Ausgabe • **2027**

Hin & weg

Ein Magazin von Eurohike



Begegnungen

Auf der Alm und im Nationalpark
Alle Sinne auf Empfang

Mallorca auf zwei Arten
Zwischen Bergpfaden und Küstenstraßen

Solo-Wandern entdecken
Ganz bei sich sein





Impressum

Herausgeber: Eurofun Touristik GmbH · Mühlstraße 20, A-5162 Obertrum · Telefon +43 (0)6219 60 877 · eurohike.at · UID: ATU71008456 · HRB FN452199z Gerichtsstand Salzburg

Text: Hin & weg Redaktion von Eurohike – in Zusammenarbeit mit Caroline Eßl, Agentur ALSO

Konzept/Gestaltung: FRIspirit – Agentur für Grafik & Kommunikation (Walter Friesenegger, Isabel Kobler, Simone Meister)

Fotos: Eurofun Touristik GmbH, Heiko Mandl, Leo Himsl, Pixabay und mit freundlicher Genehmigung unserer Partner und Mitarbeiter

Druck: Walstead Leykam Druck, A-3100 St. Pölten

Änderungen im Angebot sowie Irrtümer, Druck- und Rechenfehler vorbehalten.



Was von einer Reise bleibt

Liebe Wanderfreunde,

ein Jahr lang haben wir uns auf den Weg gemacht, unzählige Kilometer zurückgelegt und die schönsten Ecken in ganz Europa erkundet. Dabei ist uns eines bewusst geworden: Es sind die Begegnungen entlang des Weges, die eine Wanderreise am meisten bereichern.

Begegnungen mit Gleichgesinnten, die dieselbe Freude am Unterwegssein teilen. Mit Einheimischen, die den Charakter ihrer Heimat prägen. Mit Tieren in ihrem natürlichen Lebensraum. Mit Landschaften, die wir zum ersten Mal mit eigenen Augen gesehen haben. Und ja – letztendlich ist jede Reise auch eine Begegnung mit sich selbst. Es sind die Gespräche und neu erlangten Perspektiven, die noch lange nachwirken.

Das Ergebnis dieser Eindrücke halten Sie nun in Händen: die erste Ausgabe unseres Reisemagazins Hin & weg. Im Mittelpunkt stehen Aktivmomente, inspirierende Lebensgeschichten und Menschen, die Europas kulturelle Vielfalt ausmachen.

Bevor Sie mit uns auf Reisen gehen, möchten wir Ihnen einen kleinen Vorgeschmack geben.

Zwei Frauen haben sich entschlossen, die Alpen aus eigener Kraft zu überqueren, und erzählen von den Anstrengungen und Erfolgen. Im Nationalpark Hohe Tauern und in der Osterhorngruppe im Salzkammergut erleben wir, wie intensiv Wandern mit allen Sinnen sein kann. Dabei waren wir neugierig und wollten erfahren, wie sich das Leben auf der Alm gestaltet. Eine junge Almwirtin verrät es uns. Auch ans Wasser führt dieses Magazin: nach Mallorca und Madeira, an die portugiesische Atlantikküste sowie auf die schönsten Flusswanderwege Deutschlands. Und wir gehen einer Frage nach, die sich zahlreiche Menschen stellen: Wie fühlt es sich an, allein zu verreisen? Ein Selbstversuch mit ehrlichen Antworten.

Genau diese Art von Erlebnissen wünschen wir Ihnen für Ihre persönliche Wanderauszeit 2027: Begegnungen, die den eigenen Horizont erweitern und die Freude wecken, Europa immer wieder neu zu entdecken.

Verena Sonnenberg & Thomas Schmid

Geschäftsführung Eurofun Touristik
& das gesamte Eurohike Team

Auf einen Blick





12 Unterwegs im Norden Italiens

Almfeeling trifft auf Dolce Vita

Interview:
Das Glück der Einfachheit
22 Eine Hüttenwirtin erzählt



32
Jedem seine Alpenüberquerung
Zwei Frauen, zwei Wege, ein Ziel



58
Madeira, Insel der Kontraste
Von Lavafelsen und Blütenpracht

Fünf Momente, die Lust aufs Loswandern machen



Manche Wege führen zu Aussichtspunkten, andere zu Geschichten. Sie bringen uns an besondere Orte, lassen uns Neues entdecken und zeigen die Landschaft aus immer wieder anderen Perspektiven.

