

ERLEBEN & GENIESSEN

Lust auf Bayern

ERHOLUNG FREIZEIT & SPORT

Nr. 4/23 Juli/August/September 2023 9,90 €

SPEZIAL:
BAYERISCHER WALD
GOLF- &
THERMENLAND

Garmisch-
Partenkirchen

DIE NATUR GENIESSEN

Aktiv- und Abenteuerurlaub, Wandern & Biken
Natur hautnah erleben, Wellness & Beauty

Sonderheft des Reisemagazins „Lust auf...“



CP 9,90 € / A 10,90 / CH 15,80 sfr / Benelux 11,40 €



Niederbayerisches Bäderdreieck

Fotos: © Bad Füssing, Guk, Bad Griesbach, Kurverwaltung Bad Birnbach, Karola Bumesler, Leonie Lorenz

Im Süden des Passauer Landes erstreckt sich zwischen Donau und Inn das Bayerische Golf & Thermenland. Es steht für Gesundheit, Wellness, Golfvergnügen, aber auch seit Jahrhunderten für gepflegte Kulturen.

Unter dem niederbayerischen Bäderdreieck versteht man die Kurorte Bad Füssing, Bad Griesbach und Bad Birnbach. Das Thermalwasser stammt aus etwa 1.000 Meter Tiefe. Das erste Mal stieß man auf Thermalwasser in Bad Füssing, als 1938 die Reichsbodenforschung Erdöl- und Erdgasbohrungen durchführte. 1953 wurde dann die Heilwirkung des Thermalwassers bestätigt. Das Bäderdreieck liegt regional

im östlichen Eck Niederbayerns und ist von den berühmten Flüssen Donau und Inn eingegrenzt.

FLÜSSE IM PASSAUER LAND

Die Stadt Passau, mit rund 53.000 Einwohnern, wird als Drei-Flüsse Stadt bezeichnet. Hier münden der Inn und die Ilz in die Donau, die dann noch rund 2.200 km bis zum Schwarzen Meer weiter fließt. Die **Donau** fasziniert v.a.

die Radfahrer, die den Fluß von der Quelle in Baden-Württemberg bis Passau auf dem deutschen Donauradweg rund 600 km in mehreren Tagesetappen begleiten können. Beliebt ist dann auch die Radtour von Passau nach Wien durch die schöne Wachau.

Inn: Die letzten Kilometer seiner langen Reise aus der Schweiz und Österreich fließt der Inn durch das Pas-

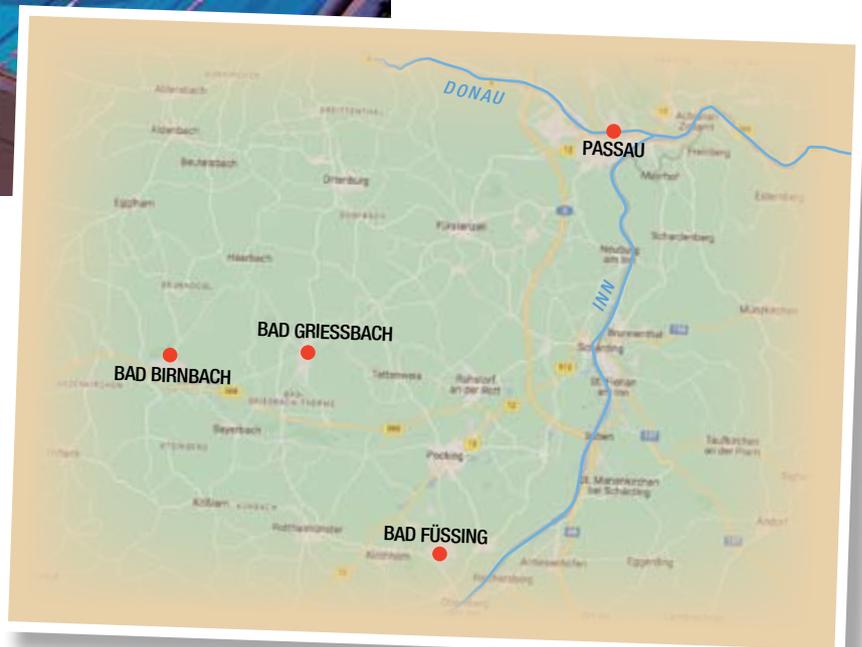
BÄDERDREIECK

Ilz: Eines der letzten großen Wildwasser Ostbayerns entspringt die Ilz in den Kammlagen des Bayerischen Waldes und mündet am Dreiflüsse-Eck in Passau in die Donau. Den Beinamen „die schwarze Perle“ verdankt die Ilz den Mooren in ihrem Einzugsgebiet, die ihr die schwarze Färbung verleihen.

