

NaturErlebnis Programm 2024



Ausrüstung

Teilnahme an den Veranstaltungen im Freien bitte nur mit gutem Schuhwerk und wetterfester Kleidung. Trinkwasser und eventuell eine Jause nicht vergessen.

Mit Rollstuhl (mit Hilfe) & Kinderwagen

können folgende Wege befahren werden:

- Tirol-Rundwanderweg
- Teichanlage Urani
- Wald der Sinne

Integrativ



Veranstaltungen, die mit diesem Zeichen gekennzeichnet sind, sind für Menschen mit Behinderung geeignet. Bitte bei der Anmeldung bekanntgeben.

Naturparkpartner



Naturpark-Partner*innen sind Botschafter*innen der Naturpark-Philosophie. Sie verbreiten das Bewusstsein für den Naturpark. Der Gast erfährt, dass er durch seinen Aufenthalt einen Beitrag zur Erhaltung der Kulturlandschaft leistet. Gastgeber*innen und Mitarbeiter*innen sind Expert*innen für die Vermittlung von Naturführungen und Naturerlebnissen im Naturpark.

Wetterunabhängig



Dieses Symbol kennzeichnet jene Angebote, bei denen das Wetter keine Rolle spielt.

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr.
Alle Angaben ohne Gewähr. Stand März 2024
Irrtümer, Fehler und Programmänderungen vorbehalten!



**Schützen
durch Nützen!**

Information im Naturparkbüro:

+43 3857 8321

info@muerzeroberland.at

www.muerzeroberland.at

Anmeldung direkt bei den Natur- und
Landschaftsvermittler*innen
(siehe Seiten 46-48)
Sämtliche Führungen
(Ausnahme Zauberwald) sind auch
nach Vereinbarung möglich.

Mythen, Märchen und Historisches	Seite 4 - 9
Naturwerkstatt	Seite 10 - 21
Naturerlebnis	Seite 22 - 35
Entspannen, Besinnen, Genießen	Seite 36 - 45
Naturpark-Führer*innen	Seite 46 - 49
Themenwege	Seite 50 - 55
Naturschutz Akademie	Seite 56
Duathlon und Triathlon	Seite 57
Veranstaltungen	Seite 59
Museen & Ausflugsziele	Seite 60 - 63
Essen, Trinken & Schlafen	Seite 64 - 74



MYTHEN, MÄRCHEN & HISTORISCHES

20. Steirischer Zauberwald Seite 4

Vollmond-Wanderung Seite 5

Historischer Spaziergang Seite 6

Historische Fackelwanderung Seite 7

Mürzsteg im Wandel Seite 7

Schreibworkshop Seite 8

Auf den Spuren des Bergbaus Seite 8

Neuberger Kulturschätze Seite 9



Sa 31.8. und So 1.9.

von 9:00 – 16:00 Uhr, Dauer der Vorführungen ca. 2 Stunden,
Start in Gruppen im 20-Minuten-Takt
(Wartezeiten möglich)

Treffpunkt: Kinderhotel Appelhof
8693 Neuberg an der Mürz

Tickets vor Ort: Erw. € 12,- / Ki. bis 15 J. € 9,- / Familien € 21,-

Tickets oeticket: Erw. € 13,50 / Ki. bis 15 J. € 10,10 / Familien € 23,60

Geeignet für: Erwachsene, Jugendliche, Familien, integrativ

Gelände: Waldweg (Forststraße),
mit geländegängigem Kinderwagen befahrbar

Info: Naturparkbüro, +43 3857 8321,
info@muerzeroberland.at, www.zauberwald.at

20. Steirischer Zauberwald



Ein Wald voll zauberhafter
Gestalten & Geschichten

Mystische Feen, wilde Hexen, flinke Koblode, sprechende Tiere - allerhand listige und lustige Gestalten sind jedes Jahr am ersten Wochenende im September in den Wäldern des Naturparks Mürzer Oberland unterwegs. Sie entführen dich in die Welt der Sagen, Mythen und Märchen! Von 9 bis 16 Uhr starten im 20 Minuten-Takt die Besuchergruppen in den Zauberwald und lassen sich an rund zehn Stationen von den kleinen und großen Schauspielern in eine Welt voller Geschichten entführen.

Hier wird gezaubert und gelacht, gerätselt und gegruselt, gestaunt und gelernt. Langweilig wird's bestimmt nicht in diesem wunderbaren, magischen Zauberwald.

Vollmond-Wanderung

Lass dich vom Licht des Vollmondes
verzaubern.

Bei einer einfachen und gemütlichen Wanderung in die Vollmondnacht hinein, können wir uns der mystischen Stimmung nicht entziehen, die das Licht des Vollmonds in die Natur zaubert. Und das wollen wir auch gar nicht, denn mit unseren Fackeln werden wir Teil dieser ganz besonderen Stimmung.

Sa 22.6. 20:30 Uhr / **So 21.7.** 20:30 Uhr
So 18.8. 20:00 Uhr / **Fr 20.9.** 19:30 Uhr

Treffpunkt: Ortsteil Mürzsteg

Dauer: ca. 2,5 Stunden

Kosten: € 7,- pro Person

Geeignet für: Erwachsene, Familien

Ausrüstung: gutes Schuhwerk

Anmeldung & Info: Renate Dobrovolny, +43 664 2329284,
renate.dobrovolny@muerznet.at





Historischer Spaziergang

Neuberg an der Mürz hat eine außergewöhnliche Vergangenheit

Bei einem Spaziergang durch den Ort erfährst du Einzelheiten über den industriellen Werde- und Niedergang dieses geschichtsträchtigen Ortes, seine Entwicklung im Laufe der Jahrhunderte, über berühmte Persönlichkeiten und vieles mehr.

So 19.5. / Sa 8.6. / So 21.7. / Di 20.8.

und individuell auf Anfrage

Treffpunkt: Parkplatz Münster Neuberg

Kosten: pro Person € 7,-

Mindestteilnehmer*innen: 4 Personen

Anmeldung & Info: Mag. Susanne Baimuradowa,
+43 664 4228131, susanne.baimuradowa@gmx.at



Historische Fackelwanderung

Rundwanderung mit Fackeln durch das geschichtlich geprägte Areal des Stiftes Neuberg

Lass' dich bei einem Rundgang durch das Stiftsareal und seine Umgebung zurückversetzen in das mittelalterliche Klosterleben mit seinen Schicksalen und Katastrophen.



Ganzjährig nach Vereinbarung, Dauer: ca. 1 Std.

Kosten: Erwachsene € 6,- / Kinder € 5,-

Geeignet für: Familien, Erwachsene, Schulgruppen

Mindestteilnehmer*innen: 6 Personen

Anmeldung & Info: Karl Scheifinger, +43 681 10434046

Mürzsteg – ein Dorf im Wandel der Zeit

Von Kaisern, Zaren und Holzknechten

Mürzsteg war einst ein von der Eisen- und Holzindustrie geprägtes Dorf, das für viele Menschen Heimat und Arbeit bedeutete. Damals wie heute ist die Sommerfrische in Mürzsteg ein verlockendes Urlaubsangebot.

Gemeinsam wandeln wir auf historischen Pfaden und erfahren Wissenswertes über die Kaiserzeit und die wirtschaftliche Blütezeit dieser Region.

So 14.7. und Sa 20.7. um 14:00 Uhr

Treffpunkt: Ortsteil Mürzsteg **Kosten:** pro Person € 7,-

Anmeldung & Info: Renate Dobrovolny, +43 664 2329284, renate.dobrovolny@muerznet.at





Schreibworkshop im mystischen Naturpark Mürzer Oberland

Mystische Orte, alte Erzählungen, Spuren der Vergangenheit – Zeit zum Spüren, Natur fühlen, Geschichten erzählen

Schreibend erkunden wir unsere Verbindung zu diesem magischen Platz im Mürztal und lassen die Geschichten wie Bilder vorbeiziehen. Unsere Kunst wird es sein, diese Wahrnehmungen zu Papier zu bringen. Gönn dir einen kreativen Tag mit Gleichgesinnten!

Fr 12.7. / So 28.7. / Sa 3.8.

10:00 Uhr

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekanntgegeben

Dauer: 10 – 17 Uhr

Kosten: pro Person € 80,-

Mindestteilnehmer*innen: 5 Personen

Ausrüstung: Schreibmaterial, Sitzunterlage, Getränk (wir sind im Freien)

Anmeldung & Info: Heike Dobrovolny, +43 664 2104322, heike.dobrovolny@gmx.at, www.heikedobrovolny.com

Auf den Spuren des Bergbaus

Das obere Mürztal hat eine bewegte Vergangenheit: den Bergbau und die Gewinnung und Verarbeitung von Erzen. Zahlreiche Relikte – Halden, Stollen und Pingen – zeugen davon.

- Montanrundweg Altenberger Erzberg (Seite 53)
- Eisenerzabbau Niederalpl
- Erzverarbeitung Neuberg an der Mürz

So 2.6. / Sa 29.6. / Do 11.7. / Sa 10.8.

und individuell auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 7,-

Geeignet für: Familien, Erwachsene, Jugendliche

Mindestteilnehmer*innen: 4 Personen

Ausrüstung: Wanderschuhe, Regenschutz und Jause

Besonderheiten: Kulinarischer Ausklang ist möglich

Anmeldung & Info: Mag. Susanne Baimuradowa, +43 664 4228131, susanne.baimuradowa@gmx.at

Neuberger Kulturschätze

Kulturspaziergang mit der Autorin und
Kunsthistorikerin Heike Dobrovolny

Neuberg an der Mürz wurde über die Jahrhunderte hinweg von herausragenden Persönlichkeiten und Ideen geprägt. Auf einem Rundgang durch den Ort begeben wir uns auf die Spuren der Zisterziensermönche, erinnern uns an die Jagdkultur in der Kaiserzeit, staunen über die Revolution der Stromgewinnung nach Viktor Kaplan und entdecken die modernen Skulpturen von Josef Pillhofer.

Eine anschließende Besichtigung der Josef Pillhofer Skulpturenhalle ist empfehlenswert und nach vorheriger Vereinbarung möglich.

Fr 3.5. / So 9.6. / Fr 19.7. / Fr 9.8. / Fr 27.9. / Fr 18.10.

