

Pressemitteilung | Den Wald erleben in Oberstaufen: Warum er so wichtig ist, wo man ihm am besten erkundet und was in ihm steckt

Oberstaufens Wälder sind nicht nur schön anzusehen, sie haben auch einen unschätzbaren Wert. Er ist nicht nur Erholungs- und Schutzort, sondern steckt auch voller Schätze für Küche und Arzneischrank. In Oberstaufen gibt es jede Menge Möglichkeiten, die Wälder der Region zu erkunden: Auf geführten Kräuterwanderungen oder Touren mit Forstexperten sowie beim Waldbaden oder während der Naturparktage.

Die Bedeutung des Waldes und warum man den Prodel „brennend“ sehen sollte
Oberstaufen im Allgäu verfügt über eine beeindruckende Waldfläche von 5.000 Hektar. Als Lebensraum für zahlreiche Tiere und Pflanzen hat sie gleichzeitig einen immensen Nutzen für den Menschen – nicht nur als Erholungsort. Einer, der die Wälder hegt und pflegt, ist Forstwirtschaftlermeister Lukas Fink: „Der Wald ist weit mehr als nur Kulisse. Er fungiert als natürliche Barriere und biologische Befestigung, die Siedlungen sowie Wege vor Naturgefahren wie Lawinen oder Steinschlag bewahrt“, erklärt der Forstexperte und Zimmermann. Um den Wald zu erhalten und von seinen lebenswichtigen Funktionen zu profitieren, betreiben Fink und seine Kollegen eine nachhaltige Forstwirtschaft. Das bedeutet, dass nur so viel Holz aus dem Wald genommen wird, wie auch für die nächsten Generationen nachwachsen kann – der Wald also nicht übernutzt wird. Oberstaufen ist geprägt vom Bergmischwald aus Buche, Tanne und Fichte. „Mein Ziel für die nächsten zehn Jahre ist es, den Wald zu Teilen ökologisch umzubauen“, sagt Fink. „Wir haben kapiert, dass der Klimawandel da ist. Das gilt es sich entsprechend anzupassen.“

Für Gäste, die die Schönheit der Oberstaufener Wälder erleben möchten, hat Lukas Fink einen Tipp parat: „Generell gibt es viele, viele Orte – es ist einfach immer schön im Wald. Aber der Herbst ist schon immer eine besondere Zeit. Schön ist da auch der Prodel als Tor zum Ehenschwanger Tal. Da gibt es eine bestimmte Zeit, in der die Bäume feuerrot sind. Wir sagen dann immer, der Prodel brennt.“

Was duftet denn da so gut? Kräuterwanderungen durch Oberstaufens Wälder

Wer durch den Wald spaziert, sollte wirklich alle Sinne geschärft haben. Denn es gibt so viel Spannendes zu sehen, zu hören, zu riechen und zu schmecken. Die Nase kann einen zum Beispiel zum Waldmeister führen, der es gern schattig mag und die Gesellschaft von Laubbäumen schätzt. Dieses wohlriechende Labkraut kann man sowohl für den Genuss einer Maibowle benutzen als auch als Arznei-Tee bei Migräne oder Schlafstörungen. In dichten Kolonien – ebenfalls unter Laubbäumen – ist der Bärlauch zu finden. Sein knoblauchartiger Geruch ist unverkennbar. Aber Vorsicht: Nicht mit dem giftigen Maiglöckchen verwechseln.

Ob Holunderblüten, der gelbe Huflattich oder der auffällig gelbe Wundklee, in Oberstaufens Wäldern wachsen viele köstliche und heilsame Kräuter. Um auch keines



zu verpassen, sollte man unbedingt an einer geführten Tour mit Wildkräuterführerin Sofie teilnehmen und sich von ihrer Begeisterung anstecken lassen. Echte Tipps sind die Rainwaldrund ab dem Bahnhof Oberstaufen oder die Tour „Vom Weissachufer über den Waldlehrpfad nach Steibis“ ab der Hochgratbahn Bergstation. Zudem gibt es eine kinderwagenfreundliche Runde bei Steibis.

Feinschmecker können sich während der Genusswochen „Staufner Küche – Wald & Wiesen“ vom 13. April bis 3. Mai vom Kräuterreichtum überzeugen: Dann bringen die regionalen Gastronomen mit kreativen Menüs die ganze Bandbreite auf den Teller. Begleitet werden die köstlichen Tage mit dem neuen Naturerlebnis-Programm, das Waldführungen, Kräutertouren und einen Wildkräuter-Workshop bietet.

Natur erleben bei den Naturparktagen, geführten Wanderungen und beim Waldbaden

Um die schöne Natur in und um Oberstaufen zu genießen, muss man sich nur auf die 360 Kilometer Wanderwege begeben. Entweder auf eigene Faust oder bei einer geführten Tour. Eine Empfehlung ist die Veranstaltungsreihe „Naturparktage“: Vom 30. Mai bis 14. Juni 2026 lädt der Naturpark Nagelfluhkette dazu ein, die Wertschätzung für die vielfältige Kulturlandschaft aus Wäldern, Wiesen, Weiden, Hecken, Mooren, Gewässern und Schluchten zu stärken. Über 25 Veranstaltungen stehen zur Auswahl – von der Waldführung mit Forstexperte Lukas Fink bis zur Familien-Erlebnistour am Staufen.

Wer so richtig den Wald spüren möchte, der sollte die Oberstaufener Waldbaden-Angebote ausprobieren. Hier geht es um Ruhe und Entspannung und darum, den Wald mit allen Sinnen zu erleben. Unter Anleitung einer Wald-Gesundheitstrainerin soll man die wohltuende Wirkung aufsaugen. Waldbaden regeneriert gleichzeitig das Nervensystem, stärkt das Immunsystem und verbessert das Hormonsystem.

Des Weiteren dreht sich bei „BEWUSST SEIN“ vom 18. bis 21. Juni alles um Yoga, Achtsamkeit, Ayurveda, und Meditation. Die vier Tage sind den vier Natur-Elementen – Feuer, Erde, Wasser, Luft – gewidmet. Auf dem Programm stehen Schnupperangebote sowie intensive Sessions und Workshops für Körper, Geist und Seele.

Weitere Informationen unter: www.oberstaufen.de

Informationen für Medien:

Oberstaufen Tourismus
Amrei Kommer
Hugo-von-Königsegg-Str. 8, 87534 Oberstaufen
Tel. +49-8386-9300-432
amrei.kommer@oberstaufen.de
www.oberstaufen.de

genböck pr + consult GmbH
Nina Genböck
Märkisches Ufer 28, 10179 Berlin
Tel.: +49-30-22-48-77-01
nina.genboeck@genboeckpr.de
www.genboeckpr.de