



Lana verbindet.



MEDIEN-INFORMATION

MAI 2024

Hinhören, Mitmachen, Genießen, Ausruhen, Fühlen & Balance finden **La vita è bella: Lana, der Seelenschmeichler der italienischen Ferienregionen**

Dienstag, 07. Mai 2024. Manchmal fährt man auf Reisen und hat das Gefühl, direkt anzukommen. Ein wohliges Gefühl breitet sich aus und vermittelt uns das Bewusstsein von „Hier will ich sein!“. Wie man das schafft? Definitionssache... Für Lana ist es eine Mischung aus unaufdringlicher Gastfreundschaft, Zeit in der Natur und dem Finden von innerer Balance durch die Kombination aus gutem Essen, Sinneserlebnissen und Anregungen für den Geist – dazu tragen Begegnungen bei, die Neugierde hervorrufen, spielerisch Neues vermitteln und uns zum Beobachten und bewussten Erleben animieren.



v.l.: Schon mal einen Baum umarmt? Beim Waldbaden im Sommer ein typisches Ritual / Der Kränzelhof ist nicht nur bekannt, für seine künstlerischen Gärten, sondern hat auch eine eigene Weinkellerei / Die Blüte in Lana ist der erste Vorbote für den Sommer und für die Bienen ein „Place to bee“ © lanaregion.it, Maike Wittreck

Genießen im Einklang mit der Natur

Wer Urlaub in Lana macht, möchte draußen sein – mit mehr als 200 Sonnentagen pro Jahr ist die Region mit ihrer blühenden Natur ein wahrer Gute-Laune-Bringer. Ob beim Spaziergang an den Waalwegen oder einer Wanderung auf dem Hausberg Vigiljoch – überlaufen ist es hier nie – es gibt genug Platz, um sich selbst zu entfalten. Besonders, wer genauer hinsieht, entdeckt die schönen Details: Wie eine Biene, die Kastanienblütenpollen sammelt, oder die Bäume, die im Wind rascheln und miteinander

zu tuscheln scheinen – beim Waldbaden mit Berta von www.happy-bee.org wird die ganze Aufmerksamkeit aufs Jetzt gelenkt. Wer lieber beim Weintrinken die Seele baumeln lässt, kann sich bei einer Weinwanderung mit dem Weingut Zollweghof den inneren „Spirit“ finden.

Wellness für die Sinne

Die Wellness-Refugien in Lana sind wahre Ruhepole und Experten in Sachen Design und Entspannung – hier findet man nicht nur klassische Meditationen, sondern z.B. im Schwarzschmied das „Inner Gardens“-Ritual, bei dem man für einen Nachmittag aus der Zeit fällt und seinen inneren Garten auf einer Entdeckungsreise erblühen lässt. Eine Metapher, die nicht besser zu Lana passen könnte – denn kaum sonst wo gibt es schöner blühende Gärten. Wer den gerne nicht nur vor seinem inneren Auge sehen möchte, stattet den sieben Gärten im Kränzelhof einen Besuch ab, oder besucht die Klostersgärtnerei Galanthus, die alles andere ist, als man von einer Gärtnerei erwarten würde – Deluxe Rückzugort oder Zen-Garten mit Shopping-Potenzial passt wohl eher (am besten mit leerem LKW vorfahren).

Verbindungen schaffen und Neues lernen

Nur wer in Kontakt mit Menschen tritt, hat einen Ort wirklich bereist – Das weiß nicht nur Airbnb, sondern auch Lana. Man muss aber nicht etwa in deren Zuhause wohnen, sondern öffnen sie vielmehr ihre Türen für einen spannenden Dialog. So bietet der Biedermannhof in Tschermms beispielsweise Apfelführungen mit einer Apfelbotschafterin an, die alles rund um die verschiedenen Sorten der Südtiroler Äpfel, bis hin zu den vielfältig nährstoffreichen Inhaltsstoffen weiß – wer gerne Urlaub auf dem Bauernhof macht, ist dort auch prima aufgehoben. Veranstaltungen, wie *Lana23* – die langen Shoppingabende bis 23 Uhr, bei denen an lauen Sommerabenden bei einem Gläschen Wein durch die Straßen flaniert wird oder das jährliche *Fest der Begegnung*, wo zusammen für den guten Zweck musiziert und getanzt wird, machen das dörfliche Leben zum „home away from home“. Und auch wer mit der Familie reist, findet im Kindersommerprogramm viele Berührungspunkte für spannende Begegnungen – zum Beispiel beim Lama-Trecking. Nur Vorsicht, dass die Kleinen sich nicht zu doll verlieben – sonst muss der neugewonnene Freund wohl auch in den LKW zum Mitnehmen verladen werden ;)

