

Es ist empfehlenswert, wenn Sie eine Taschenlampe für ihre Orientierung „persönlich“ mitbringen. Der Abendspaziergang mit Willibald Josef Gruber findet je nach Witterungslage statt.

**Zeit:** 19:00 – ca. 20:00 Uhr  
**Treffpunkt:** „Marktplatz beim Kriegerdenkmal“ in Bad Grönenbach ab 18:45 Uhr  
**Tour:** Vom Marktplatz aus nach Süden, mit Rundkurs wieder zurück (ca. 2 km maximal)  
**Kosten:** keine  
**Anmeldung:** ja  
**Kontakt:** Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach, Marktplatz 5, Tel. 08334-60531, gaesteinfo@bad-groenenbach.de, www.bad-groenenbach.de

#### Freitag, 09. Oktober 2015, Bad Wörishofen

##### Spirituelle Wanderung „Bunt sind schon die Wälder“

Pfarrerin Frau Susanne Ohr führt Sie hinaus in die wunderbare Natur. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt.

**Zeit:** 15:00 – 16:45 Uhr  
**Treffpunkt:** Gradieranlage, Stadtplan D4  
**Kosten:** keine  
**Anmeldung:** nein  
**Kontakt:** Pfarrerin Susanne Ohr, susanne.ohr@elkb.de, Tel. 08247-962980

#### Freitag, 09. Oktober 2015, Kirchheim

##### Wandern, skaten, laufen zwischen Mindel und Flossach – jeder wie er mag! Für alle von 0 – 100 Jahre!

**Zeit:** 14:00 – 15:00 Uhr  
**Treffpunkt:** Parkplatz am Hollweiher  
**Anmeldung:** keine  
**Kosten:** keine  
**Kontakt:** Christine Vogginger, Tel. 08266-869486, c-vogginger@web.de

#### Freitag, 09. Oktober 2015, Memmingen

##### Führung „Zauber der Memminger Altstadt – Nordstadt“

Ein abendlicher Spaziergang durch die historische Altstadt lässt die Jahrhunderte schmelzen und in eine vergangene Zeit eintauchen. Mit Charme und Fachwissen fügen unsere Gästeführerinnen die steinernen Zeugen früherer Jahrhunderte, die ereignisreiche Geschichte der Stadt, sowie fröhliche Sagen und schaurig-schöne Begebenheiten zu einem bunten Puzzle „Memmingen – mittelalterlich, magisch, malerisch“ zusammen.

**Zeit:** 19:00 – ca. 20:30 Uhr  
**Treffpunkt:** am Marktplatz am Brunnen  
**Kosten:** 5 € p.P., Kinder bis einschließlich 12 Jahre sind frei  
**Anmeldung:** nein  
**Kontakt:** Stadtinformation Memmingen, Marktplatz 3, Tel. 08331-850173, info@memmingen.de

#### Freitag, 09. Oktober 2015, Bad Grönenbach

##### Durch Feld und Flur auf dem Naturerlebnispfad

Der neu eröffnete „Naturerlebnispfad für Biene, Hummel, Mensch & Co“ bietet Faszination, Kurzweil und Hintergründe aus der Welt der fliegenden Blütenbesucher und der Kulturlandschaft. Der Rundweg verbindet unterschiedliche Natur- und Kulturlandschaftsräume in der Bad Grönenbacher Flur und lässt staunen, was da so kriecht, fliegt und krabbelt. Erfahren Sie bei dieser von Projektinitiator Marcus Haseitl geführten Wanderung mehr zu unserer Landschaft, die wir als Wanderer doch so schätzen. Wetterfeste Kleidung und gutes Schuhwerk sind erforderlich.

**Zeit:** 14:30 – 17:00 Uhr  
**Treffpunkt:** Sportplatz Westseite Schlossberg (Startpunkt Naturerlebnispfad)  
**Tour:** 6 km  
**Kosten:** keine  
**Anmeldung:** nein  
**Kontakt:** Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach, Marktplatz 5, Tel. 08334-60531, gaesteinfo@bad-groenenbach.de, www.bad-groenenbach.de

#### Freitag, 09. Oktober 2015, Ottobeuren

##### „Geocaching-Tour für Einsteiger“ mit Alexandra Giuliani

...ein kniffliger und schöner Spaziergang rund um die Basilika

Für alle, die Geocaching ausprobieren und mal reinschnuppern möchten, ist die Tour „Sightseeing Ottobeuren“ bestens geeignet. Die Strecke führt ausschließlich über befestigte Wege, so dass sie auch problemlos mit Kinderwagen gemeistert werden kann.

