

1. Juni 2022

## „Lebensspur Lech“: Natur- und Familienerlebnis nach Kneipp’scher Gesundheitslehre **Vitalweg Holzgau im Tiroler Lechtal wird offiziell eröffnet**



**Wassertreten im natürlichen Bachlauf, die Erde spüren auf dem Barfußweg, riechen und schmecken entlang des Kräuterlehrpfads, Kraft tanken am Energieplatz mit Panoramaliege und ein Bad im Waldbett zwischen Moos und Baumwipfeln: Der Vitalweg Holzgau im Tiroler Lechtal orientiert sich an den fünf Elementen der Lehre von Sebastian Kneipp - Wasser, Bewegung, Ernährung, Kräuter und Innere Ordnung. Zum 200.**

**Geburtstags-Jubiläum des Allgäuer Naturheilkundlers wurde die bestens beschilderte Strecke 2021 fertiggestellt, ohne sich dabei künstlicher Elemente zu bedienen. Vielmehr hat man die verschiedenen Stationen aus den ursprünglichen Gegebenheiten der alpinen Landschaft entwickelt, behutsam in den bestehenden Lebensraum integriert und so für kleine und große Besucher erlebbar gemacht. Die Runde mit ihren knapp vier Kilometern können Interessierte im Frühling ebenso erwandern wie im Sommer und Herbst, die Gehzeit beträgt etwa zwei Stunden. Besucher sind zur offiziellen Eröffnung des Vitalweg Holzgau am 16. Juni 2022 herzlich eingeladen, umrahmt wird der Festakt von Live-Musik, einem Kreativmarkt sowie Kneipp- und Kräuterführungen. Die österreichische Gemeinde Holzgau bildet gemeinsam mit der Weitwanderroute Lechweg, den Lechtaler Auszeitdörfern und dem Kneippkurort Füssen/Allgäu die „Lebensspur Lech“, gesundheitstouristischer Erlebnisraum und grenzüberschreitendes EU-Projekt zwischen Bayern und Tirol. Gratis-Infolder und Wissenswertes unter [www.lebensspur-lech.com](http://www.lebensspur-lech.com), [www.lechtal.at](http://www.lechtal.at)**

*Foto (download): An der „Lebensspur Lech“ gelegen und für Familien durchweg sicher begehbar, orientiert sich der aussichtsreiche Vitalweg Holzgau im Tiroler Lechtal an der Kneipp’schen Gesundheitslehre*

*Bildnachweis: Verein Lechweg/Gerhard Eisenschink*



## Kneippen in und mit der Lechtaler Natur

Am Vitalweg Holzgau mit seinen elf Stationen und Infotafeln gibt es mehrere Möglichkeiten, die Kneipp'sche Gesundheitslehre im Tiroler Lechtal hautnah zu erleben. Familien freuen sich aufs Wassertreten im natürlichen Bachlauf an jeweils drei Stellen. Mit Blechkannen können dort auch belebende Kneipp-Güsse im Selbstversuch durchgeführt werden. Neben einem kräuterpädagogischen Lehrpfad, der mittels QR-Codes spannende Hintergrund-Infos zu Kneipp'schen

Heilpflanzen direkt aufs Smartphone liefert, spüren große und kleine Wanderer der Kraft der Natur auch auf dem Barfußweg und dem Balance-Parcours nach. Handgefertigte Massagebäume sowie mit Hängematten und einem schwebenden Netz ausgestattete Waldbadeplätze sind eine Wohltat für Körper, Geist und Seele. Herzstück der Strecke bildet das Infozentrum im typischen Heustadel, wo Besucher allerlei Wissenswertes über Kräuter, Heilpflanzen und den historischen Flachsanbau im Tiroler Lechtal erfahren. Zu den weiteren Highlights des Vitalweg Holzgau zählen die Kinderrätsel-Rallye sowie die Überquerung der Holzgauer Hängebrücke. Mehrere Panoramaliegen, ein kostenloser Infofolder sowie geführte Touren mit Kneipp-Experten runden das ganzheitliche Angebot ab. Der Vitalweg Holzgau sowie weitere Stationen des INTEREGG-Projekts „Lebensspur Lech“ finden sich auch in der kostenlosen Erlebniskarte genau markiert und erklärt. Sie ist bei den Lechtaler Tourismusbüros kostenlos erhältlich.

*Foto (download): Kneippen und entspannen in den natürlichen Bachläufen des Tiroler Lechtals können Besucher am Vitalweg Holzgau, Teil des EU-Projekts „Lebensspur Lech“*

*Bildnachweis: Verein Lechweg/Gerhard Eisenschink*

### **Infos auf einen Blick zum „Vitalweg Holzgau“**

**Wegverlauf:** „Lebensspur Lech“-Besucher folgen der Beschilderung Vitalweg Holzgau vom Ortszentrum Holzgau/Tiroler Lechtal bis zu einer Hangwiese. Von dort geht es vorbei am Infozentrum mit Kneipp-Ausstellung und Flachsgarten bis zum Aussichtspunkt Lusthäuschen. Über ein kurzes Teilstück der Weitwanderstrecke Lechweg erreicht man die spektakuläre Holzgauer Hängebrücke. Nach deren Überquerung führt der Kurs weiter in Laufrichtung bergauf bis zum Wald. Die panoramareiche Route verläuft schließlich über einen Naturpfad bergab und endet wieder am Ausgangspunkt.

**Höhenmeter gesamt:** 198

**Höchster Punkt:** 1.298 Meter

**Streckenlänge:** 3,9 Kilometer

**Gesamt-Gehzeit:** 2 Stunden

**Schwierigkeitsgrad:** mittel (roter Bergweg)

**Beste Wanderzeit:** Mai bis November

**Start-/Endpunkt:** Parkplatz beim Gemeindehaus Holzgau/Tiroler Lechtal

**Öffentliche Anreise:** Wanderbus Lechtal bis Haltestelle Holzgau Dorf

[www.lebensspur-lech.com/de/achtsamkeit-spuren](http://www.lebensspur-lech.com/de/achtsamkeit-spuren)

## Pressekontakt

---

### **AHM Kommunikation**

Lachener Straße 4

D-86911 Diessen am Ammersee

+49 8807 21490-0

[info@hermann-meier.de](mailto:info@hermann-meier.de)

[www.hermann-meier.de](http://www.hermann-meier.de)