

3 TAGE IN ...

... OLANG

im Pustertal

Gepflegte Auszeit inmitten heimeliger Natur: NATURE-

FITNESS-Chefredakteur Ulrich Pramann war Gast im »Hotel Post« zu Füßen des Kronplatzes im Südtiroler Pustertal. Wanderer und vor allem Pferdeliebhaber kommen hier auf ihre Kosten.

Danke, Trixi, für deine Geduld. Ein ums andere Mal denke ich: Was wohl Trixi wohl gerade über mich denkt? Mich wenig Taktvollen da oben. Hannes ruft mir ganz einfache Hinweise (»und auf, und ab«) zu, während Trixi, die treue Haflingerstute, zuverlässig trabt. Nur mir misslingt es, gleichzeitig Trixis rhythmisches Gleichmaß der Schrittfolge zu erkennen und den Anweisungen von Hannes zu folgen – also einfach jeweils im richtigen Moment den Hintern hoch zu bekommen.

Meine erste Reitstunde gerät zur Lektion: Oh ja, Reiten ist ein anspruchsvoller Sport. Die Inneschenkel müssen hart arbeiten, die Rückenmuskulatur, die Konzentration werden gefordert. Was so einfach wirkt, will seriös gelernt sein.

Ein paar Zaungäste in Reitstiefeln sehen dem unspektakulären Spektakel zu. Schmunzeln sie über mich, den totalen

Amateurreiter? Nein, ich lasse mir den anstrengenden Spaß nicht verderben – an diesem wunderbaren Morgen in Olang im Südtiroler Pustertal. Die Sonne lacht und die Luft duftet nach Heu. Nach dem Frühstück im Hotel Post waren es nur

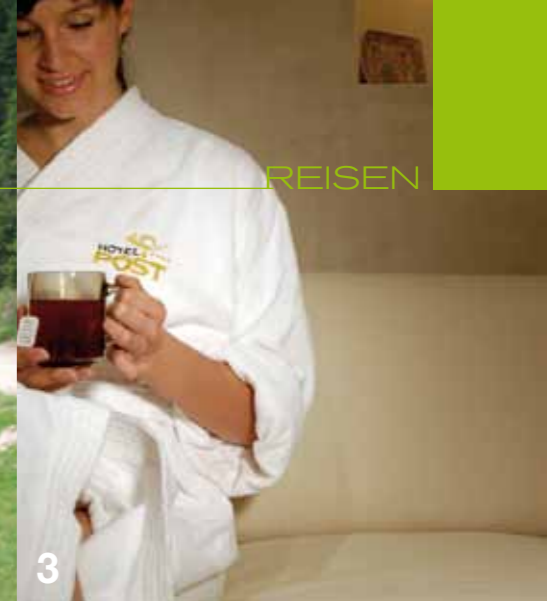
ein paar Schritte zum hoteleigenen Reitzentrum »Tolderhof«. In den Stallungen stehen 25 elegante Warmblüter und sportliche Haflinger, die zu Südtirols Adel zählen.

Reitlehrer Hannes Weitlaner ist als dreifacher Italienmeister eine Koryphäe, vor allem auch im Fahrsport. Ambitionierte lassen sich von ihm in die Feinheiten des Zwei-Gespänner-Fahrens unterweisen, Anfänger und Fortgeschrittene, junge Mädchen und Hausgäste genießen professionellen Unterricht, in der Reithalle, im Geländeparcours und wenn es in die Natur hinaus geht, etwa zum Almritt mit Picknick in Olangs Umgebung. Manchmal kommt als Reitgast auch Ole-Einar Björndalen, der norwegische Biathlonstar, der im Nachbarort Toblach verheiratet ist. Unter Pferdeliebhabern gilt das traditionsreiche Hotel Post (»seit 1886«) bzw. seine Residence Tolderhof als qualifiziertestes Reiterzentrum Südtirols.

Noch vor gut 20 Jahren standen hier, wo heute morgens und abends ein leckeres Buffet lockt, mal 25 Kühe. Ein Teil des Hotels war viele Jahrzehnte Kuhstall. Die Pruggersche Pferdepassion begann, als sich Töchterchen Barbara als 10-jährige dringend ein eigenes Pferd wünschte. Ihre Wunschstute bekam ein Fohlen, dieses entwickelte beeindruckendes Potenzial – und so kam es, dass es mit den Jahren mehr Pferde wurden und der Reiterhof im Hotelkonzept mehr und mehr Gewicht gewann



Hotelierefamilie Prugger



Fotos: Hotel Post/Olang (3), NATURE FITNESS/Ulrich Pramann (3)

- Naturidylle im Südtiroler Pustertal**
- 1 Das traditionsreiche Hotel Post im Zentrum von Oberolang
 - 2 Geführte Wanderung mit Wolfi im Naturpark Fanes-Sennes-Prags
 - 3 + 4 Wohlfühlprogramme werden im Hotel Post groß geschrieben
 - 5 Stolzler Ausritt mit Blick ins Antholzer Tal, im Hintergrund Dreiherrnspeitz (3498 m) und Hochgall (3435 m)



Aktion und Entspannung in natürlicher Umgebung

- 1 Reitzentrum Tolderhof
- 2 Heuernte in Oberolang
- 3 Juniorchef Andrä Prugger
- 4 Reit- und Fahrlehrer Hannes
- 5 Ausflugsziel Pragser Wildsee
- 6 Gepflegte Gastronomie und
- 7 Alte Stube im Hotel Post

TAGE IN...