Geocaching ist die moderne Variante der Schatzsuche mit GPS-Gerät, auch GPS-Schnitzeljagd genannt. Die Verstecke, kurz „Caches“, werden anhand geographischer Koordinaten gesucht und hoffentlich dann auch gefunden.

**Zeit:** 14:30 – 16:30 Uhr (mit Einführung)  
**Treffpunkt:** Haus des Gastes (Leseraum)  
**Tour:** ca. 3,5 km  
**Kosten:** 3 €  
**Anmeldung:** ja, bis Mittwoch 7.10.; Maximale Teilnehmerzahl: 15 Personen  
**Kontakt:** Touristikamt Kur & Kultur Ottobeuren, Tel. 08332-921950, touristikamt@ottobeuren.de

#### Samstag, 10. Oktober 2015, Mindelheim

##### Walderlebnistag für Kinder und Jugendliche von 7 bis 12 Jahren

Hast Du Lust, Dich auf die Suche zu machen nach dem verlorenen Schatz der Wanderpiraten? Gemeinsam können wir es schaffen, unterwegs die kniffligen Aufgaben zu lösen und am Ende den Schatz zu finden! Zur Belohnung winkt dann ein knisterndes Lagerfeuer mit leckerem Stockbrot! Kommst Du mit? Bitte mitbringen: Ausreichend Getränke und Brotzeit, gutes Schuhwerk, wetterangepasste Kleidung, Schnitzmesser. Bei starkem Regen entfällt der Walderlebnistag mit Susanne Streitel.

**Zeit:** 10:00 – ca. 16:00 Uhr  
**Treffpunkt:** Reitanlage Mindelheim, Memminger Str. 48b  
**Tour:** Bergwald Mindelheim  
**Kosten:** 18 €  
**Anmeldung:** ja  
**Kontakt:** VHS Mindelheim, Maximilianstraße 60, Tel. 08261-9124, info@vhs-ua.de

#### Samstag, 10. Oktober 2015, Bad Grönenbach

##### Wanderung „Nach Illerbeuren“ mit den Wanderführerinnen Inge Körner und Marlies Polgar

Wir wandern von Bad Grönenbach bis Kronburg auf dem Jakobus-Weg, vorbei am Rechenberghaus, mit Blick auf die Illerschleife weiter nach Kronburg. Dort nehmen wir einen Waldweg bis Illerbeuren (dort Einkehr Bauernhofmuseum). Rückfahrt mit dem Bus.

**Zeit:** 13:30 – ca. 17:45 Uhr  
**Treffpunkt:** Marktplatz Bad Grönenbach  
**Tour:** ca. 12 km  
**Kosten:** 4 € Busticket  
**Anmeldung:** bis Freitag, 09. Oktober, 16 Uhr; Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen  
**Kontakt:** Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach, Marktplatz 5, Tel. 08334-60531, gaesteinfo@bad-groenenbach.de, www.bad-groenenbach.de

#### Samstag, 10. Oktober 2015, Ottobeuren

##### Trimm-Trab und Nordic Walking ins Grüne

Alle, die an einem Ausdauertraining an frischer Luft interessiert sind, werden dazu recht herzlich eingeladen. Anfänger sind willkommen.

**Zeit:** 15:00 – 16:15 Uhr  
**Treffpunkt:** Waldparkplatz Ottostraße  
**Tour:** ca. 10 km  
**Kosten:** keine  
**Anmeldung:** nein  
**Kontakt:** Touristikamt Kur & Kultur Ottobeuren, Tel. 08332-921950, touristikamt@ottobeuren.de

#### Sonntag, 11. Oktober 2015, Dirlwang

##### Wurzelspaziergang

Die Herbstzeit ist die Zeit, in der sich die Kräfte in der Natur zurückziehen. Zusammen mit Heilpraktikerin Daniela Schäffler werden Sie sich „Wurzelpflanzen“ wie Beinwell, Engelwurz, Braunwurz, Karde an ihrem Standort in der Natur ansehen. Die Engelwurz wird dann in weiteren Kursen der VHS Mindelheim verarbeitet.

