



Die Karte „Wandern im Kneippland® Unterallgäu“ mit umfangreichem Begleitheft ist im Landratsamt Unterallgäu, in vielen Unterallgäuer Gemeinden und in den Gäste- und Touristikämtern zum Preis von 6 € erhältlich.



Donnerstag, 08. Oktober 2020, Amberg/Türkheim
Mythologische Baumwanderung in Amberg
 Auf einer Waldwanderung lernen wir das Wesen der Bäume aus mythologischer Sicht kennen. Wir erfahren, welche praktische, spirituelle und traditionelle Bedeutung die verschiedenen Baumarten für unsere Vorfahren hatten und was davon heute in Brauchtum, Märchen und Mythen geblieben ist. Erfahren Sie eine neue Sicht auf den Wald!
 Zeit: 10:00 – 13:00 Uhr
 Treffpunkt: Amberg
 Tour: ca. 6 km, nicht barrierefrei, nicht für Kinderwagen geeignet.
 Kosten: 3 € Spende an die VHS/Person
 Anmeldung: ja, max. 15 Teilnehmer*innen
 Kontakt: VHS Türkheim, Maximilian-Philipp-Straße 26, Tel. 08245 967188
 info@vhs-tuerkheim.de

Donnerstag, 08. Oktober 2020, Bad Wörishofen
Wanderung mit Besichtigung der Kutschensammlung – Niklas
 Die Wanderung geht entlang des idyllischen Wörthbachs mit seiner artenreichen Baum-Allee. Weiter geht es in nördlicher Richtung. Dort befindet sich die umfangreiche Kutschensammlung von Herrn Niklas. Bei einer interessanten Führung durch das Kutschenmuseum lernen Sie viele der rund 100 Exponate kennen. Die Wanderung findet bei jeder Witterung statt.
 Zeit: 14:00 – 17:00 Uhr
 Treffpunkt: Steinbrunnen am Kurhaus, Bonifaz-Reile-Weg
 Tour: 8 km
 Kosten: mit gültiger Gästekarte frei, ohne gültige Gästekarte 3 € pro Person
 Anmeldung: ja, max. 20 Teilnehmer*innen
 Kontakt: Gäste-Information Bad Wörishofen, Hauptstr. 16, Tel. 08247 9933-55 u. -56
 info@bad-woerishofen.de

Freitag, 09. Oktober 2020, Bad Wörishofen
Spirituelle Wanderung „Die Blätter fallen, fallen wie von weit...“
 Texte, Körperübungen und Stille - Erfahrungen sammeln auf einem ca. 7 km langen Weg gemeinsam mit Pfarrerin Susanne Ohr. Die Wanderung findet bei jeder Witterung statt.
 Zeit: 15:00 – 17:00 Uhr
 Treffpunkt: Gradieranlage am Kurpark
 Tour: Die Teilnehmer sollten die Kondition für eine 2-stündige Wanderung mitbringen, sowie die Bereitschaft für Körperübungen und Stille.
 Kosten: frei
 Anmeldung: ja
 Kontakt: Evgli. Erlöserkirche, Lindenweg 8, Tel. 08247 9629810
 Pfarramt.badwoerishofen@elkb.de

Freitag, 09. Oktober 2020, Kamlach
Wildpflanzen-Entdeckungstour
 Welche leckeren Heckenfrüchte, Wurzeln und die letzten Wildkräuter des Jahres werden jetzt noch gesammelt, für die kalte Jahreszeit getrocknet oder in Alkohol angesetzt? Auf zur Wildpflanzen-Entdeckungstour!
 Zeit: 17:00 – ca. 18:45 Uhr, Ausweichtermin: Samstag 10.10.2020
 Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekanntgegeben
 Tour: ca. 2 km
 Anmeldung: ja
 Kontakt: Thea Weber, Tel. 08261 8583

Freitag, 09. Oktober 2020, Memmingen
Zauber der Altstadt – Memmingen zum Kennenlernen
„Prunk und Pomp“ (Nordstadt) mit Stadtführerin Anni Lanzl
 Ein abendlicher Stadtspaziergang durch die historische Altstadt lässt die Jahrhunderte schmelzen und in eine vergangene Zeit eintauchen. Es erwarten Sie schaurig-schöne Begebenheiten in einem bunten Puzzle „Memmingen – mittelalterlich, magisch, malerisch“. Hier wird die Nordstadt der Stadt Memmingen gezeigt und die Geschichte der edlen Patrizier erzählt.
 Zeit: 19:00 Uhr
 Treffpunkt: Marktplatz am Brunnen
 Dauer: 1,5 h
 Kosten: 5 € pro Person
 Anmeldung: ja
 Kontakt: Tourist Information Memmingen unter Tel. 08331 850-173 oder
 info@memmingen.de unter Nennung der Kontaktdaten

