



Die einen sagen Moosbeere, die anderen Bickbeere, Blaubeere oder ganz klassisch Heidelbeere. Die kleine, tiefdunkle Frucht ist eine echte Power-Perle: mit viel Vitamin C, Eisen, Kalium, Zink, Folsäure und Antioxidantien – dafür mit ganz wenig Kalorien. Außerdem wirkt sie entzündungshemmend und senkt den Blutdruck. Auf unserer Wanderung über den [neuen Wildschönauer Höhenweg](#) werden wir uns mehr als ein Mal nach ihr bücken. Die erst kürzlich mit dem Tiroler Bergwegegütesiegel ausgezeichnete Wanderroute führt vom Markbachjoch (1500 m) auf einer Länge von 14,5 Kilometern in den hintersten Winkel des Hochtals zur Schönangeralm (700 hm, sechs Stunden reine Gehzeit; Rückweg mit dem neuen Wanderbus). Was die Heidelbeere alles drauf hat, erfahren wir übrigens unterwegs von Wanderführerin und Natur-Expertin Sonja. Nach der Theorie tauchen wir beim „Moosbeernocken-Backen“ tiefer in die praktische Materie ein. [www.wildschoenau.com](http://www.wildschoenau.com)



**Sonntag, 23. Juli**

nachmittags Individuelle Anreise und Check-In im Hotel Silberberger\*\*\*\*, Roggenboden, Oberau 216, A-6311 Wildschönau  
Tel. +43 5339 8407, [www.silberberger.at](http://www.silberberger.at)

18.00 Uhr Begrüßung und Aperitif mit Michael Mairhofer, Tourismusdirektor Wildschönau Tourismus. Anschließend gemeinsames Abendessen



**Montag, 24. Juli**

morgens Frühstück im Hotel

09.00 Uhr Treffpunkt Markbachjochbahn mit Wanderführerin & Natur-Expertin Sonja Seisl und Auffahrt zum Gipfel. Beginn der Wanderung über den neuen Wildschönauer Höhenweg (14,5 km, 700 hm, 6h reine Gehzeit). Auf dem Weg zum Talschluss geht es vorbei an idyllischen Almen und Tümpel und natürlich durch reichlich Heidelbeerfelder. Da muss man sich einfach immer wieder bücken, um zu probieren, zu sammeln und zu verschmaufen. Nach dem Abstieg zur Schönangeralm schauen wir kurz beim Käsekönig Johann in seiner [Käsererei](#) auf der Schönangeralm vorbei, bevor es zurück geht

19.00 Uhr Abendessen im Hotel



**Dienstag, 25. Juli**

morgens Frühstück im Hotel

09.00 Uhr Entspannter Spaziergang zum Biobauernhof Hinteraltensberg. Kurzer Blick hinter die Kulissen des idyllisch gelegenen Bauernhofs und dann ran an die Pfannen! Gemeinsam mit den Bäuerinnen von Hinteraltensberg backen wir Moosbeernocken. So heißen Heidelbeerküchlein auf Tirolerisch. Guten Appetit!



nachmittags Ausflug ins kleine, abgeschiedene Örtchen [Thierbach](#), das höchstgelegene Dorf der Kitzbüheler Alpen: Zwei Gasthäuser, eine der kleinsten Schulen Österreichs und jede Menge Ruhe machen den einzigartigen Charme Thierbachs aus

19.00 Uhr Abendessen im Hotel



**Mittwoch, 26. Juli**

bis 10.00 Uhr Check-Out und Abreise oder eine weitere Entdeckung in der Wildschönau?