Allgäu®

GLÜCKSWEGE®

12. Unterallgäuer Wanderherbst

30. September bis 8. Oktober 2023

ua-wanderherbst.de

gluecks wege-allgaeu.de
freizeit-unterallgaeu.de

Gedruckt auf Recyclingpapier aus 100 Prozent Altpapier, ausgezeichnet mit dem Blauen Engel.

Freitag, 29. September 2023, Bad Wörishofen

„Himmels Au, licht und blau" – spirituelle Wanderung

Ganzheitlich Leben - auf den Spuren der fünf Säulen Pfarrer Sebastian Kneipps mit Pfarrerin Dr. Tatjana Schnütgen. Die Wanderung findet bei jedem Wetter in mäßigem Tempo statt. Sie sollten die nötigen gesundheitlichen Voraussetzungen für eine längere Wanderung mitbringen, sowie die Bereitschaft für Körperübungen und Stille. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	15:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt:	Gradieranlage
Weg:	teilweise unbefestigte Wege
Kosten:	kostenlos
Anmeldung:	nein
Kontakt:	Pfarrerin Dr. Schnütgen, Evangelische Kirchengemeinde, Erlöserkirche, Lindenweg 8, Tel.: 08247 9629810, www.erloeserkirche-bw.de

Samstag, 30. September 2023, Bad Wörishofen

Schnupper Waldbaden im Kur- und Heilwald – Eintauchen in die heilende Energie des Waldes

Waldbaden mit ausgebildeter Waldtherapeutin. Aus der Erholungsforschung weiß man schon lange, wie gesundheitsfördernd der Aufenthalt im Wald ist. Er lässt uns zur Ruhe kommen, erfrischt und belebt. Beim Waldbaden atmen wir tief durch und tauchen ein in die besondere Energie, die wir im Wald fühlen. Für viele Menschen sind Bäume Kraftquellen, das satte, saftige Grün der Blätter ist eine Wohltat für unser Empfinden und wirkt beruhigend auf unser Gemüt. Auf der gesamten Wegstrecke gibt es keine WC-Anlage. Allergiker bitten wir, sich vor dem Besuch des Waldes mit ihrem Arzt zu beraten. Bitte informieren Sie die Kursleitung vor Beginn des Angebots über gesundheitliche Probleme. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	14:00 – 15:30 Uhr
Treffpunkt:	Hinfahrt: Bus „Kurlinie Osterlauchdorf, Parkplatz und Haltestelle: Versunkenes Schloss"
Weg:	Waldboden
Kosten:	mit Gästekarte 11 €, ohne Gästekarte 13 €
Anmeldung:	erforderlich (bis 12:00 Uhr)
Kontakt:	Gäste-Information im Kurhaus, Hauptstraße 16, 86825 Bad Wörishofen, Tel.: 08247 993355, info@bad-woerishofen.de

Samstag, 30. September 2023, Ottobeuren

Herbstwanderung

Die Wanderung führt ins Umland von Ottobeuren. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	14:00 – 16:00 Uhr
Treffpunkt:	an der Maibaumwiese bei der Basilika Ottobeuren
Anmeldung:	nein
Kosten:	kostenlos
Kontakt:	Angelika Brauchle, Tel.: 08332 6100

Samstag, 30. September 2023, Lauberhart – Lauben

Wald tut gut! Waldbaden erleben

Was ist Waldbaden?
Shinrin Yoku kommt aus Japan und bedeutet: Eintauchen mit allen Sinnen in die Atmosphäre des Waldes.
Gemeinsam machen wir einen langsamen, entschleunigten, absichtslosen Spaziergang durch den Wald. Der Fokus liegt darauf, im Wald mit Achtsamkeit und Präsenz zu verweilen, ihn mit allen Sinnen zu erfahren und dabei völlig zu entspannen.
Bei einer Kostprobe aus meiner Wald- und Wiesenküche erzähle ich etwas über die Theorie des Waldbadens und warum es so gesund für uns ist. Dann spazieren wir ganz entspannt in den Wald hinein, machen einige Achtsamkeitsübungen und für den Geschmackssinn gibt es nochmal Kostproben aus der Wald- und Wiesenküche.
Waldbaden ist für alle geeignet, die sich gerne in der Natur aufhalten, entspannen und Entschleunigung wollen!
Bis bald im Wald! Für Kinder nicht geeignet.

