

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 67 (2010)
Heft: 6: Muskeln : Schutz der Gesundheit

Artikel: Weg zur Gesundheit
Autor: Rawer, Claudia
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-558278>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Weg zur Gesundheit

Ein neuer Weg entsteht in Teufen: Der Gesundheitswanderweg zwischen dem A.Vogel-Gesundheitszentrum auf dem Hätschen und dem beliebten Ausflugsziel «Erlebnis Waldegg». Auf die Gäste warten herrliche Natur, viel Wissenswertes und kulinarische Köstlichkeiten.

Claudia Rawer

Ein Spaziergang mit besonderen Zielen: Ein prächtiger Kräutergarten für die Schaulustigen, ein Wanderweg mit 14 Stationen für die Wissbegierigen und Gesundheitsbewussten und appenzellische Gastfreundlichkeit für die Hungrigen. Das bietet der Gesundheitswanderweg, ein neu gestalteter Abschnitt des bekannten Eggen-Höhenweges auf dem

Hügelzug zwischen St. Gallen und Teufen – vom unvergleichlichen Blick auf die grünen Hügel des Appenzellerlandes und die eindrückliche Kulisse des Alpsteins ganz zu schweigen.

Der Weg, der von der Waldegg über die Schäfflisegg zum A.Vogel-Gesundheitszentrum – oder auch umgekehrt – führt, besteht aus 14 Stationen, an denen

unterschiedliche Gesundheitsthemen vorgestellt werden.

Im Mittelpunkt steht Alfred Vogels Überzeugung: Die Natur gibt uns alles, was wir für den Schutz und die Erhaltung der Gesundheit brauchen. Ernährung, Verdauung, Erkältung, Rheuma, Verspannung, Stress: Bei jeder Station wartet Spannendes und Wissenswertes auf die Wanderer. Für Interessierte bieten die beiden Betriebe an Start- und Zielpunkt auch Besichtigungen und Führungen an; für angemeldete Waldegg-Gruppen gibt es sogar ein Spezialprogramm für einen Besuch auf dem Hätschen.

Der A.Vogel-Heilkräuter- und Schaugarten alleine ist schon ein Erlebnis für sich: Wo einst der Pionier der Naturmedizin lebte und auf rund 1000 Meter über dem Meeresspiegel die Heilkräuter für seine Frischpflanzen-Präparate anbaute, wachsen heute rund 120 verschiedene Heil- und Küchenkräuter, bunte Blumen und alte Obstsorten. Mit einem neu gestalteten Eingangsbereich wird der Garten in Zukunft noch schöner und attraktiver sein.

Der erste Schritt auf dem Weg zur Gesundheit: die Natur geniessen.



Bunte Erlebnisse

Das «Erlebnis Waldegg» ist mehr als ein Ausflugsziel mit herrlichem Ausblick und Restaurant. Die typisch appenzellischen Stuben, der Streichelzoo, der kleine «Tante-Emma-Laden» oder die originalgetreu restaurierte Schulstube «Tintelompe» machen Grossen und Kleinen Spass. Im Schnuggebock, dem nostalgischen Restaurant in «Grosis Bauernhaus», gibt es Gutscheine für einen Besuch im A.Vogel-Gesundheitszentrum und Informationen über dessen Programm und Seminare sowie Rabatt-Gutscheine für die A.Vogel-Drogerie.

Im Eingangsbereich des Schnuggebock können auch A.Vogel-Produkte gekauft werden – die berühmten Kräutersalze, Müesli, Honig, Naturreis, Bambu und Bonbons. Die «Kleine Outdoor-Apotheke», für Wanderer unentbehrlich, passt in jede Hosentasche, und für Feinschmecker gibt es das A.Vogel-Kochbuch. Auch für das Plus an Bewegung ist gesorgt: Die Sportschule Appenzellerland wird regelmässig Walkingkurse auf dem Gesundheitswanderweg durchführen.

Weitere Aktivitäten mit verschiedensten Partnern sind geplant.

Feine und gesunde Küche

Ausgangspunkt des Gesundheitswanderwegs auf der Waldegg ist der dortige «alte» Garten. Dieser wurde als A.Vogel-Nutzkräutergarten reaktiviert und wird nun als Kräuterlieferant für die Küche sowie für Kochevents mit Kleingruppen genutzt. Die Gäste des «Erlebnis Waldegg» dürfen sogar selbst im neu angelegten Garten Kräuter pflücken.

Der Traditionsbetrieb, seit 1948 im Besitz der Wirtsfamilie Dörig, bekennt sich mit diesem Projekt auch zur gesunden Küche: Es soll von nun an ein dreigängiges Gesundheitsmenü geben; jeden Monat findet auch ein neues Rezept aus dem A.Vogel-Kochbuch Verwendung. Das aktuelle Angebot wird regelmässig auf der Website der Waldegg veröffentlicht.

Kommen Sie zu uns

Ein Weg «zwischen See und Säntis», gelegen in herrlicher Landschaft, der Auge und Geist anregt und Schritt für Schritt zu einer gesunden Lebensweise führt, ist einen Ausflug nach Teufen wert. Wir freuen uns auf viele neugierige Besucher und wissendurstige Wanderer. Und das Wieder-Heimkommen ist ganz einfach: Eine eigens eingerichtete Busverbindung Teufen – Waldegg – Teufen bringt die Wanderer unkompliziert wieder zu ihrem Ausgangspunkt zurück.

Informationen und Anmeldung bei:

Remo Vetter

E-Mail: r.vetter@avogel.ch

Tel. + 41 71 335 66 11

Fax + 41 71 335 66 12

Postadresse: A.Vogel GmbH

Hätschen, Postfach 43, CH-9053 Teufen

Appenzeller Gemütlichkeit wartet am Waldegger Ende des Gesundheitsweges auf grosse und kleine Gäste.

