

Traunsee-Almtal Salzkammergut

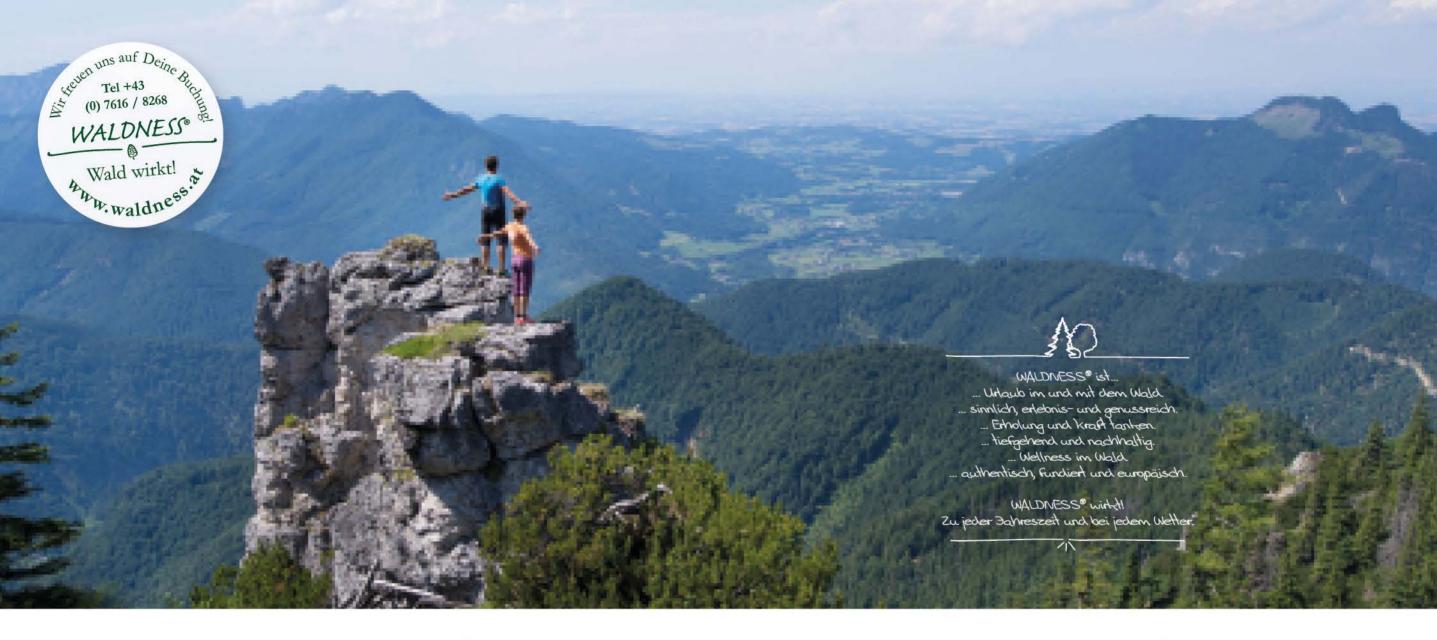


Die Region Traunsee-Almtal

Europas erste WALDNESS®. Destination







»Verbringen Sie zwei Tage bintereinander in einem Waldgebiet. Ihr Immunsystem wird es Ihnen danken. Denn gewisse Bestandteile der Waldluft, die als Terpene bezeichnet werden, aktivieren Ihre natürlichen Killerzellen zu einer Leistungssteigerung von mehr als fünfzig Prozent.«

> Clemens G. Arvay: Der Biophilia-Effekt. Heilung aus dem Wald. Ullstein, 2016.

WALDNESS® in der Region Traunsee-Almtal bietet den Waldurlaub für alle, die sich eine entspannende Auszeit wünschen, für Naturfreunde, Genuss-Wanderer, für Betriebsausflüge, für Schüler:innen, die gemeinsam den Wald als Erholungsraum für sich wiederentdecken möchten.

Waldbaden (森林浴 Shinrin-yoku), meistens übersetzt als das Einatmen der gesunden Waldatmosphäre während eines Waldspaziergangs, ist in Japan seit mehr als 20 Jahren Teil eines guten Lebensstils.

Der Aufenthalt im Wald wirkt auf vielen Ebenen positiv auf unsere Gesundheit: das Immunsystem wird gestärkt, Stresshormone werden abgebaut und die Schlafqualität verbessert sich.

WALDNESS® setzt aktuelle österreichische und internationale Studien zur Heilkraft des Waldes mit Experten um und zeigt dir viele Wege, wie Du die Waldatmosphäre am besten für Dich und Deine Gesundheit nutzen kannst.

WALDNESS® macht den Wald genussvoll erlebbar.



Nachhaltig Urlauben: Im Almtal werden jedes Jahr 130.000 Bäume gepflanzt knapp 80 Prozent des Gemeindegebietes von Grünau sind mit Wald bedeckt.



Wir freuen uns über Deine Anreise mit der Bahn. Gerne stellen wir ein Shuttle-Service zur Verfügung.

Das WALDNESS®.Programm der Pauschalen begleitet von Coaches:

Wald-Wyda an wildromantischen Waldplätzen. Wyda, das Yoga der Kelten bringt Energie, Beweglichkeit und innere Zentriertheit. Die einfachen Übungen beruhigen den Geist, schulen die Wahrnehmung und Konzentration, lösen Blockaden, harmonisieren den Energiefluss und intensivieren das Waldbaden.

Waldbaden und die Waldschule erleben. Du bekommst einen Einblick in die hohe Kunst der Waldbewirtschaftung und in die vielen positiven Auswirkungen von Wald auf uns Menschen. Eine intensive und sinnliche Naturzeit!

Wald-Latschenbad in einer herrlichen Berglandschaft. Geführte Wanderung durch den Wald und über Almwiesen zu wildromantischen Plätzen auf der Kasbergalm, Irreralm und am Almsee. Dort ruhst Du - mit LayBag ausgestattet - umgeben von heilkräftigen Latschen.

Waldkneippen im märchenhaften Wald. Inmitten einer herrlichen Wald- und Wasserlandschaft lernst Du die 5 Säulen von Kneipp kennen und schätzen.

