## Logo_INNSBRUCK_cmyk Kopie

**Cooles Innsbruck: wir verraten die 5 Kühlsten Plätze der Region**

**Bei 30 Grad im Schatten begibt man sich am besten auf die Suche nach Abkühlung. Klassisch am See und im Freibad, bei der Sommerfrische in den Bergen oder bei „Cool-Spots“ mitten in der Stadt – die Region Innsbruck bietet für hochsommerliche Temperaturen vielfältige Erfrischungsmöglichkeiten: Ob Berggipfel, Klammen, Flussauen oder Pools – Innsbruck ist so richtig cool im Sommer! Wir zeigen dir wo.**

**Hoch hinaus: Die Bergwelt rund um Innsbruck sorgt für Abkühlung und Weitblick**

Bei steigenden Temperaturen einen kühlen Kopf bewahren und die Übersicht nicht verlieren? Dann ab ins Hochgebirge! Ob zur Sommerfrische in Kühtai auf 2.020 Metern Seehöhe, wo im Sommer oft 10 bis 15 Grad weniger gemessen werden als in der Stadt, oder zur „Siesta“ auf die Nordkette, wo stets eine frische Brise weht: Wer sich bergwärts bewegt, hat es kühler. Im Gebirge gilt nämlich die Faustregel: Je 100 Höhenmeter sinkt die Temperatur um ein Grad. In Innsbruck kannst du dir sommers deine Tagestemperatur also praktisch selbst aussuchen – und das ist nahezu einzigartig unter den Städten dieser Welt. In nur 30 Minuten bist du auf der Nordkette mit dem Hafelekar auf 2.334 Metern. Wie kühl es dort heute ist? Das kannst du dir einfach selbst ausrechnen!

**„Inns-Bruck“ und die kühlen Zonen: „Aloha in den Alpen“**

Wie der Name schon sagt – diese Stadt liegt am Inn. Und der Gebirgsfluss ist in Sachen Wassertemperatur nahezu ganzjährig im einstelligen Grad-Bereich zu Hause. Zugegeben: Zum Schwimmen ist er nichts, aber zum „Chillen“ und zum „Füße reinhängen“ sind die Sandbänke, Wiesen und Plätze entlang des grünen Inns bestens geeignet. Schon am zentralen Marktplatz mit seinen Cafés beginnt die magische Anziehungskraft des Inns zu wirken, ein wenig westwärts sind es vorwiegend die Studierenden, die an Sommerabenden am Inn verweilen. In den Innauen ganz im Westen der Stadt gibt es die Möglichkeit, dem Fluss „ganz nahe zu kommen“. Dort, wo Planespotter auf Sonnenanbeter treffen, finden Sportbegeisterte eine besondere Action: die – in einer Alpenstadt eher unerwartete – Möglichkeit zu Surfen. Beim [Upstream-Surfing](https://www.upstreamsurfing.com/) wirst du durch die natürliche Kraft des Flusses angetrieben und kannst auf einer Distanz von mehr als 300 Metern schon mal eine Geschwindigkeit von bis zu 35 km/h erreichen. Noch weiter draußen im Westen locken einsame Sandbänke zum – mitunter textilfreien – Sonnenbad. Übrigens: Im Volksmund wird die Gegend ob ihrer Schönheit „Hawaii“ genannt – da bleibt uns nur eines zu sagen: Aloha in den Alpen!

**Sich „Klamm-heimlich“ so richtig abkühlen: Die schönsten Schluchten im Umfeld der Stadt**

Ein wenig Bewegung und sehr viel Kühle: Der Innsbrucker Sommer offeriert eine erfrischende Auswahl an leicht „erwanderbaren“ Klammen. Drei davon dürfen wir dir hier präsentieren: Die Mühlauer Klamm befindet sich direkt im Stadtgebiet von Innsbruck. Am Fuß der Nordkette im Stadtteil Mühlau ist der Einstieg in die Klamm zu finden, der Weg ist bestens beschildert. Eine Anreise per Rad, Öffis oder zu Fuß ist ganz unkompliziert möglich. Die Ehnbachklamm im Ort Zirl ist ein wahres Naturjuwel, nur eine kurze Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln oder dem eigenen Auto von der Stadt entfernt. Der Einstieg liegt direkt unter dem [Kalvarienberg](https://www.innsbruck.info/regionen/feriendoerfer-stadtregion/zirl/zirler-kalvarienberg.html) auf dem sich eine Kapelle befindet, die schon von Weitem sichtbar ist. Ein wenig weiter weg, dafür aber umso spektakulärer ist der Klammsteig samt Stiege durch den Fels. Der Ausgangspunkt befindet sich in der Marktgemeinde Telfs, knapp 30 Autominuten von Innsbruck entfernt. Natürlich kannst du auch per Bus und Bahn direkt zum Start der Klamm-Wanderung fahren. Ein wenig Zeit brauchst du zwar für die Ausflüge in die Innsbrucker Klammen, dafür bieten sie die heiß ersehnte Erfrischung!

