

PRESSEMITTEILUNG

Wandersymposium 2026: Wandern als Überlebensnotwendigkeit – Neue Perspektiven für Mensch, Natur und Tourismus.

Österreichs Wanderdörfer luden am 24. Juni zum Wandersymposium 2026 nach Bad Hofgastein. Knapp 120 Entscheidungsträger:innen aus Tourismus, alpinen Vereinen und Wissenschaft diskutierten dabei über die gesellschaftliche Bedeutung des Wanderns und seine Rolle als Zukunftsthema für den österreichischen Tourismus.

Villach/Bad Hofgastein, Juni 2026 – Psychische Gesundheit, regionale Entwicklung, Ganzjahreswandern und der verantwortungsvolle Umgang mit der Natur: Das Wandersymposium 2026 beleuchtete die Wirkung des Wanderns aus unterschiedlichsten Perspektiven. Keynotes aus Psychologie und den angewandten Tourismuswissenschaften sowie Impulsvorträge von Expert:innen aus dem Tourismus und von alpinen Vereinen zeigten, warum Wandern weit mehr ist als Freizeitbeschäftigung: Es stärkt die psychische Gesundheit, schafft Wertschöpfung für Regionen und fördert einen achtsamen Umgang mit Natur- und Landschaftsräumen.

Dr. Reinhard Haller: Wandern als Psychotherapie. Wie der Weg in die Natur unsere Psyche heilen kann.

Dr. Reinhard Haller ist Psychiater, Psychotherapeut, Sachbuchautor und vor allem bekannt für seine Arbeit als forensischer Gerichtsgutachter in vielen bekannten Kriminalfällen. Er ist aber auch leidenschaftlicher Wanderer und betonte in seiner Keynote den therapeutischen Wert von Wandern sowie die Wirkung auf die Psyche: Wandern fördert die psychische Gesundheit, stärkt Achtsamkeit und Kreativität, hilft dabei, Stress und Frustration abzubauen, den eigenen Rhythmus wiederzufinden und die innere Balance zu stärken. Haller betonte, dass das Wandern vor allem bei Depressionen vorbeugende Wirkung habe und vor allem bei leichten Formen unterstützend zur Therapie eingesetzt werden könne. Sein Fazit: Würde es ein Medikament mit all den positiven Wirkungen des Wanderns geben, wäre es wohl der „Megaseller Nummer eins“ – das Beste daran: Wandern ist an 365 Tagen im Jahr möglich und für nahezu alle Menschen leicht zugänglich.

„Meines Erachtens ist Wandern heute tatsächlich eine Überlebensnotwendigkeit. Die Mediziner sagen: Jeder Schritt zählt. Ich als Psychiater sage: Jede Wanderung zählt.“

Dr. Harald Friedl: Wanderglück 2.0 zwischen spiritueller Heldenreise und Selfie-Hotspot

FH-Prof. Harald Friedl richtete den Blick auf die gesellschaftlichen und touristischen Dimensionen des Wanderns. Einerseits steigt die Nutzung künstlicher Intelligenz und digitaler Erlebniswelten, andererseits wächst die Sehnsucht nach authentischen Naturerfahrungen. Das

spiegelt sich auch in den Erwartungen der Wandernden wider. Friedl unterschied dabei zwischen „Detox-Wandernden“, die Ruhe, Entschleunigung und mentale Erholung suchen, und digital vernetzten „Erlebnis-Wandernden“, für die Tracking, Erlebnisdichte und das Teilen von Erfahrungen im Vordergrund stehen.

Für Wanderdestinationen ergibt sich daraus eine zentrale Herausforderung: Unterschiedliche Bedürfnisse schaffen unterschiedliche Erwartungen an den (Natur-)Raum. Friedl appellierte an Destinationen, Mut zur Differenzierung und zur klaren Positionierung auf der wandertouristischen Landkarte zu zeigen. Das bringe auch Vorteile, um sich in der Welt der Algorithmen abzuheben.

