



## **50plus Urlaub Zirbenland: Mit Zirbenkraft zum 25-Stunden-Urlaubstag**

**Die Zirbe versprüht ihren Zauber in der Steiermark: sie verleiht einer besonders schönen Gegend ihren Namen, sorgt für gesunde Luft, verströmt wohltuende ätherische Düfte, minimiert als hochprozentiger Geist Wehwehchen. Außerdem macht die Zirbe den Schlaf der 50plus-Gäste noch erholsamer und verlängert den Urlaubstag.**

### **Der Zauber der Zirbe**

Die Zirbelkiefer, in Österreich Zirbe genannt, hat dem "grünen Herzen" des Alpenlandes ihren Namen gegeben: nur eine Stunde von Graz entfernt wird im oberen Murtal die Steiermark zum Zirbenland. Bei angenehmem, gemäßigtem Klima schwingt sich die pinus cembra, auch „Königin der Alpen“ genannt, zu einer Höhe von 20 bis 30 Metern auf, wird bis zu tausend Jahren alt, taucht den Wald in Wohlgeruch und ist Teil des herrlichen Panoramas der Seetaler Alpen.

Die Zirbe ist ein Allround-Talent. Das weiß jeder, der beim Spaziergang im Zirbenwald tief durchatmet, dem ein Zirbengeist Magen oder Bronchien wärmt oder als Balsam den Schmerz aus den Gliedern vertreibt. Die Zirbelkiefer ist ein Kernholz-Baum, dessen harzreiches, weiches, dauerhaftes und duftendes Holz schon von alters her für Vertäfelungen, Schnitzarbeiten, Bauernküchen und Schlafzimmer genutzt wurde. Generationen über Generationen haben sich in Bettgestellen aus Zirbe wohlfühlt - nun ist es auch wissenschaftlich erwiesen: das Holz, das verschiedene ätherische Öle verströmt, fördert einen guten und gesunden Schlaf.

### **50plus Campingpark Fischening: Fit im Schlaf**

Einen besonderen Einsatz findet deshalb die Zirbe ab Mai 2007 im Campingpark Fischening, dem ersten 50plus Campingplatz Österreichs. Dort stehen zwei nagelneue Ferienwohnungen den 50plus-Gästen zur Verfügung. Sowohl die 68 Quadratmeter große Ferienwohnung „Spitzboden“ als auch die 108 m<sup>2</sup> große Ferienwohnung „Zirbenland“ garantieren mit uralten Zirbenholzbetten nachhaltige Entspannung im Schlaf. Und nutzen damit alle positiven Eigenschaften der Zirbelkiefer. Insgesamt sind sieben „Zirbenzimmer“ im Campingpark Fischening geplant, bereits jetzt werden Buchungen für die Zimmer angenommen.

### **25-Stunden-Urlaubstag**

Das Institut für Nichtinvasive Diagnostik (Weiz/Steiermark) hat in einer Blindstudie die Wirkung des Zirbenholzes auf Erwachsene getestet und tatsächlich eine deutlich bessere Schlafqualität im Vergleich zu jenen festgestellt, die in einem „normalen“ Bett schlafen mussten. Die Herzfrequenz war nachts um 3500 Schläge reduziert. Das heißt, die durchschnittliche Entlastung entspricht in etwa

einer Stunde Herzarbeit. Dass damit tagsüber der Organismus besser in Schwung kam, belegten die physiologischen Ergebnisse ebenso wie das subjektive Empfinden der Versuchsschläfer. Sie schwärmten vor allem von einem erholsameren Schlaf und einem besseren Allgemeinbefinden.

*Bernd Pfandl, Geschäftsführer 50plus Urlaub Zirbenland: „Mit den Zirbenzimmer schenken wir unseren 50plus Gästen einen ´25-Stunden-Urlaubstag´.“*

Und nicht nur das. Die wissenschaftliche Analyse spricht auch von höherer „sozialer Extravertiertheit“. Wer also von Zirbenholz umgeben ist, scheint geselliger zu sein und mehr aus sich heraus zu gehen. Den Wirten im Zirbenland muss das schon lange klar gewesen sein. Seit vielen Jahren verkleiden sie ihre gemütlichen Gaststuben mit Zirbenholz.

### **Bestens orientiert im 50plus Urlaub Zirbenland**

Mit dieser „Zirbenoffensive“ übernimmt die Initiative 50plus Urlaub Zirbenland ein weiteres Mal eine Vorreiterrolle. Gezielt wird die Zirbelkiefer für das Wohlbefinden der Gäste eingesetzt. In dieser Rolle kennen sich die steirischen Gastgeber bestens aus, schließlich haben sie als erste Region Europas unternehmungslustige 50plus-Gäste mit einem schlüssigen Konzept überzeugt. Dafür schnitten 35 Hotels, Pensionen, Gasthöfe und Freizeitanbieter ihre Angebote speziell auf die Wünsche und die der etwas reiferen Urlauber zu.

Alle Mitgliedsbetriebe werden familiär geführt und nehmen sich viel Zeit für ihre Gäste, deren Beratung und für gemeinsame, gesellige Unternehmungen. Zwanzig Wander- und Radrouten sowie Nordic-Walking-Pfade führen durchs Zirbenland. Sie sind besonders gut für Leute ab fünfzig geeignet. Bis zum Frühling werden diese Wege im ganzen Zirbenland einheitlich ausgeschildert.

### **Weitere Informationen und Prospekte:**

#### **50plus Urlaub Zirbenland**

St. Wolfgang Straße 1, A - 8742 Obdach  
Tel. +43 3578 3406 Fax: +43 3578 3495  
[info@50plusurlaub.at](mailto:info@50plusurlaub.at), [www.50plusurlaub.at](http://www.50plusurlaub.at)

---

### **Information für Medien:**

#### **Bernd Pfandl, 50plus Urlaub Zirbenland**

Fisching 9, 8741 Weißkirchen  
Tel. +43 676 351 4775, Fax: +43 3577 822846  
[pfandl@50plusurlaub.at](mailto:pfandl@50plusurlaub.at), [www.50plusurlaub.at](http://www.50plusurlaub.at)

### **Fotodownload:**

[www.50plusfoto.com](http://www.50plusfoto.com)