Coolcation: Erfrischung statt Hitze

REISE Kühle Klammen, klare Seen, Salzheilstollen und zertifiziertes Heilklima machen die Region zum natürlichen Rückzugsort



Auch wenn der Schnee auf den Bergen mittlerweile geschmolzen ist, ist ein Bad in einem Bergsee wie hier der Hintersee immer noch sehr erfrischend. BILD: BERGERLEBNIS BERCHTESGADEN

BERCHTESGADEN/PR – Wenn die Temperaturen in den Städten steigen und klassische Sommerdestinationen zunehmend an ihre Grenzen kommen, gewinnt ein Trend weiter an Bedeutung: „Coolcation" – Urlaub an Orten, die auch im Hochsommer angenehme Bedingungen bieten. Berchtesgaden zählt dabei zu den stärksten alpinen Antworten auf diese Entwicklung: nicht künstlich gekühlt, sondern natürlich erfrischend durch Höhe, Wasser, Wald, Fels und klare Bergluft.

Eingebettet in die Bergwelt rund um den Watzmann entfaltet sich hier eine Sommerfrische, die vom ersten Moment an spürbar ist. Kühle Schluchten, schattige Wälder, tiefblaue Seen und alpine Nächte sorgen für ein Klima, das Aktivität, Erholung und Regeneration besonders angenehm verbindet. Ein zusätzlicher USP der Region ist das Heilklima: Die Gemeinden im Bergerlebnis Berchtesgaden sind als heilklimatische Kurorte zertifiziert und stehen damit für sehr hohe Luftqualität, wenig Feinstaub, frische Bergluft und eine allergenarme Umgebung.

Das alpine Reizklima mit Höhenlage, klarer Luft sowie stärkeren Temperatur- und UV-Reizen kann die Anpassungsfähigkeit des Körpers fördern. Bewegung im Freien, Atemtherapie und klimatherapeutische Anwendungen werden deshalb unterstützend bei Atemwegsbeschwerden, Allergien oder Herz-Kreislauf-Themen eingesetzt. Kurgärten, Kneippanlagen und Gradierwerke – etwa in Schönau am Königssee und Ramsau – machen diese gesundheitsorientierte Seite der Region zusätzlich erlebbar.

Besonders eindrucksvoll zeigt sich die natürliche Abkühlung in den Klammen der Region. Die Almbachklamm und die Wimbachklamm sind spektakuläre Naturdenkmäler und zugleich Orte spürbarer Frische. Wasser rauscht durch enge Felsformationen, feine Gischt liegt in der Luft, Stege führen nah an das Naturschauspiel heran. Selbst an heißen Tagen bleibt es hier angenehm kühl – ein Erlebnis, das Erfrischung und alpine Kraft unmittelbar verbindet.

Auch die Seen prägen die besondere Sommerqualität. Der Königssee wirkt mit seiner fjordartigen Lage eindrucksvoll und ruhig zugleich: tief, klar und eingerahmt von steilen Felswänden. Sein kühles Wasser, die geschützte Lage und die unberührte Natur machen ihn zu einem der markantesten Coolcation-Orte der Alpen. Wer hier unterwegs ist, erlebt nicht nur Erfrischung, sondern auch eine Ruhe, die sich über den gesamten See legt.

Ein weiteres Element der Coolcation liegt unter Tage. Im Salzbergwerk Berchtesgaden herrschen konstant rund 12 Grad – unabhängig von der Außentemperatur. Die Fahrt durch das Innere des Berges verbindet spannende Einblicke in die Geschichte des Salzabbaus mit einem angenehm kühlen Klima. Ergänzend dazu bietet der Salzheilstollen Berchtesgaden eine besondere Form der Regeneration: In der salzhaltigen, reinen Stollenluft können Gäste zur Ruhe kommen und die wohltuende Wirkung des Mikroklimas erleben.

Noch intensiver wird das Gefühl der Kälte in der Schellenberger Eishöhle. Selbst im Hochsommer begegnet man hier meterhohen Eisformationen und Temperaturen rund um den Gefrierpunkt – ein faszinierender Kontrast zur warmen Bergwelt draußen.

Neben Wasser und Fels spielt auch der Wald eine zentrale Rolle. Dichte Baumkronen spenden Schatten, Wege verlaufen entlang von Gebirgsbächen oder durch kühle Schluchten. Orte wie der „Kalte Keller" oder der Zauberwald am Hintersee zeigen, wie stark die Natur hier als natürlicher Klimaregulator wirkt.

Ein entscheidender Vorteil liegt zudem im Tagesverlauf: Während die Tage angenehm warm bleiben, sorgen die alpinen Nächte für spürbare Abkühlung. Frische Bergluft, offene Fenster und ruhige Umgebung schaffen ideale Bedingungen für erholsamen Schlaf – ein Aspekt, der für viele Gäste immer wichtiger wird.

Coolcation in Berchtesgaden bedeutet damit nicht Verzicht, sondern eine neue Qualität des Reisens. Aktiv sein, ohne der Hitze ausgeliefert zu sein. Natur intensiv erleben, ohne Überhitzung und Hektik. Und bewusst abschalten in einer Umgebung, die Erfrischung, Ruhe und Gesundheitswert miteinander verbindet.

Berchtesgaden steht damit exemplarisch für einen modernen Sommertourismus: naturnah, entschleunigt, gesundheitsbewusst und angenehm kühl – und genau deshalb so zeitgemäß.

Weitere Informationen unter www.berchtesgaden.de