

## Kurznachrichten

**Tiroler Oberland: Die „INN.ACTION“-Wochen im Tiroler Oberland: Vom UP STREAM SURFING am Inn bis hin zum actionreichen Canyoning**  
**Thüringer Wald: Sieben Täler, sieben Brücken und einmal "Wasser marsch" - Wildwasser-Rafting am 6. August 2022 im Thüringer Wald**

**Die „INN.ACTION“-Wochen im Tiroler Oberland: Vom UP STREAM SURFING am Inn bis hin zum actionreichen Canyoning**

Und Action: Wenn die Tage länger werden und die Temperaturen nach oben klettern, steigt auch die Lust auf Outdoor-Aktivitäten. Actionfans kommen bei den „INN.Action“-Wochen im Erlebnisraum Tiroler Oberland im Juli und August voll auf Ihre Kosten, denn in diesen zwei besonderen Wochen kann man aus einem umfangreichen, zusammengestellten Sportangebot frei wählen.

Vom 4. bis 10. Juli sowie vom 1. bis zum 7. August 2022 stehen im Erlebnisraum Tiroler Oberland mit den Hauptorten Ried im Oberinntal, Prutz und Pfunds jede Menge Outdoor-Aktivitäten auf dem Programm: Ob an Land beim Wandern, Klettern, Trailrunning und Mountainbiken oder auf dem Wasser. Gerade im Sommer sind Wassersport-Aktivitäten hoch im Kurs, denn sie sorgen für eine erfrischende Abkühlung an heißen Tagen. Wer das Wasser liebt, aber doch lieber stiller Beobachter ist, für den bietet der Anton-Renk-Klettersteig eine actionreiche, sportliche Herausforderung mit traumhaftem Ausblick. Für Canyoning-Fans geht es mit einem Guide in eine abenteuerliche Schlucht. Beim Wildwasser-Rafting am Inn stärkt man Teamgeist und Durchhaltevermögen. Surf-Fans können sich beim Up Stream Surfing am Inn austoben. Die neue Art des Flusssurfens ist eine Mischung aus Wakeboarden und Surfen und eignet sich auch gut für Anfänger. Oder man paddelt ganz gemütlich mit dem SUP-Board auf dem Rieder Badensee und genießt dabei die warmen Sonnenstrahlen.

Wer sich jedoch nach mehr Entspannung an der frischen Bergluft sehnt und die innere Balance finden möchte, besucht am besten die Yoga-Kurse im Zirbenwald oder probiert Qi-Gong-Übungen am Badensee Ried aus. Mit Bewegungs- Atmungs- und Mediationsübungen werden Blockaden gelöst, um die Energie im Körper wieder zum Fließen zu bringen.

Natürlich darf bei so viel Action keinesfalls die kulinarische Belohnung fehlen. Für Frühaufsteher ist eine Sonnenaufgangstour mit anschließendem Almfrühstück genau das Richtige, um gestärkt in den Tag zu starten. Oder man genießt einen ausgiebigen Brunch auf der Radurschlalm auf 1.800 Höhenmetern – mit regionalen Produkten und herrlichem Weitblick.

Auch für Musikliebhaber haben die Actionwochen einiges zu bieten. Im Juli und August findet jeden Mittwoch die Eventreihe „Lake Sunset“ statt. Einheimische Bands treten ab 17.00 Uhr auf einer Bühne beim Rieder Badensee auf. So lässt sich die Urlaubszeit direkt am Wasser mit einem fruchtigen Cocktail, Abendsonne und „lässiger“ Musik so richtig genießen. Außerdem gibt es ein abwechslungsreiches



Ein besonderes Erlebnis während der „INN.Action“ im Tiroler Oberland: das UP STREAM SURFING am Inn.  
© Tiroler Oberland, Rudi Wyhlidal



Wer hoch hinaus möchte, kann während der zwei Outdoor-Wochen auf dem Anton-Renk-Klettersteig sein Können unter Beweis stellen.  
© Tiroler Oberland, Rudi Wyhlidal

Animationsprogramm für die Kleinen mit Bastelvergnügen und lustigen Spielen.