Zeit:	14:00 – 17:00 Uhr
Treffpunkt:	in Lauberhart am Wanderparkplatz
Weg:	Waldboden, mitten im Wald
Kosten:	15 €
Anmeldung:	erforderlich per Mail oder telefonisch
Kontakt:	Susanne Hannich, Tel.: 0170 5544958, susanne-hannich@gmx.de

Samstag, 30. September 2023, Benningen

Naturkundliche Führung und Besichtigung der Riedkapelle

Auf der Beobachtungsplattform am Rande des Kalkquellmoores bekommen die Besucher einen Einblick in die Beschaffenheit des Naturschutzgebietes und erhalten Informationen über die Entstehung sowie die Flora und Fauna des Benninger Riedes. Auch die weltweit nur noch hier vorkommende Riednelke blüht dort von Mai bis Oktober. Im Museum werden die Naturschätze des Benninger Riedes in Großvitrinen präsentiert. Die Besichtigung der Riedkapelle, mit ihrer 800-jährigen Geschichte rundet die Führung ab. Im Anschluss daran, lädt das Riedcafe zum Verweilen ein. Für Kinder nicht geeignet.

Zeit:	14:00 – 15:30 Uhr
Treffpunkt:	an der Riedkapelle
Tour:	Museumsführung
Weg:	am Museum Kiesweg, im Museum zwei Stockwerke ohne Aufzug
Kosten:	4 €
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Förderverein Riedmuseum Benninger Ried e.V, Tel.: 08331 86358, anmeldung@benninger-ried.de

Samstag, 30. September 2023, Bad Grönenbach

Panoramarunde

Die sehr schöne Rundwanderung führt Sie auf Feld- und Wiesenwegen nach Ziegelberg. Am südlichen Ortsrand bietet sich bei klarem Wetter ein herrlicher Blick auf das gesamte Alpenpanorama. Richtung Süden, den Bergen entgegen, geht es weiter über Seefeld nach Hueb. Entlang einer wilden Hecke folgen Sie dem Wiesenweg leicht bergan nach Kornhofen. Die Alpen im Rücken, erhaschen Sie bei jedem Stopp nochmals einen Blick auf das Panorama. Von Kornhofen folgen Sie dem Wanderweg über die Wiesen nach Bad Grönenbach und machen beim Kornhofer Bänkle nochmals eine wohlverdiente Pause und genießen den herrlichen Ausblick. Mit Hilfe der Panoramakarte können Sie den Gipfeln der Allgäuer Bergkette ihre Namen zuordnen. In 15 Minuten gelangen Sie nun auf dem Wanderweg durch den Wald zurück nach Bad Grönenbach. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	13:30 – ca. 16:30 Uhr
Treffpunkt:	Marktplatz Bad Grönenbach
Tour:	ca. 10 km
Weg:	überwiegend Naturwege
Kosten:	kostenlos
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach, Marktplatz 5, Tel.: 08334 60531, gaesteinfo@bad-groenenbach.de

Sonntag, 01. Oktober 2023, Mindelheim

Kleinode am Wegesrand

Bei der gemütlichen Kapellenwanderung erhalten Sie Einblick in die Liebfrauenkapelle mit dem Fünf-Wund-Brunnen und der Franziskusgrotte. Spazieren sie entlang der Herrgottsruhkapelle zur Mindelburg, welche mit ihrer spannenden Geschichte den Abschluss bildet. Geführte Wanderung auf dem zweiten Teil der Glückstaler-Runde zum Unterallgäuer Wanderherbst. Die Glückstalerrunde ist Teil der Allgäuer Glückswege. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	14:00 – 16:00 Uhr
Treffpunkt:	Liebfrauenkapelle, Memminger Straße 9
Tour:	ca. 3 km
Weg:	Schotter - Asphalt
Kosten:	6 €
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Tourist-Information, Maximilianstraße 26, Tel.: 08261 9915160, touristinfo@mindelheim.de

Montag, 02. Oktober 2023, Bad Wörishofen

Stadtführung "Auf Pfarrer Kneipp`s Spuren"

Lernen Sie die Heimat und Umgebung von Pfarrer Kneipp kennen. Jeden Montag haben Sie die Möglichkeit unsere schöne Kneippstadt bei einem 1 ½ stündigen Rundgang zu Fuß mit einer unserer Stadtführerinnen kennen zu lernen. Der Stadtrundgang durch Bad Wörishofen beginnt am Steinbrunnen am Kurhaus. Von dort aus gehen Sie gemeinsam mit der Stadtführerin weiter.

Zeit:	14:00 – 15:30 Uhr
Treffpunkt:	Steinbrunnen am Kurhaus, Bonifaz-Reile-Weg
Tour:	ca. 3 km
Weg:	Asphalt
Kosten:	mit Gästekarte frei, ohne Gästekarte 5 €
Anmeldung:	nein
Kontakt:	Gäste-Information im Kurhaus, Hauptstraße 16, 86825 Bad Wörishofen, Tel.: 08247 993355, info@bad-woerishofen.de

Montag, 02. Oktober 2023, Bad Wörishofen

Mit meiner Seele unterwegs – Meditation

Meditation und Gespräch im Gehen. Wir gehen zur „Heilig-Geist-Kapelle". Die fromme Überzeugung sagt: Wer hier die Glocke läutet, dem wird mit himmlischer Kraft ein Wunsch erfüllt. Wir gehen bei jeder Witterung.

