

Natur und Bewegung

Für Ihre Genesung ist neben der aktiven Teilnahme an den Therapieangeboten, Pflegemassnahmen, Visiten und Gesprächen auch die Bewegung an der frischen Luft sehr wichtig. Wir empfehlen Ihnen daher, sobald es Ihr Zustand zulässt, dass Sie die freie Zeit mit oder ohne Besucher auf unserer wunderbaren Terrasse oder anderweitig im Freien geniessen.

Die Rehaklinik Bellikon liegt an sonniger und ruhiger Lage am südwestlichen Hang des Heitersberg zwischen Zürich und Baden. Die grüne Umgebung der Klinik eignet sich bestens für Spaziergänge, Wanderungen und Entdeckungstouren. Sie werden dabei mit einer herrlichen Aussicht auf das Reusstal und das Alpenpanorama belohnt.

Gerne stellen wir Ihnen für Ihre Spaziergänge 10 Wanderrouten rund um die Rehaklinik Bellikon vor.

1



Klinikrunde 15 Min.

Auf diesem Spaziergang rund um die Klinik können Sie die nahe Umgebung erkunden. Ihr Weg führt Sie vorbei an unserem Therapieparcours, dem Therapiegarten und dem Aussen Trainingsbereich, bevor es dann mit einem kurzen Anstieg der Strasse entlang wieder zurück zum Haupteingang geht.

2



Dorfrunde 15 Min.

Erkunden Sie das idyllische Dorf Bellikon, welches rund 1600 Einwohner zählt. Das Dorf ist rund 960 Jahre alt und wurde nach bisherigen Erkenntnissen erstmals in einem Stiftungsbrief des Klosters Muri vom 11. Oktober 1064 erwähnt. Die wenig befahrenen Strassen laden zu einem gemütlichen Spaziergang ein.

Fotos: Bruno Hufschmid, Bellikon/ Gemeinde Bellikon

3



Zum Waldrand 25 Min.

Nachdem Sie das Klinikgelände verlassen, bietet sich Ihnen bei einer kurzen Sitzpause auf einem der Betonquader ein wunderschöner Ausblick ins Reusstal. Danach geht es auf dem Kiesweg weiter in Richtung Waldrand. Nach etwa 400 Metern lädt eine gemütliche Sitzbank zum Verweilen ein, bevor es vom Waldrand her wieder zurück in Richtung Klinik geht.

4



Weideroute 25 Min.

Nach einem kurzen Aufstieg am Dorfladen vorbei führt Sie dieser Rundweg über die Felder wieder zurück zum Startpunkt. Neben dem Ausblick auf die Klinik und das Reusstal bietet Ihnen dieser Rundweg auch einen Blick auf das Schloss Bellikon, welches Ende des 13. Jahrhunderts als Jagdsitz der Habsburger genutzt wurde. Seit 2000 ist es in Privatbesitz.

5



Quer durch Bellikon 35 Min.

Auf diesem abwechslungsreichen Spaziergang quer durch das Dorf kommen Sie auf ruhigen, wenig befahrenen Strassen vorbei am Dorfladen und schönen Wiesen. Sie können auf dieser Tour die ländliche Idylle und die tolle Aussicht geniessen.

6



Mattenhofrunde 50 Min.

Dieser Rundweg führt Sie nach der Überquerung der Hauptstrasse auf einem ansteigenden Weg durch die Felder in kürzester Zeit weg von der Geschäftigkeit der Klinik. Dank der erhöhten Lage geniesst man in Bellikon im Herbst oft einen wunderbaren Blick auf ein herrliches Nebelmeer.

7



Erdbeer-Bauernhof 55 Min.

Dieser Rundweg führt Sie zuerst mit einem Anstieg durch das Dorf vorbei am Dorfladen und der Kirche weiter den Feldern entlang und dann durch ein ruhiges Quartier. Nach einem kurzen Stück bergab, gelangen Sie nach einer Spitzkehre an einem Bauernhof vorbei über einen schönen Feldweg wieder zurück zur Klinik. Bei diesem Bauernhof werden von Mai bis Anfang August leckere Erdbeeren verkauft.

8



Walderlebnis 75 Min.

Möchten Sie einfach abschalten und die Natur geniessen? Die frische Luft, die Ruhe, das Rascheln der Blätter sowie das Singen der Vögel bieten Ihnen auf diesem Spaziergang die Möglichkeit, sich zu erholen und die Gedanken schweifen zu lassen.

9



Sennhof 80 Min.

Auf diesem abwechslungsreichen Spaziergang gelangen Sie auf Quartierstrassen und Feldwegen in das Nachbardorf. Über den Dächern von Bellikon und Remetschwil geniessen Sie einen herrlichen Ausblick ins Reusstal und in die Alpen. Die Sonnenuntergänge auf dieser Anhöhe sind einfach atemberaubend!

10



Egelsee & Hasenbergturm 125 Min.

Nach einem Aufstieg bis zum Waldrand oberhalb von Bellikon, führt Sie dieser Rundweg durch ein Naturschutzgebiet und vorbei am grössten Natursee des Kantons Aargau. Auf dem 2021 erbauten Aussichtsturm auf dem Hasenberg können Sie die herrliche Aussicht ins Limmattal geniessen. Über Felder und Wiesen geht es dann auf der anderen Seite des Hasenbergs wieder bergab und zurück zur Rehaklinik Bellikon.

Zu allen hier aufgeführten Wanderrouten existieren differenzierte Routenpläne mit QR-Codes und weiteren Angaben. Bei Fragen dazu wenden Sie sich bitte an Ihre Physiotherapeutin/ Ihren Physiotherapeuten.

Die Zeitangaben zur Gehdauer sind als Richtwerte gedacht und gelten für Personen ohne Einschränkungen. Es ist daher vor allem zu Beginn Ihres Gehtrainings von etwas längeren Gehzeiten auszugehen.

Wir wünschen Ihnen viel Spass und schöne Spaziergänge!