Die **Vils** (Länge, ca. 69 km) ist ein rechter Nebenfluss der Donau und entsteht aus dem Zusammenfluss von Großer und kleiner Vils. Die Vils mündet bei Vilshofen in die Donau. Das Vils-Engtal ist der letzte Flussabschnitt der Vils vor der Mündung in die Donau und beginnt ungefähr auf Höhe von Mattenham und erstreckt sich ca. vier Kilometer bis nach Vilshofen. Das Vils-Engtal lädt ein für Spaziergänge und Radtouren. Es lässt sich eine Vielzahl von Pflanzen und Tieren beobachten.

Die **Rott** (Länge, ca. 110 km) entspringt im Landkreis Landshut und durchfließt das Rotttal sowie das Isar-Inn-Hügelland und mündet bei Neuhaus am Inn / Schärding (südlich von Passau) in den Inn. In Pocking hat man einen Hochwasserdamm gebaut, der die Stadt und die Region vor Hochwasser schützt. Auf der Deichkrone hat man einen schönen Radweg angelegt.

Bad Füssing: Das Johannesbad bietet unzählige Attraktionen



sauer Land, bevor er am Dreiflüsse-Eck in Passau in die Donau mündet. Als Grenzfluss zu Österreich trennt und verbindet er die Nachbarländer gleichermaßen. Heutzutage ist es ein Leichtes, den Fluss zu überqueren und zwischen den Ländern zu wechseln. Bestes Beispiel ist der Innradweg, der den Fluss entlangführt und im Passauer Land flexibel auf beiden Seiten befahren werden kann.

WILDE ROMANTIK

Fotos: © Tourismus Information Bad Gögging, Andreas Hub

Das Altmühltal grenzt an das Donauebiet und ist ein ideales Ziel für Aktive. Sie erkunden mit dem Rad oder zu Fuß die wundervolle Landschaft. Zahlreiche Routen bieten auch die Chance für Kurzausflüge an der Altmühl. Gemütlicher geht es mit Schiff in die Region.

Der östliche Teil des Naturparks Altmühltal grenzt an die Regionen um Regensburg und Kelheim. Von seiner Quelle bei Rothenburg ob der Tauber gelangt der Fluss von Franken durch eine beeindruckende Landschaft nach Niederbayern. Auf den letzten Kilometern ist die Altmühl

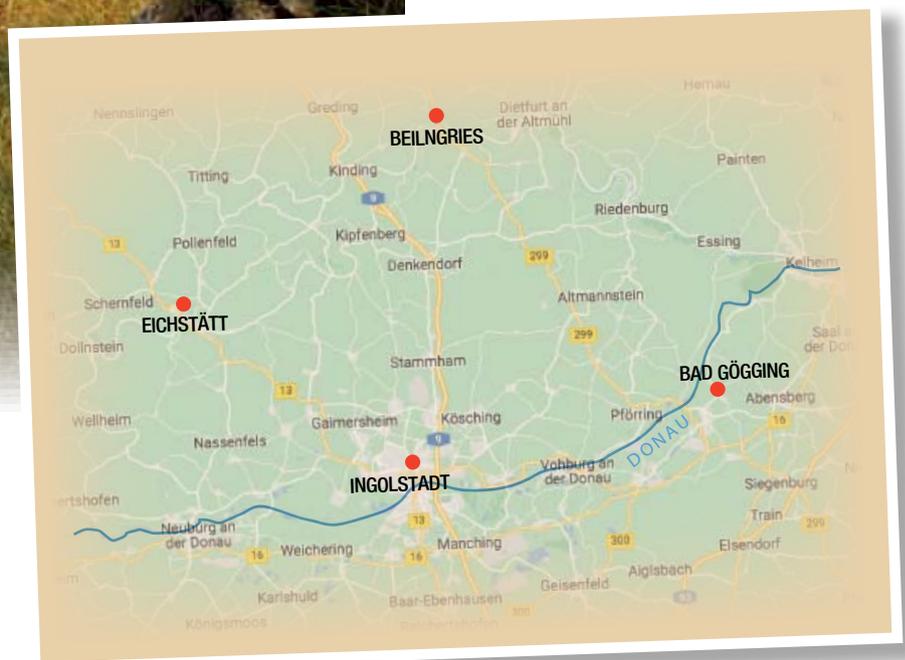
und Prunn erlauben das Erkunden der Umgebung. Die Burgen der Umgebung sind oft sehr gut erhalten und interessante Ausflugziele.

