

Presseinformation

3. August 2022

**Kurznachrichten****Thüringer Wald: Tag der Sommerfrische am 21. August 2022 im Schwarzatal  
Läuft in Gastein: Abwechslungsreiche Trails durch die Bergwelt und die „adidas Infinite Trails 2022“ im September****Thüringer Wald: Tag der Sommerfrische am 21. August 2022 im Schwarzatal**

Die Gebrüder Grimm prägten Mitte des 19. Jahrhunderts in ihrem Deutschen Wörterbuch den Begriff „Sommerfrische“. Sie definierten ihn als „Erholungsaufenthalt der Städter auf dem Lande zur Sommerzeit“.

Sommerfrische war gestern? Nicht im Schwarzatal. Der Ausbau der Schwarzatal-Bahn vor über 100 Jahren war der Startpunkt des Tourismus in der Region, Hotels und Pensionen entstanden. Schon damals fanden Sommerfrischler den perfekten Mix aus Entschleunigung und Erholung. Das suchen viele Gäste auch heute noch – und finden es hier.

Am 21. August findet auch in diesem Jahr wieder der „Tag der Sommerfrische“ im Schwarzatal statt. Von Bad Blankenburg bis Katzhütte, von Rottenbach bis Böhlen sind traditionsreiche Häuser geöffnet, begleitet von einem umfangreichen Kulturprogramm. Höhepunkte sind der „Lange Tisch der regionalen Produkte“ am Bahnhof Rottenbach und verschiedenste Angebote klimaneutraler Mobilität im Unteren Schwarzatal. Am Vorabend wird es an mehreren Orten Lichtinstallationen, Freilicht-Kinovorstellungen und Gesprächsangebote geben.

Das detaillierte Programm [www.sommerfrische-schwarzatal.de](http://www.sommerfrische-schwarzatal.de)



Am Tag der Sommerfrische kann man an Führungen durch das Schloss Schwarzburg teilnehmen, die das rekonstruierte Hauptgebäude sowie den umgebauten Emporen- und Ahnen-Saal beinhaltet.

© Dominik Ketz | Regionalverbund Thüringer Wald e.V.



Wer sich auf dem Weg zur Einsiedelei macht, wird gebeten, Brennholz und Wasserkanister mit nach oben zu bringen.

© Dominik Ketz | Regionalverbund Thüringer Wald e.V.

**Läuft in Gastein: Abwechslungsreiche Trails durch die Bergwelt und die „adidas Infinite Trails 2022“**

Über Stock und Stein, bergauf von Gipfel zu Gipfel und quer durch die herrliche Natur – darum geht es beim Trailrunning in Gastein. Gehen ist dabei etwas untertrieben. Denn das Laufen auf Schotter-, Wald- und Wiesenwegen, durch Wälder oder Parks, auf Stein- und Geröllpfaden in alpinem Gelände ist eine richtige Herausforderung. Wer sich das zutraut, kann im September bei den „adidas Infinite Trails“ an den Start gehen. Und das in der herrlichen Landschaft des Salzburger Landes.

Vom 9. bis 11. September 2022 ist Gastein Treffpunkt für Trailrunner aus der ganzen Welt. Sie kommen nach Österreich, um bei den „adidas



Für viele Outdoor-Sportler bedeutet Trailrunning Freiheit pur – diese kann man in Gastein auf rund 600 Kilometern Wege und Trails mit spektakulären Ausblicken ausleben.

©Marktl Photography

Infinite Trails“ als Teams oder Einzelläufer anzutreten. Bei dieser einzigartigen Trailrunning-Challenge bewältigt jedes Staffeltteam insgesamt über 90 Kilometer und mehr als 9.000 Höhenmeter. Dabei absolviert jeder Läufer eine von drei Runden, die unterschiedlich lang sind. Für die Einzelstarter gibt es zudem eine spektakuläre Herausforderung mit einer Ultradistanz von 65 Kilometern und 5.000 Höhenmetern über drei Gasteiner Gipfel. Und die Sportler, denen die Ultradistanz doch noch zu lang ist, können die 45 Kilometer Strecke laufen. Für Trailrun-Rookies steht eine Strecke von 15 Kilometern und 900 Höhenmetern bereit. Der Rundkurs startet an der Alpen Arena Bad Hofgastein und führt in Richtung Schlossalm.

Warum trifft man sich gerade in Gastein? Für viele Outdoor-Sportler bedeutet Trailrunning Freiheit pur. Hier in Gastein kann man diese Freiheit ausleben. Zum Trainieren und zum Laufen, auch außerhalb des Wettbewerbs im September, hat Gastein rund 600 Kilometer Wege und Trails mit unglaublichen Ausblicken, vorbei an Wasserfällen und Almwiesen, meist abseits von Forstwegen und in einsamer Berglandschaft. Die Wanderwege oder Bergtouren in Gastein sind perfekt markiert. Dazu gehören auch 12 permanente Trailrunning-Strecken mit unterschiedlichen Schweregraden und Distanzen.

Das Trailrun Camp vom 9. bis 12. September 2022 ist darauf ausgerichtet, die Teilnehmer auf das „adidas Infinite Trails“ vorzubereiten. Die Teilnehmer erwarten geführte Trailläufe im Tal, Leistungsanalyse mit Laktatstufentest, sportmedizinischer Untersuchung, Yoga-Einheiten, Eintritt in die Alpentherme Gastein und vieles mehr.

Weitere Informationen: [www.gastein.com](http://www.gastein.com), [www.infinite-trails.com](http://www.infinite-trails.com), [www.alpentherme.com](http://www.alpentherme.com)

Trailrunning in Gastein: [www.gastein.com/aktiv/ganzjahres-aktivitaeten/trailrunning](http://www.gastein.com/aktiv/ganzjahres-aktivitaeten/trailrunning)



In Gastein kommen Trailrunner aus der ganzen Welt zusammen, um an den „adidas Infinite Trails 2022“ als Team oder Einzelläufer teilzunehmen.  
©Damiano Benedetto

#### 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)



**Gastein**