Claudia Schallauer: Der Große-Welt-Raum-Weg

Wie Wandern unsere Beziehung zur Natur verändern kann, zeigte Wanderführerin, Journalistin und passionierte Weitwanderin **Claudia Schallauer** anhand des Projekts „Großer-Welt-Raum-Weg“ von Christoph Viscorsum. Der Weitwanderweg führt von Bad Ischl bis in die Steinwüste des Toten Gebirges und verbindet das Naturerlebnis mit einer akustischen Ebene: An 13 Stationen erzählen Menschen – darunter auch bekannte Persönlichkeiten – in kurzen Hörbeiträgen, welche Gedanken, Gefühle und Eindrücke sie an genau diesem Ort erlebt haben.

Im Mittelpunkt steht die Frage, wie wir Natur wahrnehmen. Schallauer zeigte in ihrem Vortrag eindrucksvoll, dass hier bereits unser Sprachgebrauch eine Trennung schafft: Wir sagen oft, wir „gehen in die Natur“, obwohl wir selbst Teil von ihr sind. Der Große-Welt-Raum-Weg lädt dazu ein, auch diese Perspektive zu hinterfragen und die Landschaft nicht nur zu durchqueren, sondern bewusst zu erleben.

365 Tage Wandern: Chancen und Herausforderungen

Den Grundstein für die abschließende Podiumsdiskussion bildeten Impulsvorträge von **Stefan Kreppel** (Chief Digital & Innovation Officer, Österreich Werbung), **Michael Roschi** (Geschäftsführer Schweizer Wanderwege) und **Markus Welzl** (Vizepräsident des Österreichischen Alpenvereins). Sie beleuchteten das Ganzjahreswandern aus unterschiedlichen Perspektiven: Von veränderten Gästebedürfnissen und touristischen Potenzialen über die Chancen der Nebensaisonen bis hin zu den Auswirkungen des Klimawandels und der Bedeutung eines verantwortungsvollen Umgangs mit dem Alpenraum.

Gemeinsam mit **Liliana Dagostin** (Leiterin Abteilung Raumplanung und Naturschutz, Österreichischer Alpenverein) und **Ulrich Andres** (Österreichs Wanderdörfer) wurden diese Themen in der anschließenden Podiumsdiskussion vertieft. Der Blick richtete sich dabei bis ins Jahr 2035 und auf die Frage, wohin sich Wandern im Spannungsfeld von Klimawandel, künstlicher Intelligenz und Naturschutz entwickeln wird. Das Fazit der Runde: Die Herausforderungen sind komplex und lassen sich nur gemeinsam – regionsübergreifend – bewältigen.

Das Wandersymposium als Impulsgeber

Das Wandersymposium wird jährlich vom Verein Österreichs Wanderdörfer veranstaltet und hat sich als Plattform für Wissenstransfer, fachlichen Austausch und Vernetzung im Wandertourismus etabliert. Hier kommen Expert:innen aus Tourismus, Wissenschaft und Praxis zusammen, um aktuelle Entwicklungen und Zukunftsthemen des Wanderns zu diskutieren.

Links:

- wanderdoerfer.at

Social Media:

- linkedin.com/wanderdörfer
- instagram.com/wanderdoerfer
- facebook.com/wanderdoerfer
- pinterest.com/wanderdoerfer

Für weitere Informationen oder bei Interesse an Interviewpartner:innen wenden Sie sich bitte an Iris Zeiler.

Über Österreichs Wanderdörfer

Österreichs Wanderdörfer e.V. ist die größte touristische Regionalkooperation des Landes und die führende Instanz im Wandertourismus. Das Netzwerk vereint über 70 zertifizierte Wanderdörfer in 40 Regionen und steht für geprüfte Qualität, ganzjährige Wanderangebote und nachhaltige Entwicklung. Alle Wanderdörfer, ausgewählte Gastgeber:innen und Wanderwege tragen das Österreichische Wandergütesiegel und erfüllen einheitliche, hohe Qualitätsstandards. Als Inspirations- und Kompetenzplattform verbindet der Verein Information und Inspiration, stärkt seine Mitglieder durch Beratung, Vermarktung und strategische Synergien und macht Österreichs landschaftliche Vielfalt an 365 Tagen im Jahr erlebbar.

Rückfragen & Kontakt

für den Inhalt verantwortlich:

Österreichs Wanderdörfer e.V.
Unterwollaniger Straße 53
9500 Villach, Österreich
+43 (0) 4242 / 25 75 31
office@wanderdoerfer.at

Iris Zeiler

iris.zeiler@wanderdoerfer.at
Tel: +43 (0) 4242/257 530 203