BEIM WANDERN DAS ALTMÜHLTAL ERKUNDEN

Entlang der Altmühl gibt es den Altmühl-Panoramaweg durch Wälder vorbei an Burgen und Schlössern. Die Strecke führt von Gunzenhausen bis nach Kelheim auf 200 Kilometer. Gäste in Kelheim starten am Ende des Wegs zu Kurztrips. Flussaufwärts führt die Route auf dreizehn Kilometern zum kleinen Ort Essing. Dabei trifft man auf einen Keltenwall und überquert den Main-Donau-Kanal auf der langen geschwungenen Holzbrücke. Die nächste Etappe ist ungefähr zehn Kilometer lang und endet in der Drei-Burgen-Stadt Riedenburg. Dabei muss man das steile Wegstück „Klamm“ überwinden und kommt dann in ein Naturwaldreservat. Für den Rückweg nimmt man ein Boot der Schifffahrt im Altmühltal und genießt den Blick auf die Landschaft, während man langsam über das Wasser in Richtung Kelheim treibt.

Beim Wandern im Naturpark Altmühltal entdeckt man sanfte Flusstäler und ausgedehnte Wälder, sowie eine geschichtsträchtige Kulturlandschaft.

Teil des Main-Donau-Kanal und vereint sich unterhalb von Kelheim mit der Donau. Dabei trifft der Besucher auf eine atemberaubende Landschaft mit viel Wald und gewaltigen Felsen. Besucher von Kelheim fahren mit dem Schiff die Altmühl bis zum Luftkurort Riedenburg. Stopp in Essing





Orte, um sich zu verlieben

Auf der Suche nach besonders romantischen Orten, an denen sich gemütlich ein paar schöne Stunden zu zweit verbringen lassen, gibt es so einiges zu entdecken. Perfekte Glücksorte um sich noch einmal neu zu verlieben, vielleicht auch in eine der schönsten Region Bayerns.

Ein kleiner Tipp am Rande. Besonders romantisch taucht die Natur alle Orte

am frühen Morgen und zum Sonnenuntergang in stimmungsvolles Licht.

HIMMELSLEITER IN TIRSCHENREUTH

Verliebten sagt man ja nach, sie würden auf Wolke 7 schweben. Wer bei aller Liebe doch eher zu den bodenständigen Typen gehört, kommt dem Himmel im Landkreis Tirschenreuth

vielleicht ein wenig näher: Mitten im Herzen der Tirschenreuther Teichpfanne, südlich des Kühsteinteiches, steht seit Oktober 2012 die „Himmelsleiter“. Oben, auf dem mit 70 Meter Länge und 20 Meter Höhe imposanten Bauwerk hat man auch einen atemberaubenden Ausblick über die Waldnaabau sowie die umliegenden Hügel und Wälder ...

