

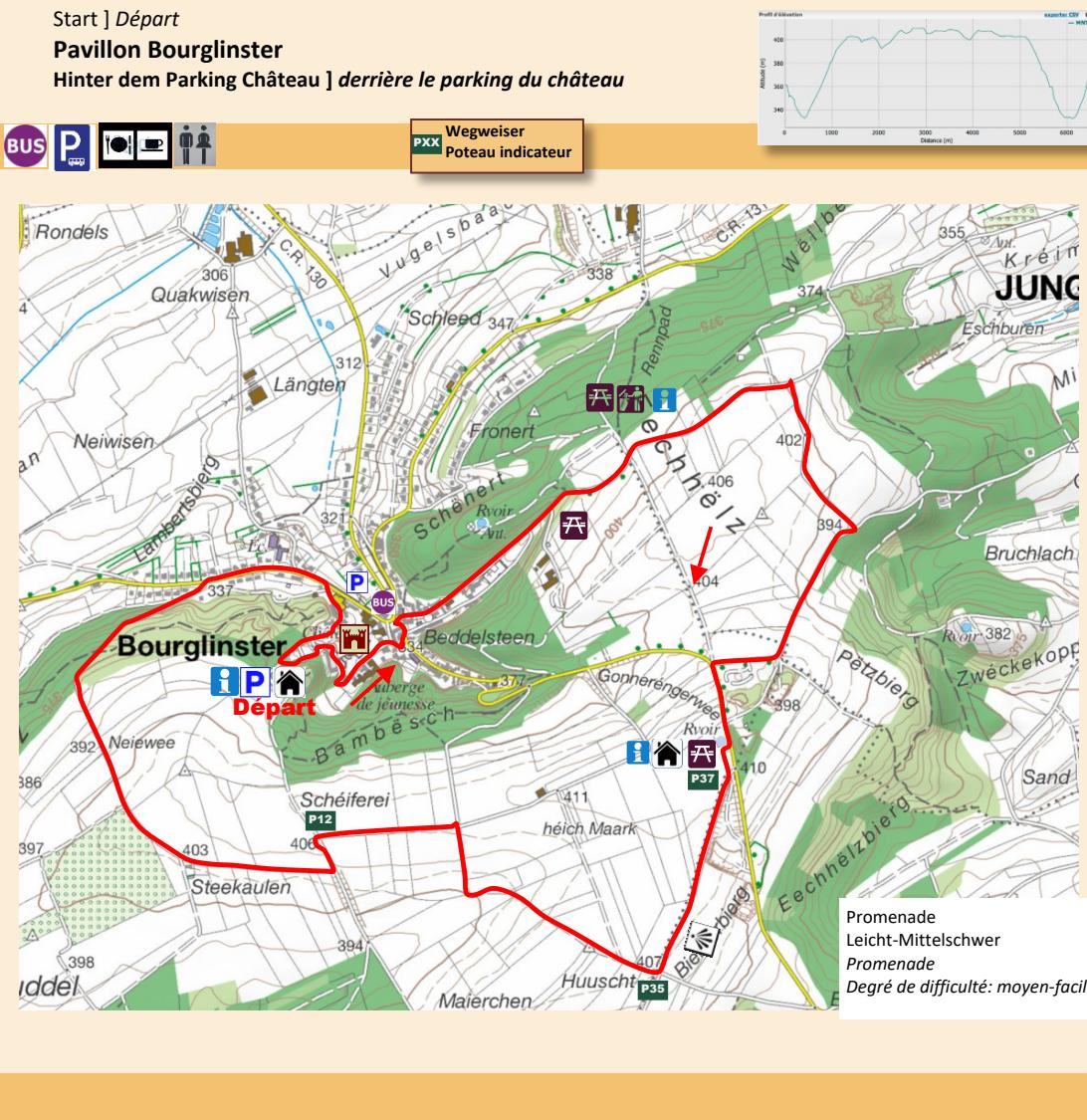


Der „Sentier du Digestif“.

Wen gelüstet es nach einem guten Mal, gewürzt mit einem edlen Tropfen nicht nach einem ausgiebigen Verdauungspaziergang in der herrlichen Natur. Wem die Promenade Burglister (J10) mit 3,6 km zu kurz ist haben wir diesen angenehmen Wanderweg geschaffen. Er führt über gepflegte Pfade und geteerte Feldwege und er ist zu jeder Jahreszeit mit normalem Schuhwerk begehbar. Auch zum Joggen und Walken ist dieser Weg hervorragend geeignet.

Le sentier du Digestif

Qui n'a envie, après un bon repas arrosé d'un bon vin, d'une ballade de digestion dans la nature magnifique ? Nous avons prévu ce parcours agréable pour ceux dont la petite promenade de Bourglinster (J10) de 3,6 km semble trop courte. Il mène par des sentiers entretenus et des chemins à travers champs asphaltés et est praticable toute l'année avec des chaussures normales. Ce sentier se prête aussi très bien pour le jogging et le walking.

