

# PRESSETEXT

## Per Pedes durch Bayerisch-Schwaben **Wanderlust und Gaumenfreuden**

*Vom Nördlinger Ries über die Donauauen bis hin zum Naturpark Westliche Wälder vor den Toren der Fuggerstadt Augsburg sind Genusswanderer in ihrem Element. Auf den vielseitigen Wanderwegen Bayerisch-Schwabens werden die Touren auch zur kulinarischen Entdeckungsreise.*

Wer nach Bayerisch-Schwaben reist, sollte unbedingt die Wanderschuhe einpacken. Denn vom Nördlinger Ries über die Flusstäler rund um die Donau bis hinein ins Voralpenland lässt sich die Region auf vielseitigen Fern-, Rund- und Premiumwanderwegen entdecken – im eigenen Rhythmus und mit allen Sinnen. Im Frühling und Sommer blüht es am Wegesrand und das Summen der Insekten und Zwitschern der Vögel begleitet Wanderinnen und Wanderer. Zum Herbst hin leuchten die Bäume und Sträucher in goldgelb und rostrot. Der Duft von Pilzen, Moos und reifen Äpfeln liegt in der Luft. Der Weg ist das Ziel, das lässt sich hier mit Fug und Recht behaupten. Genusswanderer und kulinarische Entdecker freuen sich besonders auf die Verschnaufpausen, denn für eine Stärkung zwischen den Wanderetappen warten alteingesessene Gaststätten, deftige Schmankerl und ehrliche Lebensmittel von regionalen Produzentinnen und Produzenten.

### **Ries-Panoramaweg: Genusswandern rund um den Krater**

Mit 70.000 Kilometern pro Stunde raste vor 15 Millionen Jahren ein gigantischer Asteroid Richtung Erde und hinterließ einen Krater von 25 Kilometern Durchmesser – das heutige Nördlinger Ries. Die Region ist seit 2022 UNESCO Global Geopark und ein Paradies für Naturliebhaber, Geologiefans und gemütliche Genusswanderer. Wo einst der riesige Himmelskörper einschlug, führt heute der Ries-Panoramaweg einmal rund um den Meteoritenkrater. Die weitläufige Kraterlandschaft lässt sich am besten von oben überblicken, zum Beispiel vom Riegelberg bei den ebenfalls sehenswerten Ofnethöhlen. Auch vom Wallersteiner Felsen direkt am inneren Kratering eröffnet sich ein spektakuläres Panorama. Durch Bilderbuchlandschaften aus dichten Wäldern, Streuobstwiesen und bewirtschafteten Feldern geht es entlang breiter Schotterstraßen oder kleiner Wald- und Wiesenwege, vorbei an pittoresken Städtchen mit Fachwerkhäusern, Kirchtürmen und markanten roten Ziegeldächern. Für einen Altstadtbummel lohnt etwa ein Abstecher in das bezaubernde Harburg an der Wörnitz mit seiner trutzigen Burg hoch über der Stadt. Das Barock- und Fachwerkstädtchen Oettingen ist berühmt für sein fürstliches Residenzschloss und die Störche, die hier überall auf den Dächern und Kaminen nisten. In Nördlingen erwartet die Wanderer vom „Daniel“, dem Glockenturm der spätgotischen St.-Georgs-Kirche, ein fabelhafter Rundblick über die Stadt und das Ries. Und auch Leckermäuler kommen auf ihre Kosten: Die deftigen Nördlinger Stabenwürste haben hier eine lange Tradition und schmecken am besten heiß und knusprig direkt vom Holzkohlegrill. Naschkatzen stärken sich nach einem anstrengenden Wandertag mit einem großen Stück Rieser Bauerntorte, einem gedeckten Apfelkuchen aus Hefeteig, den man hier zur Glaubensfrage erklärt hat: Die katholische Bauerntorte ist mit einem Rautenmuster verziert, die evangelische Variante hat einen geschlossenen Teigdeckel. <https://www.bayerisch-schwaben.de/aktiv-naturziele/wandern/ries-panoramaweg>

