



GRÜNER

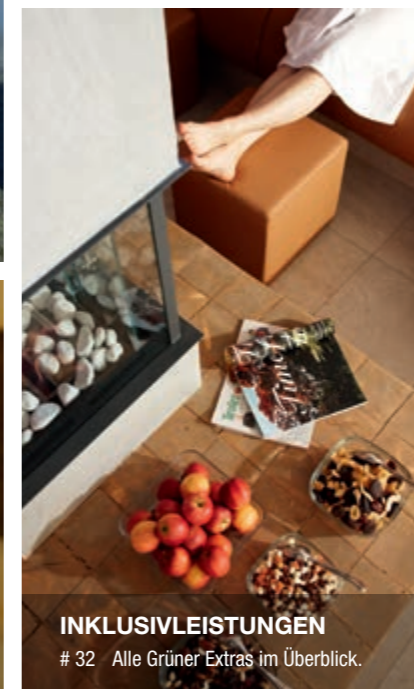
03.2019

# Alpengasthof . Sölden

Impressum: Alpengasthof Grüner, Konzeption und Gestaltung: www.tourismusmarketing.com, Fotos: Moritz Heilmann, © Adobe Stock, © Ötztal Tourismus, © AREA 47, Änderungen Irrtümer, Satz- und Druckfehler vorbehalten. Alle Angaben Stand November 2018.

# Urlaubsberge.

Sommerferien oder Winterurlaub? Das ist im Ötztal keine Frage, denn hier finden große und kleine Bergfreunde zu jeder Jahreszeit genau das Richtige. Mittendrin im Bike-, Wander- und Skiparadies: der Alpengasthof Grüner, das Basecamp für Aktivurlauber und Familien.



## INHALT

<b>007 ELEMENTS.</b> Alles über die James Bond Kinoinstallation in Sölden.	<b>8</b>	<b>Kraftplätze. Orte zum Abtauchen.</b> Wo man im Ötztal so richtig auftanken kann.	<b>22</b>
<b>Der Ötztal Superskipass.</b> Der Skipass für alle Skigebiete im Ötztal und somit für Einsteiger, Genießer und Profis gleichermaßen!	<b>10</b>	<b>Spiele für unterwegs.</b> Autospiele für Ihre Reise nach Sölden mit Kindern.	<b>24</b>
<b>Skiurlaub. Das muss mit.</b> Damit das Packen für den Skiurlaub zum Kinderspiel wird.	<b>11</b>	<b>WIDIs Lieblingsplätze.</b> Kids aufgepasst – WIDI verrät seine Lieblingsspots!	<b>25</b>
<b>Sölden im Winter.</b> Die Winter-Highlights und Top Events im Überblick!	<b>12</b>	<b>Mehr Spaß. Mehr Abwechslung.</b> Die Ötztal Premium Card für mehr Action in Ihrem Ötztal-Urlaub.	<b>26</b>
<b>Feine Bräuche. Palmplatten und Osterzopf.</b> Die Ostertage im Ötztal.	<b>14</b>	<b>Orte zum Träumen &amp; Verlieben.</b> So romantisch kann das Ötztal sein!	<b>28</b>
<b>Klettersteige und Klettergärten.</b> Ötztaler Klettergebiete für Anfänger und Profis.	<b>15</b>	<b>Urgewalten aus Eis und Schnee.</b> Auf der Spur des Naturphänomens Gletscher.	<b>30</b>
<b>Neues aus der Bike Republic Sölden.</b> Zwischen Singletrails und E-Bike Vergnügen.	<b>18</b>	<b>Grüners Inklusivleistungen &amp; Preise 2018/19</b> Preise für die Winter- und Sommersaison 2018/2019.	<b>32</b>
<b>Die 7 größten Fehler beim Bergwandern.</b> Diese Tipps sollten Sie beim Wandern beachten!	<b>20</b>	<b>Am Genusstisch.</b> Marco Gstrein & Roland Fiegl über den „Genusstisch“.	<b>34</b>

## Liebe Freunde, liebe Gäste,

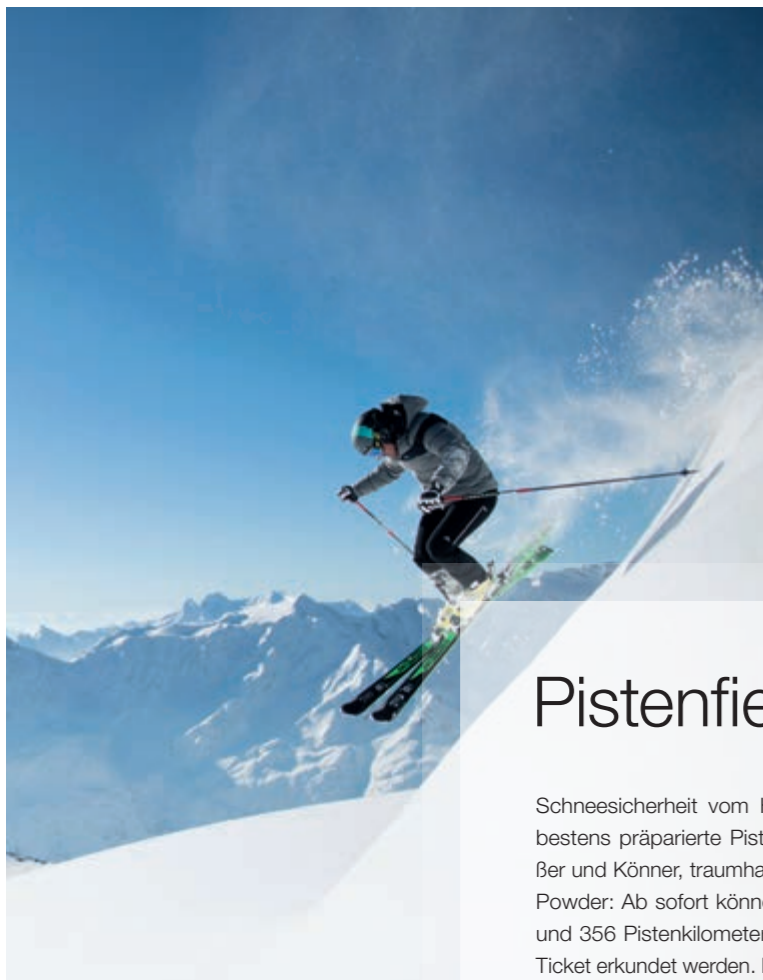
kaum zu glauben, das Grüner-Magazin geht schon in die dritte Runde. In dieser Ausgabe stellen wir Ihnen die Urlaubsregion Tiroler Ötztal und unseren Alpengasthof wieder in ihrer ganzen Vielfalt vor. Natürlich gibt es auch dieses Mal viel Neues: Die Legende James Bond hat am Gaislachkogel ein spektakuläres Zuhause gefunden und nicht nur Superagenten entdecken ab dem Saisonstart 2018 mit dem Ötztaler Superskipass gleich mehrere Skigebiete. Erfahren Sie, was es mit Grüners Genusstisch auf sich hat, welche Attraktionen die Bike Republic Sölden zu bieten hat und noch vieles mehr. Viel Vergnügen beim Lesen!

Herzlichst, Ihre Gastgeberfamilie Grüner



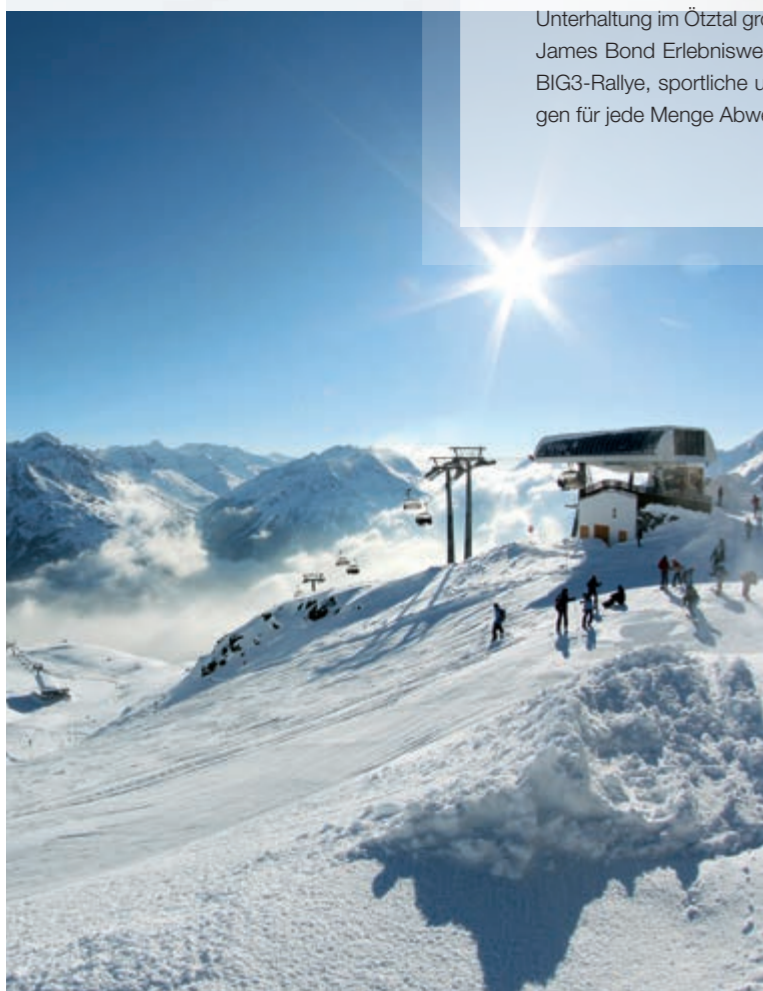
### DIE DRITTE AUSGABE

**Freuen Sie sich auch dieses Jahr auf interessante Einblicke ins Ötztal und den Alpengasthof Grüner.**



## Pistenfieber.

Schneesicherheit vom Herbst bis ins Frühjahr, bestens präparierte Pisten für Anfänger, Genießer und Könnler, traumhafte Abfahrten in feinstem Powder: Ab sofort können alle sechs Skigebiete und 356 Pistenkilometer mit nur einem einzigen Ticket erkundet werden. Neben dem Skispaß wird Unterhaltung im Ötztal groß geschrieben: Die neue James Bond Erlebniswelt „007 ELEMENTS“, die BIG3-Rallye, sportliche und kulturelle Events sorgen für jede Menge Abwechslung.



