

Allgäu®

Kraftquelle Allgäu Kräuter

2021



Inhalt

03
Kraftquelle
Allgäu

06
Kräuter –
wahre Schätze
der Natur

12
Veranstaltungen
rund um das
Thema Kräuter

75
Kräuterpauschalen

08
Kräutergärten

67
Weitere Kräuter-
experten und
Seminare

78
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.

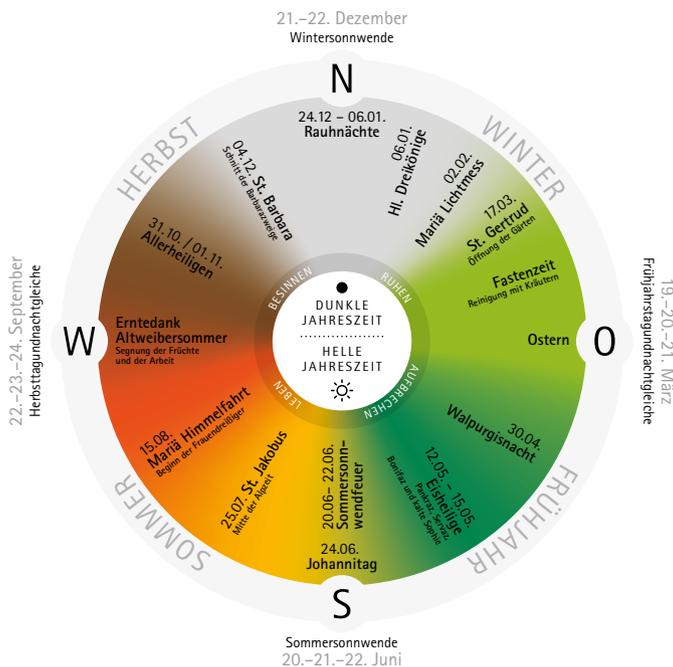
Hier im Westallgäu treffen Sie auf Menschen, die mit der Kraft der Kräuter aufgewachsen sind.

Mit der Kraftquelle Allgäu und mit den Pilger- und Kräuterangeboten bieten wir, die Orte im Westallgäu und im Württembergischen Allgäu, 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 und im Württembergischen Allgäu...

Das Jahresrad – Spirituelles Allgäu im Jahreskreis

Im Westallgäu und im Württembergischen Allgäu 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 76 und 77 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.wildkrauterfrau.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, Büchern und Bio-Lebensmitteln für den täglichen Bedarf.



Artemisia – Allgäuer Kräutergarten

Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen

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

Öffnungszeiten

Mittwoch–Freitag 12:00–18:00 Uhr

Samstag und Sonntag 10:00–18:00 Uhr

Mittagstisch immer ab 12:00 Uhr

Selbstbedienung in der Gärtnerei und dem Gemüsekeller jederzeit.



Kräutergärtle Himmelszipfele

in Wangen-Leupolz

An buntblühenden Staudenbeeten und dem Weinberg vorbei, führt der Weg den Kirchberg von Leupolz hinauf zum Kräutergärtle Himmelszipfele.

Am Eingang vor dem Tor befindet sich das zauberhafte Wunschbrünnele. Hier können die Besucher auf einer einladenden Bank verweilen und dem Froschkönig ihre Sorgen und Wünsche erzählen.

Im Zentrum vom Himmelszipfele steht eine große Trauerbuche, die auf wundersame Weise „himmlische“ Antworten gibt und Kräutersprüche aus alter Zeit erzählen von den heilenden Kräften der Pflanzen. Ein achtsamer Spaziergang durch dieses freundliche Gärtlein schenkt jedem, der sich darauf einlässt, Ruhe und Frieden.

2018 wurde es als UNDEKADE-Projekt und Beispiel für biologische Vielfalt ausgezeichnet.



Kräutergärtle Himmelszipfele

unterhalb der Kirche in 88239 Wangen-Leupolz
Georgia Mühleis, Tel. 07506-1379, georgia@abfragen.de
www.himmelszipfele.de

Das Kräutergärtle ist öffentlich zugänglich.
Führungen sind auf Wunsch möglich. Preise nach Vereinbarung.

Superfood Wildkräutergarten

in Stockenweiler-Hergensweiler

Eine große, aus Weide geflochtene Kräuterspirale bildet das Herz des Kräutergartens, in dem viele einheimische Heil- und Wildpflanzen wachsen. Der ganze Garten wird seit vielen Jahren nach Permakultur-Prinzipien bewirtschaftet. Besonders Pflanzen, die unseren Speiseplan bereichern und durch ihre kraftvollen Inhaltsstoffe als Superfood bezeichnet werden können, wachsen und gedeihen hier.

Bei unterschiedlichen Führungen werden die Wildkräuter mit allen Sinnen als wohlschmeckende „Wilde Gerichte“ vom offenen Feuer gekostet.

Im selbstgebauten Kräutertrockenhaus werden die frisch geernteten Heil- und Würzkräuter getrocknet und danach zu Tee, Kräutersalz uvm. verarbeitet. Für jeden Geschmack ist etwas dabei. Verkauft wird nach Führungen bzw. Absprache.



Superfood Wildkräutergarten

Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler
Heidi Prinz, Tel. 08388-98190, heidi@online-prinz.de
www.superfood-in-heidis-garten.de

Der Garten ist jederzeit tagsüber zugänglich.
Eine kleine Kostenbeteiligung ist erwünscht.
Verkauf und Führungen sind nach Absprache gerne möglich.

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 beim Kochen am Lagerfeuer, Salben selbst herstellen oder Wildpflanzen essen lernen!

Termin	Führung	Treffpunkt	Kräuter- experte/in	Seite
Fr. 19.03.	Führung und Workshop „Oxymel – wertvolles traditionelles Heilmittel“	Hergensweiler	Heidi Prinz	22
Sa. 20.03.	Workshop „Wald-See-Feuer-Baden“	Wangen	Juliane Hörburger und Claudia Hellwig	23
Sa. 20.03.	Waldführung „Unsere größten Pflanzen, die Bäume und ihre Heilwirkungen“	Röthenbach	Rick Frommknecht	24
Sa. 20.03.	Workshop „Pilzzucht im Garten“	Röthenbach	Rick Frommknecht	25
So. 21.03.	Waldführung „Unsere größten Pflanzen, die Bäume und ihre Heilwirkungen“	Röthenbach	Rick Frommknecht	24
So. 21.03.	Workshop „Pilzzucht im Garten“	Röthenbach	Rick Frommknecht	25
Sa. 27.03.	Führung mit Achtsamkeitsübungen und Pflanzenmeditation "Natur tut uns gut"	Neuravensburg	Birgitta Haug	26
Sa. 27.03.	Führung und Workshop „Heilpflanzenspaziergang – Reinigende Pflanzen zu Ostern“	Gestratz	Andrea Schröder	27
Sa. 27.03.	Waldführung „Unsere größten Pflanzen, die Bäume und ihre Heilwirkungen“	Röthenbach	Rick Frommknecht	24
Sa. 27.03.	Workshop „Pilzzucht im Garten“	Röthenbach	Rick Frommknecht	25
So. 28.03.	Wildkräuterwanderung der besonderen Art, rund um das Achberger Schloss, durch das wildromantische Argental	Achberg	Birgitta Haug	28
So. 28.03.	Waldführung „Unsere größten Pflanzen, die Bäume und ihre Heilwirkungen“	Röthenbach	Rick Frommknecht	24
So. 28.03.	Workshop „Pilzzucht im Garten“	Röthenbach	Rick Frommknecht	25
Do. 01.04.	Wanderung „Grünkraft ist Lebenskraft“	Lindenberg	Marianne Stöckeler	29
Mo. 05.04.	Kleine Wanderung "Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	30
Di. 06.04.	Workshop „Wald-See-Feuer-Baden“	Wangen	Juliane Hörburger und Claudia Hellwig	23



Termin	Führung	Treffpunkt	Kräuter- experte/in	Seite
Sa. 10.04.	Wanderung und Kochkurs "Zurück zur Einfachheit"	Eilhofen	Christine Mühler	31
Sa. 10.04.	Geführte Wanderung "Guck mal, was da wächst"	Niederwangen	Liesel Jocham	32
Sa. 10.04.	Workshop "Kräuterseifen selbst herstellen"	Heimenkirch	Leni Weber	33
Do. 15.04.	Führung und Workshop "Heilsame Kräuteranwendungen nach Pfr. Kneipp"	Hergensweiler	Heidi Prinz	34
Fr. 16.04.	Frühjahrsputz im Körper mit Wildkräutern	Argenbühl	Cordula Brack	35
Sa. 17.04.	Workshop "Weise Frauen Wissen – Energie und Botschaft der Pflanzen"	Gestratz	Andrea Schröder	36
Sa. 24.04.	Wanderung und Kochkurs "Zurück zur Einfachheit"	Eilhofen	Christine Mühler	31
Sa. 24.04.	Führung "Wildkräuter und Insektenpflanzen"	Aitrach	Heike Potrykus	37
Sa. 24.04.	Führung mit Achtsamkeitsübungen und Pflanzenmeditation "Natur tut uns gut"	Neuravensburg	Birgitta Haug	26
So. 25.04.	Große Wanderung "Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	38
So. 25.04.	Wildkräuterwanderung der besonderen Art, rund um das Achberger Schloss, durch das wildromantische Argental	Achberg	Birgitta Haug	28
Mo. 26.04.	Kleine Wanderung "Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	30
Mi. 28.04.	Führung "Kräuterspaziergang im Artemisia-Kräutergarten"	Stiefenhofen	Felicitas Hagen	39
Sa. 01.05.	Wanderung und Kochkurs "Zurück zur Einfachheit"	Eilhofen	Christine Mühler	31
Sa. 01.05.	Wildkräuterführung	Weiler im Allgäu	Kräuterführer/in	40