### **DonAUwald-Wanderweg: Entschleunigung im schwäbischen Urwald**

Auf einer Länge von fast 60 Kilometern erschließt der DonAUwald Premiumwanderweg zwischen Günzburg und Schwenningen eines der größten zusammenhängenden Auwaldgebiete Deutschlands. Außer Atem kommt hier niemand, denn der Weg hat keine nennenswerten Steigungen. So kann man sich gut auf das Wesentliche konzentrieren: Waldluft einatmen, Stille genießen und gemütlich dahinwandern in einem einzigartigen Naturraum

mit bemerkenswerter Artenvielfalt. Mit ein bisschen Glück und Geduld trifft man auf den scheuen Eisvogel mit seinem prächtig gefärbten Gefieder oder auf einen Biber, der im Uferbereich seine Dämme und Höhlen baut. Auch seltene Orchideenarten wie der Frauenschuh oder Narzissengewächse wie der Märzenbecher sind in den Donauauen beheimatet. Die Strecke führt über trockene Magerrasen, die sogenannten Brennen, vorbei an ehemaligen Flussschlingen, Schilfröhrichten und Altarmen mit Schlingpflanzen und Seerosen. Beim Blick hinauf in die mächtigen Kronen der alten Stieleichen, Eschen und Schwarzpappeln fühlt man sich beinahe wie im Dschungel. 5 Etappen umfasst der DonAUwald-Wanderweg und jedes Zwischenziel lässt sich bequem und klimaschonend mit der Donautalbahn erreichen. Hungerige Wandererinnen und Wanderer haben in der malerischen Altstadt von Günzburg die Qual der Wahl. Denn der 250 Meter lange Marktplatz wird liebevoll „das längste Freiluftcafé Schwabens“ genannt. Ein Weißwurstfrühstück mit Aussicht auf den Stadtturm? Würzige Kässpätzle in einer gemütlichen Gastwirtschaft? Immer ein Tipp sind natürlich Maultaschen nach Originalrezept mit Spinat in der Füllung – ein echtes schwäbisches Soulfood.

<https://www.bayerisch-schwaben.de/aktiv-naturziele/wandern/donauwald-wanderweg>

### **Stauden Meditations-Weg: Innere Einkehr in den „Westlichen Wäldern“**

Durch die hügelige Landschaft im Südwesten des Naturparks „Augsburg – Westliche Wälder“ schlängelt sich der „Stauden-Meditationsweg“. Wer zu Fuß auf Sinnsuche gehen mag, darf die 36 Kilometer lange Strecke als Achtsamkeitswanderung verstehen, um in herrlicher Natur über Gott und die Welt nachzudenken. Auf fünf Tagesetappen von Fischach bis Kirch-Siebnach wird die Betriebsamkeit des Alltags außer Kraft gesetzt, die Gedanken sortieren sich neu, und im gemächlichen Schrittempo lässt es gut wieder in die eigene Mitte kommen. 9 Meditationsstationen mit Weisheiten und Denkanstößen aus den großen Weltreligionen ermutigen zum inneren Dialog. Die meditativen Übungen aus Christentum, Islam und Zen-Buddhismus bauen inhaltlich aufeinander auf, lassen sich aber auch ohne weiteres einzeln erleben. An zwei Stellen kreuzt der Stauden-Meditationsweg den überregionalen Jakobsweg von Augsburg nach Lindau. Und weil Spiritualität und himmlische Genüsse Hand in Hand gehen, warten auf die hungrigen Wanderer entlang des Weges gemütliche Einkehrmöglichkeiten mit schwäbischen Schmankerln. Süße Versuchung: der Zwetschgendatschi. Der regionstypische Blechkuchen aus spät gereiften Zwetschgen schmeckt am besten lauwarm mit Zimt bestreut und ein bisschen Schlagsahne. <https://www.bayerisch-schwaben.de/touren/stauden-meditations-weg-I>

