

Allgäu®

Kräuter Kraftquelle Allgäu

2018



www.kraftquelleallgaeu.de

Inhalt

03
Kraftquelle
Allgäu

06
Kräuter –
wahre Schätze
der Natur

12
Veranstaltungen
rund um das
Thema Kräuter

69
Weitere Kräuter-
Experten und
Angebote

79
Kontakt und
Impressum

08
Kräutergärten

62
Kräuterpauschalen

77
Kraftquelle Allgäu –
Pilgern



In den Kräutern liegt die Kraft.

Was wären wir ohne Kräuter? Kräuter können gesund machen. Sie bringen Würze ins Leben, neue Energie, spürbare und sichtbare Lebensfreude. Sie machen unsere Natur bunt und üppig. Kräuter sind ein Glück am Wegesrand. Wir wollen, dass Sie mehr davon haben. Auch wenn Sie ein Mittel gegen Zeitdruck suchen und der Alltag bunter sein dürfte.

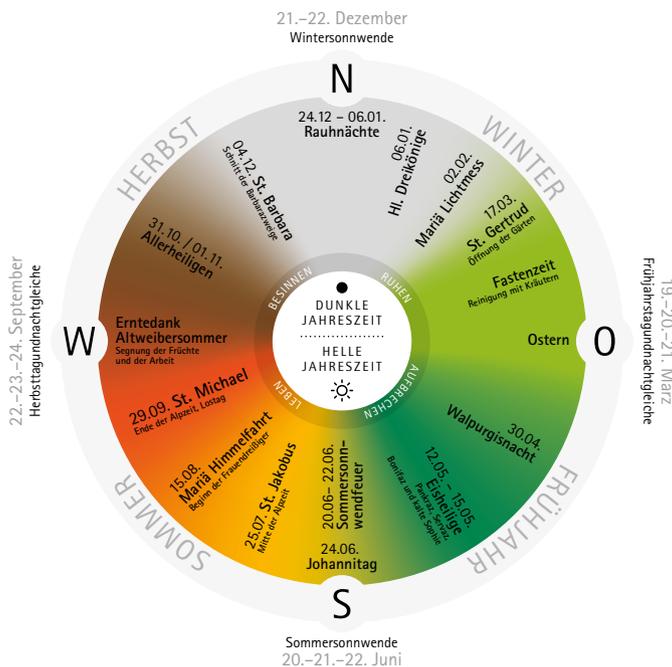
Hier im Westallgäu treffen Sie auf Menschen, die mit der Kraft der Kräuter aufgewachsen sind.

Mit der Kraftquelle Allgäu und mit den Pilger- und Kräuterangeboten bieten wir, die Orte im Westallgäu und in der Ferienregion Allgäu-Bodensee, Ihnen gemeinsam mit unseren Experten das ganze Jahr über kleine Auszeiten, die Sie lieben werden. Denn wir alle sehnen uns nach körperlichem und seelischem Wohlbefinden. Wir sehen uns! Bei uns im Westallgäu ...

Das Jahresrad – Spirituelles Allgäu im Jahreskreis

Im Westallgäu und in der Ferienregion Allgäu-Bodensee fällt es leicht, sich dem Kreislauf des Jahres zu öffnen. Mit unserem Jahresrad, in dem sich uraltes Wissen und ein tiefer Glaube spiegeln, möchten wir Ihnen Anreize geben, wieder verstärkt im Einklang mit der Schöpfung und deren Ursprung zu leben – in Übereinstimmung mit seit Jahrhunderten überlieferten weltlichen und kirchlichen Bräuchen. Wir laden Sie ein, die „Kraftquelle Allgäu“ zu entdecken.

Das Jahresrad unterteilt sich in die dunklen Jahreszeiten von Herbst und Winter und die hellen Jahreszeiten von Frühjahr und Sommer.



In den Monaten der Dunkelheit zieht sich die Natur in ihre Wurzeln zurück. Innere Ruhe und Besinnung können uns Menschen in dieser Phase in unserem oft hektischen Alltag entschleunigen. Mit dem Lichtfest der Heiligen Weihnacht drückt sich die Erwartung und Hoffnung auf wiederkehrende Helligkeit und grünendes Leben aus.

Dann endlich erwacht mit dem Frühling und dem Beginn der hellen Jahreszeit die Natur, wächst und gedeiht aufs Neue. Wir Menschen können wieder aktiver werden, hinausgehen und uns an der wiedererblühten Natur erfreuen, z. B. im Rahmen der Pilger- und Kräuterangebote der „Kraftquelle Allgäu“. Gegen Ende des Sommers folgt die Erntezeit, die voller Dankbarkeit auf Gewachsenes und persönlich Erreichtes blicken darf, bevor sich nicht nur die Pflanzenwelt, sondern auch wir selbst uns wieder in uns zurückziehen. Der Kreislauf beginnt von Neuem.

Unsere Kräuterexperten und Wildkräuterführerinnen haben sich auch in diesem Jahr zahlreiche Angebote einfallen lassen. Diese möchten wir Ihnen in der vorliegenden Kräuterbroschüre näher vorstellen. Auf den Seiten 77 und 78 haben wir die wichtigsten Informationen über den zweiten „Kraftquelle Allgäu“-Baustein, das Pilgern, für Sie zusammengestellt.



Kräuter – wahre Schätze der Natur!

Im Allgäu können Sie eine wahre Pracht an heimischen Heilpflanzen erleben: ihre Farben, ihren Duft, ihre Kräfte und ihr verborgenes Wesen. Und das Thema Kräuter spielt gerade in der „hellen Jahreszeit“ eine große Rolle. Hier ist die aktive Zeit des Menschen, die wir nutzen sollten, raus in die Natur zu gehen und diese zu genießen.

Die Kräutergärten der Region sind Orte der Begegnung zwischen uns Menschen und den Heilpflanzen unserer Heimat. Oder gehen Sie mit den Allgäuer Wildkräuterfrauen und anderen Kräuterexperten auf geheimnisvolle Entdeckungstour und lernen Sie die vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten von Ringelblume, Brennnessel, Schafgarbe und Co. kennen. Es wird gewandert, gesammelt, gekocht und geräuchert.

Wer gleich mehrere Tage in die Welt der Kräuter eintauchen möchte, für den haben wir spannende Pakete geschnürt. Auch der Genuss in der feinen Kräuterküche kommt nicht zu kurz. Viel Freude beim Stöbern und Entdecken!



Das kleine Wildkräuter-ABC

zusammengestellt von Gerti Epple,
Vorsitzende des Allgäuer Kräuterland e.V.,
mit heimischen Kräutern aus ihrem Garten.

A	Arnika	bei Schock
B	Brennnessel	bei Wassereinlagerungen
D	Dost (wilder Majoran)	bei Husten
E	Eberesche	für die Verdauung
F	Frauenmantel	in den Wechseljahren
G	Gundermann	zur Schwermetallausleitung
H	Hauswurz	bei Brandwunden
I	Indisches Springkraut	fördert die Geduld
J	Johanniskraut	bringt Licht in dunkle Tage
K	Königskerze	reinigt die Atmosphäre
L	Löwenzahn	als Frühjahrskur
M	Melisse	gleichet unser Gemüt aus
N	Nachtviole	für schöne Haut
O	Odermennig	reinigt unseren Körper
P	Pfefferminze	kühlt erhitze Gemüter
Q	Quendel	schützt vor Ansteckung
R	Rotklee	als Lebenselixier im Alter
S	Schafgarbe	bei tiefen Wunden
T	Taubnessel, weiß	hilfreich fürs Wasserlassen
V	Veilchen	gibt Gelassenheit
W	Wegwarte	fördert die Intuition
Y	Ysop	gegen Melancholie
Z	Zinnkraut	stärkt das Bindegewebe

www.wildkraeuterfrau.info



Kräutergärten



Artemisia – Allgäuer Kräutergarten

in Stiefenhofen-Hopfen

Artemisia – der Allgäuer Kräutergarten ist ein Ort der Begegnung zwischen uns Menschen und den Heilpflanzen unserer Heimat. Die Menschen bei Artemisia gestalten bewusst den Allgäuer Kräutergarten, in dem unsere Pflanzen wachsen. Erde, Pflanze, Tier und Mensch wirken in Ganzheit miteinander und bilden ein lebendiges Gesamtkunstwerk.

In der Gärtnerei werden mehr als 300 verschiedene Kräuter und Heilpflanzen zum Verkauf angeboten. Die Teestube lädt zum Verweilen ein und im Hofladen erwartet Sie ein großes Angebot an eigens hergestellten Produkten und Büchern.



Artemisia – Allgäuer Kräutergarten

Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen

Tel. 08386-9605 10, info@artemisia.de, www.artemisia.de

Gärtnerei

Mittwoch–Freitag 9:00–13:00 Uhr und 14:00–18:00 Uhr,
Samstag 10:00–18:00 Uhr

Hofladen und Teestube

Mittwoch–Freitag 14:00–18:00 Uhr,
Samstag 10:00–18:00 Uhr



Garten der Gesundheit, Sinne und Besinnlichkeit

in Argenbühl-Eglofs

Auf guter Muttererde mit kiesigem Grund gedeihen auf ca. 1600 m² typische Pflanzen des Allgäus mit Heilwirkung. Küchenkräuter, duftende Zierstauden und verschiedene Skulpturen aus Holz, Eisen und Stein, umgeben von einer Streuobstwiese, sowie ein „Pfad der Sinne“ ergänzen das Bild eines harmonischen und erholsamen Kräutergartens der besonderen Art.

Viele Geheimnisse, mystisches und überliefertes Wissen der Heilkräuter, erfahren wir bei abwechslungsreichen Kräuterführungen mit Renate Tschöll.

Unsere Angebote für den Sommer 2018 finden Sie auf www.kraeutergarten-zellers.de.



Kräutergarten Zellers

Zellers 1, 88260 Argenbühl/Eglofs
Tel. 07522-20951, renate.tschoell@kraeutergarten-zellers.de
www.kraeutergarten-zellers.de

Öffnungszeiten:
Mai bis September, täglich von 10:00 – 20:00 Uhr.

Kräutergärtle „Himmelszipfele“

in Wangen-Leupolz

Vorbei an bunten Staudenbeeten, dem Weinberg und durch einen mit Haselnusssträuchern bewachsenen Laubengang, führt der Weg den steilen Kirchberg von Leupolz hinauf zum „Himmelszipfele“. Die im Zentrum stehende Trauerbuche gibt Ihnen auf wundersame Weise „himmlische“ Antworten und Kräutersprüche aus alter Zeit erzählen von der Heilkraft der Pflanzen.

Ein Spaziergang durchs Gärtle ist ein durch und durch beglückendes Erlebnis und schenkt jedem, der sich darauf einlässt, Ruhe und inneren Frieden. Für die Gestaltung, die Bepflanzung und Pflege zeichnet sich Georgia Mühleis verantwortlich.



Kräutergärtle „Himmelszipfele“

Dorfplatz, 88239 Wangen-Leupolz
Tel. 07506-1379, kontakt@himmelszipfele.de,
www.himmelszipfele.de

Das „Himmelszipfele“ ist jederzeit zugänglich,
Führungen sind zu Wunschterminen gerne möglich.

Preise: Ab einer Gruppengröße von 10 Personen beträgt
der Preis 10 € pro Person. Bei kleineren Gruppen wird
ein Pauschalpreis vereinbart.

Veranstaltungen rund um das Thema Kräuter

Von wegen Kräuterlatein!

Bei unseren Kräuterwanderungen, -führungen und -seminaren erhalten Sie spannende Einblicke in die faszinierende Welt der uralten Heilpflanzen. Unsere ausgebildeten Kräuterexperten freuen sich auf Sie: Kochen am Lagerfeuer, Salben selbst herstellen oder Wildpflanzen essen lernen!

