

Familienwanderungen – Stress oder Plausch?



Ein spezielles Picknick in freier Natur – hier auf dem Heidi-Erlebnisweg – bleibt bei den Kindern in guter Erinnerung.

Wandern mit Kindern ist nicht immer ganz einfach. Oft sind die Ansichten zwischen der Jungmannschaft und der älteren Generation zu unterschiedlich. Ein Patentrezept, wie man den «Stress» zum Plausch machen kann, gibt es zwar nicht. Hier aber einige Tipps, die für positive Erlebnisse bei einer Familienwanderung sorgen können.

Wandern in der Kindheit? In meiner Erinnerung kommt das Wort Wandern höchstens im Zusammenhang mit verschiedenen Schulreisen vor. Unser Primarlehrer war ein begeisterter Wanderer, und wir Schüler bekamen das auf den jährlichen Schulreisen jeweils zu spüren. Das Wandern innerhalb der Familie war zu jener Zeit nie ein Thema. Trotz den anfänglich wohl eher zwiespältigen Eindrücken begleitete es mich fortan immer häufiger. Bereits während meiner Lehrzeit gab es Wander-Weekends im Kollegenkreis. Zu meinem Glück habe ich dann eine wanderfreudige Frau kennengelernt, und so kamen wir als junge Familie mit unseren beiden Kindern recht schnell mit Wandern in Kontakt. Meine Frau als Rucksackträgerin, auf meinen Schultern im Rückentragsitz unsere Tochter oder unser Sohn. So machten wir uns auf zu kleinen Ausflügen in die nahe Bergwelt.

Erfolgskriterien für eine Familienwanderung

Aussprüche von Kindern, notabene nach kaum 15 Minuten Wanderzeit, wie etwa «Du Papa, wia wit gohts noh?» oder «Du Mama, i mag nüma!» sind den meisten Eltern wohl bekannt und können mit etwas Geschick und Versprechungen in der Regel gelöst



Erlebnisweg Tilla: Auf Tafeln gibt es Kurzgeschichten zu verschiedenen Themen, die erzählt werden können.



Erlebnisweg Tilla: An einer der acht Stationen kann man mit der Sausebahn wie ein Vogel ins Tal schweben.



Heidi-Erlebnisweg: Mit Glück sind im Wildgehege Damhirsche zu sehen.

werden. Schwieriger wird es dann, wenn sich der kleine Filius oder das Girl einfach am Wegrand niederlässt und partout nicht mehr aufstehen will. Dann braucht es schon einiges an Überredungskunst, um den jungen Mann oder das Fräulein zum Weiter-

gehen zu bewegen. Nicht daran denken wollen wir, wenn unsere Jungmannschaft in Geschrei ausbricht und wir dabei noch hämische Blicke anderer Leute einstecken müssen. Eindeutige Erfolgsrezepte gibt es wohl nicht. Aus eigener Erfahrung lassen sich jedoch einige Punkte aufzählen, die für ein positives Erlebnis bei einer Familienwanderung sorgen können und die eben beschriebenen Punkte in den Hintergrund verdrängen.

Die Kinder haben gerne gleichaltrige «Gspänli» mit dabei, mit denen sie die Welt entdecken können. Schliessen Sie sich mit Ihren Bekannten oder Freunden zu einer Grossfamilie zusammen und sorgen Sie so für Abwechslung. Wandern mit Kindern heisst nicht, möglichst viele Höhenmeter oder eine grosse Distanz zurückzulegen. Vielmehr stehen Entdecken und Erleben, Spass und Spiel im Vordergrund. Eine selbst gebratene Wurst von der Feuerstelle schmeckt dabei um Einiges besser als ein Drei-Gang-Mittagessen im Ausflugsrestaurant. Unsere längst erwachsenen Kinder erinnern sich noch heute an den «Grillplausch im Regen» mit den beiden Vätern. Während sie uns aus dem trockenen Stall auffordernd zuriefen «Wänn endlich khömand dia Würscht, miar händ a riesa Hunger!» mühten wir uns draussen ab, ein «Regenfeuer» unter Kontrolle zu halten.

Verstecken spielen im Wald, ein Bächlein stauen, Beeren sammeln, einen Themenweg erwandern, einmal in aller Herrgottsfrühe einen Sonnenaufgang auf einem Gipfel erleben,



Erlebnisweg Tilla: Allein schon die Gemäuer der Ruine Heizenberg regen die Fantasie der Kinder – und manchmal auch der Erwachsenen – an.

1. Tipp: Erlebnisweg Tilla, Präz am Heizenberg

Tilla verbringt ihre Ferien bei ihrer Tatta in Präz am Heizenberg. Am liebsten ist sie in der Natur unterwegs und lernt von ihrer Tatta Pflanzen und ihre Heilwirkungen kennen. So zieht sie auf die Burg und hilft von da aus den einheimischen Tieren. Als der Winter kommt, geht sie zur Tatta zurück ins Dorf und erzählt ihr an den kalten Winterabenden von den Erlebnissen mit den Tieren.

Eine Erlebniswanderung rund um die Burg Heizenberg für Familien mit Kindern ab drei Jahren. Der Weg führt an acht Stationen vorbei, an jeder finden wir auf einer grossen Tafel eine Kurzgeschichte zu einem andern Thema. Ausserdem gibt es kleine Überraschungen, wie beispielsweise eine Hängebrücke oder einen Hüfparcours für die Kinder. Bei der Burgruine Heizenberg erwartet uns ein hübscher Grillplatz. Ein Besuch lohnt sich in jedem Fall. Der Weg ist einfach zu begehen, den Kinderwagen lassen Sie aber besser zu Hause.