**Zeit:** 13:00 – ca. 15:00 Uhr  
**Treffpunkt:** Dirlwang, Parkplatz Sparkasse, Mindelheimer Str. 30  
**Kosten:** 14 €  
**Anmeldung:** ja  
**Kontakt:** VHS Mindelheim, Maximilianstraße 60, 87719 Mindelheim, Tel. 08261-9124, info@vhs-ua.de

#### Sonntag 11. Oktober 2015, Ottobeuren

##### Mit Kneipp zur Westlichen Güz – Kultur in der Natur

Peter Guggenberger-Waibel führt auf Kneipps Spuren zu Kultur- und Naturschätzen rund um das Tal der Westlichen Güz

**Zeit:** 9:30 – 13:00 Uhr  
**Treffpunkt:** Parkplatz an der Sportwelt  
**Tour:** 14 km

**Kosten:** keine  
**Anmeldung:** nein  
**Kontakt:** Touristikamt Kur & Kultur Ottobeuren, Tel. 08332-921950, touristikamt@ottobeuren.de

#### Sonntag, 11.10.2015, Bad Wörishofen

##### Unterallgäuer Pilgerwanderung 2015

Auf dem Jakobsweg durchs Unterallgäu führt die diesjährige Unterallgäuer Pilgerwanderung von Bad Wörishofen zur Katzbrui-Mühle bei Königstried.

Alle Pilgerfreunde sind dieses Jahr nach Bad Wörishofen eingeladen, um von dort aus auf ca. 17 km Wegstrecke zur Katzbrui-Mühle zu wandern. Treffpunkt ist um 6:30 Uhr morgens am Parkplatz in der Mindelheimer Straße (Ortsausgang Richtung Dorschhausen) in Bad Wörishofen. Hier stehen Parkplätze zur Verfügung. Bei einem gemeinsamen Mittagessen in der Katzbrui-Mühle geht die Unterallgäuer Pilgerwanderung zu Ende. Ein Bus bringt die Wanderer im Anschluss daran ab etwa 14 Uhr zurück nach Bad Wörishofen. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt, die Teilnahme ist kostenlos.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, erleichtert den Organisatoren aber die weitere Planung. Verpflegung für unterwegs sowie festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung sollten mitgebracht werden. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr, der Veranstalter übernimmt keine Haftung oder Gewähr. Für den Bus ist ein kleiner Unkostenbeitrag zu bezahlen. Über den genauen Ablauf der Wanderung informiert das Tourismus- und Freizeitportal des Landkreises unter [www.tourismus-unterallgaeu.de](http://www.tourismus-unterallgaeu.de). Die Organisation übernimmt auch in diesem Jahr die Unterallgäuer Projektgruppe „Pilgerwege“ in Zusammenarbeit mit der Unterallgäu Aktiv GmbH.

Weitere Informationen gibt es bei Tobias Klöck von der Unterallgäu Aktiv GmbH unter Tel. 08247-99890-11 oder per Mail an [kloeck@unterallgaeu-aktiv.de](mailto:kloeck@unterallgaeu-aktiv.de).

#### Impressum

Veranstalter: Landkreis Unterallgäu

Herausgeber: Unterallgäu Aktiv GmbH, Kneippstr. 2, 86825 Bad Wörishofen, Tel. 08247-998900, [info@unterallgaeu-aktiv.de](mailto:info@unterallgaeu-aktiv.de), [www.unterallgaeu-aktiv.de](http://www.unterallgaeu-aktiv.de) im Auftrag des Landkreises Unterallgäu

Gestaltung und Druck: Druckerei Wagner GmbH, Fellhornstraße 15, 87719 Mindelheim, Tel. 08261-71070, [info@druckerei-wagner.de](mailto:info@druckerei-wagner.de), [www.druckerei-wagner.de](http://www.druckerei-wagner.de)

Bildnachweis: Stefanie Vögele

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

Allgäu®

## 4. Unterallgäuer Wanderherbst

03. bis 11. Oktober 2015

[www.wanderportal-unterallgaeu.de](http://www.wanderportal-unterallgaeu.de)

Mit Unterallgäuer Pilgerwanderung am Sonntag, 11. Oktober

kneipp-land®  
unterallgäu

Bayern

**Samstag, 03. Oktober 2015, Wolfertschwenden**

### Themenwanderung zu den Geologischen Orgeln

Geduldig sein bedeutet, warten können. Wünsche und Sehnsüchte loslassen, in der Folge geschehen lassen und zulassen, was kommt. Geduld ist auch, wenn wir Schwierigkeiten mit Gelassenheit und Standhaftigkeit entgegenreten. Aber wie komme ich da hin? Mit Impulsen zu den Themen „Loslassen“, „Annehmen“ und „Entschleunigen“ werden wir uns mit der Energie der Geologischen Orgeln auftanken und stärken, um mehr Geduld und Gelassenheit in uns Raum zu geben.

