

Weitwandern am Lechweg – von der Quelle bis zum Fall

125 Kilometer vom Formarinsee bis Füssen

Auf die Türen, auf in die Natur: Es wird Zeit! Es wird Zeit, wieder Bergluft zu atmen. Jede Jahreszeit ist Wanderzeit, aber im Juni und September macht´s besondere Freude, über Stock und Stein mit Steinbock und Gams in den Alpen entlang der Lech auf Wanderschaft zu gehen. Abgeschieden vom Stress des Alltags, rein in die Stille der Natur. Dort, wo man seinen **GEHdanken** leichter Raum geben kann, dort, wo man sich in voller Wucht selbst begegnet, wo gehaltvolle Dialoge mit Gleichgesinnten entstehen, dort wird Ernst Merkinger in den Monaten Juni und September mit einer Gruppe von 10 bis 15 Leuten das tun, was er am liebsten tut: gemeinsam wandern und gemeinsam meditieren.

Der Lech ist einer der letzten Wildflüsse Europas. Ungehindert bahnt er sich seinen Weg zwischen Lechtaler und Allgäuer Alpen vom knapp 1.800 m hohen Formarinsee bis zum Ende auf rund 800 m Höhe bei Füssen. Der erst 2013 fertiggestellte Lechweg folgt seinem Lauf, mal direkt am Ufer, mal durch herrliche Bergwälder, gelegentlich auch in mittleren Höhen auf Alm- und offenen Panoramawegen, vorbei an Seitentälern, Wasserfällen und Aussichtspunkten, bis hin zu den bayrischen Königsschlössern.

Reisetermine: 26.06. – 04.07.2021 | mit Ernst Merkinger, Weitwanderer & Meditations-Lehrer
11.09. – 19.09.2021 | mit Ernst Merkinger, Weitwanderer & Meditations-Lehrer



Das Besondere dieser OLIVA Wanderreise:

- Begleitung: Ernst Merkinger, Weitwanderer & Meditations-Lehrer
- von der Quelle bis zum Fall
- malerische Panoramablicke zu den umliegenden Bergen
- dem Lech, dem letzten Wildfluss der Nordalpen, entlang
- Digital-Detox – „Meditation statt Handy“
- Gruppe: 10 bis 15 Personen

Unser Reiseprogramm

1. Tag, 26.06./11.09.: Willkommen hoch oben im Lechtal

Heute startet unser Weitwander-Abenteuer „Lechweg“. Individuelle Anreise nach Lech mit der Bahn oder PKW (gerne geben wir auf Wunsch die Daten der Teilnehmenden weiter, damit sich auch Fahrgemeinschaften bilden können). Eintreffen bis 15.00 Uhr, Kennenlernen und erste Informationen von Ernst Merkinger über den Lechweg. Abendessen und Nächtigung in Lech, Hotel Bergheim. (-/-/A)
Oberhalb von Lech am Formarinsee in 1.793 m Höhe beginnt der Lechweg. In den nächsten sechs Tagen wandern wir vom Hochgebirge bis in das Alpenvorland. (-/-/A)

2. Tag, 27.06./12.09.: Vom Formarinsee nach Lech

Nach dem Frühstück fahren wir mit dem Wanderbus zum Formarinsee. Hier, am Ausgangspunkt unserer Tagesetappe, eröffnet sich uns ein wunderschöner Panoramablick über den See. Im Lech-Quellgebiet kann man einige Quellen gleich neben dem Weg beobachten. Weiter geht es über den Uferweg und vorbei am Steinbock-Denkmal, welches an die Wiedereinsetzung des Steinwilds seit 1958 erinnert, und zurück nach Lech am Arlberg. Abendessen und Nächtigung wie am Vortag. (F/-/A)

Länge: 14 km | Reine Gehzeit: ca. 4 h | Hm: + 195



3. Tag, 28.06./13.09.: Auf Panoramawegen von Lech nach Lechleiten

Diese Etappe unseres Weges führt von Lech in die faszinierende Tobellandschaft des Wildflusses. Zwischen Lech und Warth wandern wir etwas oberhalb der Lechschlucht zum Grenzobel, der Markierung der Gemeindegrenze zwischen den beiden Orten. Hinter Warth überqueren wir schließlich die Landesgrenze zwischen Vorarlberg und Tirol, bevor wir nach Lechleiten, unserem heutigen Etappenziel, kommen. Abendessen und Nächtigung. (F/-/A)

Länge: 14 km | Reine Gehzeit: ca. 5 h | Hm: + 722, – 632

4. Tag, 29.06./14.09.: Lechleiten via Steeg nach Holzgau, über die längste Hängebrücke Österreichs



Über einige Serpentinaen gelangen wir in dieser Etappe hinunter zum Lech. Der Panoramaweg nach Steeg führt uns an vielen Fotomotiven und Aussichtspunkten vorbei. Immer wieder können wir unter uns den Lech in seinem naturbelassenen Flussbett erkennen, während wir den idyllischen Weg über Wiesen und kleinere Brücken genießen. Die Wanderung von Steeg nach Holzgau ist relativ kurz, wartet aber mit einigen Höhepunkten auf. Beim wildromantischen Wasserfall lädt eine Kneippanlage zum Wassertreten ein, in Holzgau begeistern die Häuser mit farbenfroher, traditioneller Lüftmalerei aus dem Spätbarock.