Termin	Pilgerangebot	Treffpunkt	Pilgerbegleiter	Seite
Sa. 10.03.	Wanderung und Verkostung „Kräuterseifen selbst herstellen“	Heimenkirch	Leni Weber	20
Di. 20.03.	Führung und Verkostung „Superfood aus dem Kräutergarten – Vogelmiere und Gundermann“	Hergensweiler	Heidi Prinz	21
Sa. 24.03.	Seminar „Wildes Weiber Wissen – Frühlingskraft der Jungen“	Wangen	Juliane Hörburger und Claudia Hellwig	22
Mo. 02.04.	Kleine Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	23
Mo. 09.04.	Workshop „Kräutersalben und Cremes für die Familie“	Opfenbach	Emmy Eppler	24
Mi. 11.04.	Wanderung und Verkostung „Grüne Kraft des Frühlings“	Wangen	Irmgard Diem	26
Sa. 14.04.	Frühjahrskochkurs „Die ersten, jungen Wilden“	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	25
Sa. 14.04.	Führung und Verkostung „Bärenstarke Frühlingskräuter“	Bodnegg	Waltraud Wagner	27
So. 15.04.	Männerkochkurs „Die ersten, jungen Wilden“	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	25
Mo. 16.04.	Workshop „Kräutersalben und Cremes für die Familie“	Opfenbach	Emmy Eppler	24
Do. 19.04.	Führung und Workshop „Wertvolle Heilmittel aus meinem Kräutergarten – Birkensaft und Weißdornblüte“	Hergensweiler	Heidi Prinz	28
Mi. 25.04.	Wanderung und Verkostung „Grüne Kraft des Frühlings“	Wangen	Irmgard Diem	26
Do. 26.04.	Wanderung „Grünkraft ist Lebenskraft“	Lindenberg	Marianne Stöckeler	29
Fr. 27.04.	Wanderung und Verkostung „Wildkräuter erkennen, ernten und genießen: Kräuterüberaschung“	Lindenberg	Ingrid Zodel	30



Bitte denken Sie bei den Wanderungen an festes Schuhwerk und witterungsgerechte Kleidung!

Termin	Pilgerangebot	Treffpunkt	Pilgerbegleiter	Seite
So. 29.04.	Kräuter- und Töpfermarkt	Weiler im Allgäu		31
So. 29.04.	Große Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/ entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	32
Mo. 30.04.	Kleine Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/ entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	23
Mi. 02.05.	Kräuterwanderung	Aitrach	Heike Potrykus	33
Fr. 04.05.	Vortrag „Allgäuer Wildpflanzen – Heilkraft und Bedeutung“	Isny	Wolf-Dieter Storl	34
Fr. 04.05.	Wanderung und Verkostung „Wildkräuter erkennen, ernten und genießen: Kräutersalz“	Lindenberg	Ingrid Zodel	35
Sa. 05.05.	Wildkräuterführung	Weiler	Heike und Horst Huber	36
Mi. 09.05.	Wanderung und Verkostung „Grüne Kraft des Frühlings“	Wangen	Irmgard Diem	26
Fr. 11.05.	Workshop und Verkostung „Heimisches Superfood“	Opfenbach	Emmy Epple und Gerti Epple	37
Sa. 12.05.	Führung und Verkostung „Guck mal was da wächst“	Niederwangen	Liesel Jocham	38
Mo. 14.05.	Führung und Verkostung „Superfood aus dem Kräutergarten – Hirtentäschel und Vogelknöterich“	Hergensweiler	Heidi Prinz	21
Di. 15.05.	Kinderführung und Workshop mit Begleitperson „Zauberhafter Wildkräutergarten – was blüht denn da?“	Hergensweiler	Heidi Prinz	39
Fr. 18.05.	Wanderung und Kochkurs „Wilde Kost am offenen Feuer“	Scheidegg	Christine Giera	40
Sa. 19.05.	Führung und Verkostung „Guck mal was da wächst“	Niederwangen	Liesel Jocham	38
So. 20.05.	Wanderung „Adelegg Kräuter“	Isny	Sonja Raiser-Stehr	41
Mo. 21.05.	Kleine Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/ entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	23
Mi. 23.05.	Wanderung und Verkostung „Grüne Kraft des Frühlings“	Wangen	Irmgard Diem	26
Fr. 25.05.	Workshop und Verkostung „Heimisches Superfood“	Opfenbach	Emmy Epple und Gerti Epple	37

Termin	Pilgerangebot	Treffpunkt	Pilgerbegleiter	Seite
So. 27.05.	Große Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/ entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	32
Sa. 02.06.	Wildkräuterführung	Weiler	Christine Giera	36
Mi. 06.06.	Führung und Verkostung „Superfood aus dem Kräutergarten – Spitzweggerich und Giersch“	Hergensweiler	Heidi Prinz	21
Do. 07.06.	Workshop „So ein Kräutertheater“	Heimenkirch	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	42
Fr. 08.06.	Wanderung und Verkostung „Wildkräuter erkennen, ernten und genießen: Kräuterüberraschung“	Lindenberg	Ingrid Zodel	30
Sa. 09.06.	Seminar „Käse, Kräuter, Salz und mehr ...“	Lindau/ Stiefenhofen	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	43
Do. 14.06.	Workshop „So ein Kräutertheater“	Heimenkirch	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	42
Fr. 15.06.	Kräutervortrag „Apotheke am Wegesrand – Wildkräuter des Frühlings“	Weiler	Christine Giera	44
Fr. 15.06.	Wanderung und Verkostung „Wildkräuter erkennen, ernten und genießen: Kräutersalz“	Lindenberg	Ingrid Zodel	35
Sa. 16.06.	Wanderung „Mythos und Heilkraft heimischer Bäume“	Heimenkirch	Leni Weber	45
Sa. 16.06.	Wanderung „Kräuterführung auf dem St. Laurentius-Rundweg zum Kräutergärtle Himmelszipfele in Leupolz“	Leupolz	Georgia Mühleis	46
So. 17.06.	Wanderung „Adelegg Kräuter“	Isny	Sonja Raiser-Stehr	41
Di. 19.06.	Führung und Workshop „Wertvolle Heilmittel aus meinem Kräutergarten – Natürliche Reiseapotheke mit Kräutern“	Hergensweiler	Heidi Prinz	28
Fr. 22.06.	Wanderung und Kochkurs „Wilde Kost am offenen Feuer“	Scheidegg	Christine Giera	40
Sa. 23.06.	Seminar „Wildes Weiber Wissen – Sommerkraft der Blühenden“	Wangen	Juliane Hörburger und Claudia Hellwig	22

Termin	Pilgerangebot	Treffpunkt	Pilgerbegleiter	Seite
So. 24.06.	Johannisfeuer	Scheidegg	Scheidegg Tourismus	47
So. 24.06.	Große Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	32
Mo. 25.06.	Kleine Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	23
Di. 26.06.	Kochkurs beim Kräutewirt (Landgasthof Rössle)	Stiefenhofen	Axel Kulmus	60
Mi. 27.06.	Kräuterwanderung	Aitrach	Heike Potrykus	33
Do. 28.06.	Workshop „So ein Kräutertheater“	Heimenkirch	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	42
Fr. 06.07.	Workshop „Durchschnaufa im Kräutergärtle Himmelszipfele – Die Melisse mit allen Sinnen kennenlernen“	Leupolz	Georgia Mühleis und Dagmar Wurster	48
Sa. 07.07.	Wildkräuterführung	Weiler	Heidi Prinz	36
Sa. 07.07.	Seminar „Käse, Kräuter, Salz und mehr ...“	Lindau/ Stiefenhofen	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	43
Mo. 09.07.	Führung und Verkostung „Superfood aus dem Kräutergarten – Zitronendurft liegt in der Luft“	Hergensweiler	Heidi Prinz	21
Mi. 11.07.	Kräuterwanderung	Aitrach	Heike Potrykus	33
So. 15.07.	Wanderung „Adelegg Kräuter“	Isny	Sonja Raiser-Stehr	41
Fr. 20.07.	Workshop „Durchschnaufa im Kräutergärtle Himmelszipfele – Die Meisterwurz mit allen Sinnen kennenlernen“	Leupolz	Georgia Mühleis und Dagmar Wurster	49
Fr. 27.07.	Wanderung und Kochkurs „Wilde Kost am offenen Feuer“	Scheidegg	Christine Giera	40
So. 29.07.	Große Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	32
Mo. 30.07.	Kleine Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	23

Termin	Pilgerangebot	Treffpunkt	Pilgerbegleiter	Seite
Fr. 03.08.	Führung und Workshop „Heilende Kräuter für Hunde“	Leupolz	Georgia Mühleis	50
Fr. 03.08.	Kinder-Kräuter-Kochkurs „Aus der Hexenkräuterküche“	Stiefenhofen	Axel Kulmus	61
Sa. 04.08.	Kochkurs „Wilde Küche: Bunte Blütenküche“	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	51
Sa. 04.08.	Wildkräuterführung	Weiler	Allgäuer Wildkräuterfrau	36
Mo. 06.08.	Workshop und Verkostung „Heimisches Superfood“	Opfenbach	Emmy Epple und Gerti Epple	37
Fr. 10.08.	Kräutervortrag „Kräuter-Hausapotheke für die ganze Familie“	Weiler	Gerti Epple	52
Fr. 10.08.	Wanderung und Kochkurs „Wilde Kost am offenen Feuer“	Scheidegg	Christine Giera	40
Sa. 11.08.	Führung und Verkostung „Guck mal was da wächst“	Niederwangen	Liesel Jocham	38
Mo. 13.08.	Führung und Workshop „Wertvolle Heilmittel aus meinem Kräutergarten – der Kräuterboschen als alte Hausapotheke“	Hergensweiler	Heidi Prinz	28
Di. 14.08.	Kinderführung und Verkostung mit Begleitperson „Zauberhafter Wildkräutergarten – was wächst denn da?“	Hergensweiler	Heidi Prinz	39
Mi. 15.08.	Führung und Verkostung „Guck mal was da wächst“	Niederwangen	Liesel Jocham	38
So. 19.08.	Wanderung „Adelegg Kräuter“	Isny	Sonja Raiser-Stehr	41
So. 26.08.	Große Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	32
Mo. 27.08.	Kleine Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	23
Fr. 31.08.	Kinder-Kräuter-Kochkurs „Aus der Hexenkräuterküche“	Stiefenhofen	Axel Kulmus	61
Sa. 01.09.	Wildkräuterführung	Weiler	Heike und Horst Huber	36
Sa. 08.09.	Workshop und Kochkurs „Frauendreibiger - heilkräftige Kräuter dieser besonderen Zeit“	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	53
Sa. 08.09.	Wanderung „Alte Baumvetranen – Knorrige Zeithüter“	Oberstaufer	Leni Weber und Sofie Fink	54

Termin	Pilgerangebot	Treffpunkt	Pilgerbegleiter	Seite
Do. 13.09.	Workshop „So ein Kräutertheater“	Heimenkirch	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	42
Do. 13.09.	Führung und Workshop „Wertvolle Heilmittel aus meinem Kräutergarten – Engelwurz und Meisterwurz“	Hergensweiler	Heidi Prinz	28
Sa. 15.09.	Seminar „Käse, Kräuter, Salz und mehr ...“	Lindau/Stiefenhofen	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	43
Di. 18.09.	Kochkurs beim Kräutewirt (Landgasthof Rössle)	Stiefenhofen	Axel Kulmus	60
Do. 20.09.	Workshop „So ein Kräutertheater“	Heimenkirch	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	42
Sa. 22.09.	Seminar „Wildes Weiber Wissen – Herbstkraft der Reifen“	Wangen	Juliane Hörburger und Claudia Hellwig	22
Do. 27.09.	Workshop „So ein Kräutertheater“	Heimenkirch	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	42
Fr. 28.09.	Führung und Workshop „Ab durch die Hecke – Wilde Früchte und Beeren entdecken“	Primisweiler	Lena Frühschütz	55
Sa. 29.09.	Führung und Workshop „In der Wurzel liegt die Kraft“	Amtzell	Josefine Stauber	56
So. 30.09.	Große Wanderung „Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen“	Röthenbach	Marianne Stöckeler	32
Di. 16.10.	Führung und Verkostung „Superfood aus dem Kräutergarten – Löwenzahn, zu jeder Jahreszeit“	Hergensweiler	Heidi Prinz	21
Fr. 19.10.	Workshop „Kräuterkosmetik selbst gemacht. Eine Creme und einen Balsam aus Pflanzenölauszügen herstellen.“	Lindenberg	Ingrid Zodel	57
Fr. 02.11.	Workshop „Räuchern mit heimischen Kräutern“	Heimenkirch	Leni Weber	58
Mo. 05.11.	Führung und Workshop „Wertvolle Heilmittel aus meinem Kräutergarten – Cremes und Salben für jung und alt“	Hergensweiler	Heidi Prinz	28
Fr. 09.11.	Workshop „Räuchern mit heimischen Pflanzen“	Lindenberg	Ingrid Zodel	59