Zeit:	15:00 – 16:30 Uhr
Treffpunkt:	Gärtnerweg 7 (vor der Mindelheimer Zeitung)
Tour:	ca. 5,5 km meist geteert, letztes Stück Feldweg
Weg:	Schotter - Asphalt
Kosten:	kostenlos
Anmeldung:	nein
Kontakt:	Katholische Kurseelsorge, Promenadestraße 1, Tel.: 08247 2313, kurseelsorge.bad-woerishofen@bistum-augsburg.de

Montag, 02. Oktober 2023, Bad Grönenbach

Alpakawanderung Allgäu-Blick-Tour

Obacht, jetzt wird's flauschig! Ein Spaziergang mit einem Alpaka ist eine Wanderung für die Seele.
Bei einer Einführung zu Beginn gibt´s alle wichtigen Infos über Alpakas und den Ablauf der Wanderung. Anschließend lernen wir die flauschigen Wanderbegleiter kennen: 7 Alpaka-Burschen mit feschen Frisuren und einem Lächeln auf den Lippen. Die Tour verläuft in gemütlichem Alpaka-Tempo mit einer Pause für schöne Erinnerungsfotos. Zurück auf der Weide verabschieden wir uns von den tierischen Wanderbegleitern mit einem Heu-Snack. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	16:30 – ca. 18:00 Uhr
Treffpunkt:	Alpakaliesl, Gmeinschwenden 13
Tour:	ca. 1,5 km
Weg:	unbefestigte Wege, Wanderung teilweise querfeldein
Kosten:	43 € für 2 Personen, die sich 1 Alpaka zum Führen teilen
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Alpakaliesl, Gmeinschwenden 13, Tel.: 08334 3760760, servus@alpakaliesl.de

Montag, 02. Oktober 2023, Kammlach

Wildpflanzen-Entdeckungstour

Welche leckeren Heckenfrüchte, Wurzeln und die letzten Wildkräuter des Jahres werden jetzt noch gesammelt, für die kalte Jahreszeit getrocknet oder in Alkohol angesetzt? Auf zur Wildpflanzen-Entdeckungstour!

Zeit:	17:30 –19:00 Uhr, Ausweichtermin: Donnerstag 05.10.2023
Treffpunkt:	wird bei der Anmeldung bekanntgegeben
Tour:	ca. 2 km
Kosten:	kostenlos
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Thea Weber, Tel.: 0173 8965112

Dienstag, 03. Oktober 2023, Memmingen

Stadtführung „Hochweisheiten und Habenichtse"

Im Spannungsfeld zwischen vornehmen Ratsherren und armen Leuten vermittelt diese unterhaltsame Führung das bürgerliche Leben vor Jahrhunderten mit pikanten, amüsanten und spannenden Geschichten. Dabei zeigen wir Ihnen auch die wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Memminger Altstadt.

Zeit:	14:00 – 15:30 Uhr
Treffpunkt:	Marktplatz am Brunnen
Tour:	ca. 5,5 km
Weg:	Asphalt und Pflaster
Kosten:	7 € (Kinder bis 12 Jahre frei), bitte bezahlen Sie passend!
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Tourist Information Memmingen, Tel.: 08331 850173 oder info@memmingen.de unter Nennung der Kontaktdaten

Mittwoch, 04. Oktober 2023, Bad Wörishofen

Outdoor-Fitness mit Christina Mörz

In dieser Sportstunde im Grünen wird der ganze Körper trainiert. Wir beginnen mit Mobilisationsübungen, danach kräftigen wir Bauch, Beine, Po, Arme und Rücken.
Die Kursstunde endet mit Dehn- und Gleichgewichtsübungen.
Bitte Outdoor-Kleidung, -Schuhe und evtl. Gymnastikmatte mitbringen.