Text: Christina Auer



Krimmler Tauernhaus

HÜTTENTOUR NATIONALPARK HOHE TAUERN

Das Krimmler Achental gilt als das höchstgelegene Tal der Venedigergruppe. Von hier aus führt einer der ältesten Gebirgsübergänge ins Südtiroler Ahrntal. Das Krimmler Tauernhaus dient als wichtiger Stützpunkt für Weitwanderungen und als Ausgangsort für zahlreiche Gipfelbesteigungen im Nationalpark Hohe Tauern. Seit 1906 wird es von der Familie Geisler geführt.

Prealpi Gardesane

BERGWANDERN AM GARDASEE

Die steilen Bergflanken des Trentino und Veneto verleihen dem Norden des Gardasees sein unverwechselbares Landschaftsbild und bieten ein vielseitiges Wegenetz für Wanderer. Für den Aufstieg wird man mit eindrucksvollen Panoramen belohnt, wie etwa auf der Route vom Lago di Ledro nach Limone mit diesem Ausblick auf das gegenüberliegende Monte-Baldo-Massiv.

„Die Vielfalt der Landschaften macht Europa zu einem Kontinent, den man immer wieder neu entdecken möchte.“

Reimar Winterberger, Produktmanagement

Triglav-Nationalpark

PANORAMAWANDERN JULISCHE ALPEN

Einer Legende zufolge wacht der mächtige Triglav als „Gott mit drei Köpfen“ über Himmel, Erde und die Unterwelt. Ebenso spektakulär wie die Erzählungen offenbart sich auch die Landschaft rund um den höchsten Berg Sloweniens. Bei einer Durchquerung des Triglav-Massivs, kann man die Vielfalt der Julischen Alpen aus nächster Nähe erleben.



ALPE-ADRIA-TRAIL AB DEM GROSSGLOCKNER

Die Kaiser-Franz-Josefs-Höhe markiert den offiziellen Ausgangspunkt des 750 Kilometer langen Alpe-Adria-Trails, der bis ins Küstenstädtchen Muggia nahe Triest führt. Bereits auf der ersten Etappe erleben Weitwanderer Naturphänomene wie den Sandersee am Pasterzen-Gletscher oder den mächtigen Leiter-Wasserfall.

Kaiser-Franz-Josefs-Höhe



CINQUE TERRE UND LIGURISCHE KÜSTE

Versteckt in einer abgeschiedenen Bucht an der ligurischen Riviera liegt die Abtei San Fruttuoso – erreichbar nur per Boot oder zu Fuß. Ein Panoramaweg führt entlang der Küste nach Portofino und durch den gleichnamigen Naturpark, stets begleitet von der Brise des Ligurischen Meeres. Mehr dazu auf Seite 48.

Abtei von San Fruttuoso

Welcher Wandertyp bin ich?

In Europa trifft eine enorme Vielfalt unterschiedlicher Landschaftsformen aufeinander. Alpine Gebirgszüge gehen in Weinberge über, Flusslandschaften münden in Seen, Puderzuckerstrände treffen auf Steilküsten. Das Ergebnis: ein breites Spektrum an Wanderrouten und damit die Qual der Wahl, welche Reisedestination am besten zu einem passt. Hoch hinaus oder nah am Wasser, in die Berge oder doch lieber auf eine Insel, ambitioniert oder genussvoll. Anspruchsvolle Trekking-Touren sind nicht jedermanns Sache. Beim gemütlichen Genusswandern werden Abenteurer wohl auch nicht glücklich. Manche lieben den Blick aufs Meer, andere ausgedehnte Almwanderungen mit Hüttenübernachtung. Gewiss ist: Europa bietet für alle Ansprüche, Vorlieben und Reisetypen das passende Wandererlebnis.

