

Allgäu®

Kraftquelle Allgäu Kräuter

2025



Inhalt

03
Kraftquelle
Allgäu

06
Veranstaltungs-
übersicht

44
Kräutergärten

55
Kräuterpauschalen

14
Veranstaltungen
rund um das
Thema Kräuter

50
Weitere Kräuter-
experten und
Seminare

58
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.

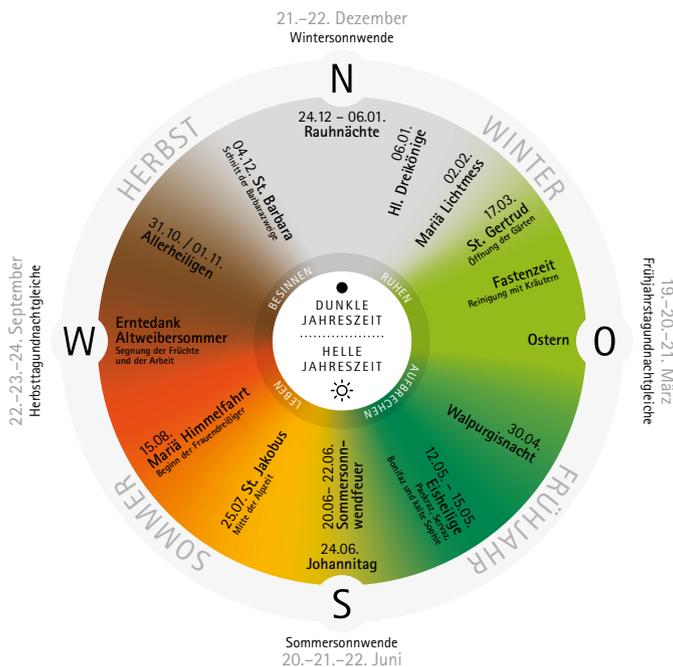
Wir wollen, dass Sie mehr davon haben. Auch wenn Sie ein Mittel zur Entschleunigung suchen oder der Alltag bunter sein dürfte.

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 - Kräuter“ im Jahreslauf mit vielfältigen Angeboten 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 Seite 58 haben wir die wichtigsten Informationen über den zweiten „Kraftquelle Allgäu“-Baustein, das Pilgern, für Sie zusammengestellt.

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 | Ort | Experte/in | S. |
|------------|---|-------------------|--------------------------------|----|
| Mi. 29.01. | Salben rühren im Einklang mit der Natur | Weiler im Allgäu | Tamara Leuthe | 40 |
| So. 09.02. | Pflanzen, Tiere, Steine und das große Ganze | Stiefenhofen | Dr. Michael Schneider | 32 |
| So. 23.02. | Salben rühren im Einklang mit der Natur | Weiler im Allgäu | Tamara Leuthe | 40 |
| Sa. 08.03. | Heilsalben und Cremes | Wangen | Irmgard Diem | 36 |
| Sa. 15.03. | Heilsalben und Cremes | Wangen | Irmgard Diem | 36 |
| Sa. 22.03. | Heilpflanzen Spaziergang | Gestratz | Andrea Schröder | 18 |
| Fr. 28.03. | Allgäuer Brauchtum erleben und feiern | Hergensweiler | Elisabeth Rehm und Heidi Prinz | 22 |
| Fr. 28.03. | Mit den wilden Heilpflanzen durch die Trauer | Wangen | Birgitta Haug | 37 |
| Mo. 31.03. | Bärlauch – bärenstarker Frühlingsbote | Wangen-Roggenzell | Margit Lehle | 39 |
| Do. 03.04. | Die Kräutermedizin der Hl. Hildegard v. Bingen im Jahreskreislauf | Hergensweiler | Heidi Prinz | 21 |
| Fr. 04.04. | Kräuter am Wegesrand | Bad Wurzach | Sieglinde Walser-Weber | 14 |
| Mo. 07.04. | Bärlauch – bärenstarker Frühlingsbote | Wangen-Roggenzell | Margit Lehle | 39 |
| Do. 10.04. | Wald & Wildpflanzen im Jahreslauf | Stiefenhofen | Helga Wollmerstedt | 33 |
| Fr. 11.04. | Wildkräuterführung durch die Scheidegger Wasserfälle | Scheidegg | Heidi Prinz | 29 |
| Sa. 12.04. | Frühjahrskräuter, in Küche und für die Hausapotheke | Wangen | Sandra Rädler | 38 |
| Sa. 12.04. | Heilsalben und Cremes | Wangen | Irmgard Diem | 36 |
| So. 13.04. | Grünkraft ist Lebenskraft | Lindenberg | Marianne Stöckeler | 25 |
| Sa. 19.04. | Frühjahrskräuter, in Küche und für die Hausapotheke | Wangen | Sandra Rädler | 38 |
| Fr. 25.04. | Die Kraft des Räucherns | Scheidegg | Aurelia Nachbaur | 28 |
| Fr. 25.04. | Mit den wilden Heilpflanzen durch die Trauer | Wangen | Birgitta Haug | 37 |
| Fr. 25.04. | Kraftquelle Natur: Resilienz erleben und stärken | Grünenbach | Gabriela Kofler | 19 |
| So. 27.04. | Kräuter- und Töpfermarkt | Weiler im Allgäu | Kräutermarkt | 53 |

| Termin | Führung | Ort | Experte/in | S. |
|------------|---|------------------|-------------------------|----|
| So. 27.04. | Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen | Röthenbach | Marianne Stöckeler | 27 |
| Mi. 30.04. | Wildkräuterspaziergang & Verarbeitung von Kräutern | Leutkirch | Sonja Raiser-Stehr | 24 |
| Fr. 02.05. | Kräuter am Wegesrand | Bad Wurzach | Sieglinde Walsler-Weber | 14 |
| Sa. 03.05. | Heilpflanzenspaziergang | Gestratz | Andrea Schröder | 18 |
| Sa. 03.05. | Wildkräuterspaziergang & Verarbeitung von Kräutern | Isny | Sonja Raiser-Stehr | 24 |
| Sa. 03.05. | Wildkräuterführung – Entgiftung/Detox | Weiler im Allgäu | Wildkräuterführer/in | 41 |
| Sa. 03.05. | Workshop Kräutersuppe und Kräutersalz | Weiler im Allgäu | Wildkräuterführer/in | 43 |
| Do. 08.05. | Wald & Wildpflanzen im Jahreslauf | Stiefenhofen | Helga Wollmerstedt | 33 |
| Fr. 09.05. | Wildkräuterführung durch die Scheidegger Wasserfälle | Scheidegg | Heidi Prinz | 29 |
| Di. 13.05. | Wildkräuterspaziergang & Verarbeitung von Kräutern | Leutkirch | Sonja Raiser-Stehr | 24 |
| Mi. 14.05. | Kräuterspaziergang im Artemisia-Garten | Stiefenhofen | Felicita Hagen | 35 |
| Fr. 16.05. | Mit den wilden Heilpflanzen durch die Trauer | Wangen | Birgitta Haug | 37 |
| So. 18.05. | Die Kräuter der Adelegg | Buchenberg | Sonja Raiser-Stehr | 17 |
| So. 18.05. | Pflanzen, Tiere, Steine und das große Ganze | Stiefenhofen | Dr. Michael Schneider | 32 |
| Fr. 23.05. | Die Kraft des Räucherns | Scheidegg | Aurelia Nachbaur | 28 |
| Fr. 23.05. | Wilde Kost am offenen Feuer | Scheidegg | Christine Giera | 31 |
| Sa. 24.05. | Kräuterführung für Anfänger & Herstellung eines Kräutersalzes | Stiefenhofen | Miriam Geisler | 34 |
| So. 25.05. | Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen | Röthenbach | Marianne Stöckeler | 27 |
| So. 25.05. | Salben rühren im Einklang mit der Natur | Weiler im Allgäu | Tamara Leuthe | 40 |