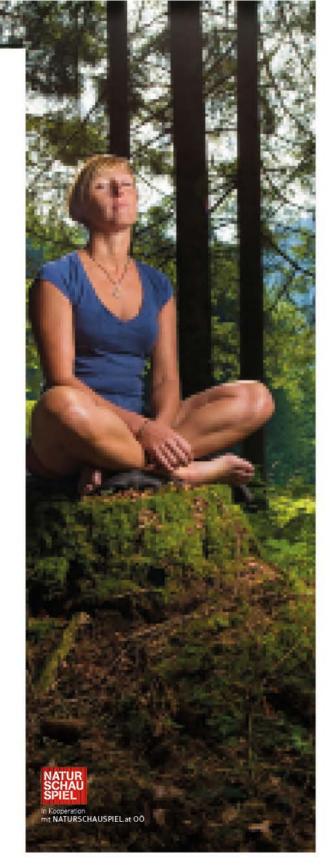
Waldarium – idyllische Ruheorte zum Naturgenießen stehen dir jederzeit an ausgewählten Waldbaderouten zur Verfügung.

Tipps & Zusatzangebote:

Entdecke die Angebote von NATURSCHAUSPIEL OÖ und lass dich zu spannenden Abenteuern in der Natur entführen, zum Beispiel mit der Konrad-Lorenz-Forschungsstelle in Grünau im Almtal. www.naturschauspiel.at

Ergänze dein WALDNESS.Programm mit einzigartigen Angeboten:

♠ Erlebnisführung in der Grüne Erde-Welt ♠ WALDNESS.Hut WALDNESS.Sauna & WALDNESS.Massage im WALDNESS. Resort Hochberghaus & Zusatzangebote von WALDNESS. Coaches auf Anfrage





WALDNESS[®]. Auszeitpauschale "Frühlingsgenuss" in der Grüne Erde Welt

Ein Ort, an dem die Kraft der Natur stets spürbar ist: das ist die Grüne Erde-Welt im Herzen des Almtals. Das Gebäude fügt sich sanft in die Landschaft ein und die besondere Architektur verbindet Mensch und Natur. Im Genießergarten können Körper und Geist neue Energie schöpfen. Die Außenanlagen mit Blumen- und Streuobstwiesen, Gemüsefeldern, Feuchtbiotop und Bienenstöcken laden zum Entdecken und Verweilen ein.

Leistungen:

- @ 3 Nächtigungen mit Frühstück in Deiner WALDNESS. Unterkunft
- Waldspaziergang und Wald-Wyda* im Garten der Grüne Erde-Welt
- Waldbaden und Waldschule mit WALDNESS.Meister Fritz Wolf*
- Latschenbad, Jodeln und Gipfeltreffen*
- Waldkneippen* am klaren Almfluss
- Freien Eintritt in den Cumberland Wildpark (für die Zeit des Aufenthaltes)



Do, 1. – So, 4. Juni 2023

ab € 252,-

Wald wirkt! Waldness.

Pauschalpreis/Person am WALDNESS Urlaub am Bauernhof Buchbar ab: 1 Person

- Genusslizenzen von Schmecktakuläres Almtal
- Führung in der Grüne Erde-Welt
- Naffee und Kuchen im Bistro der Grüne Erde-Welt

Eine genaue Beschreibung einzelner Programmpunkte und gegen Aufpreis zubuchbare WALDNESS.Angebote findest Du im Folder auf S. 6. I * in Kooperation mit NATURSCHAUSPIEL. Veranstalterhinweis siehe S. 23. Programmänderungen vorbehalten!



6 Wald wirkt! | WALDNESS® ist Urlaub im und mit dem Wald.



WALDNESS®.Auszeitpauschale "Altweibersommer" im Cumberland Wildpark



ab € 268,-

Die Herzog von Cumberland Stiftung gründete in den 70er Jahren den Cumberland Wildpark Grünau mit dem Ziel, das einmalige Erlebnis des natürlichen Lebensraums im Almtal, den Blick auf das Tote Gebirge und das Zusammenspiel zahlreicher heimischer Tierarten zu ermöglichen. Entstanden ist eines der größten Wildpark-Areale Europas. Lerne im Zuge dieses einzigartigen WALDNESS.Angebots mehr über die Flora und Fauna im Wildpark und tanke Kraft in der herrlichen Landschaft des Almtals.

Termin:

am WALDNESS. Urlaub am Bauernhof

Do, 24. – So, 27. August 2023

Leistungen:

- 3 Nächtigungen mit Frühstück in Deiner WALDNESS. Unterkunft
- Waldspaziergang und Wald-Wyda* im Cumberland Wildpark
- Waldbaden und Waldschule mit WALDNESS.Meister Fritz Wolf*
- Latschenbad, Jodeln und Gipfeltreffen*
- Waldkneippen* am klaren Almfluss
- Freien Eintritt in den Cumberland Wildpark

 (für die Zeit des Aufenthaltes)

Genusslizenzen von Schmecktakuläres Almtal

Pauschalpreis/Person

Buchbar ab: 1 Person

- Führung im Cumberland Wildpark
- Frühstück im Cumberland Wildpark und anschließend Tierfütterung

Eine genaue Beschreibung einzelner Programmpunkte und gegen Aufpreis zubuchbare WALDNESS.Angebote findest Du im Folder auf S. 6. | * in Kooperation mit NATURSCHAUSPIEL. Veranstalterhinweis siehe S. 23. Programmänderungen vorbehalten!





WALDNESS®.Angebot "kfb-Frauenwandertage" im goldenen Herbst

Unterwegs dort, wo vor Zeiten Berimandl und andere Sagengestalten gesichtet wurden und man sich heute noch so einiges erzählt! Der goldene Herbst im Almtal hält auch diesmal erlebnisreiche Wandertage für uns bereit! Gemütlich werden wir auf wunderschönen Pfaden gemeinsam die Wälder, Almen und Gipfel der oberösterreichischen Voralpen erwandern und dabei sagenhaften Orten einen Besuch abstatten.

