**Themenvorschlag 🞍 uschi liebl pr**

**18. März 2024**

Achtsames Alleinreisen in Algund

**Selbstfindung und Solo-Abenteuer im Südtiroler alpin-mediterranen Gartendorf Algund**

Ein nachgewiesen gesundheitsförderndes Mikroklima und Berge, Apfelblüten und Weinreben, soweit das Auge reicht: Das Gartendorf Algund bei Meran in Südtirol ist der ideale Ort zur Selbstfindung und Erholung für Alleinreisende. Ob Körper und Immunsystem bei den insgesamt 50 Kneipp-Stationen im Freien trainieren oder bei den vielfältigen Wandermöglichkeiten zwischen 300 und 3.000 Höhenmetern die eigene Komfortzone verlassen ­– in Algund finden Soloreisende Abenteuer und Entspannung zugleich. Die heilende Kraft des Schreibens erfahren Gäste zudem im Rahmen der Gesundheits-Eventreihe „Algund Balance 2024“ beim Brunch mit Schriftstellerin Jaqueline Scheiber am 27. April 2024. Diverse Unterkünfte im Gartendorf unterstützen bei der Reise zur Selbstfindung mit einer ehrlichen und wohlwollenden Atmosphäre. Weitere Informationen unter [www.algund.info/de](https://www.algund.info/de/urlaub-algund-meraner-land/1-0.html).

Ein gestärktes Selbstvertrauen, mehr Freiheiten und den eigenen Horizont erweitern – Solotourismus ist ein aktueller Trend, welcher sich in der Südtiroler Gemeinde Algund bestens umsetzten lässt. Eine vom Tourismusverein Algund beauftragte [Natur- und Klimatherapiestudie](https://www.algund.info/de/entdecken-erleben/gesund-in-algund/klima-meran-algund/117-0.html) besagt, dass ein Aufenthalt in Algund durch das spezifische Mikroklima positiv zur Gesundheitsprävention beiträgt. Die Initiative „Gesund in Algund" basiert zudem auf den Prinzipien des Naturheilverfahrens von Sebastian Kneipp. Diese spiegeln sich an den insgesamt 50 Kneipp-Stationen wider, welche in den sieben Ortsteilen Algunds zu finden sind: Vom „Kneipp’schen Espresso“, bei dem eine klassische Wasseranwendung einen Anreiz zur Selbstregulierung der Köpertemperatur setzt, bis hin zur „Naturapotheke“, einem duftenden Kräutergarten, der verschiedene Heilkräuter und ihre natürliche Wirkung aufzeigt, ist für Abwechslung gesorgt. Das wohlbekommende Klima verspricht Aktivsportlern zudem angenehme Bewegung in unterschiedlichen Höhenlagen zwischen 300 und 3.000 Höhenmetern. Während sich Solo-Reisenden mit dem sechs Kilometer-langen Algunder Waalweg einer der schönsten Panoramawanderwege Südtirols bietet, fordert der Meraner Höhenweg auf 1.000 Kilometern entlang des Naturparks Texelgruppe dazu auf, die eigene Komfortzone zu verlassen.

Im Rahmen der diesjährigen Gesundheits-Eventreihe „[Algund Balance](https://www.algund.info/de/entdecken-erleben/gesund-in-algund/algund-balance/130-0.html)“ im April haben Besucher bei zahlreichen Aktivitäten die Möglichkeit, Achtsamkeit und Selbstfindung zu praktizieren und das eigene Wohlbefinden in den Mittelpunkt zu rücken. Beim Brunch „ungeschönt“ am 27. April 2024 in der Villa Verde führt Schriftstellerin, Kolumnistin und Content Creatorin Jaqueline Scheiber in die heilsame Art des Schreibens ein. Bei Kaffee und Croissants lauschen insgesamt 20 Teilnehmende Jaquelines Erfahrungen, während sie aus ihrem Buch „ungeschönt“ vorliest.

Als passende Unterkunft für ein Solo-Abenteuer in Algund eignen sich das [Hotel Wiesenhof](https://www.wiesenhof.com/de/) mit Kneipp und Gartenfokus und das [Ladurner](https://www.restaurant-ladurner.com/) unterhalb des Naturparks Texelgruppe, welcher bequem per nostalgischem Korblift zu erreichen ist. Das Spa-Hotel Der Wiesenhof verwöhnt mit seinem einzigartigen Apfel-Spa Körper und Geist und verspricht Tiefenentspannung im 5.000 Quadratmeter-großen Garten. Ein naturnaher Rückzugsort und trotzdem gut angebunden ist dagegen das Ladurner: Umgeben von dichten Wäldern und grünen Wiesen ist das Hotel der ideale Ausgangspunkt für entspannte oder auch anspruchsvolle Wanderungen im umliegenden Naturschutzgebiet.

Weitere Informationen unter [www.algund.info/de](https://www.algund.info/de/urlaub-algund-meraner-land/1-0.html).

 **Über Algund**

Hier fühlen sich naturverbundene Genießer zuhause: Das Gartendorf Algund im Meraner Land in Südtirol besticht mit einer kontrastreichen alpin-mediterranen Kulisse zwischen 300 und 3.000 Höhenmetern. Sieben abwechslungsreiche Ortsteile laden mit rund 160 Kilometern an Wanderwegen, darunter der berühmte Algunder Waalweg und der Meraner Höhenweg im Naturpark Texelgruppe, sowie zahlreichen Radwegen in verschiedenen Höhenlagen zu gesunder Bewegung ein. Um neue Kraft zu schöpfen, bieten sich viele Ruheplätze, Waldbaden in der Atmosphäre des Algunder Waldes, Achtsamkeitsübungen, geführte Kräuterwanderungen und 50 Kneipp-Stationen an. Ob im traditionellen Gasthaus oder im Sterne-Restaurant, Gäste können sich stets auf eine naturnahe und regionale Küche mit frischen Algunder Qualitätsprodukten verlassen. Kulturelle Erlebnisse, am besten zu entdecken mit der Algund Card, regelmäßige Veranstaltungen sowie passende Unterkünfte für alle Bedürfnisse und mit einer ehrlichen Willkommenskultur runden das Angebot ab. Das Gartendorf Algund ist der qualifizierte Ort für gesundheitsfördernden Outdoor-, Genuss- und Erholungs- sowie Familienurlaub gleichermaßen. Weitere Informationen unter [www.algund.info](http://www.algund.info).

Pressekontakt

Theresa Rasch
uschi liebl pr, emil-geis-str. 1, 81379 münchen

tel. +49 89 7240292 - 0 | - 22, fax +49 89 7240292-19
e-mail: tr@liebl-pr.de