

Una vacanza senza spendere troppo? E' di certo una vacanza nel **paradiso dei monti Nockberge**, tra **800 chilometri di sentieri per il trekking e 700 per la mountain bike**, a Bad Kleinkirchheim. Basta avere la **card della Regione di Bad Kleinkirchheim** per non farsi mancare nulla, spendendo molto meno, **sino al 23 ottobre**. Si risparmia davvero perché **la card è gratuita per tutti gli ospiti** della regione di Bad Kleinkirchheim, che comprende anche il Parco della Biosfera Unesco Nockberge, il bordo incantato di St. Oswald e la cittadina di Feld am See, con il suo lago. Basta anche una sola notte in un hotel, una fattoria o un appartamento per riceverla. E' un regalo prezioso, anche perché la card offre occasioni concrete per approfittare di gite, corsi, proposte di wellness e attività per i bambini. Moltissime occasioni sono gratuite, altre sono proposte a prezzi davvero irrisori. Sono **quasi 40 proposte, che si ripetono ogni settimana**, in diverse giornate. Ad esempio per provare qualcosa di originale, a circa 800 metri di quota, ci sono le lezioni di vela e di windsurf, sul lago di Feld. L'area è naturalmente ventosa, circondata dalle vette, a dir poco pittoresca, e le lezioni si tengono alla scuola Krainer, con un team di insegnanti di tutto il mondo, pieni di entusiasmo. Per chi ama la mountain bike, ma non si sente così sicuro in sella, c'è la possibilità di partecipare a degli stage di tecnica, una mattinata sotto l'occhio vigile di un team di professionisti della bicicletta per imparare a dosare le forze in salita, gestire al meglio la discesa ed affrontare difficoltà come le radici o i sassi sui sentieri.



Preso confidenza con la mountain bike, poi, si potrà magari decidere di partecipare anche alle escursioni guidate in sella o alle giornate test dedicate alle e-bike, le bici elettriche, a pedalata assistita, per muoversi in modo ecologico, facendosi aiutare da un motore elettrico nei momenti di maggior fatica. Per i ragazzini che vogliono mettersi alla

prova, davvero senza limiti, ci sono i corsi di sopravvivenza, sull'altipiano del Falkert: si impara ad orientarsi senza gps, si scopre come gestire risorse limitate di cibo ed acqua, sfruttando al meglio le risorse che offre la natura, si capisce come costruirsi un rifugio di fortuna. C'è tanto da fare anche per i più piccoli: si possono conoscere, strigliare e cavalcare i pony, ci si può immergere nel mondo fatato della foresta, insieme a folletti e principesse, si può fare conoscenza con gli animali selvatici, scoprendone le tracce con una guida naturalistica, e si può addirittura salire su un trattore, per fare un bel giro panoramico della vallata. I più sportivi hanno l'occasione, con la card della Regione di Bad Kleinkirchheim, di approfittare le lezioni gratuite di tennis, nordic walking, tiro con l'arco e addirittura stand up paddling, la pagaiata sulla tavola, tanto in voga in tutte le località di mare.



Infine ci sono un bel po' di appuntamenti legati alla montagna, per conoscere il meraviglioso Parco della Biosfera Unesco che, con le sue vette, abbraccia Bad Kleinkirchheim: ci sono escursioni guidate, dedicate ad itinerari in quota, alle famiglie ma anche alla scoperta degli animali, vere e proprie lezioni di trekking, per imparare a calibrare il passo e a gestire al meglio zaino e scarponi, gite alla ricerca di erbe medicamentose e passeggiate a piedi nudi, per riscoprire un contatto vero con la natura, imparando a godere della montagna, e dei suoi immensi pascoli, con tutti i sensi.

Per informazioni:

Bad Kleinkirchheimer Tourismus Marketing

Dorfstraße 30

9546 Bad Kleinkirchheim

Telefono: 0043 4240 8212

info@badkleinkirchheim.at

www.badkleinkirchheim.at