Zeit:	15:00 – 16:30 Uhr
Treffpunkt:	Steinbrunnen am Kurhaus, Bonifaz-Reile-Weg
Weg:	verschiedene Bodenbeläge
Kosten:	mit Gästekarte 3 €, ohne Gästekarte 5 €
Anmeldung:	nein
Kontakt:	Gäste-Information im Kurhaus, Hauptstraße 16, 86825 Bad Wörishofen, Tel.: 08247 993355, info@bad-woerishofen.de

Donnerstag, 05. Oktober 2023, Bad Wörishofen

5-Elemente-Wanderung mit Trimm-Dich Pfad und Kneipp-Waldweg

Erleben Sie bei der 5-Elemente-Wanderung mit unserem Wanderführer jede Woche auf´s Neue eine der fünf Säulen der Kneipplehre - Wasser, Bewegung, Heilpflanzen, Ernährung und innere Balance. Haben Sie eine erholsame Zeit, um Ihre Seele baumeln zu lassen und tanken Sie dabei neue und frische Energie. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	14:00 – 16:00 Uhr
Treffpunkt:	Steinbrunnen am Kurhaus, Bonifaz-Reile-Weg
Tour:	ca. 9 - 11 km
Weg:	verschiedene Bodenbeläge
Kosten:	mit Gästekarte frei, ohne Gästekarte 5 €
Anmeldung:	nein
Kontakt:	Gäste-Information im Kurhaus, Hauptstraße 16, 86825 Bad Wörishofen, Tel.: 08247 993355, info@bad-woerishofen.de

Donnerstag, 05. Oktober 2023, Memmingen

Stadtführung „Desperate Housewives im 17. Jahrhundert“

Alles was Spaß machte war verboten!
Die Memminger waren geplagt von abendlicher Ausgangssperre, drohenden Schandstrafen, häufigen Flatulenzen und verbotenem Zierrat an der Kleidung! Trotz enormer Sittenstrenge und unzähligen Verordnungen des Rates waren jedoch Sünde und Laster nicht auszumerzen - Skandale an der Tagesordnung! Die verzweifelten Hausfrauen können da ihren Unwillen nicht zurückhalten - entdecken aber doch so manches Schlupfloch für einen „erträglichen“ Alltag und nehmen „Weiber und Mannsbilder“ mit auf ihrem Klatsch-und-Tratsch-Weg durch die Altstadt - natürlich nur, wenn diese nicht um ihre Moral fürchten!

Zeit:	19:00 – 20:30 Uhr
Treffpunkt:	Marktplatz am Brunnen
Tour:	ca. 5,5 km
Weg:	Asphalt und Pflaster
Kosten:	12 € (Kinder bis 12 Jahre frei), bitte bezahlen Sie passend!
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Tourist Information Memmingen, Tel.: 08331 850173 oder info@memmingen.de unter Nennung der Kontaktdaten

Freitag, 06. Oktober 2023 Bad Grönenbach

Waldbaden in der Nacht

Spirituelle und meditative Wanderung zum Besinnen und zur Ruhe zu kommen. Nächtliche Wanderung in den Wäldern in Bad Grönenbach mit der Zeit zur Selbst-Innenschau, zum Besinnen, Ankommen und sich selbst weiterentwickeln. Mit Stille, Geselligkeit, Flötenklänge und Bewegung. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt, außer bei Unwetterwarnung oder Gewitter. Bitte denken Sie an wetterfeste Kleidung und gutes Schuhwerk, Matte, Taschenlampe. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	19:00 – 21:00 Uhr
Treffpunkt:	wird bei Anmeldung bekanntgegeben
Tour:	ca. 5 - 7 km
Weg:	ca. 120 Höhenmeter
Kosten:	20 € in Bar mitbringen
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt	Wanderführer Constantin Bachfischer, Tel.: 0176 66675981, info@constantinbachfischer.com

Freitag, 06. Oktober 2023, Memmingen

Stadtführung „12 Artikel der Bauernschaft"

„... dass wir frey seyen und wöllen sein." Dies ist eine der zentralen Forderungen der Bauernschaft, mit der in Memmingen Weltgeschichte geschrieben wurde. Zum ersten Mal wurden Forderungen nach Menschenrechten, Menschenwürde und Freiheit schriftlich festgehalten und vervielfältigt. Auf den Spuren der Reformation in Memmingen begegnet uns vor allem der Schweizer Prediger Christoph Schappeler, der diese Sehnsucht nach Freiheit im Glauben und im Leben unterstützte. Natürlich müssen wir auch fragen, warum diese Entwicklung nur in einer Stadt wie Memmingen geschehen konnte.

Zeit:	19:00 – 20:30 Uhr
Treffpunkt:	Marktplatz am Brunnen
Tour:	ca. 5,5 km
Weg:	Asphalt und Pflaster
Kosten:	7 € (Kinder bis 12 Jahre frei), bitte bezahlen Sie passend!
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Tourist Information Memmingen, Tel.: 08331 850173 oder info@memmingen.de unter Nennung der Kontaktdaten

Samstag, 07. Oktober 2023, Memmingen

Stadtführung „Geschichten zum Genießen"

Der Wochenmarkt in Memmingen versorgt seit dem Mittelalter jeden Dienstag und Samstag die Menschen mit frischen Lebensmitteln. Er gehört zu den schönsten Attraktionen der Stadt. Ein Grund mehr ihn mit einer kulinarischen Führung zu würdigen. Die Gäste werden an den Marktständen, in Cafés und Feinkostgeschäften der Altstadt mit regionalen und internationalen Spezialitäten verwöhnt. Garniert wird das Ganze mit Geschichten aus der Memminger Vergangenheit und Gegenwart. Der genussvolle Spaziergang, der von 8 kulinarischen Stopps begleitet wird, ist ein einzigartiges Erlebnis!