Kräuterseifen selbst herstellen

Geführte Wanderung und Workshop mit Allgäuer Wildkräuterführerin Leni Weber



Sa. 10.03.2018

Beschreibung	In diesem Seifenworkshop werden alle Kenntnisse vermittelt, um natürliche, pflegende Pflanzenseifen selbst herzustellen. Handgemachte, kaltgerührte Naturseifen mit rückfettenden Pflanzenölen, himmlisch duftenden Kräutern und ätherischen Ölen sorgen für ein unvergleichliches Hautgefühl. Jeder darf seine Seife mit nach Hause nehmen.
Treffpunkt	14:00 Uhr Paul-Bäck-Haus, 88178 Heimenkirch
Strecke / Dauer	ca. 3 Stunden
Preis p. P.	35 € inkl. Material
Anmeldung	bis spätestens 1 Woche vor Termin
Teilnehmer	-
Sonstiges	rollstuhl- und kinderwagengerecht; bitte Schutzbrille für die Augen, Gummihandschuhe, ein altes Handtuch, leere Joghurtbecher oder Silikonformen zum Abfüllen der Seife und einen Karton für den Transport mitbringen
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage ab 8 Personen möglich 35 € pro Person
Anbieter und Kontakt	Leni Weber Geigersthal 21, 88178 Heimenkirch Tel. 083 81-7 67 12 plweber@t-online.de

Superfood aus dem Kräutergarten

Führung und Verkostung mit Allgäuer Wildkräuterführerin Heidi Prinz



Di. 20.03.2018 | 16 Uhr
Vogelmiere und Gundermann
Mo. 14.05.2018 | 17 Uhr
Hirtentäschel und Vogelknöterich
Mi. 06.06.2018 | 18 Uhr
Spitzwegerich und Giersch
Mo. 09.07.2018 | 18 Uhr
Zitronenduft liegt in der Luft
Di. 16.10.2018 | 16 Uhr
Löwenzahn, zu jeder Jahreszeit

Beschreibung	Die Schätze der Natur neu zu entdecken und zu erfahren, womit sie uns beschenken wollen, ist das Ziel dieser Kräuterführungen. Es werden miteinander Wildkräuter im Garten kennen gelernt und gesammelt, um daraus etwas Schmackhaftes herzustellen, das vor Ort von den TeilnehmerInnen verzehrt wird.
Treffpunkt	Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler
Strecke / Dauer	max. 2 km, 2 bis 3 Stunden
Preis p. P.	15 € Kinder ab 6 Jahre in Begleitung Erwachsener 6 € Kräuterführung, inkl. Zubereitung und Verkostung eines abwechslungsreichen Kräutergerichtes.
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	6 bis 20 Personen
Sonstiges	findet bei jedem Wetter statt; bitte entsprechende Kleidung und Schuhwerk.
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich (Themenauswahl nach Absprache und Jahreszeit) bei 6 bis 10 Personen mindestens 150 €
Anbieter und Kontakt	Heidi Prinz Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler Tel. 083 88-98190, heidi@online-prinz.de

Wildes Weiber Wissen

Seminar mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Juliane Hörburger
und Claudia Hellwig



Sa. 24.03.2018
Frühlingskraft der Jungen

Sa. 23.06.2018
Sommerkraft der Blühenden

Sa. 22.09.2018
Herbstkraft der Reifen

Beschreibung	Uns Frauen sind kostbare Entwicklungsstufen geschenkt: die Junge – die Blühende – die Reife – die Weise Alte. In einem Natur-Rundgang begegnen wir uns selbst, unseren Kräften und starken Kräutern. In diese tauchen wir ein, geben uns hin, stärken wir uns, um frohen Mutes unsere Wege weiter zu gehen.
Treffpunkt	14:00 Uhr Parkplatz „Am Kohlplatz“ 88239 Wangen
Strecke/Dauer	4 Stunden
Preis p. P.	32 €
Anmeldung	bis spätestens 3 Tage vor Termin
Teilnehmer	–
Sonstiges	findet bei jedem Wetter statt; Brettchen und Messer mitbringen
Gruppen	–
Anbieter und Kontakt	Claudia Hellwig Haldenweg 4, 88147 Achberg Juliane Hörburger Praßbergstraße 16/2, 88239 Wangen Tel. 075 22-9 13 34 94

Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen / entfernen lernen

Kleine Wanderung
mit Marianne Stöckeler



Mo. 02.04.2018

Mo. 30.04.2018

Mo. 21.05.2018

Mo. 25.06.2018

Mo. 30.07.2018

Mo. 27.08.2018

Beschreibung	Wildpflanzen, kostenlose Ernährung aus der Natur. Sie müssen es nur selbst anwenden. Pflücken und essen: Was mir schmeckt, tut mir gut. Wir wandern – gerne auch mit Kindern – im wunderschönen Allgäu. Nebenbei lernen wir giftige Kreuzkräuter kennen und ausstechen.
Treffpunkt	18:00 Uhr Rathaus Röthenbach Mühlenstr. 1, 88167 Röthenbach
Strecke/Dauer	ca. 2 km / ca. 2,5 Stunden
Preis p. P.	freiwillige Spende
Anmeldung	nicht erforderlich
Teilnehmer	keine Begrenzung
Sonstiges	gutes Schuhwerk erforderlich
Gruppen	–
Anbieter und Kontakt	Marianne Stöckeler Tobelbachstr. 42, 88167 Röthenbach Tel. 083 84-1734

Kräutersalben und Cremes für die Familie

Workshop mit
Kräuterfrau Emmy Epple



Mo. 09.04.2018

Mo. 16.04.2018

Beschreibung	Miteinander machen wir uns auf, das Geheimnis der Salbenherstellung zu lüften. Aus reinen Naturprodukten und Kräutern aus dem Kräutergarten stellen wir Salben und Cremes her.
Treffpunkt	15:00 Uhr Hofkäserei Tannenhof Oberschwabenstr. 16, 88145 Opfenbach
Strecke/Dauer	2 Stunden
Preis p. P.	20 € inkl. Material
Anmeldung	bis spätestens 1 Tag vor Termin
Teilnehmer	mindestens 5 Personen
Sonstiges	rollstuhl- und kinderwagengerecht
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage ab 6 Personen möglich
Anbieter und Kontakt	Emmy Epple Oberschwabenstr. 16a 88145 Opfenbach Tel. 083 85-5 78

Frühjahrskochkurs „Die ersten, jungen Wilden“

Mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Sieglinde Walser-Weber



Sa. 14.04.2018

So. 15.04.2018
Männerkochkurs

Beschreibung	„Den Winter aus dem Körper vertreiben“: Nach einem langen Winter hat sich so manches in unserem Körper angesammelt, das uns belastet. Wir wollen unseren Stoffwechsel mit unseren starken Helfern aus der Natur wieder hochfahren. Lecker verpackt in einem mehrgängigen Menü, zu dem wir gemeinsam die Zutaten sammeln, kochen und verköstigen werden.
Treffpunkt	9:45 Uhr Parkplatz Seminarhof Sonnentor Zum Greut 3, 88410 Bad Wurzach-Eintürnen
Strecke/Dauer	ca. 5 Stunden
Preis p. P.	38 € inkl. Material
Anmeldung	bis spätestens 1 Woche vor Termin
Teilnehmer	6 bis 11 Personen
Sonstiges	wetterfeste Kleidung; Ersatzschuhe für die Küche
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich bei 6 bis 8 Personen: 38 € pro Person bei 9 bis 11 Personen: 35 € pro Person
Anbieter und Kontakt	Sieglinde Walser-Weber Tel. 0 75 27-95 44 11, sp.walser@gmail.com Bad Wurzach Info Rosengarten 1 88410 Bad Wurzach



Grüne Kraft des Frühlings

Geführte Wanderung und
Verkostung mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Irmgard Diem



Mi. 11.04.2018
Mi. 25.04.2018
Mi. 09.05.2018
Mi. 23.05.2018

Beschreibung	Im Frühling stecken die Pflanzen voller Kraft und schenken uns wertvolle Energie. Wir machen uns auf den Weg und lernen Frühlingskräuter kennen, erfahren Wissenswertes über deren Verwendung im Alltag und in der Küche. Zum Abschluss der Wanderung gibt es Kräutersnacks und ein erfrischendes Getränk.
Treffpunkt	15:00 Uhr Irmgard Diem Stuibenweg 14, 88239 Wangen
Strecke/Dauer	max. 2 km/ca. 2 Stunden
Preis p. P.	10 € inkl. Verkostung
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	mindestens 8 Personen
Sonstiges	rollstuhl- und kinderwagengerecht; nur bei trockener Witterung
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage ab 10 Personen möglich
Anbieter und Kontakt	Irmgard Diem Stuibenweg 14, 88239 Wangen Tel. 07522 1566 oder 0170 8553049 irmgard@familie-diem.de

Bärenstarke Frühlingskräuter

Führung und Verkostung mit
Allgäuer Wildkräuterführerin
Waltraud Wagner



Sa. 14.04.2018
Ersatztermin bei Regen
Sa. 21.04.2018

Beschreibung	Bei einer kleinen Kräuterwanderung lernen wir unsere Wildkräuter, die sprießende Grünkraft vor unserer Haustüre, kennen. Wir sammeln einige Kräuter, besprechen ihre vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten und verarbeiten und genießen diese gemeinsam.
Treffpunkt	14:00 Uhr Familie Wagner Tal 3, 88285 Bodnegg
Strecke/Dauer	0,5 km / ca. 2 Stunden
Preis p. P.	10 € inkl. Verkostung Kinder unter 10 Jahre 5 €
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	6 bis 15 Personen
Sonstiges	gutes Schuhwerk erforderlich; nur bei trockener Witterung
Gruppen	-
Anbieter und Kontakt	Waltraud Wagner Tal 3, 88285 Bodnegg Gästeamt Bodnegg Frau Straub Tel. 07520-920811 straub@bodnegg.de

Wertvolle Heilmittel aus meinem Kräutergarten

Führung und Workshop
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Heidi Prinz



Do. 19.04.2018 | 17 Uhr
Birkensaft und Weißdornblüte

Di. 19.06.2018 | 18 Uhr
Natürliche Reiseapotheke
mit Kräutern

Mo. 13.08.2018 | 18 Uhr
Der Kräuterboschen als
alte Hausapotheke

Do. 13.09.2018 | 17 Uhr
Engelwurz und Meisterwurz

Mo. 05. 11.2018 | 15 Uhr
Cremes und Salben für
jung und alt

Beschreibung	Heimische Pflanzen beschenken uns mit vielen kraftvollen Wirkstoffen. Bei diesen Führungen werden einige Heilpflanzen und deren Wirkung kennengelernt. Es werden bewährte Hausmittel hergestellt, die von den Teilnehmenden mit nach Hause genommen werden dürfen.
Treffpunkt	Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler
Strecke / Dauer	max. 2 km / mit Zubereitung und Verkostung 2 bis 3 Stunden
Preis p. P.	15 € Kinder ab 6 Jahren in Begleitung Erwachsener 6 €
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	6 bis 20 Personen
Sonstiges	findet bei jedem Wetter statt; bitte entsprechende Kleidung und Schuhwerk sowie ein kleines Taschenmesser / Schere mitbringen
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich (Themenauswahl nach Absprache und Jahreszeit) bei 6 bis 10 Personen
Anbieter und Kontakt	Heidi Prinz Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler Tel. 083 88-98190, heidi@online-prinz.de

Grünkraft ist Lebenskraft

Geführte Wanderung
mit Marianne Stöckeler



Do. 26.04.2018

Beschreibung	Ziel dieser besonderen Wanderung ist, im Umgang mit diversen Wildpflanzen den individuellen Instinkt und eigene Geschmacksvorlieben zu entdecken und entwickeln. Nebenbei lernen wir giftige Kreuzkräuter kennen und ausstechen. Verpflegung: Quellwasser (wird gereicht).
Treffpunkt	13:30 Uhr Uferpromenade beim Waldseeparkplatz, 88161 Lindenberg
Strecke / Dauer	2 bis 3 km / ca. 3 Stunden
Preis p. P.	freiwillige Spende
Anmeldung	nicht erforderlich
Teilnehmer	keine Begrenzung
Sonstiges	gutes Schuhwerk erforderlich
Gruppen	-
Anbieter und Kontakt	Tourist-Information Lindenberg Tel. 083 81-9 28 43 10 touristinformation@lindenberg.de



Wildkräuter erkennen, ernten und genießen: Kräuterüberraschung backen

Geführte Wanderung
und Verkostung mit
Kräuterpädagogin
Ingrid Zodel



Fr. 27.04.2018

Fr. 08.06.2018

Beschreibung Gemeinsam erkunden wir die Wildkräuter rund um Lindenberg. Ganz gespannt und genau schauen wir, wo sie wachsen. Wir erfahren, welche Kraft in den einzelnen Pflanzen steckt, wie sie uns unterstützen und wie wir sie zu uns nehmen können. Zum Abschluss backen und essen wir eine Wildkräuterüberraschung. Für erfrischende Getränke ist gesorgt.