## Prosit 2019.

Ein neues Jahr, ein neuer Anfang: Im Wechsel der Jahreszeiten erleben wir die großartige Natur und Schönheit der Berge, die wir gerne mit Ihnen, unseren lieben Gästen, teilen.

An dieser Stelle sagen wir von Herzen danke für Ihren Besuch und wünschen Ihnen einen guten Start in ein gesundes, fröhliches Jahr 2019.

Ihre Familie Grüner



Zwei der Hauptausstellungsräume bieten sensationelle Ausblicke auf Tirols Berge.



© Bergbahnen Sölden . Foto Kristopher Grunert

007 ELEMENTS ist eine absolute Weltneuheit. Eine cineastische Installation, in der sich alles um die Welt von James Bond dreht.

# 007 ELEMENTS. Die James Bond Installation.



© Bergbahnen Sölden . Foto Kristopher Grunert

Im Tech Lab können einige der neuesten Technologien der Bond-Filme erforscht werden.

Eine absolute Weltneuheit in Sölden: eine cineastische Installation, in der sich alles rund um die Welt von James Bond dreht. Im Inneren des Gaislachkogls platziert, begleitet die Installation den Besucher auf eine Reise quer durch interaktive Hightech-Galerien, in denen sich die klassischen Elemente eines James Bond-Films erleben lassen.

### Spektakulär

Mit viel Engagement und Fleiß gelang es den Initiatoren, die global erste Erlebniswelt zum Thema Bond zu realisieren. Die Installation befindet sich auf zwei Etagen und ist mit über 1.300 m<sup>2</sup> ein cineastischer Gipfelmoment für alle Film-Enthusiasten. Insgesamt warten neun Hallen und Kammern sowie die große „Freiluft-Plaza“ darauf, entdeckt zu werden.

### Eindrucksvoll

Allein die Fahrt ist eine Reise wert: Mit einer der modernsten Seilbahnen der Welt geht es hoch hinaus. Gondelfahrt und Umgebungskulisse bilden den ersten Akt, der dem Intro eines jeden 007-Abenteuers würdig ist.

Das 007 ELEMENTS ist inmitten der Öztaler Alpen platziert, wo die Fernsicht an schönen Tagen bis zur Zugspitze und zu den Dolomiten reicht. Danach geht es mit einem weiteren grandiosen Aussichtspunkt auf der „Plaza“ weiter, bevor dann die nächsten Schritte in die Lobby führen. Neben vielen Insider-Infos erfährt man hier, warum die Wahl des Standorts auf Sölden fiel.

### Mitreibend

Es folgen ein mitreibendes Spiegelkabinett mit allen Bond-Darstellern, Interaktionsplattformen und computergenerierte Trickkisten mit vielen Special Effects. In der „Action Hall“ wartet mit dem gecrashten Flugvehikel ein überdimensionales Must-See. Die Installation endet schließlich in der „Legacy-Hall“, wo alle großen Momente aus der Bond-Geschichte gebündelt werden. Als Bond-Fan verlässt man das 007 ELEMENTS mit bleibenden Eindrücken. Den idealen Abspann bekommt man im ice Q bei Martini oder Espresso serviert. Mehr Infos gibt's auf der Website: [007elements.soelden.com](http://007elements.soelden.com)



SPECTRE © 2015 Danjaq, LLC, Metro-Goldwyn-Mayer Studios Inc., Columbia Pictures, Inc.

### Die Architektur in der Höhe

Mit dem futuristischen Bau der Gaislachkoglbahn und des ice Q Restaurants beeindruckte Johann Obermoser die Verantwortlichen der Bergbahnen Sölden schon vor Jahren. Daher gab es beim Bauvorhaben der cineastischen Erlebniswelt keine Zweifel, dass Obermoser auch dieses Projekt umsetzen sollte. Mit dem 007 ELEMENTS gelang ihm ein absolutes Meisterstück.

### Die kreativen Köpfe dahinter

„Man kann sich hier lebhaft vorstellen, dass jederzeit ein klassischer Schurke wie Blofeld oder James Bond höchstpersönlich um die Ecke biegt“, so Neal Callow, der Art Director der Installation.

Neben den Arbeiten für die Bond-Filme sowie für den Film „Charlie und die Schokoladenfabrik“ war Callow nun auch für die Gestaltung von 007 ELEMENTS tätig. Design-Kopf neben dem Briten war der Deutsche Tino Schaedler, welcher für das Inszenierungskonzept verantwortlich war.

### 007 ELEMENTS erleben

Inszeniert wie ein typisches Bond-Geheimversteck. 007 ELEMENTS führt tief hinein in den Gaislachkogel und die Welt des Agenten. Der Besuch ist ein Erlebnis!

### Öffnungszeiten Winter 2018-2019

26. Oktober 2018 bis 01. Mai 2019  
Eintritt täglich von 09.00 bis 15.30 Uhr

### Öffnungszeiten Sommer 2019

07. Juni 2019 bis 29. September 2019  
Eintritt täglich von 09.00 bis 15.30 Uhr

## Grüners 007 ELEMENTS 2 Nächte

Erleben Sie neben einem schönen Tag auf der Skipiste eine absolute Weltneuheit: das 007 ELEMENTS – eine James Bond Kinoinstallation auf über 3.000 m über dem Meeresspiegel im Inneren des Gaislachkogls.

### Buchbar bis 23.04.2019

- > 2 Übernachtungen
- > 1 Eintrittskarte ins 007 ELEMENTS
- > 1 Berg- und Talfahrt zur Installation
- > Grüners VerwöhnPension
- > Entspannung im AlpenSpa
- > AlpinTreff: Gemütlicher Treffpunkt mit Skiverleih, etc.
- > Grüner StartKlar – für 2 Tage mehr Urlaub

**Preis pro Person**  
ab € 290,- bis € 450,-



© Bergbahnen Sölden . Foto Kristopher Grunert



© Bergbahnen Sölden . Foto Kristopher Grunert



## Ihr Skipass für alle Skigebiete im Ötztal Neu! Der Ötztal Superskipass.



Da haben sich nun alle gefunden, die wirklich zusammengehören: die Skigebiete im Ötztal, vereint in einem Skipass. Ab der Wintersaison 2018/19 stehen mit dem neuen Ötztal Superskipass nun 356 Pistenkilometer, 90 Liftanlagen und sechs Skigebiete auf dem Wintersportprogramm. Und das ist noch lange nicht alles.

### Pistenmenü nach Ihrem Geschmack

Der Skipass ist in den Skigebieten Sölden, Obergurgl-Hochgurgl, Hochoetz-Kühtai, Niederthai, Gries und Vent gültig. Ab dem Erwerb eines 3-Tages-Skipasses heißt es: freie Fahrt auf den gesamten Pisten des Tales. Zwischen weitläufigen Abfahrten, modernen Liftanlagen, Freeridepisten und Hüttengaudi findet nun jeder Schneesportler, was er sich wünscht.

### Vent, Hochoetz-Kühtai, Niederthai und Gries

Im Skigebiet Vent verbringt man den Tag ganz ohne Wartezeiten am Lift und auf perfekt präparierten Pisten. Und die kleinsten Wintersportler sowie Familien kommen in den drei Skigebieten Hochoetz-Kühtai, Niederthai und Gries voll auf ihre Kosten.



### Die geballte Kraft des Ötztals

Das solide Fundament des Superskipasses bilden die zwei bekannten Winterdestinationen Sölden und Obergurgl-Hochgurgl. Die beiden Gletscherskigebiete ermöglichen Skivergnügen bis auf 3.340 m Seehöhe. Das Gebiet Obergurgl-Hochgurgl erfreut besonders die Freerider, außerdem geben die großzügigen Pisten und sagenhaften Panoramen jedem Skifahrer das Gefühl von Raum und Freiheit.