| Termin | Führung | Ort | Experte/in | S. |
|------------|---|------------------|--------------------------------|----|
| Mi. 28.05. | Kräuterspaziergang im Artemisia-Garten | Stiefenhofen | Felicita Hagen | 35 |
| Fr. 06.06. | Kräuter am Wegesrand | Bad Wurzach | Sieglinde Walsler-Weber | 14 |
| Sa. 07.06. | Wildkräuterführung – Kräuter zum Kochen und Heilen | Weiler im Allgäu | Wildkräuterführer/in | 41 |
| Do. 12.06. | Die Kräutermedizin der Hl. Hildegard v. Bingen im Jahreskreislauf | Hergensweiler | Heidi Prinz | 21 |
| Do. 12.06. | Wald & Wildpflanzen im Jahreslauf | Stiefenhofen | Helga Wollmerstedt | 33 |
| Fr. 13.06. | Mit den wilden Heilpflanzen durch die Trauer | Wangen | Birgitta Haug | 37 |
| Fr. 13.06. | Wildkräuterführung durch die Scheidegger Wasserfälle | Scheidegg | Heidi Prinz | 29 |
| Sa. 14.06. | Heilpflanzenspaziergang | Gestratz | Andrea Schröder | 18 |
| Sa. 14.06. | Wildkräuterspaziergang & Verarbeitung von Kräutern | Leutkirch | Sonja Raiser-Stehr | 24 |
| Sa. 14.06. | Kräuterwanderung – Wilde Wasser und wilde Kräuter | Weiler im Allgäu | Wildkräuterführer/in | 42 |
| So. 15.06. | Die Kräuter der Adelegg | Buchenberg | Sonja Raiser-Stehr | 17 |
| Mi. 18.06. | Kräuterspaziergang im Artemisia-Garten | Stiefenhofen | Felicita Hagen | 35 |
| Fr. 20.06. | Die Kraft des Räucherns | Scheidegg | Aurelia Nachbaur | 28 |
| So. 22.06. | Kräuterführung für Anfänger & Herstellung eines Kräutersalzes | Stiefenhofen | Miriam Geisler | 34 |
| Di. 24.06. | Allgäuer Brauchtum erleben und feiern | Hergensweiler | Elisabeth Rehm und Heidi Prinz | 22 |
| Di. 24.06. | Johannisfeuer | Scheidegg | Brauchtumsfest | 30 |
| Do. 26.06. | Bio-Genüsse aus dem „Fruchtbares“-Kräutergarten | Bodnegg | Angela Abler-Heilig | 15 |
| Fr. 27.06. | Sonnwendkräuter & Rotöl | Bodnegg | Waltraud Wagner | 16 |

| Termin | Führung | Ort | Experte/in | S. |
|------------|--|---------------------|----------------------------|----|
| Fr. 27.06. | Wilde Kost am offenen Feuer | Scheidegg | Christine Giera | 31 |
| Fr. 27.06. | Kraftquelle Natur: Resilienz erleben und stärken | Grünenbach | Gabriele Kofler | 19 |
| So. 29.06. | Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen | Röthenbach | Marianne Stöckeler | 27 |
| Fr. 04.07. | Kräuter am Wegesrand | Bad Wurzach | Sieglinde Walsler-Weber | 14 |
| Sa. 05.07. | Mittsommer-Wildkräuter- führung | Weiler im Allgäu | Wildkräuter- führer/in | 41 |
| So. 06.07. | Die Kräuter der Adelegg | Buchenberg | Sonja Raiser-Stehr | 17 |
| Do. 10.07. | Wald & Wildpflanzen im Jahreslauf | Stiefen- hofen | Helga Wollmerstedt | 33 |
| Do. 10.07. | Wildkräuterspaziergang & Verarbeitung von Kräutern | Isny | Sonja Raiser-Stehr | 24 |
| Fr. 11.07. | Wilde Kost am offenen Feuer | Scheidegg | Christine Giera | 31 |
| Fr. 11.07. | Wildkräuterführung durch die Scheidegger Wasserfälle | Scheidegg | Heidi Prinz | 29 |
| Fr. 18.07. | Die Kraft des Räucherns | Scheidegg | Aurelia Nachbaur | 28 |
| Sa. 19.07. | Heilpflanzenspaziergang | Gestratz | Andrea Schröder | 18 |
| Sa. 19.07. | Kräuterwanderung – Wilde Wasser und wilde Kräuter | Weiler im Allgäu | Wildkräuter- führer/in | 42 |
| Mi. 23.07. | Kräuterspaziergang im Artemisia-Garten | Stiefen- hofen | Felicitas Hagen | 35 |
| Sa. 26.07. | Kräuterführung für Anfänger & Herstellung eines Kräutersalzes | Stiefen- hofen | Miriam Geisler | 34 |
| So. 27.07. | Pflanzen, Tiere, Steine und das große Ganze | Stiefen- hofen | Dr. Michael Schneider | 32 |
| So. 27.07. | Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen | Röthenbach | Marianne Stöckeler | 27 |
| Fr. 01.08. | Kräuter am Wegesrand | Bad Wurzach | Sieglinde Walsler-Weber | 14 |
| Fr. 01.08. | Salben rühren im Einklang mit der Natur | Weiler im Allgäu | Tamara Leuthe | 40 |

| Termin | Führung | Ort | Experte/in | S. |
|------------|--|---------------------|----------------------------|----|
| Sa. 02.08. | Wildkräuterführung – Frauenheilkrauter | Weiler im Allgäu | Wildkräuter- führer/in | 41 |
| Do. 07.08. | Wald & Wildpflanzen im Jahreslauf | Stiefen- hofen | Helga Wollmerstedt | 33 |
| Fr. 08.08. | Wildkräuterführung durch die Scheidegger Wasserfälle | Scheidegg | Heidi Prinz | 29 |
| Sa. 09.08. | Heilpflanzenspaziergang | Gestratz | Andrea Schröder | 18 |
| So. 10.08. | Die Kräuter der Adelegg | Buchenberg | Sonja Raiser-Stehr | 17 |
| Mi. 13.08. | Kräuterspaziergang im Artemisia-Garten | Stiefen- hofen | Felicitas Hagen | 35 |
| Fr. 15.08. | Pilze Schnupperführung | Lindenberg | Rick Frommknecht | 26 |
| Fr. 15.08. | Wildkräuterboschen binden | Weiler im Allgäu | Wildkräuter- führer/in | 43 |
| Sa. 16.08. | Kräuterführung für Anfänger & Herstellung eines Kräutersalzes | Stiefen- hofen | Miriam Geisler | 34 |
| Fr. 22.08. | Die Kraft des Räucherns | Scheidegg | Aurelia Nachbaur | 28 |
| Fr. 22.08. | Pilze Schnupperführung | Lindenberg | Rick Frommknecht | 26 |
| Fr. 29.08. | Pilze Schnupperführung | Lindenberg | Rick Frommknecht | 26 |
| So. 31.08. | Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen | Röthenbach | Marianne Stöckeler | 27 |
| Mi. 03.09. | Kräuterspaziergang im Artemisia-Garten | Stiefen- hofen | Felicitas Hagen | 35 |
| Fr. 05.09. | Kräuter am Wegesrand | Bad Wurzach | Sieglinde Walsler-Weber | 14 |
| Fr. 05.09. | Pilze Schnupperführung | Lindenberg | Rick Frommknecht | 26 |
| Sa. 06.09. | Wildkräuterführung – Kulinari- sches u. Heilsames von Bäumen | Weiler im Allgäu | Wildkräuter- führer/in | 41 |
| Fr. 12.09. | Pilze Schnupperführung | Lindenberg | Rick Frommknecht | 26 |



Mehr Kräuter-Erlebnisse entdecken!

Wenn Sie neugierig geworden sind und noch mehr über die Welt der Kräuter erfahren möchten, dann schauen Sie in unseren Veranstaltungskalender! Hier finden Sie das ganze Jahr über noch eine weitere Auswahl an Kräuterführungen, Workshops und Kursen. Lassen Sie sich von den Expertinnen und Experten aus dem Allgäu inspirieren und finden Sie Ihre nächste Auszeit.



Ihr Feedback ist uns wichtig!

Haben Sie an einer der Kräuter-Veranstaltungen teilgenommen? Dann würden wir uns freuen, von Ihnen zu hören! Teilen Sie uns Ihre Eindrücke von der Veranstaltung mit oder lassen Sie uns wissen, wie Ihnen die Kraftquelle Allgäu gefällt – hier können Sie ganz einfach ein kurzes Feedback hinterlassen. Ihre Meinung hilft uns, immer besser zu werden!



| Termin | Führung | Ort | Experte/in | S. |
|------------|---|------------------|--------------------------------|----|
| Fr. 12.09. | Wildkräuterführung durch die Scheidegger Wasserfälle | Scheidegg | Heidi Prinz | 29 |
| Fr. 12.09. | Kraftquelle Natur: Resilienz erleben und stärken | Grünenbach | Gabriele Kofler | 19 |
| So. 14.09. | Pflanzen, Tiere, Steine und das große Ganze | Stiefenhofen | Dr. Michael Schneider | 32 |
| Fr. 19.09. | Die Kraft des Räucherns | Scheidegg | Aurelia Nachbaur | 28 |
| Fr. 19.09. | Pilze Schnupperführung | Lindenberg | Rick Frommknecht | 26 |
| Mo. 22.09. | Allgäuer Brauchtum erleben und feiern | Hergensweiler | Elisabeth Rehm und Heidi Prinz | 22 |
| Sa. 27.09. | Wildkräuter und die Früchte des Herbstes | Leutkirch | Marion Simma | 23 |
| So. 28.09. | Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen | Röthenbach | Marianne Stöckeler | 27 |
| Di. 30.09. | Die Kräutermedizin der Hl. Hildegard v. Bingen im Jahreskreislauf | Hergensweiler | Heidi Prinz | 21 |
| Sa. 04.10. | Heilpflanzenspaziergang | Gestratz | Andrea Schröder | 18 |
| Sa. 04.10. | Wildkräuterführung mit saisonalem Thema | Weiler im Allgäu | Wildkräuterführer/in | 41 |
| Do. 09.10. | Wald & Wildpflanzen im Jahreslauf | Stiefenhofen | Helga Wollmerstedt | 33 |
| Fr. 10.10. | Wildkräuterführung durch die Scheidegger Wasserfälle | Scheidegg | Heidi Prinz | 29 |
| Di. 14.10. | Die Kräutermedizin der Hl. Hildegard v. Bingen im Jahreskreislauf | Hergensweiler | Heidi Prinz | 21 |
| Fr. 24.10. | Die Kraft des Räucherns | Scheidegg | Aurelia Nachbaur | 28 |
| Sa. 25.10. | Kräuterworkshop – Engelwurzsalbe herstellen | Weiler im Allgäu | Wildkräuterführer/in | 43 |
| Sa. 25.10. | Salben rühren im Einklang mit der Natur | Weiler im Allgäu | Tamara Leuthe | 40 |
| Fr. 07.11. | Räuchern und Raunächt | Heimenkirch | Leni Weber | 20 |





