

PRESSETEXT

Aufladen und Entschleunigen in der Kraft Triangel

Das Kufsteinerland und seine über 40 Natur-, Kraft- & Bewusstseinsplätze

Es gibt viele Situationen, in denen sich die Menschen an einen bestimmten Ort hinräumen. An ein beruhigendes, entspanntes Plätzchen in der Natur, das etwas Besonderes ausstrahlt und anziehend wirkt. Oft sind an diesen natürlichen Rückzugsgebieten markante Naturphänomene wie Felsen, Höhlen, Quellen, besonderer Pflanzenwuchs oder uralte Bäume zu finden. Im Kufsteinerland gibt es insgesamt über 40 Natur- und Kraftplätze, die teils seit Jahrhunderten von Menschen besucht werden und die wie in einem Dreieck – einer Triangel – über die Region verstreut liegen. Von Erl bis in das Kaisergebirge hinein gibt es die Kraft aus Fels und Erde zu erspüren. Im Thierseertal die Kraft aus Natur und Stille und in Bad Häring, als auch im Kaisergebirge, die Kraft aus Sonne und Licht. Wir stellen einige dieser energetischen Kraftpunkte vor, die in Kombination mit Bewegungs- und Atemübungen aufbauend, kräftigend und inspirierend wirken oder auch zum Entladen, Loslassen sowie Reinigen dienen können.

Kraft aus Fels und Erde: die Tischoferhöhle

Um diesen Kraftplatz zu erreichen, bedarf es ein wenig Ausdauer. Von der Gemeinde Ebbs aus erklimmen die Wanderer zuerst rund 300 Stufen, die ins Kaisertal führen. Aber danach geht es in Serpentina gemächlich bergab, bis man nach insgesamt rund 45 Minuten die geheimnisvolle Tischoferhöhle erreicht. Es handelt sich um eine geräumige Höhle, die gut begehbar 40 Meter in die historische Lebenswelt der Bewohner vor rund 37.000 Jahren führt. Ehemals von Wasser geformt, bekommen die Besucher eine Ahnung von den enormen Wirkkräften der Naturelemente. Einst diente die Höhle als Schutzraum, heute kann man hier Ruhe und Stille finden.

Eine Natur Resonanz Übung unter dem Motto „Fels, Erde, Ursprung“:

Schon beim Zustieg, die Treppenstufen hinauf und den schmalen Serpentinaweg hinab, Kontakt zur Erde, zum Boden entwickeln: mit den Händen den Felsen berühren, mit den Füßen die unterschiedlichen Felsuntergründe erspüren, ganz im Gedanken an die unzähligen Füße und Füßchen, die schon früher da waren.

Kraft aus Natur und Stille: Steinkreis Riedenberg

Der Steinkreis Riedenberg hat einen keltischen Ursprung und ist 2009 von der Druidin Evelin Granda vermessen worden. Sie setzte die insgesamt sieben Steine in einem Abstand von sieben Metern aneinander. Daraus bildet sich ein sechseckiger Kreis mit einem Stein in der Mitte. Die Anordnung der Kalksteine erhöht die Lebensenergie der Erde, der Natur und somit die Energie der Menschen. Die Zahl Sieben wurde deshalb gewählt, weil sie schon seit der Steinzeit als heilige Zahl gilt. Und auf diese Zahl stoßen wir ja ständig: Sieben Weltwunder, Verliebte schweben im siebten Himmel, eine Katze hat sieben Leben. Der Steinkreis Riedenberg ist einer der stärksten Kraftplätze im Kufsteinerland und kann ab Thiersee in Verbindung mit einer unkomplizierten Wanderung erlebt werden.

Eine Natur Resonanz Übung unter dem Motto „Erde, Zentrum, Perspektivenwechsel“:

Den Steinkreis betreten und vom Mitte-Stein aus im Uhrzeigersinn jeden Außen-Stein einen Moment anschauen: Wer und was gestaltet das eigene Leben mit? Dann den Außenkreis von Stein zu Stein abgehen und mit Blick zur Mitte sich symbolisch selbst aus allen Perspektiven betrachten: Was fällt hier jeweils auf?

