

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 67 (2010)
Heft: 7-8: Traubenaroma : Verjus

Vorwort: Editorial
Autor: Rawer, Claudia

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 17.05.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Auf neuen Wegen

Liebe Leserinnen und Leser

Wandern ist «in». In der Schweiz ist es «Volkssport Nummer 1» und 2010 offiziell das «Jahr des Wanderns». Auch in Deutschland ist fast die Hälfte der Bevölkerung regelmässig zu Fuss unterwegs. Und das ist keineswegs die ältere Hälfte: Immer mehr junge Leute entdecken heute diesen Sport wieder für sich.

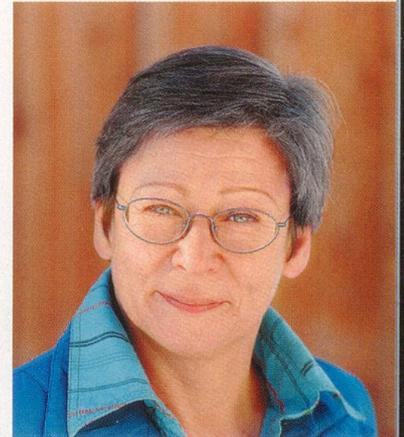
Schön vor Augen geführt bekommt man das, wenn man wie wir am Wochenende im Appenzell und im Alpstein unterwegs ist: Da begegnen einem Wanderer wirklich aller Generationen. Entzückend ist das kaum fünfjährige Mädelchen, das tapfer seinen Mini-Rucksack trägt und an Vaters Hand bergauf stapft. Dem jungen Mann und seiner Freundin, die zügig an uns vorbeiziehen, schauen wir ein bisschen neidvoll nach. Und dem alten Herrn, der etwas langsamer, aber stetig seines Weges geht, mit gehörigem Respekt: So fit möchten wir in zwanzig Jahren auch noch sein.

Wandern ist gesund, stärkt Fitness und Abwehrkräfte, Körper und Seele. Das Wandern ist also auch immer wieder ein Thema für die «Gesundheits-Nachrichten». Die sportliche Betätigung in der Natur ist ideal, um den Kopf zu befreien, die Hektik des Alltags hinter sich zu lassen, einfach mal durchzuatmen und zur Ruhe zu kommen. Und aus Freude an der heilsamen Bewegung in der freien Natur heraus entstand natürlich auch die «Kleine Outdoor-Apotheke».

Ab diesem Sommer aber haben wir hier in Teufen noch mehr zu bieten: einen «eigenen» Wanderweg. Am 14. August wird der «Kräuter- und Erlebnisweg» zwischen dem A.Vogel-Gesundheitszentrum auf dem Hätschen und dem bekannten Ausflugsrestaurant «Erlebnis Waldegg» feierlich eröffnet – ein hochinteressanter Weg mit herrlichem Blick auf den Alpstein. Sind Sie mit dabei?

Besuchen Sie uns doch!
Herzlichst Ihre

Claudia Rawer



Claudia Rawer
c.rawer@verlag-avogel.ch

Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen
E-Mail:
info@verlag-avogel.ch
Internet:
www.gesundheits-
nachrichten.ch