Kräuter am Wegesrand

Führung
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Sieglinde Walsler-Weber



Fr. 04.04.2025
Fr. 02.05.2025
Fr. 06.06.2025
Fr. 04.07.2025
Fr. 01.08.2025
Fr. 05.09.2025

Beschreibung Bei einer kleinen Wanderung die Kräuter am Wegesrand sehen, riechen und probieren. Jede Pflanze hat ihren eigenen Geruch, Geschmack und Aussehen. Sie erfahren, wie die Kräuter richtig zu bestimmen sind sowie für welche Heil-, Küchenzwecke usw. sie zu verwenden sind. Im Anschluss könnt ihr gerne noch in meinem gemütlichen Café bei einem kostenlosen Kräutergetränk verweilen.

Treffpunkt 13:30 Uhr
Am Bach 5, 88410 Bad Wurzach/Eintürnen

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

Preis p. P. 13 € inkl. Kräutergetränk, Kinder bis 10 Jahre frei

Anmeldung bis spätestens 1 Tag vor Termin

Teilnehmer 5 bis 20 Personen

Sonstiges nur bei trockener Witterung,
kinderwagengerecht

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter Bad Wurzach Info
Rosengarten 1, 88410 Bad Wurzach

Kontakt Sieglinde Walsler-Weber
Tel. 07527 954411, sp.walsler@gmail.com

Bio-Genüsse aus dem „Fruchtbare“

Führung und Verkostung
bei Hauswirtschaftsleiterin
Angela Abler-Heilig



Do. 26.06.2025

Beschreibung Biologische Vielfalt erleben, sich stärken und schmecken steht bei „Fruchtbare“ im Mittelpunkt. Lernen Sie bei einer Genussführung durch den heimischen Garten, wie Rohstoffe selbst verarbeitet aus erster Hand genossen werden und wie die aus ihrer Wichtigkeit und Bedeutsamkeit geratene „schlichten Genüsse“ wieder belebt werden.

Treffpunkt 15:00 Uhr
Buch 7, 88285 Bodnegg

Strecke / Dauer ca. 1,5 Stunden

Preis p. P. 25 € zzgl. Kosten für Getränke

Anmeldung bis spätestens 5 Tage vor Termin

Teilnehmer mind. 15 bis max. 25 Personen

Sonstiges rollstuhl- und kinderwagengerecht

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage ab 14 Personen

Anbieter und Kontakt Fruchtbare UG
Angela Abler-Heilig
Buch 7, 88258 Bodnegg
Tel. 07520 9409650
info@fruchtbare.de



Sonnwendkräuter e³ Rotöl

Führung und Workshop
mit Allgäuer Wildkräuter-
führerin Waltraud Wagner



Fr. 27.06.2025

Beschreibung Zur Sommersonnwende befindet sich die Pflanzenwelt in üppiger Entfaltung: die Kraft der Kräuter erreicht ihren Höhepunkt. Wir lernen einige der traditionell zur Sonnwendzeit gesammelten Kräuter (auch Johanniskräuter genannt) und ihre vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten bei einer kleinen Wanderung kennen. Des Weiteren setzen wir ein Johanniskrautöl (auch als Rotöl bezeichnet) an, das nach der überlieferten Volksheilkunde traditionell für wundheilende und entzündungshemmende Zwecke Verwendung findet.

Treffpunkt 17:00 Uhr
Tal 3, 88285 Bodnegg

Strecke/Dauer 0,5 km / 2 bis 3 Stunden

Preis p. P. 20 € inkl. Materialkosten

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer 6 bis 15 Personen

Sonstiges nur bei trockenem Wetter,
festes Schuhwerk

**Anbieter
und Kontakt** Waltraud Wagner
Tal 3, 88285 Bodnegg
Tel. 07520 91239, wagner-tal@gmx.de

Die Kräuter der Adelegg

Geführte Wanderung
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Sonja Raiser-Stehr



So. 18.05.2025

So. 15.06.2025

So. 06.07.2025

So. 10.08.2025

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. Die Kräuterefachfrau gibt nicht nur Tipps zur schmackhaften Verwendung der heimischen Wildkräuter in der Küche, sondern erklärt auch deren Wirkung als Heilmittel. Die Wanderung führt durch das Kreuzthal zu den schönsten Wildkräuterplätzen der Adelegg.

Treffpunkt 10:00 Uhr
Blockwiesen, Wanderparkplatz Ulmerthal
Im Ulmerthal, 87474 Buchenberg

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

Preis p. P. 12 € Erwachsene (10 € mit Gästekarte Isny oder Allgäu-Walser-Pass), 8 € Schüler und Studenten

Anmeldung bis 2 Tage vor Termin unter
www.isny.de/erlebnisse oder in der
Isny Info (Marktplatz 2, 88316 Isny i. A.)

Teilnehmer 5 bis 15 Personen

Sonstiges witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk,
ein Gefäß zum Sammeln von Kräutern empfohlen

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

**Anbieter
und Kontakt** Isny Marketing GmbH
Büro für Tourismus
Marktplatz 2, 88316 Isny im Allgäu
Tel. 07562 9999050, info@isny-marketing.de



Heilpflanzen Spaziergang

Führung und Workshop
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin und
Naturheilkundlerin
Andrea Schröder



Sa. 22.03.2025
Reinigende Pflanzen des Frühjahrs

Sa. 03.05.2025
Heilpflanzen zu Walburgis

Sa. 14.06.2025
Kräuter zu Johanni

Sa. 19.07.2025
Sommerkräuter in
Wald und Wiesen

Sa. 09.08.2025
Sonnenkräuter zu
Maria Himmelfahrt

Sa. 04.10.2025
Heilpflanzen und Wurzeln
des Herbstes

Beschreibung Wir machen einen Entdeckungsspaziergang zwischen Wald, Moor, Wiesen und Garten: Heilpflanzen entdecken, erkennen und unterscheiden, Ernten und Verarbeiten für Gesundheit und Genuss. Wir tauchen ein in die faszinierende Grüne Kraft voll von Geschichten, Mythologie und erleben, wie aus vielem ein Ganzes wird. Es ist ein spannender Nachmittag für alle Sinne und wie immer viel zu kurz.

Treffpunkt 14:00 Uhr
Rutzen 57, 88167 Gestratz

Strecke/Dauer 1 bis 3 Stunden

Preis p. P. 12 €

Anmeldung bis spätestens 3 Tage vor Termin

Teilnehmer mind. 3 bis max. 10 Personen

Sonstiges bei jeder Witterung,
witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

**Anbieter
und Kontakt** Andrea Schröder
Rutzen 57, 88167 Gestratz
Tel. 0170 8144369, schluesselblume.17@web.de

Kraftquelle Natur: Resilienz erleben und stärken

Seminar während einer
geführten Wanderung mit
Allgäuer Wildkräuter-
führerin Gabriele Kofler



Fr. 25.04.2025

Fr. 27.06.2025

Fr. 12.09.2025

Beschreibung Wie treffe ich eigenverantwortliche Entscheidungen? Was ist mir wirklich wichtig und wie kann ich meine innere Stärke gezielt fördern? In diesem Seminar nutzen wir die Kraft der Natur, um Antworten auf diese Fragen zu finden. Bei einem Spaziergang durch den Wald gebe ich dir praktische Übungen und Impulse, die dir helfen, Schritt für Schritt Strategien zu entwickeln. So wirst du resilienter und gehst bewusster mit den Herausforderungen des Alltags um. Du bekommst Zeit zum Nachdenken, Reflektieren und für den Austausch mit anderen. Am Ende nimmst du neue Perspektiven und konkrete Werkzeuge für deinen Alltag mit nach Hause.

