PRESSEINFORMATION

**Lieblingsplatz Wald**

**Es ist immer der richtige Zeitpunkt, um vom Alltag eine Pause einzulegen. Die Frage ist dabei nur, wo man diese Auszeit einlegt. Baiersbronn im Nordschwarzwald bietet gleich mehrere Möglichkeiten, um erschöpfte Batterien auch im Winter wieder aufzuladen.**

Raus, Ruhe und rundum Wohlfühlen. Jedem tut es gut, den Alltag hinter sich zu lassen und in der Natur so richtig abzuschalten. Ob bei ausgiebigen Spaziergängen rund um den Heilklimaort Obertal-Buhlbach oder beim Wassertreten, ob an natürlichen Kraftorten oder am Seeufer: Baiersbronn lädt zur wohlverdienten Auszeit vom dauernden Trott ein. Das Beste aber ist: Der Wald ist der perfekte Begleiter auf dem Weg zu mehr Gelassenheit. Und weil es im Nordschwarzwald schier unzählige Bäume gibt, bietet Baiersbronn beste Voraussetzungen, den Stress so schnell wie möglich zu vergessen.

**Prima Klima**

Wer sich entspannen möchte, muss erstmal tief durchatmen. Nicht nur Luft schnappen. Dabei hilft die reine Waldluft rund um den Heilklimaort Obertal-Buhlbach. Das überwiegend sonnige und milde Wetter wirkt positiv und stimulierend auf das Wohlbefinden, während belastende Faktoren auf das Minimale reduziert sind. Alles, was man braucht, ist festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung. Waldluft steckt voller präventiver und regenerativer Kraft. Sie wirkt ganzheitlich, stärkt das Immunsystem, fährt den Stressspiegel runter und macht glücklich. Am besten wird diese Kraft beim Wandern spürbar, aber auch beim Waldbaden, beim Langlaufen oder Schneespaziergängen.

**Kraftorte in freier Natur**

Landschaftliche Kleinode bringen Aktivurlauber zum Staunen. Laden aber auch zum Innehalten ein und spenden so mehr Zufriedenheit. Zu den beliebtesten, ausgezeichneten Kraftorten in der Region Baiersbronn gehören der sagenumwobene Buhlbachsee, der idyllische Huzenbacher See oder die schneebedeckte Hornisgrinde (1.164 m). Übrigens: Grinde nennt man die fast baumfreien Feuchtheiden, die im Mittelalter vom Menschen künstlich geschaffen wurden und schon Mitte des 19. Jahrhunderts von sogenannten Sommerfrischlern und Luftschnappern erwandert wurden.

**Mehr Vitalität mit Wasser**

Nicht nur gute Luft stärkt den Organismus, auch Wasser. In der Nationalparkregion stürzen zahlreiche Bäche tosend über Felsen und Gestein und versprühen winzigste Wassertröpfchen, denen ebenfalls eine heilende Wirkung zugesprochen wird. Denn beim Aufwirbeln des Wassers, wird dieses fein verstaubt und dabei mit negativ geladenen Luft-Ionen angereichert. Beim Einatmen erhöht sich die Sauerstoff-Sättigung im Blut und das wiederum wirkt sich positiv auf unser Wohlbefinden aus. Besonders eindrucksvoll wirken die Wasserfälle im Winter bei gefrorenem Zustand. Aber da ist noch mehr. Schon vor über 100 Jahren betrachtete Pfarrer Kneipp Körper, Geist und Seele als komplexe Einheit und predigte von der Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Körpers. Bis heute hat die Kneipp-Kur zahlreiche Anhänger und so laden rund um Baiersbronn ab nächstem Frühjahr wieder viele Stellen zum Wassertreten ein.

Tipp: Zu einer gelungenen Erholung gehört auch eine perfekte Unterkunft. Ganz besonders gelingt diese Auszeit bei den mit „Wellness Stars“ zertifizierten Gastgebern. Diese bieten zahlreiche Wellness- und Gesundheitsangebote für einen perfekten Urlaub.

Mehr Informationen unter [www.baiersbronn.de](http://www.baiersbronn.de).

November 2022

**Über Baiersbronn im Schwarzwald**

Die Gemeinde Baiersbronn im nördlichen Schwarzwald ist Baden-Württembergs größte Tourismus-Gemeinde. Sie besteht aus neun Ortsteilen mit 14.500 Einwohnern. Die beiden Marken „Genussraum für die Seele“ und „Wanderhimmel“ bringen die touristischen Schwerpunkte Baiersbronns auf den Punkt: Kulinarik von der regionalen Spezialität bis zur Drei-Sterne-Küche (höchste Sternedichte Deutschlands), ein umfangreiches Aktiv, Wellness- und Familienangebot sowie ein vorbildliches Wanderwegenetz. Dieses umfasst 550 Kilometer Wanderwege, zum Teil mit thematischem Schwerpunkt, Premium- oder Qualitätsauszeichnung. Mehr unter: [www.baiersbronn.de](http://www.baiersbronn.de)

|  |  |
| --- | --- |
| **Pressekontakt:** |  |
| Baiersbronn TouristikBianca KettererTel.: 07442 / 84 14 10Mail: bianca.ketterer@baiersbronn.de | Hansmann PRVanessa LindnerTel.: 089 / 360 54 99 12Mail: v.lindner@hansmannpr.de |