

+++ kurz notiert aus Schenna +++ kurz notiert aus Schenna +++

Bouldern und Yoga

✘ **Vertical Limit.** Klettern ohne Verletzungsgefahr können Schwindelfreie beinahe ganzjährig „auf Gsteier“ oberhalb von Schenna in Südtirol. Das neue Bouldergebiet befindet sich am Fuß des Ifinger auf 1.600 Metern und eignet sich für Anfänger und Fortgeschrittene, die ihre Fähigkeiten ohne Seil und Gurt unter Beweis stellen wollen. Aufgeteilt in die zwei Sektoren „Schneiderkofel“ und „Grabe“ gibt es knapp 60 Felslinien im gesamten Areal. Die Schwierigkeitsgrade reichen von 4a-Aufwärbouldern bis hin zu einem komplizierten 8a-Brocken, alle mit Pfeilen an den Startpunkten markiert. Und so kommt man hin: In Naif bei Meran die Bergbahn Meran 2000 bis zur Mittelstation nehmen (Achtung: hält dort nur von Ende April bis Anfang Nov.) und auf dem Weg Nummer 3 zum Gasthof Gsteier wandern (20 Min.). Von der Hütte demselben Weg für weitere 30 Min. bis zu den Bouldern folgen. www.schenna.com

Foto (download): Das neue Bouldergebiet Gsteier oberhalb von Schenna im Meraner Land heißt wie der gleichnamige Gasthof im Ifingergebiet – idealer Einkehrschwung für die Stärkung nach dem Klettern

Bildnachweis: Tourismusverein Schenna/Christjan Ladurner



Vertical Energy. Für Yogis hält die Südtiroler Gemeinde Schenna gleich mehrere Optionen bereit: Naturliebhaber zieht es in den Wald, wo Hotelchefin und Vinyasa-Expertin Heidi von der Taser Alm am Schennaberg regelmäßig tiefenentspannende Yoga-Sessions für ihre Gäste veranstaltet. Besonders aussichtsreich hingegen sind die Open Levels auf der Dachterrasse des Schwimmbads Lido Schenna unweit des Dorfzentrums. Dort können sich Interessierte von Lehrerin Marion

Inderst jeweils montags (19.30-21 Uhr) und mittwochs (19.15-20.45 Uhr) ebenso im Vinyasa-Yoga unterweisen lassen – mit Panoramablick auf das gesamte Meraner Land. „Yoga am Berg“ bietet das Hohenwart im Rahmen seiner Retreats mit Heike Schillinger, seit 20 Jahren Yoga-Spezialistin. Auf dem hoteleigenen Gasthof Gsteier im Wandergebiet Schennaberg sind Yogis in 1.400 Metern Höhe weit weg vom Alltag und können sich ganz auf die meditativen Vinyasa-Übungen einlassen. www.schenna.com

Foto (download): An Kraftplätzen in freier Natur wie der Bergwelt von Schenna in Südtirol sind Yoga-Übungen besonders effektiv. Bildnachweis: Tourismusverein Schenna/Klaus Peterlin

Weitere Auskünfte

Tourismusverein Schenna Erzherzog Johann Platz 1/D I-39017 Schenna, Südtirol/Italien
Fon + 39 0473 945669 info@schenna.com www.schenna.com

Pressekontakt

Jessica Thalhammer

+49 8807 21490-15
jessica.thalhammer@hermann-meier.de

Isabella Modl

+43 650 2209980
isabella.modl@hermann-meier.de

AHM Kommunikation

Lachener Straße 4
D-86911 Diessen am Ammersee
+49 8807 21490-0
info@hermann-meier.de
www.hermann-meier.de