

Pressemitteilung

Ausgabe 4/2018 „Alblust – Das Schwäbische Alb Magazin“

### **Genussvoll abtauchen: Die neue Alblust gibt Tipps für schöne Auszeiten**

**Vom Thermalbad übers Bogenschießen bis zum Besinnungsweg: Die Schwäbische Alb bietet viele Möglichkeiten, um zur Ruhe zu kommen. Entschleunigung heißt das Schwerpunktthema der Winterausgabe von Alblust, die am 5. Dezember 2018 erscheint.**

Traditionelles Bogenschießen boomt. Es macht den Kopf frei, denn man muss sich aufs Wesentliche fokussieren – und loslassen können. Auch auf der Alb im Oberen Schlichemtal gibt es einen Parcours mit Tierattrappen, den Lothar Obert dort ursprünglich nur für sich selbst eingerichtet hat. Inzwischen dürfen dort auch andere Schützen stundenlang durch die Natur streifen und auf aufregende Weise Stress abbauen.

Viele sehnen sich heute danach, zur Ruhe zu kommen und den Alltag hinter sich zu lassen. Bogenschießen ist dabei eine von vielen Möglichkeiten, die die Winterausgabe von Alblust vorstellt. Genussvoll in einer Therme abzutauchen gehört ebenfalls dazu: In Bad Ditzenbach kann man davor erfahren, welchen Weg das Wasser aus der Tiefe der Alb bis ins Becken nimmt. Beim Schlafseminar im Kloster Heiligkreuztal lernen die Teilnehmer, wie sie zur Ruhe und zu besserem Schlaf kommen. Ein Workshop beim Hayinger Bildhauer Wolf Rüdiger Irmeler verschafft den Hobbykünstlern nicht nur ein schönes Erinnerungsstück. Sie lernen auch, dass die Arbeit mit Hammer und Meißel durchaus etwas Meditatives hat.

Der Tübinger Künstler Martin Burchard will die Menschen mit seinen Besinnungswegen, die er in Mundingen und Schwäbisch Gmünd umgesetzt hat, zum Nachdenken anregen. Eine ungewöhnliche Art, zur Ruhe zu kommen, ist ein Besuch bei Rita Goller in Rietheim: Die Schneckenexpertin findet es sehr entspannend, ihre Tiere zu beobachten, und beobachtet dies auch bei ihren Gästen fest. Außerdem verrät Alblust-Fotograf Thomas Rathay bei einem winterlichen Spaziergang durchs Lautertal, wie in Schnee und Eis tolle Fotos gelingen.

### **Spezialkerzen für den Film**

Dass Räucherns ein uralter Brauch ist, dem viele Kräfte zugeschrieben werden, kann man von der Kräutereexpertin beim Räucherabend in den Raunächten oder an Maria Lichtmess erfahren. Weihnachtliche Stimmung kommt auf beim Besuch der Kerzenwerkstatt in Wannweil: Hier werden auch Spezialmodelle gefertigt, die schon manche Filmszene erhellt haben. Um schöne Dinge geht es auch im Ulmer Atelier von Wolf-Peter Schwarz: Der Juwelier hat in den 1990er-Jahren den

Ring Charlotte erfunden, ein beliebtes Schmuckstück, das sich die Trägerin selbst zusammenstellen kann.

Wibele wecken bei vielen Kindheitserinnerungen: Sie stammen ursprünglich aus Langenburg, aber der größte Hersteller ist heute die Confiserie Bosch in Uhingen. Außerdem stellt die neue Ausgabe den Koch Christoph Dannenmann vom Hirschbachkeller im Kloster Herbrechtingen mit seiner schwäbisch-modernen Küche vor.

Dass die vor 100 Jahre gegründete „Bauhaus“-Schule auch auf der Alb ihre Spuren hinterlassen hat, zeigt sich am Beispiel des „Hauses auf der Alb“ und der Hochschule für Gestaltung HFG Ulm. Die Bauten werden heute für andere Zwecke genutzt, sind aber Interessierten zugänglich. Beim Anwesen des Künstlers HAP Grieshaber an der Achalm, das in die Kunstgeschichte eingegangen ist, ist das leider nicht möglich: Der Ort, an dem der bekannte Neuerer des Holzschnitts lebte und arbeitete, verfällt zusehends.

Dazu gibt es wie immer viele Tipps für Ausflüge und Veranstaltungen, darunter auch Informationen zu den Weihnachtsmärkten in der Region.

Die neue Ausgabe ist ab dem 5. Dezember 2018 im Zeitschriftenhandel in Baden-Württemberg und bundesweit im Bahnhofsbuchhandel erhältlich (144 Seiten, Auflage 25.000, Preis 4,80 Euro, Herausgeber: GEA Publishing und Media Services GmbH & Co. Kg).

*15. November 2018*

**Ansprechpartner Verlag:**

Joachim Bräuninger, Telefon (07121) 302170,  
[joachim.braeuninger@ablust.de](mailto:joachim.braeuninger@ablust.de)

**Ansprechpartnerin Redaktion:**

Claudia List, Telefon (0711) 91454058, [claudia.list@ablust.de](mailto:claudia.list@ablust.de)

**Download** von *Abblust-Titel* und *Pressemitteilung* unter  
[www.ablust.de/presse](http://www.ablust.de/presse)