



Dents du Midi Wildkräuterwanderung © Valais/Wallis Promotion

09.05.2023 08:46 CEST

## (R-)Auszeit im Wallis

**Entspannte Momente und die Natur in vollen Zügen genießen – das macht der Sommer im Wallis möglich. Bei der Wildkräuterwanderung mit Guillaume Besson spüren Teilnehmende die volle Kraft der Natur. Eine spektakuläre Flora und Fauna wartet auf Besucher im Naturschutzgebiet Follatères. In Leukerbad findet dieses Jahr zum ersten Mal das WEYO Festival statt, das sich einzig dem körperlichen Wohlbefinden widmet und wer auch ohne Wasser baden möchte, der wandert zur Erholung durch den Aletschwald zur. Beim Yoga im Freien kommen die beruhigenden Klänge nicht aus dem Lautsprecher, sondern direkt aus der Natur.**

### **Die sinnliche Welt der Wildkräuter in Dents du Midi**

Wer in die geheimnisvolle Welt der Kräuter eintauchen möchte, ist in der

Region Dents du Midi genau richtig. Gemeinsam mit Ethnobotaniker Guillaume Besson geht es mal hoch mal runter, über grüne Wiesen voller Walliser Wildkräuter. Dabei wandern die Augen vom Boden weiter entlang der Gebirgskette bis hoch zu den Gipfeln. Auf den Exkursionen mit Guillaume Besson wird die Natur mit allen Sinnen erlebt.

[www.myswitzerland.com/de-ch/erlebnisse/sommer-herbst/sommerferien/sommergeschichten/die-geheimnisse-der-walliser-kraeuter/](http://www.myswitzerland.com/de-ch/erlebnisse/sommer-herbst/sommerferien/sommergeschichten/die-geheimnisse-der-walliser-kraeuter/)

### **Faszinierendes Naturparadies Follatères**

Das Naturschutzgebiet Follatères erstreckt sich auf über 500 Hektar zwischen Dorénaz und Fully, in der Region Martigny und gehört zu den artenreichsten Orten der Schweiz. Diverse Pfade führen zu Weinbergen, einem Eichenwald mit hängenden Akazien oder einer Trockenwiese mit dutzenden Orchideen. Auf einer geführten Wanderung mit Marlène Galletti, Wanderleiterin und Kräuterexpertin der Region, durch das prachtvolle Naturparadies Follatères erfahren Teilnehmende alles zur Geschichte, Flora und Fauna und kommen darüber hinaus in den Genuss des «Slow Wine»-Weins.

[www.valais.ch/de/touren/wandern/wanderungen/durch-das-naturschutzgebiet-les-follateres-nach-fully](http://www.valais.ch/de/touren/wandern/wanderungen/durch-das-naturschutzgebiet-les-follateres-nach-fully)  
[www.valais.ch/shop/de/products/das-natuerliche-paradies-die-follateres](http://www.valais.ch/shop/de/products/das-natuerliche-paradies-die-follateres)

### **Quelle zum Glück: Neues Festival in Leukerbad**

Im grössten Thermalbadeort der Alpen, Leukerbad, widmet sich ein neues Festival namens WEYO vom 8. bis 9. Juli 2023 mit einem vielfältigen Programm dem ganzheitlichen Wohlbefinden. Umgeben von intakter Natur nehmen sich Festivalbesucherinnen eine Auszeit für Körper und Seele. Das Wochenende ist vollgepackt mit verschiedenen Workshops zu den Themen Atmung, Yoga, Glück und Ernährung, Konzerten und Outdoor-Aktivitäten wie Waldbaden oder einem Sunrise Hike.

<https://leukerbad.ch/weyo#programm>

### **Ein Bad im Grünen**

Das Waldbaden erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Bei dieser aus Japan stammenden Tradition handelt es sich um einen achtsamen Spaziergang, bei dem die Natur mit all ihren Sinnen erlebt wird. Eine besondere Zauberwirkung verspricht im Wallis vor allem der Aletschwald mit den jahrhundertealten Arven und dem Blick auf den längsten Gletscher der Alpen, den Grossen Aletschgletscher.

[www.aletscharena.ch/aktivitaeten/yoga-und-waldbaden](http://www.aletscharena.ch/aktivitaeten/yoga-und-waldbaden)  
[www.nendaz.ch/de/P76503/waldbaden](http://www.nendaz.ch/de/P76503/waldbaden)

## Entspannte Momente beim Yoga im Freien

Vogelzwitschern, Blätterrauscheln, Plätschern der Suone und atemberaubende Ausblicke – das bietet das Wallis vielerorts beim Yoga im Freien. Zur Entspannung in ruhiger Natur führt in Veysonnaz ein ausgezeichneter Pfad durch einen romantischen Lärchenwald und lädt an verschiedenen Stationen dazu ein bei entspannenden Yogaübungen dem beruhigenden Plätschern der Suonen zu lauschen. Das Angebot «kleiner Yogi» ermöglicht es auch Kindern das Yoga im Freien zu praktizieren. Mit einem atemberaubenden Blick auf zahlreiche Viertausender und die Maschabelkette werden Yogis in Saas-Fee beim praktizieren von Yoga im Freien belohnt. Zwischen den Yogastationen locken Ruheplätze mit Hängematten oder eine Kneippanlage.

[www.saas-fee.ch/de/sommeraktivitaet#ipd=23425743](http://www.saas-fee.ch/de/sommeraktivitaet#ipd=23425743)[www.veysonnaz.ch/de/P74668/yoga-pfad](http://www.veysonnaz.ch/de/P74668/yoga-pfad)

---

**Weitere Informationen zum Urlaub in der Schweiz gibt es im Internet unter [MySwitzerland.com](http://MySwitzerland.com), der E-Mail-Adresse [info@MySwitzerland.com](mailto:info@MySwitzerland.com) oder unter der kostenfreien Rufnummer von Schweiz Tourismus mit persönlicher Beratung 00800 100 200 30.**

## Informationen an die Medien

Weitere Bilder zur touristischen Schweiz stellen wir Ihnen auf <https://sam.myswitzerland.com> zur Verfügung.

## Kontaktpersonen



### **Valerie von Oppeln**

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Norddeutschland (Hamburg, Niedersachsen, Schleswig-Holstein, Bremen)

[valerie.vonoppeln@switzerland.com](mailto:valerie.vonoppeln@switzerland.com)

+49 (0)30 166 375 072



**Andrea Daniele**

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Berlin/Ostdeutschland

[andrea.daniele@switzerland.com](mailto:andrea.daniele@switzerland.com)

+49 (0)30 166 375 074



**Krisztina Keilani-Schmidt**

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Hessen, Nordrhein-Westfalen,  
Rheinland-Pfalz und Saarland

[krisztina.keilani@switzerland.com](mailto:krisztina.keilani@switzerland.com)

+49 (0)69 509 551 005



**Chantal Mayr**

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Baden-Württemberg und Bayern

[chantal.mayr@switzerland.com](mailto:chantal.mayr@switzerland.com)

+49 (0)711 - 207 030 32