Saisonzeiten	Hauptsaison	Vor- und Zwischensaison	Alle Saisonzeiten		
			Kinder*	Jugend*	Senioren*
	22.12.18 - 11.01.19 26.01.19 - 28.04.19	15.11.18 - 21.12.18 12.01.19 - 25.01.19	15.11.18 - 28.04.19		
Tage	Erwachsene	Erwachsene	Kinder*	Jugend*	Senioren*
3-Tageskarte	158,50	147,50	87,00	127,00	135,00
4-Tageskarte	207,00	189,50	114,00	165,50	176,00
6-Tageskarte	293,50	264,50	161,50	235,00	249,50

\* Altersgrenzen: Kinder: 2004 - 2010, Jugend: 1999 - 2003, Senioren: ab Jahrgang 1954 und älter, Snowkids: 2011 - 2014 - € 2,00 pro Tag

## Zeit zum Kofferpacken. Die besten Tipps für Ihren Skiurlaub. Das muss mit.

**Sommerurlaub, das kann jeder. Kleine Tasche, Badehose, T-Shirt, Sonnencreme und Flip-Flops. Der Koffer für den Skiurlaub ist dagegen etwas umfangreicher. Mit unseren Tipps wird der Aufwand selbst für eine Familie überschaubar.**

### Unsere Tipps für Ihre Packliste.

- › Funktionsunterwäsche (leicht und warm ist Merinowolle)
- › Fleecejacke und/oder Fleecepullover
- › Skihandschuhe und warme Handschuhe
- › Warme Mütze und Sturmhaube, die unter dem Skihelm getragen wird
- › Fleece Schal, nicht zu lang
- › Ski-Funktionssocken, die am Skischuhrand nicht drücken
- › Skibrille, die rundum dicht abschließt und Sonnenbrille
- › Knöchelhohe Winterschuhe mit Profil oder feste Winterstiefel
- › Skibekleidung: Anorak, Schneehose je nach Sportart

### Tipp 1 – Skiausrüstung und Skibekleidung

Für einen Skiurlaub in Sölden müssen Sie weder Skier noch Stöcke oder Schuhe ins Auto stapeln. Das gesamte Skiequipment kann im Alpengasthof Grüner geliehen werden. Wer Mütze, Handschuhe oder Skibrille zu Hause vergessen hat, kann sich in Grüners AlpinTreff eindecken.

Welche Bekleidung sollten Sie aber unbedingt in den Skiurlaub mitnehmen?

Das Allerwichtigste ist, dass alle Kleidungsstücke atmungsaktiv sind. Bleibt Schweiß in der Kleidung, können tiefe Temperaturen und kalter Wind für Verkühlungen, Muskelschmerzen oder gar Zerrungen führen.

### Tipp 2 – Apotheke für den Skiurlaub

Ins Gepäck sollten Hautschutzpflaster und Anti-Blasen-Pflaster zum Schutz empfindlicher Stellen am Fuß. Packen Sie außerdem ausreichend Taschentücher ein, der Wind am Berg lässt die Nase gerne laufen.

## Grüners WINTERTRAUM 7 Nächte

Genießen Sie herrliche Wintertage in Sölden direkt an der Piste. Nach dem Skifahren geht es gemütlich weiter im AlpenSpa.

### Buchbar bis 14.04.2019

- › 7 Übernachtungen
- › Grüners VerwöhnPension
- › Entspannung im AlpenSpa
- › AlpinTreff: Gemütlicher Treffpunkt mit Skiverleih, etc.
- › Grüner StartKlar – für 2 Tage mehr Urlaub

### Preis pro Person

ab € 875,- bis € 1.400,-



### Tipp 3 – Körperpflege-Utensilien

Neben dem üblichen Inhalt Ihres Pflageäschchens sollten Sie Fettcreme/Vaseline gegen Wind und Wetter, einen Lippenpflegestift sowie reichhaltige Pflege- und Sonnencreme mit hohem Schutzfaktor einpacken.

### Tipp 4 – Bargeld und Kreditkarten

In den meisten Geschäften, Restaurants und Berggasthöfen können Sie mit EC-Karte bezahlen, Kreditkarten sind nicht überall willkommen. Denken Sie aber trotzdem daran, etwas Bargeld mitzunehmen!

### Tipp 5 – Papiere und Ausweise

Denken Sie an Ihren Personalausweis und die Krankenversicherungskarte! Vergessen Sie nicht die Vignette für die österreichischen Autobahnen und ggf. Studenten- oder Schülerausweise, um Rabatte abzuschaffen.

### Tipp 6 – Dies & das für den Skiurlaub

Praktisch für den Skiurlaub: Handwärmer, Helmkamera und Smartphone mit Ladekabel, Protoktoren und Ohrstöpsel gegen schnarchende Mitreisende.

### Tipp 7 – Nützliches für die Reise

Ab und zu gerät man auf dem Weg in den Skiurlaub in einen Stau. Packen Sie Decken, Nackenkissen, Snacks und Getränke ein! Haben Sie Hörbücher und Spiele dabei, wird auch den Kleinen die Zeit nicht lang.

**TOP-EVENTS**

26.12.2018 – 20.03.2019

**Night Ski Show mit Nachtskillauf**

04.04. – 05.04.2019

**Electric Mountain Festival 2019**

12.04.2019

**Hannibal Gletscherschauspiel**

22.04. – 27.04.2019

**The Audi Nines**

27.04. – 28.04.2019

**Winterfinale 2019**



# Söldens Superlative.

Highlights zwischen Piste und Eventarena.

**Für alle, die auf Skiern und Board nicht einfach nur abwärts fahren wollen: Spaß und sportliche Herausforderungen abseits der Skipisten. Sölden gibt den Takt vor. Spielen Sie einfach mit.**

Es ist nie zu spät, um sich einer neuen sportlichen Herausforderung zu stellen. Anfänger und Könnler finden in Sölden jede Menge Gelegenheit, Ski und Board auf ganz neue Art zu entdecken.



**ELECTRIC MOUNTAIN FESTIVAL**

Hochkarätige DJs und ausgelassene Partys in der Top-Location am Giggijoch in Sölden. Das Electric Mountain Festival begeistert jedes Jahr Freunde der Elektromusik.

**BIG3-Rallye**

Söldens Ski- und Snowboardabenteuer der Extraklasse mit drei Dreitausendern, sensationellen 50 Pistenkilometern und spektakulären Aussichtsplattformen. Entdecken Sie die Schwarze Schneid, den Tiefenbach- und den Gaislachkogel innerhalb von vier Stunden.

**Adrenalin Cup**

Spaß und Action in 9 abwechslungsreichen Disziplinen, den ganzen Winter lang: Einfach mit der Skipassnummer registrieren, Lieblingssportarten auswählen und Ergebnisse eintragen. Am Ende jeden Monats bzw. der Wintersaison werden die gesammelten Punkte gegen Preise eingetauscht.

**AREA47 Snowpark**

Das Giggijoch ist Söldens Hotspot für Snowboarder und Freestyler. Die Spielwiese für Anfänger und geübte Rider ist ganze 744 Meter lang und 6 Hektar groß. Für Spaß ist mit Beginner-, Medium- und Pro-Elementen, Kickern, Rails, Boxen, Wallrides und anderen Obstacles gesorgt. Die 680 Meter lange Funslope ist die Gaudi-Alternative zur präparierten Abfahrt.

**Freeriden**

70 Kilometer Off-Piste-Varianten und ein grandioses Backcountry, das mit Liftunterstützung innerhalb weniger Minuten erreichbar ist. Für Freeride-Fans und alle, die es noch werden wollen.



## Grüners HANNIBAL 3 Nächte

Dieses besondere Gletscherspektakel dürfen Sie sich auf keinen Fall entgehen lassen! Gönnen Sie sich herrliche Skitage in Sölden inkl. Hannibal-Tickets.

**10.04. bis 14.04.2019**

- › 3 Übernachtungen
- › Eintrittskarte zum Hannibal-Event am 12.04.2019 inklusive Shuttlebus von Sölden zum Gletscher
- › Grüners VerwöhnPension
- › Entspannung im AlpenSpa
- › AlpinTreff: Gemütlicher Treffpunkt mit Skiverleih, etc.
- › Grüner StartKlar – für 2 Tage mehr Urlaub

**Preis pro Person ab € 515,- bis € 575,-**



Die weltbesten Ski- & Snowboard-Freestyler geben sich bei Audi Nines ein Stelldichein!

**HANNIBAL 2019**

Als eine der größten Live-Performances der Welt präsentiert sich das spektakuläre Gletscherschauspiel Hannibal auch in diesem Winter wieder am Rettenbachferner.

## Grüners 4=3 SAISONENDE

Frühlingskifahren der Extraklasse in Sölden! Feinster Firnschnee und herrliche Stunden auf der Sonnenterrasse genießen: So kann man den Winter fantastisch beenden und sich schon ideal auf die wärmeren Temperaturen einstellen.

**31.03. bis 18.04.2019**

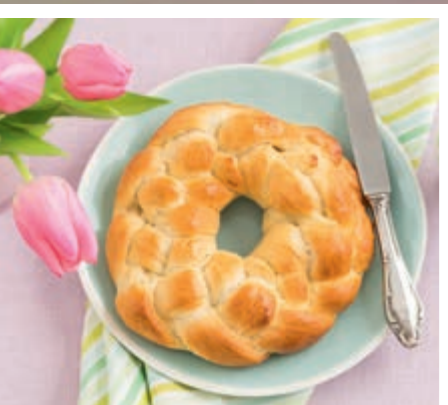
- › 4 Nächte zum Preis von 3
- › Grüners VerwöhnPension
- › Entspannung im AlpenSpa
- › AlpinTreff: Gemütlicher Treffpunkt mit Skiverleih, etc.
- › Grüner StartKlar – für 2 Tage mehr Urlaub

**Preis pro Person ab € 465,- bis € 525,-**

# Feine Bräuche. Palmlatten und Osterzopf.

Oben auf den Bergen liegt noch viel Schnee, bis weit in den April hinein ziehen hier Sonnenskiläufer ihre Spuren. Unten im Tal hat sich der Frühling längst durchgesetzt. Auf grünen Wiesen blühen bunte Blumen und die Menschen bereiten sich auf das erste große Fest im Jahr vor: Ostern steht vor der Tür!

Nach einem langen, schneereichen und dunklen Winter kehrt mit der Frühlingssonne das Leben zurück. Überall drängt und sprießt es aus der Erde, die Knospen an den Bäumen sind zum Platzen prall, die ersten Lämmer werden geboren. Auferstehung liegt in der Luft – und das ist es, was Christen zu Ostern feiern. Der Sieg des



In Tirol wird das Traditionsgebäck Osterstriezel als rund geflochtenes Ostermest angeboten.

