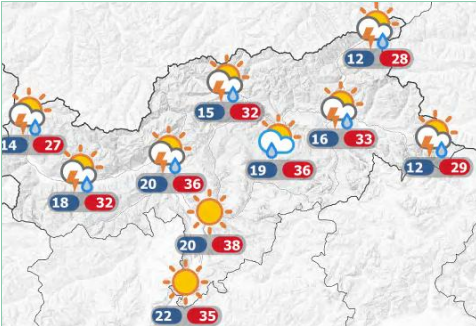


Guten Morgen liebe Gäste, wir wünschen Ihnen einen schönen Mittwoch



Ein Hochdruckgebiet sorgt für stabiles Sommerwetter. Nach der raschen Auflösung letzter Morgenwolken scheint im ganzen Land die Sonne von einem meist wolkenlosen Himmel. Besonders in den nördlichen Tälern weht weiterhin der Nordföhn. Die Temperaturen steigen nochmals an und erreichen hochsommerliche Werte zwischen 27 °C und 35 °C. Der Freitag beginnt mit viel Sonnenschein. Im Laufe des Nachmittags sind vor allem Richtung Süden einzelne Gewitter möglich. Samstag: am Vormittag dominiert die Sonne. Im Laufe des Nachmittags nimmt die Gewitterneigung zu und örtlich entwickeln sich einzelne Gewitter. Der Sonntag verläuft sonnig, stabil und hochsommerlich heiß. Auch zum Wochenbeginn setzt sich das hochsommerliche Wetter mit viel Sonnenschein und hohen Temperaturen fort.

Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
			

Wanderung entlang des Urlessteiges in Reinswald

Der Urlessteig: Ob Wasserratte, Klettermaxe oder Naturforscher, der neue Urlessteig im Wandergebiet in Reinswald ist ein Erlebnis für die ganze Familie. Hier wird nicht nur die Neugier der Kleinen gestillt, da staunen auch die Großen und erfahren Neues oder schon wieder Vergessenes. Benannt nach den „Urlelockn“, zwei kleinen Weihern in der Nähe von Reinswald, unterteilt sich dieser neuangelegte Naturerlebnispfad in vier Etappen, so dass Sie ihn als kleine Wanderung begehen können, die Tour durch die Kombination von zwei Etappen aber auch verlängern können. Den Ausgangspunkt des Urlessteiges erreichen Sie ganz bequem mit der Reinswalder Kabinenbahn. Von der Bergstation Pichlberg führt die erste Teilstrecke bis zur Pfnatschalm. Hier dreht sich alles um das Thema Wasser: Auf spielerische Weise können Ihre Kinder mit Wasserrädern und Wasserläufen experimentieren oder auf einem Holzfloß über einen Teich gleiten. Der Urlessteig führt dann leicht absteigend zur „Sunnolm“. Unterwegs dorthin informieren Schautafeln über die ortstypische Fauna. Auf einer übergroßen Libelle können die kleinen Kletteraspiranten nach Lust und Laune herumkraxeln und sich austoben. Unterhalb der „Sunnolm“ liegen die „Urlelockn“. Nach einer alten Sage lag hier einstmal ein verwunschener See, wo Fremde, die hier im hohen Schnee ihr Leben lassen mussten, alte Jungfrauen, die es im Leben viel zu fein hatten und junge Recherinnen, die kein sittsames Leben führten, ihr nasses Grab fanden. Dies ist der geografische Mittelpunkt Südtirols. Der Abstieg bis zur Talstation führt 264 Höhenmeter über Wandersteige hinunter und ist in 30 Minuten zu schaffen. Auf dem Abschnitt von Pichlberg zur Getrumalm erfahren Sie allerlei über so manche Sarner Besonderheit wie die Sarner Latsche, die Sarner Almwirtschaft und die Knappenlöcher am Seeberg. Hier erleben Kinder das Latschenlabyrinth und lauschen den Erzählungen der Hirten. Anschließend können Sie die Route wählen, die Sie von der Getrumalm an den Ufern des kristallklaren Getrumbaches über die Reinswalder Mühlen zurück nach Reinswald führt. Auf dieser Teilstrecke lässt sich vortrefflich über die Sarner Flora staunen und in einer Kapelle aus Zirmholz über Gott und die Welt sinnieren. Übrigens: alle genannten Almen sind im Sommer bewirtschaftet



HEUT AM ABEND AB HALB SIEBEN

Salat vom Büffet

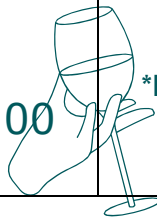
Wassermelonendrink

Käseknödel

Lachsfilets/Caponata oder
Kartoffel-Lauchgratin

Crème brûlée*

Wiesel's Weinempfehlung:
Silvaner, Kellerei Eisacktal, 27,00
Euro



Der Witz des Tages:

In einem Dorf befindet sich ein Kloster. Direkt gegenüber ein einschlägiges Etablissement.

Eine junge Novizin wird beauftragt, am Fenster (des Klosters!) zu beobachten, wer alles in den Sündenpfuhl hineingeht. Nach einiger Zeit: "Mutter Oberin! Mutter Oberin! Eben ist der Bürgermeister reingegangen." - "Siehst Du, auch die Obrigkeit ist nicht gefeit vor der Sünde." Wieder einige Zeit später: "Mutter Oberin! Der evangelische Pfarrer ist gerade reingegangen!" - "So ergeht es den Irrgläubigen. Auch sie erliegen den Verlockungen des Fleisches." Noch einige Zeit später: "Mutter Oberin! Mutter Oberin! Der katholische Pfarrer ist hineingegangen!" Die Oberin wird plötzlich kreidebleich und sagt: "Da wird doch wohl keiner gestorben sein?"

*Für Unverträglichkeiten wenden Sie sich an die Mitarbeiter

Die Latschenkiefer und Ihre Produkte

Die Sarner Latsche, im Volksmund gerne als "Bergseggen" bezeichnet, gehört im Sarntal zu den ältesten medizinisch genutzten Pflanzen. Schon die Kelten nutzten deren heilsame Wirkung. Auch heute wird das wertvolle Öl nach alten Rezepturen bäuerlicher Vorfahren gewonnen, wobei für 1 kg reines ätherisches Öl rund 250 kg Latschennadeln benötigt werden. Auf den sauren Böden des Sarntals im Herzen Südtirols wächst eine Pflanze, die Körper und Geist in Einklang bringt, die Wellness und Beauty in wunderbarer Weise miteinander verbindet: die Latschenkiefer. Krank? Sarner Latschenkiefer hilft. Das Öl der Sarner Latsche gilt durch seine durchblutungsfördernden Eigenschaften in Südtirol seit jeher als kleines Gesundheitswunder: Grippale Infekte, Gelenkschmerzen, Migräne, Kopfdruck, Halsentzündungen, Schulter- und Nackensteifheit - ein paar Tropfen des Latschenkieferöls und die Beschwerden sind gemildert.