



WWW.SN.AT/
VIDEO

Entlang des Wasserfallwegs in Bad Hofgastein rückten Urlauber und Mitarbeiter des Tourismusverbands am Dienstag zum ersten Bad im Wald aus.

BILDER: SN/HAIMERL

Waldbaden: Besucher stürzen sich in die Fluten der Natur

Mit sommerlichem Schwimmvergnügen hat der Trend aus Japan nichts zu tun. Er ist nun auch nach Europa und ins Gasteinertal geschwappt. Was hinter dem Baden im Wald steckt.

BARBARA HAIMERL

BAD HOGASTEIN. Um „Naturdenkerin“ Sabine Schulz haben sich am Wasserfallweg in Bad Hofgastein zwölf Gäste geschart. Die gebürtige Deutsche wird die Gruppe zum ersten geführten Waldbaden in der Pongauer Gemeinde begleiten. Bikini und Badehose braucht es für dieses neue Angebot des Kur- und Tourismusverbands nicht, dafür Konzentration auf den Atem, einen wachen Geist und die Bereitschaft, sich auf die Natur einzulassen. Stressgeplagte Japaner frönen dem Waldbaden schon seit Jahren. Nun findet diese Art der Entspannung auch immer mehr Anhänger in Österreich.

„Beim Waldbaden geht es nicht um eine Dusche unter Bäumen“, scherzt Schulz. Sie lädt die Besucher ein, mit allen Sinnen in Ver-

bindung zum Wald zu treten. Ein ganz normaler Waldspaziergang also? „Viele Menschen wissen nicht mehr, wie man sich entspannt und Kraft aus der Natur tankt“, meint Schulz. Sie war vor



„Im Wald werden wir Teil dieses atmenden Organismus.“

Sabine Schulz, „Naturdenkerin“

14 Jahren selbst am Ende ihrer Kräfte. „Ich kenne das Hamsterad, nach zehn Jahren als Industriedesignerin bei BMW stieg ich aus.“ Seither entwickelt Schulz für Tourismusgemeinden Angebote in der Natur.

Für die Tour in Bad Hofgastein hat sie 14 einfache Übungen erdacht – passend zu bestimmten

Plätzen entlang des Wegs. Am Wasserfall genießen die Gäste den feinen Sprühregen auf ihrem Gesicht und schmecken den einen oder anderen Wassertropfen. Am Bachufer schöpfen sie mit den Händen Wasser und lassen es über den Kopf träufeln. Sie nehmen bewusst Gerüche wahr, lauschen dem Vogelgezwitscher und spüren den Wind auf der Haut. Nachdem sie sich am Wegesrand Wirbel für Wirbel aufgerichtet und geistig mit der Erde verbunden haben, lädt ein Wiesenabschnitt ein, die Weite zu genießen. Baumstümpfe dienen dazu, eine Stufe höher zu treten und eine Brücke scheint der geeignete Ort, um dem Wasser mit ausgebreiteten Armen im Geist Sorgen und Belastendes zu übergeben.

„Wenn sich der Brustkorb weitet, weitet sich auch das Denken“, sagt Schulz und führt die Teil-

nehmer zu einer „Naturkathedrale“ aus mächtigen Bäumen. „Ich bin überwältigt, hier fühle ich mich frei und beschützt“, meint Landschaftsbauer Thomas Thiele aus Karlsruhe. Jetzt stehen alle mit geschlossenen Augen zwischen den Bäumen. Schulz fordert sie auf, die „Urkraft des Lebens“ über die Füße einzuzatmen. Gerdi Trautvetter aus Bayern empfindet das als „schönen Impuls“. Ihren Zustand nach der Hälfte des Wegs beschreibt die ehrenamtliche Hospizbegleiterin so: „entspannt, freudig, gelöst und locker.“

Info: Die nächste Tour steht am 21. Juni an, diesmal auf der zweiten Route durch das Angertal. Treffpunkt 9.30 Uhr Tourismusverband Bad Hofgastein. Dort sind kostenlose Broschüren mit allen Übungen erhältlich. Jeder ist willkommen.

