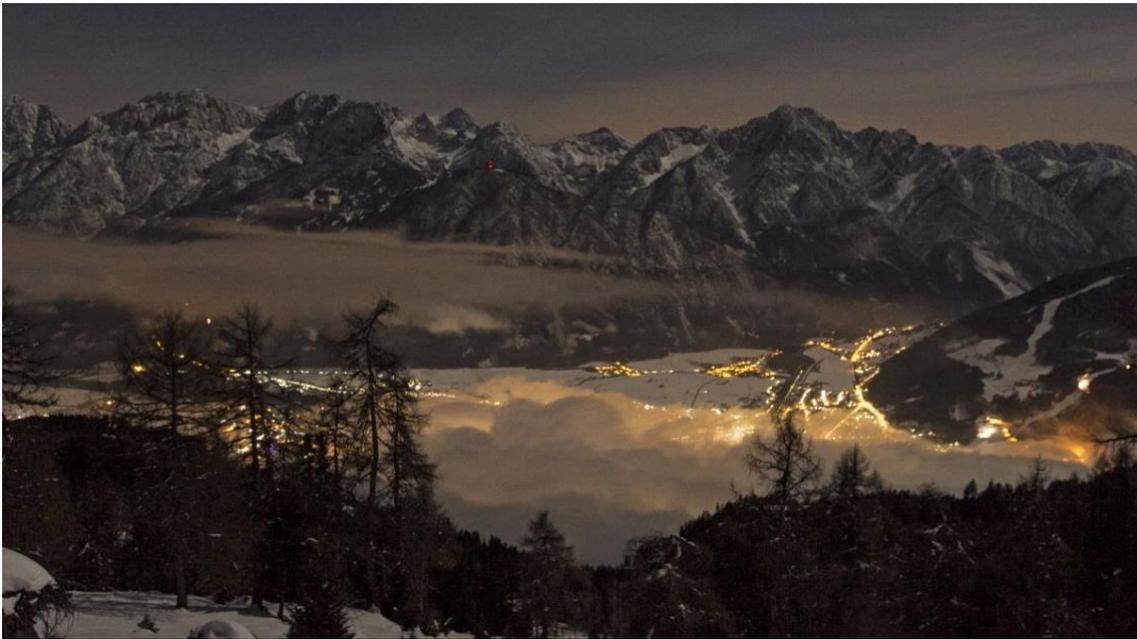


Betreff: Presseinfo Osttirol: Stille, Mond und Sterne – magische Winternächte in Osttirol  
Preheader: Licht aus, Sterne an

## Osttirol, Österreich: Wo der Wintersport nachts weitergeht **Spuren im Sternenlicht**



Unter dem funkelnden Sternenhimmel erheben sich die Dreitausender in Osttirol/Österreich majestätisch über verschneite Täler. © TVB Osttirol/BergimBild

**Wenn die Nacht über Osttirol hereinbricht, verändert sich die Welt: Die Berge werden still, die Sterne treten näher und inmitten der 266 Dreitausender entfaltet sich eine Stimmung, die leiser und intensiver kaum sein könnte. Wenn Wintersportler sich in diesem Moment nach draußen begeben, ahnen sie noch nicht, welche Erlebnisse die Region südlich des Alpenhauptkamms in der Dunkelheit bereithält. [osttirol.com](https://www.osttirol.com)**

### **Osttirols dunkler Schatz**

Kaum eine Region in den Alpen weist so geringe Lichtverschmutzung auf wie Osttirol. Wenn die Sonne hinter den Dreitausendern versinkt, beginnt dort ein Schauspiel, das vielerorts längst verloren ging: echte Dunkelheit. Die weiten Täler, die spärliche Besiedelung und ein bewusster Umgang mit künstlicher Beleuchtung lassen den Sternenhimmel der österreichischen Ferienregion klarer erscheinen als

#### Pressekontakt

AHM Kommunikation [www.ahm-agentur.de](https://www.ahm-agentur.de)

Ariane Husung +49 8807 21490-16 [ariane.husung@hermann-meier.de](mailto:ariane.husung@hermann-meier.de)