Termin	Führung	Treffpunkt	Kräuter- experte/in	Seite
Mi. 05.05.	Führung und Workshop "Wildes heimisches Superfood im Frühling"	Hergensweiler	Heidi Prinz	41
Fr. 07.05.	Führung "Mythos und Heilkraft der heimischen Bäume"	Heimenkirch	Leni Weber	42
Fr. 07.05.	Kräuterauftakt im Mai	Bad Wurzach	Sieglinde Walsler-Weber	43
Sa. 08.05.	Geführte Wanderung "Guck mal, was da wächst"	Niederwangen	Liesel Jocham	32
Sa. 08.05.	Führung mit Achtsamkeitsübungen und Pflanzenmeditation "Natur tut uns gut"	Neuravensburg	Birgitta Haug	26
Sa. 08.05.	Führung und Workshop "Heilpflanzenspaziergang – Pflanzen zu Walburgis"	Gestratz	Andrea Schröder	27
So. 09.05.	Wildkräuterwanderung der besonderen Art, rund um das Achberger Schloss, durch das wildromantische Argental	Achberg	Birgitta Haug	28
Mi. 12.05.	Führung "Kräuterspaziergang im Artemisia-Kräutergarten"	Stiefenhofen	Felicitas Hagen	39
Fr. 14.05.	Workshop "Wald-See-Feuer-Baden"	Wangen	Juliane Hörburger und Claudia Hellwig	23
Fr. 14.05.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walsler-Weber	43
So. 16.05.	Wanderung "Die Kräuter der Adelegg"	Isny	Sonja Raiser-Stehr	45
Fr. 21.05.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walsler-Weber	43
Sa. 22.05.	Wanderung und Kochkurs "Zurück zur Einfachheit"	Eilhofen	Christine Mühler	31
Mo. 24.05.	Kleine Wanderung "Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	30
Do. 27.05.	Führung "Kräuterspaziergang im Artemisia-Kräutergarten"	Stiefenhofen	Felicitas Hagen	39

Termin	Führung	Treffpunkt	Kräuter- experte/in	Seite
Fr. 28.05.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	43
Sa. 29.05.	Führung und Workhop "Runenraunen"	Gestratz	Andrea Schröder	46
So. 30.05.	Große Wanderung "Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/ entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	38
So. 30.05.	Führung "Unsere grünen Freunde – Helfer für Gesund- heit und Vitalität"	Lindenberg	Heike und Horst Huber	47
Do. 03.06.	Vortrag "Wir sind Geschöpfe des Waldes"	Isny	Wolf-Dieter Storl	48
Fr. 04.06.	Führung "Wildkräuter und Insektenpflanzen"	Aitrach	Heike Potrykus	37
Fr. 04.06.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	43
Sa. 05.06.	Wanderung und Kochkurs "Zurück zur Einfachheit"	Ellhofen	Christine Mühler	31
Sa. 05.06.	Seminar "Käse, Kräuter, Salz und mehr ..."	Lindau/ Stiefenhofen	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	49
Sa. 05.06.	Wildkräuterführung	Weiler im Allgäu	Kräuterführer/in	40
Sa. 05.06.	Wildkräuter-Kochkurs	Weiler im Allgäu	Christian Pieper	50
Di. 08.06.	Führung und Workshop "Oxymel – wertvolles traditionelles Heilmittel"	Hergensweiler	Heidi Prinz	22
Mi. 09.06.	Führung "Kräuterspaziergang im Artemisia-Kräutergarten"	Stiefenhofen	Felicitas Hagen	39
Fr. 11.06.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	43
Sa. 12.06.	Führung mit Achtsamkeits- übungen und Pflanzenmedita- tion "Natur tut uns gut"	Neuravens- burg	Birgitta Haug	26
So. 13.06.	Wildkräuterwanderung der besonderen Art, rund um das Achberger Schloss, durch das wildromantische Argental	Achberg	Birgitta Haug	28

Termin	Führung	Treffpunkt	Kräuter- experte/in	Seite
Fr. 18.06.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	43
Sa. 19.06.	Workshop "Wald-See-Feuer- Baden"	Wangen	Juliane Hörburger und Claudia Hellwig	23
Sa. 19.06.	Wanderung und Kochkurs "Zurück zur Einfachheit"	Ellhofen	Christine Mühler	31
Sa. 19.06.	Kräuterwanderung "Stille Wasser und wilde Kräuter"	Weiler im Allgäu	Kräuterführer/in	51
So. 20.06.	Wanderung "Die Kräuter der Adelegg"	Isny	Sonja Raiser-Stehr	45
Do. 24.06.	Johannisfeuer	Scheidegg	Scheidegg Tourismus	52
Do. 24.06.	Führung und Workshop "Allgäuer Brauchtum praktisch erfahren"	Hergensweiler	Heidi Prinz	53
Do. 24.06.	Führung "Kräuterspaziergang im Artemisia-Kräutergarten"	Stiefenhofen	Felicitas Hagen	39
Fr. 25.06.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	43
Fr. 25.06.	Führung und Workshop "Zeit der Fülle – Weiterverarbeitung von Kräutern"	Argenbühl	Cordula Brack	54
Sa. 26.06.	Workshop "Pflanzen- bekanntschaffen – Melissen"	Gestratz	Andrea Schröder	55
So. 27.06.	Große Wanderung "Wildpflan- zen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/ entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	38
Mo. 28.06.	Kleine Wanderung "Wildpflan- zen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/ entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	30
Fr. 02.07.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	43
Sa. 03.07.	Seminar "Käse, Kräuter, Salz und mehr ..."	Lindau/ Stiefenhofen	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	49
Sa. 03.07.	Wildkräuterführung	Weiler im Allgäu	Kräuterführer/in	40



Termin	Führung	Treffpunkt	Kräuter- experte/in	Seite
Sa. 03.07.	Wildkräuter-Kochkurs	Weiler im Allgäu	Christian Pieper	50
Fr. 09.07.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	43
Fr. 09.07.	Wanderung und Kochkurs "Wilde Kost am offenen Feuer"	Scheidegg	Christine Giera	56
Di. 13.07.	Führung und Workshop "Wildes heimisches Superfood im Sommer"	Hergensweiler	Heidi Prinz	41
Fr. 16.07.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	43
Fr. 16.07.	Workshop "Wald-See-Feuer-Baden"	Wangen	Juliane Hörburger und Claudia Hellwig	25
Sa. 17.07.	Workshop "Pflanzen-bekanntschafen – Malven"	Gestratz	Andrea Schröder	55
Sa. 17.07.	Kräuterwanderung "Wilde Wasser und wilde Kräuter"	Weiler im Allgäu	Kräuterführer/in	57
So. 18.07.	Wanderung "Die Kräuter der Adelegg"	Isny	Sonja Raiser-Stehr	45
Fr. 23.07.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	43
Fr. 23.07.	Wanderung und Kochkurs "Wilde Kost am offenen Feuer"	Scheidegg	Christine Giera	56
Sa. 24.07.	Führung und Workshop "Sebastian Kneipp: Die fünf Säulen der Gesundheit, davon Kräuter und Wasser"	Gestratz	Andrea Schröder	58
So. 25.07.	Große Wanderung "Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/ entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	38
Mo. 26.07.	Kleine Wanderung "Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/ entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	30
Mi. 28.07.	Führung und Workshop "Heilsame Kräuteranwendungen nach Pfr. Kneipp"	Hergensweiler	Heidi Prinz	34

Termin	Führung	Treffpunkt	Kräuter- experte/in	Seite
Mi. 28.07.	Führung "Kräuterspaziergang im Artemisia-Kräutergarten"	Stiefenhofen	Felicitas Hagen	39
Fr. 30.07.	Ausflug in die Natur	Bad Wurzach	Sieglinde Walser-Weber	43
Mo. 02.08.	Workshop "Wald-See-Feuer-Baden"	Wangen	Juliane Hörburger und Claudia Hellwig	23
Di. 03.08.	Kinderführung "Ene mene kuck mal da, welches Kräutlein wächst denn da?"	Argenbühl	Cordula Brack	59
Mi. 04.08.	Führung "Kräuterspaziergang im Artemisia-Kräutergarten"	Stiefenhofen	Felicitas Hagen	39
Sa. 07.08.	Wildkräuterführung	Weiler im Allgäu	Kräuterführer/in	40
Sa. 07.08.	Wildkräuter-Kochkurs	Weiler im Allgäu	Christian Pieper	50
So. 08.08.	Führung "Unsere grünen Freunde – Helfer für Gesundheit und Vitalität"	Lindenberg	Heike und Horst Huber	47
Fr. 13.08.	Führung und Workshop "Allgäuer Brauchtum praktisch erfahren"	Hergensweiler	Heidi Prinz	53
Fr. 13.08.	Pilze Schnupperwanderung	Lindenberg	Rick Frommknecht	60
Sa. 14.08.	Geführte Wanderung "Guck mal, was da wächst"	Niederwangen	Liesel Jocham	32
Sa. 14.08.	Pilzseminar	Weiler im Allgäu	Rick Frommknecht	61
So. 15.08.	Wanderung "Die Kräuter der Adelegg"	Isny	Sonja Raiser-Stehr	43
Fr. 20.08.	Pilze Schnupperwanderung	Lindenberg	Rick Frommknecht	60
Sa. 21.08.	Workshop "Pflanzen-bekanntschafen – Ziest"	Gestratz	Andrea Schröder	55
Sa. 21.08.	Kräuterwanderung "Wilde Wasser und wilde Kräuter"	Weiler im Allgäu	Kräuterführer/in	57
Do. 26.08.	Führung "Kräuterspaziergang im Artemisia-Kräutergarten"	Stiefenhofen	Felicitas Hagen	39



