer Franz, Bozen	Cabernet Löwengang 2012 Tenutae Alois Lageder, Margreid	Gewürztraminer Riserva Brenntal 2014 Kellerei Kurtatsch
Lagrein Kretzer 2015 Kettmeir, Kaltern	St. Magdalener Classico Huck am Bach 2015 Kellerei Bozen	Merlot-Cabernet Sauvignon Iugum 2011 Weingut Peter Dipoli, Neumarkt	Gewürztraminer Nussbaumer 2014 Kellerei Tramin
Lagrein Riserva 2013 Unterganzner – Josephus Mayr, Bozen	St. Magdalener Classico Antheos 2015 Ansitz Waldgries – Christian Plattner, Bozen	Col de Rey Vigneti delle Dolomiti Rosso 2011 Landesweingut Laimburg, Pfaffen	Gewürztraminer Auratus Crescendo 2015 Weingut Ritterhof, Kaltern
Lagrein Riserva Porphy 2013 Kellerei Terlan	Lagrein 2015 Klosterkellerei Muri-Gries, Bozen	Lamarein 2013 Unterganzner – Josephus Mayr, Bozen	Kalterersee Bischofsleiten 2015 Weingut Castel Sallegg, Kaltern
Lagrein Riserva Linticlarus 2013 Tiefenbrunner, Kurtatsch	Lagrein Riserva 2013 Unterganzner – Josephus Mayr, Bozen	Gewürztraminer Spätlese Terminum 2013 Kellerei Tramin	St. Magdalener Rondell 2015 Glögglhof – Franz Gojer, Bozen
Lagrein Riserva 2013 Ansitz Waldgries – Christian Plattner, Bozen	Extra Brut Riserva 2010 Sektellerei Arunda, Mölten	Goldmuskateller Passito Baronessa Baron Salvadori 2013 Kellerei Nals Margreid	Lagrein Riserva 2013 Unterganzner – Josephus Mayr, Bozen
Lagrein Riserva Taber 2014 Kellerei Bozen	Brut Riserva Hausmannhof 2006 Weingut Haderburg, Salurn	Goldmuskateller Passito Serenade 2013 Kellerei Kaltern	Lagrein Riserva Taber 2014 Kellerei Bozen
Comitissa Gold Brut Gran Riserva 2006 Martini Lorenz, Eppan	Brut Rosè Athesis Kettmeir, Kaltern	Goldmuskateller Passito Vinalia 2014 Kellerei Bozen	Blauburgunder Riserva Trattmann Mazon 2013 Kellerei Giralan, Eppan
		Le Petit Manincor 2014 Weingut Manincor, Kaltern	Blauburgunder Bachgart 2013 Klaus Lentsch, Eppan
			Cabernet Sauvignon Riserva Puntay 2012 Kellerei Erste + Neue, Kaltern