**Historisch oder modern: Erholung wie zu Kaisers Zeiten oder Spiel und Spaß im Park**

In unmittelbarer Nähe zur historischen Altstadt ist der Hofgarten Innsbruck eine Insel der Beschaulichkeit inmitten städtischer Geschäftigkeit: Angelegt zur Habsburger-Zeit und bis heute liebevoll gepflegt, ist er zu jeder Temperatur und Jahreszeit eine Sehenswürdigkeit für sich. Im Sommer aber ist die wunderschöne Parkanlage einer der besten Plätze für eine kurze Auszeit. Im Schatten altehrwürdiger Kastanienbäume, am Ufer des Weihers oder auf einer Bank unter der großen Föhre kannst du wie zu Kaisers Zeiten einen Moment der Erholung genießen. Unweit der Innenstadt und unmittelbar neben dem beliebten Shoppingcenter Sillpark liegt der [Rapoldi Park](https://de.wikipedia.org/wiki/Rapoldipark) im Stadtteil Pradl. Er ist sozusagen dessen „grünes Herz“. Sobald es wärmer wird, zieht es Jung und Alt in den Park: Sonnenhungrige breiten ihre Decken aus, Mitarbeiter der umliegenden Betriebe und Schüler genießen auf den Parkbänken ihre Mittagspause, Frisbees und Bälle fliegen durch die Luft und auf den Spielplätzen flitzen Kinder um die Wette.

**Hot in the City – cool am See & Pool**

Für jene, die raschere Abkühlung suchen, gibt es zahlreiche Badegelegenheiten in und um Innsbruck, die zu erfrischenden Besuchen einladen. Der Badesee Rossau, unter Einheimischen bekannt als „Baggersee“, bietet viel Platz zum Planschen und Baden. Auch die Freibäder Tivoli und Olympisches Dorf laden zum (Sonnen-)Baden ein, grün glitzernd lockt der Natterer See. Weitere Bademöglichkeiten gibt es etwa im Freizeitzentrum Axams, dem Völser Badl und am Lanser See. Wenige Minuten Fahrzeit mit dem Rad oder den Öffis genügen und du findest Erfrischung.

**Kühtai-Cam:**

Hoch hinaus: Einer der kühlsten Orte der Region Innsbruck ist Kühtai. Hier auf über 2.000 Metern Seehöhe sind die Temperaturen heute mit 12-23 Grad erfrischend angenehm.

***Über Innsbruck Tourismus***

*Innsbruck Tourismus ist die offizielle Destinationsmanagementorganisation der Region Innsbruck, die sich von der Tiroler Landeshauptstadt über 40 Orte in ihrer Umgebung erstreckt – vom Inntal aufs Mieminger Plateau über Kühtai bis ins Sellraintal. Mit jährlich knapp 3,5 Mio. Nächtigungen (Stand 2019) zählt die Region Innsbruck mit zu den größten Tourismus Institutionen Österreichs und ist eine einzigartige Symbiose zwischen pulsierendem urbanem Raum und faszinierender alpiner Bergwelt. Vielfältiges Stadtflair und Sightseeing sind nur einen Atemzug von der nächsten Rad- oder Wandertour, dem nächsten Ski- oder Winterwandererlebnis entfernt. Die kostenlose Gästekarte Welcome Card ist der Schlüssel zur grenzenlosen Vielfalt der Region: Mit der kostenlosen Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel können hoch und quer zahlreiche Highlights nachhaltig und komfortabel erlebt werden. Für die rund 90 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter steht der Gast im Mittelpunkt ihres Denkens und Handelns. Durch ihre Begeisterung für den alpin-urbanen Raum vermitteln sie ihren Gästen, wofür das eigene Herz schlägt, und bereiten somit immer wieder aufs Neue unvergessliche Urlaubserlebnisse im Einklang mit Mensch und Natur. Mit seinen insgesamt 12 Tourismus Informationen ist Innsbruck Tourismus nah bei seinen Gästen, mitten im Geschehen und am Puls der Zeit – ein Dreh- und Angelpunkt für authentische Geschichten und persönliche Impressionen von lokalen Charakteren, die sich auf dem beliebten* *Blog* *und den sozialen Kanälen unter #myinnsbruck wiederfinden.*