

**BASIS-PRESSEMAPPE**

## **HIMMLISCH WANDERN: EIN GENUSS FÜR KÖRPER UND GEIST**

**Wandern in frischer Waldluft schmeichelt nicht nur der Seele, sondern hat auch viele positive Auswirkungen auf die Gesundheit. Wie gut, dass Baiersbronn im Schwarzwald das Tor zum Wanderhimmel öffnet.**

Wandern hält fit. Körperlich und geistig, egal ob in der Ebene oder im Gebirge. Würzige Waldluft verbindet den Wanderer unmittelbar mit der Natur und fördert nachweislich das allgemeine Wohlbefinden. Dazu kommen die positiven Effekte der Bewegung und schnell rückt der Alltag in weite Ferne. Höchste Zeit also, wieder einmal die Wanderschuhe zu schnüren. Stellt sich nur die Frage: Wohin? Die Antwort ist ganz einfach: in den Wanderhimmel von Baiersbronn. Und das gleich aus mehreren Gründen.

### **550 KILOMETER WANDERHIMMEL**

Weltoffen und doch tief verwurzelt in alten Traditionen. Herzlich, kultureich und voller Genussmomente. Baiersbronn ist die ideale Basis, um in den Wanderhimmel zu starten. Ein 550 Kilometer langes Wegenetz verbindet idyllische Winkel, die entweder auf eigene Faust oder auf geführten Touren erkundet werden können. Himmlisch wird dieses Wegenetz, weil hier zwei Dinge zusammenkommen: wunderbare Landschaft und Gaumenfreuden in den Wanderhütten und Einkehrmöglichkeiten am Weg. Allen Wanderern steht zudem detailliertes Kartenmaterial zur Verfügung. Wer gerne in der Gruppe wandert, schließt sich Wanderführern an. Denn niemand kennt den Schwarzwald und seine schönsten Plätze besser als die professionellen Wanderguides. Highlight zum Saisonstart ist das traditionelle Bike- und Wanderhimmel-Opening, das den Start der Fahrrad- und Wandersaison einläutet.

### **UNTERWEGS IN ALLEN HIMMELSRICHTUNGEN**

Rund um Baiersbronn führen die Himmelswege, neun thematische Rundwanderwege, durch herrliche Landschaften – überwiegend auf Pfaden und Steigen, abseits der Forstwege. Achtsam erleben die Wanderer die Natur auf den zertifizierten Genießerpfaden. Die vier Premium-Wanderwege garantieren nicht nur erfüllende Wanderungen, sondern auch kulinarische Highlights in den Wanderhütten. Alle Genießerpfade wurden bereits zum fünften Mal in Folge vom Deutschen Wanderinstitut ausgezeichnet.

Spannung steht auf den Erlebnispfaden im Mittelpunkt. Sie lassen die facettenreiche Geschichte

Baiersbronns und der Region lebendig werden. Ob Waldgeister oder Holzbarone – auf diesen Touren entdeckt die ganze Familie ihre Spuren und erfährt, wie sie die Region geprägt haben. Übrigens: Der Schwarzwald ist besser als jeder Abenteuerspielplatz. Deshalb sind die Familienwanderungen bei Eltern mit Kindern besonders beliebt. Wo kleine und große Naturfreunde beim Baum-Cache heimische Baumarten erkunden oder mit „Annis Schwarzwald Geheimnis“ auf eine interaktive Familienwanderung gehen, bestaunen sie auf dem Lotharpfad im Nationalpark Schwarzwald, wie sich die Natur nach dem Orkan Lothar 1999 entwickelt hat, weil sie sich selbst überlassen wurde.

Wer voller Energie steckt und gleich mehrere Tage lang alle Facetten des Schwarzwalds erleben möchte, wählt die Mehr-Etappen-Wege: So führen der Baiersbronner Seensteig (91 Kilometer) und die Murgleiter (110 Kilometer) zu geheimnisvollen Karseen und großartigen Aussichtspunkten.

### **SCHLEMMEN WIE IM PARADIES**

Baiersbronn steht vor allem für zwei Dinge: viel unberührte Natur und eine hervorragende Küche. Im Kulinarischen Wanderhimmel verbindet sich beides zu einem Genussraum für die Seele. Ausgewählte Wanderwege führen zu gemütlichen Hütten und alteingesessenen Einkehrmöglichkeiten mit regionaler Küche – in einigen sogar auf Sternenniveau. Wer wissen will, wie der Wald schmeckt oder wie die Jahreszeiten duften, ist hier richtig.

Tipp: Je nach Jahreszeit bieten ausgebildete Wanderguides kulinarische Schlemmertouren und Kräuterwanderungen an. Ein weiteres Genuss-Highlight sind die vier Genussplatz-Touren. Sie führen zu vier besonders schönen Flecken im Kulinarischen Wanderhimmel: den Genussplätzen. Diese Rast- und Picknickplätze sind liebevoll aus heimischen Douglasien-Kanthölzern gestaltet und lassen das mitgebrachte Vesper besonders gut schmecken. Getreu dem Motto „Mitten in der Natur, umgeben von sattem Grün, schmeckt’s einfach am besten“ liegen sie hoch am Hang und garantieren herrliche Tief- und Ausblicke in die Baiersbronner Täler und den weiten Schwarzwald.

