

## MEDIENINFORMATION

### **Das Vollmondschwimmen in Obertauern geht in die dritte Runde**

**1.938 Meter Höhenlage, rund 13°C Wassertemperatur und Start bei Dunkelheit – das sind die Rahmenbedingungen des 3. Vollmondschwimmens im Grünwaldsee von Obertauern am 29. Juli 2023.**

**Obertauern, 7. Juni 2022** – Wenn sich im Juli der Grünwaldsee in Obertauern ins Vollmondlicht hüllt, ruft Obertauern wieder zum [Vollmondschwimmen](#). Am Samstag, den **29. Juli 2023** wagen sich im Mondschein gegen 21:15 Uhr mutige Schwimmerinnen und Schwimmer in das kalte, glasklare Wasser des Bergsees. Ziel der nächtlichen Unternehmung: eine im See verankerte, beleuchtete „Mond-Boje“ schwimmend zu umrunden.

Für die circa 100 Meter lange Strecke im **13 °C frischen Bergwasser** erhalten alle Teilnehmer im Vorfeld ausführliche Instruktionen zum Kaltwasserschwimmen sowie Wissenswertes und Märchenhaftes zum Vollmond. Die österreichische Wasserrettung und ein Ärzteteam geben professionellen Rat und sorgen für Sicherheit. Wer die „Vollmond-Runde“ erfolgreich absolviert hat, bekommt eine der begehrten Urkunden. Im Anschluss geht es zum Aufwärmen wahlweise in eine Sauna oder Hot Tubs. Bei der Vollmond-Party in der Hochalm wird dann mit Live-Musik, Vollmond-Bier und weiteren Überraschungen gefeiert.

Obertauern mit seinen vielen natürlichen Bergseen ist prädestiniert für das **Naturschwimmen**. „Beim höchstgelegenen Alpevent dieser Art steht nicht nur das Erlebnis selbst im Vordergrund, sondern auch die **nachweisbar gesundheitsfördernde Wirkung** der Kaltwasser-Erfahrung und die Kraft des Vollmondes“, so Tourismusdirektor Mario Siedler. Denn: Kreislauf und Stoffwechsel kommen in Schwung, das Immunsystem wird gestärkt und die Stressresistenz wird erhöht.

Initiator des Schwimmevents ist der österreichische Wild-Swimming-Pionier und Eisschwimmer Hansjörg Ransmayr. Stargast der diesjährigen Veranstaltung ist wie schon in den vergangenen Jahren der Steirer Rekord-Eisschwimmer Josef Köberl, der unter anderem in einer Gletscherspalte 38 Minuten im minus 0,23 °C kalten Wasser schwamm. Für ihn und Hansjörg Ransmayr dürfte sich der Grünwaldsee nach Badewannen-Temperatur anfühlen.

Weitere Informationen und Tickets [hier](#).

**Über Obertauern:**

Der Ferienort Obertauern im Salzburger Land liegt 90 km südlich der Stadt Salzburg zwischen 1.740 und 2.526 Meter Seehöhe inmitten der Hohen Tauern rund um den Radstädter Tauernpass. Rund 8 km nördlich davon befindet sich auf 1.009 Meter der Ort Untertauern. Auf der Südseite des Passes liegt Tweng auf 1.233 Meter im Salzburger Lungau. Im Winter gilt Obertauern als schneesicherster Wintersportort Österreichs. 26 Seilbahn- und Liftanlagen sind rund um den Ort zu einem Skizirkus angelegt. Die rote Tauernrunde verläuft im Uhrzeigersinn, die grüne Tauernrunde gegen den Uhrzeigersinn, auf diese Weise kann man von einer Anlage ausgehend die ganze Tauernrunde zu befahren und wieder an den Ausgangspunkt zurückzukehren. Das Auto kann während des Winterurlaubs stehen bleiben, denn die Lifte sind direkt von den Hotels aus mit Skiern erreichbar. Es gilt Ski In & Ski Out.

**Pressekontakt:**

Global Communication Experts GmbH  
Claudia Dressler & Sieglinde Sülzenfuhs  
Osterwaldstr. 10 /G19, 80805 München  
T +49 89 2153793-82 /-84 | M: +49 173 94444 23  
[presse.obertauern@gce-agency.com](mailto:presse.obertauern@gce-agency.com)

**Obertauern:**

TVB Obertauern  
Lukas Eisl  
PR & Marketing  
T. +43 664 8862 3866  
[presse@obertauern.com](mailto:presse@obertauern.com)  
[www.obertauern.com](http://www.obertauern.com)