



*micro-
adventures*

Mini-Tüte

Du hältst unsere Microadventures-Tüte in deinen Händen und in dieser Anleitung erfährst du, wie du die Materialien in deiner Packung verwendest.

Neben diesen Abenteuerutensilien brauchst du ansonsten nur Proviant und deine Wanderausrüstung. Du erhältst aber auch Tipps, welche zusätzliche Ausrüstung dein Abenteuer noch intensiver machen kann.

Mit der Mini-Tüte haben wir ein Angebot zum Testen unserer Microadventure-Boxen geschaffen. Wir freuen uns, wenn du Lust auf mehr bekommst.

Bei Fragen stehen wir dir mit Rat und Tat unter abenteuer@wanderjugend-hessen.de zur Seite.

Deutsche Wanderjugend
Landesverband Hessen
Carlo-Mierendorff-Straße 6
64823 Groß-Umstadt
Fon 06078 74812
www.wanderjugend-hessen.de

Deutsche
Wanderjugend
LANDESVERBAND HESSEN



Material in der Box

Gewässerwanderung

Material: Wasserkoffer, Naturschutzmotto-
Broschüre „Gewässer am Wegesrand“

Schlecht-Wetter-Action

Material: Smartphone oder Tablet, Handtuch,
warmes Wasser, Erste-Hilfe-Set mit Pinzette

digital detox @night

ohne Material

70-Minuten-Tour

zum 70-Jahre-Jubiläum in 2022

Material: Saatgut-Konfetti

Gewässer- wanderung



Meistens schenken wir den Gewässern am Wegesrand keine große Aufmerksamkeit, dabei ist das Rinnsal, der Bach oder der Fluss voller Überraschungen und ein wichtiger Teil unseres Ökosystems. Bist du einem Bach oder Fluss schon mal solange gefolgt, wie du kannst? Hast du das Wasser schon mal genauer untersucht? So oder so: nimm dir Zeit für eine Gewässerwanderung.

Anleitung

Dein Abenteuer beginnt mit der Suche nach einem fließenden Gewässer in deiner Umgebung. Entweder hast du bereits ein Gewässer, das du kennst, oder du nutzt eine (digitale) Karte, um einen Bach/Fluss oder ein Rinnsal zu finden, dem du folgen möchtest.

Packe das Wasserlabor, unser Naturschutzmotto-Heft „Gewässer am Wegesrand“ aus deinem Microadventure-Paket und ein Lunch-Paket ein und mach dich auf den Weg.

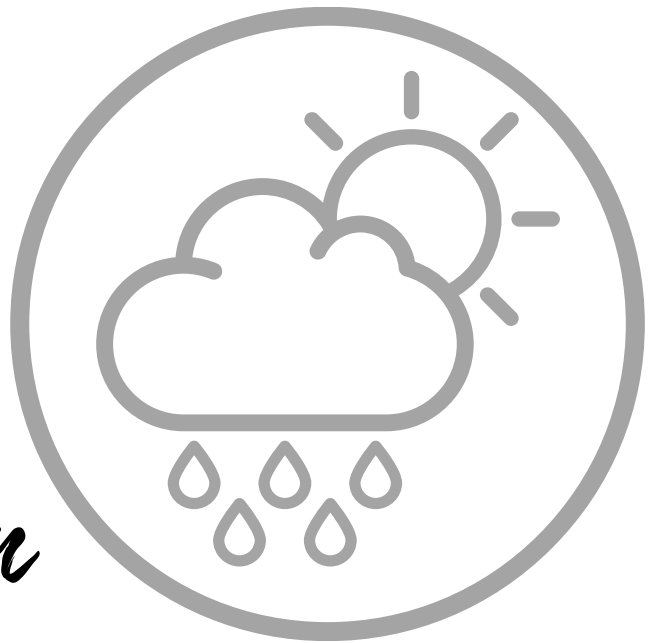
Am Gewässer angekommen entscheidest du nun, gehst du flussauf- oder flussabwärts. Und schon geht es los. Laufe mit dem fließenden Gewässer soweit du diesem folgen kannst und dich deine Füße tragen.

Währenddessen lohnt sich ein Blick ins Naturschutzmotto-Heft „Gewässer am Wegesrand“, um mehr über das Ökosystem Gewässer zu erfahren.