Treffpunkt 14:00 Uhr
Parkplatz vor der Kirche, 88167 Grünenbach

Strecke/Dauer 3 km / 2,5 Stunden

Preis p. P. 20 €

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer 4 bis 8 Personen

Sonstiges nur bei trockenem Wetter, festes Schuhwerk

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

**Anbieter
und Kontakt** Gabriele Kofler
Riederweg 3, 88167 Grünenbach
Tel. 08383 9294336, gaby.kofler@outlook.de



Räuchern & Raunächt

Workshop mit
Allgäuer Wildkräuter-
führerin Leni Weber



Fr. 07.11.2025

| | |
|-----------------------------|--|
| Beschreibung | Unsere Vorfahren wussten noch um die reinigende, schützende und heilende Wirkung des Räucherns. Die Menschen verräucherten Kräuter, Hölzer und Harze zu wichtigen Gelegenheiten ihres Lebens und zu bestimmten Anlässen das ganze Jahr über, besonders auch in den Raunächten. Wir erfahren mehr zu den Raunächten, wie geräuchert wird und welche Kräuter dafür verwendet werden. |
| Treffpunkt | 18:00 Uhr Paul-Bäck-Haus Kemptener Straße 6, 88178 Heimenkirch |
| Strecke / Dauer | ca. 2,5 Stunden |
| Preis p. P. | 28 € inkl. Skript |
| Anmeldung | bis spätestens 2 Tage vor Termin |
| Teilnehmer | 8 bis 15 Personen |
| Anbieter und Kontakt | Leni Weber Geigersthal 21, 88178 Heimenkirch Tel. 08381 6712, plweber@t-online.de |

Die Kräutermedizin der Hl. Hildegard v. Bingen im Jahreskreislauf

Führung und Workshop
mit Allgäuer Wildkräuter-
führerin und zertifizierter
Heilkräuterpädagogin
nach Hildegard v. Bingen
Heidi Prinz



Do. 03.04.2025 | 16:00 Uhr
Veriditas – Frühlingsmedizin
Do. 12.06.2025 | 18:00 Uhr
Subtilitas – Sommermedizin
Di. 30.09.2025 | 16:00 Uhr
Discretio – Herbstmedizin
Di. 14.10.2025 | 15 Uhr
Ratio – Wintermedizin

| | |
|-----------------------------|--|
| Beschreibung | Die Lehren der Hl. Hildegard v. Bingen helfen den Menschen, sowohl ihre Gesundheit zu erhalten, als sie auch wieder zu erlangen. Ihre Anwendungen sind ganzheitlich und decken sich in vielem mit der aktuellen Definition der WHO. Im Workshop werden die Zusammenhänge der unterschiedlichen Aspekte des Wissens der Hl. Hildegard von Bingen in der Theorie erläutert. Anschließend werden gemeinsam verschiedene Heilmittel praktisch hergestellt. |
| Treffpunkt | Heidis Wildkräutergarten Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler |
| Strecke / Dauer | 1 km / 3 Stunden |
| Preis p. P. | 32 € inkl. Skript |
| Anmeldung | bis spätestens 3 Tage vor Termin |
| Teilnehmer | 6 bis 15 Personen |
| Sonstiges | bei jeder Witterung, witterungsgerechte Kleidung und Schuhe erforderlich |
| Gruppen | Wunschtermin auf Anfrage möglich |
| Anbieter und Kontakt | Heidi Prinz Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler Tel. 08388 98190, heidi@online-prinz.de www.superfood-in-heidis-garten.de |

Allgäuer Brauchtum erleben und feiern

Führung und Workshop
mit zertifizierter Kräuter-
pädagogin Elisabeth Rehm
und Allgäuer Wildkräuter-
führerin und zertifizierter
Heilkräuterpädagogin
nach Hildegard v. Bingen
Heidi Prinz



Fr. 28.03.2025 | 16:00 Uhr
Neun-Kräuter-Kraft
als Grüne Suppe

Di. 24.06.2025 | 18:30 Uhr
Feiern und Räuchern
zur Sommersonnwende

Mo. 22.09.2025 | 17:30 Uhr
Räuchern zur
Herbst-Tag-und-Nachtgleiche

| | |
|----------------------|--|
| Beschreibung | Allgäuer Brauchtum bietet im Jahreskreis viele Anlässe, unsere heimischen Kräuter zu verwenden und uns mit der Natur zu verbinden. Beim Räuchern erleben wir mit allen Sinnen die Kraft unserer Tradition und die Möglichkeit uns zu reinigen. |
| Treffpunkt | Heidis Wildkräutergarten Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler |
| Strecke/Dauer | 1 km / 3 Stunden |
| Preis p. P. | 32 € inkl. Skript |
| Anmeldung | bis spätestens 3 Tage vor Termin |
| Teilnehmer | 6 bis 15 Personen |
| Sonstiges | bei jeder Witterung, witterungsgerechte Kleidung und Schuhe erforderlich |
| Gruppen | Wunschtermin auf Anfrage möglich |
| Anbieter | Heidi Prinz und Elisabeth Rehm Stockenweiler 3, 88138 Hergensweiler |
| Kontakt | Elisabeth Rehm Buchung unter: www.kraeuterwiese.com |

Heidi Prinz
Tel. 08388 98190, heidi@online-prinz.de

Wildkräuter und die Früchte des Herbstes

Geführte Wanderung mit
Allgäuer Wildkräuter-
führerin Marion Simma



Sa. 27.09.2025

| | |
|-----------------------------|--|
| Beschreibung | Bei einem Spaziergang über die Wiese und durch den Wald lernen wir die Heilwirkung und Anwendung verschiedener Heilkräuter und der Früchte des Herbstes kennen. Wir erfahren, wie wir diese konservieren können, um sie als Hausmittel in der kalten Jahreszeit und Erkältungszeit anzuwenden. |
| Treffpunkt | 13:00 Uhr Höhenweg 6, 88299 Leutkirch |
| Dauer | 3 Stunden |
| Preis p. P. | 20 € |
| Anmeldung | bis spätestens 3 Tage vor Termin |
| Teilnehmer | 5 bis 10 Personen |
| Sonstiges | witterungsgerechte Kleidung, passendes Schuhwerk und ein kleines sauberes Marmelenglas mitbringen |
| Gruppen | Wunschtermin auf Anfrage ab 8 Personen möglich |
| Anbieter und Kontakt | Volkshochschule Leutkirch e. V. Marktstraße 32, 88299 Leutkirch Tel. 07561 87-188 vhs@leutkirch.de |



Wildkräuterspaziergang & Verarbeitung von Kräutern

Angebot von Allgäuer
Wildkräuterführerin
Sonja Raiser-Stehr



Mi. 30.04.2025 | 16:30 Uhr
Sa. 03.05.2025 | 10:00 Uhr
Di. 13.05.2025 | 14:00 Uhr
Sa. 14.06.2025 | 10:00 Uhr
Do. 10.07.2025 | 17:00 Uhr

| | |
|---------------------------------|---|
| Beschreibung | Gemeinsam entdecken wir in Wald und Wiesen bärenstarke Heilkräuter. Wir wollen mehr über deren Verarbeitung in der Küche und zur Heilanwendung erfahren. Aus diesen kraftvollen Kräutern werden wir für uns etwas herstellen. |
| Treffpunkt | 88299 Leutkirch oder 88316 Isny i. A. genauer Treffpunkt wird bei Anmeldung bekanntgegeben |
| Strecke / Dauer | 2,5 bis 3 Stunden |
| Preis p. P. | 17 bis 20 € je nach Materialbedarf (wird bei Anmeldung festgelegt) |
| Anmeldung | 5 bis 15 Personen |
| Teilnehmer | keine Begrenzung |
| Sonstiges | festes Schuhwerk und witterungsgerechte Kleidung, kleines Schraubglas mitbringen |
| Gruppen | Wunschtermin auf Anfrage möglich |
| Anbieter und Kontakt | Sonja Raiser-Stehr Badweg 14, 87474 Buchenberg Tel. 0151 54091310 |



Grünkraft ist Lebenskraft

Geführte Wanderung
mit Marianne Stöckeler



So. 13.04.2025

| | |
|---------------------------------|--|
| 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 | 2–3 km / ca. 3 Stunden |
| Preis p. P. | freiwillige Spende |
| Anmeldung | ohne Voranmeldung |
| Teilnehmer | keine Begrenzung |
| Sonstiges | bei jeder Witterung, witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk |
| Anbieter und Kontakt | Kultur und Tourismus Lindenberg Museumsplatz 1, 88161 Lindenberg Tel. 08381 9284310 touristinformation@lindenberg.de |