**Zeit:** 14:00 – ca. 17:00 Uhr  
**Treffpunkt:** Wolfertschwenden-Niederdorf, Georg-Schnadel-Weg (Parkplatz bei der Kirche)  
**Tour:** insgesamt ca. 4-5 km – Laufzeit: 2x ca. 30 Minuten  
**Kosten:** 5 €  
**Anmeldung:** ja, bis Donnerstag, 01. Oktober  
**Kontakt:** Robert Wörz, Memmingen, Tel. 0175-9724044

**Samstag, 03. Oktober 2015, Bad Grönenbach**

### Wanderung „Auf den Spuren des Geologen Albrecht Penck und der Kelten“

Von Bad Grönenbach aus quer durch das Iller-Urstromtal auf den Ablagerungen der Alpeneiszeiten zum Albrecht Penck (1858-1945) – Gedenkstein am Falken. Aufstieg zum Falken, Besichtigung der historischen Keltenschanze und der 1821 abgebrochenen Burg Falken. Abstecher zu den Hügeln einer alten Raubritterburg. Wanderung auf dem Höhenrücken zum Fischteich hinunter, über einen zweiten kleinen Bergrücken ins Tal zur Ehwiesmühle (dort Einkehr). Rückfahrt mit dem Bus. Halbtageswanderung ins Tal der Ehwiesmühle mit Wanderführer Klaus Verch.

**Zeit:** 13:30 – 18:00 Uhr  
**Treffpunkt:** Marktplatz Bad Grönenbach  
**Tour:** ca. 12 km  
**Kosten:** 4 € Busticket  
**Anmeldung:** ja, bis Donnerstag, 01. Oktober, 16 Uhr, Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen  
**Kontakt:** Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach, Marktplatz 5, Tel. 08334-60531, gaesteinfo@bad-groenenbach.de, www.bad-groenenbach.de

**Samstag, 03. Oktober 2015, Memmingen**

### Führung auf dem Alten Friedhof – Brauereien II

Memmingen hatte im 18. und 19. Jahrhundert bis zu 28 Brauereien. Von ca. einem Dutzend Brauereibesitzern haben sich auf dem Alten Friedhof die Grabstätten erhalten. Die Führung erzählt die Biografien dieser Familien, geht aber auch auf die Geschichte des Brauens, des Hopfenbaus ein und berichtet auch allerhand Vergnügliches rund ums Bier.

**Zeit:** 11:00 – 12:00 Uhr  
**Treffpunkt:** am Eingang des Friedhofs in der Augsburgs Straße  
**Kosten:** keine, über Spenden freut sich der Veranstalter Förderverein Alter Friedhof Memmingen e. V.  
**Anmeldung:** nein  
**Kontakt:** Stadtinformation Memmingen, Marktplatz 3, Tel. 08331-850173, info@memmingen.de

**Samstag, 03. Oktober 2015, Mindelheim**

### Kapellenwanderung

Begleiten Sie die Stadtführerin zur Liebfrauenkapelle, zur Herrgottsrukapelle und weiter über den Stationenweg zum Katharinenberg und den Höhenweg zur Mindelburganlage. Dort beendet die Innenbesichtigung der Burgkapelle St. Georg den Spaziergang.

**Zeit:** 14:00 – 16:30 Uhr  
**Treffpunkt:** Mindelheimer Museen, Hermelestr. 4  
**Tour:** Stationenweg zur Mindelburg  
**Kosten:** 3 €  
**Anmeldung:** ja  
**Kontakt:** Tourist-Information, Maximilianstraße 26, Tel. 08261-991520, touristinfo@mindelheim.de

**Samstag, 03. Oktober 2015, Ottobeuren**

### Trimm-Trab und Nordic Walking ins Grüne

Alle, die an einem Ausdauertraining an frischer Luft interessiert sind, werden dazu recht herzlich eingeladen. Anfänger sind willkommen.