Zeit:	11:00 – 13:00 Uhr
Treffpunkt:	Marktplatz am Brunnen
Tour:	ca. 5,5 km
Weg:	Asphalt und Pflaster
Kosten:	32 € (Kinder bis 12 Jahre frei), bitte bezahlen Sie passend!
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Tourist Information Memmingen, Tel.: 08331 850173 oder info@memmingen.de unter Nennung der Kontaktdaten

Samstag, 07. Oktober 2023, Wiggensbach

Wanderung von Wiggensbach auf den Blender

Die sehr schöne Rundwanderung beginnt in Wiggensbach. Hier starten Sie durch den Ort in Richtung Blender. Der Weg führt Sie über Wald- und Wiesenwegen. Oben auf dem Blender angekommen, können Sie den wunderschönen Blick auf die Allgäuer Alpenlandschaft genießen. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	13:30 – 17:00 Uhr
Treffpunkt:	Rathaus Wiggensbach (gegenüber dem Parkhaus am Marktplatz)
Tour:	ca. 11 km
Weg:	Wald- und Wiesenwege
Kosten:	mit Gästekarte frei, ohne Gästekarte 3 €
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach, Marktplatz 5, nach Bad Grönenbach, Tel.: 08334 60531, gaesteinfo@bad-groenenbach.de

Samstag, 07. Oktober 2023, Ottobeuren

Geführte Führung durch die Glücksplaneten-Tour

Die Glücksplaneten-Tour als Teil der Allgäuer Glückswege, zeigt dem interessierten Wanderer die unfassbare Ausdehnung unseres Sonnensystems und die darin befindliche Leere. Mit dieser geführten Exkursion erhalten Sie tiefe Einblicke und Hintergrundinformationen zu den Planeten und Objekten in unserem Sonnensystem. Entlang der Strecke stehen elf Nagelfluhstelen, auf deren der Aufbau des Sonnensystems dargestellt ist. Jeder Meter des insgesamt über 6 Kilometer langen Rundwegs entspricht dem Maßstab 1:1 Milliarde Kilometer im All. So läuft man umgerechnet in ca. dreifacher Lichtgeschwindigkeit. Nach etwa der Hälfte der Strecke machen wir einen kurzen Stopp in der Sternwarte.
Es handelt sich um eine leichte Halbtagswanderung mit moderaten Steigungen. Bitte an angepasstes Schuhwerk und persönlich notwendiges Trinken/Proviant denken. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	13:30 – 16:00 Uhr
Treffpunkt:	vor dem „Haus des Gastes" an der Starttafel der Glücksplaneten Tour-
Tour:	ca. 6 km
Kosten:	5 €, den Kostenbeitrag bitte passend mitbringen
Anmeldung:	erforderlich unter fuehrung@avso.de
Kontakt:	Wolfgang Forth, www.avso.de

Samstag, 07. Oktober 2023, Bad Wörishofen

Waldbaden zur Stärkung des Immunsystems mit Frau Rück – Eintauchen in die heilende Energie des Waldes

Aus der Erholungsforschung weiß man schon lange, wie gesundheitsfördernd der Aufenthalt im Wald ist. Er lässt uns zur Ruhe kommen, erfrischt und belebt. Beim Waldbaden atmen wir tief durch und tauchen ein in die besondere Energie, die wir im Wald fühlen. Für viele Menschen sind Bäume Kraftquellen, das satte, saftige Grün der Blätter ist eine Wohltat für unser Empfinden und wirkt beruhigend auf unser Gemüt. Beim Wald-Gesundheitstraining werden die natürlichen Gesundheitswirkungen in einem ausgewiesenen Kur- oder Heilwald durch gesundheitsförderliche und präventive Angebote wie z.B. angeleitetes Achtsamkeitstraining mit unterschiedlichen Sinnesübungen verstärkt. Ergänzend können unterschiedliche Aspekte der Klima- und Kneipptherapie einfließen. Der Wald wird zum Erlebnisraum und Partner auf dem Weg zur Regeneration und Entspannung. Der Aufenthalt im Wald wirkt stressreduzierend, stärkt das Immunsystem und die Resilienz, der Schlaf wird tiefer und erholsamer. Die Waldtherapie ist der therapeutisch kurative Einsatz von Waldaufenthalten zur Linderung bzw. Verbesserung von unterschiedlichen Krankheitsbildern. Hierfür werden therapeutische Maßnahmen von speziell ausgebildeten Waldtherapeuten im Wald angeleitet, wenn bereits gesundheitliche Störungen vorliegen oder spezielle Indikationen behandelt werden müssen. Mindestalter 16 Jahre, bei Extremwetter entfällt die Veranstaltung. Für Kinder nicht geeignet.