Pilze Schnupperführung

Seminar mit Pilzsachverständiger der DGfM und Volksheilkundler Rick Frommknecht



Fr. 15.08.2025
Fr. 22.08.2025
Fr. 29.08.2025
Fr. 05.09.2025
Fr. 12.09.2025
Fr. 19.09.2025

| | |
|-----------------------------|--|
| Beschreibung | In einer zweieinhalbstündigen Wanderung wird ein kleiner Einblick in das hochkomplexe Reich der Pilze vermittelt. |
| Treffpunkt | Uhrzeiten unter www.allgaeu-mogli.com Waldsee Promenade, Austraße 35 88161 Lindenberg |
| Strecke/Dauer | 1 km/2,5 Stunden |
| Preis p. P. | 36 € |
| Anmeldung | bis spätestens zum Seminartag |
| Teilnehmer | mindestens 5 Personen |
| Sonstiges | Festes Schuhwerk und witterungsgerechte Kleidung, Sammelkorb mitbringen |
| Gruppen | Wunschtermin auf Anfrage möglich |
| Anbieter und Kontakt | Rick Frommknecht Hauptstraße 89, 88161 Lindenberg allgaeu-mogli@posteo.de |

Wildpflanzen essen und giftige Kreuzkräuter erkennen / entfernen lernen

Große Wanderung
mit Marianne Stöckeler



So. 27.04.2025
So. 25.05.2025
So. 29.06.2025
So. 27.07.2025
So. 31.08.2025
So. 28.09.2025

Beschreibung Wildpflanzen, kostenlose Ernährung der Natur. Was mir schmeckt, tut mir gut. Wir wandern im wunderschönen Westallgäu. 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.

Die Wanderung wird außerdem immer am darauffolgenden Montag in einer kürzeren Form (ca. 2,5 Stunden) um 18 Uhr am gleichen Treffpunkt angeboten.

| | |
|-----------------------------|---|
| 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 |
| Anbieter und Kontakt | Marianne Stöckeler Tobelbachstr. 42, 88167 Röthenbach Tel. 08384 1734 |

Die Kraft des Räucherns

Vortrag mit
Aurelia Nachbaur



Fr. 25.04.2025
Fr. 23.05.2025
Fr. 20.06.2025
Fr. 18.07.2025
Fr. 22.08.2025
Fr. 19.09.2025
Fr. 24.10.2025

| | |
|-----------------------------|---|
| Beschreibung | Das Räuchern der Ställe und Stuben hat nicht nur im Allgäu eine alte Tradition. Zahlreiche Urvölker nutzten den Rauch um sich mit Ihren Ahnen zu verbinden, Altes loszulassen um Neues beginnen zu können und sich zu erden. Gemeinsam mit Räucherexpertin Aurelia Nachbaur, können Sie vieles über diese alte Tradition erfahren und lernen. |
| Treffpunkt | 16:00 Uhr Kaminzimmer der Scheidegger Wasserfälle Fürstenmühle 1, 88175 Scheidegg |
| Strecke / Dauer | ca. 45 Minuten |
| Preis p. P. | im Eintrittspreis zu den Scheidegger Wasserfällen enthalten, ab 12 Jahren |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Teilnehmer | bis 20 Personen |
| Anbieter und Kontakt | Scheidegg-Tourismus Rathausplatz 8, 88175 Scheidegg Tel. 08381 8942233, info@scheidegg.de |

Wildkräuterführung durch die Scheidegger Wasserfälle

Führung mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Heidi Prinz



Fr. 11.04.2025
Fr. 09.05.2025
Fr. 13.06.2025
Fr. 11.07.2025
Fr. 08.08.2025
Fr. 12.09.2025
Fr. 10.10.2025

| | |
|-----------------------------|---|
| Beschreibung | Je nach Jahreszeit entdecken wir verschiedene Heil- und Wildkräuter und lernen ihre vielseitige Verwendung kennen. Im Allgäu gedeihen noch viele kostbare Wildkräuter, die geerntet werden dürfen – auch in der Rohrachschlucht der Scheidegger Wasserfälle. Lernen Sie in einer Kräuterführung mit Heidi Prinz einige davon kennen und erfahren Sie ihre Anwendung. Auch Pfarrer Sebastian Kneipp vertraute auf die Wirksamkeit heimischer Pflanzen und empfahl, das zu nutzen, was uns die Natur vor der Haustür schenkt. |
| Treffpunkt | 14:30 Uhr Scheidegger Wasserfälle Fürstenmühle 1, 88175 Scheidegg |
| Strecke / Dauer | ca. 1,5 Stunden |
| Preis p. P. | im Eintrittspreis zu den Scheidegger Wasserfällen enthalten, ab 12 Jahren |
| Anmeldung | nicht erforderlich |
| Teilnehmer | bis 20 Personen |
| Anbieter und Kontakt | Scheidegg-Tourismus Rathausplatz 8, 88175 Scheidegg Tel. 08381 8942233, info@scheidegg.de |





Traditionelles Johannisfeuer

Brauchtumsfest
in Scheidegg



Di. 24.06.2025

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

Preis p. P. freier Eintritt

Anmeldung nicht erforderlich

Teilnehmer keine Begrenzung

Sonstiges rollstuhl- und kinderwagengerecht;
nur bei guter Witterung

**Anbieter
und Kontakt** Scheidegg-Tourismus
Rathausplatz 8, 88175 Scheidegg
Tel. 08381 8942233
info@scheidegg.de

Wilde Kost am offenen Feuer

Wildkräuterwanderung
und Kochen am Feuer
mit Christine Giera



Fr. 23.05.2025
Bärenstarke Wildkräuter
im Frühjahr

Fr. 27.06.2025
Baumblätter, Wilde Waldküche

Fr. 11.07.2025
Essbare Wildkräuter
im Sommer, Marienkräuter

Beschreibung Heimische Wildpflanzen und Bäume kennenlernen, ihre Bedeutung als Lebensmittel sowie ihre Anwendung bei Stichen und Verletzungen erfahren. Nach dem Sammeln werden die Kräuter, Blüten, Blätter der Wiesen und des Waldes am Feuer gekocht und verkostet und zu Tinkturen und Heilsalben verarbeitet.

Treffpunkt 15:00 Uhr
Parkplatz am Kurhaus
Am Hammerweiher 1, 88175 Scheidegg

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

Preis p. P. 45 € inkl. Verpflegung, zuzüglich Materialkosten

Anmeldung bis spätestens 1 Woche vor Termin

Teilnehmer 6 bis 10 Personen

Sonstiges nur bei trockener Witterung
kinderwagengerecht

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

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



Pflanzen, Tiere, Steine und das große Ganze

Führung mit
Dr. Michael Schneider



So. 09.02.2025
So. 18.05.2025
So. 27.07.2025
So. 14.09.2025

Beschreibung Wir erforschen die Natur auf dem Artemisia-Gelände: Pflanzen wachsen da, wo der Boden für sie geeignet ist. Die Eigenschaften des Gesteins übertragen sich auf den darüberliegenden Boden. Viele Pflanzen verraten uns die Eigenschaften des Bodens. Eine wichtige Rolle spielen auch die Tiere: Manche knabbern an einer Pflanze, die sich beispielsweise mit Gift oder Stacheln wehrt. Andere Tiere helfen den Pflanzen und sind nützlich bei der Bestäubung oder der Samenverbreitung. Bei unserer Betrachtung schauen wir über den Tellerrand und sehen die Gesamtheit. Am Ende sind wir „geflasht“ und erstaunt über all die Wunder der Natur bei Artemisia.

Treffpunkt 13:00 Uhr
Infotafel Parkplatz Artemisia

Strecke/Dauer 3 Stunden

Preis p. P. 30 €

Anmeldung bis spätestens 1 Tag vor Termin

Teilnehmer keine Begrenzung

Sonstiges festes Schuhwerk und witterungsgerechte Kleidung

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

**Anbieter
und Kontakt** Artemisa GmbH & Co. KG
Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen
Tel. 08386 960510, veranstaltungen@artemisia.de

Wald & Wildpflanzen im Jahreslauf

Achtsamer Spaziergang
mit Wald- und Kräuter-
pädagogin Dr. med.
Helga Wollmerstedt



Do. 10.04.2025 | 16:00 Uhr
Do. 08.05.2025 | 17:00 Uhr
Do. 12.06.2025 | 18:00 Uhr
Do. 10.07.2025 | 18:00 Uhr
Do. 07.08.2025 | 17:00 Uhr
Do. 09.10.2025 | 15:00 Uhr

Beschreibung Wir begeben uns auf einen achtsamen Gang durch Wald, Wiese und am Wasser. Wir erkennen und bestimmen Wildpflanzen. Die Fülle unserer Naturschätze finden wir in Heilwirkungen sowie traditionellen und kulinarischen Anwendungen.

Alternativ wird eine detaillierte Führung durch den Kräuter- und Selbstversorgergarten angeboten. Im Anschluss gibt es bei einem Kräutergetränk etwas zum Mitnehmen, zudem Literaturempfehlungen und Angebote.

Treffpunkt Genauer Treffpunkt in Stiefenhofen/Nachbargemeinden ist witterungsabhängig und wird bei Anmeldung mitgeteilt.

