

Vitaswiss Dietlikon

Wandern, Yoga und Thermalwasser

Eindrückliche Kraftort-Wanderung: Den Verein Vitaswiss zog es in die mystische Taminaschlucht, wo die Quelle des berühmten Bad Ragazer Thermalwassers liegt.

Mehr Worte brauchte es gar nicht, um die Sommerwanderung des Sportvereins Vitaswiss anzukündigen. Und so machte sich eine Schar von Neugierigen auf den Weg nach Bad Ragaz, wo sie vom Bahnhof zielsicher durch den Ort, direkt in den Waldweg geführt wurden. Der Weg ging entlang am Fluss Tamina und ist quasi flach. Wegen der Schwüle kam man trotzdem ins Schwitzen. Beim Alten Bad Pfäfers wurden die Eintrittskarten für die Schlucht gekauft und die historischen Räumlichkeiten besichtigt. Es ist zu sehen, wie die Küche der damaligen Kuranstalt eingerichtet war und ein paar Stockwerke tiefer gibt es Einblick in das ehemalige Badhaus – dies ist natürlich nicht zu vergleichen mit einem heutigen Thermalbad.

Ein Blick in die Schlucht

Anschliessend wurde die Schlucht besichtigt und ein paar Wanderleuten füllten etwas von dem Thermalwasser ab, was als heilend gilt. Diese Heilkraft konnte auch gut gebraucht werden, denn es folgte ein kurzer, steiler Anstieg. Dafür wurde die Gruppe mit einem idyllischen Grillplatz belohnt, wo das Picknick genüsslich eingenommen wurde. Und nicht nur das! Der Platz war so einladend, dass eine der Yogalehrerinnen ganz spontan zu einer kurzen Yoga-Einheit einlud.

Gestärkt ging die Wanderung weiter. Zuerst leicht bergan, bis zu einer Naturbrücke, wo die Schluchtenseite gewechselt wurde. Danach folgten viele Treppenstufen hoch bis zur Gemeinde Pfäfers (die rund 300 Meter höher liegt als Bad Ragaz).



Die Vitaswiss-Wandergruppe vor dem Eingang zur Taminaschlucht. Im Hintergrund das Alte Badhaus Pfäfers. (Foto zvg)

Nach einem schönen Ausblick in die Schlucht wurde Pfäfers rechts liegen gelassen, um sogleich wieder in die angenehm schattige Schlucht abzusteigen.

Gemächlich gings weiter

Unten angekommen, war es ein gemütliches Spazieren, bis man wieder Bad Ragaz erreichte. Zum Abschluss durfte ein kleiner Ortsrundgang nicht fehlen – stehen hier doch ganzjährig verschiedene Skulpturen, die zum Staunen und

Amüsieren einladen. Und weil der Tag bereits so gelungen war, wurde spontan entschieden noch in einem paradiesischen Garten einzukehren. Einen schöneren Ausklang in die Sommerpause kann man sich nicht wünschen! Vitaswiss wünscht allen schöne Sommerferien! Ab 18. August geht es mit dem abwechslungsreichen Fitness-Programm weiter und wer die Herbstwanderung nicht verpassen möchte, halte sich den 3. Oktober frei. *(Eing.)*