**Die Oberpfalz bietet jede Menge
Raum für Liebe und Romantik –
nicht nur am Valentinstag.**

**Donaustauf
Walhalla**

Fotos: © Regensburg Tourismus GmbH, Tourismusverband Ostbayern e.V., Thomas Kujat, Gerhard Eisenschink, Tobias Köhler, Andreas Meyer

MIT DEM SCHIFF ZUR WALHALLA

Drinnen die „Hall of Fame“ der Deutschen, draußen ein traumhafter Ausblick über das Donautal bis nach Regensburg. Auf den Stufen der Walhalla sind romantische Stunden garantiert. Zu etwas ganz Besonderem wird ein Ausflug für alle, die sich mit dem Schiff über die Donau auf den Weg zum Ruhmestempel machen. Das ist allerdings

eher etwas für ein Date in den Sommermonaten ... im Winter machen die Donauschiffe nämlich Pause. Die Walhalla ist für verliebte Pärchen (und alle anderen) aber das ganze Jahr geöffnet.

SONNENUNTERGÄNGE IM OBERPFÄLZER SEENLAND

Mit dem oder der Liebsten vom Strand aus, den Sonnenuntergang ge-

nießen, das geht nur im Süden? Von wegen! Im Oberpfälzer Seenland - der wasserreichsten Region der Oberpfalz – finden sich gleich eine ganze Reihe an großen Seen und idyllischen Stränden, an denen man wunderbar Arm in Arm beobachtet, wie die Sonne langsam hinter'm Horizont verschwindet. Hier gibt es auch immer ein Plätzchen, an dem man garantiert ungestört ist.



**Die Schlösser- und Burgenlandschaft
im Nürnberger Land begeistert kul-
turell und kulinarisch. Ob Essen,
Heiraten oder als Ausflugsziel: hier
gehören Burgen zum Leben dazu.**

Glanzvolles Erbe



Burg Hohenstein:
Eine Burg zum
Anfassen

DAS NÜRNBERGER LAND

Das Nürnberger Land, die Region zwischen der namensgebenden fränkischen Metropole und der Oberpfalz. Von Neuhaus an der Pegnitz im Norden, über die Fränkische Alb bis nach Burgthann im Süden hat die Ecke für Sportler, Genießer, Familien und Kulturliebhaber gleichermaßen viel zu bieten. Während der Naturraum Nördlicher Frankenjura, das Pegnitztal, die weiten Kiefern-, Buchen- und Mischwälder und die zahlreichen verwunschenen Gewässer mit stadtnahen Freizeitmöglichkeiten punkten, begeistert die Schlösser- und Burgenlandschaft kulturell und kulinarisch. Egal ob Wandern, Radfahren, Museenbesuch oder einfach zum Entspannen – die regionalen Spezialitäten wie Schäufele, Höhlenkäse oder Kommunenbier sind nicht weit entfernt.

Zum Greifen nah oder in der Ferne am Horizont, weißes Schlösschen oder erhabener graue Riese: An den Burgen, Schlössern und Patrizierhäusern kommt man im Nürnberger Land nicht vorbei. Mehr als hundert dieser Bauwerke prägen die Landschaft. Näher kann man sich ihnen auf verschie-

dene Weise: Bei einer entspannten Wanderung, im Rahmen einer Ausstellung oder Turmbesteigung, beim Essen in einem der Restaurants. Oder man genießt einfach alles zusammen.

<https://urlaub.nuernberger-land.de>

KULINARISCHE SCHLÖSSERTOUR

Ost oder West? Das ist die einzige Frage, die sich Urlauber stellen müssen, bevor sie zur kulinarischen Schlössertour nördlich von Lauf aufbrechen. Dann geht alles wie von selbst: Fränkische Geschichte erleben, gleichzeitig gut essen und durch herrliche Landschaften wandern. Entscheidet man sich z. B. für die rund 11 Kilometer lange Ostschleife, lohnt sich ein Abstecher zum ehemaligen Herrnsitz „Welserschloss“, dass man auf Anfrage auch besichtigen kann. Der dreigeschossige Sandsteinquaderbau punktet mit einer üppigen Barockausstattung. Unbedingt probieren: Die Biere der Brauerei Wiethaler im gleichnamigen Gasthof gleich nebenan. Hier findet man nicht nur das flüssige Gold, sondern auch typische regionale Schmankerl wie Brat-

wurst oder Schäufele. Die mit Knochen gebratene Schweineschulter ist quasi das Nationalgericht und wird mit Kloß und Salat gegessen. Dann geht es durch Wald und Feld vorbei am Dorfcafé Simonshofen, das für seine leckeren Kuchen berühmt ist, weiter Richtung Nuschelberg. Hier bietet sich das Hallerschlösschen mit Biergarten und hervorragender fränkischer Küche als letzter Stopp an, bevor es zurück zum Ausgangspunkt geht – und das alles ohne nennenswerte Steigungen.