## OSTERMÄRKTE

Traditionellerweise war früher nach dem Winter wieder Marktzeit. Die Händler konnten die schneefreien Straßen erneut befahren und Waren fanden ihren Weg in die abgelegenen Tiroler Bergdörfer.

- › **Ostermarkt Innsbruck**  
11. bis 23.04.2019, 11.00 bis 19.00 Uhr
- › **Ostermarkt Hall in Tirol**  
12. und 13.04.2019, 09.00 bis 17.00 Uhr
- › **Ostermarkt Kufstein**  
19. und 20.04.2019, ab 10.00 Uhr

Lebens über den kalten, starren Tod ist allgegenwärtig. So verwundert es nicht, dass das Osterfest das prächtigste und fröhlichste Kirchenfest im Jahreskreis ist.

Die österliche Festwoche beginnt mit dem Palmsonntag, der an den Einzug Jesu in Jerusalem erinnert. Mancherorts wird auch heute noch ein aus Holz geschnitzter Esel mit einer Christusfigur in der Palmprozession mitgeführt.

Die Palmsonntagsprozessionen im Ötztal sind bunt, laut und lustig. Kinder tragen mit Bändern und Brezen geschmückte Palmbuschen und die Burschen sind stolz auf ihre aufwändig geschmückten Palmlatten, bis zu 35 Meter lange und 300 Kilogramm schwere Prangstangen, deren Aufrichtung vor der Kirche einiges an Kraft und Geschicklichkeit erfordert. Und zu alledem spielt die Musik!

### EI, EI ... GRÜNER WIRDS NICHT.

In Sölden ist zu Ostern noch bestes Skifahrwetter:  
Nützen Sie die Osterfeiertage für einen abwechslungsreichen Sonnenskiurlaub im Alpengasthof Grüner.



# Fester Halt. Klettersteige und Klettergärten.



**Im Ötztal liegen traumhafte Klettergebiete und Klettersteige so nahe zusammen, wie in kaum einem anderen Tal. Ob Familien mit Kindern oder erfahrene Sportkletterer, im Ötztal kommt gewiss jeder auf seine Kosten.**

### Die Destination für Kletterfans

Ideale Voraussetzungen für das Klettern bieten die Granitwände, die sich quer durch das Ötztal ziehen. Besonders für Sportkletterer gehört das Ötztal inzwischen zu einem der Top-Gebiete in Österreich. Mittlerweile gibt es für alle Kletterarten ein riesiges Angebot: 750 Sportkletterrouten in insgesamt 20 Sportklettergärten, circa 40 Mehrseillängentouren, 7 Klettersteige, 39 Eisklettertouren im Winter, 4 Familienklettergärten sowie eine Kletterhalle.



### Safety first: die richtige Ausrüstung

Beim Klettern ist vor allem die Grundausrüstung sowie der richtige Umgang mit Material, Sicherung und Risiken des Klettersports von allergrößter Wichtigkeit. Zu der Grundausrüstung eines jeden Kletterers gehören die richtigen Kletterschuhe, Sicherungsgerät und der Klettergurt. Zur weiteren Ausstattung zählen Expressen, Karabiner, ein Seil mit einer Mindestseillänge von 50 m, Helm und Magnesiumbeutel. Für die komplette Klettersteigausrüstung sind Klettersteigset, Klettergurt, Klettersteighelm, Klettersteighandschuhe und das passende Schuhwerk erforderlich.

### Herausforderungen in Naturkulisse

Eine besondere Attraktion für Jung und Alt, Anfänger und Profis: Mit der notwendigen Ausrüstung kann man sich an die senkrechten Felswände wagen. Entlang eines Drahtseiles geht es gut gesichert nach oben. Bei allen Klettersteigen gibt es verschiedene Schwierigkeitsgrade und so manche Stellen erfordern Mut und Geschicklichkeit. Wir haben uns vier der sieben Klettersteige im Ötztal genauer angeschaut.



### Klettersteig Lehner Wasserfall

Der Klettersteig mit reizvoller Umgebung liegt im mittleren bis schweren Schwierigkeitsbereich und verlangt Trittsicherheit, Kraft und Erfahrung.

### Klettersteig Stuibenfall

Der mittelschwere Klettersteig führt durch die faszinierende Kulisse des Stuibenfalls. Für Kids und Anfänger gibt's eine leichte Variante.

### Klettersteig Moosalm

Dieser Klettersteig ist ideal für Einsteiger geeignet. Er ist teils mit Leitern versehen und schön in das blockige Urgestein geschlagen.

### Klettersteig Reinhard Schiestl

Der Klettersteig ist einer der schwierigsten im Ötztal. Er führt über eine senkrechte Wand mit über 200 m und belohnt am Ausstieg mit einem unvergesslichen Weitblick.





# #sommerseensucht.

Wenn der Wunsch, von morgens bis abends draußen zu sein, übermächtig wird, dann ist es Zeit für einen Sommerurlaub im Ötztal. Zwischen Berggipfeln und Seen. Auf Bike-Trails und Wanderwegen. In Almhütten und Grüners AlpenPark mit Naturbadeteich.



# Neues aus der Bike Republic Sölden.



## #HARBELINE

2,2 km lange Line oberhalb der Waldgrenze, von der Bergstation Giggijochbahn bis hinab nach Hochsölden.



## #LETTNLINE

1,5 km lange Line bis zur Talstation von der Giggijochbahn, durch Wald und Wiese mit vielen verspielten Elementen.



## BIKEN UNLIMITED bis 16.09.2019



Sölden, Biken, Alpengasthof Grüner – das passt perfekt zusammen!

Übernachtung inklusive

- › Verwöhn Pension mit Frühstücksbuffet, Nachmittagskuchen und 5-Gänge-Abendmenü
- › Ötztal Premium Card
- › 1 Tag „Biken Unlimited“-Karte: Unlimitierte Nutzung der Sommerbergbahnen mit dem Rad/Mountainbike/Downhillbike
- › Benutzung des AlpenSpa
- › Teilnahme an Outdoor-Aktivitäten
- › Bike-Garage
- › Werkbank mit Montageständer, Werkzeug, Kompressor
- › Wäsche- & Trockner-Service für Sportbekleidung
- › Bikewasch-Hochdruckreinigungsanlage und sanfte Dusche für die Reinigung des Bikes
- › Bike-Proviant: Riegel, Äpfel, Drinks
- › Bike-Tourenkarte

Preis pro Person von € 100,- bis € 150,-



## E-Biken im Ötztal.

### Eldorado für E-Biker

Zahlreiche Sporthändler im Ötztal bieten E-Bikes und E-Mountainbikes zum Ausleihen an und von Oetz bis Hochgurgl finden sich ausreichend Ladestationen.

Das Netz an E-Bike-Touren ist dicht geknüpft und das umfangreiche Online-Tourenportal bietet exklusiven Sportservice. Premium-Partner für Gäste im Alpengasthof Grüner ist die Sporthütte Fiegl. Für Grüner-Gäste gibt's dort die Bikemiete zum Spartarif.

### Geführte E-Bike-Touren

Allein in Sölden bieten drei Bikeschulen geführte Touren an. Der Vorteil einer geführten E-Bike-Tour ist rasch erklärt: Der „Bike-Fahrlehrer“ überprüft nicht nur die Sitzposition, sondern er hilft auch dabei, Kurven- und Bremstechnik zu verbessern und gibt Tipps, wie selbst schwierige Spitzkehren und Herausforderungen im Gelände bestmöglich gemeistert werden können.

### GRÜNERS TIPP

Die mittelschwere E-Bike-Runde vom Alpengasthof Grüner Richtung Gaislachalm und über die Rettenbachalm und Hochsölden retour.

Das Ötztal ist eine der bekanntesten Raddestinationen in den Alpen. Klassiker wie der Ötztaler Radmarathon locken seit Jahren Radfans an. Außerdem gilt Sölden mit seinen zahlreichen Möglichkeiten als absoluter Singletrail-Geheimtipp.

## #OLLWEITELINE

Längste Line mit 7 km von der Bergstation der Langeggbahn bis zur Hühnersteign (anspruchsvoll).

## Aktiv & Outdoor

Mit der Langeggbahn nimmt neben der Gaislachkogel- und der Giggijochbahn in Sölden die dritte Anlage den Sommerbetrieb auf und bedient dabei gleich zwei neue Lines. 30 km neu geshappte Herausforderungen für jeden Geschmack: die Bike Republic in Sölden hat auch diesen Sommer wieder einige Neuigkeiten parat.

## Für jeden Geschmack

Dominik Linser konzipiert die Lines der Bike Republic. Seine Zielführung beschreibt er ganz genau: „Nicht nur Szenebiker sollen sich auf den Abfahrten zu Hause fühlen, sondern auch Eltern und Kinder auf demselben Trail“. Das Angebot passt für jeden Geschmack: meterhohe Anlieger, ausgesetzte

Stellen und mit Steinen verblockte Abfahrten oder Wurzelteppiche, die geübte Technik abverlangen.

## Bikeschaukel Hin & Heä

Die Bike Republic Sölden wird mit der Inbetriebnahme der neuen 6er-Sessel-Langeggbahn endgültig zur einzigartigen Bikeschaukel.

Dadurch sind die verschiedenen Lines und Trails am Gaislachkogel leicht von der Giggijochseite erreichbar. Mit dem neuen Facettenreichtum der verschiedenen Trails spricht die Region nicht nur abfahrtsorientierte Mountainbiker jeder Fassung an, sondern auch das Core-Publikum der Downhiller sowie alle Enduristen.