Termin	Führung	Treffpunkt	Kräuter- experte/in	Seite
Fr. 27.08.	Pilz-Schnupperführung	Weiler im Allgäu	Rick Frommknecht	62
Sa. 28.08.	Führung mit Achtsamkeitsübungen und Pflanzenmeditation "Natur tut uns gut"	Neuravensburg	Birgitta Haug	26
Sa. 28.08.	Wanderung "Alte Baumveteranen – Knorrige Zeithalter"	Oberstaufen	Leni Weber und Sofie Fink	63
So. 29.08.	Große Wanderung "Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	38
So. 29.08.	Wildkräuterwanderung der besonderen Art, rund um das Achberger Schloss, durch das wildromantische Argental	Achberg	Birgitta Haug	28
Mo. 30.08.	Kleine Wanderung "Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	30
Fr. 03.09.	Pilze Schnupperwanderung	Lindenberg	Rick Frommknecht	60
Sa. 04.09.	Wildkräuterführung	Weiler im Allgäu	Kräuterführer/in	40
Sa. 04.09.	Wildkräuter-Kochkurs	Weiler im Allgäu	Christian Pieper	50
Fr. 10.09.	Pilz-Schnupperführung	Weiler im Allgäu	Rick Frommknecht	62
Sa. 11.09.	Seminar "Käse, Kräuter, Salz und mehr ..."	Lindau/ Stiefenhofen	Siegfried Wörner, Petra Moch-Wörner	49
Sa. 11.09.	Workshop "Weise Frauen Wissen – Energie und Botschaft der Pflanzen"	Gestratz	Andrea Schröder	36
Di. 14.09.	Führung und Workshop "Oxymel – wertvolles traditionelles Heilmittel"	Hergensweiler	Heidi Prinz	22
Mi. 15.09.	Führung "Kräuterspaziergang im Artemisia-Kräutergarten"	Stiefenhofen	Felicitas Hagen	39

Termin	Führung	Treffpunkt	Kräuter- experte/in	Seite
Fr. 17.09.	Führung und Workshop "Gesunde Wildfrüchte in Wald und Wiese"	Hergensweiler	Heidi Prinz	41
Fr. 17.09.	Pilze Schnupperwanderung	Lindenberg	Rick Frommknecht	60
Sa. 18.09.	Führung und Workshop "Sebastian Kneipp: Die fünf Säulen der Gesundheit, davon Kräuter und Wasser"	Gestratz	Andrea Schröder	58
Sa. 18.09.	Workshop "Wald-See-Feuer-Baden"	Wangen	Juliane Hörburger und Claudia Hellwig	25
Sa. 18.09.	Geführte Wanderung "Guck mal, was da wächst"	Niederwangen	Liesel Jocham	32
Sa. 18.09.	Kräuterwanderung "Stille Wasser und wilde Kräuter"	Weiler im Allgäu	Kräuterführer/in	51
So. 26.09.	Große Wanderung "Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen/entfernen lernen"	Röthenbach	Marianne Stöckeler	38
Sa. 02.10.	Wildkräuterführung	Weiler im Allgäu	Kräuterführer/in	40
So. 03.10.	Führung und Workshop "In der Wurzel liegt die Kraft"	Amtzell	Josefine Stauber	64
Mo. 11.10.	Führung und Workshop "Oxymel – wertvolles traditionelles Heilmittel"	Hergensweiler	Heidi Prinz	22
Sa. 16.10.	Führung und Workshop "Heilpflanzenspaziergang – Heilpflanzen und Wurzeln des Herbstes"	Gestratz	Andrea Schröder	27
Fr. 22.10.	Führung und Workshop "Heilsame Wurzeln der Wildkräuter"	Argenbühl	Cordula Brack	65
Do. 28.10.	Führung und Workshop "Allgäuer Brauchtum praktisch erfahren"	Hergensweiler	Heidi Prinz	53
Sa. 06.11.	Führung und Workshop "Heilpflanzenspaziergang – Samhain, 7 Hölzer"	Gestratz	Andrea Schröder	27

Oxymel – wertvolles traditionelles Heilmittel

Führung und Workshop
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Heidi Prinz



Fr. 19.03.2021 | 16 Uhr
Frühlingskraft für die ganze Familie

Di. 08.06.2021 | 18 Uhr
Heilsame Blüten und Blätter

Di. 14.09.2021 | 17 Uhr
Gesunde Wildfrüchte in Wald und
Wiese

Mo. 11.10.2021 | 16 Uhr
Traditionelle Wildkräuterapotheke
für den Winter

Beschreibung Oxymel ist eine wirksame Kräutertinktur ohne Alkohol, die sich besonders für Kinder und alkoholabstinente Personen empfiehlt. Ihre Zubereitung ist einfach und kann leicht erlernt werden. Wir erfahren grundsätzliches zur Herstellung, Wirksamkeit und Anwendung. Anschließend werden unterschiedliche Zubereitungen verkostet. Im Workshop stellen wir 2 verschiedene Oxymele her, die mit nach Hause genommen werden können.

Treffpunkt Heidis Kräutergarten
Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler

Strecke/Dauer 3 Stunden

Preis p. P. 19 €

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer 6 bis 18 Personen

Sonstiges bei jeder Witterung
witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk
kleines Taschenmesser oder Schere mitbringen

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

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



Wald-See-Feuer-Baden

Workshop mit Allgäuer
Wildkräuterführerin Juliane
Hörburger und Claudia
Hellwig



Sa. 20.03.2021

Di. 06.04.2021

Fr. 14.05.2021

Sa. 19.06.2021

Fr. 16.07.2021

Mo. 02.08.2021

Fr. 18.09.2021

Beschreibung Eintauchen in die Zeitqualität & Heilkraft der Natur durch Rückverbindung, Pflanzen-Baum-Begegnung, Tiefwurzeln, Feuer, Räuchern, Naturmandala, Wildkräuterbrot.

Treffpunkt 14:30 Uhr
Parkplatz zum Elitzer See
Herzmannserweg, 88239 Wangen

Strecke/Dauer 3,5 Stunden

Preis p. P. 49 €

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer 5 bis 12 Personen

Sonstiges bei jeder Witterung
Badesachen willkommen

Gruppen –

**Anbieter
und Kontakt** Juliane Hörburger
Praftberger Str. 16/2, 88239 Wangen
Claudia Hellwig
Haldenweg 4, 88147 Achberg

Kontakt Juliane Hörburger
Tel. 075 22-9 13 34 94,
juliane-hoerburger@t-online.de

Unsere größten Pflanzen, die Bäume und ihre Heilwirkungen

Geführte Wanderung
mit Pilzsachverständiger
der DGfM und
Volksheilkundler
Rick Frommknecht



Sa. 20.03.2021
So. 21.03.2021
Sa. 27.03.2021
So. 28.03.2021

Beschreibung	Waldführung durch einen sehr artenreichen Wald im Frühjahr mit Einführung in das Ökosystem Wald, Besprechung der Baumarten, Kategorisierung in die einzelnen Baumfamilien und deren Merkmale, Erläuterung der Inhaltsstoffe und Verwendung in der Volksheilkunde unserer Vorfahren. Die Bäume werden meist übersehen in der Kräuterheilkunde. Dennoch sind sie Pflanzen und besitzen fantastische Inhaltsstoffe.
Treffpunkt	09:15 Uhr Bahnhof Röthenbach, 88167 Röthenbach
Strecke / Dauer	2 km / 2 Stunden
Preis p. P.	27 € max. 3 Kinder bis 12 Jahre kostenlos pro Gruppe
Anmeldung	bis spätestens 1 Tag vor Termin
Teilnehmer	5 bis 20 Personen
Sonstiges	bei jeder Witterung festes Schuhwerk
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Rick Frommknecht Höhenweg 6, 88179 Irsengund Tel. 01 51-56 22 80 89 allgaeu-mogli@posteo.de

Pilzzucht im Garten

Workshop mit
Pilzsachverständiger der
DGfM und
Volksheilkundler
Rick Frommknecht



Sa. 20.03.2021
So. 21.03.2021
Sa. 27.03.2021
So. 28.03.2021

Beschreibung	Wir lernen, wie einfach es sein kann unter bestimmten Voraussetzungen, wie einem kleinen schattigen Fleck im Garten, Pilze zu züchten. Es werden 1 m lange Baumstämme mit Pilzmyzel beimpft. Es kann zwischen folgenden Pilzarten ausgewählt werden: Austernpilz, Shitake, Stockschwämmchen, Rosenseitling, Reishi, Pom Pom, Limonenpilz. Pilzsorten nur nach vorheriger Anfrage, nach Wunsch auch mehrere Sorten. Nach geglücktem beimpfen der Stämme kann zwischen 5 und 12 Jahre geerntet werden.
Treffpunkt	12:45 Uhr Bahnhof Röthenbach, 88167 Röthenbach
Strecke / Dauer	ca. 4-5 Stunden
Preis p. P.	117 € inkl. Material max. 3 Kinder bis 12 Jahre kostenlos pro Gruppe
Anmeldung	bis spätestens 3 Wochen vor Termin
Teilnehmer	5 bis 10 Personen
Sonstiges	bei jeder Witterung festes Schuhwerk
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Rick Frommknecht Höhenweg 6, 88179 Irsengund Tel. 01 51-56 22 80 89 allgaeu-mogli@posteo.de

Natur tut uns gut

Führung inkl. Achtsamkeitsübungen und Pflanzenmeditation mit Allgäuer Wildkräuterführerin und Geschichtenerzählerin Birgitta Haug



Sa. 27.03.2021

Sa. 24.04.2021

Sa. 08.05.2021

Sa. 12.06.2021

Sa. 28.08.2021

Beschreibung

Einladung zum Rendezvous mit Huflattich, Waldmeister, Schafgarbe und Co. Die Bäume und Kräuter unserer heimischen Umgebung bieten uns alles was wir brauchen. Ihre große Kraft zu erfahren, Verbundenheit zu erleben und damit die große Heilwirkung zu fühlen, darauf wollen wir uns einlassen. Lassen wir uns verzaubern von der Mythologie, erfahren wir alles über die Signatur und Botanik, tauchen ein in das uralten Wissen unserer Vorfahren. Jeder Termin ist ein Single Date, mit einer Art. Da sich die Pflanzen nicht schon bei Redaktionsschluss zu einem Rendezvous bitten lassen, wird die Art mit der wir uns verabreden, jeweils bei der Anmeldung oder auf Nachfrage kurz vor dem jeweiligen Termin bekannt gegeben.

