

## Entschleunigung im Schnee Zu sich finden beim Barfußlaufen im Schnee



© Daniele Lira\_Madonna di Campiglio\_Dolomiti die Brenta - Ciaspole



© Gloria Ramirez\_Val di Fassa

**Trento, 10. Januar 2019.** Der Winterurlaub ist die beste Zeit im Jahr, um einmal komplett abzuschalten und neue Kraft zu tanken. Wo könnte dies besser gelingen als inmitten einer erhabenen, weißverschneiten Gipfelloandschaft? Im Trentino kommen Körper und Geist wieder in Einklang – sei es beim Langlauf durch atemberaubende Landschaften, beim Schneeschuhwandern in stillen Tälern oder bei Lama-Treks.

### Schneeschuhwandern – ein Trend mit Tradition

Früher unverzichtbar für die Arbeit der Bergbauern und Förster, haben Schneeschuhe heute einen echten Wintersport-Trend im Trentino ausgelöst. Während das unterhaltsame Spaß-Rennen „Ciaspolada“ alljährlich Tausende Teilnehmer anlockt, entfaltet das Schneeschuhlaufen seinen wahren Reiz abseits der ausgetretenen Pfade. Zum Beispiel in den **Trentiner Naturparks**: Selbst im Winter herrscht hier pralles, tierisches Leben – erkennbar an den vielen Spuren, die Hirsche, Gänse und Co im tiefen Schnee hinterlassen. Wer die absolute Stille im Val Brenta und dem Val d’Agola „hören“ möchte, für den bietet der **Naturpark Adamello-Brenta** Schneeschuh-Touren mit einem erfahrenen Bergführer an. Der Trentiner Winterzauber ist auch überall im **Naturpark Stelvio** spürbar. Im Val di Sole und im Val di Rabbi führen tiefverschneite Pfade hinauf zu alpinen Gehöften, entlang glitzernder gefrorener Seen und per Hängebrücke geht es über eine tiefe Klamm.

Vom Val di Fiemme und Val di Fassa über Primiero bis zum Veneto erstreckt sich der **Naturpark Paneveggio – Pale di San Martino**. Im westlichen Teil des Naturparks dominieren die unberührten Lagoraietten und im Norden ist es der Geigenwald, Foresta dei Violini, mit seinen teilweise mehrere hundert Jahre alten Baumriesen. Den Namen hat der Wald durch die Rottannen, die zum Bau von Geigen und Klavieren verwendet werden – bereits Stradivari nutzte diese Holzart für seine legendären Geigen.

### **Flauschiges Vergnügen: Lama-Trekking in den Dolomiten**

Die gutmütigen Andentiere genießen es nicht nur, gestreichelt zu werden. Sie lassen sich auch ganz einfach führen und sind damit die perfekten Begleiter für Familienwanderungen in den Trentiner Bergen. Möglichkeiten bietet unter anderem das Gehöft **Maso delle Erbe** im Val di Fiemme, wo Besucher im eigenen Hofladen Honig, Propolis und Cremes mit Natur- und Heilkräutern aus eigener Produktion kaufen können.

### **Eisiger Genuss: Auf nackten Sohlen durch den Schnee**

Über Waldboden, eine taufrische Wiese oder durch einen plätschernden Bach – dass Barfuß laufen gesund ist, wissen wir dank Sebastian Kneipp. Im Trentino schreiten wir Barfuß durch den Schnee, was einen stärkenden Effekt auf Körper und Geist hat. kaufen können.

### **Loipen-Landschaften wie gemalt**

Was für eine Stille, was für eine Dramatik: Wer auf Langlaufskiern im Trentino unterwegs ist, erlebt beides zugleich. Fast geräuschlos gleiten die schmalen Bretter auf perfekt gespurten Loipen durch verschneite Wälder und über sonnige Almen, während sich im Hintergrund immer wieder neue, überwältigende Gipfelpanoramen auftun. Mit dem SuperNordic Skipass wird Langläufern der Zugang zu elf Langlaufskizentren und vielen hundert Loipenkilometern im Trentino eröffnet. Erhältlich ist der Pass bei jedem der teilnehmenden Zentren. Die Besitzer der Trentino Guest Card erhalten kostenlosen Eintritt in eines der Langlaufskizentren.

Weitere Informationen zum winterlichen Trentino gibt es [hier](#).

Passendes Bildmaterial zur Meldung steht unter <http://bit.ly/2yie2VG> zum Download zur Verfügung (Copyright bitte wie angeben).

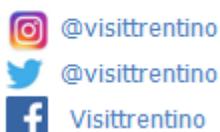
#### Über Trentino:

Die autonome Provinz im Norden Italiens gliedert sich in vierzehn touristische Gebiete und erstreckt sich von den Dolomiten, die seit 2009 als UNESCO-Weltnaturerbe zählen, bis hin zum Nordzipfel des Gardasees mit der Stadt Riva del Garda. Neben den historischen Städten Trento und Rovereto besticht Trentino vor allem mit seiner vielseitigen Natur – rund 30 Prozent der Gesamtfläche bestehen aus Naturschutzgebieten. Mediterrane Temperaturen am Wasser und alpines Klima in den Bergen: Die abwechslungsreichen Wetterbedingungen machen Trentino zu einem idealen Reiseziel für Natur-, Kultur- sowie Sportliebhaber. Weitere Informationen unter [www.visittrentino.info](http://www.visittrentino.info).

#### Weitere Presseinformationen:

Die aktuelle Pressemappe gibt es auch auf: [www.visittrentino.info/de/presse/pressemappen](http://www.visittrentino.info/de/presse/pressemappen)

#### YOU CAN FOLLOW US ON



#### SHARE YOUR STORY USING

#visittrentino  
#trentinowow