Reisen für alle Wandertypen



GENUSSWANDERER

In sanften Auf- und Abstiegen werden abwechslungsreiche Landschaften erkundet. Beim Almwandern bietet sich die Gelegenheit zur Einkehr in urigen Hütten, während Routen entlang von Seeufern und Flüssen zu einem Sprung ins kühle Nass einladen. Bei solchen Touren lassen sich Genuss und Geselligkeit mit moderater Aktivität optimal verbinden. Durch die kürzeren Strecken bleibt reichlich Zeit für die Begegnung mit Land und Leuten, Kulinarik und Kultur.



MEERLIEBHABER

Für viele beginnt das wahre Urlaubsgefühl erst am Meer. In Kombination mit sportlicher Aktivität entsteht ein perfektes Naturerlebnis. Insel- und Küstenreisen bieten genau das: Wanderpfade mit Meerblick, mediterrane Kulinarik und eine üppige, teils tropisch anmutende Vegetation. Versteckte Badebuchten laden zu einer wohltuenden Abkühlung ein. Für all jene, die sich hier wiedererkennen, sind Reiseziele wie die Atlantikinsel Madeira, die Algarve, die Baleareninsel Mallorca oder Süditalien genau das Richtige.

FEINSCHMECKER

Wer neben sportlicher Aktivität und Naturerlebnis auch kulinarisch in eine Region eintauchen möchte, sollte eine wählen, die besondere Schmankerl bietet. Weingebiete wie das Piemont, die Wachau oder das Rheinland sind gute Adressen, um unterwegs beim Winzer einzukehren. In Südtirol trifft alpine Bodenständigkeit auf mediterrane Raffinesse, in Slowenien ergänzen pannonische und balkanische Einflüsse die Vielfalt. Fischliebhaber werden auf Wanderreisen am Mittelmeer oder am Atlantik kulinarisch verwöhnt.





KURZURLAUBER

Eine kurze Auszeit vom Alltag oder willkommener Tapetenwechsel: Kurzurlaube bringen frischen Wind und Erholung zwischendurch – ganz ohne lange Anreise. Gleichzeitig laden Kurzreisen dazu ein, bisher verborgene Ecken nahe der eigenen Heimat zu entdecken. Bestens geeignet, um Kraft und Inspiration für neue Aufgaben zu tanken, den Kopf freizubekommen und das Stresslevel zu senken.



SONNENHUNGRIGE

Sobald der Winter in unseren Breitengraden Einzug hält und die Temperaturen unter den Gefrierpunkt sinken, zieht es viele Reisende in wärmere Gefilde. Wanderurlaube in Ganzjahresdestinationen wie den Kanaren, Madeira oder dem portugiesischen Festland sind ideal, um dem Winter zu entfliehen. Angenehme Temperaturen, viel Sonnenlicht und deutlich ruhigere Wege als in der Hochsaison machen diese Zeit besonders attraktiv.



ABENTEURER

Im hochalpinen Raum, auf anspruchsvollen Steigen entlang schroffer Gebirgsflanken und auf Schutzhütten inmitten von Dreitausendern fühlen sich Trekking-Abenteurer so richtig wohl. In luftigen Höhen werden die Pfade stiller, die Ausblicke weiter und die Bergseen noch klarer. Wer eine sportliche Herausforderung sucht, wird beispielsweise bei einer Überquerung der Alpen auf dem europäischen Fernwanderweg E5 oder einer Reise auf dem Tirolerweg fündig.



SOLO-WANDERER

Im eigenen Tempo wandern, vollkommene Freiheit genießen und einfach spontan sein: Diese Vorzüge bewegen zahlreiche Wanderer dazu, allein aufzubrechen. Noch einen weiteren Vorteil hat das Alleinreisen: Wer ohne Begleitung unterwegs ist, nimmt die Natur häufig viel intensiver wahr, gewinnt Raum für echte Entschleunigung und kommt unterwegs möglicherweise nicht nur am Ziel, sondern ganz bei sich selbst an.



KULTURINTERESSIERTE

Wo Natur auf Geschichte trifft: Auf vielen Routen begegnet man historisch bedeutsamen Orten und echten Kulturschätzen. Ideal für Wanderer, die das Aktiverlebnis gerne durch Sightseeing ergänzen. In den kleinen Altstädten der Toskana spürt man den Einfluss der Etrusker, Reisen im Salzkammergut sind nur einen Steinwurf von der Mozart- und Festspielstadt Salzburg entfernt, am Rheinsteig erzählen Burgen und Schlösser mittelalterlichen Ursprungs von vergangenen Zeiten.