Treffpunkt

14:00 Uhr
Wanderparkplatz Grub
Fischerweg 13, 88239 Neuravensburg

Strecke/Dauer

2 km/2 Stunden

Preis p. P.

15 €

Anmeldung

bis spätestens 1 Tag vor Termin

Teilnehmer

8 bis 10 Personen

Sonstiges

Sitzunterlage mitbringen

Gruppen

Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter

Birgitta Haug

und Kontakt

Faustin-Mennel-Str. 15, 88239 Wangen
Tel. 01 52-34 58 60 40
birgitta.haug@email.de

Heilpflanzen Spaziergang

Führung und Workshop mit Allgäuer Wildkräuterführerin und Naturheilkundlerin Andrea Schröder



Sa. 27.03.2021

Reinigende Pflanzen zu Ostern

Sa. 08.05.2021
Pflanzen zu WalburgisSa. 16. 10. 2021
Heilpflanzen und Wurzeln des
HerbstesSa. 06. 11. 2021
Samhain, 7 Hölzer

Beschreibung

Entdeckungsspaziergang zwischen Moor, Wiesen und Garten: Heilpflanzen entdecken, erkennen und unterscheiden. Aber auch Ernten und Verarbeiten für Gesundheit und Genuss. Faszination Pflanze, Natur, Biodiversität, Vernetzung von Pflanzen und Tieren (Vögel und Insekten), was sind Nektarpflanzen für die Insekten, was sind Futterpflanzen für die Vögel.

Treffpunkt

15:00 Uhr
Rutzen 57, 88167 Gestratz

Strecke/Dauer

1 km/ca. 2 Stunden

Preis p. P.

10 €

Anmeldung

bis spätestens 1 Tag vor Termin

Teilnehmer

maximal 8 Personen

Sonstiges

bei jeder Witterung
witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk
kinderwagengerecht

Gruppen

Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter

Andrea Schröder

und Kontakt

Rutzen 57, 88167 Gestratz
Tel. 01 70-8 14 43 69
schluesselblume.17@web.de

Wildkräuterwanderung der besonderen Art mit Märchen und Geschichten

Rund um das Achberger
Schloss, durch das wild-
romantische Argental mit
Allgäuer Wildkräuter-
führerin Birgitta Haug



So. 28.03.2021
So. 25.04.2021
So. 09.05.2021
So. 13.06.2021
So. 29.08.2021

Beschreibung	Wanderung durch diese schöne stimmungsvolle Flusslandschaft. Nehmen wir uns Zeit uns auf den Reichtum dieser Landschaft einzulassen. Bäume und Pflanzen erzählen uns Geschichten, offenbaren uns ihre Pracht, ihre Kräfte und ihr verborgenes Wesen. Baumpersönlichkeiten laden uns ein zu träumen, Stimmungen aufzunehmen und können Kraftort für uns sein, um uns für die kommenden Schritte zu stärken.
Treffpunkt	15:00 Uhr Parkplatz beim Schloss Achberg Achberg 2, 88147 Achberg
Strecke/Dauer	2 km/2 Stunden
Preis p. P.	10 €
Anmeldung	bis spätestens 1 Tag vor Termin
Teilnehmer	8 bis 20 Personen
Sonstiges	festes Schuhwerk erforderlich nicht kinderwagen- oder rollstuhlgerecht
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Birgitta Haug Faustin-Mennel-Str. 15, 88239 Wangen Tel. 01 52-34 58 60 40 birgitta.haug@email.de

Grünkraft ist Lebenskraft

Geführte Wanderung
mit Marianne Stöckeler



Do. 01.04.2021

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	festes Schuhwerk
Gruppen	-
Anbieter und Kontakt	Kultur und Tourismus Lindenberg Museumsplatz 1, 88161 Lindenberg Tel. 0 83 81-9 28 43 10 touristinformation@lindenberg.de



Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen / entfernen lernen

Kleine Wanderung
mit Marianne Stöckeler



Mo.05.04.2021
Mo.26.04.2021
Mo.24.05.2021
Mo.28.06.2021
Mo.26.07.2021
Mo.30.08.2021

Beschreibung	Wildpflanzen, kostenlose Ernährung aus der Natur. Was mir schmeckt, tut mir gut. Wir wandern im wunderschönen Allgäu. Nebenbei lernen wir auch die giftigen Kreuzkräuter kennen und wie wir sie entfernen. Viele Gesundheitstipps für uns und unseren Körper erfahren wir bei der Wanderung.
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	festes Schuhwerk
Gruppen	-
Anbieter und Kontakt	Marianne Stöckeler Tobelbachstr. 42, 88167 Röthenbach Tel. 083 84-1734

Zurück zur Einfachheit

Geführte Wanderung und
Kochkurs mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Christine Mühler



Sa. 10.04.2021
Sa. 24.04.2021
Sa. 01.05.2021
Sa. 22.05.2021
Sa. 05.06.2021
Sa. 19.06.2021

Beschreibung	Wir entdecken eine neue Küche unter freiem Himmel. Am Lagerfeuer kochen und backen wir mit unseren wertvollen gesammelten Wildkräutern, die wir im Kräutergarten, im Wald und auf heimischen Wiesen gesammelt, kennen gelernt und schätzen gelernt haben.
Treffpunkt	10:00 Uhr In den Weidäckern 13, 88171 Ellhofen
Strecke / Dauer	ca. 3 km / 4,5 Stunden (1,5 Stunden Wanderung und 3 Stunden Kochen)
Preis p. P.	30 € ab 10 bis 16 Jahre 15 €
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	5 bis 8 Personen
Sonstiges	nur bei trockener Witterung; Für Rollstuhlfahrer oder wenn Kinderwagen dabei sind, kann die Wanderung angepasst werden
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Christine Mühler In den Weidäckern 13, 88171 Ellhofen Tel. 01 71-292 67 88 christine@muehler.de

Guck mal, was da wächst

Geführte Wanderung
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Liesel Jocham



Sa. 10.04.2021
Sa. 08.05.2021
Sa. 14.08.2021
Sa. 18.09.2021



Beschreibung Spannende und lehrreiche Wanderung rund um den Thomashof – wir besuchen viele Kräuter in Wald und Wiese. Zum Abschluss gibt es im Kräuterstüble zum Vesper die „Wilde Wiese Thomashof“ und ein Kräutergetränk.

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

Strecke/Dauer ca. 3 km/2 Stunden

Preis p. P. 10 €

Anmeldung bis spätestens 5 Tage vor Termin

Teilnehmer 10 bis 12 Personen

Sonstiges kinderwagengerecht
festes Schuhwerk erforderlich

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

**Anbieter
und Kontakt** Liesel Jocham
Dr.-Hehle-Weg 32, 88239 Niederwangen
Tel. 075 22-65 82

Kräuterseifen selbst herstellen

Workshop mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Leni Weber



Sa. 10.04.2021

Beschreibung In diesem Seifenworkshop werden alle Kenntnisse vermittelt, um natürliche, pflegende Pflanzenseife 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
Kempter Straße 6, 88178 Heimenkirch

Strecke/Dauer ca. 3 Stunden

Preis p. P. 38 € inkl. Material

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer 8 bis 12 Personen

Sonstiges rollstuhl- und kinderwagengerecht

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage
ab 8 Personen möglich, 35 € pro Person

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



Heilsame Kräuter- anwendungen nach Pfr. Kneipp

Führung und Workshop
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Heidi Prinz



Do. 15.04.2021 | 17 Uhr
Heilsame Wildkräuter des Frühlings

Mi. 28.07.2021 | 18 Uhr
Heilsame Wildkräuter des
Sommers

Beschreibung	Pfarrer Kneipp hat uns fünf Säulen für ein gesundes Leben aufgezeigt. Eine davon sind heimische Kräuter. In diesem Workshop erfahren wir Grundsätzliches aus seiner Lehre und wie wir seine Erfahrungen mit Kräutern in unserem Alltag umsetzen können.
Treffpunkt	Heidis Kräutergarten Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler
Strecke / Dauer	3 Stunden
Preis p. P.	19 €
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	6 bis 20 Personen
Sonstiges	-
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Heidi Prinz Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler Tel. 083 88-98190, heidi@online-prinz.de

Frühjahrsputz im Körper mit Wildkräutern

Führung mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Cordula Brack



Fr. 16.04.2021

Beschreibung	Essbare und heilsame Wildkräuter – ein Geschenk unserer Natur. Wir entdecken die ersten wilden Kräuter in und um meinen Garten herum – zusammen kochen wir eine 9-Kräutersuppe.
Treffpunkt	15:00 Uhr In den Blumenwiesen 24 88260 Argenbühl-Göttlishofen
Strecke / Dauer	ca. 1,5 Stunden
Preis p. P.	10 € Kinder in Begleitung Erwachsener 5 €
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	mindestens 5 Personen
Sonstiges	rollstuhl- und kinderwagengerecht
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Cordula Brack In den Blumenwiesen 24 88260 Argenbühl-Göttlishofen Tel. 0 75 66-9 45 98 80



Weise Frauen Wissen – Energie und Botschaft der Pflanzen

Workshop mit Allgäuer
Wildkräuterführerin und
Naturheilkundlerin Andrea
Schröder



Sa. 17.04.2021

Sa. 11.09.2021

Beschreibung	Pflanzen finden den Weg zu uns. Aber kenne ich sie? Finde ich sie oder muss ich sie suchen? Und wo? Wofür stehen diese Pflanzen und was ist die Botschaft an mich? Durchfährt mich die Erkenntnis wie Feuer oder muss sie noch reifen und verwirrt mich? Den Alltag hinter sich lassen, sich auf Neues, Unbekanntes einlassen, Herz und Intuition zulassen.
Treffpunkt	15:00 Uhr Rutzen 57, 88167 Gestratz
Strecke / Dauer	2 Stunden
Preis p. P.	10 €
Anmeldung	bis spätestens 1 Tag vor Termin
Teilnehmer	maximal 8 Personen
Sonstiges	witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Andrea Schröder Rutzen 57, 88167 Gestratz Tel. 01 70-8 14 43 69