# AUFGEPASST: Die 7 größten

# Fehler beim Bergwandern.



**WANDER-TIPPS  
VON PETER GRÜNER:**

**Peter Grüner kennt  
Wanderwege und Wetter  
im Ötztal wie seine  
Westentasche und hilft  
Ihnen bei der Planung  
Ihrer Touren.**

Eine Bergwanderung oder Gipfeltour ist etwas anderes als ein gemütlicher Spaziergang im Park: Die richtige Vorbereitung und ein paar gute Tipps gehören unbedingt mit in den Rucksack. Wir haben die 7 häufigsten Fehler ausgemacht, die Ihnen das Wandern im Ötztal so richtig vermiesen können: Machen Sie's besser!

## 1. Falsche oder schlecht sitzende Bergschuhe tragen

Wenn es beim Wandern etwas richtig Unangenehmes gibt, dann sind das Wasser- oder Blutblasen, die durch Druck und/oder Reibung entstehen. Die lassen sich leicht vermeiden: Cremem Sie zunächst Ihre Füße mit Hirschtalg ein und wählen Sie verstärkte Bergsocken oder Stutzen aus Merinowolle. Dann schlüpfen Sie in Ihre gut eingelaufenen Bergschuhe mit ordentlichem Profil, die bis über die Knöchel reichen sollten.

## 2. Beim Kauf geeigneter Wanderbekleidung sparen

Die Bergwanderung in Jeans und T-Shirt aus Baumwolle ist keine gute Idee. Das mit Schweiß vollgesogene Baumwollgewebe scheuert und kann zu Muskelverspannungen und Erkältung führen. Gönnen Sie sich Wanderbekleidung aus Funktionstextilien, die Sie je nach Temperatur übereinander tragen können. Sind Sie über 3.000 Meter Seehöhe unterwegs, packen Sie Wollfäustlinge und eine Mütze ein.

## 3. Sich selbst und seine Leistungsfähigkeit überschätzen

Selbst wenn Sie regelmäßig Sport treiben, sind die Anforderungen einer ausgedehnten Bergwanderung groß. Durch die dünnere Luft braucht jede Bewegung mehr Energie. Gehen Sie es also lieber langsam an!

## 4. Die Wanderroute nicht sorgfältig planen

Hier gibt es gleich zwei Stolperfallen. Erstens: Verlassen Sie sich niemals allein auf das GPS. Was tun Sie, wenn Sie keinen Empfang haben oder der Akku leer ist? Zweitens: Achten Sie auf die Höhenlinien, beschwerliche Passagen auf Bergkämmen und die Lage des Ziels!

## 5. Die Öffnungszeiten von Hütten nicht checken

Eine hoffentlich bewirtschaftete Alm anzupfeilen, ohne die Öffnungstage und -zeiten zu überprüfen, ist schon grob fahrlässig. Wassermangel und Unterzuckerung sind am Berg echte Gefahren, denn Sie können sich nicht mehr voll konzentrieren und verlieren rasch an Kraft.

## 6. Sich nicht im Hütten- und Gipfelbuch eintragen

Einträge in diese Bücher sind keine Angeberei, sondern ermöglichen im Notfall rasche Hilfe. Was, wenn Sie nicht ins Hotel zurückkehren und niemand weiß, wo Sie geblieben sind? Hütten- und Gipfelbücher liefern wichtige Hinweise darauf, wann und wo Sie zuletzt waren.

## 7. Das tagesaktuelle Wetter nicht beachten

Vor dem Beginn Ihrer Bergwanderung sollten Sie die offizielle Wetterseite im Internet besuchen oder telefonisch Auskunft einholen. Einheimische Gast- und Hüttenwirte sind die zweite Auskunftsquelle, die Sie auch während Ihrer Wanderung nützen können. Passen Sie Ihre Kleidung an das aktuelle Wetter an und führen Sie trotz guter Aus-sichten immer einen Regenschutz mit.

### CHECKLISTE für Bergwanderungen

- ✓ Bergschuhe passend und eingelaufen
- ✓ Socken aus Merinowolle bzw. Bergsocken vorhanden
- ✓ Hirschtalgcreme, Sonnencreme, Lippschutz einpacken
- ✓ Wanderhose, Shirt, Pullover, Jacke aus Funktionstextilien
- ✓ Handschuhe/Fäustlinge und Mütze aus Wolle mitnehmen
- ✓ Fitness mit kurzen Wanderungen checken
- ✓ Wanderstöcke kaufen oder leihen
- ✓ Wanderkarte, Handy mit GPS-Daten und Akku mitführen
- ✓ Route im Detail planen: Höhenmeter beachten
- ✓ Hüttenöffnungszeiten überprüfen
- ✓ Proviant und ausreichend Wasser mitnehmen
- ✓ Einträge in Hütten- und Gipfelbücher nicht vergessen
- ✓ Wetterinformation einholen
- ✓ Regenschutz in den Rucksack packen

## Grüners BERGSOMMER

28.06. bis 15.09.2019

- > Übernachtung inklusive Verwöhn-pension mit Frühstücksbuffet, Nachmittagskuchen und 5-Gänge-Abendmenü
- > AlpenSpa  
Sauna, Dampfbad, Kneippgang ...
- > AlpenPark mit Naturbadeteich am Hotel
- > Ötztal Premium Card



Preis pro Person  
von € 80,- bis € 130,-





# Kraftplätze. Orte zum Abtauchen.

**Spannend. Spektakulär. Sinnlich.**



Die Kraftplätze im Ötztal sind oft Jahrtausende alt oder auch ganz neu. Rund um Längenfeld, an beiden Seiten der Öztaler Ache, befinden sich zehn außergewöhnliche Kraftorte, die unterschiedlicher nicht sein könnten. Sie sind still oder spektakulär, tief verwurzelt oder befinden sich in luftiger Höhe.

### **Besinnlich**

Bei der Errichtung der *Pestkapelle* traten die Öztaler dem Schrecken des Schwarzen Todes mit der heiter-barocken Innenausstattung der Kapelle entgegen: Seit dem 17. Jahrhundert finden Menschen hier Kraft und Trost. Ähnliches erfährt man auf dem *Grieser Besinnungsweg*. Von der Wallfahrtskirche Maria Hilf gelangt man auf den Kreuzweg zur neuen Aussichtsplattform und genießt unverstellte Blicke in den Himmel.

### **Wasserreich**

Kraftvoll oder beruhigend: Wasser spiegelt nicht nur seine Umgebung wider, sondern erzeugt auch ionisierte Luft, die Menschen regeneriert und erfrischt.

Am 80 Meter hohen *Lehner Wasserfall* wird die Energie des Wassers spürbar. Am stillen *Winkelbergsee* mit seinen drei Inseln hingegen kommen Seele und Geist völlig zur Ruhe. Menschen bestehen zu über 70 Prozent aus Wasser, deshalb gehören diese Kraftplätze zweifellos zu den intensivsten.

### **Aussichtsreich**

Sich hoch über den Alltag erheben und die Welt aus der Sicht des kraftvollen Adlers

erleben, das ist auf der Aussichtsplattform *Adlerblick* auf 1.400 Metern Seehöhe möglich. Unter den 180 Zentimeter weit gespannten Schwingen des Königs der Lüfte kann man seine Gedanken auf die Reise schicken. Ein weiterer großartiger Aussichts- und Kraftplatz ist die *Teufelskanzel*. Allerdings muss man heute nicht mehr seine Seele verkaufen, um diesen grandiosen Weitblick zu genießen.

### **Spektakulär**

In Längenfeld wurden auch neue Kraftorte geschaffen: Dazu gehört der *Felsensteig Strelesperre*, von dem aus die Strudel am Rückhaltebecken des Fischbachs von der Wucht des Wassers zeugen. Ein absolut lohnenswertes Ziel ist die *Hängebrücke*, die 220 Meter hoch über dem Talboden schwebt und die Orte Brand und Burgstein verbindet. Die Kraft für Verbindendes kommt hier von selbst – und auch die Zuversicht, dass kein Abgrund zu tief ist.

### **Heimatverbunden**

Am *Sagenweg* kann man weit in die Urzeit des Ötztals zurückgehen. Begleitet vom Riesen, dem Wilden Mandl, Drachen und dem kopflosen Reiter gelangt man zur märchenhaften Hochzeitskapelle aus Holz und Glas. Im *Heimatmuseum* mit dem „Gedächtnisspeicher“ spürt man den Lebenswillen und die Zuversicht der Menschen, die das Ötztal ihre Heimat nannten und nennen.



### **HÄNGEBRÜCKE**

Kraftquelle Längenfeld: neue Kraft und Lebensfreude tanken und dabei spektakuläre Aussichten genießen.



### **GRÜNERS TIPP**

**Schalten Sie beim Besuch der Kraftplätze im Ötztal Ihr Handy aus und erleben Sie die volle Energie.**



**Jeder kennt es: Stundenlange Autofahrten können für Kinder und Eltern eine echte Herausforderung sein. Deshalb haben wir erprobte Spieletipps für Ihre Reise ins Ötztal gesammelt, die nicht nur Kindern, sondern auch Eltern die Zeit im Auto versüßen.**



# WIDIs Lieblingsplätze

## Unterhaltung ohne Smartphone & Spielekonsole

### Sprachspiel Tiernamenschlange

Eine Runde Schere-Stein-Papier spielen und schon ist ausgemacht, wer das erste Tier nennen darf. Dann geht es reihum: Der nächste Spieler nennt ein Tier, das mit dem letzten Buchstaben des vorherigen beginnt. Das ist gar nicht kompliziert, sondern schaut im Klartext so aus: Affe – Esel – Luchs – Steinadler – Regenwurm ... Derjenige Spieler, dem kein Tiername mehr einfällt, bekommt zum Beispiel einen (Lippenstift-) Punkt auf die Nase.