RESTAURANTFÜHRER

RESTAURANT	Ort	+39	MICHELIN GUIDA ROSSA 2016	GAULT MILLAU ÖSTERREICH 2017	GAMBERO ROSSO 2017	GUIDA DELL'ESPRESSO 2017	OSTERIE D'ITALIA 2017
Bistro Arôme	Bozen	0471 313030		13/20 ▲			
Bistro Humus	Bozen	0471 971961		12,5/20			
Forsterbräu	Bozen	0471 977243	🍷				
Gasthaus Haselburg	Bozen	0471 402130		13/20		erwähnt	
Gasthof Kohlern	Bozen	0471 329978	🍷	13/20		erwähnt	
Restaurant Laurin	Bozen	0471 311000	🍷🍷🍷 ▲	15/20	80/100	erwähnt	
Restaurant Löwengrube	Bozen	0471 970032	🍷🍷	14/20	79/100	erwähnt	
Restaurant Lunas	Bozen	0471 975642	🍷🍷	12,5/20			
Wirtshaus Vögele	Bozen	0471 973938	🍷		erwähnt	erwähnt	
Gasthaus Weißes Rössl	Bozen	0471 973267			🍷	erwähnt	
Restaurant Zur Kaiserkron	Bozen	0471 303233		15/20	erwähnt ▲	erwähnt	
Gasthof Tiefthalerhof	Jenesien	348 0333391					erwähnt
Gasthof Lanzenschuster	Jenesien	0471 340012					erwähnt
Gasthof Patauner	Terlan	0471 918502	🍷	12,5/20			
Restaurant Schwarzer Adler	Andrian	0471 510288					erwähnt
Landgasthof Bad Turmbach	Eppan	0471 662339	🍷🍷				
Restaurant Zur Rose	Eppan	0471 662249	🍷🍷🍷	17/20	88/100	🍷🍷	
Restaurant Ansitz Pillhof	Eppan	0471 633100				erwähnt	
Restaurant L'Arena, Weinegg	Eppan	0471 662511	🍷🍷	14/20			
Restaurant Ritterhof	Kaltern	0471 963330		14/20	erwähnt	erwähnt	
Restaurant Siegi's	Kaltern	0471 665721				erwähnt	
Taberna Romani	Tramin	0471 860010		14/20	🍷🍷		
Gasthaus Schwarz Adler	Kurtatsch	0471 880224	🍷🍷	13/20		erwähnt	
Gasthof Dorfnerhof	Montan	0471 819798	🍷				erwähnt
Restaurant Johnson & Dipoli	Neumarkt	0471 820323	🍷			erwähnt	
Gasthof Fichtenhof	Salurn	0471 889028					erwähnt
Fischerwirt	Sarntal	0471 625523		13/20 ▲			
Restaurant Terra, Auener Hof	Sarntal	0471 623055	🍷🍷🍷 ▲	17/20		🍷🍷	
Restaurant Brauwirt	Sarntal	0471 620165		15/20		erwähnt	
Gasthof Ansitz Kematen	Ritten	0471 356356	🍷🍷				
Gasthaus Patscheiderhof	Ritten	0471 365267	🍷	13/20	🍷🍷		erwähnt
Bistro im Parkhotel Holzner	Ritten	0471 345231		14/20			
Restaurant 1908, Parkhotel Holzner	Ritten	0471 345232		15/20			
Gasthaus Signaterhof	Ritten	0471 365353		13/20			🍷
Restaurant Zirmhof Stube 1600	Radein	0471 887215	🍷🍷	13/20			
Restaurant Krone	Aldein	0471 886825	🍷	14/20	77/100 ▲	erwähnt	
Restaurant Ploner	Aldein	0471 886556	🍷🍷			erwähnt	
Gasthaus Kürbishof	Altrei	0471 882140	🍷	13/20	🍷	erwähnt	🍷

365 Tage | Dolomiten

Wandern, klettern, biken, skifahren oder einfach nur staunen: Die Dolomiten, seit 2009 UNESCO Welterbe und laut Reinhold Messner „die schönsten Berge der Welt“, bieten zu jeder Jahreszeit wunderbare Naturerlebnisse zwischen weiten Hochalmen, kurvenreichen Pässen, schroffen Gipfeln und markanten Felsformationen.

www.suedtirol.info



365 Tage | Südtirol-Radweg

7 Städte, 5 Etappen, 2 Räder: Der Südtirol-Radweg verbindet die Städte Südtirols zu einer erlebnisreichen Radtour. Der Mix aus alpiner und mediterraner Landschaft sorgt für Abwechslung auf jedem Kilometer. Als Gast in den Städten werden Sie beeindruckt sein von der kulturellen Vielfalt und dem pulsierenden Leben in den historischen Hauptorten Südtirols. www.suedtirol-radweg.it

April bis Juni | Südtirol Balance

Fördern Sie Ihr inneres Gleichgewicht zwischen mediterranen Landschaften und beeindruckender Alpenkulisse. Mit den besonderen BALANCE-Angeboten erleben Sie von April bis Juni ein ausgewogenes Wechselspiel aus anregender Bewegung, erholsamer Entspannung und gesundem Genuss. Finden Sie Ihre Mitte in der einzigartigen Naturlandschaft Südtirols. www.suedtirol.info/balance