Samstag, 10. Oktober 2020, Stetten
„Blaumachen im Grünen“ – Element Luft – Atem, Klang und Duft
 Wanderung im Zeichen des Elements Luft, das nun, im Herbst, stärker spürbar wird. Eine Erlebniswanderung mit Spielen, Staunen, Spüren, Düften und Kreativität zum selbst aktiv werden. Die Natur unserer Heimat bietet dafür den perfekten Rahmen. Vor allem zum Aufatmen und Durchatmen ist dieser Tag da. Der Abstand zum Alltag, die Bewegung an der frischen Luft und das Eingebunden sein in eine geführte Gruppe erleichtern das auf ganz entspannte Weise. Solche Auszeiten brauchen wir zur Regeneration wie die Luft zum Atmen.
 Dieser Tag steht also im Zeichen des Elements Luft in all seinen Erscheinungsformen. Wir treffen den Wind, den Wind, das himmlische Kind! Wir atmen auf und durch, lassen uns den Kopf freiblasen, machen uns Luft, heulen mit dem Wind, schweben auf Wolke sieben oder fallen aus allen Wolken. Wir beschäftigen uns mit Schall und Rauch und bestenfalls lösen sich unsere Probleme dabei in Luft auf. Eine Begegnung mit dem Unsichtbaren.
 Zeit: 10:00 – 13:00 Uhr
 Treffpunkt: Kammelquelle im Hochfirst Stetten/Erisried

Tour: ca. 2 km
 Kosten: 25 € pro Person, Sonderkonditionen für Familien/Kinder/Gruppen auf Anfrage
 Anmeldung: ja, max. 15 Teilnehmer*innen
 Kontakt: Der innere und äußere Garten, Bergstr. 42, Stetten, Tel. 0177 2133704
 a-o.born@t-online.de, www.der-innere-aeussere-garten.de

Samstag, 10. Oktober 2020, Stetten
Wanderung auf den Hochfirst: Verborgene Schätze im Wald entdecken
 Zeit: 13:30 – ca. 16:30 Uhr
 Treffpunkt: Parkplatz des Vita-Parcours am Hochfirst (zwischen Sontheim und Grabus)
 Tour: ca. 6 km
 Kosten: keine, Spende an Bund Naturschutz erwünscht
 Anmeldung: ja
 Kontakt: Konrad Merkl, Bund Naturschutz Erkheim/Günztal, Tel. 0173 7293537
 konrad.merkl@posteo.de

Samstag, 10. Oktober 2020, Bad Grönenbach
Wanderung zum Sachsenrieder Weiher
 Die Wanderung führt Sie über einen Wiesenweg nach Ziegelberg über Kraiberg und Heusteig zum Sachsenrieder Weiher. Der idyllisch gelegene Weiher lädt zu einer kleinen Rast ein, bevor es über einen Feldweg nach Gmeinschwenden, Hueb und Kornhofen zurück nach Bad Grönenbach geht. Das letzte Stück laufen Sie im Grönenbacher Wald. Auf der gesamten Tour können Sie immer wieder den Blick auf das wunderschöne Alpenpanorama werfen.
 Zeit: 13:30 – ca. 17:00 Uhr
 Treffpunkt: Marktplatz Bad Grönenbach
 Tour: ca. 16 km / ca. 3,5 h
 Kosten: frei
 Anmeldung: bis Freitag, 09.10., 17 Uhr, max. 15 Teilnehmer*innen
 Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach, Marktplatz 5
 Tel. 08334 60531, gaesteinfo@bad-groenenbach.de

Samstag, 10. Oktober 2020, Ottobeuren
Kartoffel-Wanderung ins Günztal mit Kartoffelfeuer
 Eine geführte Wanderung mit der Gruppe „eingestaubte Wander- und Laufschuhe“. Die Wanderung findet bei jeder Witterung statt.
 Zeit: 14:00 Uhr
 Treffpunkt: Maibaumwiese an der Basilika
 Kosten: 5 € pro Person
 Anmeldung: ja
 Kontakt: Touristikamt Ottobeuren, Marktplatz 14, Tel. 08332 921950
 touristikamt@ottobeuren.de