...OLANG

und heute eine »zentrale Rolle« spielt, erzählt Juniorchef Andrä Prugger, 32, der im Herbst von seinen Eltern die Verantwortung für das Vier-Sterne-Hauses übernehmen wird. Er will künftig noch mehr auf genussreiche Aktivitäten, regionale Küche und auch auf das elegante Abnehmprogramm »Metabolic Balance« setzen. Diese Saison wurde das umfangreiche Wohlfühlangebot schon um »Wellness für Reiter« erweitert, spezielle Massagen im Spa-Bereich.

Zum Beispiel Hot Stones. Ach, war das wunderbar, wie Steffi, die Wellnesstrainerin, von der Natur geschliffene, erhitzte Lavasteine auf bestimmte Energiezentren und Reflexzonenpunkte des Körpers auflegte, und sehr langsam und sehr intensiv den ganzen Körper massierte, 80 lange Minuten. Verspannungen lösten sich auf, der Körper fand in einen Zustand tiefster Entspannung.

Morgens waren wir mit Wolfi wandern. Dreimal pro Woche geht der Wanderführer mit Hotelgästen auf Tour. Heute waren wir zwölf. Wir fuhren mit dem Hotelbus Richtung Cortina d'Ampezzo. Unser Wanderziel war eine Hütte (Rifugio Sennes)

im Naturpark Fanes-Sennes-Prags. »Verlasst die Pfade und taucht in die Natur und in die Stille ein, spaziert langsam, weit weg von Euren täglichen Sorgen, und entdeckt die Schätze unserer Berge« – dieses Motto geben die Hüttenpächter mit auf den Weg.

Unterwegs wies uns Wolfi auf lila Schusternagele und gelben Hahnfuß hin, wir beobachteten Murmeltiere und staunten über die Leichtfüßigkeit des Herrn Vietinghoff, eines Mittsiebzigers aus München, der Höhenmeter wie ein Jungspund absolvierte. Komplimente darüber wiegelte er ab. Na ja, früher ging es natürlich besser, sagte er, früher haben ihn Begleiter schon mal »Rennsau« genannt. Seit 1976 reisen Herr und Frau Vietinghoff regelmäßig ins Hotel Post. Jedes Jahr drei, vier Mal, jedes Mal für zwei Wochen. Vor allem um zu Wandern. Wenn sie in 14 Tagen nicht auf 15 Wanderungen kommen, ist es nicht gut gelaufen.

Diese Wanderung heute hatte sich Wolfi extra für die Münchner Vielwanderer ausgedacht, eine ganz neue Tour sollte es sein. Neue Tour? »Es war wirklich eine schöne Tour«, versicherte Herr Vietinghoff hinterher. Und er gestand dem Wolfi: »Mhm, den Weg kannte ich schon. Von vor 20 Jahren.«

Fotos: Hotel Post/Olang (4), NATURE FITNESS/Ulrich Pramann (4)



INFOS: HOTEL POST/RESIDENCE TOLDERHOF IN OLANG IM SÜDTIROLER PUSTERTAL

Wandern, Reiten, Wellness, Gourmet – auf diese Stärken setzt die Hoteliersfamilie Prugger in ihrem traditionsreichen Vier-Sterne-Hotel Post (36 Zimmer), der ganz auf Pferdeliebhaber abgestimmten Residence Tolderhof (15 Apartments) und der stilvollen Villa Prugger in Olang am Fuße des Kronplatzes im Südtiroler Pustertal. Der hoteleigene Reiterhof bietet qualifizierten Unterricht für jedes Niveau und zählt unter Pferde-



freunden zu den besten Adressen Südtirols. Auf dem »Aktiv- und Genussprogramm« stehen pro Woche drei geführte Wanderungen, Galadinner mit Weingustation und ein Rad-Tag. Olang bietet bestens sich als idealer Ausgangspunkt für Wanderungen, Mountainbike- und Radtrekkingtouren an. **Mehr Infos:** Hotel Post/Residence Tolderhof, I-39030 Olang/Südtirol, Tel. +39/0474/49 61 27; www.post-tolderhof.com