Zeit:	14:00 – 16:00 Uhr
Treffpunkt:	Haltestelle der Kurlinie Hartenthal „Abzweigung Osterlauchdorf", Parkplatz Hinterhartenthal
Tour:	ca. 5 km
Weg:	überwiegend Waldboden
Kosten:	mit Gästekarte oder BW Fan Card: 14 €, ohne Gästekarte 16 €
Anmeldung:	erforderlich, mit Voranmeldung bis 12:00 Uhr!
Kontakt	Gäste-Information im Kurhaus, Hauptstraße 16, 86825 Bad Wörishofen, Tel.: 08247 993355, info@bad-woerishofen.de

Sonntag, 08. Oktober 2023, Unteregg

Große Fußstapfen: der Crescentia-Weg in 2 Tagen (Part 2) zum Unterallgäuer Wanderherbst

Herr Barth möchte Sie gerne mitnehmen, den wunderschönen Crescentia-Weg zwischen den drei Städten Kaufbeuren, Ottobeuren und Mindelheim in zwei großen Teilstücken zu beschreiten. Der Gesamtweg hat ca. 90 km Länge. Nach der erfolgreichen Premiere in 2022 mit dem ersten Teil, der Schleife, steht 2023 die zweite Hälfte auf dem Programm: Unteregg - Oberegg - Ottobeuren - Mindelheim - retour nach Unteregg.
Mehr Informationen zum Crescentia-Weg, der dieses Jahr auch Jubiläum feiert, auf Crescentia-Pilgerweg - Kaufbeuren Tourismus (kaufbeuren-tourismus.de. Gruppengröße: max. 8 Teilnehmer/Wandertag. Übernachtung kann organisiert werden. Voraussetzungen: physische und psychische Bereitschaft, je Tag 10 Stunden plus zu wandern, gut eingelaufene (leichte) Wanderschuhe, Basisausrüstung Wandern, sehr empfehlenswert sind Wanderstöcke. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	7:00 Uhr - 19:00 Uhr
Treffpunkt:	Gasthof Adler, Kirchstr. 14, Unteregg
Tour:	ca. 50 - 60 km
Weg:	einfache bis mittlere Wege auf Waldweg, Schotter, wenig befahrene Straßen
Kosten:	40 € pro Wandertag
Anmeldung:	erforderlich, möglichst per E-Mail, xl@catworxx.com
Kontakt:	Axel Barth, Kärntner Bergwanderführer, Unteregg, Tel.: 0163 7559955

Sonntag, 08. Oktober 2023, Memmingen

Pilgern von Memmingen nach Bad Grönenbach

Auf herrlichen Wegen pilgern wir knapp 20 Kilometer über Stock und Stein, Wald und Wiese von Memmingen nach Bad Grönenbach. Dabei werden wir von spirituellen Impulsen, Austausch- und Schweigezeiten begleitet. Herzliche Einladung an alle Pilgerfreunde. Die An- und Abreise erfolgt auf eigene Faust. Rückreise von Bad Grönenbach nach Memmingen ist mit dem Bus oder Zug möglich. Bitte mitbringen: festes Schuhwerk, Regen- und Sonnenschutz, Brotzeit für unterwegs, Kleingeld für Bus/Zug (ca. 4-6 €, sofern notwendig). Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	07:00 Uhr, Ankunft ca. 13:30 Uhr
Treffpunkt:	Parkplatz an der Kirche Maria Himmelfahrt, Augsburger Str. 14, 87700 Memmingen
Tour:	ca. 20 km
Weg:	Waldwanderwege
Kosten:	kostenlos
Anmeldung:	bis Montag 02.10.2023 unter: www.jugendstelle-memmingen.de
Kontakt:	Jugendreferentin Verena Beggel, Tel.: 08331 9843432, jugendstelle-memmingen@bistum-augsburg.de