Treffpunkt 14:00 Uhr
Lindenberg, am kleinen Parkplatz in der Hirschbergstraße (Richtung Bergfriedhof)

Strecke/Dauer ca. 3 km/3 Stunden

Preis p. P. 18 €

Anmeldung bis spätestens 3 Tage vor Termin

Teilnehmer 7 bis 12 Personen

Sonstiges wetterfeste Kleidung, gutes Schuhwerk
Stoffbeutel oder Körbchen zum Sammeln;
bei Regen findet die Führung nicht statt

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage
bis 12 Personen möglich, 130 € je Gruppe

**Anbieter
und Kontakt** Ingrid Zodel
Ahornweg 43, 88161 Lindenberg im Allgäu
Tel. 083 81-894 2071
ingrid.zodel@web.de



Großer Kräuter- und Töpfermarkt

Kräutermarkt mit
Fachvorträgen



So. 29.04.2018

Beschreibung Verschiedene Kräutergärtnereien mit Waren rund um den Garten, umfangreiches Rahmenprogramm und Fachvorträge im Kornhausmuseum

Treffpunkt 10:00 Uhr
Kirchplatz, 88171 Weiler i. A.

Strecke/Dauer 8 Stunden

Preis p. P. –

Anmeldung nicht erforderlich

Teilnehmer –

Sonstiges rollstuhl- und kinderwagengerecht

Gruppen –

**Anbieter
und Kontakt** Markt Weiler - Simmerberg
Kirchplatz 1, 88171 Weiler i. A.,
Tel. 083 87-39 10
info@weiler-simmerberg.de

Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen / entfernen lernen

Große Wanderung
mit Marianne Stöckeler



So. 29.04.2018
So. 27.05.2018
So. 24.06.2018
So. 29.07.2018
So. 26.08.2018
So. 30.09.2018

Beschreibung	Wildpflanzen, kostenlose Ernährung aus der Natur. Sie müssen es nur selbst anwenden. Pflücken und essen: Was mir schmeckt, tut mir gut. Wir wandern – gerne auch mit Kindern – im wunderschönen Allgäu. Nebenbei lernen wir giftige Kreuzkräuter kennen und ausstechen.
Treffpunkt	10:00 Uhr Rathaus Röthenbach Mühlenstr. 1, 88167 Röthenbach
Strecke / Dauer	ca. 3 km / ca. 3–5 Stunden je nach Witterung
Preis p. P.	freiwillige Spende
Anmeldung	nicht erforderlich
Teilnehmer	keine Begrenzung
Sonstiges	gutes Schuhwerk erforderlich
Gruppen	–
Anbieter und Kontakt	Marianne Stöckeler Tobelbachstr. 42, 88167 Röthenbach Tel. 083 84-17 34

Kräuterwanderung

Kräuterführung
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Heike Potrykus



Mi. 02.05.2018
Mi. 27.06.2018
Mi. 11.07.2018

Beschreibung	Bei einer Wanderung lernen Sie unsere einheimischen Wildkräuter und ihre vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten kennen. Es werden Ernte- und Trocknungstechniken, die Anwendung in der Volksheilkunde, die Verwendung beim Kochen, die Pflanzen-Mythologie und viele weitere interessante Themen rund um unsere grünen Freunde angesprochen.
Treffpunkt	18:00 Uhr Rathaus Aitrach Schwalweg 10, 88139 Aitrach
Strecke / Dauer	1,5 bis 2 Stunden
Preis p. P.	7,50 €
Anmeldung	nicht erforderlich
Teilnehmer	keine Begrenzung
Sonstiges	findet bei jedem Wetter statt; bitte witterungsgerechte Kleidung und festes Schuhwerk mitbringen
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Heike Potrykus Oberau 1, 87740 Buxheim Tel. 083 31-9 60 54 44 heike.potrykus@gmx.net

Allgäuer Wildpflanzen – Heilkraft und Bedeutung

Vortrag mit
Wolf-Dieter Storl



Fr. 04.05.2018

Beschreibung Pflanzen sind Persönlichkeiten mit eigenem Wesen und einer langen Geschichte. Das Wissen um Pflanzen ist so alt wie die Menschheit und wartet nur darauf, von uns wiederentdeckt zu werden. Wolf-Dieter Storl lässt uns, in einer einzigartigen Verbindung von Ethnobotanik und Kulturgeschichte, an diesem uralten Wissen um die Zauberkraft und Magie der Allgäuer Wildkräuter teilhaben. Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen und interessanten Abend mit Wolf-Dieter Storl!

Treffpunkt 19:30 Uhr
Kurhaus am Park
Unterer Grabenweg 18, 88316 Isny im Allgäu

Strecke/Dauer 2 Stunden inkl. Pause, ca. 20 Minuten

Preis p. P. 15 €
Schüler, Studenten und Schwerbehinderte 13 €

Anmeldung Karten erhältlich im Vorverkauf
bei der Isny Marketing GmbH

Teilnehmer ca. 450 Personen

Sonstiges rollstuhl- und kinderwagengerecht

Gruppen –

**Anbieter
und Kontakt** Isny Marketing GmbH - Büro für Tourismus
Unterer Grabenweg 18, 88316 Isny im Allgäu
Tel. 0 75 62-97 5630
info@isny-tourismus.de

Wildkräuter erkennen, ernten und genießen: Kräutersalz

Geführte Wanderung
und Verkostung mit
Kräuterpädagogin
Ingrid Zodel



Fr. 04.05.2018

Fr 15.06.2018

Beschreibung Gemeinsam erkunden wir die Wildkräuter rund um Lindenberg. Ganz gespannt und genau schauen wir, wo sie wachsen. Wir erfahren, welche Kraft in den einzelnen Pflanzen steckt, wie sie uns unterstützen und wie wir sie zu uns nehmen können. Wir stellen gemeinsam Kräutersalz her. Und mit einem frisch gebackenem Dinkelbrot lassen wir es uns gut schmecken. Für erfrischende Getränke ist gesorgt.

Treffpunkt 14:00 Uhr
Lindenberg, am kleinen Parkplatz in der
Hirschbergstraße (Richtung Bergfriedhof)

Strecke/Dauer ca. 3 km / 2 Stunden

Preis p. P. 15 €

Anmeldung bis spätestens 3 Tage vor Termin

Teilnehmer 7 bis 12 Personen

Sonstiges wetterfeste Kleidung, gutes Schuhwerk,
Stoffbeutel oder Körbchen zum Sammeln;
bei Regen findet die Führung nicht statt

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage
bis 12 Personen möglich, 130 € je Gruppe

**Anbieter
und Kontakt** Ingrid Zodel
Ahornweg 43, 88161 Lindenberg im Allgäu
Tel. 083 81-894 2071
ingrid.zodel@web.de

Wildkräuter- führung

Geführte Wanderung
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin



Sa.05.05.2018
Heike Et Horst Huber

Sa.02.06.2018
Christine Giera

Sa.07.07.2018
Heidi Prinz

Sa.04.08.2018
Leni Weber

Sa.01.09.2018
Heike Et Horst Huber

Beschreibung	Bei einer geführten Wildkräuterwanderung im Rothachtal lernen Sie unsere heimischen Wildkräuter kennen. Eine ganz besondere Art, sich dem Thema Kräuter zu nähern.
Treffpunkt	10:00 Uhr Vor dem Rathaus Kirchplatz 1, 88171 Weiler i. A.
Strecke/Dauer	ca. 3 km/ca. 1,5 Stunden
Preis p. P.	5 €
Anmeldung	wünschenswert
Teilnehmer	mindestens 5 Personen
Sonstiges	gutes Schuhwerk erforderlich
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Allgäuer Kräuterland e.V. Nadenberg 13, 88161 Lindenberg Tourist-Information Weiler i. A. Tel. 083 87-391 50 info@weiler-simmerberg.de



Heimisches Superfood

Workshop und Verkostung
mit Wildkräuterführerin
Gerti Epple und
Emmy Epple



Fr. 11.05.2018

Fr. 25.05.2018

Mo.06.08.2018

Beschreibung	Superfood wie Acai-beeren und andere sind in aller Munde. Viele unserer heimischen Wildkräuter- und beeren sind auch reich an Vitalstoffen. Sie vermögen unsere Gesundheit nachhaltig zu erhalten. Erfahren Sie von der Allgäuer Wildkräuterfrau wie Sie heimisches Superfood selbst herstellen und in unsere Ernährung einbauen können.
Treffpunkt	13:30 Uhr Hofkäserei Tannenhof Oberschwabenstr. 16, 88145 Opfenbach
Strecke/Dauer	ca. 4 Stunden
Preis p. P.	38 € inkl. Material
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	mindestens 6 Personen
Sonstiges	rollstuhl- und kinderwagengerecht
Gruppen	-
Anbieter und Kontakt	Emmy Epple Oberschwabenstr. 16a, 88145 Opfenbach Tel. 083 85-578

Guck mal, was da wächst

Führung und Verkostung
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Liesel Jocham



Sa. 12.05.2018
Sa. 19.05.2018
Sa. 11.08.2018
Mi. 15.08.2018

Beschreibung Spannende und lehrreiche Wanderung rund um den Thomashof mit der Allgäuer Wildkräuterführerin Liesel Jocham. Wir besuchen viele Kräuter in Wald und Wiese. Zum Abschluss gibt es eine kulinarische Köstlichkeit, dazu einen Kräuterzaubertrank und ein Wildroseneis. Gerne wandern wir auch mit Kindern.

Treffpunkt 14:00 Uhr
Thomashof
Dr.-Hehle-Weg 32, 88239 Niederwangen

Strecke/Dauer ca. 2,5 Stunden

Preis p. P. 10 €

Anmeldung bis spätestens 5 Tage vor Termin

Teilnehmer mindestens 10 Personen

Sonstiges rollstuhl- und kinderwagengerecht;
bei schlechtem Wetter telefonische Absprache

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage
ab 10 Personen möglich

**Anbieter
und Kontakt** Liesel Jocham
Dr.-Hehle-Weg 32, 88239 Niederwangen
Tel. 0 75 22-65 82

Zauberhafter Wildkräutergarten

Führung, Workshop
und Verkostung mit
Allgäuer Wildkräuter-
führerin Heidi Prinz



Di. 15.05.2018 | 15 Uhr
Was blüht denn da?
Di. 14.08.2018 | 15 Uhr
Was wächst denn da?

Beschreibung Kinder lassen sich von unseren heimischen Pflanzen begeistern. Bei diesen Kräuterführungen erfahren sie und ihre Begleiter, welche Blüten, Blätter und Wurzeln essbar sind und wo Vorsicht geboten ist. Anschließend zaubern und verspeisen wir eine Kräuterköstlichkeit und hören ein Kräutermärchen.

Treffpunkt Uhrzeit siehe oben
Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler

Strecke/Dauer max. 2 km / mit Zubereitung und Verkostung
2 Stunden

Preis p. P. 12 €

Kinder ab 6 Jahren in Begleitung Erwachsener 6 €
Im Preis enthalten ist ein kindergerechte
Kräuterführung, Zubereitung und Verkostung
eines abwechslungsreichen Kräutergerichtes.

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer 10 bis 16 Personen

Sonstiges findet bei jedem Wetter statt; bitte entsprechende
Kleidung und Schuhwerk sowie ein kleines
Taschenmesser / Schere mitbringen

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich
(Themenauswahl nach Absprache und Jahreszeit)
bei 6 bis 10 Personen

**Anbieter
und Kontakt** Heidi Prinz
Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler
Tel. 083 88-98190
heidi@online-prinz.de



Wilde Kost am offenen Feuer

Wildkräuterwanderung
und Kochen am Feuer
mit Christine Giera



Fr. 18.05.2018
Fr. 22.06.2018
Fr. 27.07.2018
Fr. 10.08.2018

Beschreibung Ich lade Sie ein, bärenstarke Wildkräuter kennenzulernen, Pflanzen die bei Stichen und Verletzungen helfen oder uns schmecken oder einfach gut tun. Nach dem Sammeln der Kräuter, Blüten und Früchte der Wiesen und des Waldes verarbeiten wir das Sammelgut am Feuer zu einem feinen Schmaus und lassen den Tag mit Pflanzenmärchen ausklingen.

