

Oggetto: ispirazione, energia e guarigione

Preheader: Luoghi di energia idrica in mezzo a 266 cime di tremila metri

Acqua elisir di vita nell' Osttirol, Austria

L'acqua è vita



Gli escursionisti dell' Osttirol si godono la tranquillità del lago "Laserzsee", vicino al rifugio Karlsbaderhütte: un luogo di riposo per rilassarsi e fare un respiro profondo. © TVB Osttirol/Leischner

L'acqua è un antico simbolo di rinnovamento, salute e forza, e probabilmente uno dei tesori più preziosi delle Alpi. Oltre ai ghiacciai e ai nevai, l'arcaico mondo montano dell' Osttirol ospita numerose sorgenti, note per la loro purezza cristallina, che alimentano laghi e torrenti di montagna. Molti luoghi magici in riva al mare non sono solo una parte essenziale del paesaggio naturale a sud del crinale alpino principale, ma invitano anche a soffermarsi, a trovare la pace interiore e a ricaricare le batterie. Chi è in cerca di relax può sperimentare in prima persona la potenza elementare di questa sostanza vitale e beneficiare della più alta qualità di acqua potabile della regione turistica austriaca. www.osttirol.com

Felicità liquida

Nella casa "Haus des Wassers" di St. Jakob nella Valle Defereggental, un centro visitatori e di ricerca nel Parco Nazionale degli Alti Tauri, l'importanza dell'elisir di lunga vita viene comunicata in modo innovativo.

I programmi interattivi della scuola dell'acqua per grandi e piccini mirano a sottolineare l'importanza dell'acqua per l'ambiente e la salute. "L'acqua contribuisce in modo significativo alla qualità della nostra vita", spiega Brigitte Eckle, biologa e direttrice del centro. "Con noi i partecipanti imparano perché è un bene così prezioso e che nulla funziona davvero senza questo prodotto miracoloso. Ci piace effettuare

analisi, misurazioni di flusso e vari esperimenti con i bambini. Organizziamo anche numerose ed entusiasmanti lezioni, laboratori e seminari per adulti in collaborazione con l'Accademia del Parco Nazionale".

Per la vostra salute



Rinfrescarsi con la natura: Nell' Osttirol/Austria, che con le sue 266 cime di tremila metri è giustamente chiamato il "Paese delle montagne", ci sono numerose sorgenti con la migliore acqua potabile.

© Parco Nazionale degli Alti Tauri/Johannes Geyer

L'acqua potabile dell' Osttirol è tra le più pulite d'Europa. La durezza dell'acqua è di circa 3 °dH (grado di durezza tedesco) ed è quindi considerata dolce e pura quasi come l'acqua distillata. In Germania, invece, la media è di 16 °dH, che può avere un effetto negativo su pelle e capelli a causa dell'elevato contenuto di ioni di calcio e magnesio e provoca depositi di calcare sulle tubature. "L'acqua potabile di alta qualità del Tirolo Orientale deve la sua qualità alla cosiddetta Finestra dei Tauri. In quest'area geologica vengono alla luce strati di roccia che normalmente sono nascosti molto più in profondità nelle Alpi. Essi contengono minerali che filtrano e purificano l'acqua di sorgente in modo del tutto naturale", afferma Brigitte Eckle di Haus des Wassers.

Come l'acqua fa miracoli

I terapisti sono sempre più consapevoli degli effetti curativi dell'acqua. Essi sottolineano le proprietà rigenerative delle sorgenti alpine, che hanno un effetto positivo sul corpo e sulla mente. Grazie alla sua composizione minerale unica, l'acqua curativa di Defereggger aiuta a trattare un'ampia gamma di disturbi e viene utilizzata sia nell'insegnamento tradizionale della salute che nei moderni programmi di benessere. Il più antico tesoro d'Europa di acqua curativa sgorga a 1.850 metri di profondità. Il prezioso concentrato fossile è maturato nelle montagne dei Tauri per milioni di anni prima di essere scoperto nel 2004. La sorgente termale di salamoia sodico-clorurata, contenente iodio, cura con successo i problemi della pelle, dei bronchi e delle articolazioni.

Luoghi di potere nell' Osttirol



Nell' Osttirol/Austria ci sono numerose cascate fragorose che possono essere sia energizzanti che calmanti. © Peter Maier

21 ghiacciai che coprono più di un chilometro quadrato e le montagne più alte dell'Austria con preziose riserve di neve: difficilmente un'altra regione delle Alpi offre tante opportunità di divertimento, avventura e relax in riva al mare come l' Osttirol. I vacanzieri possono sperimentare in prima persona il paesaggio curativo durante le loro escursioni nella natura incontaminata. Le sorgenti, ad esempio, simboleggiano il cambiamento, la pulizia e il rinnovamento.

È qui che si va se ci si vuole liberare di qualcosa, scrollarsi di dosso qualcosa e liberarsi per qualcosa di nuovo. Cascate come la cascata Haslacher Schleier Wasserfall a Kals am Großglockner, alta 80 metri, o la cascata Steiner Wasserfall con vista sulla gola "Proseggklamm" a Matrei in Osttirol, che sarà inaugurata nel 2024, sono invece vibranti, energizzanti e liberatorie. Studi scientifici hanno dimostrato il loro effetto positivo sullo stress e sul burnout. I laghi di montagna, invece, offrono tranquillità, spazio e chiarezza. Il lago Alkuser See a Alkus, l'Obstansersee a Kartitsch o il Laserzsee presso la Karlsbader Hütte, a 2.260 metri sul livello del mare, sono considerati paradisi magici di pace. Le piscine di montagna hanno un effetto simile. Si dice che il cielo e la terra si incontrino nei luoghi di potere, come il Pfauenaue a St. Jakob nella valle Defereggental. La vista sull'acqua ferma guida l'osservatore verso la propria interiorità. Infine, i ruscelli di montagna simboleggiano il cambiamento, l'unica costante della vita. Un consiglio: chi fa un'escursione lungo l'Isel, il più lungo fiume glaciale delle Alpi, dovrebbe prendersi il tempo di immergere i piedi nell'acqua fredda, osservarla e sentirla semplicemente.

L' Osttirol. L' Osttirol è naturalmente diverso. Naturale, nel senso di natura": questo è il credo della regione turistica a sud della principale dorsale alpina. Situata tra il Parco Nazionale degli Alti Tauri, le Dolomiti di Lienz e la cresta di confine carnica, si caratterizza per la sua originalità, autenticità e tradizione viva. Con un totale di 265 cime di tremila metri e il Grossglockner, la vetta più alta dell'Austria, l' Osttirol è giustamente conosciuto come "il Tirolo delle montagne". Gli amanti della natura troveranno paesaggi incontaminati e ampi spazi aperti. Gli amanti delle vacanze attive apprezzano le condizioni ideali per praticare sport all'aria aperta e l' Osttirol gode da tempo di uno status di culto nei circoli di alpinismo e arrampicata. I buongustai apprezzano particolarmente la parte meridionale dell'Austria per la sua varietà culinaria, con una cucina semplice e di alto livello: dai rustici punti di ristoro ai sofisticati ristoranti pluripremiati. Anche le tradizioni contadine giocano un ruolo speciale: rituali secolari, artigianato autentico e una cultura dei costumi onesta e dolcemente evoluta caratterizzano la vita degli abitanti dell' Osttirol, sia in passato che oggi. www.osttirol.com