• Do, 19. – So, 22. Oktober 2023

Termin:

Pauschalpreis/Person Buchbar ab: 1 Person ab € 435,-

Leistungen:

- 3 Nächtigungen mit Halbpension im WALDNESS.Partnerbetrieb Sporthotel Grünau Wimmergreuth
- 2 ausgedehnte Wanderungen mit Latschenbad, Jodeln & Gipfeltreffen an sagenhaften Plätzen in der Region Almtal *
- 2x morgendliches Wald-Wyda*
- Wald-Wissen mit WALDNESS.Meister Fritz Wolf*

- Transferfahrten
- Reiseleitung durch Sabina Haslinger, Co-Autorin des Buches: Sagenhaft wandern im Salzkammergut

Eine genaue Beschreibung einzelner Programmpunkte und gegen Aufpreis zubuchbare WALDNESS.Angebote findest Du im Folder auf S. 6. | * in Kooperation mit NATURSCHAUSPIEL. Veranstalterhinweis siehe S. 23. Programmänderungen vorbehalten!



WALDNESS.Winterwald 2024 - Auszeitpauschale

Die 4-tägige WALDNESS.Pauschale enthält ein umfangreiches von WALDNESS.Coaches begleitetes Programm:

- 3 Übernachtungen mit Frühstück
- Waldbaden bei Laternenwanderung mit Kripperlroas
- Nachmittag in der Waldschule mit dem WALDNESS Meister Fritz Wolf*
- Schneeschuhwanderung mit Waldbaden* (inkl. Leih-Schneeschuhe)
- Waldspaziergang und Wald-Wyda
- einen WALDNESS.Leih-Wetterfleck
- Freien Eintritt Cumberland Wildpark (für die Zeit des Aufenthaltes)
- Genusslizenzen von Schmecktakuläres Almtal

Eine genaue Beschreibung der einzelnen Programmpunkte siehe S.6.



Do - So. 4. bis 7. Jänner 2024

WALDNESS.Winterwald 2024: ab € 285.-Pauschalpreise am

WALDNESS. Urlaub am Bauernhof

Gerne kannst Du mit den zusätzlichen WALDNESS.Angeboten das WALDNESS.Programm ergänzen:

Angebote von Naturschauspiel Erlebnisführung in der Grüne Erde-Welt & Besuch des Glöcklerlaufs am 5. Jänner in Scharnstein, Gmunden oder Ebensee & Berg & Tal Fahrt im Familienskigebiet Kasberg für eine Winterwanderung ♦ Verlängerungsnacht im WALDNESS.Partnerbetrieb Deiner

Programmänderungen vorbehalten!



"Den Moorwald eratmen"

im Optimamed Gesundheitsresort Bad Wimsbach Gesundheit und Vitalität beginnen mit der richtigen Atmung!



Der Atem ist das Tor zur Gesundheit und Selbstheilung. Durch Atem-Achtsamkeit verändert sich der Atem in seiner Qualität und beeinflusst nachhaltig unsere Lebensenergie.

Verbringe eine "Auszeit" mit ausgebildeten Ärzt/ innen oder Therapeut/innen im Wald und einem gemeinsamen Paracelsus-Frühstück bzw. einer Paracelsus-Jause.

Beim achtsamen und bewussten Spaziergang im Moorwald lernst Du spezielle, einfach umsetzbare Atemübungen und die Verstärkung der Wirkung durch Phytonizide* und Terpene** kennen.

"Öffne Dich für die Atmung, die in Dich einströmt, um sie in Deinem ganzen Körper zu empfangen beobachte, lasse zu, gib nach und lasse los!"

Wir bieten das Programm von Montag bis Freitag am Vormittag oder am Nachmittag an. Die Zeiteinteilung kann individuell gestaltet werden.

€ 45,-Arragementpreis pro Teilnehmer:in: (inkl. Frühstück bzw. Jause) Teilnehmer:innenanzahl: 5 bis max. 30 Personen

Dauer: ca. 3 Stunden | Buchung: OptimaMed Gesundheitsresort Bad Wimsbach, Neydharting 4, 4654 Bad Wimsbach

rezeption-badwimsbach@optimamed.at



+43 (0)7245 254 74-0

Die Angebotspreise sind mit Stand März 2023 und können sich auf Grund starker

Änderungen im österreichischen Preisgefüge noch ändern! Wir beraten Sie sehr gerne individuell!

* Phytonzide haben die Aufgabe, Bäume und Pflanzen aktiv vor Bakterien, Insekten und Pilzen zu schützen. ** Terpene bilden den Hauptbestandteil von Ätherischen Ölen. Diese nehmen wir über unseren Geruchssinn und über die Schleimhäute unserer Atemwege auf.

Sinnesreise durch Moor, Wiese & Wald 2023*

im Optimamed Gesundheitsresort Bad Wimsbach

Erfahre sinnlich und fachlich fundiert die heilsame Wirkung des Moorwaldes.

Treffpunkt 9:00 Uhr an der Rezeption des OptimaMed Gesundheitsresort Bad Wimsbach. I Dauer des Programms

Ausstattung: Bequeme, wetterfeste Kleidung und rutschfeste Schuhe. | Bei jeder Witterung

Ort: Niedermoor und Moorwald rund um Neydharting. Auf Wunsch kann ein Wetterfleck kostenlos ausgeliehen werden.

Preis pro Teilnehmer:in:

Maximal 20 Teilnehmer:innen pro Programmpunkt

Veranstalterhinweis siehe S. 23.







So, 07. Mai

So. 28. Mai

So. 18. Juni

So, 09. Juli

So, 30. Juli

So. 20. August

So, 10. September

So. 1. Oktober

So. 22. Oktober

So, 12. November

WALDNESS[®].Sommerprogramm im Almtal* im Bergsteigerdorf Grünau i. Almtal.

Jeden Donnerstag von 1. Mai bis 31. Oktober Lerne die Angebote von WALDNESS und NATUR-SCHAUSPIEL kennen und freue dich auf Wald. Wyda (Kelten-Yoga) an wildromantischen Orten, auf Wald. Kneippen in der türkis glitzernden Alm und auf herrliche Waldspaziergänge.

Begleitet von unseren WALDNESS.Coaches kannst Du pure Erholung im Wald genießen und vieles über die biologischen Vielfalt erfahren. Lasse die Kraft des Waldes wirken und lerne mehr über diesen natürlichen Ruheort.