Treffpunkt 14:00 Uhr
Parkplatz am Kurhaus
Am Hammerweiher 1, 88175 Scheidegg

Strecke / Dauer ca. 1,5 km / ca. 4 Stunden

Preis p. P. 35 € inkl. Essen und Trinken, Kinder 15 €

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer 5 bis 20 Personen

Sonstiges rollstuhl- und kinderwagengerecht;
nur bei trockener Witterung

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

**Anbieter
und Kontakt** Christine Giera
Nadenberg 13, 88161 Lindenberg
Tel. 0151-25363509
chgiera@aol.com

Adelegg Kräuter

Geführte Wanderung
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Sonja Raiser-Stehr



So. 20.05.2018
So. 17.06.2018
So. 15.07.2018
So. 19.08.2018

Beschreibung In der rauen und gesunden Umgebung der Adelegg entfalten viele Kräuter eine ungeahnte Pracht: ihre Farben, ihren Duft, ihre Kräfte und ihr verborgenes Wesen. So hilft beispielsweise Arnika bei Schockzuständen, Brennnessel bei Wassereinlagerungen und Zinnkraut stärkt das Bindegewebe. Die Wanderung führt durch das Kreuz- und Kürnachtal zu den schönsten Wildkräuterplätzen. Unsere Kräuterfachfrau erklärt die Wildkräuter und deren Verwendung für Salate, Suppen, Tee und Liköre.

Treffpunkt 10:00 Uhr
Wanderparkplatz Blockwiesen
(zwischen Schmidfelden und Eisenbach,
Kreuzthal)

Strecke / Dauer ca. 2 bis 3 km / ca. 2 Stunden

Preis p. P. 9 €
Mit Allgäu-Walser-Card oder Kurkarte 7 €

Anmeldung nicht erforderlich

Teilnehmer keine Begrenzung

Sonstiges -

Gruppen -

**Anbieter
und Kontakt** Isny Marketing GmbH
Unterer Grabenweg 18, 88316 Isny
Tel. 075 62-97 5630
info@isny-tourismus.de

So ein Kräutertheater!

Workshop mit
Siegfried Wörner und
Kräuterpädagogin
Petra Moch-Wörner



Do. 07.06.2018
Do. 14.06.2018
Do. 28.06.2018
Do. 13.09.2018
Do. 20.09.2018
Do. 27.09.2018

Beschreibung Mit Spiel, Spaß und „Tschinder-Rassa-Bumm“ ins Kräuterleben eintauchen. Mit Hilfe von Improtheater-Methoden nähern wir uns den Qualitäten verschiedener Kräuter und lernen uns selbst kennen. Wir lassen Szenen und Begegnungen entstehen – und den Körper sprechen. Nichts muss – alles kann. Keine Vorkenntnisse nötig.

Treffpunkt 19:00 Uhr
Paul Bäck Haus
Kemptener Str. 6, 88178 Heimenkirch

Strecke/Dauer 1,5 Stunden

Preis p. P. 35 €
Alle 3 Abende 85 €

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer –

Sonstiges bequeme Kleidung;
Rhythmusinstrument (falls vorhanden)

Gruppen –

Anbieter und Kontakt Siegfried Wörner
Fischergasse 1b, 88131 Lindau
Tel. 0 83 82-2 74 72 68,
siegfried-woerner@web.de

Käse, Kräuter, Salz und mehr ...

Seminar mit Molkerei-
meister Siegfried Wörner
und Kräuterpädagogin
Petra Moch-Wörner



Sa. 09.06.2018
Sa. 07.07.2018
Sa. 15.09.2018

Beschreibung Wir stellen gemeinsam Käse und Kräutersalz her. Die hergestellten Produkte können mit nach Hause genommen werden. Die Molke und heimischen Kräuter werden uns nicht nur bei einem Wohlfühl-Fußbad erfreuen. Ein Verwöhntag für alle Sinne.

Treffpunkt 10:00 Uhr
Je nach Gruppengröße in Lindau
oder Stiefenhofen

Strecke/Dauer ca. 5 Stunden

Preis p. P. 65 € inkl. Material
Bei Anmeldung von 2 Personen je 50 €

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer 4 bis 8 Personen

Sonstiges rollstuhl- und kinderwagengerecht;
bitte Tupperdose, Handtuch, 2 Schraubgläser,
1 Liter Wasserflasche und falls vorhanden,
einen Mörser mitbringen

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage
für 4 bis 8 Personen möglich

Anbieter und Kontakt Siegfried Wörner
Fischergasse 1b, 88131 Lindau
Tel. 0 83 82-2 74 72 68,
siegfried-woerner@web.de

Apotheke am Wegesrand – Wildkräuter des Frühlings

Kräutervortrag mit
Allgäuer Wildkräuter-
führerin Christine Giera



Fr. 15.06.2018

Beschreibung Über Jahrtausende war die „Apotheke in Wald und Flur“ die einzige über die Kranke und Leidende verfügten. Anhand der mitgebrachten Wildkräuter zeigt die Allgäuer Wildkräuterfrau kraftvolle Wildkräuter, -blüten, Laub, voller Duft und Würze, mit Heilkraft und anderen Qualitäten. Denn wir sollten nicht vergessen was uns Jahrhunderte ernährt, beschützt und geheilt hat. Zum Abschluss gibt es Brennnesselchips.

Treffpunkt 19:30 Uhr
Kornhaus-Museum
Hauptstraße 13, 88171 Weiler i. A.

Strecke/Dauer ca. 1 Stunde

Preis p. P. 5 €

Anmeldung nicht erforderlich

Teilnehmer –

Sonstiges rollstuhl- und kinderwagengerecht

Gruppen –

**Anbieter
und Kontakt** Allgäuer Kräuterland e.V.
Nadenberg 13, 88161 Lindenberg
Tourist-Information Weiler i. A.
Tel. 083 87-3 91 50
info@weiler-simmerberg.de

Mythos und Heilkraft heimischer Bäume

Geführte Wanderung
mit Allgäuer Wildkräuter-
führerin Leni Weber



Sa. 16.06.2018

Beschreibung Seit jeher üben Bäume auf uns Menschen eine große Faszination aus. Für unsere Vorfahren waren sie mächtige Zauberwesen, bewohnt von Geistern und Waldfeen. Sie wurden als Schutzbaum und Wächter am Hof und Dorfplatz gepflanzt. Seit Jahrhunderten wurden sie auch für Gesundheit und Wohlbefinden genutzt. Wir machen eine kurze Wanderung und stellen eine Baumkostbarkeit her, von der jeder etwas mit nach Hause nehmen darf, und hören eine Baumgeschichte.

Treffpunkt 14:00 Uhr
Familie Weber
Geigersthal 21, 88178 Heimenkirch

Strecke/Dauer ca. 1,5 km / ca. 3 Stunden

Preis p. P. 25 € inkl. Material

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer maximal 12 Personen

Sonstiges bitte kleines Schraubglas oder Salbendöschen mitbringen; festes Schuhwerk erforderlich

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage
ab 8 Personen möglich, 25 € pro Person

**Anbieter
und Kontakt** Leni Weber
Geigersthal 21, 88178 Heimenkirch
Tel. 083 81-67 12
plweber@t-online.de

Kräuterführung auf dem St. Laurentius-Rundweg zum Kräutergärtle Himmelszipfele in Leupolz

Geführte Wanderung
mit Kräuterfrau
Georgia Mühleis



Sa. 16.06.2018

Beschreibung	Der Sankt-Laurentius-Rundweg ist ein kleiner Rundweg, der oben an der Sankt-Laurentius-Kirche in Leupolz beginnt und am Weinberg und Wunschbrünnele vorbei zum Kräutergärtle Himmelszipfele führt. Georgia Mühleis wird Sie mit interessanten Geschichten und allerlei Wissenswertem über die Kräuter, die Ihnen auf dem Weg rund um den Kirchberg und im Kräutergärtle Himmelszipfele begegnen, vertraut machen.
Treffpunkt	15:00 Uhr Pfarrkirche St. Laurentius am St. Laurentius-Brunnen, 88239 Wangen-Leupolz
Strecke/Dauer	ca. 1 km/2 Stunden
Preis p. P.	10 €
Anmeldung	nicht erforderlich
Teilnehmer	keine Begrenzung
Sonstiges	-
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage ab 5 bis 60 Personen möglich, 10 € pro Person
Anbieter und Kontakt	Heimat- und Museumsverein Leupolz e.V. Fachabteilung: Kräutergärtle Himmelszipfele Georgia Mühleis 88239 Wangen-Leupolz Tel. 075 06-13 79 georgia@abfragen.de



Johannisfeuer

Brauchtumsfest
in Scheidegg



So. 24.06.2018

Beschreibung	Das Fest beginnt mit einem Kanonenschuss am Kurhaus in Scheidegg. Neben verschiedenen Darbietungen unserer Vereine erwarten Sie drei Feuerstellen, Kräuterboschen sowie eine musikalische Umrahmung mit dem Musikverein Scheidegg und Alphornbläsern.
Treffpunkt	19:30 Uhr Kurhaus Scheidegg Am Hammerweiher 1, 88175 Scheidegg
Strecke/Dauer	-
Preis p. P.	freier Eintritt
Anmeldung	nicht erforderlich
Teilnehmer	keine Begrenzung
Sonstiges	rollstuhl- und kinderwagengerecht; nur bei guter Witterung
Gruppen	-
Anbieter und Kontakt	Scheidegg-Tourismus Rathausplatz 8, 88175 Scheidegg Tel. 083 81-8 95 55, info@scheidegg.de

Durchschnaufa im Himmelszipfele – Die Melisse mit allen Sinnen kennenlernen

Workshop mit Kräuterfrau
Georgia Mühleis
und Yogalehrerin
Dagmar Wurster



Fr. 06.07.2018

Beschreibung	Geborgen im geschützten Gartenraum vom Kräutergärtle Himmelszipfele werdet ihr für eine Weile die Sorgen des Alltags hinter euch lassen. Yogalehrerin Dagmar Wurster und Kräuterfrau Georgia Mühleis werden euch mit einfachen, achtsamen Übungen aus dem Yoga und wissenswerten Geschichten die Heilkraft der Zitronenmelisse (<i>Melissa officinalis</i>) mit allen Sinnen wahrnehmen lassen. Hildegard von Bingen sagt zur Melisse: „Die Melisse ist warm. Ein Mensch, der sie isst, lacht gerne, weil sie die Milz beeinflusst und daher das Herz erfreut.“
Treffpunkt	17:00 Uhr Kräutergärtle Himmelszipfele Leupolz, 88239 Wangen-Leupolz
Strecke / Dauer	2 Stunden
Preis p. P.	18 €
Anmeldung	bis spätestens 1 Tag vor Termin
Teilnehmer	maximal 15 Personen
Sonstiges	gute und dem Wetter angepasste Kleidung; Yogamatte oder kleiner Stuhl; Absage erfolgt nur bei starkem Regen
Anbieter und Kontakt	Heimat- und Museumsverein Leupolz e.V. Georgia Mühleis Tel. 0 75 06-13 79, georgia@abfragen.de

Durchschnaufa im Himmelszipfele – Die Meisterwurz mit allen Sinnen kennenlernen

Workshop mit Kräuterfrau
Georgia Mühleis
und Yogalehrerin
Dagmar Wurster



Fr. 20.07.2018

Beschreibung	Yogalehrerin Dagmar Wurster und Kräuterfrau Georgia Mühleis werden euch mit einfachen, achtsamen Übungen aus dem Yoga und wissenswerten Geschichten die Heilkraft der Meisterwurz (<i>Peucedanum ostruthium</i>) mit allen Sinnen, wahrnehmen lassen. Die Meisterwurz heißt auch Bergwurz, Kaiserwurz und sie war, wie man unschwer an den Namen erkennen kann, in früherer Zeit ein hochgeschätztes Allheilmittel.
Treffpunkt	17:00 Uhr Kräutergärtle Himmelszipfele Leupolz, 88239 Wangen-Leupolz
Strecke / Dauer	2 Stunden
Preis p. P.	18 €
Anmeldung	bis spätestens 1 Tag vor Termin
Teilnehmer	maximal 15 Personen
Sonstiges	gute und dem Wetter angepasste Kleidung; Yogamatte oder kleiner Stuhl; Absage erfolgt nur bei starkem Regen
Anbieter und Kontakt	Heimat- und Museumsverein Leupolz e.V. Georgia Mühleis Tel. 0 75 06-13 79, georgia@abfragen.de

