



ganz nah
und wie
weit weg

Events am Bärentrail Termine 2025

WILDKRÄUTER

Wanderungen

mit **Gerda Holzmann**

Zert. Wildkräuterguide, Natur-Energetikerin,
Biologin, Autorin

- 31. Mai** Rappottenstein, Sa, 14-18 Uhr
Frühlingskräuter, ab Ferienhof Stanzl
 - 26. Juli** Groß Gerungs, Sa, 14-18 Uhr
Sommerkräuter, ab VIANKO Krammer
 - 13. Sept.** Arbesbach, Sa, 14-18 Uhr
Wildfrüchte, ab Gemeinschaftshaus/Parkpl. Burgruine
 - 11. Okt.** Kirchbach, Sa, 14-18 Uhr
Wurzelkräuter, ab Kirchbochstadt/Selbitz
 - 15. Nov.** Wiesensfeld, Sa, 14-18 Uhr
Waldschätze, Moose & Flechten, bei GrünKraft
- Beachte die verschiedenen Treffpunkte.
Anmeldung: 0676 33 44 671, www.gruen-kraft.at



FOTOWalk

WILDE ORTE am Bärentrail

mit **Matthias Schickhofer**

Naturfotograf, Naturschützer, Buchautor,
Strategieberater, Bärentrail-Initiator

- 10. Mai** Sa, 8 - 16 Uhr, Arbesbach
 - 05. Juli** Sa, 8 - 16 Uhr, Arbesbach
- Anm.: info@baerentrail.at oder mschickhofer@gmail.com



FOTO-Workshop

mit **Karl Grabherr**

Fotografenmeister

Langzeitfotografie am Bärentrail

- 01. März**
- 24. Mai** Arbesbach
- 18. Okt.** Jeweils Sa, 9 - 16 Uhr
- 22. Nov.** Anmeldung unter www.grabherr-photography.com



WALD für Herz und Kopf Waldbaden & Waldpädagogik

mit **Michaela Auer**

Waldpädagogin, Waldbaden-Trainerin

- 29. März** Höllfall/Arbesbach, Sa, 14-17 Uhr
Wald-Heilküche Knospen & Blätter am Teller
- 06. Juni** Rubenerteich/Liebenau, Fr, 17-20 Uhr
RELAX Moor im mystischen Tannermoor
- 27. Juni** Altmelon, Fr, 17-20 Uhr
Meloner Au - Mooriges für deine Gesundheit
- 19. Sept.** Rubenerteich/Liebenau, Fr, 14-17 Uhr
Baumrinden-Heilkunde und Wald-Räucherwerke
- 04. Okt.** Altmelon, Fr, 13:30 - 16:30 Uhr
Meloner Au - Mooriges für deine Gesundheit

Beachte bitte die verschiedenen Beginnzeiten und Treffpunkte.
Anm.: 0680 311 92 34, michiauer@gmx.at, www.herzüberkopf.at



Fotospaziergang für Frauen

mit **Karin & Markus Haffert**
von Fotonomaden.com

- 26. Juli** Sa, 13 - 18 Uhr, Arbesbach
 - 24. Aug.** So, 13 - 18 Uhr, Arbesbach
- Anmeldung: www.fotonomaden.com/workshops



Brot backen

am Bärentrail

mit **Natalie Frühwirth**

Bäcker- und Konditormeisterin
Geprüf. österr. Brotsommelière

- 08. März**
- 15. März** Altmelon
- 05. April** jeweils Sa, 15 - 19:30 Uhr
- 10. Mai** Backkurs in der Bäckerei
- 14. Juni** Backen von Roggensauerteigbrot und Kleingebäck, Mitnahme von Brot & Gebäck vom Kurs. Anmeldung: 02813 72191 oder backkurs@fruehwirth-baecker.at
- 13. Sept.**
- 04. Okt.** Onlineshop: fruehwirth-shop.at



Alle Events 2025:



