



Der Federseesteg bei Bad Buchau führt weit in die Moorlandschaft hinein.

## **THERMEN UND MOOR IN OBERSCHWABEN**

### **Gesundheitsprävention und Erholung im Bädertrio Bad Wurzach, Bad Buchau und Bad Waldsee**

Der rote Faden, der sich durch diese Geschichte zieht, ist in Wirklichkeit ein eher schwarzer: denn es geht um Moor. Düstere Legenden werden mit dieser Landschaft verbunden. Früher galt sie als die Heimat böser Geister, das Moor war als Opferstätte ein Ort von ritueller Bedeutung. Und es konservierte wahllos über Jahrtausende, was die Menschen ihm hinterlassen haben.

Bald lernte der Mensch das Moor zu beherrschen. Er baute Entwässerungskanäle, nutzte es für den Torfabbau. An den Abbau des „Schwarzen Goldes“ erinnern heute noch das Torfbähnle und der Torflehrpfad in Bad Wurzach. Mit den Torfstechern kamen aber auch die ersten archäologisch bedeutenden Funde wieder ans Tageslicht. Der Federsee bei Bad Buchau zählt heute zu den Schlüsselregionen siedlungsarchäologischer Forschung. Ein Museum erzählt dort vom frühsteinzeitlichen Leben – und noch immer werden bei Grabungen neue Erkenntnisse über die Vorzeit gewonnen.

Die große Zeit des Moorbadens begann in Oberschwaben in den 30er Jahren des vorigen Jahrhunderts hinter Klostermauern. Heute, im Wellness-Zeitalter, hat das Moorbad eindeutig an Attraktivität gewonnen. Die Kurstädte Bad Buchau, Bad Waldsee und Bad Wurzach, die sich als "thermen & moor" zusammengeschlossen haben, bieten ein vielfältiges Kur-, Bade- und Wellnessprogramm mit heilsamen Anwendungen aus frisch gestochendem Naturmoor und quellfrischem, mineralreichen Thermalwasser an. Der Naturheilkunde-Trend der vergangenen Jahre hat dem Naturmoor zur Renaissance verholfen. Die heilende Wirkung des Schwarzen Goldes auf den Bewegungsapparat ist nachgewiesen, auch bei allgemeinen Erschöpfungszuständen wirken Mooranwendungen beruhigend und stärkend. Frauen mit Kinderwunsch vertrauen ebenfalls schon lange auf die entspannende Wirkung des Schwarzen Goldes. Das Moor wirkt alleine schon über seine langsam abgegebene Wärme wohltuend und schmerzlindernd. Über die Haut werden aber auch die im Moor enthaltenen organischen Stoffe aufgenommen. Im Moorbad wird das Immunsystem angeregt und Muskeln sowie Gelenke werden entlastet.

Auf einer Pressereise erfahren Sie die Geschichte des Schwarzen Goldes, die gleichzeitig auch die Geschichte einer Region ist. Sie tauchen ein in die erholsame Wirkung des Moores und entdecken anhand dreier Moor- und Thermalheilbäder die unterschiedlichen Anwendungsmöglichkeiten des Schwarzen Goldes.



## **Programm der Pressereise Thermen und Moor in Oberschwaben Vom 23. bis 25. September 2010**

### **1. Tag**

Wir begrüßen Sie in Bad Wurzach. Sie checken bis ca. 12 Uhr im Kurhotel Reischberg ein. Einem Mittagsimbiss folgt ein Spaziergang durch die Stadt, wobei Sie u.a. das berühmte Barocktreppenhaus im Wurzacher Schloss und die klassizistische Pfarrkirche St. Verena besichtigen werden. Der Besuch des Wurzacher Rieds, der größten intakten Hochmoorfläche Mitteleuropas, steht am Nachmittag auf dem Programm. Bei einer Führung auf dem Torflehrpfad und einer Fahrt mit dem "Torfbähnle" erschließt sich Ihnen die einmalige Landschaft des Rieds und die Geschichte des Torfabbaus. Nach dem gemeinsamen Abendessen darf der Tag entspannt in der mit 4 Medical Wellness Stars ausgezeichneten Gesundheits- und Wellnessoase Vitalium ausklingen. Auf Wunsch wird auch eine Wellnessbehandlung angeboten.

### **2. Tag**

Nach dem Frühstück wird Ihnen das Holzzuberbad demonstriert und Herr Peter Weiß, Leiter des Gesundheitszentrums und des Vitaliums, steht Ihnen Rede und Antwort. Eine Fahrt von ca. 15 km steht bevor, in das traditionsreiche Moorheilbad Bad Waldsee, dessen Waldsee-Therme aus der heißesten Quelle Oberschwabens gespeist wird. Mittelalterlicher Stadtkern und hochmoderne Architektur prägen das 20.000 Einwohner zählende Städtchen, das sich malerisch zwischen Schloss- und Stadtsee schmiegt. Der Stadtsee Aktiv-Weg ist hier der erste Programmpunkt. Sieben Stationen bieten auf dem 1,6 Kilometer langen Rundweg Spaß, Vitalität und interessante Informationen. Ein Barfußpfad, ein Labyrinth, ein Wassertretbecken oder ein Summstein bringen Körper, Geist und Seele in Schwung. Die medizinische und therapeutische Kompetenz wird Ihnen mit dem Bad Waldseer Leistungs-Fitness-Check demonstriert, der eine genaue Analyse des körperlichen Zustandes erlaubt und Grundlage für eine sportmedizinische Beratung ist. Beim anschließenden Aquabiking gerät dann garantiert jeder außer Puste. Die Pressereise geht weiter ins 20 km entfernte Bad Buchau. Die ehemalige Reichsstadt liegt am idyllischen Federsee, mitten in einem 33 Quadratkilometer großen Naturschutzgebiet. Vom Heilbäderverband Baden-Württemberg wurde das Gesundheits-Bad Buchau mit der Adelindis Therme mit 5 Medical Wellness Stars ausgezeichnet und ist somit der ideale Ort zum Gesundwerden und Gesundbleiben. Nach einer Führung durch das Gesundheitsbad und dem gemeinsamen Abendessen dürfen Sie die Adelindis-Therme mit großzügiger Saunalandschaft und auf Wunsch eine Wellnessanwendung genießen.

### **3. Tag**

Frühaufsteher haben die Chance einen grandiosen Sonnenaufgang auf dem Federseesteg, einem 1,5 km langen Holzsteg, bzw. einem Boot zu erleben. Der Federsee bietet mit mehr als 260 Vogelarten, Schilfwäldern, Feuchtwiesen und Moorurwäldern eine einzigartige Kombination. Nach dem gemeinsamen Frühstück geht es ins Federseemuseum, das einzigartige archäologische Funde zeigt, die das Moor über die Jahrtausende hinweg konserviert hat. Dort fühlt man sich um Jahrtausende in der Geschichte der Menschheit zurückversetzt. Individuelle Abreise.