Strecke/Dauer 1–4 km / 1,5–2,5 Stunden

Preis p. P. 15 € inkl. Kräutergetränk, Kinder in Begleitung 5 €, ermäßigt (AWP, Schwerbehinderung) 12 €

Anmeldung bis spätestens 15:00 Uhr des Vortages

Teilnehmer 3 bis 15 Personen

Sonstiges witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk, Trinkgefäß mitbringen. Nach Absprache auch für Menschen mit Behinderung möglich.

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

**Anbieter
und Kontakt** Dr. med. Helga Wollmerstedt
Muttin 9, 88167 Stiefenhofen
Tel. 0174 7983881, wald-und-kraeuter@posteo.de



Kräuterführung für Anfänger & Herstellung eines Kräutersalzes

Führung und Workshop mit Allgäuer Wildkräuterführerin Miriam Geisler



Sa. 24.05.2025 | 17:00 Uhr
 So. 22.06.2025 | 14:00 Uhr
 Sa. 26.07.2025 | 17:00 Uhr
 Sa. 16.08.2025 | 17:00 Uhr

| | |
|-----------------------------|---|
| Beschreibung | Bei einer Führung durch den reichhaltigen Artemisia-Garten lernen die Teilnehmer die in der entsprechenden Jahreszeit prägnanten Wildkräuter kennen, die dann direkt vor Ort geerntet und zu einem individuellen Kräutersalz verarbeitet werden. So kommt die Farbe und Signatur der Jahreszeit direkt ins Glas und kann das Jahr über genossen werden. |
| Treffpunkt | Am Torbogen vom Kräuterverkauf, Artemisia Kräutergarten, Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen |
| Strecke/Dauer | 0,5 bis 1 km / ca. 1,5 Stunden |
| Preis p. P. | 15 € zzgl. 5 € Materialkosten |
| Anmeldung | bis spätestens 3 Tage vor Termin |
| Teilnehmer | 8 bis 12 Personen |
| Sonstiges | nur bei trockenem Wetter |
| Anbieter und Kontakt | Artemisia GmbH & Co.KG Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen Tel. 08386 960510, veranstaltungen@artemisia.de |

Kräuterspaziergang im Artemisia-Garten

Führung mit Gärtnerin und Blühbotschafterin Felicitas Hagen



Mi. 14.05.2025
 Mi. 28.05.2025
 Mi. 18.06.2025
 Mi. 23.07.2025
 Mi. 13.08.2025
 Mi. 03.09.2025

| | |
|----------------------|---|
| Beschreibung | Im Artemisiagarten erwartet uns eine Vielfalt an Lebensräumen und eine Fülle wildwachsender und kultivierter Kräuter. Ich möchte Kenntnisse mit ihnen teilen über Namen, Merkmale, Verwendungsmöglichkeiten, Ernte u. a.. Außerdem erhalten Sie auch Einblicke in die faszinierenden Beziehungen von Kräutern und Insekten und Tipps, wie Sie ihnen Lebensraum bieten können. |
| Treffpunkt | 15:00 Uhr Parkplatz Artemisia Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen |
| Strecke/Dauer | 1,5 bis 2 Stunden |
| Preis p. P. | 14 €; Kinder frei oder ermäßigt |
| Anmeldung | bis spätestens 12:00 Uhr am Veranstaltungstag |
| Teilnehmer | 3 bis 20 Personen |
| Sonstiges | bei jeder Witterung, witterungsgerechte Kleidung, festes Schuhwerk, kinderwagengerecht |
| Gruppen | Wunschtermin auf Anfrage möglich |
| Anbieter | artemisia GmbH & Co.KG Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen |
| Kontakt | Felicitas Hagen Tel. 08384 728 f.hagen@posteo.de |

Heilsalben und Cremes

Workshop mit Allgäuer
Wildkräuterführerin und
zertif. Fachfrau für
Kräuterwissen nach
Hildegard v. Bingen
Irmgard Diem



Sa. 08.03.2025

Sa. 15.03.2025

Sa. 12.04.2025

Beschreibung Aus reinen Naturprodukten (Bio-Ölen, Bienenwachs, Wollfett, etc.) und Kräutern, Blüten, Wurzeln oder Harzen stellen wir Heilsalben und Hautpflegemittel her und erfahren mehr über deren Anwendung und Heilwirkung. Die Haut ist das größte Organ des Menschen und erfüllt eine Vielzahl wichtiger Funktionen zur Gesundhaltung unseres Körpers. Wir füllen die Salben und Cremes zum Mitnehmen ab (Tiegel sind vorhanden).

Treffpunkt 14:00 Uhr
Stuibenweg 14, 88239 Wangen

Strecke / Dauer 3 Stunden

Preis p. P. 30 € inkl. Skript und Material, Tee und Kräutersnack

Anmeldung bis spätestens 2 Tage vor Termin

Teilnehmer 5 bis 15 Personen

Sonstiges rollstuhlgerecht

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter und Kontakt Irmgard Diem
Stuibenweg 14, 88239 Wangen
Tel. 07522 1566 oder 0170 8553049
irmgard@familie-diem.de



Mit den wilden Heilpflanzen durch die Trauer

Geführte Wanderung
und Workshop mit
Allgäuer Wildkräuterführerin und Natur
Resilienz Trainerin
Birgitta Haug



Fr. 28.03.2025

Fr. 25.04.2025

Fr. 16.05.2025

Fr. 13.06.2025

Beschreibung Hilfreiche Heilpflanzen begleiten Menschen im Trauerprozess und zeigen, wie wohlthuend sie Körper und Seele unterstützen können. Gemeinsam entdecken wir pflanzliche Begleiter, die Trost spenden, den emotionalen Heilungsprozess fördern und Raum für Selbstfürsorge schaffen. Eine einfühlsame Mischung aus Theorie und praktischer Anwendung eröffnet neue Wege, um sich in Zeiten des Abschieds zu stärken und sanfte Momente der Ruhe zu finden.

Treffpunkt 13:00 Uhr
Steinmanufaktur Steffi Schneider
Spinnereigarten 4, 88239 Wangen

Strecke / Dauer 2 km / 4 Stunden

Preis p. P. 49 €

Anmeldung bis spätestens 24 Stunden vor Termin

Teilnehmer max. 12 Personen

Sonstiges wetterfeste Kleidung

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter und Kontakt Birgitta Haug
Faustin-Mennel-Straße 15, 88239 Wangen
Tel. 0152 34586040, birgitta.haug@email.de



Frühjahrskräuter, in Küche und für die Hausapotheke

Führung mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Sandra Rädler



Sa. 12.04.2025

Sa. 19.04.2025

Beschreibung Der Frühling ist die Zeit des Aufbruchs. Der Winter ist vorbei und die ersten wärmenden Sonnenstrahlen locken uns hinaus. Die Kräutervelt lockt uns mit ihren zarten Sprossen und schenkt uns so eine Fülle an Mineralstoffen und Vitaminen, die das letzte bisschen Frühjahrs Müdigkeit aus uns herastreibt. Es ist, als ob uns die Natur aufruft, uns neue Kraft und Vitalität zu holen. Im Frühjahr beschenkt uns die Natur besonders reich mit vielen frischen Wildkräutern die wir in den täglichen Speiseplan integrieren können. Die ersten zarten Sprossen von Giersch, Brennnessel, Löwenzahn, Brunnenkresse, Bärlauch und Vielem mehr beginnen zu sprießen. Gemeinsam stellen wir ein Wildkräutersalz her, welches ihr mit nach Hause nehmen dürft.

Treffpunkt 10:00 Uhr
Bienengärtle, Imkerpavillon auf dem LGS-Gelände neben dem Kletterturm, 88239 Wangen

Strecke/Dauer 0,5 km / 1,5 Stunden

Preis p. P. 15 €

Anmeldung bis spätestens eine Woche vor Termin

Teilnehmer 4 bis 12 Teilnehmer

Sonstiges nur bei trockenem Wetter

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter Bezirksimkerverein Wangen im Allgäu e. V.
Seestraße 7/1, 88239 Wangen im Allgäu

Kontakt Sandra Rädler
Tel. 0152 06545406, sandra.raedler@web.de

Bärlauch – bärkenstarker Frühlingsbote



Mo. 31.03.2025

Mo. 07.04.2025

Führung & Workshop
mit Allgäuer
Wildkräuterführerin
Margit Lehle

Beschreibung Gemeinsam werden wir den kraftvollen Bärlauch im Kräutergarten sammeln, um ihn anschließend in der Kräuterwerkstatt näher kennenzulernen und zum Heilmittel zu verarbeiten. Abschließend genießen wir in gemütlicher Runde die von uns im Steinbackofen frisch gebackenen Kräutersemmel mit einem leckeren bärnstarken Aufstrich.