KAISERLICHE SPUREN IM BURG MUSEUM

Wer mehr an der geistigen Nahrung interessiert ist, sollte eines der Burgmuseen besuchen. In der im 12. Jahrhundert erbauten Burg Thann kann man auf Zeitreise gehen sowie das Leben und Arbeiten in der Region um 1920 entdecken. Auf kaiserlichen Spuren wandelt man im Wenzelschloss mitten in der Stadt Lauf. Es wurde auf einer Pegnitzinsel von Kaiser Karl IV. in den Jahren 1356 bis 1360 errichtet und diente als Rastplatz auf dem Weg von Nürnberg

zur Kaiserresidenz in Prag. Besonders sticht hier der Wappensaal hervor: 112 farbig gefasste Wappenschilder böhmischer Adelsgeschlechter wurden kunstvoll von Steinmetzen in die Sandsteinwand gemeißelt und bemalt. Diese Wappenfriese gehören übrigens zu den eindrucksvollsten Beispielen gotischer Innenraumkunst in Deutschland. Mehr Informationen über die Heraldik liefern die interaktiven Bildschirme. Das Rittermuseum von Burg Hartenstein dagegen zeigt die Geschichte des Rittertums in Franken. Wer sich genügend an der Kultur gelabt hat, besucht das Restaurant Touché hoch oben auf dem Hügel inklusive Rittersaal.

ROMANTISCHE BURGMOMENTE

Eine Burg zum Anfassen ist Burg Hohenstein: Erbaut auf mächtigen Dolomithfels überragt das alte Gemäuer weithin den fränkisch-oberpfälzischen Jura und ist mit 634 Höhenmetern der höchste bewohnte Punkt Mittelfrankens. Von hier oben haben Besucher einen einzigartigen Rundblick über das Nürnberger Land, die Fränkische Schweiz und das Fichtelgebirge bis hinüber zur Stadt Nürnberg. Auf der

gesamten Anlage, deren Grundsubstanz wohl in der zweiten Hälfte des 11. Jahrhunderts erbaut wurde, kann man in Ruhe umherstreifen, auf den Aussichtsturm steigen oder sich an Infoterminals über die Geschichte des mittelalterlichen Gemäuers informieren. Die Schlüssel gibt es beim „Burgherren“ Georg Maul, der mit seiner Frau Gertraud am Fuße der Burg wohnt und sich unermüdlich mit dem Verschönerungs-

verein um den Erhalt der alten Gemäuer kümmert. Tipp für Romantiker: In der kleinen Kapelle kann man auf Anfrage auch hochherrschaftlich heiraten. (kw)

Weitere Informationen:

Nürnberger Land Tourismus

Waldluststraße 1

91207 Lauf a. d. Pegnitz

Tel. 09123/950-6062

<https://urlaub.nuernberger-land.de>



Festung
Rothenberg



Die **Kaiserburg Lauf**
an der Pegnitz wird
auch **Wenzelschloss**
genannt



Im Gipfelglück schwelgend hoch hinaus

Fotos: © Nürnberger Land Tourismus, Thomas Geiger

**Das Nürnberger Land winkt
mit „SevenSummits“**



**Es sind nicht die höchsten Berge
der sieben Kontinente. Trotzdem
bieten die „SevenSummits“ des
Nürnberger Landes Gipfelgenüsse
für entspannte, aber auch
ambitionierte Wanderer.**

