

# Waldluftbaden Gesundheitstour

THEMENBEREICH | LAND- UND FORSTWIRTSCHAFT INKL.  
WERTSCHÖPFUNGSKETTE | BASISDIENSTLEISTUNGEN, LEADER, GEMEINDEN | UMWELT,  
BIODIVERSITÄT, NATURSCHUTZ | INNOVATION  
UNTERGLIEDERUNG | WALD | BODEN | NATURSCHUTZ | BIODIVERSITÄT |  
CHANCENGLEICHHEIT | FRAUEN | GESUNDHEIT  
PROJEKTREGION | OBERÖSTERREICH  
LE-PERIODE | LE 14-20  
PROJEKTLAUFZEIT | 02.08.2019-31.12.2019  
MASSNAHME | FÖRDERUNG ZUR LOKALEN ENTWICKLUNG (CLLD)  
TEILMASSNAHME | 19.2. FÖRDERUNG FÜR DIE DURCHFÜHRUNG DER VORHABEN IM  
RAHMEN DER VON DER ÖRTLICHEN BEVÖLKERUNG BETRIEBENEN STRATEGIE FÜR  
LOKALE ENTWICKLUNG  
VORHABENSART | 19.2.1. UMSETZUNG DER LOKALEN ENTWICKLUNGSSTRATEGIE  
PROJEKTRÄGER | TOURISMUSVERBAND MÜHLVIERTLER KERNLAND

## KURZBESCHREIBUNG

Mühlviertler Waldluftbaden verbindet Natur und Tradition, Gesundheit und Achtsamkeit. Eintauchen in die heilsame Atmosphäre des Mühlviertler Waldes bedeutet Ruhe und Klarheit spüren, Abwehrkräfte stärken, Kreislauf und Nerven entlasten, Orte der Kraft erleben, frische Energie aufnehmen oder bis ins Innerste entschleunigen. Mit ausgebildeten Begleiterinnen und Begleitern stehen verschiedene Angebote mit unterschiedlichen Themen zur Auswahl: "Gedankenlos spüren", "Körper und Geist stärken", "Bei dir selbst sein".

Spüren - Stärken - Selbst sein - das genießen sie beim Mühlviertler Waldluftbaden in den Wäldern und an Orten der Kraft. Die Waldluftbaden-Gesundheitstour führt als Rundweg rund 170 km durch die Region Mühlviertler Kernland von der Maltsch im Norden bis zum Zusammenfluss von Feld- und Waldaist im Süden. Auf diesem Weg schließen 33 örtliche Waldluftbadewege in 12 zertifizierten Waldluftbadegemeinden an. Sie führen durch Wälder und Landschaften des unteren Mühlviertels.

## AUSGANGSSITUATION

Mühlviertler Waldluftbaden verbindet Natur und Tradition, Gesundheit und Achtsamkeit. Eintauchen in die heilsame Atmosphäre des Mühlviertler Waldes bedeutet Ruhe und Klarheit spüren, Abwehrkräfte stärken, Kreislauf und Nerven entlasten, Orte der Kraft erleben, frische Energie aufnehmen oder bis ins Innerste entschleunigen. Mit ausgebildeten Begleitern stehen verschiedene Angebote mit unterschiedlichen Themen zur Auswahl: "Gedankenlos spüren", "Körper und Geist stärken", "Bei dir selbst sein".

Spüren - Stärken - Selbst sein - das genießen sie beim Mühlviertler Waldluftbaden in den Wäldern

und an Orten der Kraft. Die Waldluftbaden-Gesundheitstour führt als Rundweg rund 170 km durch die Region Mühlviertler Kernland von der Maltsch im Norden bis zum Zusammenfluss von Feld- und Waldaist im Süden. Auf diesem Weg schließen 33 örtliche Waldluftbadewege in 12 zertifizierten Waldluftbadegemeinden an. Sie führen durch Wälder und Landschaften des unteren Mühlviertels.

Der große Rundweg der Waldluftbaden-Gesundheitstour kann in jeder der 12 Gemeinden gestartet werden. Knotenpunkt ist die mittelalterliche Braustadt Freistadt.

In diesen Gemeinden stehen weitere lokale Waldluftbadewege zur Verfügung, die teilweise dieselben Streckenführungen haben wie die große Tour. Bei der Planung und Umsetzung des Projektes wurde im Interesse des Waldes und aller Beteiligten darauf geachtet, möglichst auf bereits bestehenden Wegen zu gehen. Daher werden auch keine eigenen Schilder neu errichtet, sondern die bestehende Beschilderung für Waldluftbaden genutzt.

#### ZIELE UND ZIELGRUPPEN

Die Gestaltung eines ortsübergreifenden Themenweges "Waldluftbade-Gesundheitstour" durch die 12 zertifizierten Waldluftbadegemeinden in der touristischen Region Freistadt und daraus abgeleitet ein buchbares Angebot im Gesundheitssegment des Markendreiecks des Mühlviertels. Offizielle Eröffnung und Bewerbung der WaldluftbadeGesundheitstour (Weitwanderweg mit 170 km) und der örtlichen Themenrundgänge.

Die Bewerbung des neu geschaffenen Angebotes und der Eröffnung in Prinz- und Onlinemedien sowie in Radio und Fernsehen.

#### PROJEKTUMSETZUNG UND MASSNAHMEN

Schaffung und Markierung eines Themenweges zwischen Moldau und Donau zum Thema Waldgesundheit. Schaffung von lokalen Themenrundgängen. Die Markierung der Wege mittels eigener Aufkleber auf bestehenden Schildern, die Erstellung einer eigenen Karte und Abrissblöcke sowie eines Informationsfolders. Offizielle Eröffnung mit Eröffnungsfeier am 1. September 2019 in der Waldluftbade-Gemeinde Tragwein - Bildungshaus Greisinghof. Die Bewerbung Print, Online, Radio und Fernsehen.

#### ERGEBNISSE UND WIRKUNGEN

Nachdem Waldluftbaden als buchbares Produkt sowohl im Tages- als auch im Nächtigungstourismus angeboten wird, werden bestehende touristische Betriebe und Einrichtungen der Region sehr stark in das neue Angebot miteinbezogen. Für die Museen besteht mit diesem Angebot die Chance auf Zusatzverkauf und Angebot von Zusatzleistungen in Form von Rundgängen, Vorträgen, Produktlinien. Im kommunalen Bereich besteht die Chance für den Ausbau und die Besserqualifizierung von Arbeitsplätzen durch Zusatzausbildungen (Waldluftbademeister/-in).



TVB Mühlviertler Kernland



Ludwig Pullirsch

## LINKS

[Mühlviertler Waldluftbaden](http://www.waldluftbaden.at) (<http://www.waldluftbaden.at>)

[Waldluftbaden Gesundheitstour](https://www.muehlviertel.at/oesterreich/tour/430007091/die-waldluftbaden-gesundheitstour.html) (<https://www.muehlviertel.at/oesterreich/tour/430007091/die-waldluftbaden-gesundheitstour.html>)

[Regionalverein Mühlviertler Kernland](http://www.leader-kernland.at) (<http://www.leader-kernland.at>)

## DOWNLOADS

[Einladung - Eröffnung Waldluftbaden Gesundheitstour](https://www.zukunftsraumland.at/index.php?inc=download&id=2259)

(<https://www.zukunftsraumland.at/index.php?inc=download&id=2259>)

[Informationsfolder "Waldluftbaden Gesundheitstour"](https://www.zukunftsraumland.at/index.php?inc=download&id=2260)

(<https://www.zukunftsraumland.at/index.php?inc=download&id=2260>)