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekanntgegeben

Dauer: 1,5 – 2 Stunden

Mindestteilnehmer*innen: 6 Personen

Kosten: pro Person € 15,- / Gruppenpreis nach Vereinbarung ab € 12,-

Anmeldung & Info: Heike Dobrovolny, +43 664 2104322,
heike.dobrovolny@gmx.at, www.heikedobrovolny.com



NATURWERKSTATT

Kräuterzwerge Seite 11

Spiel mit uns Seite 11

Fotoworkshop Seite 12

Jugend-Fotoworkshop Seite 13

Kreativwerkstatt Seite 14

Kreativer Stoffdruck Seite 14

Kräuterbuschen binden Seite 15

Naturapotheke Seite 16

Gemüse von der Wiese Seite 17

Naturseifen DIY Seite 18

Naturkosmetik DIY Seite 19

Putzmittel DIY Seite 20

Räucherworkshop Seite 21

Wilde Weiblichkeit Seite 21



Kräuterzwerge „Gebt die Welt in Kinderhände“

In der heutigen schnelllebigen Zeit entfremden wir uns leider mehr und mehr von der Natur. Unsere Kinder spielen immer seltener Verstecken, bauen Staudämme, beobachten Wolken oder essen Sauerampfer. Das wollen wir ändern! Wir erkunden gemeinsam den Spielplatz Natur und lernen spielerisch ein paar Wildkräuter kennen. Neben Blütenbutter fürs Pausenbrot zaubern wir uns auch noch einen großartigen Hustensaft oder eine Anti-Juckreiz-Salbe. Wir bemalen auch einen Kräutertopf für zuhause.

Mi 1.5. um 15:00 Uhr / **So 7.7.** um 10:00 Uhr,
Mi 7.8. um 10:00 Uhr und individuell auf Anfrage
eignet sich perfekt für Kindergeburtstage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 30,-

Geeignet für: kleine Naturrebellin und ihre abenteuerlustigen Begleiter

Ausrüstung: wetterfeste Kleidung und Sonne im Herzen

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266,
natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com

Spiel mit uns das „Strauch, ärgere dich nicht!“ Spiel

**Forschen, erkunden, selber machen, ...
Naturerlebnisse für Kinder gibt es überall.
Wir finden sie am Wegrand, im Wald
und auf der Wiese.**

Gemeinsam wollen wir Krabbeltiere erforschen, Tierspuren suchen, besondere Kräuter, Sträucher und Bäume entdecken und mit Naturschätzen Kreatives gestalten. Wir ziehen los mit vielen „Natur-Spiel-Ideen“ und um Spannendes zu erleben und kehren heim mit einer selbst geschnitzten Hollerpfeife oder einer „Astkröte“.

Di 2.7. / Di 9.7. / Di 16.7. / Di 23.7.
um 14:00 Uhr, Dauer: 2,5 - 3 Stunden

Treffpunkt: Rezeption Kinderhotel Appelhof, Ortsteil Mürzsteg

Kosten: pro Person € 7,-

Anmeldung & Info: Irmgard Riegler, +43 664 2388513,
irmgardriegler@hotmail.com





NaturLICHT Foto Tagesworkshop

Fotobasiskurs mit Fotowalk

In nur einem Tag zu besseren Fotos und dabei die eigene Kamera verstehen lernen und im Griff haben. Auch optimal für alle, die ihre Urlaubsfotos verbessern möchten.

Nach einem Indoor-Theorieteil (10:30-13:00) mit Tipps und Tricks zur Kamera, Bildgestaltung, Ausrüstung & Co setzen wir das erworbene Grundwissen einem gemeinsamen Fotowalk (Outdoor, 13:30 - ca. 17:00) um.

So 21.7. / Fr 2.8. Einzelcoachings bzw. weitere Termine auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 180,- (inkl. NISI-Filter zum Testen, kleine Snacks, Kaffee, Tee)

Mindestteilnehmer*innen: 5 Personen

Ausrüstung: Kamera, Stativ und Wechselobjektive wenn vorhanden, Ersatzakku, gemütliche Outdoorbekleidung, Neugierde

Anmeldung & Info: Nici Seiser, nixpixx Fotografie & Design, +43 650 2141686, hello@nicoleseiser.at, www.nicoleseiser.at, Anmeldung bis 1 Woche vor Kursbeginn

Besser Fotografieren in nur einem Tag Kinder/Jugend-Fotoworkshop

**Entfalte dein Potenzial & schärfe deine Sinne –
mit Achtsamkeit durch die Natur.**

Wir beginnen mit einem kleinen Grundlagen-Fotoworkshop:
Wie machst du bessere Fotos? Lerne deine Spiegelreflexkamera
besser kennen und spiele mit Zeit, Blende und ISO-Wert.
Danach geht's ins Freie zu einer Fotosafari, wo wir Objekte
aller Art in Szene setzen und fotografieren. Lasse deiner
Kreativität freien Lauf. Auf Wunsch kann der Workshop
auch mit Handy statt Kamera stattfinden.

Mo 29.7. und individuell auf Anfrage, Dauer: 4 Stunden

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 75,-

Geeignet für: jede*n bis 16 Jahre, der eine Kamera besitzt
oder eine ausleihen kann. Du hast keine eigene Kamera?
Ruf mich an, wir finden eine Lösung.

Anmeldung & Info: Nici Seiser, nixxipixx Fotografie & Design
+43 650 2141686, hello@nicoleseiser.at
www.nicoleseiser.at, Anmeldung bis 1 Woche vor Kursbeginn





Kreativwerkstatt **iM** Integrativ!

„Kreativität bricht das Leben auf, lässt neue Kräfte wachsen und führt dich zu dir selbst.“

Zusammen spazieren wir durch Wälder und tanzen über Wiesen. Immer auf der Suche nach besonderen Schätzen aus denen wir gemeinsam Kunstwerke zaubern.

Wir gehen ganz in Stille und lassen unsere Seele sprechen. Neben Achtsamkeitsübungen und Meditationen wird es noch viele andere Überraschungen geben.

Di 14.5. und Sa 6.7.

um 15:00 Uhr und individuell auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 30,-

Geeignet für: Kinder, Erwachsene

Ausrüstung: eine Portion Mut, um deiner Kreativität freien Lauf zu lassen

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266, natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com

Kreativer Stoffdruck

Wir bedrucken mit Pflanzen, Modeln und Schablonen Leinen- und Baumwollstoffe. Es macht Spaß nach eigenen Ideen Tischwäsche, Vorhänge, Bekleidung und vieles mehr zu gestalten und Unikate entstehen zu lassen.

So 27.10. / So 17.11.

um 14:00 Uhr

Treffpunkt: Ortsteil Mürzsteg

Kosten: pro Person € 30,-

Geeignet für: Erwachsene und Jugendliche, ab 4 Personen

Ausrüstung: zu bedruckende Stoffe (gegen Voranmeldung können vor Ort verschiedene Stoffe käuflich erworben werden)

Anmeldung & Info: Renate Dobrovolny, +43 664 2329284, renate.dobrovolny@muerznet.at



Kräuterbuschen binden



An diesem Nachmittag führen wir eine alte Tradition fort und binden uns einen Kräuterbuschen.

Wir wenden uns bewusst bestimmten Kräutern zu, die uns helfen, unsere Gesundheit zu erhalten.

Mi 14.8. um 16:00 Uhr

Treffpunkt: Ortsteil Mürzsteg

Kosten: freiwillige Spende

Geeignet für: Jugendliche und Erwachsene

Anmeldung & Info: Renate Dobrovolny,
+43 664 2329284,
renate.dobrovolny@muerznet.at

„Eure Nahrung soll Eure Arznei sein“ Hippokrates

Die Natur bietet unzählige Pflanzenschätze, die unseren Organismus stärken und unterstützen können. In diesem Workshop lernen wir, wie man die richtigen Kräuter erkennen und als Naturheilmittel anwenden kann. Wir stellen gemeinsam drei Produkte her, die ihr samt Anleitung mit nach Hause nehmen könnt.

Sa 11.5. / Sa 8.6. / Mo 19.8. um 10 Uhr
und individuell auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 60,-

Ausrüstung: Sonne im Herzen und Freude in der Seele

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266,
natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com

Gemüse von der Wiese

Kochen mit Wildkräutern und Wildgemüse

Du wirst staunen, was die grüne Wiese alles zum Sammeln, Kochen und Essen bietet! Bei einer kurzen Wanderung sammeln wir die unterschiedlichsten genießbaren Wildkräuter und besprechen deren Bedeutung als Heilkräuter und Genussmittel. Anschließend bereiten wir daraus ein großartiges Menü.

Individuell auf Anfrage

Treffpunkt: MS Neuberg an der Mürz

Dauer: 1 Nachmittag

Kosten: Erwachsene € 40,- inkl. Essen und Getränke

Geeignet für: Erwachsene, ab 6 Personen

Anmeldung & Info: Renate Dobrovolny, +43 664 2329284,
renate.dobrovolny@muerznet.at





Gemeinsam stellen wir aus verschiedensten Fetten und Ölen wunderbare Naturseifen her, die ihr mit nach Hause nehmen dürft. Ihr bekommt ein Skriptum und Rezepte und wir gehen auf eure Hauttypen und ganz persönlichen Pflegeansprüche ein.

So 28.4. um 10:00 Uhr / **So 23.6.** um 18:00 Uhr
Mi 7.8. um 18:00 Uhr / **So 13.10.** um 18:00 Uhr
und individuell auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben, ich komme auch gerne zu euch nach Hause.

Dauer: ca. 3 Stunden

Kosten: pro Person € 60,-

Ausrüstung: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266, natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com

Pure Green Naturkosmetik DIY



Der Drang nach einem Leben im Einklang mit der Natur wird zum Glück immer stärker. Wir wollen einen kleinen ökologischen Fußabdruck hinterlassen und bewusster leben. Naturkosmetik ist eine wundervolle Art sich selbst und der Natur etwas Gutes zu tun. Kein Mikroplastik, keine chemische Keule, keine E-Nummern, keine Tierversuche.

Gemeinsam stellen wir 3 großartige Produkte her und kümmern uns um unser Wohlbefinden.

Fr 7.6. / Sa 20.7. / Mi 16.10. um 18:00 Uhr
und individuell auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben, gerne komme ich auch zu euch nach Hause

Dauer: 3 Stunden

Kosten: pro Person € 60,-

Geeignet für: alle die die Welt im Badezimmer beginnend verändern wollen

Ausrüstung: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266, natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com



Putzmittel DIY **in** Integrativ!

„Think Green - Go Green“

Ob Reinigungsmittel, Wasch- und Spülmittel oder Entkalker – all diese Dinge können ökologisch, nachhaltig und plastikfrei sein. Selbstgemachte Reinigungsmittel schützen nicht nur die Umwelt, sondern auch die eigene Gesundheit. In keinem Bereich im Leben ist Nachhaltigkeit so einfach umzusetzen. In dem Workshop Putzmittel DIY lernen wir handelsübliche Haushaltsmittel durch nützliche und biologisch abbaubare Reinigungsmittel zu ersetzen.