Lisa Mang +49 8807 21490-12 [lisa.mang@hermann-meier.de](mailto:lisa.mang@hermann-meier.de)



AGENTUR FÜR  
KOMMUNIKATION

**Bildmaterial sowie weitere Informationen unter**  
[www.ahm-agentur.de](https://www.ahm-agentur.de) / Kunden / Osttirol



anderswo. Die Sterne funkeln zum Greifen nah, die Milchstraße spannt sich wie ein silbriges Band über die Berggipfel. Die Nacht zwischen dem Nationalpark Hohe Tauern, den Lienzer Dolomiten und dem Karnischen Grenzkamm ist nicht nur landschaftlich reizvoll: Atem und Bewegung finden ihren eigenen Rhythmus, die Gedanken werden ruhig. Nachtaktive genießen die meditative Wirkung dieser besonderen Atmosphäre – egal, ob sie unterwegs sind oder einfach nur innehalten. Tipp für Hobby-Astronomen: Der [Sternenhimmel](#) lässt sich besonders gut vom Lucknerhaus auf 1.920 Metern Höhe, am Obersee am Staller Sattel auf 2.052 Metern Höhe oder auf der Dolomitenhütte auf 1.616 Metern Höhe beobachten.

## Flow & Snow



Die beleuchtete Blusenrunde Prägraten in Osttirol/Österreich ist ideal für Langlauf-Fans, die nach Einbruch der Dunkelheit eine Erkundungstour machen möchten und bewusst Abgeschlossenheit suchen. © TVB Osttirol/Gottfried Isplitzer

Stimmig fügen sich 400 Loipenkilometer zwischen 673 und 2.052 Metern Seehöhe in die winterlichen Tallandschaften der österreichischen Bergregion ein. Seit Jahren setzt Osttirol auf höchste Loipenqualität, moderne Infrastruktur und nachhaltige Schneesicherheit. Gerade die Kombination aus intensivem Ganzkörpertraining und der Nähe zu insgesamt 266 Dreitausendern macht den Reiz der Nordischen Sportart dort aus. Ob sanfte Talrunden oder anspruchsvolle Höhenloipen – das kraftvolle Gleiten durch die Stille fordert Muskelkraft, fördert mentale Entspannung, lässt Gedanken fliegen und schafft einen klaren Kopf. Ideal, um nach Feierabend und bei Einbruch der Dunkelheit auf bestens präparierte Loipen aufzubrechen: Die [Runde Lavant](#) (3 Kilometer), die [Blusenrunde Prägraten](#) (1,4 Kilometer) sowie die [Loipe St. Jakob – Grünmoos](#) (2 Kilometer) werden alle bis 21 Uhr beleuchtet und sind sowohl für den klassischen Stil als auch für Skating geeignet. Wer hingegen wie die Spitzenathletinnen und -athleten trainieren möchte: Das Tiroler Gail- und Lesachtal mit seinem internationalen [Langlauf- und Biathlonzentrum im Bergdorf Obertilliach](#) ist dank der Höhenlage, Infrastruktur und Beleuchtung bis 19 Uhr auch für Langlaufprofis, Kader- und Talentschmieden interessant.

### Pressekontakt

AHM Kommunikation [www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de)

Ariane Husung +49 8807 21490-16 [ariane.husung@hermann-meier.de](mailto:ariane.husung@hermann-meier.de)

Lisa Mang +49 8807 21490-12 [lisa.mang@hermann-meier.de](mailto:lisa.mang@hermann-meier.de)



AGENTUR FÜR  
KOMMUNIKATION

**Bildmaterial sowie weitere Informationen unter**  
[www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de) / Kunden / Osttirol



## Nächte voller Möglichkeiten



Über 30 Naturrodelbahnen gibt es in Osttirol/Österreich – neun davon, mit insgesamt über 15 Kilometer, sind abends beleuchtet und laden zum stimmungsvollen Nachrodeln ein. © TVB Osttirol/Helmut Bachlechner