Sonntag, 08. Oktober 2023, Niederrieden

Herbstliches Waldbaden im Oktober

Der Herbst ist eine herrliche Zeit mit seinen farbenfrohen Blättern, lustigen Pilzen, raschelndem Laub und seiner duftenden Waldluft. Lausche dem Wald....für ALLE die Zeit für SICH brauchen! Die Verbundenheit mit der Natur spüren, eine Zeit um den Wald mit allen Sinnen wahrzunehmen und mit der heilenden Kraft der Natur sich selbst neu zu entdecken. Alleinsam aber Gemeinsam erleben wir die Stille, die jahreszeitliche Qualität des Waldes, beschäftigen uns mit dem Baumportrait „der Eiche", wecken unsere Wahrnehmung, erleben kurze Meditationen und eine Räucherung, erschaffen Naturkunst und stärken uns mit einer gemeinsamen Brotzeit. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	13:30 – 17:30 Uhr
Treffpunkt:	Hollerhüttenplatz außerhalb Niederrieden. Wegbeschreibung bei Anmeldung.
Tour:	ca. 2 km
Weg:	Waldwege
Kosten:	25 €
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Rosina Bartenschlager WILDSEINTUTGUT, Tel.: 08331 2740, info@wildseintutgut.de

Sonntag, 08. Oktober 2023, Kammlach

Wanderung – Kohlbergtour – Oberkammlach

Die Kohlberg-Runde startet in Oberkammlach. Auf Wirtschaftswegen und Straßen führt die Wanderung über, Höllberg, Knaus und den Kohlberg. Zurück wandern wir ein Stück auf der alten Salzstraße nach Oberkammlach. An der Batzenwiese erinnern das Franzosenkreuz noch heute an die blutige Schlacht von 1796 die in die Geschichtsschreibung einging.

Zeit:	14:00 – ca. 17:15 Uhr, Ausweichtermin: Sonntag 22.10.2023
Treffpunkt:	wird bei der Anmeldung bekanntgegeben
Tour:	ca. 8,8 km
Kosten:	kostenlos
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Thea Weber, Tel.: 0173 8965112

Sonntag, 08. Oktober 2023, Bad Grönenbach

Auf den Spuren des Jakobsweges von Ottobeuren nach Bad Grönenbach

Sie fahren zuerst mit dem Bus nach Ottobeuren. Anschließend führt die Wanderung durch sanfte Hügel, Wiesen und Wälder auf dem Jakobsweg zurück nach Bad Grönenbach. Auf dem Weg machen Sie auch Halt an der Kneippanlage in Niederdorf. Zudem erhalten Sie (nach Wunsch) Anregungen zum Pilgern. Für Kinderwagen nicht geeignet.

Zeit:	13:30 bis 17:00 Uhr
Treffpunkt:	Marktplatz Bad Grönenbach
Tour:	ca. 12 km
Kosten:	mit Gästekarte frei, ohne Gästekarte 3 €, zzgl. ca. 5 € Fahrtkosten
Anmeldung:	erforderlich
Kontakt:	Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach, Marktplatz 5, nach Bad Grönenbach, Tel.: 08334 60531, gaesteinfo@bad-groenenbach.de, www.bad-groenenbach.de

Impressum

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

Gestaltung und Druck:
Druckerei Wagner GmbH, Fellhornstraße 15, 87719 Mindelheim,
Tel. 08261 71070, info@druckerei-wagner.de, www.druckerei-wagner.de

Weitere Tourenvorschläge finden Sie unter
www.freizeit-unterallgaeu.de/wandern
und www.glueckswege-allgaeu.de. Diese sind ohne Führungen.

Gesundheitliche Voraussetzungen: Gut zu Fuß auf unwegsamen Gelände laufen können; uneingeschränkte Mobilität; keine körperlichen oder seelischen Ausschlussgründe.

Bildnachweis: Filmhaus Huber, Glückswege Allgäu, Kur- und Gästeinformation Bad Grönenbach

Haftungsausschluss:
Die Teilnahme an der Wanderung erfolgt auf eigene Gefahr. Die Wanderführer*innen übernehmen keine Haftung bei Unfällen, Verlusten oder anderen Schäden.
Jeder Teilnehmer verpflichtet sich die Straßenverkehrsordnung zu befolgen. Die Teilnehmer verzichten auf die Geltendmachung von Schadensersatzansprüchen jeglicher Art gegen den Gesamt- und die Einzelveranstalter. Änderungen vorbehalten. Alle Termine und Angaben ohne Gewähr. Denken Sie bitte an feste Schuhe, Regenschutz, eventuell Sitzkissen, Insektenschutz, ausreichend Flüssigkeit und Proviant.
Teilnehmer müssen ihr eigenes Risiko beurteilen und sich eine Tour zutrauen. Im Zweifel bei den Führer*Innen nachfragen, die Auskünfte zu Länge, Dauer und Schwierigkeitsgrad der Tour geben können, nicht jedoch zu medizinischen Fragen!

