

21

Räuchern nährt die Seele

In der modernen Welt hungert unsere Seele. Räuchern verbindet uns wieder mit unserem alten Wissen, spricht unsere Sinne an und nährt die Seele. Nach dem Räuchern werden wir bei einer Trommelreise das Räucherwerk nochmal wahrnehmen und wirken lassen können, die Seele nähren und die Energie des Abends nutzen. Wir lassen den Abend bei Harfenklängen ausklingen...

Donnerstag 4. Juli, 19 Uhr, Sonja Hahn - Heilpraktikerin
Neue Adresse: Hofmarkstr. 26, 93128 Regenstauf- Steinsberg
Der Seminarort ist wetterabhängig und wird kurzfristig bekanntgegeben, die Veranstaltung findet bei gutem Wetter im Freien statt, ansonsten in der Praxis. Anmeldung erforderlich unter 09402/ 7899801 oder www.heilpraktiker-regenstauf.de; Kosten: 25 €

22

Kräuterwanderung - die Johannikräuter

Johanniskraut, Schafgarbe, Engelwurz, Braunelle und viele andere mehr... Wir besprechen jahreszeitlich angepasst klassische Heilpflanzen für Frauenleiden, Psyche und andere Wehwehchen. Essbare Wildpflanzen am Wegesrand und das „Räuchern“, Mythologie und Brauchtum werden Thema der Führung sein.

Sonntag, 7. Juli, 16 - ca. 19 Uhr, Sonja Hahn - Heilpraktikerin
Neue Adresse: Hofmarkstr. 26, Regenstauf- Steinsberg
Seminarort: Umkreis Regenstauf; Bei jedem Wetter!
Feste Schuhe und geeignete Kleidung anziehen.
Anmeldung erforderlich unter 09402/ 7899801 oder www.heilpraktiker-regenstauf.de; Kosten: 22 € inkl. Script

23

Anleitung zum Rutengehen

Alfons Iglhaut und Christine Fuchs, Rutengänger, zeigen Ihnen wie sie mit einer Wünschelrute Wasseradern, Gesteinsbrüche und Erdverwerfungen aufspüren können. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Zur Stärkung gibt es Kaffee und Kuchen.

Sonntag 7. Juli, 14 - ca. 19 Uhr; Treffpunkt um 14 Uhr in Aumbach 107
Anmeldung unter 0177/ 32 88 213 erforderlich, begrenzte Teilnehmerzahl, gegen Unkostenbeitrag

24

Essbare Wildpflanzen im Sommer

Bei einem Sommer-Spaziergang lernen wir essbare Wildpflanzen kennen und schätzen. Sie machen unsere Salate bunter, die Kräuterbutter verträglicher, den Tee schmackhafter und uns glücklicher.

Sonntag, 14. Juli, 10-12 Uhr. Treffpunkt: Piesenkofen - Am Litzelbach, Ecke Adalbert-Stifter-Straße. Unkostenbeitrag 10 €, Kinder kostenfrei.
Anmeldung unter www.sabines-biologisch.de

25

Sagen, Mythen und Geschichten Rund um die Burgruine Donaustauf

Über Donaustauf und seine Burgruine gibt es zahlreiche Sagen und Geschichten. Aber auch über Pflanzen, wie Walderdbeere, Holunder, Haselnuss, die auf der Burgruine beheimatet sind, sind viele Mythen bekannt.

Ernestine Kastenmeier, Kräuter- und Burgenführerin
Auskünfte: Tel. 0171/8198242, info@rund-um-donaustauf.de
Donnerstag, 18.07., 18.30 - 20 Uhr
Treffpunkt: Pavillon am Burgaufgang, 93093 Donaustauf, Burgstraße
Keine Anmeldung erforderlich; Gebühr: Erwachsene 6 €; Kinder frei

26

Waldschweine im Hutewald Stäbler

Sie bekommen Einblicke in das Leben der Schweine im ersten Schweinehutewald der Oberpfalz und lernen die Lebensqualität der Waldschweine kennen. Wir erklären Ihnen unsere tägliche Arbeit mit den Schweinen und berichten über die Auswirkungen auf die Vegetation und Tierwelt. Sie erfahren auch wie die Vermarktung und die Schlachtung der Tiere abläuft. www.waldschwein.com

Samstag, 20. Juli, 9:30 - ca. 11 Uhr; Treffpunkt (Trischlberg/Gde. Holzheim am Forst): wird bei der Anmeldung bekannt gegeben; Gebühr 8 €; Anmeldung erforderlich, 017684773197, Verena Merl
Findet bei jedem Wetter statt, Geeignete Kleidung wird empfohlen

27

Kräuterwanderung der Heil- und Räucherpflanzen Kräuterweihe im Sommer

Schafgarbe, Goldrute, Johanniskraut, Beifuß, Rainfarn und viele andere mehr... Wir besprechen die klassischen Heilpflanzen und essbare Wildpflanzen des Sommers. Auch das Räuchern mit Kräutern und Mythologie und Brauchtum der heimischen Kräuter und Heilpflanzen, wird Thema der Führung sein.