Sa 27.4. um 19:00 Uhr / **Di 14.5.** um 19:00 Uhr
Mo 5.8. um 18:00 Uhr / **Samstag 12.10.** um 18:00 Uhr
und individuell auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 60,-

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266,
natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com



Räuchern ist eine alte Tradition, die immer mehr in Vergessenheit geraten ist. Wir widmen uns der Heilkraft verschiedenster Kräuter und Harze und gehen auf die traditionelle Räuchermedizin sowie auf Naturrituale im Zeichen des rituellen Jahreskreises ein. Zum Schluss binden wir unser eigenes Räucherbüschel und stellen unsere eigene individuelle Räucherfeder her.

Sa 22.6. um 15:00 Uhr
und individuell auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Dauer: ca. 3 Stunden

Kosten: pro Person € 55,-

Ausrüstung: wetterfeste Kleidung und Sonne im Herzen

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266,
natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com

Wilde Weiblichkeit

„Be a wild child and have a rebel soul“



In diesem Workshop versuchen wir in der Natur mit unserer wilden Weiblichkeit in den Einklang zu kommen. Achtsamkeit, Entschleunigung, das wilde innere Kind, Kreativität und die Magie von Mutter Natur stehen im Mittelpunkt. Bei einer gemeinsamen Kräuterwanderung lernen wir die wichtigsten Heilkräuter für Frauen und ihre Anwendungen sowie Verarbeitungsmöglichkeiten kennen. Dabei zaubern wir Produkte die gut für den weiblichen Zyklus und für einen ausgeglichenen Hormonhaushalt sind.

So 12.5. um 12:00 Uhr / **So 21.7.** um 10:00 Uhr
So 18.8. um 10:00 Uhr und individuell auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 60,-

Ausrüstung: alles, was du brauchst, um dich mit dir und der Natur zu vereinen

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266,
natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com



NATURERLEBNIS

Dem Waldgeist auf der Spur Seite 23

Abenteuer an der Mürz Seite 23

Waldzauber Seite 24

Geburtstagfeste Seite 25

Ferientage Seite 25

Waldlinge Seite 26

Familienbande stärken Seite 26

Forscherexpress Seite 27

Back to the roots Seite 28

Faszination Heilkräuter Seite 28

Teambuilding Seite 29

Naturhof (R)Auszeit Seite 30

Sonnenaufgangswanderung Seite 30

Stockdunkel und Sternenklar Seite 31

Exkursion Fledermausschacht Seite 32

Höhlentour Beiweißgrube Seite 33

Individuelle Wanderungen Seite 34

Bergwandern Seite 35

Besuch beim Imker Seite 35





Dem Waldgeist auf der Spur

Als mutige Forscher und Entdecker werden wir in Wald und Wiese unterwegs sein, um dem Waldgeist auf die Spur zu kommen.

Wir verkleiden uns, damit er sich aus seinem Versteck traut, spielen lustige Spiele und ich verrate euch, welche köstlichen Kräuter man bei einem Wald- und Wiesen-spaziergang naschen kann.

dienstags 30.7. – 27.8. um 14:00 Uhr

Treffpunkt: Rezeption Appelhof, Ortsteil Mürzsteg

Kosten: pro Person € 7,-

Anmeldung & Info: Renate Dobrovolny, +43 664 2329284, renete.dobrovolny@muerznet.at



Abenteuer an der Mürz



Was krecht und fleucht denn da?

Wir erleben die Urkraft des Wassers bei einer Barfußwanderung durchs kühle Nass und erforschen Kleinlebewesen im Bach. Von der Eintagsfliegenlarve über den Strudelwurm bis zur Köcherfliegenlarve wird alles unter die Lupe genommen, was unter Steinen krecht und fleucht. Du erfährst auch, was diese Lebewesen mit der Gewässergüte zu tun haben.

donnerstags 4.7. – 29.8. um 14:00 Uhr

Treffpunkt: Rezeption Appelhof, Ortsteil Mürzsteg

Dauer: 3 Stunden

Kosten: pro Person € 7,-

Geeignet für: Familien, Kinder, integrativ, auch als Kindergeburtstagsparty

Ausrüstung: gutes Schuhwerk, Gummistiefel und Regenschutz

Anmeldung & Info: Renate Dobrovolny, +43 664 2329284, renete.dobrovolny@muerznet.at



„Was der Wald dir gibt – was du dem Wald geben kannst“

Wir gehen gemeinsam in den Wald, folgen dem Ruf der Wildnis, spüren und genießen die Ruhe und entschleunigen. Ich erzähle euch etwas über das Ökosystem Wald, über seine heilsamen Kräfte und warum er so wichtig für uns ist. Beim Rückweg sammeln wir das Gold des Waldes – das Harz der Bäume – um es dann gemeinsam zu einer vielseitig verwendbaren Pechsalbe weiterzuverarbeiten.

So 9.6. um 10 Uhr / **Sa 17.8.** um 14 Uhr
und individuell auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Dauer: ca. 3 Stunden

Kosten: pro Person € 60,-

Ausrüstung: gutes Schuhwerk, alter Kochtopf und Kochbesteck

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266,
natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com



Geburtstagsfeste

„Sei frech, wild & wunderbar“

Möchtest du mit deinen Liebsten ein unvergessliches Geburtstagsfest feiern? Den ganzen Tag draußen im Wald oder am Bach sein und den Abenteuerspielplatz Natur neu mit mir entdecken? Am Lagerfeuer sitzen, Stockbrot naschen und dabei spannenden Geschichten lauschen? Ich freue mich darauf individuell für dich ein Geburtstagsfest gestalten zu dürfen und mit dir durchs Leben zu tanzen.

April bis Oktober individuell buchbar

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 35,-

Ausrüstung: Kleidung für draußen und ganz viel Glitzer in den Augen

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266, natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com

Ferientage „Ich mache mir die Welt, wie sie mir gefällt“

Nach diesem Motto wollen wir in den Sommerferien Geschichte schreiben und ein paar unvergessliche Tage prall gefüllt mit Freude, ganz viel Lachen, neuen Freunden und jede Menge Abenteuer verbringen. Wir werden draußen in der Natur auf Entdeckungsreise gehen und die tollsten Spiele spielen. Es wird gebastelt, am Feuer gekocht, es gibt eine Schnitzeljagd und kiloweise Marshmallows. Wir werden am Bach Staumauern bauen, Wasserschlachten machen und im Freiluftkino euren Lieblingsfilm schauen. Vielleicht verbringen wir auch eine Nacht im Zelt, schauen zu den Sternen hinauf, erzählen Geschichten und veranstalten das beste Picknick. Lasst uns den coolsten Sommer aller Zeiten haben!

Mo 22.7. / Di 23.7. / Mi 24.7.

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 30,-

Geeignet für: Kinder ab 6 Jahre / bis 6 Jahre mit Begleitperson

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266, natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com





„Die Natur will, dass die Kinder Kinder sind,
ehe sie Erwachsene sind“

Wir tauchen in die faszinierende Welt des Waldes ein, lassen uns verzaubern und nutzen den Wald als Abenteuerspielplatz. Wir machen uns auf zu einer Entdeckungsreise für alle Sinne. Wir forschen, beobachten, staunen und vor allem: wir spielen. Die Interaktionen im Wald regen die Fantasie an, trainieren die Motorik und stärken das Immunsystem.

Sa 27.4. um 14 Uhr / **Fr 2.8.** um 15 Uhr

Fr 11.10. um 15 Uhr und individuell auf Anfrage,
eignet sich perfekt als Kindergeburtstag

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 30,-

Ausrüstung: Kleidung für Draußen und ein bisschen frech,
wild und wunderbar sein

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266,
natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com



mit der Waldhexe Eva-Maria

Findet eure gemeinsamen Wurzeln bei einem spannenden Streifzug durch die Natur. Entdecke winzige Käfer, gigantische Fichten und lausche dem Flüstern des Waldes. Er erzählt dir märchenhafte Geschichten und die Waldhexe Eva-Maria entführt dich ins Reich der Blumenfeen, Baumzwerge und Waldschätze. Ich freue mich auf dich und deine Familie!

Sa 25.5. / Sa 21.9. um 14:00 Uhr
und individuell auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Dauer: 3 Stunden

Kosten: pro Person € 25,-

Ausrüstung: Gemütliche warme Kleidung, feste Schuhe,
Getränk und Jause

Anmeldung & Info: Eva-Maria Woldrich, +43 681 10126683,
info@waldschritte.at

„In den kleinsten Dingen zeigt die Natur die allergrößten Wunder“ Carl von Linné

Warum färben sich Blätter? Wie kann ein Regenbogen entstehen? Woher weiß der Apfel, dass er ein Apfel ist? Warum gibt es Jahreszeiten? Woher kommt unser Sauerstoff? Warum ist dem Wald so warm? Ist das Reh die Frau von Herrn Hirsch? Lasst uns das alles genauer unter die Lupe nehmen und uns die Natur und ihre Wissenschaft ganz kinderleicht verstehen. Spiel und Spaß stehen natürlich im Vordergrund – sonst wär's ja doof. Bei der Schnitzeljagd zum Schluss kannst du dein neu erlangtes Forscherwissen gleich unter Beweis stellen.

Mi 1.5. / Sa 6.7. um 10 Uhr
und individuell auf Anfrage
eignet sich perfekt als Kindergeburtstag

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 30,-

Ausrüstung: Stift und Papier und jede Menge Wissensdurst

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266,
natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com





Back to the roots



Ein Tag im Zeichen der traditionell europäischen Heilkunst

In diesem Sinne machen wir uns gemeinsam auf den Weg und lernen wie wir traditionelles und kulturelles Heilwissen sowie die dazugehörige Heilkunst in unser Leben einfließen lassen können. Egal ob die Kräuterkunde und Verarbeitung, Wickel und Auflagen, Tinkturen oder Salben, Kneippmethoden und Aromatherapie ... der Faszination und Begeisterung werden keine Grenzen gesetzt. Neben Wissen, Begeisterung und jede Menge Glitzer, nehmt ihr 3 Produkte sowie Rezepte mit nach Hause.

Di 30.4. um 14:00 Uhr / **Sa 17.8.** um 10:00 Uhr

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 60,-

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266, natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com

Faszination & Mythos Heilkräuter



In früheren Zeiten wurden fast ausschließlich Kräuter zum Heilen von Krankheiten verwendet und Frauen, welche den Umgang mit Heilkräutern und die Kunst des Heilen beherrschten, wurden oftmals als Hexen bezeichnet. Bei einer gemeinsamen Wanderung lernen wir die wichtigsten und interessantesten Heilkräuter und deren Verwendung kennen und verkosten sie auch.