Hinweise zur Anreise: Präz lässt sich mit regelmässigen Postautokursen ab Thusis einfach erreichen. Der Erlebnisweg Tilla beginnt und endet gleich bei der Postautohaltestelle in Präz. Für die Anreise mit dem Privatauto stehen beim Dorfeingang Parkplätze zur Verfügung.

Ungefähre Wanderzeiten: Tilla-Rundweg Präz, 1 1/2 bis 2 Std.

Internet: www.tilla-praez.ch

2. Tipp: Heidi-Erlebnisweg, Maienfeld

Wer kennt sie nicht, die Geschichte von Heidi und ihrem Alpöhi in den Bündner Bergen. Mehrmals verfilmt, in Musicals aufgeführt und regelmässig in Freilichttheatern neu inszeniert. Etwas oberhalb des Städtchens Maienfeld, im Heididorf (Ober Rofels), starten wir unsere Wanderung auf dem Heidi-Erlebnisweg hinauf zur Heidalp auf 1111 Metern über Meer. Unterwegs zeigen zwölf Stationen die zahlreichen Schönheiten der Gegend. Dabei wird uns die Geschichte von Heidi und ihren «Gspänli» mittels grossen Thementafeln näher gebracht. Die Kinder (natürlich auch die Erwachsenen) können unter anderem auf ein Baumhaus klettern, in verborgenen Löchern typische Waldgegenstände ertasten oder beim Znüni-Platz rasten und dabei die herrliche Aussicht ins Rheintal geniessen. Beim Alpöhi auf der Heidalp erfrischen wir uns für den Rückweg mit einem Trank. Für den Rückweg wählen wir kurz nach dem Baumhaus den etwas steileren Fusspfad links den Waldrand entlang. Nach kurzer Zeit treffen wir wieder auf den Originalweg (Pkt. 947), den wir aber nur kreuzen und den Forstweg nach rechts hinunter unter die Fersen nehmen. Bald erblicken wir links am Waldrand ein grosses Wildgehege und mit etwas Glück und Sperberaugen können wir Damhirsche erspähen. In der Waldlichtung beim Reservoir nehmen wir den Fussweg nach rechts und folgen diesem für etwa 300 Meter bergauf. Wir gelangen wieder auf einen Forstweg und erkennen nach wenigen Metern eine geschnitzte Eule, die uns mit ihrem rechten Flügel auf einen kleinen Waldweg weist. Noch fünf Minuten, und wir erreichen den idyllischen Grillplatz mit dem kleinen Teich. Nach einer ausgiebigen Rast und der feinem Wurst machen wir uns, nun auf dem Waldlehrpfad immer der Eule folgend, auf den Rückweg via Martinsbrunnen und über die Allmend zum Bovel oder nach Ober Rofels.

Hinweise zur Anreise: Das Heididorf beziehungsweise Ober Rofels lassen sich am besten mit dem Privatauto erreichen.



Heidi-Erlebnisweg: Zwölf Stationen informieren über die Geschichte von Heidi und Peter.

Parkplätze stehen unterhalb dem Restaurant «Heidihof» oder an der Strasse zur St. Luzisteig beim Hirtenhüttli (Pkt. 664) zur Verfügung. Am Wochenende darf auch beim nahen Bildungszentrum Wald auf dessen Plätzen parkiert werden.

Ungefähre Wanderzeiten: Heididorf – Heidalp: 1 1/2 bis 2 Std. oder Heidalp – Grillstelle – Martinsbrunnen – Bovel: 1 1/2 Std. Die Zeiten verstehen sich ohne Pausen, je nach Alter der Kinder sind Abweichungen möglich.

Internet: www.heididorf.ch

Wildtiere beim abendlichen Äsen beobachten, all das und viel mehr bietet sich in unserem wundervollen Kanton geradezu an. Gestalten Sie ihre Familienaktivitäten altersgerecht, Sie ersparen nicht nur den Kindern den Frust, der Tag wird auch für Sie umso erfreulicher enden.

Wohin geht die nächste Wanderung?

Keine Ideen? Wohin soll es gehen? Wofür interessieren sich unsere Kinder? Wie lange möchten wir wandern? Wie bei jeder Wanderung ist auch für eine Familienwanderung eine Planung empfehlenswert. Wir setzen uns mit Wetteraussichten, ÖV-Anschlüssen, Abkürzungsvarianten auseinander und stellen uns vor, was uns wohl alles erwarten könnte. Vielleicht geben Ihnen meine beiden Vorschläge einen Anstoss für einen erlebnisreichen Familiensonntag. Probieren Sie es aus, es lohnt sich auf jeden Fall!

WEITERE INFORMATIONEN



Die Ausgangsorte für die beiden vorgeschlagenen Wanderungen.

Autor

Werner Forrer ist Wanderleiter mit eidg. Fachausweis und Vorstandsmitglied der Bündner Wanderwege BAW. Er lebt in Igis. www.wanderbaer.ch
info@wanderbaer.ch

8. Schweizer Wandernacht

22./23. Juni 2013

Die BAW Bündner Wanderwege wird anlässlich der 8. Schweizer Wandernacht eine abwechslungsreiche Nachtwanderung anbieten. Detaillierte Informationen gibt es unter www.baw-gr.ch



BAW Bündner Wanderwege
Cuminanza grischuna per sendas
Ente grigionese pro sentieri