



## »Vorsorge Aktiv« Gesundheit für mich Bewegungswochentipp

### Pilgern - wenn Gedanken wandern gehen

Bei einer Pilgerreise entfernt man sich Schritt für Schritt vom Alltag und kommt so dem persönlichen Ziel immer näher. Man besinnt sich auf den Glauben und auf die Zukunft, während die Schönheit der Landschaft an einem vorbeizieht.

Auch auf **Weitwanderwegen** erzielt man eine ähnlich entschleunigende und befreiende Wirkung. Den Kopf entlüften, die Natur genießen und dem Alltag davongehen. Weitwandern ist vielmehr als nur eine anspruchsvolle Sportart.

### Themenwege

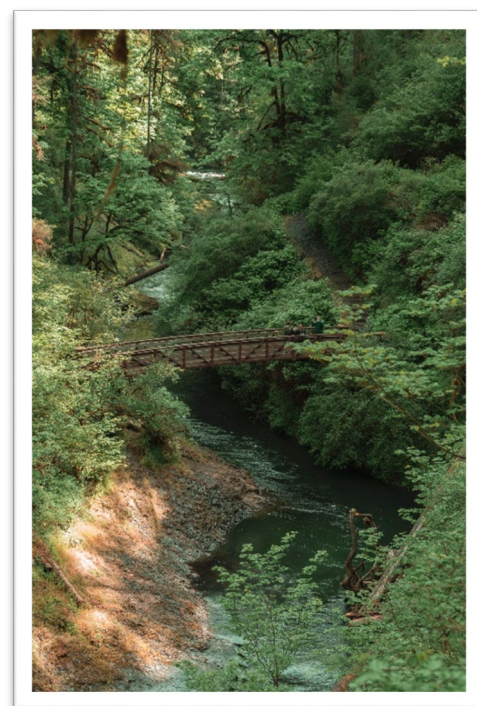
Wenn Ihnen Wandern alleine nicht reicht, können Sie auf diesen Wegen allerlei Interessantes und Spannendes lernen.

### Kraftplätze in Niederösterreich

Ihre Anziehungskraft ist magisch, ihre Wirkung beflügelnd - sie sind wahre Energiespender. Nebeldurchzogene Wälder, schroffer Stein und stille Moore entführen in andere Welten.

### Wandern am Wasser

Rauschende Wasserfälle, mystische Felsen und kleine Steintreppen und Brücken verzaubern die Routen durch die schönsten Klammern in Niederösterreich.



Fotocredit: pexels-sean-valentine-5015429

*Nutzen Sie das Angebot der »tut gut«-Wanderwege - Infos unter:  
[www.noetutgut.at/wanderweg](http://www.noetutgut.at/wanderweg) oder unserer  
»tut gut«-Schrittewege - Infos unter: [www.noetutgut.at/schritteweg](http://www.noetutgut.at/schritteweg)*



[www.noetutgut.at/vorsorge-aktiv](http://www.noetutgut.at/vorsorge-aktiv)