EXKLUSIV

Eisbaden in Aigen 13

mit **Roland Bauer**

Dipl. Mentaltrainer, Wanderführer

13. Juni Fr, 14:00 - 20:30 Uhr

in Aigen 13, Groß Gerungs

Wanderung zu einem magischen Kraftplatz (Kraftarena),
Atmung & Meditation am Hof, Eisbaden in einem mit Eiswürfeln gefüllten Ice-Cube am Hof in Aigen 13,
Snack mit Nüssen, Obst, Getränke
Anmeldung: Aigen 13, 0676 918 1360, urlaub@aigen13.at



BOOST YOUR IMMUNE SYSTEM

Eisbaden mit **Roland Bauer**

Dipl. Mentaltrainer, Wanderführer

- 23. Mai** Jeweils Fr
- 06. Juni** 14:00 - 19:30 Uhr

beim Rubner Teich/Tannermoor/Liebenau
Wanderung im Naturschutzgebiet, Atmung & Meditation,
Eisbaden in einem mit Eiswürfeln gefüllten Ice-Cube, Snack.
Anm.: 0664 131 4026, roli.bauer1993@gmail.com



YOGA-Retreat

am Bärentrail

mit **Ananda Pfeffer**

Zertif. Yogalehrerin

17. - 19. Okt. Fr 16:00 - So 12:00

Pretrobruck

Goldener Herbst, Wohlfühl-Wochenende für dich

Unterkunft im GH Seidl Pretrobruck

Anmeld.: 0664 737 15016 info@anadayoga.at
www.anadayoga.at



YOGA-Kräuter Retreat

mit **Christina Lindorfer**

2 Wochenenden, Groß Gerungs,
im Gasthof Einfalt Kinzenschlag

13. - 15. Juni Jeweils

29. - 31. Aug. Fr 16:00 - So 12:00

Nicola Spitzer, dipl. Yoga-Trainerin

Christina Lindorfer, dipl. Kräuterpädagogin

Anmeldung: 02812 8320, 0650 4353333, www.gasthof-einfalt.at



Die Magie des Gehens

3 Tage sanftes Pilgern am Bärentrail

mit **Elisabeth Staudinger**

Mentaltrainerin

Geführte Wandertour für Frauen

Unterkunft im GH Seidl Pretrobruck

12. - 14. Sept. Fr 9:00 - So 14:00

Anmeldung: office@stimmigesleben.com oder
www.stimmigesleben.com/baerentrail



Manada de Sana

Alpakazucht

Dr. med. vet. Alexandra Gergely

ALPAKA

Wanderungen und Hofführungen

Täglich möglich

Klein Wetzles/Groß Gerungs

Ganzjährig je nach Witterung, ideal für KleinKinder
und Familien. Kinderwagentauglich.

Anmeldung: 0699 1188 6918, www.alpacas-sana.at



Änderungen vorbehalten. Die Veranstaltungen finden ausschließlich direkt am Bärentrail statt, mit wenigen Ausnahmen auch im Freien. Wir weisen darauf hin, dass einzelne Events verschoben oder abgesagt werden können. Bitte vergewissere dich vor jedem Event beim jeweiligen Veranstalter. Details und Aktuelles findest du auf www.baerentrail.at und auf den Websites der einzelnen Veranstalter.
Impressum: Förderverein zur Unterstützung des Natur-, Freizeit- und Tourismusprojektes Bärentrail, ZVR 1774682876, 3925 Arbesbach 35. Der Bärentrail ist ein Projekt vom BÄRENWALD Arbesbach und den Partner-Gemeinden Altmelon, Arbesbach, Groß Gerungs und Rappottenstein. Redaktion: Bärentrail Org.Team.
Titelfoto Martin Lugmayr. Fotos: Rupert Pessl, Stefan Neuheimer, Christoph Einfalt, Martin Lugmayr, Fotonomaden, PP-Media, Roland Bauer, Daniela Lederbauer, Familie Dr. Gergely und z.V.g., Grafik: art.waldsoft.com, 2025

waldsoft

www.baerentrail.at



BÄRENWALD
Arbesbach



WALD
VIERTEL

Waldwacht
Hochland

herz
kreislauf
zentrum
groß
gerungs

Wald
Mathe

KASTNER

KOLM

HOLZ
HARN

Wald
Wald
Wald

NV

Kriecher

HOTEL
ROCKENSCHAU