



## „Kneipp-Jubiläumswanderung“ Bad Kreuzen

Unsere Wanderung startet in der Aumühle und führt uns zum Eingang der Stillensteinklamm, wo wir die erste „Säule“ das WASSER entdecken und spüren können.

Danach „schnuppern“ wir in die Stillensteinklamm, hier erhalten Sie einen kleinen Einblick in diese atemberaubende Wanderrunde im Strudengau. Danach marschieren wir aufwärts Richtung Burg Kreuzen, auf idyllischen Wald- und Wiesenwegen erleben wir wunderschöne Ausblicke nach Grein und auf Burg Klam. Nach ungefähr halber Strecke treffen wir bei der Labstelle auf die 2. Säule, die ERNÄHRUNG, hier gibt es eine gesunde Stärkung für die Wanderer.

Nach der kulinarischen Rast geht es auf, um die 3. Säule des Wasserdoktors, die HEILPFLANZEN aufzuspüren. Bei der Speck-Alm warten die Bad Kreuzner Kräuterfrauen und das Team Baumkreis, um mit ihren „Kreitln“ zu verzaubern. Danach baden wir ein weiteres Mal in würziger Waldluft und es ist nicht mehr weit, bis wir am Eingang zur Wolfsschlucht unseren eindrucksvollen „Kreuzner Pfarrer Kneipp“ am Damenbad entdecken!

Anschließend erklimmen wir die Burg Kreuzen, wo uns ein atemberaubender Ausblick ins Donautal und die Strudengauer Naturlandschaft erwartet. Bei der Mittagsrast im Burghof werden Sie mit regionalen Schmankerln unserer Wirte und Vereine verwöhnt.

Gut gestärkt marschieren wir am wunderschönen Kneippweg den Kempbach entlang, wo wir zur 4. Säule, der BEWEGUNG gelangen. Vorbei an der liebevoll gestalteten Waldandacht wandern wir aufwärts am Donausteig entlang zur nachmittags Labstelle. Hier steigt uns bereits der Duft frisch gebackener Bauernkrapfen und hausgemachter Mehlspeisen in die Nase, mit musikalischer Geselligkeit wird es bei dieser Süßen Rast richtig gemütlich.

Kurz darauf sind wir schon bei den „Mondstein Alpakas“ angekommen, wo uns bei einem grandiosen Weitblick in die Mühlviertler Hügellandschaft die 5. Säule, die LEBENSORDNUNG erwartet. Lernen Sie die kuscheligen Gesellen, die liebenswerten Alpakas kennen und lassen Sie sich überraschen, was sich die MitarbeiterInnen vom Curhaus Bad Kreuzen zum Thema Lebensordnung für Sie einfallen haben lassen.

Nach dieser Entschleunigung marschieren wir noch ein kleines Stück Tal abwärts gemütlich zurück zum Ausgangspunkt der Aumühle.