Abendessen und Nächtigung. (F/-/A)

Länge: 16 km | Reine Gehzeit: ca. 6 h | Hm: + 464, – 889

5. Tag, 30.06./15.09.: Holzgau bis nach Elbingenalp

Auf dieser Etappe wandern wir zum Teil auf Holzstegen über das Landschaftsjuwel Schigge Richtung Bach. Entlang des Lechs führt dieser Abschnitt gemütlich von Bach nach Elbingenalp in den geografischen Mittelpunkt des Lechtals. Elbingenalp ist auch der Geburtsort der legendären Geierwally Anna Steiner-Knittel und eine Hochburg der Tiroler Schnitzkunst. Um ins Ortszentrum zu gelangen, müssen wir den Lechweg kurz verlassen. Abendessen und Nächtigung. (F/-/A)

Länge: 13 km | Reine Gehzeit: ca. 5 h | Hm: + 750, – 818

6. Tag, 01.07./16.09.: Naturphänomen Doser Wasserfall

Von Elbingenalp führt der Lechweg durch Häselgehr, Elmen und Vorderhornbach bis nach Stanzach. Im Weiler Luxnach befindet sich der Doser Wasserfall, welcher an St. Martin (11.11.) versiegt und an St. Georg (23.04.) wieder entspringt ... viele Sagen und Geschichten ranken sich um dieses Naturphänomen.

Ein Abstecher hinauf zum Baichlstein bietet einen beeindruckenden Blick auf den Lechzopf, einen besonders markanten Verlauf des „wilden Flusses“. (F/-/A)

Länge: 21 km | Reine Gehzeit: ca. 8,5 h | Hm: + 801, – 903

7.Tag, 02.07./17.09.: Unterwegs am „wilden Fluss“

Willkommen am „wilden Fluss"! Der Lechweg führt nun durch die charakteristische Wildflusslandschaft, am Lechzopf vorbei nach Forchach und weiter über die Johannesbrücke (die erste Brücke über den Lech) nach Weissenbach. Die ökologischen Besonderheiten des Moosbergs sollten wir uns auf dieser Etappe nicht entgehen lassen: Hier wechseln sich auf kleinstem Raum trockene und feuchte Stellen ab. Außerdem bieten die offenen Wiesen am Hangfuß bodenbrütenden Vögeln wie Braunkehlchen und Feldlerche einen perfekten Lebensraum. Die Wanderung führt uns weiter am Riedener See entlang und durch Höfen, von wo aus wir erneut hinaufsteigen auf den Panoramaweg mit dem Hahnenkamm im Rücken und wunderbarem Blick auf den Talkessel von Reutte, bis wir schließlich Wängle erreichen. Abendessen und Nächtigung. (F/-/A)

Länge: 22 km | Reine Gehzeit: ca. 7 h | Hm: + 332, – 329

8.Tag, 03.07./18.09.: Zwischen Österreich und Deutschland

Am letzten Morgen führt die Wanderung durch die Pflacher Au, bekannt für ihre einzigartige Vogelvielfalt. Genießen wir die beschauliche Ruhe des Frauensees, die wilde Natürlichkeit des Lechs und das pulsierende Marktleben in Reutte. Auf dem letzten Abschnitt kurz vor Füssen kommen wir über Wald- und Forstwege bis zur Sternschanze, die als vorgelagerte Befestigungsanlage als Teil der Burgenwelt Ehrenberg errichtet wurde. Wir wandern in Richtung Alpsee nach Bayern. Schon bald fallen die Schlösser Hohenschwangau und Neuschwanstein ins Blickfeld. Wieder durch den Wald hinab gelangen wir zum Lechfall, dem Endpunkt des Lechweges. Geschafft! Abendessen und Nächtigung in Füssen. (F/-/A)

Länge: 25 km | Reine Gehzeit: ca. 8 h | Hm: + 1.087, – 1.234

9. Tag: Heimreise

Es ist Zeit, sich vom Lechtal und seinen schönen Ecken zu verabschieden. Individuelle Heimreise. (F/-/-)

Enthaltene Leistungen::

- 8 Nächte in ausgewählten Hotels/Gasthöfen oder Pensionen
- Zimmer mit Bad/Dusche und WC
- Gepäcktransport von Unterkunft zu Unterkunft
- Detaillierte Routenbeschreibung und Informationsmaterial
- OLIVA Reisebegleitung: Ernst Merking, Weitwanderer & Meditations-Lehrer
- Lechtal Aktiv Card
- Transfer Hotel in Lech – Formarinsee
- Ortstaxen in den einzelnen Unterkunftsorten
- alle Steuern und Gebühren

Preis pro Person im Doppelzimmer EUR 1.370,-

Preis pro Person im Einzelzimmer EUR 1.490,-

Nicht enthaltene Leistungen:

- Hoteltransfer vom/zum Bahnhof
- persönliche Versicherungen
- ggfs. Eintritte & persönliche Ausgaben

Was Sie noch wissen sollten ...