Samstag, 10. Oktober 2020, Bad Wörishofen
„Weg der Sinne“
 Bei dieser Führung machen Sie sich – gemeinsam mit der Hauswirtschaftsmeisterin Stefanie Scholz auf den Weg, die Natur mit allen sechs Sinnen zu erfahren und einen Ausgleich zu schaffen zu den Anforderungen des Alltags und Berufs. Ziel ist der „Garten der 6 Sinne“ in Bad Wörishofen. Unterwegs sind an drei Wegpunkten kurze Achtsamkeitsübungen geplant. Im Garten angekommen erwartet Sie eine besondere Führung für die Sinne.
 Zeit: 14:00 – 16:30 Uhr
 Treffpunkt: Haus „Zum Gugger“, Bachstr. 16
 Tour: ca. 3 km
 Kosten: 16 € ohne Gästekarte und 14 € mit Gästekarte
 Anmeldung: ja, info@steffis-landhof.de oder Tel.: 0173 21 83 183
 max. 10 Teilnehmer*innen
 Gäste-Information Bad Wörishofen, Hauptstr. 16, Tel. 08247 9933-55 u. -56,
 info@bad-woerishofen.de

Sonntag, 11. Oktober 2020, Babenhausen
Unterallgäuer Pilgerwanderung 2020 zum Unterallgäuer Wanderherbst
 Auf dem Jakobsweg durchs Unterallgäu führt die diesjährige Unterallgäuer Pilgerwanderung von Babenhausen nach Boos.
 Alle Pilgerfreunde sind dieses Jahr nach Babenhausen eingeladen, um von dort aus auf ca. 12 km Wegstrecke nach Boos zu pilgern. Ein Bus bringt die Wanderer nach einer gemeinsamen Mittagseinkehr zurück zum Ausgangspunkt nach Babenhausen. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt. Verpflegung für unterwegs sowie festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung und eine Taschenlampe für den Beginn der Wanderung sollten mitgebracht werden.
 Die Organisation übernimmt auch in diesem Jahr die Unterallgäuer Projektgruppe „Pilgerwege“ in Zusammenarbeit mit dem Landratsamt Unterallgäu.
 Zeit: 07:00 – 13:30 Uhr
 Treffpunkt: wird bei Anmeldung bekannt gegeben
 Tour: ca. 12 km
 Kosten: 4 € für den Bustransfer von Boos nach Babenhausen
 Anmeldung: ja
 Kontakt: Landratsamt Unterallgäu, Tel. 08261 995-643, tourismus@lra.unterallgaeu.de

Teilnahmebedingungen:
 Die Teilnahme an der Wanderung erfolgt auf eigene Gefahr. Die Wanderführer*innen übernehmen keine Haftung bei Unfällen, Verlusten oder anderen Schäden.
 Jeder Teilnehmer verpflichtet sich die Straßenverkehrsordnung zu befolgen.
 Außerdem gelten die üblichen Hygiene- und Schutzregelungen: Bitte beachten Sie, dass eine Teilnahme an Stadtführungen, Wanderungen, Radtouren, Therapiewanderungen und Kräuterführungen nur mit Anmeldung möglich ist. Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt, die Anmeldung direkt beim Veranstalter mit einer Liste zur Teilnehmerregistrierung. Die Kontaktdaten werden gespeichert, um gegebenenfalls dabei zu helfen, Infektionsketten nachzuvollziehen. Nach einem Monat werden die Daten vernichtet.
 • Einhaltung der Abstandsregeln von mindestens 1,5 bis 2 Metern, Touren finden kontaktilos und unter Einhaltung der Hygieneregeln statt. Der Mindestabstand wird nebeneinander und hintereinander und bei Pausen eingehalten – daran halten sich auch die Teilnehmer aus einem Haushalt, da es für Außenstehende nicht ersichtlich ist, wer aus einem Haushalt stammt.
 • Vor und nach der Führung gründlich Hände mit Wasser und Seife waschen für 20 bis 30 Sekunden.
 • Einhaltung der Husten- und Niesetikette (Husten oder Niesen in die Armbeuge oder in ein Taschentuch)
 • Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes (dieser ist selbst mitzubringen) zum Schutz aller Teilnehmer.
 • Teilnehmer müssen ihr eigenes Risiko beurteilen und sich eine Tour zutrauen. Im Zweifel bei den Führer*innen nachfragen, die Auskünfte zu Länge, Dauer und Schwierigkeitsgrad der Tour geben können, nicht jedoch zu medizinischen Fragen!

Impressum
 Herausgeber: Landkreis Unterallgäu, Bad Wörishofer Str. 33, 87719 Mindelheim, Tel. 08261 995-643, tourismus@lra.unterallgaeu.de, www.freizeit-unterallgaeu.de

Gestaltung und Druck: Druckerei Wagner GmbH, Fellhornstraße 15, 87719 Mindelheim, Tel. 08261 71070, info@druckerei-wagner.de, www.druckerei-wagner.de
 Bildnachweis: Bad Grönenbach, Christa Fredlmeier, Stefanie Vögele

Haftungsausschluss: Jeder Teilnehmer ist für sich selbst verantwortlich. Die Teilnahme an den Veranstaltungen erfolgt auf eigenes Risiko. Die Teilnehmer verzichten auf die Geltendmachung von Schadensersatzansprüchen jeglicher Art wegen Fahrlässigkeit gegen den Gesamt- und die Einzelveranstalter. Änderungen vorbehalten. Alle Termine und Angaben ohne Gewähr. Denken Sie bitte an feste Schuhe, Regenschutz, ausreichend Flüssigkeit und Proviant.

