

Erleuchtung im Alpha-Zustand

Tourismus-Visionen für die Zugspitz-Region und Bayerisches Alpenvorland

Von Roland Kroiss

Auf einem der drei Gipfel des Hörnle Berges mit seiner uralten Gondelbahn steht der Holzstapel bereit für das Bergfeuer. Rundherum werden die Gipfel leuchten in der Nacht als Ehrensäule an den Märchenkönig Ludwig II., der am 25. August Geburtstag hatte. Der Patron und Übervater des bayerischen Märchenlandes, des Alpenvorlandes, in dem Ganghofers dramatische Romane spielen, wurde nur 41 Jahre alt. Sein Tod jährt sich 2014 zum 128. Mal.

Bevor die Stapel brannten, sitzen acht Journalisten bzw. Redakteure auf Steinen neben dem Gipfelkreuz, schließen die Augen und berühren mit ihren Händen den Bauch, „denn

Zahlen Sechs (Orange), Fünf (Gelb), Vier (Grün), Drei (Blau), Zwei (Lila) und Eins (Violett) vor. Mit ein bisschen Übung und viel Konzentration funktioniert es. Aus dem alltäglichen, gehetzten „Beta-Zustand“ wandert man hinüber in den Alpha-Zustand, in dem man frei von Gedanken ist und nur in sich selbst ruht. „Man braucht diesen Alpha-Zustand mehrmals am Tag, um mit sich und den Mitmenschen Frieden zu schließen“, sagt Renz. Manchmal verschwinden die Farben während der Meditation und es hilft, sich vertraute Gegenstände mit diesen Farben vorzustellen.

Riesiges Potenzial

Entschleunigen und Entspannen in und durch die Natur, die einem

spitz-Alpenregion geht es um die Erschließung neuer Zielgruppen. Der Altersdurchschnitt der Gäste ist mit den Jahren immer höher geworden. Die Zahl der Stammgäste sinkt demographisch bedingt.

Bittner und Neuner

Der Wintersport ist ein wichtiges Argument der Zugspitz-Region, das man sich aufgrund der Geographie mit dem Nachbarn Österreich teilt. Auch die Tiroler schicken eine Gondel auf die Zugspitze. Dem touristischen Gigantismus der Österreicher setzen die Bayerischen Alpen ihre Natürlichkeit und Ruhe entgegen, gepaart mit kulinarischen Highlights, bester Gastlichkeit und praktischen vielfältigen Freizeitangeboten. Im herrlich gelegenen pit-

und flexiblen Gästen, die spontane spannende Tagesausflüge machen wollen“, erklärt Claudia Gans, die Orts- und Wanderführungen in Mittenwald anbietet. Sie betreibt mit ihrem Mann und ihren zwei Söhnen das Gästehaus „Rusticana“.

Larven und Gunkeln

Wenn man ihr begegnet oder auch Gertrud Kraus vom Tourismusamt der Gemeinde Ohlstadt, sind es Ehrlichkeit, Originalität und Bodenständigkeit, die diesen oberbayerischen Tourismus in der Neuzeit immer noch ausmachen. Jenseits von Kitsch, leben diese Patrioten die Traditionen ihrer Heimat. „Unser Mittenwalder Fasching mit seinen Larven (Masken) ist kein Touristen-Spektakel, sondern ge-

schneider (Junior) sind Musterbeispiele echter Traditionspflege und Heimatverbundenheit. Als stramme Männer in kernigen Lederhosen ziehen sie noch jeden über den Tisch. Und wenn man mit ihnen redet, merkt man sofort: Hier sind Vater und Sohn in ihrem Element. Weit entfernt von Touristen-Spektakel, machen diese bayerischen Originale, was ihnen Spaß macht und trainieren hart für den Erfolg. „Preisgeld gibt es nicht bei den Wettkämpfen, aber zünftig sind alle Meisterschaften“, so Utschneider Junior, seines Zeichens mehrfacher Deutscher Meister.

Segen von Ganghofer

Ludwig Ganghofer beschrieb in seinen Romanen am Ende des 19.



Der Staffelsee im sogenannten „Blauen Land“ in Mitten von Zugspitze und Karwendel.

Bild: Zugspitz-Region/Wolfgang Ehn

dort sitzt unser zweites Gehirn“, so Entspannungcoach Joachim Renz aus Unterammergau.

Der ruhige, sympathische Mann vom Bodensee will gestressten Menschen zeigen, dass es möglich ist, zwischendurch seine Gedanken auf Null herunterzufahren, um völlig loszulassen. Er stand selbst einmal kurz vor dem Burnout, kriegte dann mit der Farbenmeditation die Kurve. Die Technik ist vermeintlich einfach zu verstehen. Man schließt die Augen, fühlt seinen eigenen Bauch und fängt an zu zählen: Einatmen, sich die Zahl Sieben bildlich und sich dazu die Farbe Rot vorstellen. Ausatmen. Langsam aber beständig atmet man weiter und stellt sich die

im Zugspitzland beeindruckend begegnet, ist ein Thema, das auch als Label auf den „neuen Tourismus“ passt. Der Hörnle heißt daher auch „Zeitberg“, weil dort der Hetze ein Ende gesetzt werden soll. Die Region erneuert sich seit einiger Zeit, will mehr bieten als „nur“ den König-Ludwig-Kitsch, Traumschlösser für arabische und japanische Touristen und mit Lüftlmalerei verzierte Bauernhäuser.