**Zeit:** 15:00 – 16:15 Uhr  
**Treffpunkt:** Waldparkplatz Ottostraße  
**Tour:** ca. 10 km  
**Kosten:** keine  
**Anmeldung:** nein  
**Kontakt:** Touristikamt Kur & Kultur Ottobeuren, Tel. 08332-921950, touristikamt@ottobeuren.de

**Sonntag, 04. Oktober 2015, Kammlach**

### Wanderung auf der Kammlacher Runde

Die Kammlacher Runde führt von Unterkammlach zum Hollweiher, in einem weiten Bogen nach Sankt Johann und Erlenberg. Zurück wandern wir vorbei an naturbelassenen Weiher westlich von Unterkammlach zur Kapelle Sankt Sebastian. Hier spenden alte Bäume an heißen Sommertagen Schatten.

**Zeit:** 13:45 – ca. 17:00 Uhr  
**Treffpunkt:** wird bei der Anmeldung bekannt gegeben  
**Tour:** ca. 12, 5 km  
**Kosten:** keine  
**Anmeldung:** ja  
**Kontakt:** Anmeldung bei Thea Weber Tel. 08261-8583

**Sonntag, 04. Oktober 2015, Hawangen**

### Das Hundsmoor: Moorgeschichte und Moornutzung

Bei einem Spaziergang durch das herbstliche Hundsmoor wird die Geografin Eva Lenkeit die Moorentstehung, Moortypen sowie die historische und heutige Nutzung von Mooren erklären. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt.

**Zeit:** 14:00 Uhr  
**Treffpunkt:** Bahnhofstr. 78, Parkplatz am ehemaligen Bahnhof  
**Kosten:** keine  
**Anmeldung:** nein  
**Kontakt:** Stiftung KulturLandschaft Günztal, Tel. 08332-790538 (Tel. am Veranstaltungstag: 0175-5541635), info@stiftung-kulturlandschaft-guenztal.de, www.guenztal.de

**Dienstag, 06. Oktober 2015, Mindelheim**

### „Bunt sind schon die Wälder...“

Die Wanderung mit dem Stadtförster Peter Heckel führt durch den ca. zwei Quadratkilometer großen Bergwald. Neben Buchen und Fichten sind auch Lärchen, Ahorn sowie eine kleine Allee der aus Nordamerika stammenden Douglasien zu sehen.

**Zeit:** 17:00 – 18:30 Uhr  
**Treffpunkt:** Bergwaldstraße (am ehem. Geflügelhof Lederle)  
**Tour:** Spaziergang durch den Bergwald  
**Kosten:** keine  
**Anmeldung:** ja  
**Kontakt:** Tourist-Information, Maximilianstraße 26, Tel. 08261-991520, touristinfo@mindelheim.de

**Mittwoch, 07. Oktober 2015, Bad Grönenbach**

### Schamanische Meditative Medizinwanderung

Sich selbst wieder bewusster wahrnehmen und zur Ruhe kommen. Ein Rendezvous mit der Natur. Unscheinbare Wege, das leise werden der Natur und die Stille der Nacht. Sich ganz bewusst zeitnehmen und den einen Rhythmus erfahren. Ganz intuitiv und entspannt ausatmen und einatmen während wir gehen. Ruhe und Krafttanken, Entspannen und sich wieder mehr auf die eigene Mitte und die eigene Balance konzentrieren, so kann die Medizinwanderung gegangen werden. Begonnen wird mit einer umfassenden Einführung. Anschließend gehen die Wanderer in die Natur, in den Wald und in die Nacht hinein. Mit Aufmerksamkeit gegangen ist die Medizinwanderung ein kraftvolles Ritual und bringt Klarheit, Entspannung und Antworten. Die Natur ist ein Spiegel der Seele, sie dient auf den eigenen Lebensweg. Die Medizinwanderung ist Medizin für dein Herz und deine Seele, denn die Natur ist immer für uns da. Ausrüstung: Wetterentsprechende Kleidung, festes Schuhwerk, Wasser und Sitzdecke sowie eine Taschenlampe.

