

Presse-Info Tölzer Land

18. März 2025

Sinnstifterorte im Tölzer Land: Besondere Orte für eine Auszeit vom Alltag

Gäste finden im Tölzer Land bei einmaligen Voralpen Panorama eine persönliche Auszeit. Bad Tölz, Benediktbeuern, Wolfratshausen und das Zwei-Seen-Land setzen neue Impulse.

Im Tölzer Land befinden sich zahlreiche besondere Plätze, die Achtsamkeit und ein tieferes Verständnis für sich selbst, andere und die Umgebung fördern. Die sogenannten Sinnstifterorte laden ein zur Stille, Besinnung und Klarheit. Sie verbinden Geschichte, Natur und Begegnung auf inspirierende Weise und bieten viele Momente der Selbst-Reflexion. Aber auch der Yoga Salon de Shakti in Schlehdorf und die „Entdecke-Dich-Momente“ im Zwei-Seen-Land rund um Kochel- und Walchensee schaffen eine persönliche Auszeit jenseits der Alltags-Bubble. Von Meditationen über Bildungs- und Kulturangebote bis hin zu Wanderungen werden verschiedene Aspekte geboten, um über das Leben nachzudenken und neue Impulse zu bekommen – Heilklima und Voralpen Panorama inklusive. www.toelzer-land.de/auszeiten

Druck, Hektik, Schnelligkeit. Natur, Begegnung und Geschichte. Gegenteiliger könnte der Alltag und ein Urlaub im Tölzer Land nicht sein. Vor allem die Sinnstifterorte der Erzdiözese München und Freising, die nicht nur im ganzen Tölzer Land, sondern ganz Oberbayern zu finden sind, ermöglichen das bewusste Erleben der Umgebung und regen gleichzeitig zu Perspektivwechseln, Denkanstößen und kleinen Herausforderungen an.

Vitalorte in Bad Tölz

Die Vitalorte in Bad Tölz sind perfekte Spots, um abzuschalten, neue Energie zu tanken und die Natur zu genießen. Egal ob am Kalvarienberg, Isarsteg, Rosengarten oder im Gabriel-von-Seidel-Kurpark – jeder Ort hat seine eigene Besonderheit und lädt ein kurz innezuhalten und nachzudenken was wirklich wichtig ist. An jedem dieser Orte sind Tafeln mit Infos zur Bedeutung des jeweiligen Platzes und Tipps für eine kurze Meditation angebracht. Einfach den QR-Code scannen, die Audiodateien auf das Smartphone laden und los geht's. Die Orte sind alle einfach und schnell zu Fuß vom Stadtzentrum aus zu erreichen – also perfekt für eine kleine Auszeit. Tipp: Warum nicht einmal die Feierabend-Wanderung ausprobieren? Mit ein paar Atemübungen und Gehmeditationen lernt man hier, wie man den Alltag hinter sich lässt und im Hier und Jetzt ankommt.

Benediktusweg in Benediktbeuern

Der Benediktusweg am Kloster Benediktbeuern ist ein Ort der Ruhe und Besinnung. Seit mehr als 1000 Jahren zieht das Kloster Menschen an, die nach Sinn und Inspiration suchen. Der meditative Rundweg führt durch die beeindruckende Natur um das Kloster und stellt die Lehren des Heiligen Benedikt in den Mittelpunkt – Themen wie Achtsamkeit, Stille und der rücksichtsvolle Umgang mit der Natur. An zwölf Stationen des Weges können Besucher durch Tafeln und QR-Codes mehr über die zeitlosen Impulse aus der „Regel Benedikt“ erfahren und sich von Audio-Texten begleiten lassen. Das Kloster selbst sowie das Zentrum für Umwelt und Kultur (ZUK) bieten zudem zahlreiche spirituelle Erlebnisse und Naturführungen, die zum Innehalten und Reflektieren einladen. Ein Ort, um zur Ruhe zu kommen und den Alltag hinter sich zu lassen.

Erinnerungsort BADEHAUS Wolfratshausen

Der Erinnerungsort BADEHAUS in Wolfratshausen ist ein multimediales Museum, das wichtige historische Themen von der NS-Zeit bis in die Gegenwart aufgreift. Mit Originalexponaten und Zeitzeugenberichten wird die Geschichte von Krieg und Frieden, Zerstörung und Wiederaufbau lebendig. Das Museum bietet einen einzigartigen Einblick in die Geschichte der Displaced Persons und Heimatvertriebenen und regt zum Nachdenken über die Gegenwart an. Im Jahr 2024 wurde der Erinnerungsort BADEHAUS übrigens mit dem 1. Platz des Bürgerpreises des Bayerischen Landtags ausgezeichnet. Als kreativer und interaktiver Treffpunkt setzt sich das BADEHAUS besonders für junge Menschen ein und bietet Veranstaltungen wie Lesungen, Konzerte und Theaterstücke, die aktiv gegen Antisemitismus, Rassismus und rechtsextreme Ideologien wirken.

Yoga & Achtsamkeit im Einklang mit der Natur

Die Entdecke-Dich-Momente im Zwei-Seen-Land bieten eine einzigartige Achtsamkeits-Challenge, die dabei hilft, sich selbst besser kennenzulernen. Inmitten der ruhigen Natur rund um Kochel- und Walchensee wird innegehalten, um bewusst auf eigene Gedanken und Emotionen zu hören. Mit einem exklusiven Booklet, das bei der Tourist Information sowie an Partnerstellen wie der Herzogstandbahn oder dem Franz-Marc-Museum erhältlich ist, entdeckt man inspirierende Orte und Aufgaben, die gezielt zur Selbstreflexion anregen. Die Reise lässt sich flexibel gestalten und passt sich den unterschiedlichen Jahreszeiten an. So entsteht eine bereichernde Erfahrung, die nicht nur zur Achtsamkeit führt, sondern auch gestärkt und motiviert zurück in den Alltag begleitet. Wer mag, kann sich auch im Salon de Shakti in Schlehdorf am Kochelsee wohltuende Impulse holen: Eingebettet ins klösterliche Ensemble des Kloster Schlehdorf, nahe des Kochelsees, werden hier regelmäßig Yoga-Kurse, Workshops und Retreats in abwechslungsreicher Landschaft angeboten. Für Yoga-Begeisterte findet am 19. Juli sogar das Lago di Love – Yoga & Bhakti Festival statt.

Über das Tölzer Land

Das Tölzer Land repräsentiert als Tourismusmarke die 21 Städte und Gemeinden des Landkreises Bad Tölz-Wolfratshausen. Die Region erstreckt sich südlich von München bis zur Tiroler Grenze. Der Starnberger See im Nordwesten, Kochel- und Walchensee im Südwesten und der Sylvenstein-Stausee im Süden bieten ganzjährig zahlreiche Erholungsmöglichkeiten – ebenso wie Isar und Loisach, die sich als blaue Bänder durch die Bilderbuchlandschaft schlängeln. Der höchste Gipfel ist der Schafreuter (2101 m). Bergbahnen führen sommers wie winters auf den Herzogstand (1731 m) am Walchensee, auf das Brauneck (1555 m) in Lenggries und auf den Blomberg (1248 m), dem Hausberg von Bad Tölz.

Weitere Informationen:

Tölzer Land Tourismus, Prof.-Max-Lange-Platz 1, 83646 Bad Tölz, Tel.: 08041 / 505206, info@toelzer-land.de, www.toelzer-land.de