Die Abgeschiedenheit der Täler, die weiten Flächen des Nationalparks Hohe Tauern und die bewahrte Ursprünglichkeit der Landschaft schaffen beste Bedingungen für sportliche Aktivitäten im Sternenlicht. Besonders beliebt ist das [Nachrodeln](#) auf den zahlreichen Naturbahnen der Region. Mit Stirnlampe oder unter Flutlicht sausen sie talwärts, oftmals samt gemütlicher Einkehr im Gasthaus als Auftakt oder Ausklang. So auch am Fuße des Rauchkofels auf der Naturrodelbahn Lienzer Dolomiten in Leisach (1,1 km) mit insgesamt sieben Kehren, auf der Alpe Stalle in St. Jakob (1,8 km) im Defereggental, wo sich ein Abstecher bei Hüttenwirt Bruno auf 1.714 Metern Höhe lohnt oder auf der Strecke Winkeltal/Tilliachalm in Außervillgraten, die sogar mit dem Tiroler Naturrodelbahn Gütesiegel zertifiziert ist. Ein sportlicheres Tempo bietet das Flutlichtskifahren in Kartitsch und Virgen, wo bestens präparierte Pisten ein bzw. zweimal pro Woche bis in die Abendstunden für Schwünge im Scheinwerferlicht geöffnet sind. Ruhiger, aber nicht weniger stimmungsvoll zeigt sich die Fackelwanderung rund um den zugefrorenen Tristacher See: Im warmen Licht der Flamme spiegelt sich der Winterhimmel auf der Eisfläche, während die umliegenden Lärchen und Fichten in der Dunkelheit verschwimmen.

**Über Osttirol.** „Osttirol ist natürlich anders. Natürlich, im Sinne von Natur“ – so lautet das Credo der Urlaubsregion südlich des Alpenhauptkamms. Zwischen dem Nationalpark Hohe Tauern, den Lienzer Dolomiten und dem Karnischen Grenzkamm gelegen, zeichnet sie sich besonders durch ihre Ursprünglichkeit, Echtheit und gelebte Tradition aus. Mit insgesamt 265 Dreitausendern und dem Großglockner, höchster Gipfel Österreichs, nennt sich Osttirol zu Recht „das Bergtirol“. Naturliebhaber finden dort unberührte Landschaft und jede Menge Freiraum. Aktive schätzen die idealen Bedingungen für Outdoor-Sport, in Bergsteiger- und Kletterkreisen genießt Osttirol längst Kultstatus. Genussurlauber schätzen den südlichen Teil Österreichs besonders für seine kulinarische Vielfalt mit bodenständiger

### Pressekontakt

AHM Kommunikation [www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de)

Ariane Husung +49 8807 21490-16 [ariane.husung@hermann-meier.de](mailto:ariane.husung@hermann-meier.de)

Lisa Mang +49 8807 21490-12 [lisa.mang@hermann-meier.de](mailto:lisa.mang@hermann-meier.de)



AGENTUR FÜR  
KOMMUNIKATION

**Bildmaterial sowie weitere Informationen unter**  
[www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de) / Kunden / Osttirol



*Kochkunst auf höchstem Niveau: von urigen Jausenstationen bis hin zu raffinierten Hauben-Restaurants. Außerdem spielen bäuerliche Traditionen eine besondere Rolle: Jahrhundertealte Rituale, unverfälschtes Handwerk und eine sanft gewachsene, ehrliche Brauchtumskultur prägen das Leben der Menschen in Osttirol – einst wie heute.*

Pressekontakt

AHM Kommunikation [www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de)

Ariane Husung +49 8807 21490-16 [ariane.husung@hermann-meier.de](mailto:ariane.husung@hermann-meier.de)

Lisa Mang +49 8807 21490-12 [lisa.mang@hermann-meier.de](mailto:lisa.mang@hermann-meier.de)



AGENTUR FÜR  
KOMMUNIKATION

**Bildmaterial sowie weitere Informationen unter**  
[www.ahm-agentur.de](http://www.ahm-agentur.de) / Kunden / Osttirol

