



2. Dezember 2025

Presseinformation

Oberstaufener Winterwanderprogramm: von spannenden Biwak-Techniken über eisige Wildkräuter hin zu stimmungsvollen Fackeltouren

Von wegen eingeschlafener Winterlandschaft, die erlebnisreichen Wander- und Naturerlebnis-Touren von Oberstaufen Tourismus überzeugen mit den spannenden Facetten der eisigen Jahreszeit. Im Fokus der geführten Programme: Erleben, das im Kopf bleibt.

Unterwegs mit den Expert:innen vereinen sich für Gäste wie Einheimische Natur-Genuss mit Aktivität und Gemeinschaft. Dabei teilen die Guides ihre Leidenschaft und Expertise zu dem einzigartigen Lebensraum des Naturpark Nagelfluhkette und der Oberstaufener Natur. Gleichzeitig werden besondere Erlebnisse geschaffen und geteilt – denn unvergessen bleibt nur, was man mit den eigenen Sinnen wahrnimmt.

- **Erlebe den Wald mit allen Sinnen – Winterliches Waldbaden**

- Dienstag, den 16. und 23. Dezember, jeweils um 13.15 Uhr:
Den Moment genießen – durch einfache Entspannungstechniken mit Wald-Gesundheitstrainerin Beate Kratzer das Nervensystem regenerieren und das Immunsystem stärken. Dauer: 2 Stunden

- **Winterlicher Wildkräuter-Spaziergang**

- Mittwoch, den 3. und 15. Dezember, 7. und 21. Januar sowie weitere, jeweils um 10 Uhr: Wildkräuterführerin Sofie Fink zeigt, welche Wildkräuter auch im Winter sprießen und was man aus ihnen zaubern kann. Dauer: 2 Stunden

- **Familien-Erlebnistour: Kleine Entdecker, große Abenteuer**

- Freitag, den 19. Dezember, 30. Januar, 6. und 13. Februar und weitere, jeweils um 14 Uhr: Bergwanderführerin Lena Hoffmann bringt spielerisch relevante Ausrüstungsgegenstände und Biwak-Techniken für Bergtouren nahe. Dauer: 3 Stunden



- **Stirnlampen- und Fackeltour: Fire and Ice**

- Freitag, den 26. Dezember und 2. Januar, Dienstag, den 30. Dezember und 6. Januar sowie weitere, jeweils um 17.30 Uhr: Die Magie der abendlichen Dämmerungsstunden erleben. Ein Guide der *Bergwelt Oberstaufen* führt auf ausgewählter Route durch die Winterlandschaft. Dauer: 2 Stunden

- **Winterwanderung: Naturwunder und Genussmomente**

- Mittwoch, den 28. Januar, 4. und 18. Februar, 4. März und weitere, jeweils um 10 Uhr: Gemeinsam unterwegs im Imberggebiet – egal, ob mit oder ohne Schnee. Kulinarische Genussmomente in einem Berggasthof geben einen krönenden Abschluss der Wanderung. Dauer: 4 Stunden

- **Entdeckungen mit der Naturparkführerin**

- Freitag, den 13., 20., und 27. Februar sowie weitere, jeweils um 10 Uhr: Verborgene Tierzeichen, Geschichten über die Kräfte der Natur und die erstaunlichen Strategien des Überlebens – nahegebracht von Naturparkführerin Laura Dresse. Dauer: 2 Stunden

Die Teilnahmegebühr für die genannten Angebote beträgt ab 8 Euro (ab 4 Euro mit der digitalen Gästekarte). Ausführliche Informationen zu diesen und weiteren Touren und Anmeldung unter oberstaufen.de/erleben.

Ergänzt wird das Programm durch weitere Angebote von Seiten des Naturpark Nagelfluhkette e.V. unter dem Titel *Mit dem Naturpark-Ranger unterwegs*. Informationen dazu unter nagelfluhkette.info/veranstaltungen.

Bildunterschriften:

- 1.) Wildkräuterführerin Sofie gibt spannende Einblicke in die Welt der im Winter wachsenden Wildkräuter sowie ihre Verwendung in Küche und Naturheilkunde.
– Copyright: Oberstaufen Tourismus Marketing GmbH
- 2.) Von Tierspuren-Suche über Einblicke in Biwak-Techniken für Bergtouren. Eine Erlebnistour für die ganze Familie mit Bergwanderführerin Lena.
– Copyright: Oberstaufen Tourismus Marketing GmbH / Moritz Sonntag