Bitte um Anmeldung: (+43 7616 8268 oder www.naturschauspiel.at Weitere Infos unter www.waldness.at

Treffpunkt 14:00 Uhr, Bahnhof Grünau im Almtal. | Dauer des Programms ca. 3 Stunden | Ausstattung: Bequeme, wetterfeste Kleidung und rutschfeste Schuhe. | Bei jeder Witterung | Ort: Grünau im Almtal | Auf Wunsch kann ein Wetterfleck kostenlos ausgeliehen werden.

Maximal 20 Teilnehmer:innen pro Termin.

Auf dieses WALDNESS Erlebnis lädt Sie der Tourismusverband Traunsee-Almtal im Rahmen des Gästeprogramms Traunsee-Almtal Bonus ein.

Anreise Information: Wir empfehlen die Anreise mit den öffentlichen Verkehrsmitteln. Du kannst das Bergsteigerdorf Grünau im Almtal sowohl mit Bus (Linie 533 aus Gmunden) und Bahn (Almtalbahn 153 aus Wels) erreichen.



WALDNESS® Sondertermine 2023

Ergänzende Veranstaltungen

Im Laufe des Jahres bieten wir zu passenden Gelegenheiten Sondertermine in Ergänzung von Veranstaltungen in der Region Traunsee-Almtal an:

21. bis 23. April: Märchenpilgern an der Traun

mit Sabina Haslinger

Infos: www.traunsee-almtal.at

26. Oktober: Alois Weidinger Gedenkwandertag

> im Rahmen des Jubiläum "15 Jahre Bergsteigerdörfer"

12. bis 14. Juli: KinderUNI-Almtal

Infos: https://www.kinderuni-ooe.at/kinderuni-ooe/almtal

WALDNESS® Rahmenprogramm für begleitende Eltern, Großeltern ... und für alle, die die heilsame Wirkung des Waldes erleben möchten. Preis pro Teilnehmer:in und Veranstaltung: € 10,-. Maximal 20 Teilnehmer:innen pro Programmpunkt.

28. Sept. bis

1. Okt.:

Biologicum Almtal der Konrad Lorenz Forschungsstelle der Universität Wien

Infos & Anmeldung: https://biologicum-almtal.univie.ac.at Mit dem Biologicum Almtal beleuchten wir die wichtigen Themen des Lebens aus vorwiegend biologisch-evolutionärer Perspektive, auch um damit wissenschaftlich fundiertes Denken und evidenzbasiertes Handeln zu fördern, und um zum Verständnis des Wertes der (Natur)Wissenschaften für die Gesellschaft beizutragen. Als qualitativ hochwertige Veranstaltung mit naturwissenschaftlichem Grundton ist das Biologicum Almtal in Österreich einzigartig.

Zeitraum:

Montag bis Samstag | April bis Oktober 2023 (Genauer Termin nach Wunsch und Verfügbarkeit)

Die Auszeit im Wald

WALDNESS®.Gruppenangebot - nachhaltig entspannt

Die zauberhafte, waldreiche Region um das Almtal und den Traunsee bietet viel Raum für ein ganz ursprüngliches Naturerlebnis: Wilde Bergkulissen, Wege, Lichtungen und blühende Wiesen entlang der herrlich klaren Flüsse und Seen - und vor allem ausgedehnte Wälder voller selten gewordener Arten. Diese wundervolle Atmosphäre ist eine einzigartige Einladung zu gesunder Entspannung für Körper und Seele. Lass Dich auf besonderen Spaziergängen von den WALD-NESS.Coaches zu den schönsten Plätzen in der Region Traunsee-Almtal führen und nimm Dir etwas mit vom tiefen Wissen über die großartige Heilkraft des Waldes. - Nutze die Möglichkeit der nachhaltigen Anreise mit der Bahn bzw. vor Ort das Traunstein Taxi.

Buche zwei WALDNESS®.Leistungen aus folgenden Angeboten:

Wald- und Jagdwissen nachhaltig erleben

Auf ins Waldparadies*

Waldkneippen in glasklarem Gebirgswasser*

Wald-Wyda*, das Yoga der Kelten, kennenlernen

Alle Angebote sind mit einem Besuch des Cumberland Wildparks kombiniert.

Preis pro Teilnehmer:in Buchbar ab: 7 Personen € 38,-

Eine genaue Beschreibung der einzelnen Programmpunkte siehe S. 6. Veranstalterhinweis s.S. 23.

Mit der Natur im Einklang im Almtal

Salzkammergut Touristik Gruppenreisen OÖ 2023:

- ₩aldluft Dr. Wald wirkt: 2 stündiger Waldness Erlebnisspaziergang
- Eintritt inkl. Führung in die Grüne Erde-Welt Pettenbach | Dauer ca. 1 Std.
- Mittagessen (nicht im Preis enthalten)
- Eintritt im Cumberland Wildpark Grünau
- Erlebnis-Reich-Natur Führung im Cumberland Wildpark | Dauer ca. 2 Std.

Arrangementpreis/Teilnehmer:in ab € 37,50 Buchbar ab 15 Personen Programmdauer ca. 4-6 Std.

Buchung bei: Salzkammergut Touristik GmbH Götzstraße 12, 4820 Bad Ischl



+43 (0)6132/24 000-50 | gruppenreisen@salzkammergut.co.at www.salzkammergut.co.at



Das WALDNESS®. Schulangebot:

"Waldabenteuer 2023"

Wald- und erlebnispädagogisches Programm: Tiere beobachten, Klimaschutz und Nachhaltigkeit an glasklaren Bächen, Seen und im Wald erleben. Die Kraft der Natur spüren – angeleitet von Profis in der Naturvermittlung:

- § 3 Nächtigungen mit Halbpension (inkl. 1 Softdrink zum Essen)
- Der Schatz im Almtal": Spannender Nachmittag in der Waldschule
- Auf ins Wald-Paradies": Naturschutz- und Walderlebnis am Almsee
- Auf den Spuren des Wassermanns": Wasser erleben
- Eintritt in den Cumberland Wildpark
- Programmpunkt aus

"Flattern und Schnattern im Almtal"

Waldmaterial für den Schulunterricht

Bei extremem Schlechtwetter bieten wir alternativ Indoor-Angebote, z. B.: Museum Geyerhammer, Scharnstein | KLF - Klassenzimmer im Wildpark | WOLF System Bau, Scharnstein - Betriebsführung -Thema Holzverarbeitung



- Mai September
- Juni Oktober

Termin auf Anfrage!