Das Potenzial war und ist gigantisch. Richtig genutzt will es sein. Traumhaft und bildbuchartig schwingen sich die alpinen Landschaften empor und bilden einen Naturpark der Extraklasse. Für die Marketing-Spezialisten der Zug-

toresken Wallgau zum Beispiel setzt das Vier-Sterne-Superior Parkhotel Maßstäbe in Sachen Hostellerie. Vorzeige-Frau des Ortes ist die ehemalige Weltklasse-Biathletin Magdalena Neuner. Dem Namen ihrer Familie begegnet man oft in Wallgau. Ihr Wintersport-Kollege, Ex-Slalom-Ass Armin Bittner, stammt aus dem Nachbarort Krün.

Die Bayerischen Alpen mit Zugspitz-Region stehen als Tourismusregion vor neuen Herausforderungen. Jahrzehntlang waren hohe Übernachtungszahlen Standard und Modernisierungen wurden aufgeschoben. „Wir kämpfen wie alle Tourismusregionen mit immer kürzeren Übernachtungsintervallen

lebtes Brauchtum der Mittenwalder selbst“. Auch das „Gunkeln“, diese traditionsreiche Partnerschafts-Anbahnung mit dem unbekanntem Gegenüber, ist in Mittenwald heute noch absolut aktuell - als echte Konkurrenz zu „Friendscout 24“, „E-Darling“, „ElitePartner“ und „Parship“.

Das echte, kernige, unverfälschte Bayern hat immer noch seine alten Traditionen, die von Einheimischen gepflegt werden: Das Schafkopfspiel gehört dazu, das Schuh-Platteln, das Alphorn-Blasen, das stolze Aufmarschieren in Trachten - und das Fingerhakeln! Die beiden Ohlstädter Champions Anton Utschneider (Senior) und Josef Utz-

Jahrhunderts oft das harte Leben und erzählte von ergreifenden Schicksalen der Menschen. Atemberaubende Kulisse waren die Bayerischen Alpen. Er würde heute noch wohlwollend auf „sein“ oberbayerisches Land blicken. Es ist wohlhabend geworden dank des blühenden Tourismus in der Nachkriegszeit. Nun steht es in der Smartphone-Zeit eines globalisierten Tourismus vor neuen Herausforderungen. Ehrlichkeit und Echtheit sind gute Argumente, um sie zu bestehen.

Weitere Informationen

www.zugspitz-region.de



Entspannungcoach Joachim Renz.

Bilder: Zugspitz-Region



Bayer. Brauchtum Fingerhakeln.



Das historische Schloss (Bauzeit 1914 bis 1916) wurde 2007 wieder eröffnet.

Keine Angst, keine Trauer

Das Credo von Natur-Entspannungs-Coach Renz

Völlig losgelöst und frei von Emotionen. Das ist der Alpha-Zustand, in dem die Hirnströme zwischen sieben und 13 Hertz ganz ruhig fließen.

Dieser Zustand lässt sich durch verschiedene Meditationstechniken erreichen. Doch der Weg dorthin ist in der Regel weit. „Gerade wenn wir im Stress sind und dringend Ruhe und Abstand brauchen, haben wir oft nicht die Zeit für langatmige Übungen“, weiß Entspannung-Coach Joachim Renz aus eigener Erfahrung. Daher hat

er eine Methode entwickelt, mit der man weitaus schneller in den begehrten Alpha-Zustand gelangt. „Ein bis zwei Minuten - das ist das Ziel meiner Seminare.“ Die eigene Suche ließ ihn durch zahlreiche Trainings und Seminare zum Meditationsexperten werden. Heute bietet der inzwischen 52-Jährige genau das an, was ihm selbst geholfen hat.

Kontakt und Info

www.natur-stress.de



Gipfel der Zugspitze.

Obama und Merkel kommen

G8-Gipfel ist 2015 auf Schloss Elmau

Im Jahr 2015 ist Deutschland wieder der Gastgeber des G8 / G7 Gipfels.

Dieses mal findet der Gipfel in einer der schönsten Regionen Bayerns, im Schloss Elmau unweit der Isartal Gemeinden Mittenwald und Krün vom 4.6-5.6. 2015 am Fuße des Wettersteingebirges statt.

Die Teilnehmer

Die voraussichtlichen Teilnehmer des G8 Gipfels sind: Deutschland: Bundeskanzlerin Angela

Merkel, Vereinigte Staaten von Amerika: US Präsident Barack Obama, Großbritannien: Premierminister David Cameron, Frankreich: Staatspräsident François Hollande, Kanada: Premierminister Stephen Harper, Italien: Präsident Giorgio Napolitano, Japan: Premier Shinzō Abe, Europa: Jean-Claude Juncker Die Kernthemen sind noch nicht bekannt.

Weitere Informationen

www.g8-2015.de