Die Teilnehmer erklären ihr Einverständnis zur Erstellung von Bildaufnahmen ihrer Person im Rahmen des Unterallgäuer Wandersherbstes sowie zur Verwendung und Veröffentlichung solcher Bildnisse zum Zwecke der öffentlichen Berichterstattung über den Unterallgäuer Wanderherbst.

Allgäu
9. Unterallgäuer Wanderherbst
 03. Oktober bis 11. Oktober 2020

www.wanderportal-unterallgaeu.de

Mit Unterallgäuer Pilgerwanderung am Sonntag, 11. Oktober 2020



Freitag, 02. Oktober bis Sonntag, 04. Oktober 2020, Bad Wörishofen nach Bad Grönenbach

Trauerwanderung auf dem Pfarrer-Kneipp-Weg von Bad Wörishofen nach Bad Grönenbach

In den drei Tagen des gemeinsamen Gehens blicken die Trauernden zurück und schauen auf die Spuren, die der verstorbene Mensch hinterlassen hat. Sie halten inne und spüren nach, was Kraft und Orientierung für diesen Weg gibt. Im Wechselspiel von Schweigen, Gespräch und spirituellen Impulsen wird all das, was die Wandernden bewegt, seinen Platz finden. An jedem der drei Tage stehen ca. 15 km Wanderung auf dem Programm. Gewandert wird von Freitag, 10:00 Uhr, Bahnhof Bad Wörishofen, bis Sonntag, ca. 17:00 Uhr, Ankunft in Bad Grönenbach.

Zeit: 10:00 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Bad Wörishofen
Tour: täglich ca. 15 km
Kosten: 75 € pro Person, zuzüglich Unterkunft und Verpflegung, die vor Ort selbst bezahlt werden
Anmeldung: ja
Kontakt: Bischöfliches Seelsorgeamt, Außenstelle Kempten
Tel. 0831 69728330, bsa-ke@bistum-augsburg.de, www.ahpv.de

Samstag, 03. Oktober 2020, Kammlach

Wanderung für Frühaufsteher mit Thea Weber

In der Stille der Natur am frühen Morgen lassen wir die Alltagshektik zurück. Wir wandern dem Sonnenaufgang entgegen. Genießen Sie mit mir die Schönheiten des Altweibersommers und das Erwachen der Natur. Nach der Wanderung werden wir unser Rucksack-Frühstück genießen.

Zeit: 6:45 – ca. 8:15 Uhr anschließend Frühstück, Ausweichtermine: Samstag 10.10.2020
Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekanntgegeben
Tour: ca. 8 km
Anmeldung: ja
Kontakt: Thea Weber, Tel. 08261 8583

Samstag, 03. Oktober 2020, Memmingen

Alter Friedhof – Frauenführung mit C. Berg und C. Koepff

Frauen galten in früheren Zeiten immer als das schwächere Geschlecht und ihnen war die Domäne „Kinder, Küche, Kirche“ vorbehalten. Oft ist über Frauen früherer Jahrhunderte neben ihrem Namen und dem ihrer Eltern nur ihre Verheiratung bekannt, da sie zurück gezogen sich um Haus und Familie kümmerten. An einigen Frauengestalten soll der Lebenslauf von solchen gezeigt werden, die in der Rolle als Ehefrau und Mutter aufgingen, aber auch von „emanzipierten“, die einen Beruf – meist den einer Lehrerin oder Gesellschafterin – ergriffen.
Veranstalter: Förderverein Alter Friedhof Memmingen e. V.

Zeit: 11:00 Uhr
Treffpunkt: Eingang zum Alten Friedhof gegenüber der Kirche Maria Himmelfahrt
Dauer: ca. 1 h
Kosten: Eintritt frei, über Spenden freut sich der Veranstalter
Anmeldung: ja
Kontakt: Tourist Information Memmingen unter Tel. 08331 850-173 oder info@memmingen.de unter Nennung der Kontaktdaten

Samstag, 03. Oktober 2020, Memmingen

Eduard Flachs Wege um Memmingen – „Wanderbares“ Vermächtnis des Memminger Ehrenbürgers mit Landführerin Katherina Standhartinger

