

LASS DICH EINLADEN

Begib dich auf den Alfdorfer Waldpfad mit acht Stationen.

Erfahre Wissenswertes über den Wald.

Drehe das Schild und entdecke eine andere Seite.

Finde Gedankenanstöße, Wahrnehmungs- und Körperübungen.

Folge den bunten Kreisen und genieße die Auszeit.

MACHE DICH AUF DEN WEG IN DEN WALD!

ANFAHRT & PARKEN

Der Waldpfad liegt an der Strecke des Limeswanderwegs zwischen Pfahlbronn und Lorch. Für das Navigationsgerät als Anhaltspunkt: ›Im Bohnenacker, 73553 Alfdorf-Pfahlbronn‹.

An der Kreuzung Im Bohnenacker / Im Zeiren / Riedstraße, der Verlängerung Riedstraße in Richtung Felder folgen. Beim Parkplatz vor dem Wald am ›Limes-Turm 12/07‹ zu Fuß in Richtung Wald weiter gehen.

Du kannst den Waldpfad alleine genießen oder in Begleitung. Nimm jedoch stets Rücksicht auf andere und gib jedem die Möglichkeit, diesen Pfad in Ruhe und eigenem Tempo zu erfahren.



Kontakt:
Gemeinde Alfdorf
Obere Schlosstraße 28
73553 Alfdorf
www.aldorf.de

Konzeption:
Carolin Rebmann & Katharina Schönemann 

Keine Gewähr für Druckfehler, Irrtümer und Änderungen.
Stand Juli 2023

Dieses Projekt wurde gefördert durch den Naturpark Schwäbisch-Fränkischer Wald mit Mitteln des Landes Baden-Württemberg und der Lotterie Glücksspirale.



WISSEN UND WAHRNEHMUNG IM WALD

DER ALFDORFER WALDPFAD



DEINE STRECKE ZUM ENTDECKEN!

WISSEN

Wald, was ist das überhaupt?

Warum fördern Waldspaziergänge die Erholung?

Welche Faktoren spielen für die Gesundheit eine besondere Rolle?



WAHRNEHMUNG

Was nehme ich wahr, wenn ich zur Ruhe komme?

Welche Bewegungen lösen Blockaden?

Wie kann ich die Entspannung mit in den Alltag nehmen?

STRECKENVERLAUF

Die Strecke ist ca. 1 km lang. Wenig Strecke, mehr Zeit zum Innehalten!
Der Weg führt über teils unbefestigte Pfade. Nicht für Kinderwagen geeignet.

QR-CODES

Alle Stationen sind über QR-Code als Audios verfügbar. So kannst du dich durch die Übungen akustisch leiten lassen.



www.alfdorf.de/freizeit-tourismus

DIE STATIONEN

- 1 Am Anfang steht das Gefühl
- 2 Den eigenen Rhythmus finden
- 3 Energien fließen lassen
- 4 Persönliche Kraftquellen nutzen
- 5 Die Perspektive wechseln
- 6 Einen sicheren Stand einnehmen
- 7 Neues entstehen lassen
- 8 Am Ende bleibt die Dankbarkeit