Samstag, 10. August, 15.30 - ca. 18:30 Uhr, Sonja Hahn - Heilpraktikerin,
Neue Adresse: Hofmarkstr. 26, 93128 Regenstauf- Steinsberg
Seminarort: Umkreis Regenstauf. Feste Schuhe Kleidung.
Die Führung findet bei jedem Wetter statt!
Anmeldung erforderlich unter 09402/ 7899801 oder www.heilpraktiker-regenstauf.de; Kosten: 22,- € inkl. Script

28

Anleitung zum Rutengehen (siehe Nr. 23)

Alfons Iglhaut und Christine Fuchs, Rutengänger,
Freitag 16. August, Treffpunkt um 14 Uhr in Aumbach 107,
Anmeldung unter 0177/ 32 88 213 unbedingt erforderlich.

29

Ferienwanderung mit Weizgeschichten Von Altenthann nach Schönfeld

Wir wandern über sommerliche Fluren zu der uralten geheimnisvollen St.-Ägidius-Kirche, hören Geschichten über unerklärliche Erscheinungen und erhalten Informationen über die landwirtschaftliche Nutzung, Pflanzen der Stilllegungsflächen und Lebensräume von Schmetterlingen.

Ernestine Kastenmeier, Kräuter- und Burgenführerin
Auskünfte: Tel. 0171/8198242, info@rund-um-donaustauf.de
Donnerstag, 22. August, 17 - 19.30 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz beim Heimatmuseum Altenthann, Vorwaldstraße 22
Keine Anmeldung erforderlich; Gebühr: Erwachsene 7,00 €; Kinder frei-
Sonstiges: Für Kinder geeignet; festes Schuhwerk ist ratsam

30

Anleitung zum Rutengehen (siehe Nr. 23)

Alfons Iglhaut und Christine Fuchs, Rutengänger
Samstag 31. August 14 Uhr in Aumbach
Anmeldung unter 0177/ 32 88 213

31

Anleitung zum Rutengehen (siehe Nr. 23)

Alfons Iglhaut und Christine Fuchs, Rutengänger
Sonntag 15. September, 14 Uhr in Aumbach,
Anmeldung unter 0177/ 32 88 213

32

Klingende Lebensraumwanderung Natur & Musik im Einklang

Idyllische Lebensraumwanderung unter der fachkundigen Leitung von Franz Löffl zur Begegnung zwischen Musik und Natur. Reimars Erben begleiten die Wanderung, die an ausgewählten Orten zum Innehalten, Lauschen und Nachklingen einlädt.

Aktuelle Informationen: www.brennberg.de
Sonntag, 15. September 16.00 Uhr;
Treffpunkt an der Klosterkirche Frauenzell; Eintritt frei/ Spenden erbeten

33

Wilde Früchte und Kräuter am Wegesrand Eine Wanderung im kleinsten Weinbaugebiet Bayerns

Auf dieser Wanderung lernen Sie den Weinanbau kennen, der bis in die Römerzeit zurückreicht. Sie erfahren Interessantes über die wilden Früchte und Kräuter am Wegesrand. Zum Abschluss besteht die Möglichkeit zur selbstbezahlten Einkehr in einer Weinstube.

Ernestine Kastenmeier, Kräuter- und Burgenführerin, Tel. 0171/8198242
Freitag, 20. September, 16 - 19 Uhr; Treffpunkt: Parkplatz an der Ortseinfahrt in Frengkofen, Gemeinde Bach; Keine Anmeldung erforderlich
Gebühr: Erwachsene 7 €; Kinder frei;
Sonstiges: Für Kinder geeignet; festes Schuhwerk ist ratsam

34

Essbare Wildpflanzen im Herbst

Bei einem Herbst-Spaziergang lernen wir essbare Wildpflanzen kennen und schätzen. In den Früchten, Samen und Wurzeln steckt die volle Energie des ausklingenden Sommers.

Sonntag, 22. September, 14-16 Uhr
Treffpunkt: Piesenkofen - Am Litzelbach, Ecke Adalbert-Stifter-Straße
Unkostenbeitrag 10 €, Kinder kostenfrei.
Anmeldung unter www.sabines-biologisch.de

35

Auf den Spuren der Haselmaus

Wir suchen ein heimliches Lebewesen das nachtaktiv in den Sträuchern und Bäumen unterwegs ist. In seinem Lebensraum erfahren wir von seiner Lebensweise und mit etwas Glück sehen wir auch eine.

