BAD ISCHLER

TUBBS
SNOWSHOES
snowline CHAINSEN LIGHT
contour
#wearebackcountry
BAD ISCHLER

© Tom Klocker

LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

Der wunderbare Herbst neigt sich seinem Ende zu, kalte Tage ziehen ins Land und versichern uns: Der nächste Winter kommt bestimmt. Für unsere Outdoor begeisterte Community haben wir heuer ein paar besondere Gewinn-Gelegenheiten zusammengestellt:

Wir verlosen heuer drei verschiedene Outdoor-Sets:

> **Schneeschuhe von TUBBS TRK KIT x BAD ISCHLER Jausen-Set**

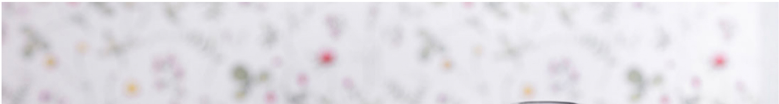
Ein unkomplizierter Schneeschuh, der von EinsteigerInnen wie Fortgeschrittenen geschätzt wird.
Die Flex-Tail™-Technologie absorbiert Stöße und ermöglicht ein natürliches Abrollen beim Gehen. Zehensteigeisen und Traktionsschienen sorgen für ausreichenden Grip bergauf, bergab und bei Traversen, während die ActiveLift™-Steighilfe von 16° die Waden im steileren Gelände entlastet. Die neue Quick-Fit-Bindung bietet eine schnelle und sichere Anpassung der Passform mit leicht festzuziehenden Riemen und Fersenriemen mit Rollschnalle. Im Set mit passenden Teleskopstöcken und Schneeschuh-Tasche!

Schuhspikes von SNOWLINE CHAINSEN LIGHT x BAD ISCHLER Jausen-Set
Snowline Spikes geben Grip und Sicherheit auf eisigen Wegen oder verschneitem Untergrund. Ideal fürs Winterwandern oder die tägliche Runde im Winterwald. Für die Übermütigen unter uns eignen sich die Schuhspikes auch zum sicheren Queren von Schneefeldern.

Skifelle CONTOUR HYBRID MIX 115 x BAD ISCHLER Jausen-Set
Für ein unbeschwertes Skitourenerlebnis – vielfach ausgezeichnete contour Steigfelle – made in Austria. 115 mm breit für alle Tourenski. Einfacher Zuschnitt entlang der Skikante. Leichtes Handling danke hybrid Klebertechnologie.

Die jeweiligen Größen werden direkt mit den GewinnerInnen abgestimmt.

Und wie können Sie gewinnen? Ganz einfach: **Auf** www.badischler.at/shop **bis 24.12.2023 einkaufen – und Sie nehmen automatisch am Gewinnspiel teil!**



BAD ISCHLER
ABGEBAUT IN ALTAUSSEE
NATUR SALZ
AUS DEM SALZKAMMERGUT
FEIN & UNJODIERT

Karfiol fermentieren? Nur Mut!

Falls Sie sich im letzten Newsletter durch die Tipps & Tricks zum Fermentieren geackert haben, aber noch nicht dazu gekommen sind, zur Tat zu schreiten, dann hätten wir hier eine Inspiration für Sie: Probieren Sie fermentierten Karfiol!

Zugegeben, Karfiol erfreut sich außerhalb der Anhängerschaft der levantinischen Küche hierzulande nicht immer großer Beliebtheit und gilt – neben Brokkoli und Roten Rüben – als winterliches Vitaminschreckgespenst, das vor allem zwischen Kindern im Kindergartenalter und ihren Erziehungsberechtigten regelmäßig zum kulinarischen Burnout am Mittagstisch führt. Doch ein Blick in die Wortetymologie vermag so manchen Karfiol-Skeptiker milde zu stimmen, stammt die Bezeichnung doch vom italienischen fiore und cavolo – Blume und Kohl, Blumenkohl also, und im Englischen schließlich: Curly Flower – lockige Blume. Angesichts dieser etymologischen Aussichten raten wir zu kulinarischen Einsichten und empfehlen, den Karfiol erstmal zu fermentieren, und das geht so...

Zum Rezept

Schnupfnasen-Alarm? Kennen wir.

BAD ISCHLER
TAFEL
SALZ
fein & jodiert

Nein, wir ersparen uns hier jegliche geschlechtsdiskriminierenden Hinweise ob der unterschiedlich wahrgenommenen Schwere der Schnupfen-Symptome und verweisen lieber auf ein Zitat von Kim Grove („Love is…“ Cartoonist):
Liebe ist, vom andern den Schnupfen zu bekommen.

Das gilt auch für Büro-Kolleg*innen.

Als altbewährte, schleimhautberuhigende Maßnahme raten wir zu einer isotonischen Kochsalzlösung:

0,9 g Kochsalz in 100 ml abgekochtem Wasser auflösen.

Wir wünschen gute Besserung!

KATRIN - Geheimtipp für kurze Tage

Die Suche nach Geheimtipps im Salzkammergut hat mit hoher Wahrscheinlichkeit Potential für redaktionelle Verzweiflungstaten. Und so, denkt sich der tourenerprobte Lesende, kann es sich bei der Überschrift nur um einen fatalen Irrtum handeln. Immerhin ist die Katrin doch der Ischler und Ischlerinnen liebste Hausberg, noch dazu mit einer Seilbahn erschlossen vom Fuße aufwärts. Doch an den kürzesten Tagen im Jahr, zwischen dem 14.11. und 15.12., befindet sich eben diese Seilbahn in Betriebsurlaub. Das ermöglicht den wahren Wanderinnen und Wanderern unter uns ungestörte Momente am Katergebirge, ganz ohne Birkenstock-Touris, aber auch – kein Vorteil ohne Nachteil! – ganz ohne kulinarische Fremdversorgung.
Also Jause einpacken (essentieller Bestandteil: Gipfel-Ei & BAD ISCHLER Microdose!), Wanderkarte nicht vergessen, genügend Wechselkleidung für alle Wetterfälle und unbedingt auch die Stirnlampe (vulgo Hirnbirn)!

Wir wünschen Berg heil! und wunderbar ruhige November-Aussichten!

TOURDATEN

⇆ **9,59**km ↑**1.089**hm ⟲**5:59**h

↕470 - 1.547m ↓1.069hm

DISTANZ AUFSTIEG DAUER

SCHWIERIGKEIT MITTEL

Bewertung	Technik	Kondition	Landschaft	Erlebnis
	●○○○○○	●●●○○○	●●●●●○	●●●○○○

Wegverlauf

Kaltenbach Dorf		
Katrin (1.542m) Gipfel	**4,7km**
Berggasthof Katrin Restaurant	**5,6km**
Katrinseilbahn Bergstation Gipfel	**5,7km**
Katrin Alp Restaurant	**5,8km**
Kaltenbach Dorf	**9,5km**

© Salinen Austria AG

Steinkogelstraße 30, Ebensee am Traunsee, Austria, 4802