So 28.4. / Do 9.5. / So 30.6.

um 14:00 Uhr

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Dauer: 1 Nachmittag

Kosten: pro Person € 15,- inkl. Jause

Geeignet für: Erwachsene, Jugendliche

Ausrüstung: gutes Schuhwerk und Regenschutz

Anmeldung & Info: Renate Dobrovolny, +43 664 2329284, renate.dobrovolny@muerznet.at



Teambuilding und Outdoortraining

„Erlebnisse und Erfahrungen bleiben für immer“

In dieser schnelllebigen und leistungsorientierten Welt, in der wir leben, ist es umso wichtiger auf Zusammenhalt und Werte des Einzelnen zu achten.

Unvergessliche Momente und spannende Erlebnisse bringen Lebendigkeit und Freude in euer Unternehmen und in euer Team.

Erlebnispädagogische Teambuildings und Outdoortrainings stellen perfekte Mitarbeiterveranstaltungen dar und stärken den Zusammenhalt, erhöhen die Motivation und fördern die Identifikation mit dem jeweiligen Unternehmen. Lust auf eines meiner individuell abgestimmten Teambuildings ganz im „Draußen“?

Detailinfos werden bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 65,-

Dauer: 3-5 Stunden

Anmeldung & Info: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266,
natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com





Naturhof (R)Auszeit



Interessierst du dich für Natur, Umwelt, Biodiversität und kleinstrukturierte Landwirtschaft? Vielleicht möchtest du auch wissen, was tiergestützte Interventionen sind?

Dann laden wir dich herzlich zu unserem Willkommenstag ein. Komm mit uns auf eine erlebnis- und lehrreiche Reise durch unseren Wald und unsere Wiesen, lerne unsere Schafe kennen und lausche unserer Vision und welche Angebote wir uns für euch ausgedacht haben!

So 4.8. jederzeit auf Anfrage, ab 2 Personen

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Ausrüstung: gutes Schuhwerk, Trinkflasche, Sonnenschutz

Kosten: freiwillige Spende

Anmeldung & Info: Hanna Grabner, +43 664 1084644
grabner.hanna@gmail.com, www.naturhof-rauszeit.at



Sonnenaufgangswanderung

mit Bergfrühstück auf der Schnealm

Wenn es noch dunkel ist, starten wir vom Parkplatz Kohlebnerstand und wandern gemütlich zur Kutatschhütte (ca. 45 Min.).

Dort erwarten wir den Sonnenaufgang und genießen die herrliche Aussicht.

Anschließend führt uns die Wanderung weiter aufs Schnealpenhaus (ca. 45 Min.), wo ein ausgiebiges Bergfrühstück auf uns wartet.

Stockdunkel und Sternenklar



In der Dämmerung tauchen bereits Lichtpunkte am Himmel auf – die Planeten. Während es langsam dunkler wird, erscheinen die ersten Sterne, die sich nach und nach zu Asterismen, Sternbildern und Sternzeichen gruppieren. Vor dem anthropologischen Zeitalter diente der Nachthimmel den Menschen als Kompass, als analoge Uhr, die gegen den Uhrzeigersinn läuft, als Kalender und als Geschichtenbuch.

Durch die griechische Mythologie werden Sternbilder am Himmel lebendig. Es wird klar, wieso die Milchstraße Milchstraße heißt, und wir suchen und finden unsere zweieinhalb Millionen Lichtjahre entfernte Nachbarin – die Andromeda-Galaxie. Es gibt manche Sternschnuppe zu bestaunen und Wissenswertes über Dunkelheit, Lichtverschmutzung und -geschwindigkeit zu erfahren.

Sa 20.7. / Sa 17.8. und nach Vereinbarung
Uhrzeit wird bei Anmeldung bekannt gegeben

Treffpunkt: Teichwirt Urani

Dauer: bis zum frühen Vormittag

Kosten: Erw. € 15,-/Ki. € 10,- (exkl. Frühstück)
Maut pro PKW € 8,-

Geeignet für: Erwachsene, Familien

Mindestteilnehmer*innen: 6 Personen

Ausrüstung: gutes Schuhwerk und Wanderbekleidung

Anmeldung & Info: Renate Wiltschnigg,
+43 664 4461652, renate.wiltschnigg@gmail.com

Sa 8.6. / Sa 3.8. / Sa 7.9. um 19:30 Uhr

Treffpunkt: Teichwirt Urani,
Lichtenbach 1, 8692 Neuberg an der Mürz

Dauer: ca. 3 Stunden

Mindestteilnehmer*innen: 6 Personen

Kosten: € 25,- / 20% Gruppenrabatt ab 4 Personen

Anmeldung & Info: Johannes Sulzbacher,
+43 664 88423836 oder j.sulzbacher@mentak.eu
Anmeldung bis 2 Tage vor Veranstaltung!

Die Veranstaltung ist barrierefrei zugänglich!



Exkursion zum Fledermausschacht anlässlich des 100jährigen Jubiläums der Erstbefahrung

Im Jahr 1924 stiegen wagemutige Abenteurer aus Mariazell erstmals in den 110 m tiefen Riesenschacht auf der Tonion ab und fanden eine Fortsetzung. Schon wenige Jahre später galt der Fledermausschacht als zweittiefste Höhle der Welt. Etliche teils internationale Expeditionen waren nötig, um den tiefsten Punkt 580 m unter dem Eingang zu erreichen.

In den letzten Jahren gelang es nicht nur eine Verbindung zum Teufelskessel zu finden, sondern auch die Entdeckung weitläufiger Gänge und Hallen mit unerwartetem Tropfsteinschmuck.

In Summe wurden bisher im Tonion-Höhleensystem knapp 15 km an Gängen und Schächten vermessen. Bei der Exkursion sollen die beeindruckenden Eingänge von Fledermausschacht und Teufelskessel oberhalb der Herrenbodenalm besucht werden.

Alte und neue Fotos und Geschichten sollen einen Eindruck über die spannende Erforschungsgeschichte geben. Daneben werden auch die Geologie und ein Farbmarkierungsversuch besprochen, der den Austritt der am Herrenboden versickernden Wässer verriet.

Sa 31.8 um 9:30 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz am Beginn der Forststraße
1 km östlich vom Niederalpl-Pass

Kosten: freiwillige Spende für den Höhlenverein

Ausrüstung: Feste Schuhe, Regenjacke, Jause oder Geld für die Einkehr auf der Herrenbodenalm, Trittsicherheit auch abseits markierter Wanderwege und Kondition für ca. 400m Aufstieg sind erforderlich

Anmeldung & Info: Lukas Plan,
Höhlenforscher und Geologe am NHM Wien,
+43 699 19522648, lukas.plan@nhm.at

Höhle tour zur Bleiweißgrube

Bei diesem unterirdischen Abenteuer auf den Spuren der Höhlenbewohner sind Ausdauer, Mut und Orientierungssinn gefragt!

Mo 5.8. um 14:00 Uhr, jederzeit auf Anfrage

Treffpunkt: Ortsteil Kapellen

Dauer: ca. 3–4 Stunden

Kosten: pro Person € 7,-

Geeignet für: Familien, Kinder ab 6 Jahren

Mindestteilnehmer*innen: 6 Personen

Ausrüstung: gutes Schuhwerk, Jause, Stirnlampe oder Taschenlampe. Die Begehung der Höhle erfolgt auf eigene Gefahr! Eltern haften für ihre Kinder!

Anmeldung & Info: Renate Wiltschnigg, +43 664 4461652, renate.wiltschnigg@gmail.com



Individuell geführte Wanderungen im Naturpark Mürzer Oberland

Keine Lust allein zu wandern?

Bergwanderführer Michael Geißler begleitet seine Gäste auf Bergwanderungen, Weitwanderungen und Winterwanderungen durch die wunderschönen Landschaften des Naturparks Mürzer Oberland und natürlich auch darüber hinaus.

jederzeit auf Anfrage

Treffpunkt: nach Vereinbarung

Dauer: nach Vereinbarung

Geeignet für: Kinder, Jugendliche, Erwachsene

Ausrüstung: Details zur Ausrüstung werden bei der Tourenplanung besprochen

Anmeldung & Info: Michael Geißler, +43 664 3977514
natourguide@aon.at, www.natourguide.at

Bergwandern für Einsteiger*innen

Im Zuge einer geführten Wanderung auf die Schneeealm erfahren wir alles über das richtige und sichere Verhalten in den Bergen - von den Grundlagen der Tourenplanung und der Orientierung im Gelände über das Wetter bis hin zu Notfallmanagement und Naturschutz.

Sa 6.7. / Sa 10.8. 9:00 Uhr
und individuell auf Anfrage, Gehzeit 5-6 Std.

Treffpunkt: Altenbergerhof, Altenberg an der Rax
(mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar)

Dauer: Ganztagestour (Gehzeit: 6 Std.)

Mindestteilnehmer*innen: 4 Personen

Kosten: pro Person € 45,-

Geeignet für: Jugendliche und Erwachsene
Einkehrmöglichkeiten während der Tour.
Gute Kondition erforderlich!

Anmeldung & Info: Bergwanderführer Michael Geißler,
+43 664 3977514, natourguide@aon.at, www.natourguide.at

Besuch beim Imker

**Hier lernst du die Arbeit eines
Berufsimkers mit seinen Bienen kennen.**

Der Jahreskreislauf und die Produktion von Honig und Honigprodukten werden erläutert und modernste Imkereigeräte zur Verarbeitung gezeigt.

Mai bis Oktober nach Terminvereinbarung

bei jedem Wetter! Dauer der Führung: ca. 1 Stunde

Ort: Imkerei Karl Scheifinger, Waldweg 9, Neuberg an der Mürz

Kosten: Erwachsene € 8,- / Kinder, Jugend € 6,-
inkl. Honigverkostung

Geeignet für: Familien, Erwachsene, Schulgruppen, bekannte
Bienenallergie unbedingt VORHER bekannt geben!

Anmeldung & Info: Karl Scheifinger, +43 681 10434046,
scheifingerkarl@gmail.com, www.imkerei-scheifinger.at



ENTSPANNEN, BESINNEN & GENIESSEN

Auszeit für „Weiberleit“	Seite 37	Atemlos – Losatmen	Seite 41
Urkraft Waldbaden	Seite 37	Kraut meets Yoga	Seite 42
Waldbaden – grüne Pause	Seite 38	Yoga & Wellness	Seite 43
Workshop Entspannung	Seite 39	Yoga & Wandern	Seite 43
Workshop Selbstwert	Seite 39	Almtraum	Seite 44
Philosophischer Spaziergang	Seite 40	Yoga und Wandern in der Frein	Seite 45
Tiergestützte Intervention	Seite 40		





Auszeit für „Weiberleit“

Finde deine innere Göttin oder doch deine innere Hexe?