Innere Balance finden

Die Kombination aus vielen Sonnenstunden, der allgegenwärtigen Natur, regionalem Essen aus natürlichen Inhaltsstoffen und einem großen Maß an Menschlichkeit, ist es, was Lana zum Ort für die Seele und die Sinne macht. Zudem ist sie eine Region voller Heilbringer: die Wildkräuter beispielsweise sind Thema in der Küche und der Medizin – ihre sekundären Inhaltsstoffe machen sie gesünder als unsere herkömmlichen Kräuter und man findet sie mit aufmerksamem Auge bereits am Wegesrand. Kräuterexpertin Thea Frei vom Roachhof in Völlan vermittelt diese Kunst des Sehens und vielerlei Rezepte während ihrer Wildkräuterwanderungen. Spätestens danach kennt man für beinahe jedes Wehwehchen ein Kraut, das dagegen gewachsen ist. Der Kneipp-dich-glücklich-Kurs von Annemarie Santer Nock am Vettererhof hingegen konzentriert sich auf die fünf Wirkprinzipien von Sebastian Kneipp – und wie man natürliche Kneippwege in der Natur selbst entdecken kann – auch hier spielen Wildkräuter eine zentrale Rolle.

Wer sich für Mental Health interessiert, kann im Biorefugium Theiner's Garten ein ganzheitliches Mental Detox Retreat besuchen, das Coachingsessions mit Ingrid Oberparleitner und therapeutische Wellness-Treatments mit Aktivprogramm verbindet.

Und wer dann noch nicht in Balance ist – tja – der muss wohl schleunigst wieder zurückkommen!

Weitere Informationen, Erlebnisangebote sowie den Veranstaltungskalender gibt es unter www.lanaregion.it sowie auf [Facebook](#) und [Instagram](#). Bilder zu dieser Pressemeldung gibt es [hier](#).

Disclaimer

Aus Gründen des Leseflusses haben wir auf das Gendern verzichtet. Wenn wir über Gäste, Teammitglieder und Co sprechen, so meinen wir dies geschlechts- und orientierungsneutral. Wir sehen stets den Menschen, Inklusion ist für uns selbstverständlich.

Über die Region Lana und Umgebung

Malerisch eingebettet zwischen Meran und Bozen im Etschtal liegt die Region Lana – Südtirols größte und älteste Apfelanbaugemeinde. Doch ist der Apfel bei Weitem nicht das einzige lokale Erzeugnis, das die Region prägt. Es ist die Fülle an Produkten, die Lana einzigartig machen: Der Duft gerösteter Kastanien, geschmacksintensive Weine aus biodynamischem Anbau oder die vielen Geschäfte und Handwerksbetriebe mit ihrem individuellen Sortiment. Neben Events wie „Lana blüht“ oder „Kastanientage – Keschnriggl“, die Einwohner und Gäste zur Gemeinsamkeit einladen, ist es die Gastlichkeit und das breite kulinarische Angebot von Buschenschank-Betrieben bis hin zur Haubenküche, was die Destination ausmacht. Alpin-mediterranes Flair sowie Bewegung auf drei Ebenen beim Wandern und Biken komplettieren das ganzheitliche Urlaubsvergnügen. Ursprüngliche Natur erleben die Gäste auf dem Hausberg Vigiljoch oder beim Spazieren auf den Waalwegen. Kulturell verbindet die Region Historisches wie Castel Lebenberg oder den Schnatterpeck-Altar mit modern interpretierten Orten wie dem Ansitz Kränzelhof, welcher achtsames Erlebnis mit Genuss verbindet. Zur Region gehören neben Lana auch die Ortschaften Burgstall, Gargazon, Tscherms, Völlan und Vigiljoch. www.lanaregion.it

Pressekontakt

piroth.kommunikation GmbH
Sabrina Holland
Gotthardstraße 42
D-80686 München
Tel. +49 (0) 171 9453079
sh@piroth-kommunikation.com