Suche nach einer guten Stelle, um deine Wassertests mit dem Wasserlabor durchzuführen. Im Wasserlaborkoffer befinden sich ein Reagenzglas, verschiedene Teststreifen und eine Anleitung zum Untersuchen. Ist dein Gewässer kalkig, sauer oder beinhaltet es Nitrat? Finde es heraus und trage es in deinen Wasserpass ein.

Du bist nun Expert*in für dein Gewässer. Viel Spaß beim Unterwegssein und Entdecken!

Schlecht- Wetter-Action



„Es gibt kein schlechtes Wetter, nur unpassende Kleidung.“ Hast du diesen Satz als Kind auch gehasst? Dann versöhnen wir dich nun mit einem Actionbound, d.h. einer digitalen Schnitzeljagd, die dich bei Couch-Wetter nach draußen einlädt. Lade dir dafür die kostenfreie App "Actionbound" auf dein Smartphone oder Tablet.

Anleitung

Du suchst dir eine Strecke aus oder lässt dich über die oben beschriebene Kompass-Tour leiten. Zwei Stunden wirst du per App begleitet, doch du kannst das Abenteuer auch kürzen oder verlängern. Die Zeit wird nicht gestoppt.

Nachdem du dir die App heruntergeladen hast, scanne in der Actionbound-App den neben stehenden QR-Code ab oder öffne den Bound über diesen Link:

<https://actionbound.com/bound/dwj-lvh-ma-spring>

Lade dir im WLAN oder über mobile Daten den Bound auf dein Gerät. So benötigst du unterwegs keinen Internetempfang mehr.

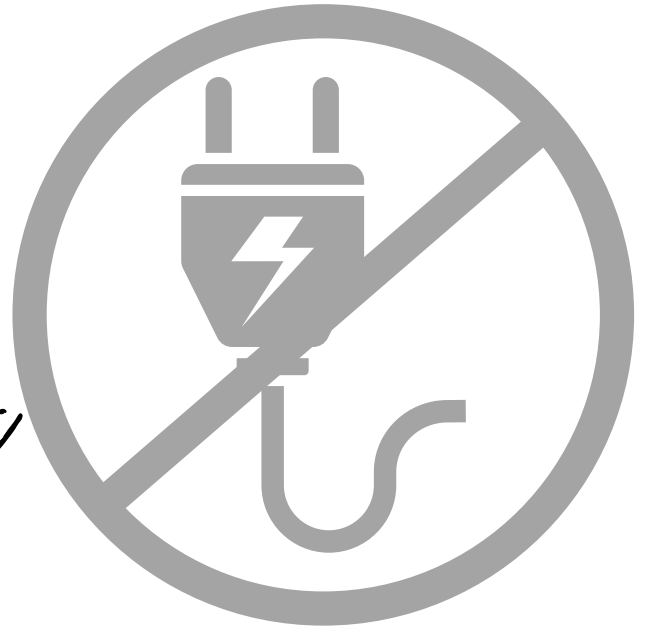
Packe dir Proviant, ein kleines Handtuch und (lau-)warmes Wasser in einer Isokanne ein. Für den unwahrscheinlich Fall der Fälle wirst du über eine Pinzette, Desinfektionsspray und Pflaster dankbar sein.

Die App sagt, dass du in Groß-Umstadt startest, doch das ist nicht nötig. Jeder Bound muss in der App an einen Ort gebunden sein, deshalb haben wir uns für Groß-Umstadt als Sitz unserer Geschäftsstelle entschieden, doch du kannst den Bound weltweit machen. Du musst keine Koordinaten finden, sondern wirst über Impulse auf deinem Weg begleitet.

Suche dir einen Startpunkt für die Tour. Dort erwarten dich gleich Impulse in der App. Alles Weitere wird im Bound selbst erklärt. Viel Spaß bei jedem Wetter!



digital detox @night



Ob in der dunklen Jahreszeit oder im Sommer, wenn es lange hell bleibt: erlebe eine Nacht ohne Elektronik. Ein digital detox ermöglicht es, kurz vom Medien-Alltag durchzuatmen, doch ohne Licht, Spülmaschine und Ofen den Abend zu verbringen kann eine echte Herausforderung im 21. Jahrhundert sein.