Treffpunkt 09:30 Uhr
Allgäuer Kräuterplätzle, Faustin-Mennel-Straße 13
88239 Wangen-Roggenzell

Strecke/Dauer 2,5 bis 3 Stunden

Preis p. P. 28 € inkl. Essen, Getränk, Materialkosten und Skript

Anmeldung bis spätestens 3 Tage vor Termin

Teilnehmer 5 bis 6 Personen

Sonstiges nur bei trockener Witterung, nicht rollstuhl- und kinderwagengerecht, bitte 2 Gläschen (ca. 100 ml) mitbringen

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter und Kontakt Margit Lehle
Faustin-Mennel-Straße 13
88239 Wangen-Roggenzell
Tel. 07528 6933, male@kraeuterplaetzle.de

Salben rühren im Einklang mit der Natur

Workshop mit FNL-Kräuterexpertin Tamara Leuthe



Mi. 29.01.2025 | 18:00 Uhr
So. 23.02.2025 | 10:00 Uhr
So. 25.05.2025 | 15:00 Uhr
Fr. 01.08.2025 | 13:00 Uhr
Sa. 25.10.2025 | 09:00 Uhr

Beschreibung Erlebe einen besonderen Kurs, in dem wir gemeinsam achtsam wohltuende Salben herstellen – inspiriert von den Schätzen der Natur und den Energien des Jahreskreises. Entdecke spannendes Pflanzenwissen und die vielseitigen Anwendungen von Harzen, Blüten und Kräutern. In einer entspannten Gemeinschaft genießen wir eine Tasse Tee, tauschen uns aus und gestalten in Ruhe ein eigenes kleines Naturheilmittel. Lass dich von der Magie der Natur berühren und nimm wertvolles Wissen und selbstgemachte Produkte mit nach Hause.

Treffpunkt Gemeinschaftsraum Tourist-Information Hauptstraße 14, 88171 Weiler-Simmerberg

Strecke/Dauer 3 Stunden

Preis p. P. 30 € inkl. Skript, Tee, Snack und 2 kleine Gläser Balsam

Anmeldung bis spätestens 1 Tag vor Termin

Teilnehmer 5 bis 12 Personen

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter und Kontakt Tamara Leuthe
Hausbachstraße 20, 88171 Weiler-Simmerberg
Tel. 0151 43228772, familieleuthe@gmx.de
tamarasbuntekraeuterwelt.de

Wildkräuterführungen mit saisonalen Themen

Geführte Wanderung mit zertifizierter Wildkräuterführer/in



Sa. 03.05.2025
Sa. 07.06.2025
Sa. 05.07.2025
Sa. 02.08.2025
Sa. 06.09.2025
Sa. 04.10.2025

Beschreibung Bei einer geführten Wildkräuterwanderung mit verschiedenen Themenschwerpunkten (z. B. Detox, Kulinarisches und Heilsames von Bäumen) lernen Sie heimische Wildkräuter kennen – eine besondere Art, sich dem Thema Kräuter zu nähern. Die genauen Themen finden Sie in der Veranstaltungsübersicht am Beginn der Broschüre oder im Online-Veranstaltungskalender.

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

Strecke/Dauer ca. 3 km/ 1,5 bis 2 Stunden

Preis p. P. 10 €, Kinder zwischen 6–14 Jahre 5 €

Anmeldung bis spätestens um 12 Uhr, 1 Tag vor Termin

Teilnehmer 5 bis 20 Personen

Sonstiges festes Schuhwerk erforderlich

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter und Kontakt Tourist-Information Weiler-Simmerberg
Hauptstraße 14, 88171 Weiler im Allgäu
Tel. 08387 39150, info@weiler-tourismus.de

Wilde Wasser und wilde Kräuter

Geführte Wanderung
mit zertifizierter
Wildkräuterführer/in



Sa. 14.06.2025 | 9:00 Uhr
Sa. 19.07.2025 | 14:00 Uhr

Beschreibung Wir laufen am 14.06. 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. Am 19.07. wandern wir durch die Hausbachklamm und entdecken die Vielfalt der Natur und der heimischen Wildkräuter. Am Grillplatz können bei einer kleinen Pause Wildkräuterprodukte verkostet werden.

Treffpunkt Vor dem Rathaus
Kirchplatz 1, 88171 Weiler im Allgäu

Strecke/Dauer ca. 8 km / ca. 4 Stunden

Preis p. P. 15 €

Anmeldung bis spätestens um 12 Uhr, 1 Tag vor Termin

Teilnehmer 5 bis 20 Personen

Sonstiges festes Schuhwerk erforderlich

Gruppen Wunschtermin auf Anfrage möglich

Anbieter und Kontakt Tourist-Information Weiler-Simmerberg
Hauptstraße 14, 88171 Weiler im Allgäu
Tel. 08387 39150
info@weiler-tourismus.de



Kräuterworkshops mit saisonalen Themen

Workshops mit
zertifizierter
Wildkräuterführer/in



Sa. 03.05.2025 | 12:00 Uhr
Kräutersuppe und Kräutersalz
Fr. 15.08.2025 | 9:00 Uhr
Kräuterboschen binden
Sa. 25.10.2025 | 9:00 Uhr
Engelwurzsalbe herstellen

Beschreibung Die Workshops greifen verschiedene Themen auf und geben spannende Einblicke in die faszinierende Welt der Wildkräuter.

Treffpunkt Leseraum in der Tourist-Information
Hauptstraße 14, 88171 Weiler im Allgäu

Strecke/Dauer 3 Stunden

Preis p. P. 30 €

Anmeldung bis spätestens um 12 Uhr, 1 Tag vor Termin

Teilnehmer 5 bis 12 Personen

Anbieter und Kontakt Tourist-Information Weiler-Simmerberg
Hauptstraße 14, 88171 Weiler im Allgäu
Tel. 08387 39150
info@weiler-tourismus.de





Kräutergärten



Artemisia – Allgäuer Kräutergarten

in Stiefenhofen-Hopfen

Artemisia ist ein Ort der Begegnung zwischen uns Menschen und den Heilpflanzen unserer Heimat. Das Gelände wird bewusst gestaltet und somit die Kulturlandschaft der Region belebt. Es soll ein Ort für Menschen, Pflanzen und Tiere gleichermaßen sein.

In der Gärtnerei werden mehr als 200 verschiedene Kräuter und Heilpflanzen zum Verkauf angeboten.

Die Teestube lädt zum Verweilen ein, es gibt einen Mittagstisch, Kaffee, Tee und Kuchen, alles selbstverständlich in Bio-Qualität. Im Hofladen erwartet Sie ein großes Angebot an eigens hergestellten Produkten, Büchern und Bio-Lebensmitteln. Auch lohnt sich ein Blick in unseren Veranstaltungskalender.



Artemisia – Allgäuer Kräutergarten

Hopfen 29, 88167 Stiefenhofen

Tel. 08386 960510, 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.



„Fruchtbares“ – Biolandwirtschaft & Kräutergarten

in Bodnegg

Bei Fruchtbares geht es um die biologische Vielfalt! Diese auf unseren Feldern und Wiesen gezielt durch Humusaufbau und Artenvielfalt zu stärken, macht unsere Böden mit ihrer Pflanzen- und Tierwelt sowie die Gesundheit von uns Menschen zu Gewinnern! In der Biolandwirtschaft in Bodnegg mit Gärten und Landküche wird im Bauerngarten, in Permakultur und Kräutergarten der Bio-Gedanke gelebt. Hier wird Gästen gezeigt, wie Landwirte und Unternehmen sich beim Schutz unserer Böden intelligent vernetzen können und wie regenerative Landwirtschaft von uns allen gestärkt werden kann. Verbraucher erleben, wie aus diesen hochwertigen garteneigenen Rohstoffen ungewöhnliche kreative Genüsse entstehen, welche dann im Hofladen verkauft werden.



Fruchtbares UG

Seminarräume – Kochstudio-Hofladen – Bio Landwirtschaft
Buch 7, 88285 Bodnegg

Tel. 07520 9409650, info@fruchtbares.de, www.fruchtbares.de

Öffnungszeiten des Bio-Delikatessen Hofladen:
Mo. bis Fr. 10–16 Uhr, Sa. 10–13 Uhr

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
www.wangen-tourismus.de

Das Kräutergärtle ist öffentlich zugänglich.
Führungen sind möglich.



Superfood Wildkräutergarten

in Stockenweiler-Hergensweiler

Eine große, aus Weide geflochtene Kräuterspirale bildet das Herz des Kräutergartens. Viele einheimische Heil- und Wildpflanzen, die unseren Speiseplan bereichern und durch ihre kraftvollen Inhaltsstoffe als Superfood bezeichnet werden können, wachsen und gedeihen hier.

Bei unterschiedlichen Workshops werden diese Kraftpflanzen zu leckeren Speisen oder zur privaten Heilmittelherstellung entdeckt und verarbeitet.

