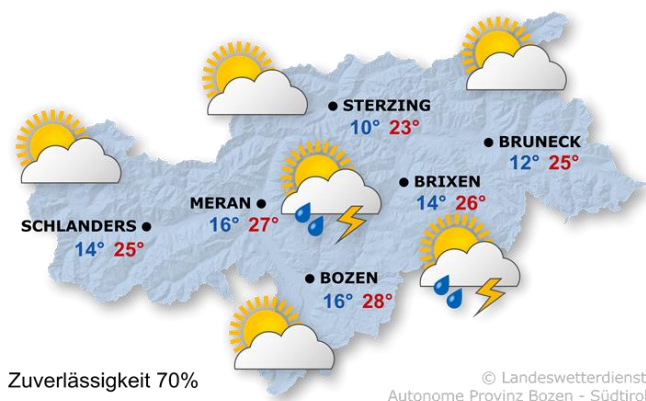


Wieslhofs Morgenpost 30. Mai 2018

Guten Morgen, liebe Gäste, wir hoffen Sie haben gut geschlafen und wir wünschen Ihnen einen guten Start in den Tag.



Der Mondkalender



Abnehmender Mond im SCHÜTZEN (Hitze- und Fruchtag, Qualität: Eiweiß): Ein optimistischer und großzügiger Tag, der sich für Reisen, Sport, Bildung, zum Ausgehen eignet sowie für die Zusammenarbeit mit Menschen aus anderen Ländern; Mond/Neptun deuten auf Wasseransammlungen im Körper hin? Lymphdrainage bringt Abhilfe; Massagen zur Muskelauflockerung und Cellulitebehandlungen sind wirksamer; günstig für ein Beckenbodentraining; um Gymnastik zu betreiben, die die Gesäß- bzw. Oberschenkelmuskulatur stärkt; ersetzen Sie heute eine Mahlzeit durch Obst oder Fruchtgemüse. Feng-Shui-Tipp: Bei einer geschlossenen Schlafzimmertür beruhigt sich der Chi-Fluss, und Sie können besser schlafen.

Die Luftmassen werden etwas trockener, bleiben aber noch labil geschichtet.

Der Tag beginnt in einigen Tälern mit Hochnebel, ansonsten gibt es zunächst eine freundliche Mischung aus Sonne und Wolken. Im Laufe des Nachmittags und am Abend können einzelne Gewitter entstehen. Die Temperaturen steigen auf Höchstwerte von 21° bis 28°.

Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag

In den folgenden Tagen stellt sich in Südtirol sommerliches Wetter ein. Es scheint recht häufig die Sonne, nachmittags und abends sind aber einzelne Schauer oder Gewitter nicht ausgeschlossen. Die Temperaturen erreichen sommerliche Höchstwerte bis 29°.

Waren Sie schon einmal in unserer neuen Sauna und dem Whirlpool? Für die Sauna einfach an der Rezeption vormerken und einen Wellnessstag zum Entspannen genießen.

Messner Mountain Museen

Eine Idee - sechs Häuser: MMM ist ein Projekt des bekannten Südtiroler Extrembergsteigers Reinhold Messner.

MMM Firmian, MMM Juval, MMM Dolomites, MMM Ortles, MMM Ripa und MMM Corones - so nennen sich die sechs Museen, die dem Projekt von Reinhold Messner angehören. Der Extrembergsteiger wollte ein Bergmuseum schaffen, das einmalig ist. Und das ist ihm gelungen!

Zentrum ist das Schloss Sigmundskron bei Bozen. Im [MMM Firmian - "Der verzauberte Berg"](#) befindet sich jedoch nicht nur Verwaltung und Organisation des Projektes, sondern auch Veranstaltungszentrum und Ideenwerkstatt. Im Mittelpunkt stehen die Berge in der Kunst und der Geschichte der Bergbesteigung. Der sogenannte "Weiße Turm" ist darüber hinaus der Geschichte des Landes Südtirol gewidmet.