Wandercharakteristik/Anforderungen

- leichte bis mittelschwere Wanderungen
- von Unterkunft zu Unterkunft, mit Gepäcktransport
- meist gute Wege, gute Kondition erforderlich

Was ist Weitwandern?

Würde man zehn WeitwandererInnen fragen, was denn Weitwandern für sie bedeutet, würde man zehn verschiedene Definitionen zu hören bekommen. Für Ernst hat Weitwandern einen spirituellen Charakter: Er betrachtet es als das wahre Pilgern. Weitwandern, so meint er, ist Meditieren mit den Füßen. Man geht in die Fremde zu sich selbst und bewegt sich auf heiligem Terrain. – Und welche Orte sind heiliger und ursprünglicher als die Flora und Fauna der Alpen?

... und was wir Ihnen noch gerne mitgeben möchten:

- Tagebuch-Schreiben
- Digital-Detox – „Meditation statt Handy“ (Smartphone für 7 Tage abdrehen)
- Tägliche Gedanken-Impulse, z.B. Gedicht von Thich Nhat Hanh, buddhistischer Mönch

„The Heart of Understanding“ (von Thich Nhat Hanh; von Ernst Merkinge leicht abgeändert):

Du wirst deutlich sehen, dass in diesem Tee eine Wolke schwebt. Ohne Wolke gibt es keinen Regen; ohne Regen können die Kräuter nicht wachsen, und ohne Kräuter können wir keinen Tee trinken. Für den Tee ist die Wolke unverzichtbar. Wenn die Wolke nicht da ist, kann auch der Tee nicht da sein ... Wenn wir in den Tee noch tiefer hineinsehen, können wir den Sonnenschein darin sehen. Wenn es keinen Sonnenschein gibt, können die Kräuter für den Tee nicht wachsen. Tatsächlich kann dann nichts wachsen. Auch wir können ohne Sonnenschein nicht wachsen. Wir wissen also, dass auch in diesem Tee ein Sonnenschein ist. Der Tee und der Sonnenschein sind untrennbar. Und wenn wir weiter schauen, können wir die Erntearbeiter sehen, die die Kräuter gepflückt haben und diese in den Teebeutel mit anderen Kräutern gefüllt haben. Und wir sehen den Weizen. Die Erntearbeiterin kann ohne ihr tägliches Brot nicht leben, und daher ist der Weizen, der zu ihrem Brot geworden ist, auch in diesem Tee. Und Mutter und Vater der Erntearbeiterin sind auch darin ... Du kannst kein einziges Ding herausnehmen, das nicht drinnen ist – Zeit, Raum, die Erde, der Regen, die Mineralien in der Erde, der Sonnenschein, die Wolke, der Fluss, die Hitze. Alles ko-existiert mit diesem Tee ... So unscheinbar dieser Tee ist, er enthält alles, was im Universum ist.“

Tagesablauf

7:00 – 7:30 Uhr: Morgenmeditation

7:30 – 8:30 Uhr: Frühstück

9:00 Uhr: Aufbruch/Gehmeditation während des Weitwanderns

12:00 Uhr: Mittagessen

14:00 – 15:00 Uhr: Ankunft in der Unterkunft

15:00 – 17:30 Uhr: Pause

17:30 – 18:30 Uhr: Impulse, Gespräche, etc.

18:30 – 20:00 Uhr: Abendessen

20:30 – 21:30 Uhr: Abendmeditation

Einreisebestimmungen: Gültiger Reisepass

Gesundheitsbestimmungen: Es sind keine Impfungen vorgeschrieben. Das Wiener Zentrum für Reisemedizin empfiehlt in Europa die generellen Impfungen des Österreichischen Impfplanes. Nähere Auskünfte erhalten Sie unter +43 (1) 40 383 43 bzw. www.reisemed.at. Bitte kontaktieren Sie diesbezüglich entweder Ihren Hausarzt oder das jeweilige Gesundheitsamt. Wir weisen darauf hin, dass alle ReiseteilnehmerInnen in angemessener körperlicher Verfassung sein müssen.

Sie haben noch Fragen? – Gerne sind wir für Sie da!

Buchung & Kontakt: OLIVA Reisen | Warnhauserstraße 10, 8073 Feldkirchen bei Graz, Austria

+43 316/29 109 52 | mail@olivareisen.at | www.olivareisen.at

Montag – Freitag | 09.00 Uhr – 12.00 Uhr und 13.00 Uhr – 17.00 Uhr

Veranstalter: OLIVA Reisen, GISA-Zahl: 19872964

**Diese Informationen wurden mit viel Sorgfalt zusammengestellt.
Für Vollständigkeit und Richtigkeit kann keine Gewähr übernommen werden.
Programmänderungen vorbehalten.**