Preise:

ab € 146,-

Individuelle

Auswahl

einzelner Programmpunkte

(inkl. aller angeführten Leistungen, ab 20 Kinder + Begleitperson)

Kinder Volksschule 6-10 Jahre € 146.-* Kinder Mittelstufe 11-14 Jahre € 157.-*

Kinder Oberstufe 15-18 Jahre € 164 -* Begleitpersonen € 209 -

Tourismusabgabe pro Pers. und Nacht (ab 15 Jahren) € 2,20 VP Zuschlag, Mittagessen Extra, Zuschlag für unter Übernach-

Busfahrer frei, Tourismusabgabe extra!

tungen auf Anfrage.

Die Angebotspreise sind mit Stand März 2023 und können sich auf Grund starker Änderungen im österreichischen Preisgefüge

*eigene Bettwäsche (Deckenüberzug mind 140*200cm, Polsterbezug, Spannbettlacken 100*200cm) Handtücher und Badetücher sind bei Buchung "Sporthotel Grünau Wimmergreuth" mitzubringen.

Angebote für das waldpädagogische Programm für kleinere Gruppen und 2 Verlängerungstage erstellen wir individuell gemeinsam mit den Pädagogen.



Kennenlerntage für Schulen:

A widening circle of reserachers believes that the loss of natural habitat, or the disconnection from nature even when it is available, has enormous implications for human health and child developement. They say the quality of exposure to nature affects our health at an almost cellular level." Louv, Richard: Last Child in the Woods, Saving our children from Nature-Deficit Disorder, London: Atlantic Books, 2010, S. 43.



bei jeden Wetter der Naturaum der uns alle tief berührt, bewegt and ans anendlich gut tat

Spannendes und nachhaltiges Wald-, Naturund Tiererlebnis im Almtal!

- Mit unseren WALDNESS.Coaches den Wald und die Natur im Almtal wald- und erlebnispädagogisch entdecken, Tiere beobachten, Klimaschutz und Nachhaltigkeit erleben und an glasklaren Bächen und Seen, die Kraft der Natur spüren.
- Grünau im Almtal ist z. B. die zweitwaldreichste Gemeinde Österreichs, knapp 80 Prozent der Gemeindefläche sind mit Wald bedeckt. Jedes Jahr werden ca. 130.000 Bäume gepflanzt - Nachhaltigkeit wird im Almtal gelebt.
- Die naturbelassene Landschaft weit abseits von Massentourismus, bietet auf Schritt und Tritt authentische Wald- und Naturerlebnisse. Auf höchstem Niveau ist auch das Angebot zur Beobachtung und dem Lernen von und mit den Tieren. Z. B. in der Konrad Lorenz-Forschungsstelle https://klf.univie.ac.at und im Cumberland Wildpark Grünau www.wildpark.at
- Die WALDNESS im Almtal Thementage bündeln die interessantesten Naturerlebnisangebote des Almtals. Die WALDNESS.Partnerbetriebe JUFA Hotel Almtal, die Klausur- und Familienalm Hochberghaus und das Sporthotel Grünau - Wimmergreuth sind Spezialisten in der Beherbergung von Schulklassen, liegen wunderbar in der Natur und sind von Wald, Wasser und Bergen umgeben und verwöhnen kulinarisch die jungen Gäste.

Die WALDNESS.Coaches sind mehrfach zertifizierte Naturvermittler mit langjähriger Erfahrung. Oberförster und WALDNESS.Meister Fritz Wolf ist der Ausbildner von mehr als 1000 Waldpädagog:innen und vom Ministerium ernannter österreichischer Waldbotschafter.

(inkl. Halbpension exkl. Getränke, inkl. 1 Softdrink zum Essen, ab 20 Kinder + Begleitpersonen)

Kinder Volksschule 6-10 Jahre* Kinder Mittelstufe 11-14 Jahre* € 99.-

Kinder Oberstufe 15-18 Jahre* € 101-

€ 133.-Begleitpersonen Tourismusabgabe pro Pers. und Nacht

(ab 15 Jahren) € 2.20

VP- Zuschlag, Mittagessen Extra

auf Anfrage

*eigene Bettwäsche (Deckenüberzug mind.140*200cm, Polsterbezug, Spannbettlacken 100*200cm) Handtücher, Badetücher sind mitzubringen

Dauer: 2 Tage mit der Möglichkeit zur Verlängerung. Reisezeitraum nach individueller Reservierung und nach Verfügbarkeit.

Die Angebotspreise sind mit Stand März 2023 und können sich auf Grund starker Änderungen im österreichischen Preisgefüge noch ändern!



Nachhaltig Anreisen: Mit der Almtalbahn bis Grünau via Knotenpunkt Wels oder mit den OÖVV Buslinien bis Grünau über Gmunden.



14 Wald wirkt! | WALDNESS® ist Urlaub im und mit dem Wald.



Kerstin DiensthuberWALDNESS.Coach

- Staatlich gepr
 üfte Wander- und Schneeschuhf
 ührerin
- Zertifizierte Waldpädagogin
- Wyda-Trainerin

WALDNESS ist für mich...
... Entspannung und Erholung mit
und in der Natur.



Christoph WolfWALDNESS.Coach

- Forstwart, Jäger, Waldbauer
- Wald- und Jagdpädagoge
- Gewerblicher Forstdienstleister
- Forstschutzorgan

WALDNESS vermittelt ein allumfassendes Naturerlebnis



Silke Rosenbüchen WALDNESS.Coach

- Doktorat an der Boku (Landschaftsplanung und -pflege)
- Ausbildung zur Agrarund Umweltpädagogin
- Schreibtrainerin
- Partifizierte Kräuterpädagogin
- Debens- und Sozialberaterin i.A.