### **FREIHEIT FÜR DIE NATUR**

Baiersbronn liegt mitten im Nationalpark Schwarzwald. Der Schwarzwald, wie wir ihn heute kennen, ist eine jahrhundertealte Kulturlandschaft. Im Laufe der Zeit haben die Bewohner der Natur immer wieder Land abgerungen, es über Generationen gepflegt und weiterentwickelt, so dass daraus Lebensraum für viele Menschen entstehen konnte. Mit der Gründung des Nationalparks Schwarzwald im Jahr 2014 wurde der Natur wieder Raum gegeben. Sie hat ihre Freiheit zurückerhalten und kann sich auf 10.062 Hektar Fläche frei entwickeln, ohne dass der

Mensch eingreift. Eine Win-Win-Situation für alle Beteiligten. Denn dort, wo die Natur wie vor Jahrhunderten wild wuchern darf, ist der Nationalpark zu einem Refugium für Körper und Seele geworden. Wer die wilde, unberührte Seite des Schwarzwaldes kennen lernen oder Wildnis erleben möchte, nimmt an den Nationalparkaktivitäten teil. Ob im Wald, auf Entdeckertour oder in der Forscherwerkstatt – Ranger und Pädagogen haben gemeinsam ein abwechslungsreiches Wochenprogramm zusammengestellt. Wildnis und Biodiversität kommen dabei ebenso wenig zu kurz wie Bildung für nachhaltige Entwicklung und Naturschutz.

Übrigens: Auch die ganz kleinen Ranger dürfen mit auf Tour – Becherlupe, Insektensauger und Kompass inklusive.

### **DEM HEILKLIMA AUF DER SPUR**

Die sauerstoffreiche und würzige Schwarzwaldluft, frei von Verkehrs- und Industrieabgasen, kommt allen Gästen zugute. Studien belegen, dass sich allein der Aufenthalt im Wald positiv auf den Menschen und seine Gesundheit auswirkt. Hinzu kommt das milde Klima, das selbst im Hochsommer zum Wandern einlädt. Grund genug für den Ortsteil Obertal-Buhlbach, sich in die Riege der 15 Heilklimatischen Kurorte Deutschlands einzureihen, mit dem Prädikat „Premium Class“. Zertifizierte Heilklimapfade führen durch die umliegenden Wälder, zu Kraftplätzen, aber auch zu Wassertretstellen.

Tipp: Kneipp-Kuren gehören zu den besten Methoden, um Krankheiten vorzubeugen und müde Beine wieder munter zu machen.

### **WANDERN, ZWÖLF MONATE IM JAHR**

Wer glaubt, in Baiersbrunn dauere die Wandersaison von Frühjahr bis Herbst, der war noch nie im Winter hier. Dann ist die Luft kristallklar, die Natur präsentiert sich im weißen Winterkleid und unter den Füßen knirscht der Schnee. Durch dieses Wunderland führen von Baiersbrunn aus 29 Winterwanderwege mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden, die ab zehn Zentimetern Schnee geräumt werden. Und das Beste: Der Schwarzwald ist im Winter leichter zugänglich als die Alpen und auch Einsteiger kommen hier auf ihre Kosten. Viele Wanderhütten haben zudem das ganze Jahr über geöffnet.

Tipp: Wer im Schnee festen Halt haben möchte, kann sich im Wander-Informationszentrum Schneeschuhe und weitere Wanderausrüstung ausleihen.

### **ENTSPANNT NACH UND DURCH BAIERSBRONN**

Keine Lust auf Planungsstress? Dann helfen die Urlaubspakete bei der Entscheidung und Buchung. Für jeden Wandertyp haben die Experten vor Ort ein passendes Paket geschnürt. Von

Wildnis und Abenteuer bis hin zu Kneippen, Kulinarik und Entdecken ist alles dabei. Wer sich vor, nach und während der Wanderung verwöhnen lassen möchte, wählt einen der zehn Wandergastgeber, die der Deutsche Wanderverband mit dem Gütesiegel „Qualitätsgastgeber wanderbares Deutschland“ ausgezeichnet hat. Sie wissen genau, worauf es Aktivurlaubern ankommt, und stehen ihren Gästen mit Wandertipps und Wetterinfos zur Seite. Bei Bedarf organisieren sie auch den Gepäcktransport zur nächsten Unterkunft.

Echte Abenteuerer, die etwas Besonderes ausprobieren möchten, übernachten im Trekking Camp Gutellbach. Es ist genau das Richtige für alle, die im Wald nicht nur wandern, sondern auch schlafen möchten. Es liegt abseits der Ortschaften, ist zu Fuß erreichbar und bietet Platz für bis zu drei Zeltplätze, eine Feuerstelle und ein kleines Toilettenhäuschen. Zur besseren Orientierung im Wald hilft die kostenlose Nationalparkregion-App. Sie enthält eine interaktive Karte, in der man Touren planen und Routen eintragen kann.

Informativ und auf jeden Fall einen Besuch wert ist in Baiersbrunn das Wander-Informationszentrum am Bahnhof. Es ist eine kleine, liebevoll gestaltete Erlebniswelt rund ums Wandern. Die Wanderberaterinnen und -berater helfen bei der Zusammenstellung persönlicher Wandertouren und geben Tipps und Ratschläge für unterwegs. Dann heißt es nur noch: Wanderschuhe schnüren und los geht's.

[www.baiersbrunn.de/de-de/natur/wandern](http://www.baiersbrunn.de/de-de/natur/wandern)