Kinofilme speziell zum Unterallgäuer Wanderherbst

Munay tanzt – Mit 75 Jahren von Konstanz nach Flensburg

Bad Wörishofen:
Donnerstag, 28.09.2023, 20:00 Uhr

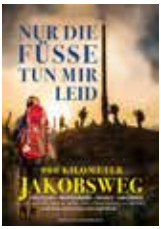
Munay, eine liebenswerte ältere Dame, 75 Jahre alt, bricht nach 27 Jahren Schwarzwald-Idylle radikal alle Brücken ab, um sich selbst zu finden. Sie wandert einmal quer durch Deutschland.
Keine Senioren-WG, kein kleines Zimmer mit Betonwänden soll ihr neues Zuhause werden – sie will erst einmal nur raus in ihre heißgeliebte Natur. Ihr Weg zu Fuß führt sie einmal quer durch Deutschland, von Konstanz bis nach Flensburg - alleine, mit einem kleinen Zelt und leichtem Gepäck. Mein Team und ich haben sie mit der Kamera begleitet. Munay selbst führte ein Handytagebuch. Aus diesen authentischen Aufnahmen ist ein intimer Dokumentarfilm entstanden: "Munay tanzt – eine besondere Reise".

Deutschland 2022, ab 0 Jahren, 114 Minuten, Dokumentarfilm mit dt. Untertiteln. Regie: Mario Kanzinger.

Zu Fuß über die Alpen – Am Traumpfad von München nach Venedig

Bad Wörishofen:
Sonntag, 01.10.2023, 14:30 Uhr

Türkheim:
Sonntag, 08.10.2023, 17:30 Uhr



Der Kinofilm ist ein informatives und umfassendes Portrait dieser Alpenüberquerung, enthüllt aber ebenso ein sehr persönliches Bild, mit allen Höhen und Tiefen einer wochenlangen Wanderung, in der auch eine Portion Humor nicht fehlt.
Quer über die Alpen am „Traumpfad" von München nach Venedig wandern! 30 Tage - 550 Kilometer - 22000 Höhenmeter. Eine lebensnahe und einfühlsame Dokumentation, die weit mehr ist, als ein Wanderbericht. Bemerkenswerte Filmaufnahmen in grandioser Gebirgslandschaft, phantastische Natur und ein authentisches Erlebnis zweier Wanderer, die losgegangen sind um die Bergwelt zu erleben, doch am Ende weit mehr gefunden haben.

Deutschland 2014, ab 0 Jahren, 65 Minuten, Dokumentarfilm. Regie: Petra und Gerhard Zwerger-Schoner.

im Filmhaus Huber in Türkheim und Bad Wörishofen

Kilimandscharo – diesmal mit Krücken

Türkheim:
Sonntag, 01.10.2023, 10:30 Uhr

Bad Wörishofen:
Montag, 02.10.2023, 20:00 Uhr

Der Dokumentarfilm begleitet den Bergsteiger Thomas Lämmle bei seiner 63. Besteigung des höchsten Bergs Afrikas, dem Kilimandscharo. Eine Besteigung, die kaum jemand für möglich gehalten hatte, nachdem Thomas einen schweren Unfall mit dem Gleitschirm nur knapp überlebte. Thomas Lämmle landete im Rollstuhl - mit dem Verdacht, nie wieder laufen zu können. Abfinden konnte er sich damit allerdings nicht. Er fing an, hart zu trainieren und setzte sich ein Ziel: Noch einmal den geliebten Kilimandscharo zu besteigen, auf dem er schon 62-mal stand.

Deutschland 2023, ab 0 Jahren, 108 Minuten, Dokumentarfilm. Regie: Michael Scheyer.

Nur die Füße tun mir leid

Bad Wörishofen:
Sonntag, 01.10.2023, 16:00 Uhr
Freitag, 06.10.2023, 20:00 Uhr*

Türkheim:
Sonntag, 08.10.2023, 10:30 Uhr

Komödie mit Tiefgang über eine Wander- und Pilgerreise dreier zerstrittener Geschwister.
Die drei Geschwister Clara, Claude und Pierre sind entsetzt: Das Erbe ihrer Mutter wird erst ausbezahlt, wenn sich alle drei zusammen als Pilger auf den Weg nach Santiago de Compostela machen. Und das, obwohl sich die drei nicht riechen können und sie alle das Wandern hassen! Doch das Geld können die drei gut gebrauchen und so schließen sie sich laut protestierend einer illustren Reisegruppe an.

Frankreich 2005, ab 6 Jahren, 103 Minuten.

Regie: Coline Serreau.

*Gast: Regisseurin Gabi Röhrl, mit Filmgespräch.

Gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten und den Europäischen Landwirtschaftsfonds für die Entwicklung des ländlichen Raums (ELER)