Kraft aus Sonne und Licht: Königslinde Schwoich

Umgeben von Weiden und Wiesen thront die mindestens 250 Jahre alte Königslinde auf der Lichtung Schwoich und ist direkt neben dem Ortseingang von der Straße aus sichtbar. Auch die Kühe der angrenzenden Weiden fühlen sich von der Magie des uralten Baumes, der einen Umfang von 4,5 Metern hat, angezogen. Vom Ortszentrum in Schwoich aus erreicht man den Kraftplatz leicht und bequem mit einem zehnmütigen Fußmarsch. Vor dem mächtigen Baumsolitär lädt ein gemütliches Bänkchen zum Verweilen ein. Im keltischen Baumkreis steht die Königslinde für Herzlichkeit und Liebendigkeit, Gelassenheit und Geduld. Sie bietet Sicherheit, Zuflucht und Schutz. Und das Schönste: Es gibt hier nichts zu tun. Nichts. Nur stehen, atmen, nichts sonst. Jedoch gewusst wie, damit die Linde ihre „lindernde“ Kraft weitergeben kann.

Eine Natur Resonanz Übung unter dem Motto „Entspannung, Harmonie, Linderung“:

Unter den schützenden Zweigen einen guten Platz finden und sich willkommen fühlen: müde oder wach, verträumt oder präsent, mit offenen oder geschlossenen Augen. Die Botschaft der Linde lautet stets: Das Nichtstun genießen, atmen und länger bleiben.

Kraftplätze sind nicht für Massen bestimmt. Weniger ist mehr, so sieht man das auch im Kufsteinerland. Für den nachhaltigen Umgang mit den 40 Natur-, Kraft- & Bewusstseinsplätzen, stellt der Tourismusverband eine umfangreiche Broschüre zur Verfügung. Darin werden die Kraftplätze mit Wegbeschreibung vorgestellt, Denkipulse gegeben, Natur Resonanz Übungen

empfohlen und Tipps für unterwegs geteilt. Ideal für Urlauber, die ohne Auto die Kraftplätze erkunden wollen: Mit der KufsteinerlandCard sind der öffentliche Nahverkehr und die Ausflugsbusse frei nutzbar. Im Sommer Erlebnisprogramm werden zudem zahlreiche Touren unter dem Motto „Neue Energie und Kraft in der Natur tanken“ angeboten. Die Teilnahme ist mit der KufsteinerlandCard in vielen Fällen nur mit geringen Kosten verbunden. Die personalisierte KufsteinerlandCard erhalten Gäste ab der zweiten Übernachtung kostenlos in ihrer Unterkunft. Eine ausführliche Informationsbroschüre mit allen Leistungen ist auf www.kufstein.com im Menüpunkt „Gut zu wissen“ downloadbar.

5.584 Zeichen

Kufsteinerland

Das Kufsteinerland ist das „Tor der Tiroler Alpen“: Als zugänglichster alpiner Lebensraum bietet die Region eine einzigartige Mischung aus Tradition und Moderne, Natur und Wellness, Kultur und Events sowie Sport und Kulinarik. Eingebettet in intakte Natur steht das Kufsteinerland für aktiven Urlaub, in dem trotzdem Raum für Erholung und Stille ist. Jung und Alt, Klein und Groß können gleichermaßen aus Urlaubsaktivitäten wählen, die noch lange in Erinnerung bleiben.

Weitere Informationen auf www.kufstein.com.

Buchungskontakt:

Tourismusverband Kufsteinerland
Unterer Stadtplatz 11 – 13
A - 6330 Kufstein
Tel: +43 (0) 5372 62207
E-Mail: info@kufstein.com

Pressekontakt für Rückfragen

KUFSTEINERLAND	FEUER & FLAMME. DIE AGENTUR		
Barbara Kaiser	Birgit Koller-Hartl	Leonie Stolz	Elisabeth Helfer
Unterer Stadtplatz 11	Bräuhof 248	Wimmelsweg 10	Postfach 31
A-6330 Kufstein	A-8998 Grundlsee	22303 Hamburg	85233 Odelzhausen
+43 (0) 5371 62207-21	+49 (0) 151 14278076	+49 (0) 40 50681694	+49 (0) 8134 5576411
b.kaiser@kufstein.com	bkh@fufda.de	ls@fufda.de	eh@fufda.de
presse.kufstein.com	www.feuerundflamme-dieagentur.de		

Gerne stehen wir Ihnen für weitere Informationen zum Kufsteinerland zur Verfügung. Auf unserer Internetseite finden Sie im Presseportal unter www.fufda.de/kufsteinerland druckfähiges Bild- sowie weiteres Textmaterial.