Houbirg:
Hohler Fels auf
der Houbirg

Abwechslungsreichen, flexibel planbar und unabhängig voneinander können sie begangen werden, die höchsten und vielleicht auch schönsten Gipfel rund um Nürnberg. Hohenstein, Hochberg, Houbirg, Leitenberg, Dom, Windburg und Arzberg, die bekanntesten Namen sind es wohl

nicht in Bayern, wenn es um Berggipfel geht. Wer sie allerdings alle be-zwingt, dem stecken anschließend so einige Höhenmeter in den Beinen. Nur gut, dass entlang aller Wege in ge-mütlichen Einkehrmöglichkeiten für Stärkung gesorgt ist. „Es findet sich zwar kein Mount Everest

im Nürnberger Land, aber Gipfelglück kann man auch auf niedrigeren Höhen erleben,“ weiß Carla Seyerlein von Nürnberger Land Tourismus. Die neuen Rundwanderwege verteilen sich über die ganze Region, sind zwischen sieben und zwölf Kilometer lang und eignen sich für einen Urlaub ohne Auto.



**5 Säulen bilden die eigentlich simple
Philosophie, die den Wasserdoktor
berühmt machten.
Eine Heldengeschichte, die über die
Jahre nichts an Relevanz eingebüßt hat.**

Prien am Chiemsee

lebt Sebastian Kneipp

Allein die Biographie des berühmten Wasserdoktors Sebastian Kneipp bietet Stoff für großes Hollywoodkino. Der Sohn eines Webers wollte eigentlich nur Pfarrer werden – und kein für seine Heilerfolge gefeierter Weltstar. Der am 17. Mai 1821 im bayerischen Stephansried geborene

Kneipp behandelte große Persön-

lichkeiten der Zeitgeschichte vom österreichischen Erzherzog bis zum indischen Maharadscha. Sein erster Patient jedoch war er selbst. Sebastian Kneipp litt unter Schwindsucht, heute besser als Tuberkulose bekannt. Der angehende Student heilte sich selbst, indem er mehrmals pro Woche in der eiskalten Donau badete, um anschließend zurück in seine Stube zu eilen und sich ins warme Bett zu packen. Eine erfolgreiche Heilmethode, denn Kneipp wurde für 76 Jahre, ein für damalige Zeit biblisches Alter. Mehr als 200 Jahre nach seiner Geburt erscheint die Philosophie des Sebastian Kneipp aktueller denn je.

5 Säulen, auch 5 Elemente genannt bilden die Grundlagen seiner ganzheitlichen Heilungsmethode. Oder sollte man besser sagen, die Grundlagen für wirkungsvolle Gesundheitsprophylaxe? Prien am Chiemsee, der einzig anerkannte Luft- und Kneippkurort Oberbayerns, lebt die 5 Säulen von Pfarrer Sebastian Kneipp.





HEILBÄDER UND KURORTE IM GESUNDHEITS- PARK FRANKEN

Fotos: © Gesundes-Bayern.de, Kaija Wegener

Bad Kissingen

**Franken tut gut – kleine Auszeiten in gesunder Umgebung
Wer echte Entspannung vom Alltag sucht, findet in Franken
beste Bedingungen: Zahlreiche Kur- und Heilbäder laden
am Wasser, in den Mittelgebirgen oder inmitten grüner
Wiesen und Wälder zu gesunden WohlfühlMomenten ein.
Ein Hauch von historischem Flair, königlichem Ambiente
und jede Menge Wasser.**

GESUNDHEITSPARK FRANKEN

ebenso wie traditionelle Naturheilverfahren zusammen. Die Grenzen zwischen Kur, Prävention und Wellness sind heute fließend. Es geht um Wohlbefinden, sich und seinem Körper etwas Gutes zu tun. Gleichzeitig Urlaub in reizvoller Gegend zu genießen und damit präventiv positiv auf die Gesundheit einwirken. Denn wenn eines unbestritten ist, dann, dass Gesundheit wirklich alles ist und ohne Gesundheit alles nichts. Es ist definitiv an der Zeit, Wirkungsvolles gegen den Alltagsstress zu tun. Langweilig, verstaubt oder gar uninteressant ist es deswegen in keiner Weise.

GESUNDHEITSTOURISMUS KANN PURER GENUSS SEIN

Unterwegs durch vielfältige Landschaften, auf den Spuren fränkischer Gastfreundschaft, teilweise mit Gesundheitsexperten oder alleine geht es durch frische Luft, ins Element Wasser und zu belebenden Temperaturen.