Wildkräuter und Insektenpflanzen

Geführte Wanderung
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin und
Blühbotschafterin Heike
Potrykus



Sa. 24.04.2021 | 10 Uhr

Fr. 04.06.2021 | 18 Uhr

Beschreibung	Bei einer Wanderung lernen Sie unsere einheimischen Wildkräuter und ihre vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten kennen. Es werden die Anwendungen in der Volksheilunde, die Verwendung beim Kochen, die Pflanzen-Mythologie und viele weitere interessante Themen rund um unsere grünen Freunde angesprochen. Auch werden Sie einen Blick auf die Welt der Insekten werfen und Tipps erhalten was jeder Einzelne tun kann, damit sich diese im Garten wieder wohlfühlen. Vielleicht sehen Sie nach dieser Führung die „Unkräuter in Ihrem Garten mit anderen Augen.“
Treffpunkt	Rathaus Aitrach Schwalweg 10, 88319 Aitrach
Strecke / Dauer	2 Stunden
Preis p. P.	10 €
Anmeldung	bis spätestens 1 Tag vor Termin
Teilnehmer	3 bis 9 Personen
Sonstiges	bei jeder Witterung witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk Auf Wunsch rollstuhl- und kinderwagengerecht
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Heike Potrykus Oberau 1, 88740 Buxheim Tel. 083 31-960 54 44 heike.potrykus@gmx.net



Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen / entfernen lernen

Große Wanderung
mit Marianne Stöckeler



So. 25.04.2021
So. 30.05.2021
So. 27.06.2021
So. 25.07.2021
So. 29.08.2021
So. 26.09.2021

Beschreibung	Wildpflanzen, kostenlose Ernährung der Natur. Was mir schmeckt, tut mir gut. Wir wandern im wunderschönen Allgäu. Nebenbei lernen wir auch die giftigen Kreuzkräuter kennen und wie wir sie entfernen. Viele Gesundheitstipps für uns und unseren Körper erfahren wir bei der Wanderung.
Treffpunkt	10:00 Uhr Rathaus Röthenbach Mühlenstr. 1, 88167 Röthenbach
Strecke / Dauer	ca. 3 km / ca. 3 bis 5 Stunden je nach Witterung
Preis p. P.	freiwillige Spende
Anmeldung	nicht erforderlich
Teilnehmer	keine Begrenzung
Sonstiges	festes Schuhwerk
Gruppen	-
Anbieter und Kontakt	Marianne Stöckeler Tobelbachstr. 42, 88167 Röthenbach Tel. 083 84-17 34

Kräuterspaziergang im Artemisia-Garten

Führung mit Gärtnerin
und Blühbotschafterin
Felicitas Hagen



Mi. 28.04.2021 | 15 Uhr
Mi. 12.05.2021 | 16 Uhr
Do. 27.05.2021 | 15 Uhr
Mi. 09.06.2021 | 17 Uhr
Do. 24.06.2021 | 15 Uhr
Mi. 28.07.2021 | 15 Uhr
Mi. 04.08.2021 | 16 Uhr
Do. 26.08.2021 | 15 Uhr
Mi. 15.09.2021 | 15 Uhr

Beschreibung	Der Artemisiagarten heißt uns mit seiner Vielfalt an Lebensräumen und der Fülle von wildwachsenden und kultivierten Kräutern stets willkommen. Ich möchte Türen in die Kräuterwelt öffnen und Kenntnisse über Namen, Merkmale, Verwendungsmöglichkeiten, Kultur, Ernte, Trocknung u.a. teilen. Wir erhalten Einblicke in die Beziehungen von Kräutern und Insekten und Tipps, wie wir ihnen Lebensraum bieten können.
Treffpunkt	Parkplatz Artemisia Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen
Strecke / Dauer	1,5 bis 2 Stunden
Preis p. P.	9 €; Kinder frei oder ermäßigt
Anmeldung	bis spätestens 12 Uhr am Veranstaltungstag
Teilnehmer	keine Begrenzung
Sonstiges	bei jeder Witterung, witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk, kinderwagengerecht
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter	Artemisia Allgäuer Kräutergarten Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen
Kontakt	Felicitas Hagen Tel. 083 84-82 17 18, f.hagen@posteo.de

Wildkräuterführung

Geführte Wanderung
mit Allgäuer
Wildkräuterführern



Sa.01.05.2021
Sa.05.06.2021
Sa.03.07.2021
Sa.07.08.2021
Sa.04.09.2021
Sa.02.10.2021

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 im Allgäu
Strecke/Dauer	ca. 3 km/ca. 1,5 Stunden
Preis p. P.	10 €
Anmeldung	bis spätestens 12 Uhr am Freitag vor Termin
Teilnehmer	5 bis 20 Personen
Sonstiges	festes Schuhwerk
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Tourist-Information Weiler-Simmerberg Hauptstraße 14, 88171 Weiler im Allgäu Tel. 083 87-39150 info@weiler-simmerberg.de

Superfood aus dem Kräutergarten

Führung und Workshop
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Heidi Prinz



Mi.05.05.2021 | 17 Uhr
Wildes heimisches Superfood im
Frühling
Di.13.07.2021 | 18 Uhr
Wildes heimisches Superfood im
Sommer
Fr.17.09.2021 | 17 Uhr
Gesunde Wildfrüchte in Wald und
Wiese

Beschreibung	Bei den Wildkräuterführungen entdecken wir die Schätze der Natur vor unseren Füßen, lernen sie zu erkennen und erfahren, womit sie uns beschenken wollen, wenn wir sie in unser Leben herein lassen. Wir sammeln Wildkräuter passend zur Jahreszeit und stellen miteinander etwas Schmackhaftes her, das gemeinsam vor Ort verzehrt wird.
Treffpunkt	Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler
Strecke/Dauer	max. 2 km, 2,5 bis 3 Stunden
Preis p. P.	19 € inkl. Kräuterführung, Zubereitung und Verkostung Kinder ab 6 Jahre in Begleitung Erwachsener 8 €
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	6 bis 20 Personen
Sonstiges	bei jeder Witterung witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk kleines Taschenmesser oder Schere mitbringen
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage ab 6 Personen möglich, Preis ab 180 €
Anbieter und Kontakt	Heidi Prinz Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler Tel. 083 88-98190, heidi@online-prinz.de





Mythos und Heilkraft von heimischen Bäumen

Workshop Wanderung mit
Allgäuer
Wildkräuterführerin
Leni Weber



Fr.07.05.2021

Beschreibung Für unsere Vorfahren waren Bäume mächtige Zauberwesen, bewohnt von Geistern und Waldfeen. Als Schutzbaum und Wächter wurden sie am Hof und Dorfplatz gepflanzt. Wir entdecken die knorrige Eiche, die gesellige Rosskastanie, die sanfte Linde und andere. Sie werden seit Jahrhunderten von uns Menschen für Gesundheit und Wohlbefinden genutzt. Gemeinsam stellen wir eine Baumkostbarkeit her.

Treffpunkt 14:00 Uhr
Geigersthal 21, 88178 Heimenkirch

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

Preis p. P. 25 €

Anmeldung bis spätestens 1 Tag vor Termin

Teilnehmer 6 bis 15 Personen

Sonstiges festes Schuhwerk
Schraubdeckelglas mit Deckel mitbringen

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter Leni Weber

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

Ausflug in die Natur

Geführte Wanderung
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Sieglinde Walser-Weber



Fr. 14.05.2021
Kräuterauftakt im Mai
Weitere Termine:
jeden Freitag im Mai, Juni, Juli

Beschreibung Entdecken, staunen und erkennen was uns die Natur so bietet. Das erleben wir bei einer geführten Wanderung, wo wir die Pflanzen und Kräuter mit allen Sinnen erleben können. Wozu die einzelnen Kräutlein sind und was wir aus ihnen herstellen können, erfahren wir an diesem Tag.
Anschließend dürft ihr euch bei einem Kräutermärchen zurücklehnen und ein Kräutergetränk (alkoholfrei, im Preis inbegriffen) genießen.

Treffpunkt 14:45 Uhr
Am Bach 3, 88410 Bad Wurzach/Eintürnen

Strecke/Dauer ca. 1 bis 2 km/ca. 1,5 bis. 2 Stunden

Preis p. P. 13 €; Kinder bis 10 Jahren frei

Anmeldung nicht erforderlich

Teilnehmer 5 bis 20 Personen

Sonstiges nur bei trockener Witterung, evtl. ein Getränk für unterwegs mitbringen

Gruppen -

Anbieter Bad Wurzach Info
Maria Rosengarten 1, 88410 Bad Wurzach

Kontakt Sieglinde Walser-Weber
Tel. 075 27-95 44 11



Die Kräuter der Adelegg

Geführte Wanderung
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Sonja Raiser-Stehr



So. 16.05.2021
So. 20.06.2021
So. 18.07.2021
So. 15.08.2021

Beschreibung	In der rauen und gesunden Umgebung der Adelegg entfalten je nach Jahreszeit viele Wildkräuter eine ungeahnte Pracht: ihre Farben, ihren Duft, ihre Kräfte und ihr verborgenes Wesen. Unsere Kräuterfachfrau gibt nicht nur Tipps zur schmackhaften Verwendung der heimischen Wildkräuter in der Küche z.B. für Aufstriche, Suppen oder Tee, sondern erklärt auch deren Wirkung als Heilmittel. So hilft z.B. Spitzwegerich bei Insektenstichen. Die Wanderung führt durch das Kreuzthal zu den schönsten Wildkräuterplätzen.
Treffpunkt	10:00 Uhr Blockwiesen Wanderparkplatz Ulmer Tal (zwischen Schmidfelden und Eisenbach)
Strecke / Dauer	ca. 2 bis 3 km / ca. 2 Stunden
Preis p. P.	9 € mit Allgäu-Waisler-Card oder Kurkarte Isny 7 €
Anmeldung	bis spätestens 1 Tag vor Termin bis 11 Uhr
Teilnehmer	mindestens 6 Personen
Sonstiges	witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage.
Anbieter und Kontakt	Isny Marketing GmbH Marktplatz 2, 88316 Isny im Allgäu Tel. 075 62-99990 50, info@isny-marketing.de

Runen raunen

Führung und Workshop
mit Allgäuer Wildkräuter-
führerin und Naturheil-
kundlerin Andrea Schröder



Sa. 29.05.2021

Beschreibung Wir wollen einen Runensatz des Älteren Futhark herstellen, jeder bringt dazu einen Ast eines Baumes oder Strauches mit, der ihr/ihm dafür richtig erscheint.
Aber wofür steht der Baum, welche Signatur trägt er und welche Mitteilung sendet er uns? Was senden uns die Runen?
Es verspricht ein spannender Nachmittag zu werden mit ganz neuen Einsichten in eine ganz andere Welt, die doch die unsere ist.

