



Antonia Kammüller

Wandern für die Seele. Graubünden

Wohlfühlwege

192 Seiten, EUR 18,00 (D)

ISBN 978-3-7700-2758-3

Mit GPX-Daten zum Download

Erscheinungstermin: März 2026

20 Wanderungen durch die Graubündner Bergwelt

Entspanntes Wandern mit spektakulären Panoramen und kulinarischen Genüssen

Mehr als 400 Dreitausender, drei Sprachen, drei Welterbestätten und so viele Steinböcke wie nirgendwo sonst – das alles gibt es im flächengrößten Kanton der Schweiz. Und viele herrliche Wandermöglichkeiten. Für diejenigen, die dabei Erholung und besondere Naturerlebnisse suchen, hat Antonia Kammüller 20 abwechslungsreiche Touren zusammengestellt. In ihrem Buch „**Wandern für die Seele. Graubünden**“ geht es ins weite Engadin mit einer Fülle an Kunst und süßen Überraschungen, zur Alp Flix inmitten einer der artenreichsten Regionen der Alpen und nach Klosters, wo zum Ausklang romantischer Winterspaziergänge die berühmte Bündner Gerstensuppe wärmt.

„Wer hier unterwegs ist, reist durch ferne Welten und Zeiten, ohne den Kanton zu verlassen: Im Val Poschiavo (Puschlavtal) fühlt man sich um 1000 Jahre zurückversetzt. Glasklare Bergseen bringen ein nordisches Flair ins Herz der Bündner Berge, und in der Valser Therme fühlt sich ein Bad an wie eine Reise nach Japan“, schwärmt Autorin Antonia Kammüller. Schon seit Kindertagen kennt und liebt sie Graubünden. Hier kann die Kulturwissenschaftlerin ihre Leidenschaft für Natur, Kunst und Genuss verbinden. Mit feinsinnigem Blick lädt sie dazu ein, die ihr vertraute Landschaft neu zu entdecken – als Kraftort für Seele und Sinne. „Überall zeigt sich: Es sind nicht nur die Panoramen und das traditionelle Gericht Capuns, die Sehnsucht nach ‚GR‘ wecken. Es sind die vielfältigen Begegnungen, die Graubünden so ‚patschifig‘ machen, wie die Menschen hier sagen, wenn etwas urgemütlich ist.“

Mit vielen Fotos, wichtigen Tipps und Übersichtskarten

Die großformatigen Fotos und das farbenfrohe Layout des Wanderführers laden zum Schmökern ein – und dazu, einem der zwischen 5,5 und 17 Kilometer langen Rundwege zu folgen. Sortiert sind die Touren nach fünf verschiedenen Schwerpunkten: Auszeiten, Weitblicke, Genuss, Entschleunigung und Erfrischung. Hier ist für jeden etwas dabei, ob Kapellenhopping oder Genussquellen, Schatzinselchen oder Paradiespforte.

Der Serviceteil enthält Übersichtskarten und Streckenprofile, Tipps zur An- und Abreise und besten Jahreszeit sowie Adressen zur Einkehr und zu Sehenswertem am Wegesrand.

„**Wandern für die Seele. Graubünden**“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 18,00 Euro.

PRESSEINFORMATION

Die Autorin:

Antonia Kammüller kennt und liebt Graubünden schon seit Kindertagen. Hier kann die Kulturwissenschaftlerin ihre Leidenschaft für Natur, Kunst und Genuss verbinden. Mit feinsinnigem Blick lädt sie dazu ein, die ihr vertraute Landschaft neu zu entdecken – als Kraftort für Seele und Sinne.

Wandern für die Seele – die Reihe:

Jeweils 20 echte Wohlfühlwege für jede Stimmung. Mit eindrucksvollen Fotos, berührenden Texten und abwechslungsreichen Touren wird jede Wanderung zum besonderen Erlebnis.

Wandern für die Seele – bisher erschienen (Stand Frühjahr 2026):

Allgäu, Altmühltal, Ardennen, Bayerische Voralpen, Bayerischer Jura, Bayerischer Wald, Berchtesgadener Land, Bergisches Land, Berlin, Berner Oberland, Bodensee, Bremen, Chiemgau, Dresden, Düsseldorf, Eifel, Elsass, Erzgebirge, Fränkische Schweiz, Frankfurt, Freiburg, Fünfseenland, Gardasee, Garmisch-Partenkirchen, Graubünden, Hallertau, Hamburg, Harz, Havelland, Hohe Mark, Hohenlohe, Holsteinische Schweiz, Hunsrück, Kärnten, Kaisergebirge, Kaiserstuhl/Breisgau, Karlsruhe, Kassel, Kellerwald, Köln, Kraichgau, Lahntal, Lausitz, Luxemburg, Mallorca, Mittelrhein, Mosel, München, Münsterland, Nahe, Neckar, Niederrhein, Nordrhein-Westfalen Wälder, Oberpfälzer Wald, Oberschwaben, Odenwald, Ostfriesland, Ostwestfalen-Lippe, Pfälzerwald, Pfalz, Rhein/Ahr/Erft, Rheingau/Taunus, Rheinhessen, Rhön, Ruhr, Ruhrgebiet, Saarland, Sächsische Schweiz, Salzkammergut, Sauerland, Schwäbische Alb, Schwäbisch-Fränkischer Wald, Schwarzwald (Nord, Mitte, Süd), Siebengebirge, Siegerland, Spanische Pyrenäen, Spessart, Steiermark, Stuttgart, Südtirol, Taubertal, Teutoburger Wald, Thüringer Wald, Usedom, Vogesen, Westerwald, Wetterau/Vogelsberg, Wien, Zwischen Elbe und Weser

Unsere Reihen zu Zielen in Deutschland und der Welt:

- Einmal im Leben
- Glücksorte – u.a. „*Glücksorte in Graubünden*“
- Glückszeit für Familien
- Meine Auszeiten
- Mit dem Rad durch
- Quiz im Quadrat – u.a. „*Graubünden-Quiz*“
- Radeln für die Seele
- Wandern für die Seele
- Weinorte
- Zu Fuß durch

PRESSESERVICE – Nicole Abeln – Tel. 02 11/84 34 52 10 – Mail: n.abeln@droste-verlag.de

Druckfähige Daten: Für Rezensionen schicken wir Ihnen gerne druckfähige Dateien per E-Mail oder stellen sie Ihnen als Download zur Verfügung.

Honorarfreie Inhalte und Fotos: Inhalte aus unseren Büchern können wir Ihnen nach Absprache kostenfrei zur Verfügung stellen, z. B. zur Nutzung in redaktionellen Beiträgen.

Interviews: Gerne vermitteln wir Ihnen ein Interview.

Der Droste Verlag: Der Droste Verlag ist einer der führenden unabhängigen Verlage für Bücher in den Themenwelten Reiseführer, Sport- und Aktivreisen und Freizeitführer. Zudem publiziert Droste mit namhaften Partnern u. a. Fachbücher zu Politik und Zeitgeschichte.