### Orientierungsspiel Wo sind wir?

Dieses Spiel kann immer dann begonnen werden, wenn eine eindrucksvolle Landmarke auftaucht, beispielsweise Schlösser, Burgen, Städte, Brücken, Berggipfel und Wahrzeichen. Dann geht die Suche auf der Landkarte (!) los! Hilfreich ist hierbei der Autoatlas, weil alle Karten auf diese Weise handlich und übersichtlich sortiert sind. Wenn Ihre Kinder Karten aus Papier „Asbach uralt“ finden, ist das okay. Erklären Sie ihnen, dass jeder Rallyefahrer während des Wettbewerbs von seinem Beifahrer mit Hilfe einer Papierkarte gebrieft wird.



## Spiele für unterwegs.

### Sprachspiel lustige Stabreime

Stabreimsätze klingen nicht nur lustig, sie bereichern außerdem den Sprachschatz Ihrer Sprösslinge. Laute lustige Lacher garantiert! Der erste Spieler beginnt mit einem Subjekt, der zweite nennt ein Prädikat und dann geht es reihum mit Objekten weiter. Ein berühmtes Beispiel für eine Alliteration und außerdem noch ein Zungenbrecher: Fischers Fritz fischt frische Fische.

### Sprachspiel richtige Antwort

Klingt einfach, ist aber voller Tücken: Bei diesem Spiel werden Fragen gestellt, die aber keinesfalls mit ja oder nein, weiß oder schwarz beantwortet werden dürfen. Spielleiter ist dabei am besten ein Elternteil. Sehr beliebte Fangfragen für Mitspieler sind: „Kannst du mir sagen, wann die Schule wieder beginnt?“ oder „Weißt du, wie spät es ist?“. Kommt die Antwort: „Nein, weiß ich nicht!“, ist diese gleich doppelt falsch. Richtig wäre zum Beispiel: „Ich habe keine Ahnung.“

### Suchspiel Farben und Landmarken

Dieses Spiel für unterwegs ist auch schon für sehr kleine Kinder geeignet. Der Spielleiter gibt vor, wonach Ausschau gehalten werden muss, z. B. nach roten Autos. Jeder Mitspieler, der ein solches erspäht, ruft „Rotes Auto!“ und bekommt dafür einen Punkt. Das geht solange, bis es der Spielleiter ein neues Ziel aufruft: Automarken, Kühe, Kirchtürme, Länderkennzeichen, Pferdeanhänger etc. sind lohnenswerte Objekte.

### Denkspiel Kennzeichen raten

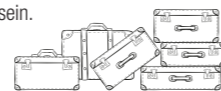
Auf deutschen und österreichischen Autobahnen tummeln sich im Sommer Autos mit Kennzeichen aus ganz Europa. Neben den Länderkennzeichen gilt es, die deutschen Abkürzungen für Städte und Regionen zu entziffern. B und M sind „babyteicht“, aber wie sieht es mit BCH oder SZB aus? Tipp: In Autoatlanten ist meist eine Liste mit den deutschen Kennzeichen enthalten, da darf gesucht werden. So lernen Ihre Kinder ganz nebenbei den Umgang mit dem Alphabet.

### Denkspiel Wer bin ich?

Was für lockere Atmosphäre auf Partys sorgt, klappt auch hier: Der Spielleiter denkt sich eine Persönlichkeit, ein Familienmitglied, ein Tier oder eine Pflanze aus. Die Mitspieler stellen Fragen, um herauszufinden, um wen oder was es sich handelt. Der Spielleiter beantwortet die Fragen aber stets nur mit ja oder nein. Wer das Rätsel löst, darf der nächste Spielleiter sein.

### Sprach- und Denkspiel Koffer packen

Ein Klassiker, der immer gut ankommt. Der erste Spieler sagt, was er in seinen Koffer packt, der nächste wiederholt das und fügt einen weiteren Gegenstand hinzu usw. Irgendwann ist der Koffer so voll, dass ein Spieler nicht mehr alle Gegenstände in der richtigen Reihenfolge aufzählen kann oder etwas vergisst. Dann darf er der nächste sein, der das Spiel startet.



## Grüners FAMILIENZEIT

28.06. bis 15.09.2019

- > Übernachtung inkl. umfangreiche Verwöhnspension
- > Benutzung des AlpenSpa
- > Erfrischung im Naturbadeteich
- > Teilnahme an den Outdoor-Aktivitäten
- > Ötztal Premium Card

**Preis pro Erwachsene**  
€ 80,- bis € 130,-

- Kinder von 3 bis 16 Jahren \***
- > Kategorie Zirbe/Fichte € 35,-
- > Kategorie Familien-Suite Natur & Vital-Suite: € 45,-

\* Kinder als 3./4. Person im Zimmer der Eltern.



**WIDI, das unternehmungslustige Maskottchen, nimmt Familien mit zu den spannendsten und lustigsten Orten im Ötztal. Denn Langeweile ist nur was für Schafsköpfe, oder?**

### WIDIVERSUM Hochoetz

Hallo Kinder, hier bin ich zu Hause! Hilfst du mir und meinen Freunden, den Zauberkristall wiederzufinden, den der böse Wolf gestohlen und versteckt hat? Das schaffst du ganz bestimmt – und anschließend können wir gemeinsam rund um und auf meinem See an 17 Stationen spielen und faulenzen. Wie wäre es mit einer coolen Floßfahrt oder einem Besuch im Dohlenhorst?

### Zauberwald Sautens

Hast du Lust, meine tierischen Freunde im Wald kennenzulernen? Biene, Schmetterling und Feldmaus freuen sich schon darauf, dir und deinen Eltern etwas über ihr Leben zu erzählen. Hier erfährst du, wie gut eine Eule hört und welche Geheimnisse der alte Waldkauz zu erzählen hat. Ganz bestimmt werden dir die Aussichtsplattform „Drei-Kirchen-Blick“, der Geschicklichkeitsparcours und der tolle Waldspielplatz gefallen. Übrigens: Kleine Geschwisterchen können natürlich im Kinderwagen mitkommen.

### Apfelmeile Haiming

Deine Eltern sagen, mit Essen spielt man nicht? Auf der Apfelmeile darfst du an acht Stationen mit den süßen Früchten spielen, soviel du willst! Erfahre, wie aus einem kleinen Samen ein Apfelbaum entsteht, was alles in einem Äpfelchen steckt und welche Köstlichkeiten man aus Äpfeln kochen und backen kann.

### GRÜNERS FAMILIENTIPP

WIDI zeigt euch, welche Orte im Ötztal besonders für Familien mit Kindern geeignet sind. Seen, Wasserfälle, Ötzi-Dorf, Waldspielplätze und Streichelzoos: Es gibt viel zu entdecken!





Funpark, Pit-Pat & Minigolf



AQUA DOME



Bergbahnen & Lifte im Ötztal

Ötztal  
Premium  
Card.  
Alle Höhepunkte  
inklusive!



Öffentlicher Busverkehr



Greifvogelpark Umhausen



Ötztaler Museen



Almzeit



AREA 47



Bike- & Radverleih

## Mehr Spaß. Mehr Abwechslung.

Die Ötztal Premium Card ist eine Urlaubsvorteilskarte, die ihren Namen verdient. Der Wert beträgt für einen Erwachsenen pro Woche rund 330,- Euro. Die können Sie von Ihrem Urlaubsbudget schon mal beruhigt abziehen, denn im Alpengasthof Grüner erhalten Sie die Vorteilskarte bei Ihrer Anreise kostenlos.

### Ihr Ticket für die Berge

Nicht weniger als neun Sommerbergbahnen sorgen für die rasche Auffahrt zu zahlreichen Höhenwanderungen. Mit der Ötztal Premium Card entfällt die Wartezeit an der Kasse: Einfach Karte einlesen und jede Bahn einmal pro Tag (Berg- und Talfahrt) benützen. Auch mit Wanderbussen geht es hoch hinaus. Die tägliche Berg- und Talfahrt pro Linie ist inkludiert und auch das Hüttentaxi ist um 30 Prozent ermäßigt.

### Actionsport und Wasservergnügen

Für reichlich Actionsport sorgen die Ötztal Premium Card-Bonuspartner. Klettern, Gletschertouren, Rafting, Canyoning, Bogenschießen und mehr – gegen den Vorweis der Urlaubskarte gibt es attraktive Vergünstigungen.

Highlights der Ötztal Premium Card sind außerdem der freie Eintritt in die Water Area der AREA 47 und der 3-stündige Aufenthalt in der Aqua Dome Therme Längenfeld.

Wer dann vom Wassererlebnis immer noch nicht genug hat, genießt mit der Vorteilskarte täglich freien Eintritt in jedes Frei- und Hallenbad.

### Abwechslung für Familien und Kulturfans

Für ruhigere Urlaubsmomente und reichlich Spaß mit den Kindern bieten sich gleich mehrere Möglichkeiten an, die mit der Ötztal Premium Card kostenfrei entdeckt werden können.

Top für Familien: Funpark, Pit-Pat und Mini-golfanlage in Huben. Die Trampolinanlage, Rutschen, Air Bubble und Skatepark sind für den energiegeladenen Nachwuchs genau das Richtige.