Bayerisch-Schwabens Spezialitäten gibt es übrigens auch zum Nachkochen und -backen. Rezepte etwa für den Augsburger Zwetschgendatschi, die Rieser Bauertorte, Schwäbische Maultaschen oder Spätzle finden sich online unter [www.bayerisch-schwaben.de/kulinarisches-erbe](http://www.bayerisch-schwaben.de/kulinarisches-erbe) – meist sogar inklusive Videoanleitung.

6.734 Zeichen

**Über Bayerisch-Schwaben:** Bayern plus Schwaben macht Bayerisch-Schwaben. Hier „schwätzt“ Bayern schwäbisch und Schwaben bayerisch. Im Westen Bayerns gelegen erstreckt sich die vielseitige Region vom Nördlinger Ries über das Schwäbische Donautal, das LEGOLAND® und die UNESCO-Welterbestadt Augsburg bis ins Wittelsbacher Land.

Radwege in idyllischen Flusslandschaften sowie Wander- und Themenwege durch die vielfältige Natur machen Bayerisch-Schwaben zu einem beliebten Ziel für große und kleine Aktivurlauber. Zwischen prächtig-glanzvoll und verträumt-gemütlich präsentieren sich die Städte und Orte.

Kulturfans und Familien genießen das besondere Flair der historischen Stadtkulissen entlang der Romantischen Straße sowie die zahlreichen Burgen, Schlösser und Klöster. Ob bei einem „Stadthupferl“-Ausflug oder mit der „Bayerisch-Schwaben-Lauschtour“-App: Urlauber begeben sich auf die Spuren von Römern, Fuggern, Wittelsbachern & Co. oder erkunden die Museen-Welten von Ballonen, Bienen, Käthe-Kruse-Puppen oder bedeutender Industrie- und Alltagskultur. Immer empfehlenswert: die herzhafteste und regionale Küche mit ihren besonderen Spezialitäten. [www.bayerisch-schwaben.de](http://www.bayerisch-schwaben.de)

Weitere Informationen und passendes Bildmaterial zur Region Bayerisch-Schwaben finden Sie in unserem Presseportal <https://fufda.de/bayerisch-schwaben>.



**Informationskontakt:**

Tourismusverband Allgäu/Bayerisch-Schwaben e.V.  
c/o Destinationsmarketing Bayerisch-Schwaben  
Schießgrabenstraße 14  
86150 Augsburg  
Tel.: 0821 / 45040110  
[info@bayerisch-schwaben.de](mailto:info@bayerisch-schwaben.de)  
[www.bayerisch-schwaben.de](http://www.bayerisch-schwaben.de)

**Pressekontakt:**

**Tourismusverband Allgäu/Bayerisch-Schwaben e.V.**  
c/o Destinationsmarketing Bayerisch-Schwaben  
Ute Rotter  
Schießgrabenstraße 14  
86150 Augsburg  
Tel.: 0821 / 45040123  
[rotter@bayerisch-schwaben.de](mailto:rotter@bayerisch-schwaben.de)  
[www.bayerisch-schwaben.de](http://www.bayerisch-schwaben.de)

**FEUER & FLAMME. DIE AGENTUR**

Leonie Stolz  
Bergweg 38  
61440 Oberursel  
Tel.: 6172 / 5965482  
[ls@fufda.de](mailto:ls@fufda.de)  
[www.feuerundflamme-dieagentur.de](http://www.feuerundflamme-dieagentur.de)

Sabine Rasch  
Bergweg 38  
61440 Oberursel  
038206 / 744790  
[sr@fufda.de](mailto:sr@fufda.de)

Antje Seeling  
Langenburger Str. 33  
70435 Stuttgart  
0711 / 50448110  
[as@fufda.de](mailto:as@fufda.de)