

Mittwoch, 25. Juni 2025



Yoga

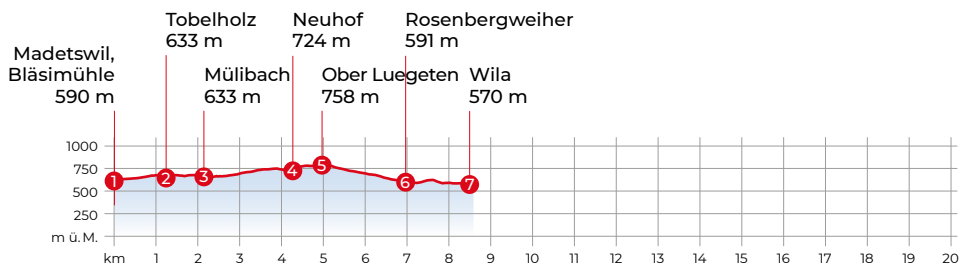


MADETSWIL → OBER LUEGETEN → WILA

Stationen	Dauer/h	Gesamt/h	
1 Madetswil, Bläsimühle		0:00	
2 Tobelholz	0:30	0:30	
3 Mülibach	0:30	1:00	
4 Neuhof	0:30	1:30	
5 Ober Luegeten	0:15	1:45	
6 Rosenbergweiher	0:30	2:15	
7 Wila	0:30	2:45	

Auf einen Blick

Kanton	ZH
Schwierigkeit	★★/T1
Distanz	8,5 km
Aufstieg	310 m
Abstieg	330 m
Karte	Zürcher Wanderwege Winterthur Nr. 3





DEM WASSER AUF DER SPUR

Wandern und Yoga ermöglichen uns, in unserer Mitte zu kommen und Landschaften zu entdecken. Auf dieser Wanderung begegnen wir an verschiedenen Stellen dem Wasser, das wir dann auch in unseren Yogasequenzen mit sanften Körper-, Atem- und mentalen Übungen thematisieren. Wir lassen uns ein auf: Fliesen – Sprudeln – Blubbern – Rinnen – Münden – Versickern – Ruhen – Plätschern. Ein ganz besonders schöner und im Sommer kühler Platz befindet sich im Tobelholz am Tobelbach. Diesen erreichen wir mit einem steilen An-

und Abstieg von Bläsimühle aus. Nach diesem Abstecher wechseln wir zum Mülibach und wandern diesen begleitend in Richtung Schalchen. Noch vor dem Dorf beginnen wir mit unserem Anstieg zur Ober Luegeten. Hier bietet es sich an, einige Zeit zu verweilen und mit ein paar Übungen sich selbst und der Natur achtsam zu begegnen. Auf dem Abstieg begegnen wir dem Hüttlibach, dem wir bis zum Rosenbergweiher entlangwandern. An diesem Punkt lassen wir uns nochmals auf ein paar sanfte Übungen und die zauberhafte Natur ein, um dann gestärkt den kurzen Weg bis zum Bahnhof Wila anzutreten.

Die Anzahl der Teilnehmenden ist auf 20 beschränkt.

Anmeldung: bis 20.06.2025 an schuler.monika@bluewin.ch oder 079 486 19 91

Kosten: CHF 20 / **Treffpunkt:** Postautohaltestelle Madetswil-Bläsimühle

Mitnehmen: leichte Matte oder grösseres Tuch oder Picknickdecke

Yogasequenz: total mind. 90 Min. (auch Yogaunerfahrene sind willkommen)

Verpflegung: aus dem Rucksack

Wanderleitung: Monika Schuler und Team Zürcher Wanderwege

Dies ist ein Angebot einer externen Anbieterin.

FAHRPLAN

Hinfahrt		Rückfahrt	
Winterthur	ab 09:41	Wila	ab 15:50, 16:20
Madetswil, Bläsimühle	an 10:17	Winterthur	an 16:17, 16:47

Beachten Sie bitte die Rubrik «Fahrkarten» auf Seite 8.



Zürcher
Kantonalbank



Zürcher
Wanderwege

Eure Bank für mehr **Begegnungen.**

Mit über 400 Engagements machen wir mehr für alle. Zum Beispiel als Hauptsponsorin der Zürcher Wanderwege.

zkb.ch/wanderprogramm