Eduard-Flach-Straße, Eduard-Flach-Denkmal, Flach-Villa, Flachweg, Flach-Spazierwege – der Name des Ehrenbürgers ist in Memmingen präsent. Auf einer herbstlichen Rundwanderung erforschen Sie zusammen mit Landführerin Katherina Standhartinger die „Flach-Wege“, die der Memminger Verschönerungsverein mit seinem engagierten Vorsitzenden Eduard Flach um die Wende zum 20. Jahrhundert im Südwesten der Stadt anlegen ließ. Unterwegs zwischen Bismarckturn und Dickenreishausen macht Sie die Landführerin mit der Besonderheit dieser Wege durch die stadtnahe Natur vertraut und erzählt Ihnen Geschichte(n), die am Wegesrand zu finden sind.
Ausrüstung: Wanderschuhe, Regenschutz und Getränk (die Wanderung findet bei jeder Witterung statt)

Zeit: 11:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz am BBZ, Bodenseestraße
Dauer: ca. 3 h
Kosten: 15 € pro Person
Anmeldung: ja
Kontakt: Tourist Information Memmingen unter Tel. 08331 850-173 oder info@memmingen.de unter Nennung der Kontaktdaten

Samstag, 03. Oktober 2020, Memmingen

Zauber der Altstadt – Memmingen zum Kennenlernen – „Leinen und Leder – stolze Handwerker“ mit Stadtführerin Sabine Rogg

Ein abendlicher Stadtspaziergang durch die historische Altstadt lässt die Jahrhunderte schmelzen und in eine vergangene Zeit eintauchen. Es erwarten Sie schaurig-schöne Begebenheiten in einem bunten Puzzle „Memmingen – mittelalterlich, magisch, malerisch“. Hier wird die Südstadt der Stadt Memmingen gezeigt und die Geschichte der stolzen Handwerker erzählt.

Zeit: 14:00 Uhr
Treffpunkt: Gerberplatz
Dauer: ca. 1,5 h
Kosten: 5 € pro Person
Anmeldung: ja
Kontakt: Tourist Information Memmingen unter Tel. 08331 850-173 oder info@memmingen.de unter Nennung der Kontaktdaten

Samstag, 03. Oktober 2020, Mindelheim

Im Zauberkreis der Natur, ein Spaziergang im Tiergarten

Der Spazierweg führt durch den Tiergarten, das ehemalige herrschaftliche Jagdrevier, vorbei am Naturliegeplatz und Walderlebnispfad zur „Mathildeneruh“. Dieser Platz soll zur Achtsamkeit der Natur mahnen und zur inneren Einkehr einladen. Der Weg endet bei der Mindelburg, deren spannende Geschichte vor Ort erzählt wird.

Zeit: 14:00 – 16:00 Uhr
Treffpunkt: Schwabenwiese Abzweigung Mindelburgweg
Tour: ca. 3 km Hinweg, Rückfahrt mit Flexibus möglich
Kosten: 5 € pro Person (zzgl. auf Wunsch Rückfahrt mit Flexibus 2,20 €)
Anmeldung: ja
Kontakt: Tourist-Information, Maximilianstraße 26, Tel. 08261 9915-160 touristinfo@mindelheim.de

Samstag, 03. Oktober 2020, Memmingen

„Kunst im öffentlichen Raum: Ein Spaziergang auf den Spuren der Memminger Künstler“ mit Stadtführerin Andrea Himmelsbach

Bei dieser Führung „Kunst im öffentlichen Raum“ ist der Blick auf die Werke der Memminger Künstler Helmut Ackermann, Hermann Giesecke, Erich Marschner, Dieter Kunerth und Max Pöppel gerichtet. Es ist eine einzigartige Ausstellung, die uns diese fünf Memminger Maler und Bildhauer des 20. und 21. Jahrhunderts in der Innenstadt geschaffen haben. Jeden Tag können wir ihre Werke besuchen. Lassen Sie sich nun einladen, diese Ausstellung bewusst zu begehen. Bei diesem besonderen Spaziergang wird auch Memminger Stadtgeschichte in anschaulicher Weise lebendig. Wer kennt die „Hahnenbank“ oder den „Küfer Schwarz“?
Es ist sowohl eine Führung für Kunstinteressierte als auch für Freunde der Stadtgeschichte.



