

Best Ager on Tour: Genussvoll, aktiv, naturnah

Urlaub bedeutet für jeden etwas anderes. Für die Generation 50+ steht er zunehmend für eine Balance aus Aktivität und Entspannung. Die Alpen bieten sanfte Bewegung mit Ausblick, Kulinarik mit regionalem Bezug und inspirierende Naturerlebnisse, ohne zu überfordern.

Ob Chillen oder Action, ob Outdoor oder All-Inclusive? Urlaub ist nicht gleich Urlaub. Auch die Generation 50+ reist heute selbstbestimmter als je zuvor. Es geht nicht nur um Sonne tanken, sondern auch um Bewegung, Natur und echte Erlebnisse. Aktuelle Reisestudien bestätigen: Klischees rund um Kaffeefahrten und prall gefüllte Reisebusse treffen auf die Best Ager von heute ganz und gar nicht zu. Sie suchen Erlebnisse mit Tiefe, Bewegung mit Ausblick, kulinarische Genüsse und Natur, die inspiriert, ohne zu überfordern. Ihr Anspruch ist Qualität statt Kompromisse, gepaart mit dem Wunsch nach Gesundheit und Lebensfreude. Besonders beliebt ist Wandern, das auf Platz zwei der Lieblingsaktivitäten im Freien liegt.

Wer sich in den Bergen bewegt, stärkt Körper und Geist. Die Vitalität steigt, der Stress sinkt. Worauf warten? Diese vier Ziele bieten einen Urlaub, der entschleunigt, aber nicht langweilt – der fordert, aber nicht übertreibt.

#1 Serfaus-Fiss-Ladis: Genusswanderungen und Wohlfühlmomente

Im Herbst entpuppt sich [Serfaus-Fiss-Ladis](#) als ruhige Schönheit. Nach den ausgelassenen Sommermonaten kehrt die Region zu einem gemächlicheren Tempo zurück. Jetzt ist die beste Zeit für bunte Entschleunigung. Die milden Temperaturen laden zu entspannten [Genusswanderungen](#) durch die farbenprächtige Natur ein, während die frische Bergluft für belebende Erfrischung sorgt. Besonders schön lassen sich die Herbstfarben auf dem Six-Senses-Weg oder dem Alpenrosensteig erleben. Und feinschmeckende Wanderer? Die lieben die [Kulinarik-Wanderung](#). Lust auf einen Ruhemoment? Dann auf zu einer der vielen Wohlfühlstationen, wo ergonomische Genussliegen und Hängematten zum Relaxen einladen. Ein besonderer Höhepunkt ist der [Genussherbst](#) (06. September bis 11. Oktober 2026). Ob beim *Almabtrieb* oder bei den *Goldenen Herbstklängen*, ob bei *Kunst am Berg* oder beim *Traktoren- und Oldtimertreffen* – der *Genussherbst* verbindet aktive Erlebnisse mit traditioneller Gastfreundschaft und regionaler Küche. Einfach herrlich!

#2 Gitschberg Jochtal: Slow Alps mit Panorama satt und weniger Trubel

Ruhe, Staunen, Laufen. Wer auf der [Rodenecker-Lüsner Alm](#) in der [Region Gitschberg Jochtal](#) unterwegs ist, weiß oftmals gar nicht, wohin zuerst schauen. Auf der einen Seite erheben sich die Dolomiten wie steinerne Wachtürme, die Zillertaler Alpen grüßen aus der Ferne und auf der anderen Seite präsentieren sich die Sarntaler Alpen mit sanften Hügeln und dichten Wäldern. Als eines der größten Hochplateaus Europas ist die Alm wie gemacht für aktive Menschen ab 50, die Bewegung, aber keine Extremtouren suchen. Es gibt kaum Steigungen, die Wege sind breit und gut ausgeschildert und unterwegs laden zahlreiche Bänke und Rastplätze zum Innehalten und Aussicht genießen ein. Doch damit nicht genug: In den Hütten, wie der Starkenfeldehütte, dem Naturhotel Runa oder der Rastnerhütte erwarten die Wanderer nicht nur eine gemütliche Stube, sondern auch kulinarische Highlights der Südtiroler Küche.

Ein Geheimtipp für alle Feinschmecker: Vom 17. Oktober bis zum 8. November 2026 laden ausgewählte Hütten und Hofschänken zur [Südtiroler Almkost](#) ein. Hier werden herbstlich inspirierte Spezialitäten wie Heusuppe, Zirknödler oder – ganz klassisch – Kaiserschmarrn serviert. So authentisch schmeckt der Herbst in Südtirol.

#3 Flims Laax: Wieder im Sattel, aber bitte mit Stil, Strom und See-Idylle

Lust, die Freiheit auf zwei Rädern wiederzuentdecken? Aber bitte ohne Hektik und Stress. Entspannt auf breiten Forstwegen cruisen und dennoch Höhenmeter meistern? [Flims Laax](#) macht's möglich und bietet die perfekte Balance aus Bewegung und Entspannung. Aber nicht nur das. Die Region hat das ideale Angebot für Sportler in der zweiten Lebenshälfte, die perfekt auf die Bedürfnisse dieser Altersgruppe abgestimmt sind. Beliebt ist eine Halbtagestour, die Techniktraining, Naturerlebnis und Fahrspaß vereint. Dazu gibt es einen Bike-Check und eine Einführung in der „Skill Area“, wo Bremsen, Berganfahrten und Kurventechniken geübt werden. Danach geht es auf die [Drei-Seen-Runde](#) durch den Flimser Wald – eine malerische Route mit sanften Forstwegen, drei idyllischen Seen und einem spektakulären Abstecher zur Rheinschlucht. Dank elektrischer Unterstützung und professioneller Begleitung ist die Tour von der ersten bis zur letzten Minute ein purer Genuss.

#4 Erlebnisregion Graz: Stadtlair trifft Naturgenuss

Stadt oder Land? Schlendern oder schlemmen? Oder alles zusammen? In der [Erlebnisregion Graz](#) ist alles möglich. Nur zehn Minuten trennen die pulsierende Grazer Altstadt von der beruhigenden Natur. Hier warten allein 18 [Genussradtouren](#) und 35 [Wanderwege](#) auf aktive Gäste. Mehr als 50 Gipfel, darunter der markante Grazer Hausberg Schöckl, belohnen den Aufstieg mit Ruhe und Weitblick. Als UNESCO City of Design und GenussHauptstadt bietet Graz das Beste aus beiden Welten. Am Vormittag den Schlossberg erklimmen oder das Umland mit dem E-Bike erkunden, am Nachmittag durch das Kunsthaus flanieren, an einem kulinarischen Stadtrundgang teilnehmen oder im Herbst eine Trüffelwanderung im Leechwald unternehmen und abends die vielen regionalen Spezialitäten verkosten. Feinschmecker und Naturgenießer kommen hier voll auf ihre Kosten. Insider lieben übrigens den kleinen Ort Ligist, den Startpunkt der Schilcherweinstraße, wo der spritzige Roséwein der Rebsorte Blauer Wildbacher die Hauptrolle spielt.