

## **Mit dem Kinderwagen in luftige Höhen im Salzburger und Berchtesgadener Land**

Mit einem Baby verändert sich alles! Der bis dahin strukturierte Tagesablauf löst sich auf und richtet sich auf einen Schlag nach dem Rhythmus des Kindes. Unternehmungen können plötzlich nicht mehr vorausgeplant werden. Einmal hat der Sprössling Bauchweh, einmal zahnt er, einmal müssen dringend Kinderarztbesuche gemacht werden. Und doch: wenn Kinder manchmal nicht mehr zu beruhigen sind, dann wirkt ein Marsch im Freien oftmals Wunder.

Doch wohin „auf die Schnelle?“ Wo gibt es einen netten Weg in der Nähe oder gar mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar?

Im Kinderwagen-Wanderbuch werden leichte, ebene und kurze Wege z.B. für einen schnellen Nachmittagsausflug genauso beschrieben wie ausgedehnte, steilere Touren auf Almen. Hier können Konditionsstarke ihren Bewegungsdrang stillen und müssen auf ihre beliebten Almtouren nicht verzichten.

Gut ausgerüstet können diese Ausflüge in die Natur zu ruhigen Oasen werden, in denen die Batterien wieder aufgeladen werden können.

Erleichternd bei jeder Wanderung ist, wenn die Grundausrüstung immer fertig gepackt z.B. in einem Stoffsackerl griffbereit ist. Dazu zählt bei Babys und Kleinkindern die Wechselkleidung, Hauben und Jäckchen, Windeln und Feuchttücher. Auch eine Babydecke und eine Stoffwindel als Kopfunterlage oder als Spucktuch ist nie verkehrt. Wenn's noch kühl ist, kann eine Thermosflasche mit heißem Wasser und eine Wärmeflasche gute Dienste tun. Dies und noch vieles mehr steht in dem handlichen Büchlein Kinderwagen- & Tragetouren Salzburg und Berchtesgadener Land, das von der Autorin aufgrund der eigenen Betroffenheit geschrieben wurde.

**Bibl. Daten:** *Kinderwagen- & Tragetouren. Salzburg, Flachgau, Tennengau und Berchtesgadener Land. Über 50 lohnende Wege und Ausflugsziele. Vom Baby bis zum Schulkind. Mit Regen- & Winterwegen.*

*Autorin: Elisabeth Göllner-Kampel. Erhältlich im Buchhandel oder unter [wandaverlag.com](http://wandaverlag.com). 208 Seiten, ISBN: 978-3-9502908-7-5, Preis: € 15,90.*