Hartmut Schmid, Gebietsbetreuer, zusammen mit dem Gartenamt Stadt Regensburg; Freitag, 27. September, 17 - ca. 19 Uhr
Treffpunkt: Waldparkplatz am Sender „Hohe Linie“ in Keilberg zur Hohen Linie 70, Tegernheim; Kostenfrei, geländegängige Schuhe und Kleidung

36

Geführte Kraftwanderung Durch den mystischen Burgpark Falkensteins

Erleben Sie mit Qi Gong- und zertifizierter Waldgesundheits-trainerin Michaela Dengler den geheimnisvollen Burgpark Falkensteins. Mit Elementen aus dem Shinrin Yoku (japanisches Waldbaden) werden vor mächtigen Felsformationen Stresshormone abgebaut, Puls- und Blutdruck wieder ins Gleichgewicht gebracht. Chinesisches Finger- Qi Gong schult Konzentration und Achtsamkeit und eine harmonisierende Klangspielmeditation bringt die Seele zum Klingen.

Sonntag, 6. Oktober 14 Uhr - ca. 16 Uhr; Treffpunkt: Parkplatz hinter dem Rathaus Falkenstein; Kosten: 10 €
Anmeldung: Michaela Dengler, Tel.: 0151/403 744 62
Die Kraftwanderung findet bei jedem Wetter statt ! Trittsicherheit, festes Schuhwerk und dem Wetter entsprechende Kleidung sind erforderlich.

37

Köstliche Wildpflanzen und Samen

Wald und Wiese sind voller Köstlichkeiten und Power-Food. Geschenke der Natur - wertvolles Wissen neu entdecken.

Samstag, 19. Oktober, 14 - ca. 16 Uhr
Treffpunkt: Lappersdorf, Kellerweg 4a,
Gebühr: 20 €,
Anmeldung bei Barbara Königsberger Mobil: 0177 7062150, info@hwks-akademie.de www.Hwks-Akademie.de

38

Naturerlebniswanderung Herbstliche Juranatur mit allen Sinnen bei Kallmünz

Auf den Jurahöhen über Kallmünz erwartet uns die bunte Natur des Herbstes. Wir beschäftigen uns mit Laubfall, Blattfärbung und wie Früchte und Samen verbreitet werden. Dazu regen wir unsere Sinne mit einer Naturmeditation, Bestimmungsübung und Fantasiereise an.

Wolfgang Kratzer, Biologe und zertif. Naturführer, Treffpunkt: Kallmünz PP Alter Nettomarkt, Sonntag, 3. November 9:30 - ca.13 Uhr; Kosten: 20 €
Treffpunkt für Fahrgemeinschaften: 9 Uhr PP Lappersdorfer Kreisel
Anmeldung/Infos: kratzer-fuehrungen@t-online.de und www.kratzer-fuehrungen.com

39

Räuchern nährt die Seele

In unserer übertechnisierten und modernen Welt hungert unsere Seele. Räuchern verbindet uns wieder mit unserem alten Wissen, es spricht alle unsere Sinne an und es nährt die Seele. Wir räuchern, unternehmen eine Trommelreise und lassen den Abend bei Harfenklängen ausklingen.

Donnerstag 7. November, 19 Uhr, Sonja Hahn - Heilpraktikerin, Kosten: 25 €
Neue Adresse: Hofmarkstr. 26, 93128 Regenstauf- Steinsberg,
Seminarort: Praxis; Anmeldung erforderlich unter 09402/ 7899801 oder www.heilpraktiker-regenstauf.de

40

Räucherrituale

Kräuter, Harze und Klänge wirken reinigend, schützend und stärkend auf Körper, Geist und Seele. Unsere Vorfahren wussten dieses Wissen schon zu schätzen und räucherten zu wichtigen Anlässen des Lebens, um sich energetisch und emotional von Altlasten zu befreien und zu heilen.

Freitag 15. November. Kellerweg 4a, Lappersdorf,
Beginn: 19.30 Uhr; Energieausgleich: 15 Euro
Bitte mitbringen: Isomatte, Decke, bequeme Kleidung und warme Socken.
Anmeldung bei Barbara Königsberger Mobil: 0177 7062150
info@hwks-akademie.de www.Hwks-Akademie.de

41

Lichtsymbale in dunkler Zeit zwischen Kathrein und Lichtmess

Der Winter ist nicht nur finster, kalt und entbehrungsreich, sondern auch reich an Wundern und Geheimnissen. Lassen Sie sich während eines Winter Spaziergangs durch Brennberg verzaubern von Bräuchen, Sagen und Legenden rund um die Weihnachtszeit.

Renate Möllmann, In Kooperation mit der KEB Regensburg-Land e.V.
Sonntag, 24. November, 15:30-17 Uhr; Treffpunkt: Brennberg, Parkplatz Raiffeisenbank; Kosten: 8 €, Kinder bis 12 Jahre frei
Anmeldung: KEB Regensburg-Land: 0941-5972387 oder bei: info@renate-moellmann.de

REGENSBURGER VORWALDWIESEN

