

Entdeckertouren durch Salzburgs Stadtwälder

Waldbaden und Gämsenschauen in der Mozartstadt Salzburg

In der Mozartstadt Salzburg spielen Kunst und Kultur die erste Geige. Doch für viele ist es die Natur mit ihren bewaldeten Kuppen und Bergen, welche den Reiz und die Schönheit der Weltkulturerbe-Stadt erst so richtig zur Geltung bringen. Ob man sich nun vor dem Salzburger Dom, dem Großen Festspielhaus oder im Mirabell-Garten befindet – man braucht nur wenige Schritte durch die mittelalterlichen Gassen zu gehen und findet sich in einem der herrlichen, lichten Stadtwälder wieder. Die Naherholungsgebiete in und um Salzburg warten darauf, im Rahmen von geführten Touren oder auf eigene Faust, entdeckt zu werden.

Waldspaziergang vom Mittelalter in die Moderne hoch über der Stadt

Viele Wege führen auf Salzburgs Stadtberg Nummer eins, den **Mönchsberg**, der mit dem Festungsberg und der Festung Hohensalzburg die einzigartige Kulisse für die barocke Altstadt liefert. Wählt man den Weg über die Festungsgasse, kommt man am Restaurant Stieglkeller mit seinen fulminanten Aussichtsterrassen vorbei und passiert den Anstieg zur Festung, dem mittelalterlichen Wahrzeichen der Stadt. Bereits hier beginnt der lichte Mischwald, der überall auf dem Mönchsberg für eine ruhige und einzigartige Atmosphäre sorgt. Vorbei an Bürgerhäusern, historischen Wehranlagen, dem Wasserspeicher der Stadt, einer buddhistischen Stupa und dem einzigen Weingarten Salzburgs, führt dieser circa 30-minütige Fußmarsch quasi vom Mittelalter in die Moderne. Am architektonisch interessanten Bau des Museums der Moderne angelangt, kann man hier entweder eine Ausstellung genießen, im Gourmet-Restaurant M32 für sein leibliches Wohl sorgen lassen oder mit dem Mönchsberglift bequem wieder hinunter in die Altstadt sausen. Der Abstieg durch den Wald am Festspielhaus vorbei, stellt für die Bewegungsfreudigen eine – von mehreren – wunderschönen Varianten dar. www.salzburg.info | www.museumdermoderne.at | www.salzburg-burgen.at

Ein Schloss und zwölf Gämsen: Eine andere Welt tut sich auf

Wild, romantisch, einsam und schön ist ein Spaziergang über den Kapuzinerberg, den zweiten Stadtberg Salzburgs. Die pittoreske Imberg-Stiege führt von der Steingasse hinauf zum Kapuziner Kloster. Im Garten der Bruderschaft befindet sich die einzigartige Kloster-Imkerei. Auf dem Weg durch den Wald in Richtung des verträumten Franziskischlössls, das sich am höchsten Punkt des Stadtberges befindet, passiert man eine Büste Mozarts, das einstige Wohnhaus des Schriftstellers Stefan Zweig und trifft, wenn man Glück hat, eine der hier lebenden **Gämsen**. Hier im Wald am Kapuzinerberg lebt die einzige Gämsenkolonie Europas quasi inmitten der Stadt. Mit Ing. Manuel Kapeller kümmert sich sogar ein eigener Förster und Stadtjäger um das Wohl der rund zwölf Tiere.

Am aussichtsreichsten ist der Weg durch den Wald entlang der alten Stadtmauer. Wandert man weiter, so gelangt man nach circa 25 Minuten zum Franziskischlössl, einem ehemaligen Wehrbau aus dem 16. Jahrhundert, zu dem ein Restaurant mit wundervoller Terrasse sowie zwei Suiten zum Übernachten gehören. Die Ein- und Ausblicke auf die Stadt mit den umliegenden Bergen zählen von hier aus zu den schönsten, die man von Salzburg bekommen kann. www.salzburg.info | www.franziskischloessl.at

SalzburgerLand
Tourismus GmbH
Wiener Bundesstraße 23
Postfach 1
5300 Hallwang | Salzburg
AUSTRIA