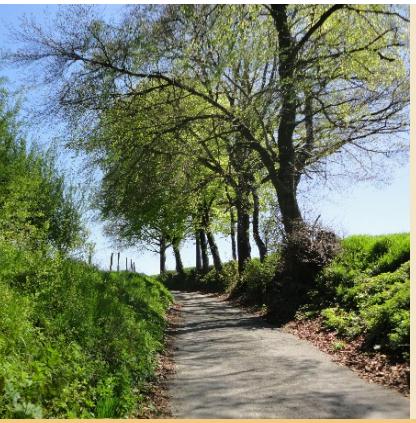


Der Verdauungspaziergang ist ein umgangssprachlicher Begriff für eine mäßige körperliche Betätigung – Laufen – an frischer Luft nach dem Essen. Er findet häufig sonntags nach dem Besuch von Gaststätten und dann besonders im gehobenen Alter viele Fürsprecher. Zweck des Verdauungspaziergangs ist eine Anregung der Darmtätigkeit. Die Bewegung unterstützt die Peristaltik des Verdauungstraktes. Entsprechend der Ausgiebigkeit einer Mahlzeit empfiehlt der Volksmund: Nach dem Essen sollst du ruhn oder tausend Schritte tun. Die antiken Römer dachten bereits in gleicher Weise: *Post cenam recreabis vel mille passus meabis.*

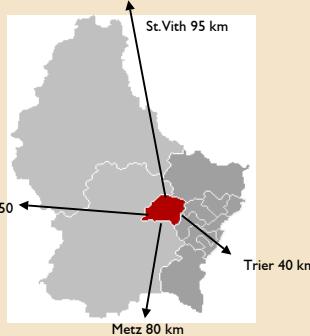


La promenade « digestive », une notion pour décrire une activité corporelle modérée à l'air frais après un repas, trouve beaucoup d'adeptes – principalement d'âge mûr – avant tout les dimanches après la visite de restaurants. Le but de la randonnée digestive est de stimuler l'activité intestinale. Les romains avaient pour adage : Post cenam non stare sed mille passus meare! « Après dîner ne reste pas, mais va flâner mille pas. »





Allianzwappen von Bernhard von Metzenhausen und Regina
Elisabeth von Hagen zur Motten. (1600)
*Les armoiries de Bernhard von Metzenhausen et Regina
Elisabeth von Hagen zur Motten (1600)*



Im umfangreichen gut beschilderten Wanderwegenetz der Gemeinde Junglinster findet der Wanderer Wanderwege für alle Gelegenheiten so wie z. B. unser „Sentier du Digestif“. Dieser Weg wurde durch eine entsprechende Wegführung speziell als Verdauungs-spazierweg zusammengestellt und startet beim Pavillon Bourglinster.

Bourglinster ist ein hervorragendes Beispiel sorgfältiger und moderner Denkmalspflege. Das Dorf erzählt die lange Geschichte der Dynastien der Herren von Linster, von Orley und von Mettenhausen, Hauptbesitzer der Burg. Die Burg Bourglinster, die 1968 in staatlichen Besitz überging, zählt zu den schönsten Burgen des Großherzogtums Luxemburg und beherbergt heute u.a. gehobene Gastronomie. Eine geführte Besichtigung ist nach vorhergehender Vereinbarung möglich.

Le randonneur trouvera dans le réseau de sentiers pédestres étendu de la Commune de Junglinster des sentiers pour toutes occasions, comme par exemple notre sentier appelé « du Digestif » car pensé être idéal pour parfaire la digestion en démarrant au pavillon de Bourglinster après un repas.

Le village de Bourglinster est un exemple parfait d'entretien soigné et moderne de monuments. Le village est au centre d'une longue histoire dominée par les dynasties des seigneurs de Linster, d'Orley et de Metzenhausen, les propriétaires principaux du château. Le château de Bourglinster, qui fut acquis par l'Etat en 1968, compte parmi les plus beaux châteaux du Grand-Duché. Il abrite de nos jours des restaurants gastronomiques. Une visite guidée est possible sur demande préalable.



Administration communale de Junglinster
12 rue de Bourglinster
L-6112 Junglinster
Tel: 00352 78 72 72-1
Mail: Secretariat@junglinster.lu
www.junglinster.lu

Service Touristique de la Commune de Junglinster



Office Régional du Tourisme.
Region Mullerthal-Petite Suisse
Luxembourgeoise
www.mullerthal.lu

Bei Unfall: Tel: 112 und, wenn möglich, Nummer des nächsten Markierungspostens angeben.

*En cas d'un accident: Avertir tél. 112 et signaler, si possible, le
No. du poteau le plus proche.*

Dieser Folder wird Ihnen von der Gemeindeverwaltung Junglinster zur Verfügung gestellt.

Ce dépliant vous est offert par l'Administration Communale de
Junglinster

impressum

Herausgeber:

Le service touristique de la Commune de Junglinster.
Layout, Texte et mise en page: Armand Schleich (2015)
Traduction française: Gérard Larère



Sentier du Digestif

1 3/4 Stunden-hrs
ca 6,5 km



D/F

Startpunkt: Pavillon Burg Bourglinster Parkplatz. Points de
départ: Pavillon château Bourglinster Parking

WANDER- UND SPORTWEGENETZ DER GEMEINDE JUNGLINSTER

Réseau des sentiers pédestres et sportifs de la
commune de Junglinster