Heilende Kräuter für Hunde

Führung und Workshop
mit Kräuterfrau
Georgia Mühleis



Fr.03.08.2018

Beschreibung	Welche 7 Kräutla sind gsund für meinen Hund? Die Pflanzenheilkunde zählte auch bei den Tieren zu den ältesten Therapieformen, ist dann aber wieder etwas in Vergessenheit geraten. Da heutzutage das Interesse der Hundebesitzer für den Einsatz von Kräutern für ihre Hunde in der Ernährung und als Heilmittel wieder stark zunimmt, es aber leider noch relativ wenig Literatur darüber gibt, möchte Ihnen Kräuterfrau Georgia Mühleis sieben Kräuter kennenlernen lassen, die Ihrem Hund gut tun.
Treffpunkt	17:00 Uhr Kräutergärtle Himmelszipfele Leupolz, 88239 Wangen-Leupolz
Strecke/Dauer	1,5 Stunden
Preis p. P.	15 €
Anmeldung	bis spätestens 1 Tag vor Termin
Teilnehmer	keine Begrenzung
Sonstiges	wetterfeste Kleidung; die Veranstaltung wird nur bei starkem Regen abgesagt
Gruppen	-
Anbieter und Kontakt	Heimat- und Museumsverein Leupolz e.V. Fachabteilung: Kräutergärtle Himmelszipfele Georgia Mühleis 88239 Wangen-Leupolz Tel. 0 75 06-13 79 georgia@abfragen.de

Wilde Küche: Bunte Blütenküche

Kochkurs mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Sieglinde Walser-Weber



Sa.04.08.2018

Beschreibung	Blüten sind nicht nur herrlich anzusehen, sie haben auch individuelle Düfte und Aromen. Auch in der Sterne-Küche wird es immer bunter. Aber nicht nur wegen ihres Duftes und Aussehens sind sie von großer Bedeutung, sondern auch ihrer Inhaltsstoffe wegen. Leckere, gesunde Gerichte von der Vorspeise bis zum Dessert bereiten wir gemeinsam in diesem Kochkurs zu, nachdem wir unsere Kräuter und Blüten gesammelt haben.
Treffpunkt	09:45 Uhr Parkplatz Seminarhof Sonnentor, Zum Greut 3, 88410 Bad Wurzach-Eintürnen
Strecke/Dauer	ca. 5 Stunden
Preis p. P.	38 € inkl. Essen und Getränke
Anmeldung	bis spätestens 1 Woche vor Termin
Teilnehmer	maximal 11 Personen
Sonstiges	wetterfeste Kleidung und Ersatzschuhe für die Küche
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage für 6-11 Personen möglich 6-8 Personen: 38 € pro Person 9-11 Personen: 35 € pro Person
Anbieter und Kontakt	Sieglinde Walser-Weber Tel. 0 75 27-95 44 11 sp.walser@gmail.com Bad Wurzach Info Rosengarten 1 88410 Bad Wurzach

Kräutervortrag „Kräuter-Hausapotheke für die ganze Familie“

Kräutervortrag mit
Gerti Epple vom
Allgäuer Kräuterland e. V.



Fr. 10.08.2018

Beschreibung	Fachvortrag über das Thema Kräuter-Hausapotheke für die ganze Familie.
Treffpunkt	19:30 Uhr Kornhaus-Museum Hauptstraße 13, 88171 Weiler i. A.
Strecke/Dauer	ca. 1,5 Stunden
Preis p. P.	5 €
Anmeldung	nicht erforderlich
Teilnehmer	-
Sonstiges	rollstuhl- und kinderwagengerecht
Gruppen	-
Anbieter und Kontakt	Allgäuer Kräuterland e.V. Nadenberg 13 88161 Lindenberg Tourist-Information Weiler i. A. Tel. 083 87-391 50 info@weiler-simmerberg.de

„Frauendreißeiger“ – heilkräftige Kräuter dieser besonderen Zeit

Salben-, Öle- und Tinkturen-
herstellung mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Sieglinde Walsler-Weber



Sa. 08.09.2018

Beschreibung	Die Heilkraft der Frauendreißeiger nutzen und sich seine Hausmittel selbst herstellen: Während der Frauendreißeiger, die Zeit zwischen Maria Himmelfahrt (15.08.) und Maria Namen (12.09.), gelten Kräuter als besonders heilkräftig. Was es mit dem Zeitraum auf sich hat und wie man Tinkturen, Salben und Öle selbst herstellen kann, erfahren wir in diesem Workshop. Wir sind keine Ärzte oder Heilpraktiker und ersetzen diese auch nicht, aber in uns schlummern Wissen und Lebensweisen unserer Vorfahren. Diese wieder neu zu entdecken und zu erfahren, ist Sinn und Zweck dieses Kurses.
Treffpunkt	8:45 Uhr Parkplatz Seminarhof Sonnentor Zum Greut 3, 88410 Bad Wurzach-Eintürnen
Strecke/Dauer	6 Stunden
Preis p. P.	64 € inkl. Mittagessen (gemeinsam zubereitet), Getränke, Skript, Kaffee & Kuchen sowie Material
Anmeldung	bis spätestens 2 Wochen vor Termin
Teilnehmer	6 bis 12 Personen
Sonstiges	findet bei jedem Wetter statt; bitte wetterfeste Kleidung und Ersatzschuhe für die Küche mitbringen
Anbieter und Kontakt	Sieglinde Walsler-Weber Tel. 075 27-95 44 11, sp.walsler@gmail.com Bad Wurzach Info Rosengarten 1 88410 Bad Wurzach



Alte Baumveteranen – Knorrige Zeithüter

Geführte Wanderung mit
Allgäuer Wildkräuter-
führerinnen Leni Weber
und Sofie Fink



Sa. 08.09.2018

Beschreibung	Im Naturpark Nagelfluhkette bei Steibis gibt es noch viele faszinierende, knorrige Zeithüter. Mit ihrem unverwechselbaren Wuchs prägen sie unsere Landschaft. Könnten sie sprechen, würden sie manche Geschichte erzählen: Vom Jungvieh, das Schutz vor Unwetter unter ihrem Blätterdach sucht, und von Lausbuben, die Streiche in ihrem Schatten ausgeheckt haben. Bei unserer Wanderung erfahren sie mehr vom Mythos und Heilkraft dieser Baumveteranen und hören Geschichten dazu.
Treffpunkt	13:30 Uhr Parkplatz der Hochgratbahn in Oberstaufen, Steibis
Strecke/Dauer	7,33 km / ca. 4 Stunden
Preis p. P.	25 €
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	keine Begrenzung
Sonstiges	gutes Schuhwerk (Bergschuhe) dringend empfohlen; nur bei trockener Witterung
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage ab 8 Personen möglich, 25 € pro Person
Anbieter und Kontakt	Leni Weber Geigersthal 21, 88178 Heimenkirch Tel. 083 81-7 67 12 plweber@t-online.de

Ab durch die Hecke – Wilde Früchte und Beeren entdecken

Führung, Workshop und
Verkostung mit Umwelt-
und Kräuterpädagogin
Lena Frühschütz



Fr. 28.09.2018

Beschreibung	Der Herbst lässt nicht nur die Blätter in schönen Farben leuchten – auch Früchte und Beeren reifen heran. Auf einem gemeinsamen Spaziergang entdecken wir bunte Delikatessen an Hecken und Sträuchern. Daraus zaubern wir einen leckeren Wildfrüchte-Essig! Zur Stärkung erwarten Sie weitere wilde Köstlichkeiten.
Treffpunkt	15:00 Uhr Tettnanger Str. 25, 88239 Wangen-Primisweiler
Strecke/Dauer	ca. 4 km / 2,5 bis 3 Stunden
Preis p. P.	15 € inkl. Verkostung und Skript
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	8 bis 12 Personen
Sonstiges	bitte Sammelkörbchen und Schere, evtl. Schreibzeug und kleine Glasflasche mitbringen; wettergerechte Kleidung erforderlich; bei unsicherer Witterung telefonische Information
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich bis 12 Personen
Anbieter und Kontakt	Naturwerkstatt Primisweiler Lena Frühschütz Tettnanger Str. 25, 88239 Wangen-Primisweiler Tel. 075 28-6 11 40 93 naturwerkstatt-primisweiler@posteo.de



In der Wurzel liegt die Kraft

Führung und Workshop
mit Allgäuer Wildkräuter-
führerin Josefine Stauber



Sa. 29.09.2018

Beschreibung	Wir graben nach Wurzeln und ernten Wildfrüchte.
Treffpunkt	13:30 Uhr Hof Lubach, Lubach 1, 88279 Amtzell
Strecke/Dauer	ca. 2 km/2 bis 2,5 Stunden
Preis p. P.	10 €
Anmeldung	bis spätestens 1 Tag vor Termin
Teilnehmer	10 bis 15 Personen
Sonstiges	kleines Schraubglas mitbringen; gutes Schuhwerk erforderlich
Gruppen	-
Anbieter und Kontakt	Josefine Stauber Lubach 1, 88279 Amtzell Tel. 07506-247 meinrad.stauber@web.de

Kräuterkosmetik selbst gemacht. Eine Creme und einen Balsam aus Pflanzenausziügen herstellen.

Workshop mit Kräuter-
pädagogin Ingrid Zodel



Fr. 19.10.2018

Beschreibung	In diesem Workshop erfahren Sie: Was brauchen wir um eine Creme herzustellen, wie können wir sie herstellen? Was ist der Unterschied Creme – Balsam? Wie wirken die verschiedenen Öle, was bewirken die einzelnen Pflanzen? Gemeinsam werden wir eine Creme und einen Balsam herstellen. Ein Skript mit den Rezepturen und verschiedenen Informationen über die Pflanzen und Öle sind im Beitrag enthalten.
Treffpunkt	15:00 Uhr Ahornweg 43, 88161 Lindenberg im Allgäu
Strecke/Dauer	ca. 2 Stunden
Preis p. P.	20 € inkl. Material
Anmeldung	bis spätestens 3 Tage vor Termin
Teilnehmer	6 Personen
Sonstiges	-
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage bis 6 Personen möglich, 90 € je Gruppe
Anbieter und Kontakt	Ingrid Zodel Ahornweg 43, 88161 Lindenberg im Allgäu Tel. 08381-8942071, ingrid.zodel@web.de

Räuchern mit heimischen Kräutern

Workshop mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Leni Weber



Fr. 02. 11. 2018

Beschreibung Unsere Vorfahren wussten noch um die reinigende, schützende und heilende Wirkung des Räucherns. Die Menschen verräucherten Kräuter, Hölzer und Harze zu wichtigen Gelegenheiten ihres Lebens und zu bestimmten Anlässen das ganze Jahr über, besonders auch in den Rauhächten. Wir lernen wie und zu welchen Anlässen geräuchert wurde und erfahren, welche Kräuter, Hölzer und Harze dazu verwendet werden.

Treffpunkt 19:00 Uhr
Paul-Bäck-Haus, 88178 Heimenkirch

Strecke / Dauer ca. 2,5 Stunden

Preis p. P. 25 € inkl. Skript

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer 8 bis 15 Personen

Sonstiges rollstuhl- und kinderwagengerecht

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage
ab 8 Personen möglich, 20 € pro Person

Anbieter und Kontakt Leni Weber
Geigersthal 21, 88178 Heimenkirch
Tel. 083 81-7 67 12
plweber@t-online.de

Räuchern mit heimischen Pflanzen

Workshop mit
Kräuterpädagogin
Ingrid Zodel



Fr. 09. 11. 2018

Beschreibung Weshalb räuchern wir, welche Pflanzen können wir verwenden, wie können wir räuchern und zu welchem Anlass? Diesen Fragen möchten wir in diesem Workshop auf den Grund gehen. Ein Skript mit den einzelnen Pflanzen ist mit dabei.

Treffpunkt 19:00 Uhr
Ahornweg 43, 88161 Lindenberg im Allgäu

Strecke / Dauer ca. 2 Stunden

Preis p. P. 15 €

Anmeldung bis spätestens 3 Tage vor Termin

Teilnehmer 6 Personen

Sonstiges -

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage
bis 6 Personen möglich, 90 € je Gruppe

Anbieter und Kontakt Ingrid Zodel
Ahornweg 43,
88161 Lindenberg im Allgäu
Tel. 083 81-8 94 20 71, ingrid.zodel@web.de



Kochkurs beim Kräuter- wirt Landgasthof Rössle

Workshop mit Axel Kulmus



Di. 26.06.2018
Di. 18.09.2018

Beschreibung

Der „Kräuterwirt“ weht Sie in die sinnliche Kunst des Kochens ein, er gibt seine Leidenschaft für die Kräuterküche an interessierte Hobbyköche weiter. Begonnen wird mit einem Streifzug durch den Kräutergarten des Gasthofs, bei dem Axel Kulmus die verschiedenen Kräuter kurz erläutert. Hier kann nach Lust und Laune geschmeckt, gerochen und probiert werden. Jeder pflückt sich auch gleich seine „Lieblingskräuter“ – welche anschließend in einem 4-Gänge Menü verarbeitet werden. Was genau das Menü beinhaltet wird nicht verraten, nur soviel: Sie werden an diesem Tag eine Vorspeise, die legendäre Heusuppe des Kräuterwirts, einen Hauptgang, sowie ein Dessert kredenzen. Je nach Jahreszeit und den aktuellen Angeboten aus heimischer Produktion wird Axel Kulmus die Zutaten für die einzelnen Gänge wählen. Im Mittelpunkt steht natürlich das Abschmecken und Verzieren der Gerichte mit Ihren Lieblingskräutern. Selbstverständlich werden Sie die selbstgekochten Köstlichkeiten begleitet von einem Gläschen Wein oder einem Schluck Bier bzw. einem Getränk Ihrer Wahl verspeisen.