Treffpunkt 15:00 Uhr
Rutzen 57, 88167 Gestratz

Strecke/Dauer 2 Stunden

Preis p. P. 10 €

Anmeldung bis spätestens 1 Tag vor Termin

Teilnehmer maximal 8 Personen

Sonstiges witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk, Astschere, Taschenmesser zum Schnitzen, Holzfeile und Lieblingsstift oder Kugelschreiber mitbringen

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter und Kontakt Andrea Schröder
Rutzen 57, 88167 Gestratz
Tel. 01 70-8 14 43 69
schluesselblume.17@web.de

Unsere grünen Freunde – Helfer für Gesundheit und Vitalität

Führung mit Allgäuer
Wildkräuterführern
Heike und Horst Huber



So.30.05.2021

So.08.08.2021

Beschreibung Bei einer kleinen Wanderung lernen wir Pflanzen kennen, die uns das ganze Jahr begleiten und ihre Heilkräfte doch oft unterschätzt werden.

Treffpunkt 10:00 Uhr
Parkplatz Waldsee in Lindenberg
(oberer Parkplatz)

Strecke/Dauer ca. 2 km / 1,5 Stunden

Preis p. P. 8 €

Anmeldung bis spätestens 1 Tag vor Termin

Teilnehmer mindestens 5 Personen

Sonstiges bei jeder Witterung;
witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich.

Anbieter und Kontakt Kultur und Tourismus Lindenberg
Museumsplatz 1, 88161 Lindenberg
Tel. 0 83 81-9 28 43 10
touristinformation@lindenberg.de



Wir sind Geschöpfe des Waldes

Vortrag mit
Wolf-Dieter Storl



Do.03.06.2021

Beschreibung	Der Wald ist eine Heimat der Seele. Warum wir untrennbar mit Bäumen verbunden sind. In diesem Vortrag geht es nicht um die Botanik unserer einheimischen Flora im Wald oder pharmakologische Wirkstoffe, sondern vielmehr um kulturanthropologische Einblicke in die Tiefen des Waldes sowie die Mythen, Heilkunde, Bilder und Symbole der europäischen Waldvölker. 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 i. A.
Strecke / Dauer	2 Stunden inkl. Pause (ca. 20 Minuten)
Preis p. P.	20 € Schüler, Studenten und Schwerbehinderte 18 €
Anmeldung	Karten erhältlich im Vorverkauf bei der Isny Marketing GmbH
Teilnehmer	-
Sonstiges	rollstuhl- und kinderwagengerecht
Gruppen	-
Anbieter und Kontakt	Isny Marketing GmbH Marktplatz 2, 88316 Isny im Allgäu Tel. 0 75 62-999 90 50 info@isny-marketing.de

Käse, Kräuter, Salz und mehr ...

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



Sa.05.06.2021
Sa.03.07.2021
Sa.11.09.2021

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



Wildkräuter-Kochkurs

Kochkurs mit
Christian Pieper



Sa.05.06.2021
Sa.03.07.2021
Sa.07.08.2021
Sa.04.09.2021

Beschreibung Im Anschluss an die Wildkräuterführungen findet ein Kochkurs im Gasthof Post in Weiler statt. Hier wird das Wissen der Wildkräuterführung (S. 38) aufgegriffen und in leckeren Rezepten umgesetzt. In der Gasthofküche vermittelt Ihnen Christian Pieper, Chefkoch des Hauses, interessante Ansätze zur kulinarischen Verwendung von Wildkräutern sowie anderen saisonalen Produkten und bereitet mit Ihnen ein Menü zu, welches im Anschluss verkostet wird.

Treffpunkt 12:00 Uhr
Gasthof Post
Fridolin-Holzer-Straße 4, 88171 Weiler im Allgäu

Strecke / Dauer ca. 3 Stunden

Preis p. P. 50 €

Anmeldung bis spätestens Mittwoch vor Termin

Teilnehmer 5 bis 8 Personen

Sonstiges –

Gruppen –

Anbieter Gasthof zur Post
Fridolin-Holzer Straße 4, 88171 Weiler im Allgäu

Kontakt Tourist-Information Weiler-Simmerberg
Tel. 083 87-391 50
info@weiler-simmerberg.de

Stille Wasser und wilde Kräuter

Geführte Wanderung
mit Allgäuer
Wildkräuterführern



Sa. 19.06.2021
Sa. 18.09.2021

Beschreibung Wir laufen im beschaulichen Rothachtal in Richtung Siebers und lernen die heimischen Wildkräuter am Wegesrand kennen. An der Siebersquelle besuchen wir das Quellenhaus und können direkt das Mineralwasser einer der ältesten Mineralquellen des Allgäus trinken. Je nach Wetterlage werden auch Kräuterprodukte verkostet oder geräuchert.

Treffpunkt 10:00 Uhr
Vor dem Rathaus
Kirchplatz 1, 88171 Weiler im Allgäu

Strecke / Dauer ca. 8 km / ca. 3 Stunden

Preis p. P. 15 €

Anmeldung bis spätestens Freitag vor Termin bis 12 Uhr

Teilnehmer 5 bis 20 Personen

Sonstiges festes Schuhwerk

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter und Kontakt Tourist-Information Weiler-Simmerberg
Hauptstraße 14, 88171 Weiler im Allgäu
Tel. 083 87-391 50
info@weiler-simmerberg.de





Allgäuer Brauchtum praktisch erfahren

Führung und Workshop
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Heidi Prinz



Do. 24. 06. 2021 | 18 Uhr
Johanniskräuter – die Sonnenkraft
feiern

Fr. 13. 08. 2021 | 18 Uhr
Kräuterboschen, die Hausapotheke
unserer Vorfahren

Do. 28. 10. 2021 | 15 Uhr
Räuchern im Jahreskreis

Johannisfeuer

Brauchtumsfest
in Scheidegg



Do. 24. 06. 2021

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 81-894 2233, info@scheidegg.de

Beschreibung	Unsere Vorfahren waren sehr stark mit der Natur und deren Gewalten verbunden. Deshalb entstanden über die Jahrhunderte unterschiedliche Rituale und Feste, welche die Verbindung mit den Naturwesen und den Verlauf der Jahreszeiten bekräftigten. Heute sehnen sich viele Menschen wieder nach mehr Naturverbundenheit und Erdung, wodurch unser Brauchtum wieder mehr Bedeutung bekommt.
---------------------	--

Treffpunkt	Heidis Kräutergarten Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler
Strecke/Dauer	3 Stunden
Preis p. P.	19 €
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	6 bis 20 Personen
Sonstiges	–
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Heidi Prinz Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler Tel. 083 88-98190, heidi@online-prinz.de

Zeit der Fülle

Führung und Workshop
mit Allgäuer Wildkräuter-
führerin Cordula Brack



Fr. 25.06.2021

Beschreibung Ab der Sommersonnwende beginnt die Zeit der Fülle. Zusammen ernten wir Wildkräuter und verarbeiten sie weiter. Salben, Oxydel, Tinktur, Öle, Tee – wir schauen uns viele Möglichkeiten an und jeder Teilnehmer stellt seine Produkte selbst her. Ein Workshop bei dem viel Kräuterwissen vermittelt wird – theoretisch und praktisch.

Treffpunkt 15:00 Uhr
In den Blumenwiesen 24
88260 Argenbühl-Göttlishofen

Strecke/Dauer 2 Stunden

Preis p. P. 15 € + 5 € Material

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer 5 bis 12 Personen

Sonstiges rollstuhl- und kinderwagengerecht

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich.

Anbieter und Kontakt Cordula Brack
In den Blumenwiesen 24
88260 Argenbühl-Göttlishofen
Tel. 075 66-9 4598 80

Pflanzenbekenntschaften

Workshop mit Allgäuer
Wildkräuterführerin und
Naturheilkundlerin Andrea
Schröder



Sa. 26.06.2021
Melissen

Sa. 17.07.2021
Malven

Sa. 21.08.2021
Ziest

Beschreibung Es gibt so viele interessante Pflanzen, über die es so viel zu erzählen und zu erleben gibt. Pflanzen, deren Brüder und Schwestern so gleich und so unterschiedlich sind. Pflanzen mit besonderer Charme und Anziehungskraft. Pflanzen, denen ich einen ganzen Nachmittag widmen möchte. In den Terminen stehen nur einige davon. Wollt ihr mehr?