Mai | Tage der Architektur

Unterschiedlichste Gebäude in ganz Südtirol, darunter Bauernhöfe, Hotels, private und öffentliche Gebäude mit besonderer Architektur, können bei geführten Touren besichtigt werden. Mit jeweils wechselnden Bauobjekten wird Südtirol als Architekturland erlebbar. Sie erfahren Details zu Planungshintergründen, Bauarbeiten und können hinter die Gebäudefassaden blicken. www.tagederarchitektur.it

30. Juni – 9. Juli 2017 | 35. Südtirol Jazzfestival Alto Adige

Ganz Südtirol jammt, wenn im Sommer der Jazz Einzug auf Straßen und Plätzen, in historischen Mauern oder Berghütten hält. Bereits zum 35. Mal begeistert das Südtirol Jazzfestival Alto Adige, das mittlerweile einen bedeutenden Platz im europäischen Musikpanorama innehat, zehn Tage lang seine Zuhörer mit Schrägem, Buntem und Ungehörtem – einfach Jazz. www.suedtiroljazzfestival.com

März – November | Schloss Trauttmansdorff

In über 80 Gartenlandschaften blühen und gedeihen verschiedenste Pflanzen aus aller Welt. Egal ob Jung oder Alt, Botanikexperte oder Laie, die Gärten von Schloss Trauttmansdorff in Meran sind ein einzigartiger Mix aus botanischem Garten und Freizeitattraktion. Im Schloss ist das Touriseum untergebracht: es vermittelt kurzweilig 200 Jahre Tourismusgeschichte in Tirol und Meran. www.trauttmansdorff.it

Ostern – November | Messner Mountain Museum

Sechs Orte, sechs Ausstellungen, sechs Erlebnisse: Das Messner Mountain Museum ist eine Begegnungsstätte mit dem Berg, mit den Berg-Menschen und letztlich auch mit sich selbst. Jeder Besuch ist wie eine Bergtour, besonders bei Schönwetter, und eine MMM-Rundreise (mit dem MMM Tour-Ticket) ein einmaliges Erlebnis! www.messner-mountain-museum.it

November | Merano WineFestival

Im stilvollen Ambiente des Meraner Kurhauses findet Anfang November eine der bedeutendsten Weinmessen Europas statt: das Merano WineFestival. Drei Tage lang werden die besten Tropfen aus aller Welt und Delikatessen zum Verkosten angeboten. Verkostet und bewertet werden auch Biere und Spirituosen aus den besten Brauereien und Brennereien Europas. www.meranowinefestival.com

Weihnachten | Original Südtiroler Christkindlmärkte

1. Dezember – 6. Jänner 2018. Die fünf Original Südtiroler Christkindlmärkte gehören zur Südtiroler Weihnachtszeit wie das Stille Nacht am Heiligen Abend und verheißen magische Momente am Schnittpunkt der Kulturen in der Landeshauptstadt Bozen, im fürstlichen Meran, in der ehemaligen Bischofsstadt Brixen, im quirligen Bruneck und in der Fuggerstadt Sterzing. www.suedtirol.info

365 Tage | Mobil in Südtirol

Mit der Mobilcard unbegrenzt mit allen öffentlichen Verkehrsmitteln fahren und mit der museumobil Card zusätzlich über 80 Museen und Sammlungen in ganz Südtirol besuchen. Tipp: In vielen Betrieben erhalten Sie außerdem automatisch eine auf der museumobil Card basierende Gästecard (RittenCard, Winepass PLUS oder Bozen Card Plus) mit vielen weiteren interessanten Zusatzleistungen. www.suedtirols-sueden.info

SÜDTIROL top 10

zeitlos gut

Städte besuchen, Dolomiten bestaunen und Gipfel erobern
Architektur begreifen, Jazz genießen
Gesunder Genuss und sanfte Mobilität