

## Kinder-Wanderungen

Über 100 empfehlenswerte Routen und zahlreiche Tipps für wanderfreudige Eltern

Kinder wirken oft wie ausgewechselt, wenn sie ins Freie kommen. Sind sie zu Hause noch unruhig, streitsüchtig oder aggressiv, kann ein Gang in die Natur ihre Stimmung schlagartig ändern. Gönnen Sie ihren Kindern die belebende und zugleich beruhigende Kraft der Natur wann immer es möglich ist.

Bei der gemeinsamen Bewegung von Eltern und Kindern im Freien geht es nicht um ermüdende Fußmärsche, sondern um Entspannung und Regeneration. Oft genügen schon 15 oder 20 Minuten Gehzeit bis zum nächsten Naturspielraum. Wer allerdings etwas mehr Zeit zur Verfügung hat, ein paar Stunden oder einen ganzen Tag, der findet im neuen Kinderwanderführer von Elisabeth

Göllner-Kampel ebenfalls eine Menge Wandervorschläge speziell für die Regionen Salzburg, Flachgau, Tennengau, Pongau und die angrenzenden bayrisischen Landkreise.

Die beschriebenen Wanderungen sind übersichtlich eingeteilt in Wege für Gehfaule und Gehfreudige,

