

Natur.Kraft.Plätze: Ihre Oasen für Entspannung im Schladming-Dachstein!

Entdecken Sie die "Natur.Kraft.Plätze" in Schladming-Dachstein – Oasen der Achtsamkeit und Erholung in der Natur.



Aigen im Ennstal, Österreich - In der Tourismusregion Schladming-Dachstein wird mit dem Projekt „Natur.Kraft.Plätze“ ein neues Angebot zur Förderung von Achtsamkeit, Entspannung und Regeneration in der Natur umgesetzt. Wie **Oekonews** berichtet, wurden insgesamt 15 ausgewählte Orte in den Gemeinden Irdning-Donnersbachtal, Aigen im Ennstal, Wörschach und Stainach-Pürgg für dieses Projekt ausgewählt. Diese Orte sind als Rückzugsorte gedacht und sind an etwa 300 Tagen im Jahr zugänglich.

Die Resonanzübungen, die von der Expertin Sabine Ingrid Schulz entwickelt wurden, beinhalten Bewegung, bewusste Atmung und meditative Impulse. Das Projekt stößt auf ein zunehmendes

Interesse von Gästen, die sich nach Rückzugsorten in der Natur sehnen. Unterstützt wird das Vorhaben von der Landentwicklung Steiermark sowie der Tourismusregion Schladming-Dachstein. Dies ermöglicht nicht nur die Stärkung der Gesundheit und des Wohlbefindens, sondern auch die Entwicklung eines nachhaltigen Tourismusprodukts.

Vielfältiges Sommerprogramm 2025

Das Sommerprogramm 2025 in den vier Gemeinden wird sich stark auf die Achtsamkeitswanderungen konzentrieren. Laut **Landentwicklung Steiermark** sind verschiedene Aktivitäten wie Ganzkörper-Workouts, Pilates und Kräuterwanderungen geplant. Diese Angebote stehen durch geführte Aktivitäten im Zeichen der Achtsamkeit und Gesundheit.

Die Achtsamkeitswanderungen, die kostenlos angeboten werden, sollen helfen, innere Ruhe zu finden und Achtsamkeit zu fördern. Ein Beispiel ist die Wanderung zur Kulm, die von Mag. Simone Feuerle-Steindacher geleitet wird, mit einem Treffpunkt am Bankerlplatz am Putterersee. Ähnliche Kurse werden am Stalingradkapelle und in der Pürglitz in Irdning angeboten, alle unter dem Motto der kostenfreien Teilnahme bei Schönwetter.

Kreative Workshops und Vorträge

Zusätzlich zu den Wanderungen bietet das Programm eine Reihe von kreativen Workshops und Vorträgen an. So wird am Hüttstädterhof ein Vortrag über die Käseherstellung stattfinden, und es gibt Angebote wie „Kids & Gefahren“, die speziell für eine jüngere Zielgruppe konzipiert sind. Diese Veranstaltungen sollen nicht nur einen informativen Aspekt bieten, sondern auch zum sozialen Austausch anregen.

Das neue Projekt passt in die größeren Trends des nachhaltigen Tourismus, die derzeit an Bedeutung gewinnen. Wie **BMUV** zeigt, gibt es einen wachsenden Fokus auf umweltfreundliche Reisepraktiken und die Integrität der regionalen Ökosysteme.

Die Natur.Kraft.Plätze sind ein hervorragendes Beispiel dafür, wie Tourismus und Umweltbewusstsein in Einklang gebracht werden können.

Für Interessierte sind weitere Informationen zu den Natur.Kraft.Plätzen sowie dem Sommerprogramm auf der Webseite der Tourismusregion Schladming-Dachstein verfügbar: **schladming-dachstein.at**.

Details	
Ort	Aigen im Ennstal, Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www2.oekonews.at• www.landentwicklung-steiermark.at• www.bmu.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at