Die „INN.Action“-Aktivitäten können innerhalb der zwei Outdoorwochen jeweils von Montag bis Sonntag ausprobiert werden. Das Equipment für die einzelnen Outdoor-Aktivitäten kann man ganz einfach vor Ort ausleihen. An wie vielen Aktivitäten man teilnehmen möchte, bleibt einem selbst überlassen. Natürlich hat man nebenbei noch genügend Zeit, die Gegend zu erkunden oder erlebnisreiche Aktivitäten auf eigene Faust zu unternehmen.

Weitere Informationen unter: [www.tiroler-oberland.com](http://www.tiroler-oberland.com)

### **Sieben Täler, sieben Brücken und einmal "Wasser marsch" - Wildwasser-Rafting am 6. August 2022 im Thüringer Wald**

Ein ganz besonderes Erlebnis erwartet Outdoor-Fans am 6. August 2022 beim Wildwasser-Rafting in Tambach-Dietharz. Zum 20. Mal wird der Luftkurort nach zwei Jahren pandemiebedingter Pause wieder zum Mittelpunkt der Wildwasser-Rafting-Szene. Umgeben von Wäldern und Wiesen mit sprudelnden Bergbächen und kristallklarer Luft, fügt sich das Örtchen, das von sieben Tälern umgeben ist, in die Landschaft des Thüringer Waldes ein. Zum Rennsteig sind es von hier aus 4,5 Wanderkilometer. Am 6. August geht es von 9.00 bis 17.00 Uhr jedoch ausnahmsweise nicht ums Wandern. Die Gäste haben die einmalige Möglichkeit, mit einem Schlauchboot durch schäumendes Wasser zu paddeln, denn an diesem Tag wird das Grundwasser der Talsperre „Schmalwasser“ abgelassen und verwandelt das sonst so sanfte Flüsschen „Apfelstädt“ in einen reißenden Wildstrom. Der Einstieg in die Strecke befindet sich in der Nähe des Brauhausplatzes im Ortsteil Dietharz. Helm und Schwimmweste werden am Start gestellt. Bevor es losgeht, gibt es eine kurze Einweisung der Bootsführer, denn die knapp drei Kilometer lange Strecke hat es in sich. Unter sieben Brücken und durch zwei Wehre hindurch verläuft die Tour mitten durch den Ort. An der Ochsenwiese fließen die „Apfelstädt“ und der Fluss „Schmalwasser“ zusammen und bilden zusammen das ideale Gewässer für eine actionreiche Schlauchbootfahrt, die für Thüringen einzigartig ist. Trocken bleibt hier niemand. Denn die Anwohner halten sich mit Wassereimern bereit und sorgen für Erfrischung von oben. Die „Gratis Dusche“ hat mittlerweile schon Tradition. Nach 10-minütiger Fahrt gelangt man zum Ausstieg, der sich in unmittelbarer Nähe zum Saurier-Erlebnispfad befindet – der Bromacker gilt als eine der bedeutendsten Ursaurier-Fundstellen Europas. Am Wildwasser-Rafting kann jeder teilnehmen – auch Kajakfahrer. Das Abenteuer kostet 22 Euro pro Teilnehmer, Gruppen bis zu acht Personen können ein Komplettboot für 170 Euro reservieren.

Weitere Informationen: [www.wildwasserrafting-tambach-dietharz.de](http://www.wildwasserrafting-tambach-dietharz.de), [www.thüringer-wald.com](http://www.thüringer-wald.com)



Am 6. August 2022 findet das legendäre Wildwasser-Rafting nach zwei Jahren coronabedingter Pause wieder in Tambach-Dietharz im Thüringer Wald statt.

© Team Müller



Die drei Kilometer lange Rafting-Tour verläuft durch den gesamten Ort Tambach-Dietharz und hat es in sich: Für nur einen Tag verwandelt sich das plätschernde Flüsschen „Apfelstädt“ in einen reißenden Wildbach.

© Team Müller

---

#### **Informationen für Medien:**

genböck pr + consult

Nina Genböck

Märkisches Ufer 28, D-10179 Berlin

Tel. +49-30-224877-01

[nina.genboeck@genboeckpr.de](mailto:nina.genboeck@genboeckpr.de)

[www.genboeckpr.de](http://www.genboeckpr.de)