Zeit: 15:30 – ca. 17:15 Uhr
Treffpunkt: Deutsche Bank am Marktplatz
Kosten: 6 € pro Person
Anmeldung: ja
Kontakt: Tourist Information Memmingen unter Tel. 08331 850-173 oder info@memmingen.de unter Nennung der Kontaktdaten

Samstag, 03. Oktober 2020, Bad Grönenbach

„Sternwanderung und im Allgäuer Wald baden“ mit Constantin Bachfischer

Mit Geschichten und Mythen um Wald, den Herbst, zum Besinnen, Ankommen und um Kraft zu tanken. Mit Räucherungen und Klängen, Stille und Geselligkeit die Magie des Waldes in der Nacht erspüren. Auch wenn wir die Sterne in der Nacht nicht sehen, so genießen wir den Wald und die Kraft der Natur. Mitbringen: Wettergerechte Kleidung und gutes Schuhwerk, eine Matte zum draufsitzen oder liegen, Taschenlampe. Wenn es zu stark stürmt (Unwetterwarnung) und bei Gewitter gehen wir nicht, sonst bei jedem Wetter.

Zeit: 19:00 Uhr
Treffpunkt: wird bei Anmeldung mitgeteilt
Tour: 5 – 7 km, ca. 120 hm
Dauer: 3 h
Kosten: 20 € pro Person
Anmeldung: ja
Kontakt: Constantin Bachfischer, In der Neuen Welt 8, Memmingen
Tel. 0176 66675981, constantin.bachfischer@web.de, www.all-life-balance.com

Sonntag, 04. Oktober 2020, Bad Grönenbach

Weinbergwanderung zwischen Iller und Starzlach am Fuß des Grünten

Bahnfahrt von Bad Grönenbach nach Blaichach. Vom Bahnhof Blaichach aus wandern wir nach Burgberg. Dort folgen wir unserem Weg in Richtung Grünten auf dem Haldenweg, der uns zum alten „Weinberg“ führen wird. Rückkehr gegen 17 Uhr. Wichtig: Aufgrund der Wanderdistanz wird eine etwas ausdauernde Kondition vorausgesetzt. Festes Schuhwerk, ein Getränk und ggfs. kleine Brotzeit mitnehmen. Teilnahme auf eigene Gefahr. Wanderung nur bei schönem Wetter möglich!

Zeit: 08:00 – ca. 17:00 Uhr
Treffpunkt: Bahnhof Bad Grönenbach
Tour: ca. 13 km / ca. 4 h
Kosten: ca. 13 € (DB) pro Person
Anmeldung: bis Freitag, 02.10., 17 Uhr, max. 15 Teilnehmer*innen
Kontakt: Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach, Marktplatz 5
Tel. 08334 60531, gaesteinfo@bad-groenenbach.de

Samstag, 04. Oktober 2020, Mindelheim

Kleinode am Wegesrand

Der Wanderführer begleitet Sie zur kunsthistorisch überaus bedeutsamen Liebfrauenkapelle, weiter zur Herrgottsruhkapelle und zur Katharinenkapelle. Hier haben Sie den schönsten Blick auf Mindelheim. Im Bergwald spazieren Sie zwischen Laub- und Nadelbäumen, entlang einer kleinen Douglasienallee zur einstigen Keltenschanze und Eisenerzgrube.

Zeit: 14:00 – 16:30 Uhr
Treffpunkt: Liebfrauenkapelle, Memminger Str. 9
Tour: Rundweg, ca. 5,5 km
Kosten: 5 € pro Person
Anmeldung: ja
Kontakt: Tourist-Information, Maximilianstraße 26, Tel. 08261 9915-160 touristinfo@mindelheim.de

Sonntag, 04. Oktober 2020, Memmingen/Lachen – Theinselberg (Burgstall)

Themenrundwanderung „Meine Heimat, meine Herkunft“

mit Robert Wörz, Allgäuer Wegbegleiter

Wir begleiten Sie – zum Thema „Meine Heimat, meine Herkunft“ – vom Parkplatz bei der Kath. Pfarrkirche St. Afra in Lachen, um den Ortsteil Theinselberg herum, entlang des Krebsbachtals, hinauf zur Ev.-Reformierten Filialkirche St. Afra auf dem Theinselberg, zum nahegelegenen Burgstall und von dort wieder hinab nach Lachen.

Zeit: 14:00 – ca. 17:00 Uhr
Treffpunkt: Lachen, Kirchstr. (Parkplatz bei der Kath. Pfarrkirche St. Afra)
Tour: 4 – 5 km
Kosten: 12 € pro Person, Gruppen- und Mehrfachkarten über Allgäuer Wegbegleiter
ja, bis 01.10.
Anmeldung: Robert Wörz, Hintere Gerbergasse 19, Memmingen, Tel. 0175 9724044, allgauerwegbegleiter@web.de, www.allgauerwegbegleiter.de

Montag, 05. Oktober 2020, Bad Wörishofen

Stadtführung „Auf Pfarrer Kneipp's Spuren“

Erleben Sie so manch spannende Geschichte über Pfarrer Kneipp und Bad Wörishofen. Unsere Gästeführerin zeigt Ihnen in einem 1,5-stündigen Rundgang die Wirkungsstätte des „Wasserdoktors“.