Unterwegs im Norden Italiens

Almfeeling trifft auf Dolce Vita

Kaum eine Region vereint so viele Gegensätze wie Norditalien. Von Südtirol über das Trentino bis zum Gardasee verändern sich Landschaft und Lebensgefühl wie beiläufig und offenbaren immer wieder neue Facetten.

Text: Christina Auer





Eine Region der Kontraste

Der Monte Rocchetta zu meiner Rechten, der langgezogene Bergrücken des Monte-Baldo-Massivs zu meiner Linken und vor mir das Blau des Gardasees. Ich bin angekommen. Im Hafen von Riva del Garda lasse ich mich in einem kleinen Café nieder und genieße den Ausblick. Als ich vor vier Tagen am Kalterer See aufgebrochen bin, hatte ich keine Vorstellung davon, wie abwechslungsreich meine Wanderreise bis ans Nordufer des Gardasees werden würde. Mit jedem Schritt Richtung Süden werden landschaftliche, kulturelle und kulinarische Unterschiede wahrnehmbar.

In Kaltern prägen Obstgärten das Bild, die Brenta-Dolomiten beeindrucken mich mit mächtigen Gebirgszügen. Selbst die letzte Etappe dieser Route steckt voller Gegensätze: Eben noch genieße ich im Rifugio San Pietro eine herzhafte Knödelvariation, und kaum eine Stunde später wandere ich durch Olivenhaine, wenige Schritte vom See entfernt. Kurz gesagt: Alpin trifft auf mediterran, Schlutzkrapfen auf Pizza, Almfeeling auf italienische Gelassenheit.

Zu Fuß durch die Klimazonen Norditaliens

Wer in Südtirol zu einer Wanderung aufbricht, die ins Trentino und weiter nach Venetien führt, kann die klimatischen Veränderungen entlang des Weges deutlich beobachten. Grund dafür sind die unterschiedlichen geografischen und morphologischen Bedingungen. Allein das Trentino überbrückt einen gewaltigen Höhenunterschied von rund 2.850 Metern, wodurch sich auf engstem Raum völlig unterschiedliche Klimazonen ausbilden.

Diese Kontraste spiegeln sich in der Natur wider: In den höher gelegenen Gebieten dominieren alpine Landschaften mit Nadelwäldern und Alpenblumen. Mit jedem Höhenmeter talwärts in Richtung Süden werden die Temperaturen milder und die Pflanzenwelt vielfältiger. Besonders deutlich zeigt sich dieser Wandel in den Tälern rund um den Gardasee und in der Region Venetien, die den Einflüssen der Adria unterliegt. Hier herrscht ein angenehm mildes Klima, das sich in der für südliche Regionen charakteristischen Vegetation zeigt. Wo zu Beginn der Wanderung noch Latschen und Zirbelkiefern die Landschaft formten, säumen nun Oleander, Feigenbäume und Olivenhaine den Weg.

Geschmack der Gegensätze

Auf kaum einer Reise liegen herzhafte Bergküche und mediterrane Genusskultur so nah beieinander. Mit dem Törggelen-Brauch wird Südtirol in den Herbstmonaten zum Ziel für Genusswanderer. Die Tradition reicht bis ins 15. Jahrhundert zurück. Früher luden die Bauern ihre Erntehelfer zu einer „Marende“ ein, bei der frischer Traubensaft und der erste Jungwein der Saison verkostet wurden. Heute lebt der Brauch in zahlreichen Buschenschänken und Höfen weiter. Gut markierte Wege führen durch Weinberge zu jenen Betrieben, die regionale Spezialitäten servieren: Kastanien und Wein sind zu dieser Zeit die kulinarischen Stars. Dazu gesellen sich typische Gerichte wie Gerstensuppe oder eine Speckjause.

Der Gardasee erstreckt sich über die Regionen Trentino, Lombardei und Venetien und vereint damit eine außergewöhnliche kulinarische Vielfalt. Im Norden spürt man noch die Einflüsse der alpinen Küche. Typisch sind etwa Strangolapreti, handgemachte Nocken aus Semmelwürfeln, die mit Spinat und Wildkräutern verfeinert werden. Das in der Lombardei liegende Westufer des Gardasees ist bekannt für sein extra natives Olivenöl mit DOP-Qualitätssiegel, das bei lokalen Produzenten hergestellt wird. Vor allem im südlichen Teil des Sees kommt die Gardasee-Forelle in feiner Zitronensauce auf den Tisch.