Mit jedem Schritt, den du mit mir gehst, kehrst du mehr zu dir selbst zurück. In der Stille des Waldes, kannst du deine innere Stimme wieder hören. Ich frei mich auf neugierige Weiberleit...

Mi 1.5. um 12:00 Uhr
(nach der Walpurgisnacht)

Treffpunkt: Wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Dauer: ca. 3 Stunden

Kosten: pro Person € 50,-

Ausrüstung: Gemütliche, warme Kleidung und etwas Verpflegung

Anmeldung & Info: Eva-Maria Woldrich, +43 681 10126683, info@waldschritte.at

Urkraft Waldbaden

Nutze die Wirkung der Bäume, um wieder zur Ruhe zu kommen und Kraft für den Alltag zu tanken.

Bei diesem herrlich gemütlichen Workshop zeige ich dir mit ganz einfachen Übungen, wie du Stress abbauen und die heilsame Geborgenheit der Natur für dich nutzen kannst. Hol dir deine Urkraft zurück. Nimm dir Zeit für dich – Waldbaden ist wirklich für alle Menschen geeignet. Ich freue mich auf dich! Gesundheitsvorsorge kann so einfach sein...

jederzeit auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 55,- / ab 2 Personen pro Person € 40,-

Ausrüstung: Gemütliche, warme Kleidung und etwas Verpflegung

Anmeldung & Info: Eva-Maria Woldrich, +43 681 10126683, info@waldschritte.at

Waldbaden – grüne Pause für die Seele

Dem Alltag entfliehen, um Entspannung, Achtsamkeit, Ruhe und Erholung zu spüren und zu erleben. Genieße die friedliche Atmosphäre des Waldes und erfahre die Vorteile, die Waldbaden für dich und deine Gesundheit und dein allgemeines Wohlbefinden bereithält. Atemübungen, Fantasiereisen sowie die Wahrnehmung mit all unseren Sinnen stärken unseren Körper und unseren Geist. Die Balance zwischen deinem Körper und deinem Inneren zu finden, unterstützt durch die Natur, dazu lade ich dich ein.

Fr 26.7. / Mi 31.7. um 14:00 Uhr

und nach Vereinbarung

Dauer: ca. 2,5 Stunden

Kosten: pro Person € 55,-

Mindestteilnehmer: 5 Personen

Ausrüstung: bequeme Kleidung, Matte, Decke und eventuell kleinen Polster

Treffpunkt: wird bei Anmeldung bekanntgegeben

Anmeldung: Michaela Doppelhofer,
+43 676 7888585, info@b3-studio.at





Auszeit für DICH – dein Workshop für Entspannung

Viele Alltagssituationen können Stress verursachen, im Beruf, in der Freizeit oder auch in der Familie. Permanenter Stress belastet unseren Körper und unseren Geist. Mit der Kraft der Gedanken, mit gezielten Atemübungen, Körper- und Fantasiereisen aber auch mit Achtsamkeits- und Entspannungsübungen kannst du in diesem Workshop dem Alltag entfliehen, Stress lindern und somit einen ausgewogenen Gesundheitszustand erreichen. Tauche ein in die Welt des mentalen Trainings um innerlich ruhiger und gelassener zu werden, dein Wohlbefinden zu steigern und deine Gesundheit zu fördern!

Fr 5.7. / Mi 14.8. um 14:00 Uhr

Dauer: ca. 2,5 Stunden

Kosten: pro Person € 55,-

Mindestteilnehmer: 5 Personen

Ausrüstung: bequeme Kleidung, Matte, Decke und eventuell kleinen Polster

Treffpunkt: Volksschule Mürzsteg

Anmeldung: Michaela Doppelhofer,
+43 676 7888585, info@b3-studio.at



Marke ICH – mein Workshop zum Thema Selbstwert

In unserer schnelllebigen Welt ist es oft eine Herausforderung, mit den täglichen Anforderungen Schritt zu halten und dabei ein gesundes Selbstwertgefühl aufrechtzuerhalten. In diesem Workshop zeige ich dir die wirkungsvolle Methode des mentalen Trainings, die dein Selbstwertgefühl stärken und dir helfen, ein positives Selbstbild zu entwickeln und ein erfülltes Leben zu führen!

Mi 17.7. / Fr 13.9. um 14:00 Uhr

Dauer: ca. 2,5 Stunden

Kosten: pro Person € 55,-

Mindestteilnehmer: 5 Personen

Ausrüstung: bequeme Kleidung, Matte, Decke und eventuell kleinen Polster

Treffpunkt: Volksschule Mürzsteg

Anmeldung: Michaela Doppelhofer,
+43 676 7888585, info@b3-studio.at



Gehen – staunen – denken

Philosophischer Spaziergang

Ist dir schon einmal aufgefallen, dass die besten Ideen beim Gehen entstehen? Genau dieses Phänomen wollen wir uns zu Nutze machen. Philosophie ist eine der ältesten Wissenschaften und wurde früher aktiv gelebt und praktiziert. Heute glauben viele Menschen, dass man um philosophieren zu können, lange studiert haben muss. Lass uns den Staub von der Philosophie pusten und gemeinsam staunen über die Wunder, Fragen und vielleicht auch Antworten dieser Welt. Bei einem Spaziergang durch die wunderschöne Natur lade ich dich ein, gemeinsam mit mir über Sein oder Nichtsein, Sinn oder Unsinn zu reflektieren!

So 5.5. um 15:00 Uhr und jederzeit auf Anfrage

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: freiwillige Spende

Ausrüstung: Getränk, Sonnenschutz, geeignetes Schuhwerk (es werden kleinere Anstiege zurückgelegt), ev. Regenschutz

Anmeldung & Info: Hanna Grabner +43 664 1084644, grabner.hanna@gmail.com, www.naturhof-rauszeit.at

Einatmen • Ausatmen • Ankommen

Was ist tiergestützte Intervention?

Stell dir vor, du sitzt auf einer Bergwiese, unter dir ein kleines idyllisches Dorf, über dir schroffe Berge, neben dir streckt leise und sacht ein Schaf seinen Kopf zu dir. Es stupst dich an und möchte, dass du es streichelst. Deine Finger berühren sein weiches, flauschiges Fell und du hörst sein sanftes, gleichmäßiges Kauen. Spürst du die Entspannung? Du möchtest die Wirkung von tiergestützter Intervention einmal hautnah erleben, der Natur wieder näherkommen und einfach wieder bei dir ankommen? Wir freuen uns auf Dich.

Sa 18.5. um 14:00 Uhr
und jederzeit auf Anfrage, ab 2 Personen

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 25,-

Ausrüstung: gutes Schuhwerk, Trinkflasche und Sonnenschutz

Geeignet für: Erwachsene (es werden kurze, steile Anstiege zurückgelegt), begrenzte Teilnehmer*innenanzahl

Anmeldung & Info: Hanna Grabner +43 664 1084644, grabner.hanna@gmail.com, www.naturhof-rauszeit.at



© Martin Eder

Atemlos – losatmen



**Atem und Bewegung sind die Grundlagen
des Lebens**

Bewusstes Atmen hilft uns nicht nur bei unserer Körperwahrnehmung, sondern auch in herausfordernden Situationen oder bei körperlicher Anstrengung. Wir lernen durch einfache Bewegungsübungen unseren Atem bewusst zu beeinflussen.

jeden Freitag

nach vorheriger Anmeldung

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben

Kosten: pro Person € 10,-

Mindestteilnehmer*innen: 4 Personen

Anmeldung & Info: Mag. Susanne Baimuradowa,
+43 664 4228131, susanne.baimuradowa@gmx.at

Kraut meets Yoga

„Mach mehr von dem, was dir das Gefühl gibt am Leben zu sein.“

Entschleunigen, Selbstfürsorge und Achtsamkeit – all das steht im Mittelpunkt bei diesem Workshop. So „wellnessen“ wir durch die Natur, erwecken deine Urnatur und verbinden uns mit den Elementen Erde und Wasser. Bei einem gemeinsamen Naturspaziergang lernen wir Heilkräuter und ihre Anwendungsgebiete kennen, die zu unserer ganzheitlichen Gesundheit beitragen und uns im stressigen Alltag unterstützen sowie uns in Einklang mit uns selbst bringen. Mitten in der Natur angekommen, machen wir es uns gemütlich und kommen ganz in uns selbst an. Beim Yoga kombinieren wir erdende und fließende Körper sowie Atemübungen, erwecken unsere Sinnlichkeit und erfahren tiefe Gelassenheit und Entspannung. An diesem Tag stehen DU und deine Bedürfnisse im Mittelpunkt und es wird uns an nichts fehlen.

Di 23.7. um 14:00 Uhr / **Fr 30.8.** um 10:00 Uhr

Treffpunkt: wird bei der Anmeldung bekannt gegeben | **Kosten:** pro Person € 60,-

Ausrüstung: Yogamatte, festes Schuhwerk, kleines Handtuch und Zeit für dich

Anmeldung: Natascha Steinbauer, +43 676 3256266, natascha.natourerleben@gmail.com, www.natourerleben.com oder Tanja Zeilbauer, +43 660 7706808, tanzzeilbauer@gmx.at



Yoga & Wellness

Finde deine innere Natur wieder.



Die Hektik unserer modernen Lebensweise verhindert oft, dass wir uns genügend Zeit für unseren Körper und Geist nehmen und uns im Rhythmus der Jahreszeiten ausrichten. Die wertvollen Qualitäten der vier Jahreszeiten werden bedacht gewählt und unterstützend in die Yoga- und Meditationspraxis eingebunden, um der inneren und äußeren Natur wieder näher zu kommen.

Fr 4. – So 6.10.
Fr 8. – So 10.11.

Veranstaltungsort: Gasthof Freinerhof, Frein 2,
8694 Neuberg an der Mürz

Anmeldung & Info: Romana Schwaiger, +43 676 3274038,
hello@yogaberge.net, www.yogaberge.net

Yoga & Wandern

Wir wollen gemeinsam Wandern, uns von den Pfaden, Steigen und Wegen der Natur führen lassen. Gemeinsam dem Rhythmus des Herzens lauschen und Yoga praktizieren. Wir wollen Spaß haben und gemeinsam dafür sorgen, dass es DIR GUT GEHT. Erlebe 2 Tage Zeit für dich mal anders! Nimm dir eine Pause von Alltag und Stress und erlebe Spaß und Entspannung auf eine neue Art und Weise! Trau dich, komm mit!