T +43 662 6688 0
F +43 662 6688 66

info@salzburgerland.com
www.salzburgerland.com

PRESSEKONTAKT

Gernot Hörwertner
Unternehmenssprecher
Leitung Unternehmens-
kommunikation, PR &
Medienmanagement
DACH

g.hoerwertner@
salzburgerland.com
T +43 662 6688 75
M +43 664 8066 8875

Michaela Obernosterer
Chefredaktion PR und
Medienmanagement
DACH

m.obernosterer@
salzburgerland.com
T +43 662 6688 77
M +43 664 8066 8877

Sabrina Gangl, BA, MA
PR und Medien-
management DACH

s.gangl@
salzburgerland.com
T +43 662 6688 76
M +43 664 80668876

Andrea Bodner, BA
PR und Medien-
management DACH

a.bodner@
salzburgerland.com
T +43 662 6688 35

Die Natur als Therapeuten Nutzen: Waldbaden im Aigner Park

Zu richtiggehend internationaler Berühmtheit erzielte es der herrschaftliche Schlosspark des Schloss Aigen im Nordosten der Stadt, am Fuße des Gaisbergs – dem dritten Stadtberg von Salzburg. Mit der TEH-Praktikerin, Bloggerin und Waldpädagogin Karina Reichel, alias **Fräulein Grün**, kann der ehemals „zum Paradies stilisierte“ Landschaftspark mit seinen Kanzeln, Glorietten, Grotten, bewaldeten Hängen und Hügeln, verschlungenen Wegen, Wiesen, Bächen und Wasserfällen erwandert werden.

In diesem lichten Buchenwald erläutert Fräulein Grün die wohltuende Heilkraft der Bäume. Mit vielen Übungen, die alle Sinne ansprechen, erleben die Teilnehmer, wie sich Stress abbaut und sich der Körper entspannt. Die Waldexpertin erzählt von den vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten der Bäume, Pflanzen und Kräuter und animiert die Teilnehmer, diese zu nutzen, um die eigenen Selbstheilungskräfte zu aktivieren. Am Weg zurück zum Schloss und dem dazugehörigen Gasthof kann bei einer Kneipp-Kur im kristallklaren Bergbach der Kreislauf noch einmal so richtig in Schwung gebracht werden. www.fräuleingrün.at | www.schloss-aigen.at

Waldbaden in Wäldern mit Schlössern und in prunkvollen Parks

Vor den Toren der Stadt befindet sich mit dem **Schloss Hellbrunn** das ehemalige Lustschloss der Erzbischöfe – inmitten einer wunderschönen, mit uralten Baumriesen bewachsenen Parkanlage samt bewaldetem Hügel, der einst als Jagdrevier für die hohen Herrschaften diente. **Waldbaden-Expertin Elke Renner** spaziert mit ihren Kursteilnehmern den Weg hinauf zum Monatsschlössl, das über dem Park in einem lichten Mischwald mit versteckten Wegen liegt. Es geht vorbei am mystischen Steintheater, das schon vor 400 Jahren als Naturbühne diente. An einem ruhigen Plätzchen taucht man dann in die wohltuende Ruhe und Stille inmitten der wunderschönen Laub- und Nadelbäume ein. Die Kinesiologin und Waldbaden-Pädagogin hilft den Teilnehmern mit individuell abgestimmten Übungen dabei, mithilfe der Bäume zur Entspannung und Achtsamkeit zu kommen. www.hellbrunn.at

Mit **Schloss Leopoldskron** im Stadtteil Leopoldskron verwirklichte Erzbischof Firmian im 18. Jahrhundert seinen Traum einer Sommerresidenz im Grünen. Auch wenn der herrliche Schlosspark mit den alten Weiden, Eichen und Kastanienbäumen entlang des Leopoldskroner-Weiheres lediglich von der gegenüber liegenden Seeseite aus zu bewundern ist, kann man mit **Elke Renner** im hier befindlichen „**Königswäldchen**“ das Bedürfnis nach Ruhe, Erholung und Besinnung bei einer **geführten Waldbaden-Wanderung** stillen. www.schloss-leopoldskron.com

Weitere Informationen zu geführten Touren und Wanderungen durch die Wälder und Naherholungsgebiete der Stadt Salzburg:

„**Waldbaden**“ und **Kräuterwanderungen** mit Fräulein Grün/Karina Reichel kann man in Kleingruppen und nach Anfrage auch privat buchen. www.fräuleingrün.at | T +43 676 7304345.

„**Waldbaden**“ und in die heilsame Atmosphäre des Waldes (Ort nach Wunsch und Vereinbarung) eintauchen ist mit **Kinesiologin** und **Waldbaden-Kursleiterin Elke Maria Renner** auf Anfrage möglich. T +43 664 8641605.

Alljährlich im Juni, in der „**Woche des Waldes**“, finden kostenlose Führungen mit den städtischen Forstexperten durch die Stadtwälder Salzburgs statt. Täglich wird ein anderer städtischer Wald unter fachkundiger Führung aufbereitet und mit vielen Informationen gespickt, erwandert.

www.stadt-salzburg.at/stadtberge-stadtwald/stadtwald-forst/

Weitere Informationen: www.salzburgerland.com