



ZIRBITZKOGEL-GREBENZEN

Waldbadetag in Neumarkt

Einfach nur sein. Das könnte so einfach sein, wenn man sich darauf einlässt. Etwa bei einem Waldbadetag im Naturpark **Zirbitzkogel-Grebenzen**. Mit Naturtherapeutin und „Waldbademeisterin“ Claudia Gruber geht es in die Welt des Waldes rund um Neumarkt. Ihr geht's darum, „die Menschen so zu begleiten, dass sie

wieder in Kontakt mit sich selbst und der Natur kommen“. Gemeinsam durchs Moos schreiten, den Melodien des Waldes lauschen, die Anziehungskraft der Erde spüren: Wer seine Sinne schärft, stärkt Selbstempfinden und Gesundheit. Infos: www.naturesein.at/waldbaden. Tel: 0650 3214747



PÖLLAUER TAL

Zeitlupenwanderung für Esel

Die Wiederentdeckung der Langsamkeit führt im Naturpark **Pöllauer Tal** über zwei Esel. „Eselgeduld“ – eine Eigenschaft, die uns im Alltagsstress mitunter abhandenkommt. Zusammen mit den Eseln Kokos und Fax sowie Naturvermittlerin Carmen Dreier-Zwetti geht's (nach Terminvorabstimmung,

mind. 6 Teilnehmende) hinaus in die Pöllauer Natur. Entlang von Hirschbirmhirsch'n-Stationen ist Zeit die wertvollste Währung. Wer im Einklang mit Natur und Tier spaziert, nimmt seine Umgebung im neuen Licht wahr. Infos: www.apfelschmiede.at/zeitlupenwanderung/ Tel: 0676 3600571

EISENWURZEN

Georaffing auf der Salza

Nicht nur Arizona, auch die Steiermark hat einen „Grand Canyon“! Und dort, mitten im Naturpark **Steirische Eisenwurz**, warten Abenteuer für Herz, Hand und Hirn. Beim Georaffing (Bild unten) durch das Kernstück der Salza, der Palfauer Konglomeratschlucht, können Erwachsene und Kinder ab sechs in leichtem bis

mittlerem Wildwasser nicht nur ihre Muskeln stärken. Entlang des längsten unverbauten Wildflusses der Ostalpen kann man geologisches Wissen erweitern und mehr über Vegetation und Vogelleben erfahren. Alle Teilnehmenden müssen schwimmen können. Infos: www.raftingcamp.at oder Tel: 03638 240

Mehr Infos

Passend zu diesen Tipps haben die Naturparke Steiermark mit „Natur wirkt!“ einen charmanten Reisebegleiter durch die sieben steirischen Naturparke aufgelegt. Zertifizierte Naturvermittler*innen begleiten bei 42 ausgesuchten Themen-Wanderungen zu Naturjuwelen wie Höhlen, Mooren, Schluchten, Almen, Streuobstwiesen oder kühlen Quellen.

Die bunte Ausflugspalette wird ergänzt durch kulinarische Empfehlungen, Rezepte, Biodiversitäts- und Wandertipps sowie einer Liste von Naturpark-Gastgebern. Kostenlos bestellbar unter: info@steiermark.com oder Tel.: (0316) 4003-0, www.steiermark.com/de/Urlaub-plaen/Prospekte

STEFAN

LEITNER/WWW.STEFANLEITNER.COM, NIXX/PIXX.COM,
WINFRIED HERMANN, STG/TOM LAMM

7 Tipps für Abkühlung in der Natur

In den steirischen Naturparken lassen sich in geführten Wanderungen die Schätze der Natur mit allen Sinnen entdecken. Ferienerlebnisse gibt es auch ohne Zugvogeldasein und lange Staus, weil sie vor unseren Haustüren passieren.

SÜDSTEIERMARK

Reben so richtig erleben

Natur wirkt – sich im Bioweingarten so richtig gut aus. Welch guten Einfluss tierische und pflanzliche Vielfalt auf den steirischen Wein hat, erfahren Genussorientierte im Naturpark **Südsteiermark** bei einer Führung mit Biowinzer Otto Knaus. Mit dem vinophilen Naturvermittler geht es auf Entdeckungstour zwischen Smaragdeidechen, Königskerzen und natürlich(en) Weinstöcken. Eine Verkostung und eine kleine Stärkung in der Biobuschenschank in Sulztal an der Weinstraße darf nicht fehlen.

Infos: <https://www.biowein-knaus.at/index.php?id=43> oder Tel.: 0664 1820565

MÜRZER OBERLAND

Zapfen streicheln die Seele

Achtung, Zapfenstreich zum Zapfen streicheln! Im barrierefreien Wald der Sinne rund um den Steinwandtnerhof im Naturpark **Mürzer Oberland** heißt es entlang von 23 Kraftplätzen: einmal natürlich Batterien aufladen bitte! Während sich Erwachsene im Thymianbett ausruhen, erobern Kinder die Hängebrücke oder den Klangbaum. Der Rundweg ist selbstständig oder mit Führung zu erleben. Barbara Holzer passt die Tour als Frühförderin, Psychomotorikerin, Wald- und Outdoorpädagogin an die Bedürfnisse an. Infos: www.wald-der-sinne.com Tel: 0650 7322166.



ALMENLAND

125 Alpträume in Grün

Ja, auch Alpträume können traumhaft schön sein! Zum Beispiel, wenn sie im Naturpark **Almenland** bei einer Wanderung zu erleben sind. Eines der größten zusammenhängenden Almgebiete Europas – bestehend aus 125 Einzelalmen – lernen Frischluft-Hungrige mit dem Naturvermittlerinnen-Team um Gabriele Mandl von völlig neuen Seiten kennen. Ziel der

zweistündigen Tour, die beim Teichalmsee startet: neben der Schönheit der Almen auch Almpflanzen und das bunte Leben im Almboden entdecken. Und damit Neues erleben, was man sich zuvor niemals hätte träumen lassen. Es gibt Ffx Termine oder Termine nach Vereinbarung: www.almenland.at/naturpark/termine Tel: 0664 5143059

SÖLKTÄLER

Steter Tropfen höhlt den Marmor

Diese Schlucht ist alles andere als schlicht. Sie ist schlicht spektakulär. Über Jahrtausende hat der Sölkbach im Naturpark **Sölktales** mit stetiger Fleiß- und Fließarbeit den beinhalten wie berühmten Sölker Marmorstein formvollendet. Naturvermittlerin Eva Huber führt trittsichere Wanderer zu den Marmorauwaschungen am Beginn der Strubschlucht. Während der

Weg durchs Bachbett, über Waldsteige und die 40 Meter hohe Mauer des Stausees führt, erzählt sie allerhand Interessantes über die Entstehung des Sölktales und den faszinierenden Lebensraum Schluchtwald. Voranmeldung (Mindestteilnehmer 6 Personen) und Fixtermine unter www.soelktaeler.com/fuehrung-strubschlucht. Tel: 0677 64412492