Sa 29. – So 30.6.
Sa 13. – So 14.7.
Sa 7. – So 8.9.

Veranstaltungsort: Hinteralm, Schneealpe

Treffpunkt: Parkplatz Hinteralm im Tirol
8692 Neuberg an der Mürz

Anmeldung & Info: Romana Schwaiger, +43 676 3274038,
hello@yogaberge.net, www.yogaberge.net





Almtraum

Traumhaft schön: Yoga, Wandern, Almkräuter sammeln und verarbeiten, Ruhe, Kuhglocken, offline sein, Natur genießen, Stille finden, Bergluft inhalieren, Sonne tanken, Regen spüren, Bergblumen riechen, runterkommen, auftanken, wiederverbinden mit der Natur und zurückkehren zu dir – zu deiner inneren Natur.

- Gemeinsamer Aufstieg zur Hütte
- 2 Nächte auf der Hinteralm
- Yoga und Meditation
- Almwellness mit Sauna
- Almkräuterwanderung und Verarbeitung

Fr 19. – So 21.7.

Veranstaltungsort: Donaulandhütte, Hinteralm

Treffpunkt: Scheiterboden, Wanderparkplatz Hinteralm

Anmeldung & Info: Romana Schwaiger, +43 676 3274038, hello@yogaberge.net, www.yogaberge.net

Yoga und Wandern in der Frein

**Du hast Lust auf Wandern, Yoga,
Zeit in der Natur und Entspannung?
Dann komm mit in die Frein!**



Neben Wanderungen auf aussichtsreiche Gipfel mit urigen Berghütten erwartet dich ein abwechslungsreiches Yogaprogramm, eine Meditation am Berg sowie eine kühle Erfrischung in der Mürz. Abends lädt ein geselliges Lagerfeuer oder eine Auszeit in der Sauna zum Entspannen ein.



Fr 9. – So 11.8.

Veranstaltungsort: Gasthof Freinerhof, Frein 2,
8694 Neuberg an der Mürz

Anmeldung & Info: Romana Schwaiger, +43 676 3274038,
hello@yogaberge.net, www.yogaberge.net

EUER TEAM FÜR DRAUSSEN



Renate Dobrovlny
Natur- & Landschaftsvermittlerin, Kräuterpädagogin, Grüne Kosmetik Pädagogin, Almführerin, Jugendcoach und Wanderführerin

+43 664 2329284
renate.dobrovlny@muerznet.at



Renate Wiltschnigg
Natur- & Landschaftsvermittlerin, Waldpädagogin, Wanderführerin und Ameisenhegerin

+43 664 4461652
renate.wiltschnigg@gmail.com



Irmgard Riegler
Waldpädagogin, Kindergartenpädagogin und Familientherapeutin

+43 664 2388513
irmgardriegler@hotmail.com



Barbara Holzer
Frühförderin, Psychomotorikerin, Wald- & Outdoorpädagogin

+43 650 7322166
barbara@wald-der-sinne.com
www.wald-der-sinne.com



Mag. Susanne Baimuradowa
Astronomin und Physikerin, Atemtherapeutin, Waldpädagogin und Fastenbegleiterin

+43 664 4228131
susanne.baimuradowa@gmx.at



Michael Geißler
Bergwanderführer,
Radtourenführer, Skilehrer

+43 664 3977514
natourguide@aon.at
www.natourguide.at



Karl Scheifinger
Berufsimker

+43 681 10434046
scheifingerkarl@gmail.com
www.imkerei-scheifinger.at



Natascha Steinbauer
Facharbeiterin für Gartenbau
und Floristik, Studium Forst-
wirtschaft, Waldpädagogin,
Räucherexpertin, Erlebnispäda-
gogin, Traditionell Europäische
Heilpraktikerin

+43 676 3256266
natascha.natourerleben@gmail.com
www.natourerleben.com



Eva-Maria Woldrich
Waldpädagogin,
Waldbadentrainerin

+43 681 10126683
info@waldschritte.at
www.waldschritte.at



Romana Schwaiger
Forrest Yoga Lehrerin,
Perinatal und Postnatal Yoga,
Hatha und Vinyasa Flow Yoga,
Bergwander- und Schnee-
schuhwanderführerin
+43 676 3274038
hello@yogaberge.net
www.yogaberge.net

NATURPARK

Mürzer
Oberland



EUER TEAM FÜR DRAUSSEN



Hanna Grabner

Wald- und wildnispädagogische Programme, Bauernhofpädagogik für Gruppen, tiergestützte Interventionen und Pädagogik, Naturcoaching
+43 664 1084644
grabner.hanna@gmail.com
www.naturhof-rauszeit.at



Nicole Seiser

Freiberufliche Fotografin für Werbung, Lifestyle, Storytelling, achtsame Fotografie. Fotoworkshops & Fotoreisen seit 2015
+43 650 5141686
hello@nicoleseiser.at
www.nicoleseiser.at



Mag. Heike Dobrovolny

Kunsthistorikerin, Autorin, freie Journalistin
+43 664 2104322
heike.dobrovolny@gmx.at
www.heikedobrovolny.com



Michaela Doppelhofer

Wirbelsäulen- und Beckenbodentrainerin, Mentaltrainerin, Pilates- und Waldbadentrainerin
+43 676 788 85 85
info@b3-studio.at
www.b3-studio.at



Johannes Sulzbacher

Zertifizierter Nationalparkranger, Amateurastronom
+43 664 88423836
j.sulzbacher@mentak.eu

EUER NATURPARK-TEAM



Waldemar Wurzel
Naturpark-Kobold,
Tagträumer, Ameisenzähler,
Frosch-Retter, Marmeladen-
tester, Graswachsenhörer...



Manfred Huber
Naturparkarbeiter



Mag. Andreas Steininger
Geschäftsführung Naturpark-
Management, Förderprojekte,
Presse

Irene Polleres (links im Bild)
Buchhaltung, Projektabrech-
nung, NaturErlebnisProgramm

Daniela Paul (rechts im Bild)
Social Media, Marketing,
Naturkurier, Projekt Natur-
museum

THEMENWEGE

Erlebnisweg klimawandeln Seite 51

Schauberger Triftanlage Seite 52

Literaturpfad Seite 53

Montanrundweg
Altenberger Erzberg Seite 53

Wald der Sinne Seite 54

Weg zur Vielfalt Seite 55



Erlebnisweg klimawandeln

Die Zukunft der Biodiversität im Naturpark Mürzer Oberland

Was macht ein Murmeltier im Winter und warum wird der Heuschnopfen schlimmer, wenn sich das Klima ändert? Der Klimawandel hat noch immer mehr Fragen als Antworten für uns. Erfahre mehr über die wohl größte Herausforderung unserer Zeit.



Mai – Oktober frei begehbar

Begleitbroschüre im Naturparkbüro erhältlich
Dauer: reine Gehzeit ca. 45 min., je nach Verweilzeit an den Erlebnisstationen 2–4 Stunden, Termine für Führungen:

So 12.5. / Sa 22.6. / Mi 31.7.

und individuell auf Anfrage

Ort: Ortsteil Altenberg an der Rax

Treffpunkt: Rüsthaus FF Altenberg | **Kosten:** pro Person € 7,-

Mindestteilnehmer*innen: 6 Personen

Geeignet für: Familien und Schulklassen; Erwachsene

Anmeldung & Info: Mag. Susanne Baimuradowa,
susanne.baimuradowa@gmx.at, +43 664 4228131



Viktor Schaubberger Triftanlage mit Tunnelkino

Ein Projekt des Vereins Herausforderung Wasser

Der Bau der Viktor Schaubberger Triftanlage in Neuberg an der Mürz war in den Jahren 1928/29 ein weltweit beachtetes Projekt. Die Holzbringung in dieser Zeit war sehr beschwerlich! Relikte dieser Anlage entlang des Stausees sind heute noch vorhanden.

In einem von drei handgehackten Tunneln, durch den das Holz seinerzeit getriftet wurde, sind Leuchtkästen installiert, die die Entstehung und Geschichte zeigen.

Mai – Oktober selbstständig begehbar

Ort: Neuberg an der Mürz,
großer, kostenfreier Parkplatz in Krampen

Kosten: frei

Geeignet für: Familien, Erwachsene



Literaturpfad

Der Mönch Andreas Kurzmann beschäftigte sich im 15. Jahrhundert intensiv mit der stiftseigenen Bibliothek, schrieb mehrere lateinische Bücher ab und übertrug lateinische Texte ins Deutsche. Mit diesen Versen wurde der Literaturpfad gestaltet.

Er beginnt im Stiftspark an der Hauptstraße, führt durch den Kaiserhof in die Schenkfeldstraße und hinauf zur Schenkfeldpromenade. Von dort geht der Literaturpfad weiter in Richtung Kalvarienberg und endet oberhalb des Münsters.

Die Pfadlänge beträgt 1,5 km.

Ganzjährig

Ort: Neuberg an der Mürz

Kosten: frei

Geeignet für: Kulturinteressierte

Montanrundweg Altenberger Erzberg

Der historische Eisenerzabbau in Altenberg ist seit 1492 dokumentiert und wurde 1893 eingestellt. Auf dem rund 2 km langen Montanrundweg kommst du „auf den Spuren des Bergwerks“ zu Stätten des ehemaligen Bergwerksbetriebes: Halden, Pingen, ein nachgebauter Rennofen, Bergmeisterhaus, Grubenhaus... Durch Fernrohrattrappen kannst du einen „Blick in die Vergangenheit“ werfen. Der Themenweg kann mit Hilfe eines Folders selbstständig begangen werden oder im Rahmen von Führungen. Der Besuch des „Museums Montanarum“ (Seite 58) ist gegen Voranmeldung möglich.

Ganzjährig

Treffpunkt: Groschenlochbrunnen am Hauptplatz, Ortsteil Altenberg an der Rax

Kosten: selbstständige Begehung frei/Führung: pro Person € 25,-

Geeignet für: Familien, Erwachsene, Schulgruppen

Führungen: nach Vereinbarung, selbstständige Begehung

Info: Erwin Gruber, +43 664 3869002, gruberwin@hotmail.com





Wald der Sinne

Ruhe finden, entspannen, die Natur spüren, hören, sehen und bewusst wahrnehmen

Im „Kleinod“ Wald der Sinne findest du bei 25 Kraftplätzen mit Sicherheit einen kraftvollen Ort, der dich besonders berührt. Der rollstuhl-, kinderwagengerechte und „ausgezeichnete“ Themenweg ist ein Ort, wo aktiv und doch auf sehr sanfte Art und Weise eine Verbindung zwischen Mensch und Natur hergestellt wird.