Zeit: 14:00 – 15:30 Uhr
Treffpunkt: Steinbrunnen am Kurhaus, Bonifaz-Reile-Weg
Tour: ca. 2 km
Kosten: mit gültiger Gästekarte frei, ohne gültige Gästekarte 3 € pro Person
Anmeldung: ja, max. 20 Teilnehmer*innen
Kontakt: Gäste-Information Bad Wörishofen, Hauptstr. 16, Tel. 08247 9933-55 u. -56, info@bad-woerishofen.de

Montag, 05. Oktober 2020, Bad Wörishofen

„Mit meiner Seele unterwegs“

Meditation und Gespräch im Gehen. Pfarrer Kneipp sagte: „Wörishofen erfreut sich eines großen Vorteils, indem es in Folge der freien und ziemlich hohen Lage von allen Seiten vom Winde bestrichen wird, der die Luft reinigt und von allen Schädlichkeiten säubert. Dazu kommt der Kranz von Waldungen, der es rings umschließt, denen in Folge der Fichtenbestände ein der Gesundheit sehr zuträglicher Duft entströmt.“

Prof. Dr. Keller geht mit Ihnen gemeinsam zum „Waldbaden“ – das ist meditativ und wohltuend für unsere Gesundheit.

Zeit: 15:00 – 16:30 Uhr
Treffpunkt: Hartenthaler Straße beim Café Schwermer
Dauer: ca. 1,5 h
Kosten: frei
Anmeldung: ja
Kontakt: Katholische Kurseelsorge, Promenadestr. 1, Tel. 08247 2313, kurseelsorge.bad-woerishofen@bistum-augsburg.de



Montag, 05. Oktober 2020, Kettershhausen

Naturkundliche Exkursion ins Naturschutzgebiet Kettershauer Ried

Der Landschaftspflegeverband lädt ein zur Exkursion ins Kettershauer Ried. Mit Biologen können Sie standorttypische Tier- Pflanzenarten im Herbst erleben, ferner erhalten Sie einen Einblick in die Maßnahmen zur Optimierung dieses artenreichen Lebensraums. Die Veranstaltung findet nur bei trockenem Wetter statt. Bitte Mund-/Nasenschutz und ggf. Einmalhandschuhe mitbringen.

Zeit: 15:30 – 17:30 Uhr
Treffpunkt: Günz-Brücke bei der Kläranlage Mohrenhausen, Erlenweg 100
Tour: ca. 3 km
Kosten: frei
Anmeldung: ja, bis 04.10. erforderlich
Kontakt: Landschaftspflegeverband Unterallgäu e. V., Fellhornstr. 15 a
Tel. 0163 7184578, schneider@lpv-unterallgaeu.de

Montag, 05. Oktober 2020, Bad Wörishofen

„Waldbaden und Qi-Gong“ mit Maria Rück

Bei dieser Therapiewanderung wird wieder über den Kontakt von den Füßen zur Erde und durch die bewusste Atmung neue Lebensenergie, Lebenskraft und Lebensfreude geschöpft. Die Wanderung findet bei jeder Witterung statt.

Zeit: 15:45 – 16:45 Uhr
Treffpunkt: Steinbrunnen am Kurhaus, Bonifaz-Reile-Weg
Tour: ca. 3 km
Kosten: Schnupperstunde 5 € pro Person
Anmeldung: ja, max. 20 Teilnehmer*innen im Freiem oder 6 Personen bei schlechtem Wetter im Seminarraum
Kontakt: Gäste-Information Bad Wörishofen, Hauptstr. 16, Tel. 08247 9933-55 u. -56 info@bad-woerishofen.de

Dienstag, 06. Oktober 2020, Stetten

Waldbaden Stetten (bei Mindelheim)

Shinrin Yoku bedeutet übersetzt „ein Bad in der Atmosphäre des Waldes nehmen“ – oder kurz „Waldbaden“.

Im Unterschied zu einem „normalen“ Spaziergang im Wald geht es beim Waldbaden um mehr als nur an der frischen Luft und im Grünen zu sein. Beim Waldbaden hält sich der Mensch für eine bestimmte Zeit im Wald auf, aber ohne Ziel, ohne Bewertung, still, mit offenen Sinnen, neugierig und staunend, entspannt. Der Atem gibt den Takt und wir genießen einfach die lebendige Natur um uns herum, schulen unsere Wahrnehmung und Entspannen auf einer tiefen Ebene. Kleine, von mir angeleitete Übungen unterstützen und vertiefen unser Erleben.