WALDNESS ist für mich...
... den Wald mit allen Sinnen
wahrnehmen, durchatmen, mich
selbst wieder spüren lernen.



Fritz Wolf WALDNESS. Meister

- Nald-, Alm- & Jagdpädagoge
- Natur- und Landschaftsvermittler
- Sensenmählehrer
- Studienrat
- 45 Jahre Lehrer an der Forstliche Ausbildungsstätte Ort
- Forst-, Jagd- und Naturwacheorgan

WALDNESS ist für mich...
... meine und die Arbeit meiner Vorfahren dem interessierten Publikum in
geeigneter Weise zugänglich machen.



das Team & die Coaches



Christof Buchegger WALDNESS.Coach

- Staatlich geprüfter Wanderund Schneeschuhführer
- zertifizierter Wald- & Kräuterpädagoge
- Nationalpark Ranger
- Absolvent des Lehrganges Forst und Kultur

WALDNESS ist für mich...
... die Nutzung und das "Bewusstmachen" der positiven Wirkungen die unsere
natürlichen Lebensräume für das körperliche und seelische Wohlbefinden eröffnen.



Maria Hageneder WALDNESS.Coach

- Kräuterpädagogin
- Natur- und
 Landschaftsvermittlerin
- Wasserinstruktorin

Wald bedeutet für mich eine geschützte, duftende, bunte und ruhige Umgebung zum Energietanken.



Gertraud Pühringer WALDNESS.Coach

- Natur- und Landschaftsvermittlerin
- Dipl. Wildkräuterpädagogin
- Wyda-Trainerin i.A.

WALDNESS ist für mich...
... das Eintauchen in die Natur
mit allen Sinnen.



Sabina Haslinger WALDNESS.Coach

- Staatlich geprüfte Wander- und Schneeschuhführerin
- 🖣 zertifizierte Kräuterpädagogin
- ausgebildete Märchenerzählerin
- Jodlerin aus Leidenschaft
- ausgebildete Pilgerbegleiterin

WALDNESS ist für mich...
... achtsames Gehen, hinaus in die
Natur, hinein in den Wald oder hinauf auf den Berg zu den Latschen
ohne Zeitdruck ohne "müssen" einfach entdecken, staunen und genießen.

TRAUNSEE-ALMTAL salzkammergut WALDRAUM

In Morgen- und Abenddämmerung und in der Nacht gehört der Wald den Wildtieren.

Sie brauchen

Ruhe um Nahrung
zu finden.

1,5 Stunden vor und nach Sonnenaufgang und
Sonnenuntergang sollte niemand
im Wald sein,
denn das ist Zeit
der Jagd.

Wald ist
Rückzugsort für
Tiere und Menschen.
Ruhe und Stille tun allen
Lebewesen gut. Lärm
passt nicht in den Wald.



Eine Jause inmitten von Bäumen ist wunderbar.
Vergiss bitte nicht den
Abfall einzupacken, er verunreinigt nicht nur die Natur, sondern kann für Tiere auch gefährlich werden.

Wer beim Wandern durch den Wald Beeren oder Pilze findet, darf nur eine sehr kleine Menge davon (max. 2 kg pro Tag) zum Verkosten mitnehmen.

Einige dieser Waldfrüchte sind sehr giftig – ein fundiertes Wissen ist beim Sammeln Voraussetzung.

Wald und Waldwirtschaft gehören eng zusammen.

Hunde sollen im Wald an

der Leine geführt werden,

sie machen Wildtieren Angst und

können sie auch

gefährden.

Forstliche sowie jagdliche Sperrgebiete dürfen keinesfalls betreten oder befahren werden, denn hier herrscht Lebensgefahr!

Wald befindet sich in Österreich zu mehr als 80% in Privatbesitz.

Bitte respektiere das Eigentum und die Arbeit der Waldbesitzer. Im Wald, auf Wiesen und Almen wachsen viele wunderschöne Pflanzen – manche stehen unter Naturschutz und dürfen nicht gepflückt werden.

im Wald

Zu Gast in

Wald & Natur

Das gilt in der Region
Traunsee-Almtal für Enzian,
Knabenkräuter, Narzissen,
Schnee- und Almrosen.
Keinesfalls dürfen Pflanzen
ausgegraben werden.

Bitte bleibe beim Spazierengehen und Wandern durch den Wald immer

auf markierten Wegen.
Wegweiser, Schilder und
Markierungen bieten
dir wichtige
Informationen
bei deinem
Aufenthalt im Wald
– bitte beachte sie.













Hochlandrinder - Ab-Hof-Verkauf auf Vorbestellung Landstraße 35, 4645 Grünau im Almtal T+43 (//s64 4784354 - kefer.hggmail.co

BIO-BAUERNHOF AMTMANN



Maria & Fritz Wallne Hochbuchegg 23, 4644 Scharnstein T+43 (0)664 5144926 - wallner@a2milch.at



NATURHOF KRONAWITTER Ekchsnezialitäten. Ab-HoEVerkauf - Urlaub am Bauembof



SUNNSEIT GARTEN GRÜNAU Gartengemüse, Abokiste (Bio-Umstellung) Andrea & Martin Drack Edithhof 18, 4645 Grünau im Almital T+43 (0)6604777591 - andrea drackøkloud.com

FLEISCHE REI STADLE R FLEISCHE REI PÖLL SINIA & Reinhold Stadler Trambach weg 7/2, 4644 Schamstel n T +43 (0)650 9931 755 office of leischerei-stadler at





Point 11, 4655 Vorchdorf T +43 (0)7614 52077 oder +43 (0) 660 1526794



ÖKOHOF KAMMERI FITHNER

Heimische Qualität & Regionalität total.

