

Rechts: Herrliche Wandertouren führen hinauf in die Höhen des Tierser Alpjochs



Der Berghof „Zallinger“ ist bekannt für seine prachtvolle Pferdezeit



**INFOS**

■ Angebot: „Frühlingswochen“ in der Pension Paula, Seis (Tel.: 00 39-04 71/70 61 76), mit 7 U/HP und Programm: ca. 420 Mark  
 ■ Infos: TV Seiser Alm, Schlerngebiet, I-39040 Seis am Schlern, Tel.: 00 39-04 71/70 70 24

# Seiser Alm

Die größte Hochalm Europas ist ein einziges Wanderparadies

Großes Foto: Die sonnige Landschaft der Seiser Alm bietet auch Mountainbikern reizvolle Herausforderungen



Auf Schloss Prösel in Völs fand von 1506 bis 1510 Tirols erster Hexenprozess statt

Rast machen, abschalten, die Natur genießen. Ein Fußbad im Gebirgsbach, eine Schwitzkur am Berghang, eine Genussstour im Fels – das alles ist Urlaub auf der Seiser Alm in Südtirol.

Malerisch umrahmt von den gewaltigen Gipfeln der Langkofelgruppe, mit dichten Wäldern, grünen Tälern und Wiesen ist Europas größte Hochalm ein Wanderparadies für die gesamte Familie. 2000 Meter hoch, 70 Quadratkilometer groß, von

300 Kilometer Wanderwegen durchzogen, findet hier jeder seine besondere Lieblingsroute.

Wer gerne in Gesellschaft wandert, kann sich einer geführten Tour anschließen. Die Alpenschule Dolomiten (Telefon: 00 39-04 71/70 53 43) bietet ein einwöchiges Programm. Abwechslungsreiche Touren führen ins sanfte Mittelgebirge unterm Schlern, ins Hochgebir-

ge verschiedener Dolomitengruppen und in den versteinerten Rosengarten (2700 Meter). Aber auch die Tourismusvereine der drei Orte Kastelruth, Seis und Völs haben eine große Palette an Vorschlägen.

Wie wär's zum Beispiel mit einer Wanderung zum „Pflegerhof“ nach St. Vigil? Dort werden im botanischen Garten zahlreiche Heilpflanzen nach naturwissenschaftlichen Kriterien gezüchtet.

Auf der „Höfewarderung“ geht's zu alten Bauernhöfen und zum größten Bauern von Völs. Interessierte können sie von innen besichtigen.

Eine spannende Unternehmung für Groß und Klein ist die Wanderung „Zu Fuß zu den Hexen“. Diese Tour führt zu sagenumwobenen Orten, an denen die berühmtesten Schlermhexen ihr Unwesen getrieben haben sollen.

Diese gruseligen Zeiten gehören gottlob der Vergangenheit an. Und dass auf der Seiser Alm nicht nur Wanderer, sondern auch Kulturinteressierte auf ihre Kosten kommen, hat nichts mit Hexerei zu tun. Dies ist vielmehr auf die über 2000 Jahre alte Geschichte zurückzuführen. Prähistorische Wallanlagen, Überreste eines römischen Kastells, Kapellen, Burgruinen und

Türme sind sehr interessante Zeitzegen.

Eine Errungenschaft jener Zeit sind auch die Heubäder. Vor Jahrhunderten stellten die Südtiroler Bauern während der sommerlichen Mahnwochen (Mähwochen) auf ihren Hochalmen fest, dass sie sich nach einer Nacht im Heu wie neugeboren fühlten. Die entspannende Wirkung hilft Urlaubern, den Alltagsstress zu vergessen.  
 Brigitte Claudius

**FERNSEHEN UND REISE**  
 BR: Damaskus – Das christliche Erbe, 15.4., 20.15 Uhr  
 ARD: Weltreisen – Mein Prag, 16.4., 13.15 Uhr



Oben: Auf der Seiser Alm kann man Skulpturen des Künstlers Rungaldier bewundern



Rechts: Die spannende Wirkung eines Heubades ist enorm