Dabei sollte man wissen, Franken geht in diesem Fall über die Landesgrenzen Bayerns hinaus. Entspannung und Erholung bedeutet hier auch einen kurzen Abstecher nach Hessen, Thüringen und Baden-Württemberg. Gesundheit kennt eben keine politischen Grenzen.



GESUNDHEITSPARK FRANKEN – GESUNDE MOMENTE IM URLAUB

Klar ist, uncool sind Kurorte absolut nicht. Vielmehr treffen hier Naturheilkunde und Schulmedizin aufeinander. Einerseits in Form einer Kur, um zahlreiche Beschwerdebilder zu lindern. Andererseits aber auch als Gesundheitsurlaub zur Prävention. Immer im Blick, Well-

ness und Wohlbefinden, um sich selbst etwas Gutes zu tun. Natürliche Heilmittel wie Sole, Moor, Radon oder die stärksten Quellen Deutschlands bilden die Grundlage für spezielle Kurkonzepte und Gesundheitsprogramme. Hier gehören moderne Therapien





Zwischen Hopfen, Salz und Kunst

Drei Schleifen für Radfahrer

Fotos: © Peter-von-Felbert

Am Wasser entlang durch ganz Oberbayern.

Im Frühling zeigt sich Oberbayern zweifellos von seiner buntesten Seite: Während die Gipfel der bayerischen Voralpen noch schneebedeckt in den weißblauen Himmel ragen, finden erste kräftige Sonnenstrahlen ihren Weg ins Tal. Wiesen und Bäume erstrahlen in sattem Grün und die Vögel stimmen sich mit lautem Gezwitscher auf die warmen Temperaturen ein. Der erste Schritt ins eiskalte Isarwasser, ein gesel-

liges Bier auf der sonnigen Terrasse des Lieblingslokals oder das erste Picknick am See – was könnte schöner sein, als all das mit dem Radl zu erleben?

Die Seen und Flüsse Oberbayerns als stetige Begleiter, erstrecken sich die Wasser-Radlwege Oberbayern auf über 1.200 Kilometer und verbinden charmante Orte mit malerischen Landschaften sowie vielfältigen Kultur- und Freizeitangeboten. Drei Hauptschleifen widmen sich jeweils einem charakteristischen Thema der Region – dem Hopfen im Norden, dem Salz im Südosten und der Kunst im Südwesten. Zentraler

Dreh- und Angelpunkt ist dabei stets die Landeshauptstadt München.

Ob ambitionierte Langstreckentour oder spontaner Kurztrip – bei Distanzen zwischen 15 und 96 Kilometern ist für jeden Radlertyp etwas dabei. Zahlreiche Haltestellen von S- und Regionalbahn bieten regelmäßige Ein- und Ausstiegsmöglichkeiten entlang der Etappen. So lassen sich diese beliebig verkürzen, variieren oder auf mehrere Tage ausweiten.

Doch geht es bei den Wasser-Radwegen um weit mehr als nur um's Kilometer sammeln. Es geht darum, in die Natur,



DIE HOPFENSCHLEIFE...

... führt durch die Landkreise Dachau, Neuburg-Schrobenhausen, Pfaffenhofen an der Ilm, Eichstätt, Freising und München.

... fordert mit insgesamt 1.160 Höhenmetern.

... trifft auf die Flüsse Amper, Maisach, Donau, Ilm, und Isar und führt vorbei an den Badeseen des Münchner Umlands – darunter Lusse, Langwieder und Olchinger See.

... besticht durch Erlebnisse rund um die oberbayerische Bier- und Braukultur wie dem Bier- und Oktoberfestmuseum in München, der Hopfenerlebnisführung in der Hallertau oder dem Erdinger Weißbräu.

golstadt, der Geburtsstätte des Reinheitsgebots. Ein Stück Biergeschichte lässt sich hautnah in der ältesten aktiven Brauerei der Welt in Weihenstephan sowie dem Hopfenmuseum in Wolnzach oder dem Brauereimuseum in Altomünster erleben. Neben den historischen und kulinarischen Highlights rund um das Bier hat die Hopfenschleife natürlich auch landschaftlich einiges zu bieten, wie etwa das weltweit größte Hopfenanbaugelände in der Hallertau.