Zeit: 16:00 – 20:00 Uhr
Treffpunkt: Kneipptretbecken Stetten, Unggenriederstraße
Kosten: 25 € pro Person
Anmeldung: ja, max. 12 Teilnehmer*innen
Kontakt: Der innere und äußere Garten, Bergstr. 42, Stetten, Tel. 0177 2133704 a-o.born@t-online.de, www.der-innere-aeussere-garten.de

Dienstag, 06. Oktober 2020, Ottobeuren

„Wildfrüchte, unser neues Super-Food, direkt vor unserer Haustüre“ mit Hildegard Brehm (Böhen)

Die Natur kennenlernen und immer etwas zum Naschen finden.

Zeit: 17:30 – 19:00 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz Ottostraße
Kosten: 5 € pro Person
Anmeldung: beim Touristikamt erforderlich
Kontakt: Touristikamt Ottobeuren, Marktplatz 14, Tel. 08332 921950 touristikamt@ottobeuren.de

Mittwoch, 07. Oktober 2020, Bad Grönenbach

Panoramawanderung

Die sehr schöne Rundwanderung führt Sie auf Feld- und Wiesenwegen nach Ziegelberg. Am südlichen Ortsrand bietet sich bei klarem Wetter ein herrlicher Blick auf das gesamte Alpenpanorama. Richtung Süden, den Bergen entgegen, geht es weiter über Seefeld nach Hueb und leicht bergan nach Kornhofen. Von Kornhofen folgen Sie dem Wanderweg über die Wiesen nach Bad Grönenbach und kommen am Kornhofer Bänkle an, wo Sie mit herrlichem Ausblick auf das Bergpanorama belohnt werden. Es geht durch den Wald zurück nach Bad Grönenbach.

Zeit: 13:30 – ca. 16:30 Uhr
Treffpunkt: Marktplatz Bad Grönenbach
Tour: ca. 10 km / ca. 3 h
Kosten: frei
Anmeldung: bis Mittwoch, 06.10., 12 Uhr, max. 15 Teilnehmer*innen
Kontakt: Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach, Marktplatz 5
Tel. 08334 60531, gaesteinfo@bad-groenenbach.de

Mittwoch, 07. Oktober 2020, Bad Wörishofen

Therapiewanderung mit Atemübung

Bei dieser Therapiewanderung wird wieder über den Kontakt von den Füßen zur Erde und durch die bewusste Atmung neue Lebensenergie, Lebenskraft und Lebensfreude geschöpft. Die Wanderung findet bei jeder Witterung statt.

Zeit: 15:00 – 16:30 Uhr
Treffpunkt: Steinbrunnen am Kurhaus, Bonifaz-Reile-Weg
Tour: ca. 2 km
Kosten: mit gültiger Gästekarte frei, ohne gültige Gästekarte 3 € pro Person
Anmeldung: ja, max. 20 Teilnehmer*innen
Kontakt: Gäste-Information Bad Wörishofen, Hauptstr. 16, Tel. 08247 9933-55 u. -56 info@bad-woerishofen.de

Donnerstag, 08. Oktober 2020, Tussenhausen

Spaziergang in den Herbst

Täglich raus an die frische Luft! Mutig sein und Ausprobieren macht Ihr Kind stark. Lustvolle Bewegungsräume warten überall! Ihr Kind liebt spielerische Entdeckungsreisen im Freien. Durch vielfältige Bewegungserfahrungen lernen Kleinkinder sich und ihre Umwelt kennen und entwickeln Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten. Eltern erhalten Tipps und viele kreative Anregungen für Bewegungsideen und Spiel & Spaß im Freien. Die Veranstaltung ist für Kinder ab 2 1/2 Jahre bis zum vollendeten 3. Lebensjahr ideal, aber auch kleinere Kinder können gerne mit dabei sein. Die Wege sind für Kinderwagen geeignet. Bitte auf wetterentsprechende Kleidung achten. Die Veranstaltung findet bei nahezu jedem Wetter statt. Eine eventuelle Absage erfolgt am Vortag per E-Mail oder telefonisch. Referentinnen: Ingeborg Schedel und Brigitte Seidel

Zeit: 09:30 – 11:30 Uhr und 14:00 – 16:00 Uhr
Treffpunkt: Verbindungsstraße Tussenhausen – Markt Wald, ersten nicht geteerten Weg rechts hochfahren. Wegweiser am Straßenrand beachten
Veranstalter: Netzwerk Junge Eltern / Familien, Ernährung und Bewegung / AELF Mindelheim

Dauer: 2 h
Kosten: die Teilnahme ist kostenfrei
Anmeldung: ja
Kontakt: telefonisch bei Christine Egle, Tel. 08261 991937 oder www.aelf-mh.bayern.de/ernaehrung/familie