JAGERSIMMERL-FISCHEREI

Johanna Berghaur & Markus Rohn Johanna bergoau a Markus konn Habernau 5, 4645 Grünau im Almtal T +43 (0)664 4558399 / +43 (0)664 73326157 office@jagersimmerl-fischerel.at www.jagersimmerl-fischerel.at

BIO-BAUERNHOF ROITHHOF Fleisch, Decken, Pölster vom Schaf- Urlaub am Bau

Duror-Schwein aus Freilandhaltung - Ah-Hof-Verkauf

Eier, Erdäpfl, Nudeln - 24 h Selbstbedienungsschrank

Herrnberg 19, 4644 Scharnstein T +43 (0)699 12903234 - Jakob almhofer ggmail.com

Ingrid & Jakob Almhofer

Bio-Spezialitäten rund um den Bio-Fisch - Ab-Hof-Verkauf

Andrea & Christian Bergbaur T +43 (0)7616 8505 · office@jagersimmerl.at



ROMANTIKHOTEL & RESTAURANT ALMTALHOF Geheimtipp für feinsinnige Gournets ham

Almeggstraße 1,4645 Grünau im Almtal T+43 (0)7616 6004 · romantikhoteløalmta



HOFTAVERNE ZIEGELBÖC K Traditionelles Hotel mit bode



Visar Murtezaj & Karl Stöhr



Attila Bogdan Landstraße 73, 4645 Grünau im Almtal

ettenhachstraße 1 4655 Vorchdor T +43 (0)7614 21266 - kontaktøjos-rest aurant.at www.los-rest aurant.at



GASTHAUS DICKINGER
Der Kultiwirt im Almtal - Wein & Kulinarik - Imm



NATUR BRAUEREI ALMTAL Tafelbier Jörger & Pale Ale Holde Maid - Rampenverkau Martin Hobinger & Sascha Diensthube





Bruckmühl e 18, 4644 Scharnstein

T+43 (0)7616 847



Eggenberg 3, 4655 Vorchdorf T +43 (0)7614 6345-0 - office@schloss-eggenberg.at

Schmecktakuläres Almtal

Die Vereinigung "Schmecktakuläres Almtal" ist eine freiwillige Kooperation von Almtaler Wirten, Almtaler Landwirten und regionalen Lebensmittelverarbeitern, welche sich der Qualität und der Regionalität verpflichtet fühlen.

Bärlauch-Topfenmousse

Salat zum Garnieren vom Sunnseit Garten

Die Almwirtinnen

Mousse: 250 g A2 Topfen 250 ml Obers 2 Blatt Gelatine

1 Hand Bärlauch Salz Pfeffer

Rezept für 4 Personen von Agnes Holzinger,

Gelatine einweichen, Bärlauch fein hacken und mit Topfen verrüh-

ren. 2 EL Obers leicht erhitzen (nicht kochen), Gelatine darin auflö-sen. Restliches Obers steif schlagen und das überkühlte Gelatinege-misch langsam einrühren. Obers langsam unter den Topfen heben und mit Salz und Pfeffer abschmecken, in einen Spritzsack mit einer Sterntülle füllen und mindestens 8 Stunden kühl stellen.

Sesam, Mohn und Kräuter beiseite stellen, restliche Zutaten in eine Schüssel geben und vermischen, den Teig 10 Minuten kneten und 10 Minuten zugedeckt gehen lassem, danm unechmals duttchkater

ten. Den Teig zu einem Rechteck von ca. 1 cm Dicke ausrollen und zugedeckt nochmals gehen lassen. Den Teig quer in 2 gleich große Teile und längs in ca. 1 cm dicke Streifen schneiden und rund rollen. Auf ein Backblech legen und mit Wasser bestreichen. Nach

Belieben bestreuen und 15 Minuten bei 200 °C backen.

275 ml Wasser

Kräuter

Folgende Rezepte aus dem Kochmagazin "Von und mit der Natur - 24 Rezepte durch die Jahreszeiten":

DER NATUR

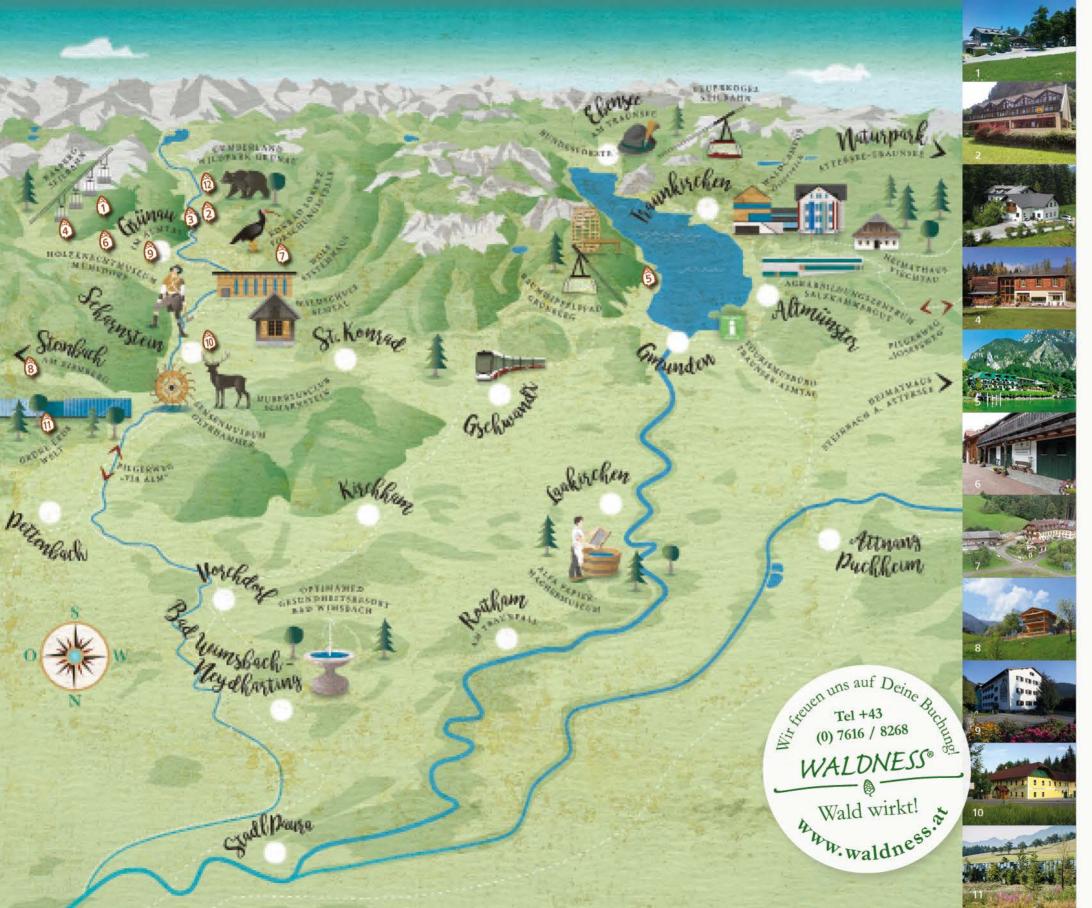
im Tourismusbüro Almtal und auf schmecktakulaeres.almtal.at