Ob du im Klangbaum die Töne, auf der Hängebrücke die Schwerkraft, beim Barfußparcours die unterschiedlichen Materialien oder bei den optischen Scheiben den „verdrehten“ Wald auf dich wirken lässt, kannst du selbst entscheiden.

Samstag 4.5. / 15.6. / 27.7. / 14.9.

jeweils um 14:30 Uhr; weitere Termine jederzeit nach telefonischer Vereinbarung möglich!

Dauer: 2,5 Stunden

Teilnehmer*innenzahl: mindestens 10 Personen

Treffpunkt: Steinwandtnerhof (Familie Holzer), Neuberg an der Mürz, Greith 4

Kosten: Erw. € 8,- / Ki. € 7,-; selbstständige Begehung: Erw. € 3,50 / € Ki. 2,50
10 % Ermäßigung für Familienpass-Besitzer, Saisonkarten auf Anfrage

Geeignet für: Familien, Kinder, Schulklassen, Jugendliche, Erwachsene, Menschen mit Behinderung, Kindergeburtstags-, Familienfeiern, Betriebsausflüge, integrative Führungen

Gelände: mit Kinderwagen oder Rollstuhl befahrbar

Ausrüstung: warme Kleidung, Jause, Getränk

Anmeldung & Info: Barbara Holzer, +43 650 7322166, barbara@wald-der-sinne.com / Renate Wiltschnigg, +43 664 4461652, rene.wiltschnigg@gmail.com (Anm. bis 18:00 Uhr am Vortag der Führung), www.wald-der-sinne.com

Weg zur Vielfalt

Entlang des „Weges zur Vielfalt“ können wir bei einem gemütlichen Spaziergang folgende Biotope erkunden: Teich, Hecke, Steinhäufen als Trockenbiotop, Brennesselecke, Feuchtwiese, Blumenwiese, Totholz und Gebirgsbach. Anschauliche Schautafeln mit zahlreichen Fotos zeigen die Vielfalt der in diesen Biotopen lebenden Tiere, Pflanzen und Pilze. Entlang der Hecke am Altenbergerbach erfährt man Wissenswertes über den ökologischen und wirtschaftlichen Wert von 23 heimischen Straucharten.

Mit etwas Glück kann man so manche der in diesen Biotopen beheimateten Tiere beobachten.

Mai – Oktober

Ort: Ortsteil Altenberg an der Rax

Kosten: frei

Geeignet für: Naturliebhaber*innen jeden Alters

Führungen: selbstständige Begehung

Info: Erwin Gruber, +43 664 3869002, gruberwin@hotmail.com



© Andreas Steininger

Der Weg zur Vielfalt mit ca. 500 m Länge besteht aus mehreren Biotopen wie „Teich“, „Hecke“, „Feuchtwiese“, „Totholz“ und „Steinhäufen“.



**NATURSCHUTZ
AKADEMIE
STEIERMARK**

Anmeldung + Info:

+43 676 9668378

kontakt@naturschutzakademie.com

www.naturschutzakademie.com

Do 11.4.

Notfallmanagement Outdoor Solo

Do 11.4. – Sa 13.4. Notfallmanagement Basiskurs

Sa 29.6.

Moore am Naßkör – Wandern über Wasser und Moos

Sa 7.9.

Fermentieren von Gemüse

Haltbarmachung ohne Energie, einfach, schnell und gesund

So 8.9.

Gemeinsam fotografieren. Gemeinsam inspirieren.

Foto-Storytelling Workshop

NATURPARK
**Mürzer
Oberland**

Sa 20.4. um 13:00 Uhr

2. Mürzer Oberland Naturpark Duathlon 2024

mit Steirischen Meisterschaften 4 km – 22 km – 4 km

Ort: Teichhalle Urani, 8692 Neuberg an der Mürz

Sa 22.6. ab 10:00 Uhr

15. Mürzer Oberland Naturpark Triathlon 2024

olympisch: 1,5 km / 369 km / 9,5 km

Aquathlon I: 25m / 250 m (Jg. 2018 – 2013)

Aquathlon II: 120m / 600 m (Jg. 2012 – 2009)

Hobby (Sprint): 300m / 11km / 3 km

Olympisch: 1,5m / 39km / 9,5km

Ort: Teichanlage Urani, 8692 Neuberg an der Mürz

Anmeldung & Info: +43 650 5919342,

naturparktriathlon@gmail.com, www.fun-sports.at





Neue Abenteuer

Hol die meine neuen
Kinderbücher zum Lesen
und Ausmalen!

Gratis im Naturparkbüro
info@muerzeroberland.at
+43 3857 8321





Neuberger Kulturtage

13. – 28. Juli 2024

www.neuberger-kulturtage.org

Marktfest

Do 15.8. Gratis Naturerlebnis-Führungen

Brücken 2024

www.kunsthausemuerz.at

Neuberger Kabarethherbst

Info: Christian Waidhofer
christian.waidhofer@gmail.com

Advent im Stift Neuberg

Fr 29.11. – So 1.12.

Fr 6. – So 8.12.

Fr 13. – So 15.12.

Änderungen vorbehalten!



MUSEEN & AUSFLUGSZIELE

Münster Neuberg

Seite 60

**Bergwerksmuseum
Montanarum**

Seite 61

Josef Pillhofer Skulpturenhalle

Seite 62

**Holznecht- und
Heimatmuseum**

Seite 62

Kaiserhof Glasmanufaktur

Seite 63

Münster Neuberg

Die imposante Hallenkirche – im Volksmund auch „Dom im Dorf“ genannt – stellt ein bewundernswürdiges Bauwerk dar. Es ist die früheste einheitliche Hallenanlage der österreichischen gotischen Architektur und trägt den größten, mittelalterlichen Holzdachstuhl der Kirchen Österreichs. Im Kapitelsaal mit der Stiftergruft ruhen die sterblichen Überreste Herzog Otto des Fröhlichen, der im Jahr 1327 das Zisterzienserstift zu Neuberg gründete.



täglich Sommerzeit: 9:00-19:00 Uhr, Winterzeit: 9:00-15:00 Uhr

Gottesdienste: Sonntag 10:00 Uhr

**Führungen im Münster und/oder am Dachstuhl
(gegen Voranmeldung):**

Erw.: bis 10 Pers. € 70,- pauschal, ab 11 Pers. € 7,-/Pers.

Schüler: € 4,-/Pers., Studenten: € 5,-/Pers.

Am Pfingstsonntag Dachstuhlbesichtigung
von 14:00 – 17:00 Uhr möglich (freiwillige Spende).

Geeignet für: Kulturliebhaber jeden Alters

Info und Anmeldung: +43 676 87426327, neuberg@graz-seckau.at



Bergwerksmuseum Montanarum



Im Bergwerksmuseum Montanarum in Altenberg wird sehr anschaulich die Geschichte der Eisenerzbergwerke am Altenberger Erzberg und Bohnkogel sowie des Eisen- und Hüttenwerkes Neuberg dokumentiert. Zu sehen sind Bergwerksrelikte aus dem 18. und 19. Jh.: Werkzeuge, Grubenlampen, Bergmannstracht, Bergwerkspläne, Fotos, Bergschmiede, Alltagsgegenstände, Mineralien etc.

täglich gegen Voranmeldung

Ein Besuch des Museums ist auch im Rahmen von Führungen am Montanrundweg Altenberger Erzberg möglich (s. Seite 53).

Ort: Ortszentrum Altenberg an der Rax, hinter GH Altenbergerhof

Kosten: Kleinkinder frei / schulpflichtige Kinder bis 15 J. € 3,-
Erwachsene € 5,- / Führungen zusätzlich pauschal € 10,-

Geeignet für: alle Bergbau-Interessierten, Rollstuhl geeignet

Fremdsprachen: in englischer Sprache möglich

Anmeldung & Info: Erwin Gruber, +43 664 3869002
oder +43 676 814281641, gruberwin@hotmail.com,
www.bergwerksmuseum-montanarum.at





© Tabaka-Pillhofer

Josef Pillhofer Skulpturenhalle

Die Josef Pillhofer Skulpturenhalle in Neuberg an der Mürz beherbergt Zeichnungen und Skulpturen eines der bedeutendsten Bildhauer Österreichs und international. Die von Josef Pillhofer errichtete Halle dient auch als temporärer Veranstaltungsort für Konzerte und Theateraufführungen im Kontext mit bildender Kunst. Pillhofers Werk wird in jeweils wechselnden Ausstellungen in der Skulpturenhalle präsentiert – ein außergewöhnlicher Ort in einer idealen Umgebung. Die Öffnungszeiten und Veranstaltungen werden auf der Website bei den Informationen zur Skulpturenhalle bekanntgegeben. Die Website enthält das gesamte Skulpturen-Werkverzeichnis sowie Texte und Informationen zu Leben und Werk.

nach tel. Vereinbarung

Geeignet für: Kunstliebhaber*innen jeden Alters

Anmeldung & Info: +43 699 12331015, www.josefpillhofer.at

Holznecht- und Heimatmuseum

Auf den Spuren der Holzknechte

- Altersgerechte Information über Wald, Holz, Werkzeuge und die „Gute alte Zeit“
- „Lustiges Holzschneiden“
- Ritt auf der „Hoanzelbank“
- Besuch der Laftenhütte („Holzknecht-Hotel“)
- originelle Fotomotive, Zeit für eine Picknick-Jause und Holzschneiden vor dem Museum

**TIPP: Sommersonwendfeier am 21.6.
Rauhnachttreffen am 28.12.**

Mai – Oktober nach Vereinbarung

Ort: Holznecht- und Heimatmuseum in der Lanau im Ortsteil Mürzsteg, ca. 15 Minuten zu Fuß vom Ortszentrum

Kosten: Erwachsene € 5,- / Kinder € 4,- / Gruppen ab 7 Personen € 5,- / Deckelung im Gruppenpreis € 180,-

Geeignet für: Familien, Kinder ab 5 Jahren, Erwachsene, Sonderführungen für Schulen und Kindergärten

Anmeldung & Info: Richard Wieland, +43 699 88471982, rwieland@drei.at; Bitte um rechtzeitige Anmeldung! www.holznechtleben-muerzsteg.at

Kaiserhof Glasmanufaktur

Die steirische Glashütte in Neuberg an der Mürz
Edles Glas. Mit Liebe geformt. Freude bringend.



Da, wo es besonders schön leuchtet, glänzt, strahlt und glitzert,
sind die Glasmacher aus dem Naturpark Mürzer Oberland daheim.

Mit ganz viel Liebe & Kreativität zaubern die Glasbläser ausgefallen- edle Kunstwerke aus GLAS
– in allen Formen, Farben & Figuren, die man im Kaiserhof-Schaugarten & den urigen Gewölben
des ehemaligen Zisterzienserstiftes Neuberg bestaunen kann.