Im [MMM Juval - "Mythos Berg"](#) auf Schloss Juval im Vinschgau werden verschiedene Exponate von Reinhold Messner rund um die Mythen der Berge ausgestellt. Im Inneren der antiken Gemäuer des Schlosses befindet sich außerdem die weltweit größte Tibetika-Sammlung.

Das MMM Dolomites - "Das Museum in den Wolken" auf dem Monte Rite südlich von Cortina, auf rund 2.181 m ü.d.M., ist das einzige Messner Mountain Museum außerhalb Südtirols. Es beschäftigt sich mit der vertikalen Welt der Dolomiten. Ein herrlicher Panoramablick ist inklusive.

In Sulden am Ortler hingegen, im MMM Ortles - "Im End' der Welt", dreht sich alles um den berühmten "König Ortler", höchster Berg Tirols (3.905 m ü.d.M.). Das Museum zeigt in Anlehnung an den Roman von Christoph Ransmayr "Die Schrecken des Eises und der Finsternis" die Gletscherwelten.

Das fünfte Haus des Museumsprojektes ist das [MMM Ripa - "Das Erbe der Berge"](#) auf Schloss Bruneck im Pustertal: Rund um das Thema "Bergvölker" entstand hier ein interaktives Museum. Reinhold Messner will Stellvertreter verschiedener Bergkulturen zum Erfahrungsaustausch einladen. Außerdem werden Exponate aus der Alltagskultur der Sherpa, Indios, Tibeter, Mongolen und Hunza ausgestellt.

Das MMM Coronas - "Der traditionelle Alpinismus" ist das sechste und letzte Museum des Messner Mountain Museum Projektes. Es wurde im Sommer 2015 eröffnet. Das Museum liegt am berühmten Kronplatz im Pustertal, auf 2.275 m ü.d.M., und ist somit das höchste Museum Südtirols. Gewidmet ist es den großen Wänden und dem Leben der Bergsteiger.

Heute Abend von 18.30 Uhr im Wieslhof (bitte ankreuzen):

Salat vom Buffet

Consomme mit Gemüsestreifen

Spaghetti bologneser Art

☆ *Geschnetzeltes vom Kalb, Basmatireis mit Wokgemüse oder*

☆ *Rosmarinpolenta mit Käse überbacken und Grillgemüse*

Stracciatella halbgelbgefrorenes

Weineempfehlung: Lagrein rose, „Pischi“, Kellerei Bozen, 21,00 Euro

Wandertipp: Die Stoaner Mandln

Wir fahren mit dem Auto von Bozen nach **Jenesien**. Weiter geht es bis nach **Flaas**, einer Fraktion von Jenesien. In der Dorfmitte (sind eigentlich nur wenige Häuser) biegen wir rechts der Beschilderung „Jenesigner Jöchl“ folgend ab und fahren zuerst über eine asphaltierte Straße, dann über einen Schotterweg bis zum **Kampideller Parkplatz**, wo wir unser Auto parken. Nun noch schnell den Rucksack aufgepackt und los geht es! Wir passieren zuerst eine **Forststange** und folgen dem Forstweg in Richtung „**Putzenkreuz**“. Es dauert nicht lang, dann teilt sich der Weg. Wir entscheiden uns für links (Markierung 5) und wandern weiter bis zum Ende des Forstweges. Wieder links abbiegen und weiter bis zu einer Waldkreuzung, bei der wir mehrere Schilder vorfinden: Möltner Kaser, Auenalm usw. Wir setzen unsere Wanderung in Richtung **Möltner Kaser** (Markierung 5), also links abbiegend, fort. Der Steig führt uns zu einem Holzzaun, den wir übersteigen. Weiter geht es dann parallel dieses Zaunes über die Kaserböden in Richtung Stoaner Mandln. Bei den **Kaserböden** können wir schon die ersten Steingestalten sehen, wir müssen aber noch ein kleines Tal passieren und kommen dann nach circa 1,5 bis 2 Stunden am Gipfelkreuz bei den **Stoanernen Mandln** an.

*Glück ist das mächtigste Stärkungsmittel.
(Herbert Spencer)*

