



Wandern mit Weitblick

Bewegung erhöht die Lebenslust – das wusste schon Pfarrer Kneipp. Seine Heimat Ottobeuren lädt zum aktiven Entschleunigen ein.

E-Mails im Minutentakt, Handygebimmel, Freizeitstress. „Kaum irgendein Umstand kann schädlicher auf die Gesundheit wirken als die Lebensweise unserer Tage: ein fieberhaftes Hasten und Drängen.“ Was nach der Hektik des 21. Jahrhunderts klingt, hat Pfarrer Sebastian Kneipp schon vor über 150 Jahren beschrieben – und eine simple Gegenmaßnahme gleich mitgeliefert: Wer seinem Alltag mit mehr Lebenslust, Gelassenheit und Harmonie begegnen will, muss sich bewegen, frei atmen, weit schauen. Und das funktioniert besonders gut zwischen den sanften Hügeln und grünen Wiesen bei Ottobeuren, wo der berühmte Wasserdoktor einst das Licht der Welt erblickte.

Die Landschaft um Ottobeuren ist uralte: Die Eiszeiten haben das Günztal geformt, die Menschen der Talaue über Jahrhunderte ihren Stempel aufgedrückt. Trotzdem sind hier, rund um das längste Bachsystem Bayerns, naturnahe und ökologisch wertvolle Auen- und Moorlandschaften erhalten geblieben – ein Paradies für Wanderer, in dem der Blick über saftig-grüne Ebenen schweift und nichts die unendliche Weite begrenzt.

Natur- und Artenschutz wird hier groß geschrieben: Das Günztal ist eine wichtige Biotopverbundachse vom Voralpenland bis zur Donau. In den Niedermooren und auf den Feucht- und Blumenwiesen sind seltene Tier- und Pflanzenarten wie der Eisvogel und die Trollblume zu finden. Die Tümpel und Weiher der Region können gar als die Regenwälder unserer Klimazone bezeichnet werden: Mit ein wenig Geduld lassen sich über 1000 verschiedene tierische Bewohner beobachten. Und die „Tümpelkampagne“ der Stiftung KulturLandschaft Günztal, 2018 mit dem Bayerischen Biodiversitätspreis ausgezeichnet, sorgt dafür, dass immer neue Lebensräume entstehen – und der Naturgenuss für Wanderer erlebbar bleibt.

Wer in der herrlichen Landschaft des Unterallgäus nicht nur Entschleunigen, sondern auch mal Beschleunigen will, bringt seinen Kreislauf auf drei Terrainwegen im Bannwald oberhalb des berühmten Klosters von Ottobeuren in Schwung. Die Kurwege sind in ihrer Länge und im Grad der zu bewältigenden Steigungen ganz auf die Bewegungstherapie im Kneippschen Naturheilverfahren ausgerichtet, während der VitalParcours Ottobeuren optimale Voraussetzungen für Nordic Walking, Laufen, Walking und Wandern bietet. Natürlich eignet sich die abwechslungsreiche Voralpenlandschaft aber auch für schöne Radtouren: Allein die Radfibel „Radfahren im Kneippland Unterallgäu“ umfasst 46 Ausflüge und Tagestrips zu malerischen Naturdenkmälern, Burgruinen und vielem mehr.

Informationen: Touristikamt Kur & Kultur Ottobeuren, Tel. +08332/9219-50,
touristikamt@ottobeuren.de, www.ottobeuren.de

2.766 Zeichen

Pressekontakt:

HK-HEINZL.KOHLER PUBLICRELATIONS, Lorenzstraße 19a, D-81737 München
Tel. +49/89/37951256, info@hk-publicrelations.de, www.hk-publicrelations.de