Du kannst den Glasmachern direkt bei der Arbeit zuschauen.

Mittwoch – Freitag von 9:00 – 17:00 Uhr, Samstag von 10:00 – 16:00
Sonntag + Feiertag von 11:00 – 16:00 Uhr (April – Dezember)

Montag und Dienstag an Feiertagen geöffnet.

Hl. Abend und Silvester bis 12:00 Uhr geöffnet.

1. Jänner, 1. November sowie 25. und 26. Dezember geschlossen.

Ort: Stift Neuberg an der Mürz

Kosten: freier Eintritt

Geeignet für: Glas- und Kunstliebhaber*innen jeden Alters

Info: Kaiserhof Glasmanufaktur, +43 3857 20159,
Andreas Hafner, +43 664 4069704, www.kaiserhof-glas.at



ESSEN, TRINKEN & SCHLAFEN

Jausenstationen & Cafés

Seite 64 - 65

Hotels & Gasthöfe

Seite 66 - 67

Urlaub am Bauernhof & Privatunterkünfte

Seite 68 - 71

Almhütten

Seite 72 - 74



JAUSENSTATIONEN & CAFÉS



Das Glashaus Kaffeekult im Kaiserhof

Schloss 1

8692 Neuberg an der Mürz

+43 650 8028277

www.kaffeekultimkaiserhof.at



Greißlerei beim Münster

Hauptstraße 11

8692 Neuberg an der Mürz

+43 664 3850333

greisslerei@traudeholzer.com

www.traudeholzer.com



JAcadémie

Hauptplatz 3
8692 Neuberg an der Mürz
+43 3857 20550
office@janetz.at
www.jacafe.at



Röststation

Bahnhofstraße 2, OT Kapellen
8691 Neuberg an der Mürz
+43 3857 20511
office@roeststation.at
www.roeststation.at



Greißlerei Zur Mitzi Tant'

Mürzsteg 4
8693 Neuberg an der Mürz
+43 3859 2223-750
reception@appelhof.at
www.appelhof.at

Übernachten Sie im Naturpark Mürzer Oberland ...
zahlreiche Unterkünfte warten auf Sie!

www.muerzeroberland.at





HOTELS & GASTHÖFE



Kinderhotel Appelhof

Mürzsteg 4
8693 Neuberg an der Mürz
+43 3859 2223
reception@appelhof.at
www.appelhof.at



Gasthof und Hotel Freinerhof

Frein 2
8694 Neuberg an der Mürz
+43 3859 8102
freinerhof@gmx.at
www.freinerhof.at



Gasthof Schäffer

Hauptstraße 9
8692 Neuberg an der Mürz
+43 3857 8332
genuss@gasthofschaeffler.at
www.gasthofschaeffler.at



Teichanlage Urani

Lichtenbach 1
8692 Neuberg an der Mürz
+43 3857 20555
info@teichwirt-urani.at
www.teichwirt-urani.at



Landgasthof Altenbergerhof

Altenberg 14
8691 Neuberg an der Mürz
+43 3857 2202
office@altenbergerhof.at
www.altenbergerhof.at





Hotel im Stift

Stift Neuberg 1/1
8692 Neuberg an der Mürz
+43 664 4167595
office@hotel-im-stift.at
www.hotel-im-stift.at



Gasthof Leitner

Neuwald 17, OT Frein
8694 Neuberg an der Mürz
+43 3859 8171, +43 664 2324100
reservierung@leitner-neuwald.at
www.leitner-neuwald.at



Borkenkäfer Restaurant-Pizzeria

Hauptstraße 43a
8692 Neuberg an der Mürz
+43 3857 8835
borken-kaefer@gmx.net



Berggasthof Plodererhof

Niederlpl 9, Passhöhe Niederlpl
8693 Neuberg an der Mürz
+43 3859 2390
office@plodererhof.at
www.plodererhof.at



Almgasthof Moassa

Kohlbachgraben 16, OT Kapellen
8691 Neuberg an der Mürz
+43 3857 20010, +43 676 9733914
moassa.hans@gmail.com
www.moassa.at



Holzbox Niederlpl

Niederlpl 10
8693 Neuberg an der Mürz
+43 3859 30090
info@holzbox-niederlpl.at
www.holzbox-niederlpl.at



URLAUB AM BAUERNHOF & PRIVATUNTERKÜNFTE



Michlbauernhof

Greith 1, 8692 Neuberg an der Mürz
+43 3857 8457
Brigitte Holzer +43 664 4236669
urlaub@michlbauer-holzer.at
www.michlbauer-holzer.at



Marx Bauernhaus

Neudöflstraße 17-19
8692 Neuberg an der Mürz
+43 650 8028277
booking@marxbauernhaus.com
www.marxbauernhaus.com



Hanslgrabner

Greith 14
8691 Neuberg an der Mürz
+43 3857 2219
urlaub@hanslgrabner.at
www.hanslgrabner.at





Villa Gusti

Hauptstraße 3, Ecke Wiesenweg
8692 Neuberg an der Mürz
+43 676 5058280
edith@edithtuschl.com
www.villagusti.com



Haus „Am Pilgerweg“

Mariazeller Straße 20
8692 Neuberg an der Mürz
+43 664 4143182
johannesamesbauer@yahoo.de



Die Schneiderei

Mühlgasse 2
8692 Neuberg an der Mürz
+43 676 4775328
luise.hollerer@aon.at



Bei Reinhard

Krampen 12
8692 Neuberg an der Mürz
+43 664 73018382
reisingerr@aon.at



Ferienwohnung Stangl

Hauptplatz 4
8692 Neuberg an der Mürz
+43 664 1608780
gabi.stangl@ednnet.at



Landhaus Fuchs

Scheiterboden 13, OT Mürzsteg
8693 Neuberg an der Mürz
+43 3859 30050
proles@aon.at
www.ferienhausfuchs.at





Ferienwohnung Barbara Haagen

Raxblicksiedlung 18, OT Kapellen
8691 Neuberg an der Mürz
+43 660 5621246
barbara.haagen69@gmail.com



Landhaus Posch

Am Anger 13, OT Kapellen
8691 Neuberg an der Mürz
+43 664 4892313
eveline.magg@gmx.at



Lurgbauer Villa

Altenberg 20
8691 Neuberg an der Mürz
+43 3857 2658
office@bayer-lurgbauer.at



Nassbauer-Hütte

Altenberg 51
8691 Neuberg an der Mürz
+43 3857 2128, +43 676 6227309
lieselotte.anthofer@gmail.com



Haus Poldi

Preiner Gscheid Straße 4, OT Kapellen
8691 Neuberg an der Mürz
+43 676 9173417
arnold.schrittwieser@gmail.com
www.gasthofpoldi.com



Haus Heidi

Dobrein 27, OT Mürzsteg
8693 Neuberg an der Mürz
+43 664 4733054
heidi.kompek@gmx.at
www.ferien-haus-heidi.at





Haus Schweighofer

Familie Bauer

+43 660 3135525

+43 664 5164889

hausschweighofer.bauer@gmail.com



Frein Chalets – Kaltenbach

Kaltenbach 1, Ortsteil Frein

8694 Neuberg an der Mürz

office@f-11.at



Frein Chalets – Wildalm

Frein 38

8694 Neuberg an der Mürz

office@f-11.at



ALMHÜTTEN

Bitte vorab Information einholen betreffend **Öffnung**,
Verpflegung und **Übernachtung!**



Waxriegelhaus auf der Raxalpe

Ganzjährig geöffnet
+43 2665 237

waxriegelhaus@gmail.com

 waxriegelhaus.at



Michlbauerhütte auf der Schnealm

+43 664 9235900

michlbauerhuette@gmx.net

www.michlbauerhütte.at



Schneetalhaus

ÖAV-ÖGV

Schneetal Schauerkogel

+43 3857 2190, +43 699 17252601

haus@schneetalpe.com

www.schneetalpe.com



Lurgbauerhütte Bio-Almsennerei auf der Schnealm

Ameisbühel

+43 676 6335456

sennerei@lurgikas.at

www.lurgikas.at



Falkensteinalm-Hütte

Falkenstein 1

8692 Neuberg an der Mürz

+43 664 3102283

falkensteinalm@allesgutleben.at

www.falkensteinalm.allesgutleben.at





Karl Ludwig Haus auf der Raxalpe

+43 2665 380

www.karlludwighaus.at



Habsburghaus auf der Raxalpe

+43 2665 219

habsburghaus@gebirgsverein.at

www.habsburghaus-rax.at



Edelweißhütte

Preiner Gscheid

+43 676 7554881

+43 660 3930408

edelweisshuetterax@gmail.com



Halterhütte auf der Lachalm

Geöffnet während der Almbewirtschaftung

+43 3852 30015

+43 650 3514859



Neuberger Hütte auf der Hinteralm

Selbstversorgerhütte

Geöffnet nur gegen Voranmeldung,
ganzjährig benutzbar, +43 664 8490955

naturfreunde.neuberg@gmail.com

www.neubergerhuettenaturfreunde.at



Donaulandhütte

Selbstversorgerhütte

Vermietung während der Almbewirtschaftung

+43 1 5138500

office@alpenverein-edelweiss.at

www.alpenverein.at/donaulandhuettenaturfreunde.at



Ochsenhalterhütte auf der Hinteralm

Geöffnet während der Almbewirtschaftung

+43 664 5037758

+43 664 5045310



Halterhütte am Herrenboden

Tonion

Geöffnet während der Almbewirtschaftung

+43 650 9780779



Waxenegghütte auf der Hinteralm

Geöffnet während der Almbewirtschaftung

+43 676 4025820

+43 664 1328158



Halterhütte auf der Dürriegelalm

Geöffnet während der Almbewirtschaftung

+43 676 3420103



Halterhütte auf der Wetterinalm

Niederalpl

Geöffnet während der Almbewirtschaftung

+43 664 5974664



NATURPARK Mürzer Oberland

Naturpark Mürzer Oberland

Hauptplatz 9, 8692 Neuberg an der Mürz
+43 3857 8321

info@muerzeroberland.at
www.muerzeroberland.at

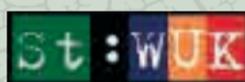
Öffentliche Verkehrsmittel: RegioBus 189
+43 50 678910, www.verbundlinie.at



IMPRESSUM

Für den Inhalt verantwortlich:
Verein Naturpark Mürzer Oberland
Gestaltung: Michael Gletthofer KG|2024

Wir danken für die Kooperation!



Raiffeisenbank
Mürztal



stadt:GEMEINDE
mürzzuschlag



Stadt
Wien | Wiener Wasser