Treffpunkt 15:00 Uhr
Rutzen 57, 88167 Gestratz

Strecke/Dauer 2 Stunden

Preis p. P. 10 €

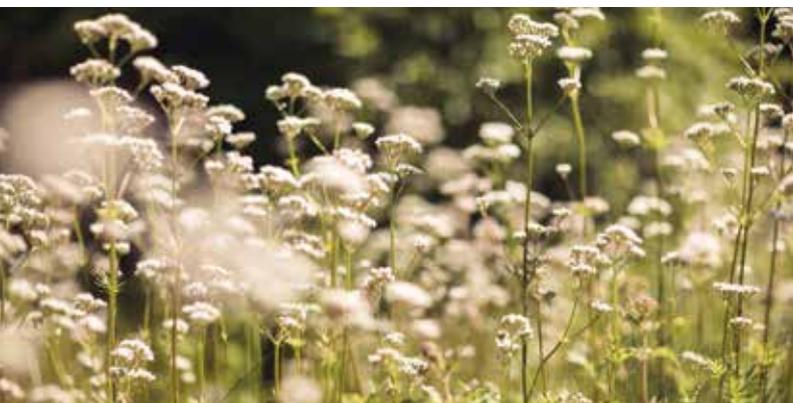
Anmeldung bis spätestens 1 Tag vor Termin

Teilnehmer maximal 8 Personen

Sonstiges witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter und Kontakt Andrea Schröder
Rutzen 57, 88167 Gestratz
Tel. 01 70-8 1443 69
schluesselblume.17@web.de



Wilde Kost am offenen Feuer

Wildkräuterwanderung
und Kochen am Feuer
mit Christine Giera



Fr.09.07.2021

Fr.23.07.2021



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

Wilde Wasser und wilde Kräuter

Geführte Wanderung
mit Allgäuer
Wildkräuterführern



Sa.17.07.2021

Sa.21.08.2021

Beschreibung Wir wandern durch die Hausbachklamm und entdecken die Vielfalt der Natur und der heimischen Wildkräuter. Am Grillplatz können bei einer kleinen Pause Wildkräuterprodukte verkostet werden. Über den Krähenberg und das Postwäldle geht es dann zurück nach Weiler im Allgäu.

Treffpunkt 10:00 Uhr
Vor dem Rathaus
Kirchplatz 1, 88171 Weiler im Allgäu

Strecke / Dauer ca. 7 km / ca. 3 Stunden

Preis p. P. 15 €

Anmeldung bis spätestens Freitag vor Termin bis 12 Uhr

Teilnehmer 5 bis 20 Personen

Sonstiges festes Schuhwerk

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter und Kontakt Tourist-Information Weiler-Simmerberg
Hauptstraße 14, 88171 Weiler im Allgäu
Tel. 083 87-391 50
info@weiler-simmerberg.de



Sebastian Kneipp – die fünf Säulen der Gesundheit, davon Kräuter und Wasser

Workshop mit Allgäuer Wildkräuterführerin und Naturheilkundlerin Andrea Schröder



Sa. 24.07.2021

Sa. 18.09.2021

Beschreibung

Wer kennt ihn nicht, den Priester aus dem Unterallgäu, Sebastian Kneipp. Vor 200 Jahren geboren und aktuell wie eh und jeh. Gemäß seinem Motto „Gegen jede Krankheit ist ein Krütlein gewachsen“ wollen wir auf seine Philosophie der heilenden Pflanzenwelt eingehen. Die Praxis der Wasseranwendungen, die ihm selbst wahrscheinlich das Leben rettete, wollen wir ausprobieren und erfahren, worauf es dabei zu achten gilt. Viel Wissenswertes, aber auch der Spaß wird nicht zu kurz kommen.

Treffpunkt

15:00 Uhr
Rutzen 57, 88167 Gestratz

Strecke/Dauer

2 Stunden

Preis p. P.

10 €

Anmeldung

bis spätestens 1 Tag vor Termin

Teilnehmer

maximal 8 Personen

Sonstiges

witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk, kinderwagengerecht, Handtuch mitbringen und evtl. Wasserschuhe oder Flipflops

Gruppen

Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter

Andrea Schröder

und Kontakt

Rutzen 57, 88167 Gestratz
Tel. 01 70-8 14 43 69
schlüsselblume.17@web.de



Ene mene kuck mal da, welches Krütlein wächst denn da?

Kinder-Kräuterführung mit Allgäuer Wildkräuterführerin und Kräutersammlerin Cordula Brack



Di. 03.08.2021

Beschreibung

Heute entdecken die Kleinen unsere wunderbaren grünen Pflanzenfreunde und können danach so manchem Erwachsenen Erstaunliches berichten. Für Kinder ab 6 Jahren.

Treffpunkt

15:00 Uhr
In den Blumenwiesen 24
88260 Argenbühl-Göttlishofen

Strecke/Dauer

ca. 1,5 Stunden

Preis p. P.

8 € für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren

Anmeldung

bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer

mindestens 5 Personen

Sonstiges

rollstuhl- und kinderwagengerecht

Gruppen

Wunschtermin auf Anfrage möglich.

Anbieter

Cordula Brack

und Kontakt

In den Blumenwiesen 24
88260 Argenbühl-Göttlishofen
Tel. 0 75 66-9 45 98 80

Pilze Schnupper- wanderung

Seminar mit
Pilzsachverständiger der
DGfM und Kräuterheiler
Rick Frommknecht



Fr. 13.08.2021
Fr. 20.08.2021
Fr. 03.09.2021
Fr. 17.09.2021

Beschreibung	In einer dreistündigen Wanderung wird ein kleiner Einblick in das hochkomplexe Reich der Pilze vermittelt.
Treffpunkt	17:00 Uhr Parkplatz Waldsee in Lindenberg (oberer Parkplatz)
Strecke / Dauer	2 km / 2,5 Stunden
Preis p. P.	36 € max. 3 Kinder bis 12 Jahre kostenlos pro Gruppe
Anmeldung	bis spätestens zum Seminartag
Teilnehmer	10 bis 20 Personen
Sonstiges	bei jeder Witterung Pilzkorb und Pilzmesser mitbringen
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Rick Frommknecht Höhenweg 6, 88179 Irsengund Tel. 01 51-5622 8089 allgaeu-mogli@posteo.de

Pilzseminar

Seminar mit Pilzsachver-
ständiger der DGfM und
Kräuterheiler
Rick Frommknecht



Sa. 14.08.2021

Beschreibung	Das Pilzseminar bringt Ihnen die heimische Welt der Pilze näher – ob Speise- oder Giftpilz. Nach einer Kennenlernrunde auf dem Kirchplatz in Weiler im Allgäu, geht es in Fahrgemeinschaften zu vielversprechenden Pilzrevieren in der Umgebung. Hier werden die Pilze gesammelt und anschließend am Seminarplatz kategorisiert und teilweise verarbeitet.
Treffpunkt	09:00 Uhr Vor dem Rathaus Kirchplatz 1, 88171 Weiler im Allgäu
Strecke / Dauer	ca. 4 bis 5 km / ca. 9 Stunden
Preis p. P.	72 € inkl. Verpflegung max. 3 Kinder bis 12 Jahre kostenlos pro Gruppe
Anmeldung	bis spätestens 13.08.2021, 12:00 Uhr bei der Tourist-Information Weiler-Simmerberg
Teilnehmer	5 bis 10 Personen
Sonstiges	festes Schuhwerk
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter	Rick Frommknecht Höhenweg 6, 88179 Irsengund
Kontakt	Tourist-Information Weiler-Simmerberg Tel. 083 87-391 50 info@weiler-simmerberg.de





Alte Baumveteranen – Knorrige Zeithüter

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



Sa. 28.08.2021

Pilz-Schnupperführung

Führung mit Pilzsachver-
ständiger der DGfM und
Kräuterheiler
Rick Frommknecht



Fr. 27.08.2021

Fr. 10.09.2021

Beschreibung	Bei der Pilz-Schnupperführung im Trogener Moor lernen wir unsere heimischen Pilze kennen. Eine ganz besondere Art, sich dem Thema Pilze zu nähern. Vom Treffpunkt aus geht es in Fahrgemeinschaften ins Trogener Moor.
Treffpunkt	17:00 Uhr Vor dem Rathaus Kirchplatz 1, 88171 Weiler im Allgäu
Strecke/Dauer	ca. 4 bis 5 km/ca. 2,5 Stunden
Preis p. P.	15 €
Anmeldung	bis spätestens Donnerstag vor Termin, 12 Uhr bei der Tourist-Information Weiler-Simmerberg
Teilnehmer	5 bis 20 Personen
Sonstiges	festes Schuhwerk
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Tourist-Information Weiler-Simmerberg Hauptstraße 14, 88171 Weiler im Allgäu Tel. 08387-391 50 info@weiler-simmerberg.de

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 erzählen wir vom Mythos und der Heilkraft dieser Baumveteranen und hören Geschichten dazu.
Treffpunkt	13:30 Uhr Parkplatz der Hochgratbahn in Oberstaufen, Steibis, am Eingang zur Bahn
Strecke/Dauer	7,33 km/ca. 4 Stunden
Preis p. P.	23 €
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	mindestens 6 Personen
Sonstiges	nur bei trockener Witterung festes Schuhwerk (Bergschuhe) dringend empfohlen
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Leni Weber und Sofie Fink Geigersthal 21, 88178 Heimenkirch Tel. 08381-67 12 plweber@t-online.de



In der Wurzel liegt die Kraft

Workshop mit Allgäuer Wildkräuterführerin Josefine Stauber



So.03.10.2021

Beschreibung	Im Herbst ziehen sich die Pflanzenkräfte in die Wurzel zurück. Jetzt ist die perfekte Zeit zum Graben. Wir gehen auf Schatzsuche und graben individuell nach persönlichen Bedürfnissen mit anschließender Beuteverteilung.
Treffpunkt	13:30 Uhr Hof Lubach, Lubach 1, 88279 Amtzell
Strecke / Dauer	ca. 2 km / 2 bis 2,5 Stunden
Preis p. P.	20 €
Anmeldung	bis spätestens 1 Tag vor Termin
Teilnehmer	maximal 7 Personen
Sonstiges	festes Schuhwerk kleines Glas mit Deckel mitbringen
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage
Anbieter und Kontakt	Josefine Stauber Lubach 1, 88279 Amtzell Tel. 0 75 06-2 47

Heilsame Wurzeln der Wildkräuter

Führung und Workshop mit Allgäuer Wildkräuterführerin und Kräutersammlerin Cordula Brack



Fr.22.10.2021

Beschreibung	Ab der Herbst-Tag/Nachtgleiche beginnt die Zeit des Wurzelgrabens. Wir verarbeiten unser Sammelgut zu Salben, Tinkturen und Oxymel. Jeder Teilnehmer stellt sich seine eigenen Heilmittel her.
Treffpunkt	15:00 Uhr In den Blumenwiesen 24, 88260 Argenbühl-Göttlishofen
Strecke / Dauer	1,5 Stunden
Preis p. P.	12 € + 5 € Material
Anmeldung	bis spätestens 2 Tage vor Termin
Teilnehmer	5 bis 12 Personen
Sonstiges	rollstuhl- und kinderwagengerecht
Gruppen	Wunschtermin auf Anfrage möglich
Anbieter und Kontakt	Cordula Brack In den Blumenwiesen 24 88260 Argenbühl-Göttlishofen Tel. 0 75 66-9 45 98 80



Weitere Kräuter- experten und Seminare

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 uraltem 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 uraltem 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



Weitere Informationen unter:
www.allgaeuer-kraeuterland.de

Lindenberger Kräuterwochen – kulinarischer Genuss

Termin: 19.03. bis 03.04.2021

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 01. April eine Wildkräuterführung am Waldsee mit der Wildkräuterführerin Marianne Stöckeler (siehe S. 27).