Vom Leben auf der Alm zu Dolce Vita

Eine Wanderung von Südtirol bis zum Gardasee ist nicht nur eine Reise durch Landschaften, sondern auch durch Lebenswelten – man begegnet verschiedensten Mentalitäten. In den Bergregionen zeichnen Tradition, Landwirtschaft und ein enger Bezug zur Natur den Alltag. Handwerk, Brauchtum und das Leben im Rhythmus der Jahreszeiten stehen bis heute im Mittelpunkt. Je weiter es nach Süden geht, desto spürbarer verändert sich das Flair. In den Tälern des Trentino und schließlich am Gardasee bestimmt eine starke Genusskultur die Tage: Cafés auf sonnigen Plätzen, lange Abende am Seeufer und das Lebensgefühl des italienischen „Dolce far niente“. So verbindet die Route zwei Welten.



Ausblick vom Monte Luppia auf den Gardasee

Wanderschuhe geschnürt und los geht´s

Am Gardasee angekommen, wird schnell klar: Es wäre schade, sich nur auf Baden und Flanieren an den Promenaden zu beschränken. Die Natur rund um das größte Gewässer Italiens ist schlichtweg zu vielfältig, um unentdeckt zu bleiben. Das dichte Wegenetz eröffnet Routen für jeden Anspruch – von der entspannten Panoramarunde bis zur alpinen Herausforderung. Für Genusswanderer bietet sich ein kurzer Anstieg zur Rocca di Garda an. Von dort genießt man einen Blick über die Bucht von Garda, die Halbinsel Sirmione und die Steilwand der Rocca di Manerba. Eine weitere kurze Route mit tollen Panoramablicken führt auf den Monte Luppia. Wer etwas mehr Höhenmeter in Kauf nimmt, wird oberhalb des Bergdorfs San Zeno di Montagna belohnt. Die Höhenwanderung zum Rifugio Chierego bietet immer wieder weite Ausblicke hoch über dem Gardasee. Eine Wanderung führt zu meinem persönlichen Lieblingsplatz: Punta Larici, ein Aussichtspunkt, den man vom kleinen Dorf Pregasina in etwa einer Stunde erreicht.



Reisetipp: Von Meran zum Gardasee
6 Tage | ●●●○ | Mai – Oktober

Nur ein paar Meter höher

Orte, die vielen Touristen verborgen bleiben





Rastplatz oberhalb von Malcesine

Christina Keltenich kennt die Bergwelt rund um den Gardasee in- und auswendig. Als Produktmanagerin für Eurohike ist sie jedes Jahr unzählige Kilometer und Höhenmeter zu Fuß unterwegs. Ihr Fokus liegt dabei auf der Recherche und Ausarbeitung abwechslungsreicher Routen für selbstgeführte Wanderreisen, um Outdoorfans die Natur abseits der bekannten Pfade zugänglich zu machen.

Mehrere Millionen Gäste reisen jährlich an den Gardasee. Während andere die Campingzelte aufschlagen und bei der Eisdiele Schlange stehen, bin ich hoch oben anzutreffen. Bei den unzähligen Entdeckungstouren am Gardasee habe ich festgestellt: Oft genügen nur wenige Höhenmeter, um Ruhe in der Natur fernab des touristischen Geschehens zu finden. Dort oben gefällt es mir am besten. Eine meiner Lieblingsrouten führt zu einer abgelegenen Einsiedelei in den Flanken des Monte Baldo. Der Pfad schlängelt sich von Assenza auf alten Steinpflasterwegen in Serpentinen nach oben. Dort angekommen wartet zwar keine Einkehr, aber eine Rastbank mit besonderem Ausblick: aus dem grünen Blätterdach ragen riesige Felszacken. Die Naturkulisse erinnert fast an einen tropischen Wald oder an die Einsamkeit der Anden und hat mit dem belebten Ufer nichts mehr gemeinsam. Eine weitere schöne Wanderung bietet der Weg zur Cima Valdritta, dem höchsten Gipfel im etwa 30 Kilometer langen Gebirgskamm des Monte Baldo. Die Route führt über den spektakulären Berggrat und hält beinahe durchgängig Panoramablicke auf den See bereit.