Schlau wie die Sau

Schweine sind erstaunlich: Sie können taktieren und haben bestechende Persönlichkeiten.

Schweine haben es meiner Kollegin, der Tierärztin Marianne Wondrak, seit jeher angetan. Sie leitet eine ganz spezielle Forschungsgruppe, das „clever pig lab“ des Messerli Forschungsinstituts der Vetmeduni Wien mit seinen 39 grunzenden Tieren. Verblüffende Erkenntnisse einer Schweinefachfrau.

SN: Man sagt, Schweine seien echte Persönlichkeiten. Stimmt das?

Wondrak: Absolut. Manchmal komme ich mir vor wie in einer Schulklasse. So unterschiedlich wie die Kinder sind auch unsere Schweine. Es gibt ganz ehrgeizige und strebsame, rabiante Tiere, aber auch Faulenzer und Kuschehbären. Und man darf sich durch die Optik nicht täuschen lassen. Einer unserer stärksten und größten Eber ist ein Kuschehbär. Außen wie ein Elefant, innerlich ein Miezekätzchen.

SN: Ihre Schweine machen Tests am Bildschirm. Was haben Sie bei diesen Experimenten bereits untersucht?

Wir wollten wissen: Können Schweine mit rein visuellen Rei-



Die Kune-Kune-Schweine der Forschungsgruppe – mal auf der Wiese, mal auf dem Bildschirm.

BILDER: SN/WONDRAK

zen Bilder in Kategorien einteilen? Das ist schon deswegen interessant, weil der Sehsinn bei den Schweinen nicht besonders ausgeprägt ist. Am wichtigsten ist der Rüssel. Riechen und tasten kommen vor dem Sehen. Aber es war trotzdem erstaunlich, denn die Schweine konnten das unglaublich gut. Wir haben ihnen sehr unterschiedliche Bilder von menschlichen Gesichtern gezeigt, verschiedene Haarfarben, Frisuren und Hautfarben und verschiedene Altersklassen. Die Schweine konnten dennoch hochsignifikant diese Bilder in die Klasse „Gesicht“ einordnen und von der Klasse „Hinterkopf“ unterscheiden. Einige Tiere haben zu 100 Prozent richtig gewählt.

SN: Und wie läuft das soziale Leben der Schweine?

Wir analysieren unter anderem

die sozialen Netzwerke. Wer ist im Zentrum der Gruppe, wer ist eher eine Randerscheinung? Und wer unterhält welche Verbindungen zu wem? Das ist entscheidend, weil uns auch zum Beispiel die Informationsübertragung – also das soziale Lernen – interes-

TIERÄRZTIN
Tanja Warter



deren Tier rauft, kommt sofort Zacharias angetrabt, um sich einzumischen. Zacharias ist nämlich Zeppelins bester Freund und unser ranghöchster Eber. So kann es Zeppelin auch mit Tieren aufnehmen, die eigentlich stärker sind als er. Aber nur, wenn Zacharias in der Nähe ist und aufpasst.

SN: Wer ist Ihrer Meinung nach denn nun schlauer: Schwein oder Hund?

Vergleiche zwischen den Arten sind extrem schwierig. Aber nach dem Vergleich am Bildschirm muss man in Summe sagen: Die schenken sich nichts. Das Training ist aber mit den Schweinen eine Spur einfacher, denn sie reagieren extrem schnell, wollen gefallen und alles richtig machen.

Kontakt: INFO@DOCWARTER.COM

Erscheinungstermin:
26. Juni 2019

Anzeigenschluss:
17. Juni 2019

IMMOEXTRA

Sie möchten Ihre Immobilien inkl. Bild einer interessierten Leserschaft anbieten? Dann ist „ImmoExtra“ das geeignete Medium für Sie. Objekte von Immobilienmaklern – Monat für Monat kompakt präsentiert.

Kontakt: Rosemarie Stampfl
Tel. +43 662 / 8373-276
rosemarie.stampfl@sn.at