**Zeit:** 19:00 – ca. 21:30 Uhr  
**Treffpunkt:** wird bei Anmeldung angegeben  
**Tour:** Wälder und Natur in Bad Grönenbach ca. 6 km und 100 Höhenmeter Unterschied  
**Kosten:** 15 €  
**Anmeldung:** ja  
**Kontakt:** Constantin Bachfischer, Tel. 0176-66675981, info@all-life-balance.com, www.all-life-balance.com

**Mittwoch, 07. Oktober 2015, Bad Grönenbach**

### Wanderung „Zu den geologischen Orgeln bei Bossarts“

Die geologischen Orgeln entstanden vor rund 600.000 Jahren in der Günst- bzw. Mindelzeit. Kohlensaures Regenwasser hat an einigen Stellen die Kalksteine aufgelöst und so die trichterförmigen, teils bis zu 15 m hohen Röhren gebildet. Der Name Orgel für das Naturdenkmal leitet sich dabei von den Röhren ab, die sich wie Orgelpfeifen aneinander reihen. Die geologischen Orgeln sind als Geotope beim Bayerischen Landesamt für Umwelt registriert. Die Tour führt uns auf dem Weg der Wandertilogie durch Wiesen und Wälder mit den Wanderführerinnen Inge Körner und Marlies Polgar.

**Zeit:** 13:30 – ca. 16:45 Uhr  
**Treffpunkt:** Marktplatz Bad Grönenbach  
**Tour:** ca. 11 km  
**Kosten:** ca. 2 € Busticket (Linienbus)  
**Anmeldung:** ja, bis Dienstag, 06. Oktober, 16 Uhr, Mindestteilnehmerzahl: 8 Personen

**Kontakt:** Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach, Marktplatz 5, Tel. 08334-60531, gaesteinfo@bad-groenenbach.de, www.bad-groenenbach.de

**Mittwoch, 07. Oktober 2015, Bad Wörishofen**

### Therapiewanderung mit Atemübungen

Über den Kontakt zu den Füßen zur Erde und durch die bewusste Atmung wird wieder neue Lebensenergie, Lebenskraft und Lebensfreude geschöpft. Dieser Kurs findet bei jeder Witterung statt. Bitte bequeme Schuhe anziehen.

**Zeit:** 15:00 – 17:00 Uhr  
**Treffpunkt:** Steinbrunnen vor dem Kurhaus, Bonifaz-Reile-Weg, gegenüber Wiener Kaffeehaus  
**Tour:** ca. 3 km  
**Kosten:** 3 € ohne Kurkarte, mit Kurkarte frei  
**Anmeldung:** nein  
**Kontakt:** Gäste-Information Bad Wörishofen, Hauptstraße 16, Tel. 08247-993355, info@bad-woerishofen.de, www.bad-woerishofen.de

**Mittwoch, 07. Oktober 2015, Ottobeuren**

### Spaziergang mit dem Förster durch den Bannwald

**Zeit:** 14:00 – ca. 16:30 Uhr  
**Treffpunkt:** Waldparkplatz Ottostraße  
**Tour:** ca. 3 km  
**Kosten:** keine  
**Anmeldung:** ja  
**Kontakt:** Touristikamt Kur & Kultur Ottobeuren, Tel. 08332-921950, touristikamt@ottobeuren.de

**Donnerstag, 08. Oktober 2015, Bad Wörishofen**

### Wanderung „Wasser und Energie“

Erleben Sie bei dieser Wanderung wie Energie aus der Natur im Körper der Menschen freigesetzt wird. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt.

**Zeit:** 14:00 – ca. 17:00 Uhr  
**Treffpunkt:** Steinbrunnen vor dem Kurhaus, Bonifaz-Reile-Weg, gegenüber Wiener Kaffeehaus  
**Tour:** 4,8 km  
**Kosten:** 3 € ohne Kurkarte, mit Kurkarte frei  
**Anmeldung:** nein  
**Kontakt:** Gäste-Information Bad Wörishofen, Hauptstraße 16, Tel. 08247-993355, info@bad-woerishofen.de, www.bad-woerishofen.de

**Donnerstag, 08. Oktober 2015, Bad Grönenbach**

### Kontemplativ-meditativer Abendspaziergang

Auf dem vorgegebenen Weg um Bad Grönenbach werden an geeigneten Rastplätzen Übungen, stille Phasen, einfache (kontemplative) Meditationsübungen usw. eingebaut, um „sich zu entspannen, abzuschalten, den Tag einfach in Ruhe ausklingen zu lassen und sich auf den Schlaf bzw. die Nacht gezielt vorzubereiten.“



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