Teilnehmende Betriebe:

Hotel Lindenberger Hof
www.lindenbergerhof.de

Gasthof Bayerischer Hof
www.bayerischer-hof.info

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

Dunkelzelt cube noir – Ein Fest für alle Sinne

Wilde Pflanzen mit allen Sinnen wahrnehmen, am Jakobsweg und im schönen Dunkelzelt

Wir begrüßen uns in unserem schönen, naturnahen Garten direkt am Jakobsweg in Weitnau-Rechtis. Jeder sucht sich zuerst eine „wilde Pflanze“ und nimmt sie umfassend wahr, d.h. schauend, lauschend, zeichnend oder schreibend. Es entsteht eine stille und achtsame Verbindung mit dem Wesen der jeweiligen Pflanze und ihrem unmittelbaren Umfeld. Ich lade euch anschließend in die absolute Dunkelheit meines aus Stoffen, Bienenwachs, Kräutern und Allgäuer Allerlei erbautem Dunkelzelt! Neben dem reinen Schmecken der Kräuter, Samen oder Beeren (je nach Jahreszeit), werden alle Sinne auf sanfte Art geöffnet. Alltägliches, wohl Bekanntes, wird aus einer gänzlich neuen Perspektive wahrgenommen und wieder bewusst wertgeschätzt: „Mit allen Sinnen – Weniger ist mehr – wildes Leben wieder schätzen!“

Nur als Gruppe mit 5 bis 8 Personen buchbar.

Kraftquelle intensiv ab 14 Jahren

40 € pro Person inkl. Material und Vesper im Dunkeln
Dauer ca. 3,5 Stunden

Kraftquelle für Familien ab 7 Jahren

25 € pro Person inkl. Material und Vesper im Dunkeln
Dauer ca. 2 Stunden



Kultur und Tourismus Lindenberg
Museumsplatz 1, 88161 Lindenberg
Tel. 0 83 81-9 28 43 10
touristinformation@lindenberg.de
www.lindenberg.de



Info und Anmeldung beim Anbieter:
Régine Goueffon
Vorholz 4, 88167 Maierhöfen
Tel. 01 51-29 10 97 49
pcc@goueffon.com



Wildkräuter Seminar

Seminar und Kochkurs mit Dipl. Biologe und Natur- und Waldpädagoge Rainer Schall

Von den zahllosen Wildkräutern werden wir uns die wichtigsten Arten suchen und damit kochen und experimentieren. Es ist immer wieder eine elementare Erfahrung, wenn wir uns die Nahrung direkt aus der Natur nehmen und damit leckere Gerichte kochen können. Neben dem Bestimmen der Wildkräuter werden wir auch die wichtigsten Heilkräuter kennenlernen.

Termin: 19.06. bis 20.06.2021

Beginn	10:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Wo	Parkplatz rechts der Kirche, 88319 Treherz/Aitrach, bei Memmingen
Sonstiges	Festes Schuhwerk erforderlich

150 € pro Person

8 bis 20 Teilnehmer

Anmeldung bis spätestens 01.06.2021



Rainer Schall
Schlossbergweg 35, 88299 Leutkirch im Allgäu
info@outdoor-workshop.de



Kräuter- pauschalen

Möchten Sie spannende Wildkräuterwanderungen erleben, abends ein schmackhaftes Kräutermenü genießen oder sich einmal bewusst fast ausschließlich von Kräutern ernähren? Bei folgenden Pauschalen dreht sich alles um die „grüne Kraft“!



Kräuter Basenfasten im Natur-Landhaus 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 × Rückenmassage á 30 Minuten
- ◇ 2 × Basenfußbad zum Entschlacken
- ◇ Leberwickel zum Ruhen auf dem Zimmer
- ◇ 2 × geführte Wanderung
- ◇ Aktivprogramm
- ◇ Einblick in die Küche inkl. Kochtipps
- ◇ Booklet „Mein basenfasten Tagebuch“
- ◇ Sauna- und Wellness-Landschaft mit Panorama-LoungePool, Ruheraum und Wellnessgarten

Termine/Preise 2020

EZ 5 Tage ab 794,50 € / 7 Tage ab 936,50 €
DZ pro Person 5 Tage ab 814,50 €

Kräutererlebnisse im Natur-Landhaus Krone

Leistungen

- ◇ 2 Übernachtungen im neuen komfortablen Heilkräuterzimmer des Biohotels Natur-Landhaus Krone
- ◇ 2 × Frühstücksbuffet mit regionalen Produkten
- ◇ 2 × Allgäuer Kräuter-Wahlmenü in vier Gängen mit Heumilch Käsebuffet mit eigener Senf- und Chutneyauswahl
- ◇ 2 × hausgemachtes Kuchenbuffet
- ◇ Freie Nutzung von Panorama-LoungePool, Wellnessbereich, Tennisplätzen und Wellnessgarten

Termine/Preise 2020

Ganzjährig buchbar von Montag bis Freitag

EZ 199 €

DZ für 2 Personen 398 €



Info, Buchung und weitere Angebote beim Anbieter:
 Biohotel Natur-Landhaus Krone
 Sandra und Frank Übelhör
 Kirchweg 2, 88167 Maierhöfen
 Tel. 083 83-2 54, info@naturlandhaus-krone.de
www.naturlandhaus-krone.de



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 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.





Gartenschau Lindau 2021

Vom 20. Mai bis zum 26. September 2021 sind Lindau und die Region Gastgeber der Bayerischen Gartenschau. Sie

verwandelt die Stadt in ein sinnliches Erlebnis aus Gärten, Wasser und Panorama. Zahlreiche Einzelveranstaltungen sorgen für ein rauschendes Sommerfest. Die Hintere Insel Lindau wird dauerhaft zum grünen Gartenstrand umgestaltet und zeigt ihre landschaftliche Schönheit. Darüber hinaus schaffen die Freunde der Gartenschau in Weiler, Scheidegg und Schlachters weiteren Attraktionen für Bewohner und Besucher.

Virtuelle Vorfreude auf das Facetten-Reich – einfach per App

Mit unserer App machen wir das Westallgäu zu Ihrer digitalen Erlebniswelt und bereichern ausgewählte Höhepunkte mit zusätzlichen Informationen und virtuellen Inhalten.

Am Waldsee Lindenberg nimmt Sie ein virtueller Freund zum Beispiel mit zu einem virtuellen Kräutergarten und lädt zu einer meditativen Atemübung ein. Testen? Gleich hier ...



Impressum

Herausgeber

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



Westallgäu
Aperland und Bodensee

Tourismus Württembergisches Allgäu
Bindstraße 10, 88239 Wangen
www.wuerttembergisches-allgaeu.info



Konzeption

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

Gestaltung und Satz

Westallgäu Tourismus e.V.

Druck

Holzer Druck und Medien, Weiler



Bildnachweise

[viki2win/shutterstock.com](https://www.viki2win.com) | Titelbild
Landratsamt Lindau/Frederick Sams | S. 3, 5, 6, 20/21, 36, 40, 42, 44, 51, 54, 57, 59, 74
deyangeorgiev/Photocase | S. 8
Artemisia | S. 9
Georgia Mühleis | S. 10
Heidi Prinz | S. 11
Hadrian/shutterstock.com | S. 12
attem/shutterstock.com | S. 14/15
Juergen Bauer Pictures/shutterstock.com | S. 16/17
Jelena Yukka/shutterstock.com | S. 18/19
Allgäu GmbH/Marc Oeder | S. 23
Scheidegg Tourismus | S. 29, 45, 52
Mühler | S. 33
nada54/shutterstock.com | S. 34
Natalia Lisovskaya/shutterstock.com | S. 35
Thomas Gretler | S. 42
Siegfried Wörner | S. 49
Guido Schmelich Kitchenkiss Photography | S. 56
Rick Frommknecht | S. 60, 62
Manfred Thierer | S. 64
Chamille White/shutterstock.com | S. 65
Lipatova Maryna/shutterstock.com | S. 66/67
Gerti Epple | S. 69
Heike Potrykus | S. 75
Naturlandhaus Krone | S. 76, 77
Robert Beuter | S. 78
Landratsamt Lindau/Virtiv | S. 80

Alle Angaben ohne Gewähr.

Weitere Informationen

Tourismus Württembergisches Allgäu

Kontakt über Geschäftsstelle Gästeamt Wangen

Bindstraße 10

88239 Wangen

Tel. +49 75 22 -7 42 11

info@wuerttembergisches-allgaeu.info

www.wuerttembergisches-allgaeu.info

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