So, wie es uns gefällt

Jeder hat seine eigenen Vorstellungen, was einen gelungenen Wanderurlaub ausmacht. Und manchmal braucht es nur ein paar kleine Änderungen, damit eine Reise genau dazu passt.

Oft möchte man beim Blättern im Reisemagazin gleich die Wanderschuhe schnüren und losgehen: Die Etappen sind genau richtig, die Hotels sehen gemütlich aus, Landschaft und Orte sind das, wonach man gesucht hat. Doch wie schön wäre es, am Ziel noch ein paar Tage länger zu bleiben? Oder zwischendurch eine Etappe auszulassen, um die Umgebung in Ruhe zu erkunden, ein bisschen Wellness zu genießen und die Reise ganz entspannt auszukosten?

„Kürzlich haben sich eine Mutter und ihre Tochter für unsere Reise von Verona zum Gardasee entschieden“, erzählt Reiseexpertin Stephanie Erbschwendtner. „Sie wollten unterwegs mehr Zeit für Genuss und gemeinsame Erlebnisse haben. Deshalb verlängerten wir ihren Aufenthalt in Verona und organisierten für sie einen Abend in einem besonderen Restaurant. Außerdem verbrachten die beiden eine zusätzliche Nacht in Valpolicella. Dort besuchten sie das familiengeführte Weingut Scriani und konnten vor Ort nicht nur feine Valpolicella-Weine verkosten, sondern auch Einblicke in ihren Entstehungsprozess gewinnen: von der Lese über den Ausbau in den Eichenfässern bis zur Abfüllung. Sie haben sich richtig über diese persönlichen Anpassungen gefreut.“

Die italienischen Wanderregionen bieten sich dafür besonders an, denn neben Natur und Bewegung sind auch Geschichte, Kultur und Dolce Vita verlockend. Aber auch am Gardasee muss es nach der letzten Wanderetappe nicht gleich wieder nach Hause gehen. Zwei zusätzliche Nächte und schon hat man Zeit für eine Fahrradtour am See, einen Ausflug nach Sirmione, eine Shoppingrunde oder einen Tag im Spa-Bereich.

Nicht immer sind es die zusätzlichen Kilometer, die eine Wanderreise bereichern. Oft sind es die Stunden dazwischen, die man im eigenen Rhythmus verbringen kann. Ein Ort, an dem man länger bleibt, ein Tag ohne Programm oder ein gemütlicher Spaziergang, während die Wanderschuhe einfach mal stehen bleiben dürfen.



Mehr Wanderreisen nach Maß



Solo-Wandern entdecken

Ganz bei sich sein

Allein zu reisen bedeutet nicht Einsamkeit, sondern Freiheit. Ohne Ablenkung entsteht Raum für neue Perspektiven und für die vielleicht spannendste Begegnung überhaupt: die mit sich selbst.

Text: Magdalena Frauscher

Die kleinen Sorgen des Alltags bleiben zuhause. Keine Verpflichtungen, keine Termine, kein Blick auf die Uhr. Nur der Weg, der sich durch Weinberge und lichte Wälder zieht. Mit jedem Schritt rückt der Lärm des Alltags weiter in den Hintergrund. Allein zu reisen, wirkt auf viele Menschen zunächst ungewohnt. Wer wandert schon freiwillig ohne Begleitung? Doch genau darin liegt der Reiz. Niemand gibt das Tempo vor, niemand entscheidet über die nächste Pause oder den Umweg zum Aussichtspunkt. Der Tag gehört einem selbst. Auf dem Südtiroler Wein- und Almenweg zeigt sich gut, was diese Art des Reisens so besonders macht. Zwischen Reben, Kastanienhainen und aussichtsreichen Höhenwegen entsteht etwas, das oft zu kurz kommt: Zeit zum Schauen und Innehalten. Dass die 4-Tage-Variante der Tour auch speziell für Solo-Reisende angeboten wird, macht den Einstieg besonders einfach.