Treffpunkt	13:00 Uhr, Landgasthof Rössle
Strecke / Dauer	3,5 Stunden
Preis p. P.	68 €
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	4 bis 8 Personen
Anbieter und Kontakt	Landgasthof Rössle „Beim Kräuterwirt“ Familie Kulmus, Hauptstr. 14, 88167 Stiefenhofen Tel. 083 83-9 20 90 info@roessle.net

Kinder-Kräuter-Kochkurs „Aus der Hexenkräuter- küche“

Workshop für Kinder mit
Kräuterwirt Axel Kulmus



Fr. 03.08.2018
Di. 31.08.2018

Beschreibung

Ein echter „Küchenmeister“ zeigt, was man alles aus dem „Hexenkräutergarten“ verwenden kann und was für supertolle Rezepte später auch daheim ausprobiert werden können. Wie z. B. Heusuppe, Kräuterpfannkuchen oder Kräuterküchle.

Treffpunkt	15:00 Uhr, Landgasthof Rössle
Strecke / Dauer	1,75 Stunden
Preis p. P.	6 €
Anmeldung	bis spätestens 11:00 Uhr am Tag des Kochkurses
Teilnehmer	4 bis 10 Personen
Sonstiges	für Kinder von 6 bis 12 Jahren
Gruppen	–
Anbieter und Kontakt	Landgasthof Rössle „Beim Kräuterwirt“ Familie Kulmus, Hauptstr. 14, 88167 Stiefenhofen Tel. 083 83-9 20 90 info@roessle.net

Kräuter- pauschalen

Möchten Sie spannende Wildkräuterwanderungen erleben, abends ein schmackhaftes Kräutermenü genießen oder sich einmal bewusst fast ausschließlich von Kräutern ernähren?

Bei folgenden Pauschalen und Seminaren dreht sich alles um die „grüne Kraft“!

F.X. Mayrkur mit Kräuterwanderungen

Möchten Sie eine Zeit für sich erleben, entspannen, neue Kräfte und Gedanken sammeln? Allgäuer Kräuterwelt erfahren – riechen – sehen – spüren – erleben? Die F.X. Mayrkur, tägliche Körperübungen, Bergkräuterwanderungen, Massagen, Sauna und andere Wellnessaktivitäten unterstützen den Fastenstoffwechsel und steigern das Wohlfühl und Ihre Gesundheit. Der Workshop findet nur in Kleingruppen statt, damit wir uns intensiv mit den Pflanzen auseinandersetzen können und Zeit für Fragen und nette Gespräche bleibt.

Leistungen

- ◇ 6 Übernachtungen mit Dr. F.X. Mayr-Diät
- ◇ 1 × Anfangsuntersuchung nach Dr. F.X. Mayr
- ◇ 2 × Bauchbehandlung nach Dr. F.X. Mayr
- ◇ 5 × Frühgymnastik
- ◇ 2 × Kräuterentschlackungs-Sprudelbäder
- ◇ 3 × geführte Wildkräuterwanderungen
- ◇ 2 × 15 Min. Entspannung auf der medizinischen Massageliege mit Infrarot-Tiefenwärme
- ◇ 2 × Wassergymnastik
- ◇ 3 × Tepidarium – Klima-Sauna mit Farblicht-Therapie

Termine / Preise 2018

Termine siehe www.mayr-kur.de

**pro Person ab 699,- € inkl. Arztkosten
je nach Zimmerkategorie**



Info und Buchung beim Anbieter:
Kurhotel Landhaus König****
Kirchweg 9, 88167 Grünenbach
Tel. 083 83-9 20 40, Fax 083 83-92 04 13
koenig@mayr-kur.de, www.mayr-kur.de

Kräutererlebnisse im Naturlandhaus Krone

Leistungen

- ◇ 2 Übernachtungen im neuen komfortablen Heilkräuterzimmer des 3 Sterne-Naturlandhaus Krone
- ◇ 2 x Frühstücksbuffet mit regionalen Produkten
- ◇ 2 x Allgäuer Kräuter-Wahlmenü in vier Gängen mit Heumilch Käsebuffet mit eigener Senf- und Chutneyauswahl
- ◇ 2 x hausgemachtes Kuchenbuffet
- ◇ 1 x Geführte Wanderung durchs Eistobel zur eigene Berghütte
- ◇ Wander-Brotzeit auf der Hütte
- ◇ Kräuterölmassage in unserer Massagealm
- ◇ Freie Nutzung von Schwimmbad, Wellnessbereich, Tennisplätzen und Wellnessgarten

Termine / Preise 2018

Ganzjährig buchbar. Buchung bis 4 Tage vor Anreise.

Einzelzimmer ab 190,- €

Doppelzimmer pro Person ab 346,- €



Info und Buchung beim Anbieter:
3 Sterne-Naturlandhaus Krone
Sandra und Frank Übelhör
Kirchweg 2, 88167 Maierhöfen
Tel. 083 83-2 54, info@naturlandhaus-krone.de
www.naturlandhaus-krone.de

Kräuter Basenfasten im Naturlandhaus Krone

Gesunde Ernährungsumstellung nach der Wacker-Methode:
Sanfte und genussvolle Entschlackung und Entsäuerung
für den ganzen Körper.

Leistungen

- ◇ 5 Übernachtungen inkl. der basenfasten Verpflegung nach der Wacker Methode
- ◇ Einführung in die basenfasten-Kur und Tipps für eine basenreiche Ernährung nach der basenfasten-Zeit
- ◇ Kräutertee, Quellwasser, Ingwerwasser rund um den Tag
- ◇ 2 x Basenfußbad zum Entschlacken
- ◇ 2 x Leberwickel zum Ruhen auf dem Zimmer
- ◇ 1 x Steinmassage mit Allgäuer Flusssteinen (30 Min.)
- ◇ 1 x Rückenmassage mit Biosesamöl (30 Min.)
- ◇ 2 x geführte Wanderung
- ◇ 2 x Wassergymnastik und Morgengymnastik
- ◇ Einblick in die Küche inkl. Kochtipps
- ◇ Booklet „Mein basenfasten Tagebuch“
- ◇ Sauna- und Wellness-Landschaft mit Panorama-Hallenbad, Ruheraum und Garten-Wellness

Termine / Preise 2018

Einzelzimmer ab 754,- €

Nebensaison 08.01. bis 11.05.2018

Einzelzimmer ab 774,50 €

Hauptsaison: 12.05. bis 04.11.2018



Info und Buchung beim Anbieter:
3 Sterne-Naturlandhaus Krone
Sandra und Frank Übelhör
Kirchweg 2, 88167 Maierhöfen
Tel. 083 83-2 54, info@naturlandhaus-krone.de
www.naturlandhaus-krone.de



Kräuterschnuppertage im Landgasthof Rössle

Leistungen

- ◇ 2 Übernachtungen und Frühstück im 3 Sterne-Landgasthof
- ◇ Geführte Wildkräuter-Wanderung „Naturwunder am Wegesrand“ mit Betha Grath oder Axel Kulmus
- ◇ Kräuter-Empfangsapero
- ◇ 1 Kräuter-Schlemmermenü (4-Gang)
- ◇ Pferdekutschenfahrt mit dem Chef

Termine / Preise 2018

Buchbar 01.05. bis 30.09.18, ab 2 Personen.
Änderungen nach Verfügbarkeit vorbehalten.

Einzelzimmer ab 190,- €
Doppelzimmer pro Person ab 185,- €

Auf Wunsch 1 x HP mit 3-Gänge Kräutermenü
Aufschlag 18,- €



Info und Buchung beim Anbieter:
Landgasthof Rössle „Beim Kräuterwirt“,
Familie Kulmus
Hauptstr. 14, 88167 Stiefenhofen
Tel. 0 83 83-9 2090, Fax 0 83 83-92 09 49
info@roessle.net, www.roessle.net

Kräuterwoche im Landgasthof Rössle

Leistungen

- ◇ 7 Übernachtungen und Frühstück im 3 Sterne-Landgasthof
- ◇ Führung durch den hauseigenen Kräutergarten mit Kräuterwirt Axel Kulmus
- ◇ Geführte Wildkräuter-Wanderung „Naturwunder am Wegesrand“ mit Betha Grath
- ◇ Kräuterkochkurs mit Kräuterwirt Axel Kulmus
- ◇ Kräuter-Empfangsapero
- ◇ Pferdekutschenfahrt mit dem Chef
- ◇ Sennereiführung

Termine / Preise 2018

Buchbar 03.06. bis 29.07.18, jeweils Sonntag bis Freitag,
Ferienwohnung Anreise Samstag, ab 2 Personen.
Änderungen nach Verfügbarkeit vorbehalten.

Einzelzimmer ab 475,- €
Doppelzimmer pro Person ab 409,- €
Ferienwohnung 470,- € pro Person

Preis Ferienwohnung und Doppelzimmer je nach Kategorie
bei einer Belegung von 2 Personen

Auf Wunsch 5 x HP mit 3-Gänge Kräutermenü
Aufschlag 90,- €



Info und Buchung beim Anbieter:
Landgasthof Rössle „Beim Kräuterwirt“,
Familie Kulmus
Hauptstr. 14, 88167 Stiefenhofen
Tel. 0 83 83-9 2090, Fax 0 83 83-92 09 49
info@roessle.net, www.roessle.net

„Wildpflanzen essen lernen ohne zu hungern“ in sieben Tagen

Weiteres Thema: giftige Kreuzkräuter erkennen und ausstechen lernen

Einfach leben lernen - ein Wohlfühlprogramm für Ihre Gesundheit an Leib und Seele. Auf ruhvollen Wanderungen erzähle und berichte ich über die Heilkraft und Anwendung der Wildpflanzen. Was dem Einzelnen schmeckt, ist meist genau das, was sein Körper braucht! Wir essen bewusst die kostbaren Schätze der Natur, ebenso genießen wir täglich kleine Mengen an Obst, Nüssen und Kernen. Sie werden erstaunt sein, mit wie wenig lebendiger Nahrung Sie schon ab dem zweiten Tag fit sind, ohne zu hungern! Bei Sitzbädern und morgendlichen Kneippwaschungen lernen wir, wie einfach man seinem Körper Gutes tut.

Übernachtungen im Gästehaus Fink in Röthenbach im Allgäu (ab 20,- € pro Person und Nacht in der Ferienwohnung).

Termine/Preise

05.05. - 12.05.2018

pro Person 390,- € (ohne Übernachtung)

Mindestteilnehmerzahl: 6 Personen.

Für Geringverdiener, Rentner und Studenten:

Preis auf Anfrage.



Info und Buchung beim Anbieter:
Marianne Stöckeler
Tobelbachstr. 16
88167 Röthenbach
Tel. und Fax 08384-1734

Weitere Experten der Kraftquelle Allgäu

Kräuter schmecken im Dunkeln, übernachten auf heimeligen Kräuterlandhöfen, feine Kräuterküche genießen oder altes Wissen neu entdecken ...

Bei unseren Kräuter-Experten sind Sie gut aufgehoben!

Allgäuer Kräuterland e.V. mit Akademie für Traditionelles Kräuterwissen

Wir machen das Allgäu farbig ...

Unser Angebot für unsere Mitglieder:

- ◇ Vermittlung von uraltm Wissen, Traditionen und Bräuchen mit Kräutern
- ◇ Fortbildungen mit Kräuter-/Wildkräuterthemen als Jahresausbildungen, Seminare, praktische Workshops, Kochkurse mit Wildkräutern, ...
- ◇ Kräuterführungen zu verschiedenen Themen, z. B. Kräuter des Sommers – Alpen- und Bergkräuter
- ◇ Teilnahme an Kräutermärkten
- ◇ Allgäuer Wildkräuterkongress alle zwei Jahre mit namhaften Kräuterspezialisten
- ◇ Unterstützung beim Anbau von einheimischen Kräutern und Wildkräutern
- ◇ Möglichkeit zur Begegnung und Zusammenarbeit bei den Kräuterstammtischen
- ◇ Fachliche Beratung für Kräuterinteressierte



Unser Seminarprogramm:
www.allgaeuer-kraeuterland.de

Unsere Begeisterung für:

Der Verein bezweckt mit seiner Arbeit die Wiederbelebung von uraltm Brauchtum und Wissen über einheimische Wildkräuter, den Schutz und die Pflege besonders erhaltenswerter Standorte mit heimischen Wildkräutern sowie den Umgang mit Kräutern in allen Bereichen des Lebens, zum Wohlergehen von Mensch und Natur. Die Förderung der Artenvielfalt in unserer Region Allgäu liegt uns am Herzen, um sie so noch lebens- und liebenswerter zu gestalten.