Die frisch geernteten Heil- und Würzkräuter werden getrocknet, verarbeitet und als Teemischungen, Kräutersalze, Badezusätze und vielem anderen nach den Kursen, bzw. terminlicher Absprache verkauft.

Verantwortlich für den Garten ist Heidi Prinz, Kräuterfrau und zertifizierte Allg. Wildkräuterführerin sowie Heilkräuterpraktikerin nach Hildegard v. Bingen.



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, Workshops & Führungen sind nach Absprache gerne möglich.



Das kleine Wildkräuter-ABC

zusammengestellt von Gerti Epple,
2. 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 | gleicht unser Gemüt aus |
| N | Nachtviole | für schöne Haut |
| O | Odermennig | reinigt unseren Körper |
| P | Pfefferminze | kühlt erhitze Gemüter |
| Q | Quendel | schützt vor Ansteckung |
| R | Rotklee | als Lebenselixier im Alter |
| S | Schafgarbe | bei tiefen Wunden |
| T | Taubnessel, weiß | hilfreich fürs Wasserlassen |
| V | Veilchen | gibt Gelassenheit |
| W | Wegwarte | fördert die Intuition |
| Y | Ysop | gegen Melancholie |
| Z | Zinnkraut | stärkt das Bindegewebe |

www.wildkraeuterfrau.info

Weitere Kräuter- experten und Seminare

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 traditi- onelles Kräuterwissen

Der Verein fördert das Wissen um heimische Wildkräuter und deren Bedeutung für Mensch und Natur. Ziel ist der Erhalt von Traditionen, die Pflege wertvoller Wildkräuterstandorte und die Förderung der Artenvielfalt im Allgäu.

Unser Angebot für Mitglieder:

- ◇ Vermittlung von altem Kräuterwissen: Traditionen, Bräuche, und Anwendung von Wildkräutern
- ◇ Fortbildungen: Jahresausbildungen, Seminare, Workshops und Kochkurse rund um Kräuter
- ◇ Kräuterführungen: Thematische Führungen wie „Kräuter des Sommers“ oder „Alpenkräuter“
- ◇ Kräutermärkte: Teilnahme und Präsentation vor Ort
- ◇ Allgäuer Wildkräuterkongress: Alle zwei Jahre – der 6. Kongress findet am 1. und 2. Mai 2025 statt
- ◇ Kräuteraanbau: Unterstützung beim Anbau von heimischen Kräutern, auch im KräuterLandGarten
- ◇ Kräuterstammtische: Austausch und Zusammenarbeit bei regelmäßigen Treffen
- ◇ Fachberatung: Unterstützung für Kräuterinteressierte



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. 08386 2190
info@ferienhof-baur.de
www.ferienhof-baur.de

Kräuterlandhof Tannenhof

Heidrun und Gottfried Epple
Oberschwabenstr. 16a, 88145 Opfenbach
Tel. 08385 923051
urlaub@tannenhof-allgaeu.de
www.tannenhof-allgaeu.de



Weitere Informationen unter:
www.allgaeuer-kraeuterland.de



Kräuter- und Töpfermarkt in Weiler-Simmerberg

Termin:

27.04.2025 von 10:00 bis 18:00 Uhr auf dem Kirchplatz, um das Rathaus und am Hausbach

Der Kräuter- und Töpfermarkt findet rund um das Rathaus in Weiler statt. Neben den Verkaufsständen gibt es im Kornhaus Vorträge zu dem Thema Wildkräuter sowie geführte Exkursionen durch den Allgäuer Kräuterland e.V.



Tourist-Information Weiler-Simmerberg
Hauptstraße 14, 88171 Weiler im Allgäu
Tel. 08387 39150
info@weiler-tourismus.de
www.weiler-simmerberg.de

PILZE Intensivseminar – Speisepilze und Giftpilze

Das Pilzseminar bringt Ihnen die heimische Welt der Pilze näher – ob Speise- oder Giftpilz. Nach einer Kennenlernrunde am Seminarplatz der örtlichen Gemeinde geht es schon in die Praxis. Mittags wird eine tolle Waldbrotzeit verköstigt und nach der Wanderung dann die hervorragenden Waldpilze auf dem offenen Feuer verarbeitet. Am Folgetag werden wir einen weiteren zauberhaften Wald besichtigen und den Programmablauf wie am ersten Tag beibehalten und vollenden.

Termine/Preise 2025

| | |
|-----------------------|-----------------------|
| 15.08. bis 16.08.2025 | 06.09. bis 07.09.2025 |
| 23.08. bis 24.08.2025 | 20.09. bis 21.09.2025 |
| 30.08. bis 31.08.2025 | 04.10. bis 05.10.2025 |

171 € pro Person inkl. Verpflegung

| | |
|-------------|---|
| Treffpunkt | 08:45 Uhr Parkplatz Hinterschweinhöf 88179 Oberreute |
| Länge/Dauer | 3 km / 14 bis 15 Stunden |
| Anmeldung | bis 1 Woche vor Seminarbeginn über die Homepage www.allgaeu-mogli.com |
| Teilnehmer | mindestens 5 Personen |
| Sonstiges | Festes Schuhwerk, witterungsgerechte Kleidung, Pilzkorb und Pilzmesser mitbringen |
| Gruppen | Wunschtermin auf Anfrage möglich |



Info und Buchung beim Anbieter:

Rick Frommknecht
Allgäu Mogli – Pilzsachverständiger und Volksheilkundler
Hauptstraße 89, 88161 Lindenberg im Allgäu
allgaeu-mogli@posteo.de
www.allgaeu-mogli.com

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 oder 7 Übernachtungen inkl. der basenfasten Verpflegung nach der Wacker-Methode
- ◇ Einführung in die Basenfasten-Kur und Tipps für eine basenreiche Ernährung nach der Basenfasten-Zeit
- ◇ Kräutertee, Quellwasser, Ingwerwasser rund um den Tag
- ◇ 2 x Rückenmassage à 30 Minuten (oder 1 x 60 min)
- ◇ 2 x Basenfußbad zum Entschlacken
- ◇ Leberwickel zum Ruhen auf dem Zimmer
- ◇ 2 x 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 2025

**5 Tage 934 € / 7 Tage 1.187 € im EZ „Heilkräuter“
Doppelzimmer-Varianten auf Anfrage**

Kräutererlebnisse im Natur-Landhaus Krone

Leistungen

- ◇ 2 Übernachtungen im neuen komfortablen Heilkräuterzimmer des Biohotels Natur-Landhaus Krone
- ◇ 2 x Frühstücksbuffet mit regionalen Produkten
- ◇ Genießer-Soulfood-Menü inkl. Nachmittagskuchenbuffet
- ◇ Freie Nutzung von Panorama-LoungePool, Wellnessbereich, Tennisplätzen und Wellnessgarten

Termine/Preise 2025

Ganzjährig buchbar von Montag bis Freitag

EZ 301 €

DZ für 2 Personen 618 €



Info, Buchung und weitere Angebote beim Anbieter:
Biohotel Natur-Landhaus Krone
Sandra und Frank Übelhör
Kirchweg 2, 88167 Maierhöfen
Tel. 08383 254, info@naturlandhaus-krone.de
www.naturlandhaus-krone.de

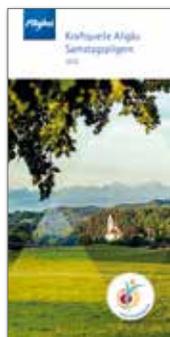
Pilgern – Zeit des Aufbruchs

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.

Diese Programmhefte erhalten Sie kostenlos bei den örtlichen Tourist-Informationen oder im Internet unter www.westallgaeu.de:

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.



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 erhalten Sie eine informative Unterstützung zu sehenswerten Punkten, ÖPNV und vielem mehr.



Impressum

Herausgeber

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



Westallgäu
Alpenland 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

ciwi-design

Druck

Holzer Druck und Medien
88171 Weiler-Simmerberg



Bildnachweise

Landratsamt Lindau/Frederick Sams
außer:

Scheidegg Tourismus | S. 16, 30
Photocase, deyangorgiev | S. 23
Tourist-Information Weiler | S. 25
Rick Frommknecht | S. 26
Aurelia Nachbaur | S. 28
Miriam Geisler | S. 34
Fotodesign Singer | S. 46
Georgia Mühleis | S. 47
Naturlandhaus Krone | S. 56, 57

Alle Angaben ohne Gewähr. Stand: Dezember 2024

Weitere Informationen

Tourismus Württembergisches Allgäu

Kontakt über Geschäftsstelle Gästeamt Wangen

Bindstraße 10

88239 Wangen

Tel. +49 7522 74211

info@wuerttembergisches-allgaeu.info

www.wuerttembergisches-allgaeu.info

Westallgäu Tourismus e. V.

Kontakt über Tourist-Information Lindenberg

Museumsplatz 1

88161 Lindenberg

Tel. +49 8381 9284310

info@westallgaeu.de

www.westallgaeu.de