



Für Erholungssuchende, Bergfreunde  
und Pollenallergiker

# Eine Woche Alpen- urlaub für vier Personen zu gewinnen

Klare Luft in idyllischer Umgebung, inmitten einer 50 Millionen Jahre alten Gebirgslandschaft: Mehr als wohltuend für Seele und Körper, besonders die geplagten Atemwege. Ob saftige Almwiesen, schroffe Felsformationen, eiskalte Gebirgsbäche oder verträumte Dörfer: Das Südtiroler Schnalstal lädt zum Bewegen und Genießen ein.

## Pollen und Hausstaubmilben einfach abhängen

Nicht nur Bergliebhaber und Genießer zieht es in die hochalpinen Täler. Auch Pollenallergiker finden dort Erholung und oft Beschwerdefreiheit. Denn ab 1.500 m Höhe finden sich auch in der Hauptblütezeit kaum noch Pollen in der Luft. Auch Hausstaubmilben überleben dort nicht mehr. Verbunden mit körperlicher Aktivität wird der Urlaub damit nebenbei zur besten Therapie. Bei Pollenallergien („Heuschnupfen“) eine Notwendigkeit, denn sie nehmen vor allem in Städten rasant zu – mit Einschränkung der Lebensqualität für Millionen Menschen. Die Symptome reichen von Niesen, laufender Nase und tränenden Augen über Erschöpfung bis hin zu grippeartigen Symptomen und Asthma bronchiale. Ein Bergurlaub verschafft dem Körper eine heilsame Erholung.

## Schnalstal – Perfekte Ferienregion für Bergfreunde und Pollen- allergiker

Das sonnige Schnalstal ist ein Südtiroler Hochgebirgstal im Meraner Land. Zwischen den Weinbergen am Taleingang auf ca. 1.000 m und der glitzernden Gletscherwelt der Ötztaler Alpen auf über 3.000 m, hat das Schnalstal alles zu bieten, was das Wander- und Erholungsparadies Südtirol so einzigartig macht: Eine beeindruckende Bergwelt mit ausgedehnten Lärchenwäldern, smaragdgrünen Gebirgsseen und saftigen Almwiesen, die herrliche Kulisse des Naturpark Texelgruppe, eine Jahrhundert alte Traditionen bergbäuerlichen Lebens und das Beisammensein bei einer Jause auf urigen Hütten. Sogar

Wintersportler kommen ganzjährig auf ihre Kosten, denn der Schnalstaler Gletscher ermöglicht ein schneesicheres Ganzjahres-Skivergnügen. Sport- und Freizeiterlebnisse für die ganze Familie.

**www.alpenjoy.de – Partner  
der Mitteldeutschen BKK**

Wer das Schnalstal und andere pollenfreien Regionen in den Alpen kennenlernen möchte, kann sich bei ALPenjoy darüber informieren. Mitglieder der Mitteldeutschen BKK erhalten 10 % Rabatt bei der Buchung über [www.alpenjoy.de](http://www.alpenjoy.de). Einfach eine E-Mail an [info@alpenjoy.de](mailto:info@alpenjoy.de) senden oder anrufen unter (0 41 64) 90 83 40. Oder gewinnen Sie Ihren Urlaub mit etwas Glück!

## Gewinnen Sie eine Woche Urlaub im Südtiroler Schnalstal

Aktivurlaub für Kids & Co.: Die Top Residence Kurz in Kurzras im hinteren Schnalstal ist ein Familien-Appartementhaus in schönster und verkehrsfreier Lage mit hochalpinem Flair 2.000 m über dem Meer. Alles, was sie für einen unbeschwerten und pollenfreien Urlaub brauchen, finden Sie dort vor der Tür. Im Sommer besticht der Schnalstaler Gletscher durch seine hochalpinen Möglichkeiten. Im Winter sind es nur 150 m bis zur Gletscherbahn und zu den Liften sowie zur Skischule. Weitere Informationen zur Top Residence Kurz erhalten Sie unter Tel. (0039) 0473-662 22-0 oder im Internet unter [www.topresidencekurz.it](http://www.topresidencekurz.it).

## Beantworten Sie einfach folgende Gewinnfrage.

In welcher Region liegt das Schnalstal?

- A) Südtirol
- B) Osttirol
- C) Nordtirol

Die Mitteldeutsche BKK verlost unter allen Einsendern der richtigen Antwort einen siebentägigen Erholungsurlaub inkl. Halbpension für 4 Personen in der Top Residence Kurz. Senden Sie bis zum 15.08.2009 eine Postkarte an FKM Verlag GmbH, Mitteldeutsche BKK, Postfach 24 49, 76012 Karlsruhe, oder eine E-Mail an: [gewinnspiel@fkm-verlag.com](mailto:gewinnspiel@fkm-verlag.com).

**Viel Glück**