Anleitung

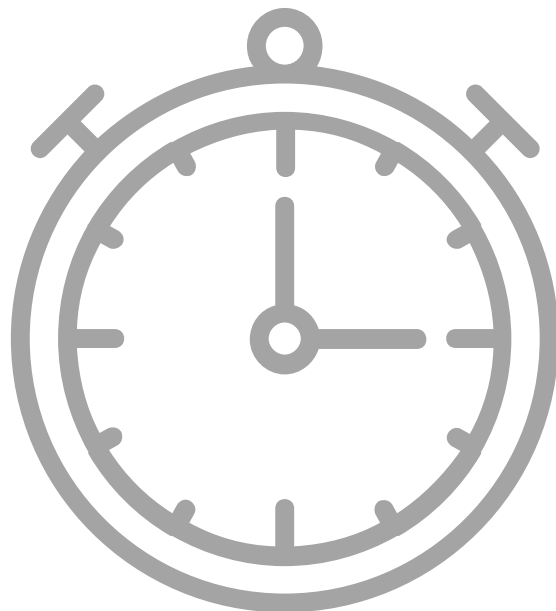
Wir lieben natürlich Microadventures in der freien Natur. Der Erfinder der Microadventures, Abenteurer und Autor Alastair Humphreys, schlägt zur Wintersonnenwende am 21. Dezember sogar eine Nacht im Freien vor. Wenn du aber nicht draußen biwakieren möchtest, dann traue dir zumindest eine elektrofreie Indoor-Nacht zu.

Starte das Abenteuer mit Sonnenuntergang. Zünde Kerzen oder Gaslampen an anstelle den Lichtschalter zu drücken. Genieße dein Abendessen als kaltes Abendbrot, mach ein BBQ oder hol den Gaskocher aus dem Keller und zaubere dir ein Gericht im Campingkocher. Mach dir so auch einen Tee und morgens deinen Kaffee zum Aufwachen. Mach das Handy aus, verzichte auf Fernseher, Computer und Konsole.

Verbringe deinen Feierabend mit spannenden Gesprächen, Brettspielen im Kerzenschein, einer Nachtwanderung mit Fackel oder Handarbeiten. Benutze auch keine anderen elektrischen Geräte, wie z.B. deine elektrische Zahnbürste, Wasch- und Spülmaschine, Radiowecker, Auto, E-Bike und so weiter.

Du wirst merken, was einfach klingt, ist doch eine kleine Herausforderung. Dabei wünschen wir dir eine tolle Zeit!

70-Minuten-Tour



Zwar haben wir oft ein Zeitfenster für unsere Outdoor-Aktivitäten, aber selten wollen wir eine zeitliche Punktlandung schaffen. Für dieses Microadventure hast du exakt 70 Minuten für den Draußensport deiner Wahl Zeit: geh' wandern, schwing dich aufs Rad, schnell! dir die Inliner um oder suche einen Geocache.

Anleitung

Dein Abenteuer kann überall beginnen; entweder machst du eine Rundtour oder legst eine Strecke von A nach B zurück. Wichtig: in exakt 70 Minuten sollst du an deinem Ziel ankommen, also stell' dir einen Timer ein.

Egal, welches Tempo du wählst, früher oder später wirst du wohl sprinten oder schlendern. Nimm diese Minuten und Sekunden ganz genau wahr: kannst du gemächlich trödeln und deine Umgebung inspizieren oder hetzt du an allem vorbei, um die Zeit einzuhalten?

Was geht dabei in dir vor? Wirst du ungeduldig und empfindest es als Zeitverschwendung oder ärgerst du dich, dass du dich für die schöne Strecke hetzen musst? Lass' alles zu und nimm die Challenge an.

Das Saatgut-Konfetti kannst du auf dem Weg oder an deinem Ziel zur Feier des Tages in die Luft werfen - und bestenfalls auf fruchtbaren Boden. Mach' ein Foto und schicke es uns.

Die Anleitung findest du auf der Rückseite der Saatgutmischung.

Beachte bitte, dass du die Samen nur in Siedlungsgebieten ausstreuen sollst. Wenn du mehr über empfindliche Ökosysteme erfahren möchtest, lade dir unsere Naturschutzmotto-Broschüren auf www.wanderjugend-hessen.de/naturschutz herunter.

Wiederhole die Challenge im Sommer und schaue nach, was aus deinem Konfetti geworden ist. Sende uns auch dieses Foto zu und erhalte ein Dankeschön.