Jahres-Ausbildung zum/zur Allgäuer Wildkräuterführer/-in

Unsere heimischen Kräuter und insbesondere Wildkräuter intensiv und grundlegend kennenzulernen und mit ihnen zu arbeiten, ist Ziel dieser jahresbegleitenden Grundausbildung. Der Schwerpunkt liegt in der volksheilkundlichen Verwendung der Pflanzen und der Herstellung von traditionellen Heilmitteln wie Salben und Cremes, Essenzen, Heilweine, Pflanzenbreiumschläge u.a. Erkennen von Wildkräutern, sammeln und verarbeiten zu schmackhaften Wildkräutergerichten runden die Ausbildung praxisnah ab. Um für künftige eigene Wildkräuterführungen gerüstet zu sein, beinhaltet die Ausbildung auch einen rhetorischen und pädagogischen Teil. Die 15-tägige jahresbegleitende Ausbildung wird in Kleingruppen angeboten und die Inhalte optimal und teilnehmerorientiert vermittelt. Diese ganzheitlich orientierte Wildkräuterausbildung schließt mit einer Prüfung und einem Zertifikat zum zertifizierte/n Wildkräuterführer/in ab.

Fachausbildung für Selbstversorgung

Eigenes Gemüse aus dem Garten, ergänzt mit essbaren Wildpflanzen, Baumblättern, Waldfrüchten und Pilzen, liefert das ganze Jahr eine hochwertige und schmackhafte Ergänzung zum Speiseplan. Neben einer fachgerechten Auswahl an Gemüse und Obstsorten für unsere Region werden auch die Grundlagen zum Anbau von Gemüse im eigenen Garten erarbeitet. Das sichere Erkennen der häufigsten „Wilden“ aus der Natur bildet die wichtigste Grundlage dieser jahresbegleitenden Fachausbildung. Themen wie die Methoden der Haltbarmachung, die Kräuter-Hausapotheke mit traditionellen, volksheilkundlichen Heilmitteln, sowie selbst hergestellte Körperpflegeprodukte runden die Ausbildung ganzheitlich ab. Alle Inhalte werden in einem umfangreichen Skript mit vielen Rezepten zusammengefasst. Dauer der Ausbildung: Sieben Wochenenden, thematisch einzeln buchbar.

Kräuterstammtische

Regelmäßig veranstaltet der Allgäuer Kräuterland e.V. Stammtische im West-, Ober-, Unter-, und Ostallgäu sowie am Bodensee und in Mittelschwaben. Ziel ist der Austausch über Wildkräuter und Pflanzen, ihre Zubereitungen und Wirkungen. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite.



Unser Seminarprogramm:
www.allgaeuer-kraeuterland.de

Allgäuer Kräuterlandhöfe

Urlaub der besonderen Art bei qualifizierten Kräuterbauern – dies versprechen die Gastgeber der „Allgäuer Kräuterlandhöfe“:

- ◇ Erleben Sie Urlaub auf dem Bauernhof in geschmackvollen Ferienwohnungen und schönen Kräutergärten.
- ◇ Erfahren Sie Kräuterführungen, alte allgäuer Bräuche und Rituale mit Kräutern
- ◇ Genießen Sie selbstgemachte Tees, Kräuterliköre und andere Kräuterspezialitäten

Folgende Kräuterlandhöfe heißen Sie im Westallgäu herzlich willkommen!

Kräuterlandhof Baur

Familie Baur
 Hopfen 8, 88167 Stiefenhofen
 Tel. 083 86-21 90
info@ferienhof-baur.de
www.ferienhof-baur.de

Kräuterlandhof Tannenhof

Heidrun und Gottfried Epple
 Oberschwabenstr. 16a, 88145 Opfenbach
 Tel. 083 85-92 30 51
urlaub@tannenhof-allgaeu.de
www.tannenhof-allgaeu.de



Unser Seminarprogramm:
www.allgaeuer-kraeuterland.de

Lindenberger Kräuterwochen – kulinarischer Genuss

Termin: 14.04. – 06.05.18

Während der Lindenberger Kräuterwochen erhalten Sie Einblicke in die Geheimnisse der Wildkräuterküche: Jeder teilnehmende Gastronomiebetrieb hat mindestens vier Gerichte mit Kräutern auf der Speisekarte.

Weiterhin gibt es am Donnerstag, den 26. April eine Wildkräuterführung am Waldsee mit der Wildkräuterführerin Marianne Stöckeler (siehe S. 29).

Teilnehmende Betriebe:

Hotel Lindenberger Hof
www.lindenbergerhof.de

Gasthof zum alten Bräuhaus
www.braeuhaus-lindenberg.de

Gasthof Bayerischer Hof
www.bayerischer-hof.info

Restaurant Bacalau – Hotel Waldsee
www.hotel-waldsee.de



Tourist-Information Lindenberg
Tel. 083 81-9 28 43 10
touristinformation@lindenberg.de
www.lindenberg.de

„cube noir“ Dunkelzelt & Kräuter mit allen Sinnen

Wildkräuterwanderung am Jakobsweg, Kräuter zeichnend/malend wahrnehmen und Kräuter schmecken im Dunkeln.

Eine Reise für alle Sinne ist der Erfahrungsraum „cube noir“. Jetzt im wunderschönen Raum direkt am Jakobsweg in Rechtis. Nur ein Schritt und der Besucher verlässt den Alltag. Régine Goueffon lädt ein in die absolute Dunkelheit ihres „cube noir“, das schöne Dunkelzelt aus Stoff, Bienenwachs, Kräutern mit allerlei spannenden Tastfeldern und Klängen. Dabei geht es nicht nur um das intensive Erleben des Geschmacks verschiedener Kräuter. In ungeahnter Intensität werden alle Sinne auf sanfte Art geöffnet. Alltägliches wird aus einer ganz neuen Perspektive wahrgenommen und wieder bewusst wertgeschätzt.

Termine/Preise 2018

Termine nach Vereinbarung für Gruppen von 4–16 Personen

Dauer:

2,5 Stunden inklusive cube noir und einer kleinen Wildkräuterwanderung, pro Person 20,- €

Bis 8 Personen: 120,- € je Gruppe

Ab 5 Personen: 20,- € pro Person



Info und Anmeldung beim Anbieter:
Régine Goueffon
Vorholz 4, 88167 Maierhöfen
Tel. 01 51-29 1097 49
pcc@goueffon.com

WuTao-Tanz trifft Kräuter

„Tanzend in die Welt der Pflanzen
eintauchen Wochenend-Workshop“

An unserem Wochenende dreht sich alles um die Elemente Holz, Feuer und Erde, die ihren Ursprung in der traditionellen Chinesischen Medizin haben. Beim „WuTao Tanz“ hast du die Möglichkeit, der Stärke und Flexibilität des Holzes nachzuspüren, der Lebensfreude des Feuers in dir nachzugehen und die Verbindung zur Erde zu genießen.

Weitere Informationen zu WuTao unter:

www.natur-tan-verbinding.com/wutao-der-getanzte-weg

Außerdem wirst du entdecken, wo verschiedene wilde Kräuter wachsen, was du daraus zaubern kannst und wie sie volksheilkundlich eingesetzt werden können. Über dem Feuer werden wir eine Kräuterquiche und buntes Stockbrot backen. Wir stellen auch einen Balsam her und setzen eine Tinktur an - als kleinen Beitrag für deine Hausapotheke. Wir freuen uns auf ein gemeinsames Wochenende voller Natur, Musik, Feuer und Tanz!

Termine / Preise 2018

Freitag, 11.05. ab 14 Uhr bis Sonntag, 13.05.2018 um 14 Uhr

220,- € pro Person, inkl. Übernachtung im eigenen Zelt oder unterm Dach einer Hütte und vegetarischer Vollverpflegung

Anmeldung bis spätestens 27.04.2018.



Naturwerkstatt Primisweiler – Lena Frühschütz
Tettlinger Str. 25, 88239 Wangen-Primisweiler
Tel. 0 75 28-6 11 40 93
naturwerkstatt-primisweiler@posteo.de
www.naturwerkstatt-primisweiler.org



Pilgern – Zeit des Aufbruchs

Die „Kraftquelle Allgäu“ umfasst neben den Kräutern einen weiteren wichtigen Baustein: Das Pilgern. Das stark zunehmende Interesse am Pilgern begründet sich in dem Bedürfnis der Menschen nach Sinnsuche und Spiritualität. Denn wer pilgert, geht heraus aus den Pflichten und Zwängen des Alltags, öffnet seine Sinne, konzentriert sich auf das Wesentliche und ist bereit, aufzubrechen. Wir, die Orte im Westallgäu und in der Ferienregion Allgäu-Bodensee, laden Sie ein, in der „hellen Zeit“ des Aufbruchs und der Reifung auf Entdeckungsreise zu gehen. Seien Sie uns herzlich willkommen.

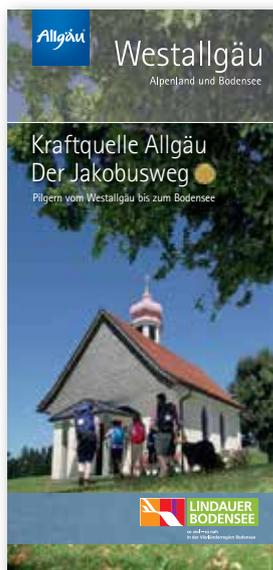


Samstagspilgern

Wir möchten Ihnen die Gelegenheit geben, in das Thema Pilgern „hineinzuschnuppern“. Ob auf dem Jakobusweg, dem Martinusweg, dem Oberschwäbischen Pilgerweg oder einfach auf einem schönen Wegeabschnitt in unserer wunderbaren Landschaft. Das Programmheft ist kostenlos bei den örtlichen Tourist-Informationen oder im Internet unter www.westallgaeu.de bzw. www.ferienregion-allgaeu.de erhältlich.

Pilgern auf dem Jakobusweg

Der Weg ist das Ziel – Auf verschiedenen Routen führt der Jakobusweg quer durch unsere schöne Region vom Westallgäu bis an den Bodensee. Mit unserer Broschüre, die Sie kostenlos in den örtlichen Tourist-Informationen erhalten, möchten wir Ihnen eine informative Unterstützung zu sehenswerten Punkten, Gastronomie, Unterkünften, ÖPNV und vielem mehr an die Hand geben.



Impressum

Herausgeber

Westallgäu Tourismus e.V.
Museumsplatz 1, 88161 Lindenberg
www.westallgaeu.de



Ferienregion Allgäu-Bodensee
Bindstraße 10, 88239 Wangen
www.ferienregion-allgaeu.de



Gestaltung und Satz

Hinterland –
Büro für visuelle Kommunikation
www.das-hinterland.de

Druck

Holzer Druck und Medien
Druckerei und Zeitungsverlag
GmbH & CO. KG



Bildnachweise

David Knipping: Titelbild, S. 6, 19, 66
cmfotoworks/stock.adobe.com: S. 3
Scheidegg Tourismus: S. 5, 29
deyangeorgiev/Photocase: S. 8, 12
Artemisia-Allgäuer Kräutergarten: S. 9
Renate Tschöll: S. 10
Georgia Mühleis: S. 11
attem/shutterstock.com: S. 14
Gerti Epple: S. 24, 38
Diana Taliun/shutterstock.com: S. 31
Mühler: S. 37
Pavel Ilyukhin/shutterstock.com: S. 47
Chamille White/shutterstock.com: S. 52
Manfred Thierier: S. 56
Jill Richardson/shutterstock.com: S. 59
Heike Potrykus: S. 62
Hadrian/shutterstock.com: S. 69
Robert Beuter: S. 77
Alle Angaben ohne Gewähr.

Weitere Informationen

Ferienregion Allgäu–Bodensee

Kontakt über Gästeamt – Tourist-Information

Bindstraße 10

88239 Wangen

Tel. +49 75 22 -7 42 11

tourist@wangen.de

www.ferienregion-allgaeu.de

Westallgäu Tourismus e. V.

Kontakt über Tourist-Information Lindenberg

Museumsplatz 1

88161 Lindenberg

Tel. +49 83 81 -9 28 43 10

info@westallgaeu.de

www.westallgaeu.de