Erhältlich für € 5,- bei den Partnerbetrieben,

"Von und mit der Natur –

24 Rezepte durch die Jahreszeiten"

△Almtal **△**



WALDNESS. Partnerbetriebe



1. Europäisches WALDNESS.Resort: BERGGASTHOF KLAUSUR-8 FAMILIEN-ALM HOCHBERGHAUS GMBH. ***

Kasberg 1, 4645 Grünau im Almtal www.hochberghaus.at | T +43 7616 8477

JUFA HOTEL ALMTAL *** Hinterrinnbach 17, 4645 Grünau im Almtal www.jufa.eu/hotel/almtal | T +43 5 7083 570

PENSION WANDERRUH *** Rabenbrunn 4. 4645 Grünau im Almtal https://wanderruh.at | T + 43 7616 8337

A SPORTHOTEL GRÜNAU - WIMMERGREUTH In der Lahn 50, Grünau im Almtal www.wimmergreuthgruenau.at | T +43 7616 200 09

HOTEL HOIS'N**** Traunsteinstr. 277, 4810 Gmunden www.hoisnwirt.at | T +43 7612 77333

SPORTLERHOF "ALIMANN" * * * * Altmannstr. 12, 4645 Grünau im Almtal www.sportlerhof.at | M + 43 664 4645 788

ROITHHOF * * Hauergraben 1, 4644 Scharnstein www.roithhof.at | T +43 7616 200 57

FERIENHAUS SCHWARZENBACH ** Spießengraben 5, 4562 Steinbach a. Ziehberg www.bauernhof.at/schwarzenbach | T +43 7582 7417

MARIENHEIM – EXERZITIENHAUS GRÜNAU Fischereckstr. 23, 4645 Grünau im Almtal www.marienschwestern.at | T + 43 7616 8258

1. Europäisches WALDNESS.Wirtshaus: GASTHOF SCHOBERMÜHLE

In der Au 1, 4644 Scharnstein www.schobermuehle.at | T +43 7615 2230

Grüne Erde-Welt Almtal OÖ Hinterbergstraße 4, 4643 Pettenbach www.grueneerde.com | T +43 7615 313 800

Fischerau 12, 4645 Grünau im Almtal Cumberland Wildpark Naturtierpark Grünau Gmbh www.wildpark.at | T +43 7616 8425

WALDNESS® ist Partner von...

... Waldraum Traunsee-Almtal

WALDRAUM

TRAUNSEE-ALMTAL Die Waldakademie als dezentrales Netzwerk.

- ... ist die interdisziplinäre Plattform und das Netzwerk zur gemeinsamen, nachhaltigen und sanften Weiterentwicklung der Wald- und Holzangebote in der Region Traunsee-Almtal.
- ... fungiert als Dachmarke zu Wald und Holz in der Region und ist die Plattform und Bühne zur Bewerbung und Vernetzung.
- ... bietet eine europaweit beachtete Kombination aus Naturschutz und Ökologie, Forschung, Ausbildung, Wirtschaft und sanftem Tourismus.

... NATURSCHAUSPIEL.at



Entführt zu rund 37 ausgewählten Naturschauplätzen in ganz Oberösterreich. www.naturschauspiel.at

... ARGE WALDNESS®



c/o Pangerl & Pangerl -WALDNESS Optimiertes Tourismus Marketing www.waldness.info

... INTERREG Projekt AB 291



Gesundheitstourismus Wald









WALDCAMPUS Green Care Österreich

Naturpark Attersee-Traunsee



So kommst Du zu uns in die Region Traunsee-Almtal

Anreise mit der Bahn:

Westbahn Strecke (von München, Salzburg, Passau oder Wien) bis Wels oder Attnang-Puchheim.

Mit der Almtalbahn von Wels erreichst Du Pettenbach, Scharnstein und Grünau im Almtal (ÖBB).

Mit der Salzkammergutbahn erreichst Du Gmunden, Altmünster, Traunkirchen und Ebensee (ÖBB).

In der Region verkehren die Traunseetram und die Vorchdorferbahn (Stern & Hafferl)



Wir freuen uns über Deine Anreise mit der Bahn. Gerne stellen wir ein Shuttle-Service zur Verfügung.

Nutzen sie für die Mobilität vor Ort das Angebot des Traunstein-Taxi



Anreise mit dem Auto:

Autobahn A1 aus Wien über Linz bzw. Autobahn A8 Passau via. Wels Nord bis Voralpenkreuz bzw. Autobahn A9 aus Graz bis zur Abfahrt Ried im Traunkreis (A9). Auf die B120 in Richtung Pettenbach, Scharnstein, St. Konrad und Grünau im Almtal. Bzw. Abfahrt Laakirchen West in Richtung Traunsee. Autobahn A1 aus München über Salzburg, Abfahrt Regau in Richtung Traunsee, Abfahrt Vorchdorf in Richtung Almtal.





Wir freuen uns auf Deine Buchung unter:

Tourismusverband Traunsee-Almtal Tourismusbüro Almtal:

Im Dorf 17, 4645 Grünau im Almtal T +43 7616 8268 | F +43 7616 8895 E-Mail: waldness@traunsee-almtal.at









Traunsee-Almtal Salzkammergut



Die Region Traunsee-Almtal

Europas erste WALDNESS®. Destination



WALDNESS. Winterwald Finder auch statt, wenn

Hein Schnee liegt.

WALDNESS®.Winterwald!

Das Programm für die kalte Jahreszeit | S. 10

TRAUNSEE-ALMTAL

salzkammergut

www.waldness.at

www.facebook.com/waldness.traunsee.almtal