Ich tu´s für mich! Drei Tage Auszeit auf der Alm

Drei Tage auf der Alm, wandern, Kräuter sammeln und verkochen, begleitet von Helga Graef, Kräuterpädagogin und Märchenerzählerin und Manuela Apuchtin, ebenfalls Kräuterpädagogin, Hüttenwirtin und Wanderbegleiterin.

Programmablauf:
Tag 1: Treffpunkt Parkplatz Greith (Turnau) um 11:00 Uhr, gemeinsamer Anstieg zur Alm (ca. 1,5 Std.), anschließendes Mittagessen um ca. 13:00 Uhr, Nachmittag Kräuterwanderung auf der Alm mit anschließender Herstellung eines Oxymels, ca. 18:00 Uhr Abendessen, Abend frei verfügbar
Tag 2: 08:30 Uhr gemeinsame Herstellung eines 5-Elemente-Getreidefrühstücks mit Vermittlung von TCM-Basics, gemeinsames Frühstück, Tagesschwerpunkt „Unsere heimischen Kräuter aus Sicht der TCM mit Schwerpunkt Frauenkräuter“ in Theorie und Praxis, mit Kräuterwanderung und gemeinsamer Bestimmung und Verarbeitung/Produktherstellung. Abendessen und später (bei passendem Wetter) Kräuter-Märchen am Lagerfeuer
Tag 3: 08:30 Uhr Frühstück, 12:30 Uhr Mittagessen und anschließend selbständiger Abstieg bzw. Heimreise (spätestens um 15 Uhr beim Parkplatz in Greith zurück)
Eine genaue Anreisebeschreibung finden Sie auf www.turnaueralm.at.
Die Wanderung vom Parkplatz in Greith zum Schutzhaus dauert etwa 1,5 Stunden.

Inhalt:
- Almaufenthalt
- Kräuterwanderung
- Vermittlung von Kräuterwissen in Theorie und Praxis
- Verarbeitung und gemeinsames Verkochen der gesammelten Kräuter
- Abendunterhaltung am Lagerfeuer (bei passender Witterung)

© 2026 - lfi.at

Information

Kursdauer:	24 Einheiten
Kursbeitrag:	385,00 € Kursgebühr
Fachbereich:	Persönlichkeit & Kreativität, Einkommenskombination
Zielgruppe:	naturbegeisterte Menschen, Alm- und Kräuterpädagog/innen
Mitzubringen:	(Hütten)Schlafsack, Taschen- oder Stirnlampe, Powerbank für event. Handyladungen

Verfügbare Termine

© 2026 - lfi.at