### SOMMER-EVENTS 2019

07.06.-10.06.2019

**Bike Opening**

08.06.2019

**Singletrail Schnitzeljagd**

04.08.2019

**Fest am Berg**

01.09.2019

**Ötztaler Radmarathon**

# Die schönsten Orte zum Träumen & Verlieben.

**Rau ist sie, unbezähmbar und ursprünglich: die Bergwelt rund um Sölden. Doch ihre alpine Wildheit hat eine unsagbar schöne und romantische Seite.**

## Wildromantische Fischbachklamm

Hinter der Kirche in Längenfeld startet die Wanderung durch die Fischbachklamm nach Gries. Entlang des wild rauschenden Fischbachs gehen Sie zunächst hinauf zum Unterlehner Hof, wo Sie eine Stärkung einnehmen und die Landschaft genießen können. Nach insgesamt zwei Stunden Gehzeit erreichen Sie Gries. Von hier eröffnet sich ein grandioser Blick auf die Berggipfel und saftig-grünen Almwiesen. Zurück geht es auf demselben Weg.

## Rundweg durch die Auerklamm

Parken Sie Ihr Auto am Parkplatz an der Brücke nach Sautens und gehen Sie zur Ötztal-Info in Ambach. Von dort geht es durch die Auenklamm hinauf zum Weiler Ötzerau. Auf dem Weg dorthin passieren Sie am höchsten Punkt der Wanderung die Brücke über die Auenklamm – traumhafte Ausblicke inklusive!  
Im romantisch gelegenen Weiler Ötzerau legen Sie eine Pause ein, bevor Sie dem Wiesenweg Richtung Schlatt folgen und



nach Ötz weiterwandern. Zurück geht es entlang der Ötztaler Ache.

## Mondscheinbaden im AQUA DOME

An jedem Freitag sind Therme und Sauna in Längenfeld bis Mitternacht geöffnet. Unser Romantiktipp: Baden in den mit warmem Thermalwasser gefüllten, offenen Schalen mit Blick in den Sternenhimmel. Dazu gibt's Live Musik und den Cocktailservice (jeder Cocktail nur Euro 4,80). Die Mondscheinsauna heizt Verliebten mit Laternenaufgüssen ordentlich ein (20.30 Uhr Waldduft, 21.45 Uhr Late Night Jazz, 22.45 Uhr Betthupferl).

## Geierwalli - Love Story mit Happy End

Die Wanderung von Vent zu den Rofenhöfen führt Sie auf den aussichtsreichen Wiesenweg entlang der Rofenache. Am Ende der Wanderung überquert man die Hängebrücke, die über die Ache führt. Nach wenigen Metern erreicht man das Gasthaus Rofenhof mit sehenswerter Kapelle und den Gasthof Geierwallihof. Lassen Sie sich dort die romantische Geschichte der Tirolerin Anna Stainer-Knittel, bekannt durch den Roman „Geierwalli“ unbedingt von der Wirtin persönlich erzählen! Rückweg auf der Fahrstraße.

## ROMANTISCH IM AQUA DOME

Jeden Freitag bis Mitternacht. Romantik-Tipp: Baden in den Schalen mit Blick in den Sternenhimmel.

Laternenaufgüsse in der Mondscheinsauna: 20.30 Uhr Waldduft 21.45 Uhr Late Night Jazz 22.45 Uhr Betthupferl.

## RUNDWEG GEIERWALLI

Rundweg 4,5 km Gehzeit 1,5 Stunden ca. 110 Höhenmeter

## WEGE DURCH DIE FISCHBACHKLAMM

Weglänge 9,7 km Gehzeit 3,5 Stunden 422 Höhenmeter Aufstieg

## RUNDWEG AUERKLAMM

Rundweg 4 km Gehzeit 2,5 Stunden 280 Höhenmeter



## GRÜNERS ROMANTIK

Vitalsuite Natur mit eigener Infrarotkabine. Das AlpenSpa, das ausschließlich für Erwachsene reserviert ist.



## Sag „Ja!“ – ice Q über Sölden

Nicht nur James Bond Fans werden in dem futuristisch anmutenden Gebäude mit dem filmreifen Panoramablick schwach. Der ice Q ist der perfekte Ort für einen Heiratsantrag, ein Essen zum Hochzeitstag oder eine unvergessliche Hochzeit. Mit der Gaislachkoglbahn erreicht man Lounge, Gourmetrestaurant und Aussichtsterrasse innerhalb von nur 12 Minuten. *Tipp:* Probieren Sie ein Glas gepflegten Weines aus dem höchst gelegenen Weinkeller Österreichs

## Romantik im Alpengasthof Grüner

Wer es kuschelig und gleichzeitig großzügig mag, ist in der Vitalsuite Natur mit eigener Infrarotkabine goldrichtig. 80 Quadratmeter zum Wohlfühlen, der Balkon für die beste Aussicht zu zweit, die Wellnessstasche für einen erfrischenden Aufenthalt im hauseigenen Spa – alles da. Abends empfiehlt sich ein Spaziergang im beleuchteten Garten, bevor Sie den Tag mit Ihrem Liebsten bei einem Drink auf der Terrasse oder im Wintergarten ausklingen lassen.

## Facettenreiches Ötztal

Das Ötztal hat viele Facetten, mystische Klammern, außergewöhnliche Orte am Berg und die höchste, ständig bewohnte Siedlung der Ostalpen.

## EINZIGARTIG ICE Q ÜBER SÖLDEN

Im Sommer täglich von 09.00 bis 16.00 Uhr geöffnet. Warme Küche gibt es von 11.30 bis 15.00 Uhr.



# Urgewalten aus Eis und Schnee.

**Gletscher krönen in Tirol sage und schreibe 638 Berge. Fünf Gletscherskigebiete sind nahezu ganzjährig für Wintersportler geöffnet. Eins davon ermöglicht Ihnen in Sölden Skivergnügen in ungeahnten Höhen. Doch was ist ein Gletscher eigentlich?**

## So entsteht ein Gletscher

Schnee, Kälte und Höhe, das sind die drei Zutaten, die einen Gletscher wachsen lassen und nähren. Unsere Alpengletscher liegen in einer Höhe, in der der Zuwachs an Schnee höher ist als der Verlust. So können Eismassen entstehen, die auch während des Sommers nicht völlig schmelzen. Im sogenannten Nährgebiet jenseits der Schneegrenze sammeln sich ungeheure Mengen an Schnee an. Das Gewicht presst die tiefen Schichten zusammen und verdichtet sie zu Gletschereis. Durch die Wucht wird der Sauerstoff herausgepresst – das Eis erscheint daher bläulich bis grünlich.

## Gletscher in Bewegung

Unterhalb des Nährgebiets, das für Eisnachschub sorgt, liegt das Zehrgebiet. Hier wird mehr Eis abgeschmolzen, als zuwächst. Der Gletscher verliert sein Wasser durch Oberflächenverdunstung und Schmelzwasser, das oberirdisch aber auch unterirdisch abfließt. An der Gletscherzunge befinden sich sogenannte Gletschertore, an denen das Wasser unter dem Eis hervorfließt. Wenn das Eis also oben wächst und unten abschmilzt, gibt es eine logische Folgerung: Der Gletscher bewegt sich! Die Eismasse, die so starr scheint, fließt in den Alpen mit rund 150 Metern pro Jahr talwärts.

## ACHTUNG GLETSCHERSPALTEN:

Durch die unterschiedlich schnelle Bewegung der verschiedenen Schichten reißt der Eispanzer und Gletscherspalten entstehen. Diese unterliegen einer ständigen Veränderung, weshalb das Begehen von Gletschern nur in Begleitung ausgebildeter und erfahrener Bergführer ratsam ist.



Durch den Mangel an Sauerstoff erscheint das Eis bläulich bis grünlich.



## NATURPHÄNOMEN GLETSCHER

Bergabbrüche und mächtige Findlinge zeugen von den Urgewalten der formenden Gletscher, die über viele Jahrtausende wirkten.

## Landschaftsarchitekt Eis

Durch Vormarsch und Rückzug der Gletscher wurde ganz Nordeuropa geprägt. Unglaubliche Mengen an Eis schliffen Berge zu runden Kuppen, gruben mächtige Trogtäler und hinterließen das Abraummateriale als sanft hügelige Moränenlandschaften. Von den Alpen bis zum noch immer vereisten Nordpol hinterließen mächtige Gletscher ihren Fingerabdruck. Auch die Gletscher im Ötztal unterliegen einer steten Bewegung. Für Techniker ist es eine große Herausforderung, die Infrastruktur für den modernen Wintersport in eine sich verändernde Landschaft zu setzen!

## Erlebnis Gletscherwelt

Ganz klar, Söldens Tiefenbach- und Rettenbachferner sind weltweit als top Skigebiete der Welt bekannt und beliebt. Eine Gletscherstraße sorgt heute dafür, dass die Gletscher zu jeder Jahreszeit bequem erreichbar sind. Wenn Sie die weiteren vier Gletscher im Ötztal abseits der Skipisten erleben wollen, sollten Sie an einer Gletschertour für Bergsteiger oder auch für Nicht-Bergsteiger teilnehmen. Die Touren beinhalten unter anderem haushohe Eistürme und 100 Meter tiefe Gletscherspalten. Auch eine Tour zur Ötzi-Fundstelle haben Bergführer im Ötztal im Programm.





**JUBILÄUM**

Im Dezember 2019 feiert der Alpengasthof Grüner sein 60-jähriges Jubiläum. Das ist natürlich ein fantastischer Grund zum Feiern! Freuen Sie sich auf tiefe Einblicke in die 60-jährige Grüner Geschichte in der nächsten Ausgabe! Möchten auch Sie uns von Ihren Grüner-Urlaubserlebnissen berichten, so freuen wir uns auf die Zusendung Ihrer Bilder und Anekdoten.