DIE SALZSCHLEIFE – 380 GESALZENE KILOMETER DURCH OBERBAYERN

Vom Marienplatz durch den Englischen Garten in Richtung Südosten passiert die Salzscheife auf über 380 Kilometern malerische Städte wie Mühldorf, Altötting, Traunstein oder Wasserburg – Städte, die dem Salz einst ihren Reichtum und Wohlstand zu verdanken hatten. Ob weltweit längste Burg in Burghausen oder weltgrößte Thermenlandschaft in Erding – die Salzscheife hat dabei so manche Superlative zu bieten. Als salzige Highlights erweisen sich auch das über 500 Jahre alte Salzbergwerk in Berchtesgaden, die Alte Saline in der Salz-Handelshauptstadt Bad Rei-

Kultur und die Wurzeln Oberbayerns einzutauchen und diese aus neuen, zum Teil überraschenden Blickwinkeln kennenzulernen. Im Frühling lässt der große Ansturm auf Radwege und Unterkünfte noch auf sich warten. So finden Radfahrer auch spontan für eine Nacht eine Bleibe, zum Beispiel in den vielen, vom Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club (ADFC) zertifizierten Bett+Bike-Betrieben – Unterkünfte, die durch Services wie Trockenräume für Kleidung, Tourentipps oder Reparaturmöglichkeiten besonders fahrradfreundlich gestaltet sind.

DIE HOPFENSCHLEIFE – DEM GRÜNEN GOLD AUF DER SPUR

Das Bier gehört unweigerlich zum Herzstück der bayerischen Kultur und darf am Ende einer Radltour durch Oberbayern nicht fehlen. Bier und Hopfen stehen daher wohlverdient im Fokus der rund 270 Kilometer langen Hopfenschleife im nördlichen Oberbayern. Vom Brauereiviertel Münchens führt sie zur legendären Eisbachwelle im Englischen Garten, trifft kurzweilig auf die Amper und führt dann vom malerischen Neuburg an der Donau bis nach In-



Lechweg

von Österreich nach Deutschland

**Grenzüberschreitende
Wilde-Wasser-Wanderung:
Tipps und Tricks für die
richtige Vorbereitung**



Von seiner Quelle am Vorarlberger Formarinsee sind es beinahe 125 Kilometer, die einer der letzten Wildflüsse der Alpen bis zum Lechfall in Füssen/Allgäu zurücklegt. Der begleitende, durchgehend beschilderte Lechweg führt auf Etappen-Varian-



ten von ambitioniert bis gemütlich durch die einzigartige Auenlandschaft. Die Weitwanderung durch abwechslungsreiche und zugleich faszinierende Natur erfordert nur wenig bzw. geringe alpine Erfahrung. Entlang der Strecke locken Highlights

wie die historischen Walserhäuser von Warth am Arlberg, die spektakuläre Holzgauer Hängebrücke im Tiroler Lechtal oder der Naturpark Reutte. Mit der erst kürzlich zum „Leading Quality Trail“ ausgezeichneten Route wurde in der Grenzre-

gion zwischen Bayern und Tirol ein sanfter Qualitätstourismus etabliert. Partnerbetriebe organisieren kostenlose Gepäcktransporte von Station zu Station und die Gästekarten ermöglichen freie Mobilität. Doch wie geht man an eine solche Wanderung richtig heran?



WILD UNSERE NATUR. ECHT UNSER GESCHMACK.



Purer Genuss für deine Brotzeit!

Unsere GOLDSTEIG Käsespezialitäten eignen sich hervorragend für eine genussvolle Brotzeit für unterwegs oder zu Hause. Mit unserem nussig-feinen Emmentaler, dem mild-aromatischen Almdammer oder dem milchig-feinen Mozzarella verfeinert ihr jeden Familienausflug.

Mehr entdecken auf www.goldsteig.bayern



**OHNE ANWENDUNG
VON GLYPHOSAT**