# Inklusivleistungen

**Verwöhhpension**

- › Begrüßungsgetränk bei der Anreise
- › Vielfältiges Frühstücksbuffet
- › Nachmittagskuchen & Jause
- › Abendessen mit 5-Gang-Menü oder Themenabend

**AlpenPark**

- › 700 m² Wellnessgarten mit Naturbadeteich

**AlpenSpa**

- › Sauna, Dampfbad und Kneippgang
- › Erlebnisduschen, Kräuterbad und Fußmassagebecken
- › Ruhelounge
- › Ruhe-Wasserbetten

**AlpinTreff**

- › Ausgangspunkt für Ihre Aktivitäten
- › Kleiner Shop mit wichtigen Accessoires
- › Proviantplatz (Äpfel, Riegel, Wasser)

**Speziell im Sommer**

- › Geführtes Natur- und Wanderprogramm inklusive Wanderkarte
- › Verleih von Wander- & Nordic-Walkingstöcken, Helmen, Kindersitzen u.v.m.
- › Mountain- und E-Bike-Verleih mit Ermäßigung bei Sporthütte Fiegl

**Speziell im Winter**

- › Verleih der gesamten Ski- und Snowboardausrüstung (Ski, -Schuhe, Snowboard) zum vergünstigten Preis
- › Skiservice (wachsen, schleifen)

**StartKlar-Raum für Frühreisen und Spätabreisen**

- › Zwei volle Urlaubstage mehr!
- › Dusche, Umkleide, Wertsachen-Spind etc.

**Nützlich**

- › Tiefgaragenstellplatz
- › Gratis WLAN



# Preise 2018/19

PREISE Winter 2018/2019	Panorama-Suite NATUR 1-2 Personen	Junior-Suite ZIRBE 2-4 Personen	Familien-Suite NATUR 2-5 Personen	Vital-Suite NATUR 2-5 Personen
14.12.2018 – 23.12.2018	€ 155,-	€ 165,-	€ 175,-	€ 180,-
23.12.2018 – 06.01.2019	€ 195,-	€ 205,-	€ 215,-	€ 220,-
06.01.2019 – 02.02.2019	€ 155,-	€ 165,-	€ 175,-	€ 180,-
02.02.2019 – 16.02.2019	€ 180,-	€ 190,-	€ 200,-	€ 205,-
16.02.2019 – 10.03.2019	€ 190,-	€ 200,-	€ 210,-	€ 215,-
10.03.2019 – 31.03.2019	€ 180,-	€ 190,-	€ 200,-	€ 205,-
31.03.2019 – 23.04.2019	€ 155,-	€ 165,-	€ 175,-	€ 180,-

Preise pro Erwachsener und Tag. Kinderermäßigungen, Einzelzimmerpreise und Hunde auf Anfrage. Preise exklusive Ortstaxe bis 31.04.2019 (€ 3,- pro Person und Tag).

PREISE Sommer 2019	Panorama-Suite NATUR 1-2 Personen	Junior-Suite ZIRBE 2-4 Personen	Familien-Suite NATUR 2-5 Personen	Vital-Suite NATUR 2-5 Personen
28.06.2019 – 15.09.2019	€ 105,-	€ 115,-	€ 125,-	€ 130,-

Preise pro Erwachsener und Tag. Preise exklusive Ortstaxe (€ 2,50 pro Person und Tag).

Kinderpreise Ermäßigungen*	Junior-Suite FICHTE für die 3. u. 4. Pers.	Junior-Suite ZIRBE für die 3. u. 4. Pers.	Junior-Suite NATUR für die 3. Person	Familien-Suite NATUR für die 3., 4., 5. Pers.	Vital-Suite NATUR für die 4. u. 5. Pers.
Kind bis 35 Monate*	gratis	gratis	gratis	gratis	gratis
Kind 3 bis 5 Jahre*	70 %	70 %	70 %	60 %	60 %
Kind 6 bis 10 Jahre*	60 %	60 %	60 %	50 %	50 %
Kind 11 bis 16 Jahre*	50 %	50 %	50 %	40 %	40 %
Ab 17 Jahre*	30 %	30 %	30 %	20 %	20 %

\* Die Ermäßigungen der Preise gelten bei zwei Vollzahlern im Zimmer. Außer in der Vital-Suite NATUR bei drei Vollzahlern.

**10 PROZENT GRÜNER-BONUS AUF SOMMERBUCHUNGEN:**

Freunden des Hauses, die bereits einmal unsere Gäste waren, gewähren wir einen „Grüner-Bonus“: Der „Grüner-Bonus“ von 10 % gilt für alle Buchungen mit mindestens 5 Nächten, die Sie bis 31.05.2019 tätigen.

## Ein ungestörtes Vergnügen. Am Genusstisch.

Endlich ist er fertig, der brandneue Genusstisch! Das neue Schmuckstück des Alpengasthofs Grüner kommt einer ganz besonderen Aufgabe nach. Im Interview erzählen uns der Küchenmeister *Marco Gstrein* und *Roland Fiegl*, was hinter dem Konzept steckt.

### Was genau können die Gäste vom Genusstisch erwarten?

*Roland:* Der Genusstisch ist ein exklusives Angebot für unsere Gäste, die einen ganz besonderen Abend erleben möchten. Alle, die das Ausgefallene lieben, können im Genusstisch-Raum des Alpengasthofs Grüner ein 4- oder 8-Gänge-Menü in stilvoller Atmosphäre erleben.

### Was macht den Genusstisch so einzigartig?

*Marco:* Die Einzigartigkeit des Genusstisches ist das Gesamtpaket. Der Gast soll sich rundum wohlfühlen und den Abend mit wirklich all seinen Sinnen genießen. Die Festtafel, die aus einer rund 150 Jahre alten Buche mit Rotkern extra für uns angefertigt worden ist, sorgt für die besondere Optik und Haptik. Außerdem befindet sich der Gast in privater Gesellschaft und ist völlig ungestört. Für das geschmackliche Highlight sorgen natürlich wir selbst.

### Welche Menüs werden kredenzt?

*Marco:* Für den Genusstisch haben wir uns ein ganz besonderes Degustationsmenü ausgedacht, welches jeden Monat neu kreiert

wird und saisonal abgestimmt ist. Dabei orientieren wir uns an regionalen, aber auch internationalen Gerichten und experimentieren auch mal gerne.

### Werden die Gäste von euch persönlich bedient?

*Roland:* Neben dem Kochen von acht Gängen übersteigt das zusätzliche Servieren dann doch unsere Multitasking-Fähigkeiten. Für den guten Service sowie Weinbegleitung sorgen unsere charmanten und bestens ausgebildeten Kollegen Peter und Robert.

### Für wie viele Personen kann gebucht werden?

*Marco:* Da das Motto des Genusstisches ja „ungestört genießen“ lautet, wird immer für eine geschlossene Gruppe oder Gesellschaft reserviert. Teilnehmen können zwischen 4 und maximal 10 Personen. Dadurch ist der Genusstisch ideal geeignet für ein gemütliches Dinner im engen Kreis oder auch eine gesellige Runde von Freunden.

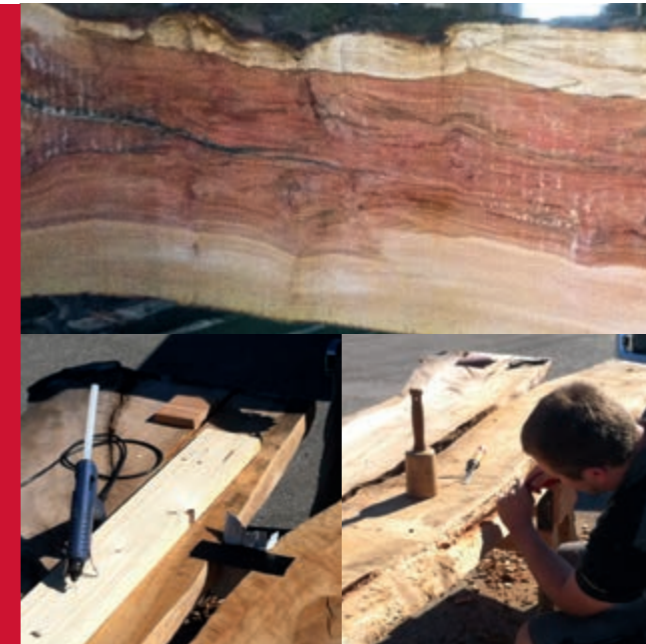
### Wird es eine besondere Wein- auswahl geben?

*Roland:* Sicherlich! So wie das Essen exklusiv von uns ausgewählt wird, legen wir auch großen Wert auf eine gute Weinbegleitung. Je nach Gericht und Gang, Fisch oder Fleisch, empfehlen Peter und Robert immer den passenden Wein oder natürlich gerne ein geschmacklich abgestimmtes Alternativgetränk.

GRÜNER<sup>®</sup>  
**GENUSSTISCH**  
by KM Marco Gstrein und Roland Fiegl

### GENUSS & GESCHICK

Lange wurde an unserem neuen, einzigartigen Genusstisch herumgetüftelt und gewerkt. Umso schöner erstrahlt der Tisch nun bei uns im Alpengasthof Grüner!



### WISSENSWERTES

Holzart:  
Buche mit Rotkern

Herkunft:  
Anif bei Salzburg

Einschnitt: Jänner 2014  
im Sägewerk Leobacher  
in Salzburg

Alter des Baumes:  
Rund 150-160 Jahre

EIN  
FOOD-EVENT  
INDIVIDUELLER  
KLASSE.

[www.genusstisch.com](http://www.genusstisch.com)



GRÜNER  
★★★★  
ALPENGASTHOF  
*Sölden im Ötztal*

6450 Sölden . Außerwaldstraße 19 . Österreich  
Telefon +43 5254 2214 . [info@gruener-soelden.com](mailto:info@gruener-soelden.com)  
[www.gruener-soelden.com](http://www.gruener-soelden.com)