Allein, aber nicht einsam

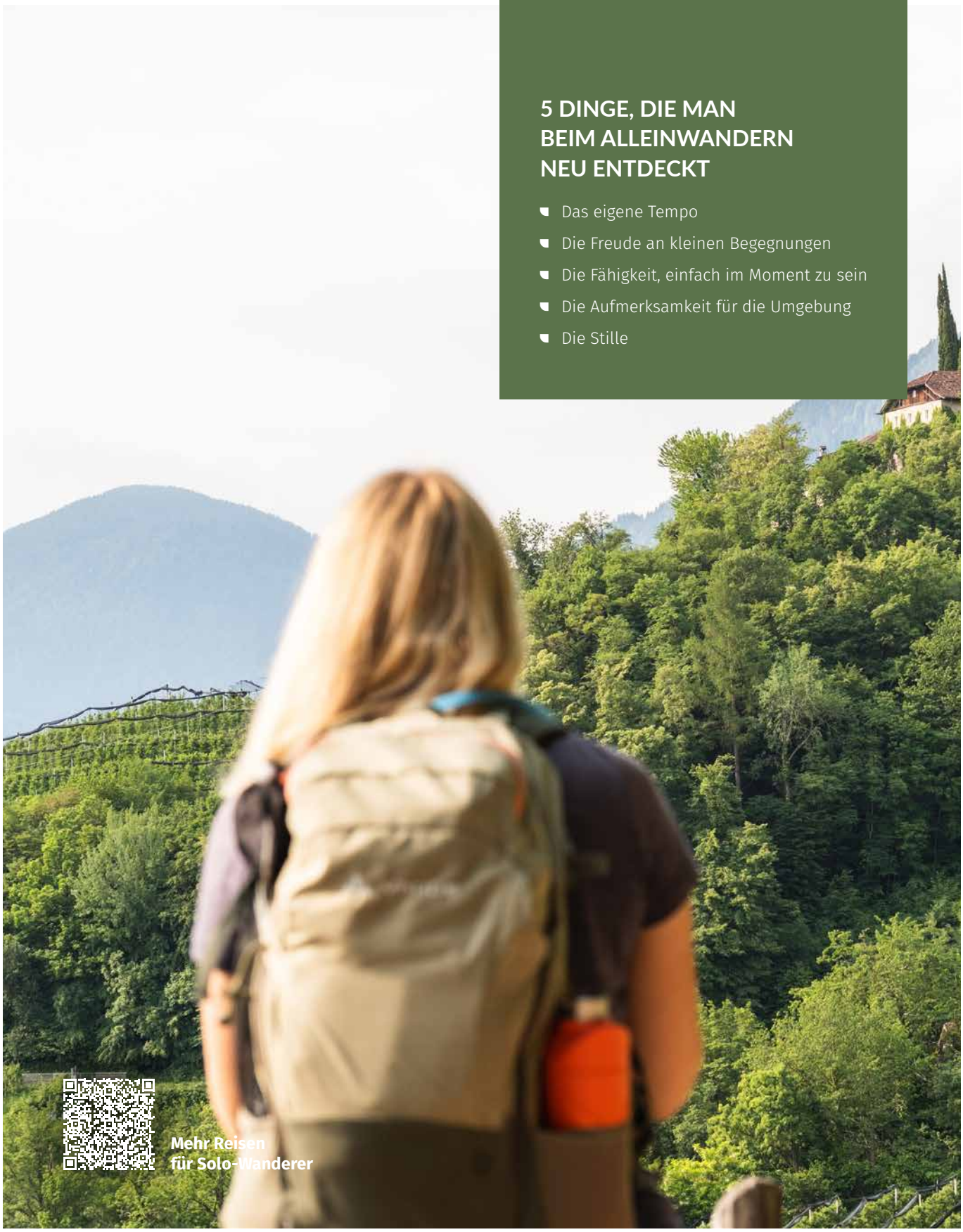
Kontakte ergeben sich fast wie von selbst. Da ist die Wirtin, die einen Regionaltipp verrät. Der Wanderer auf der nächsten Bank, mit dem man spontan ins Gespräch kommt. Oder die Kellnerin, die empfiehlt, welches Gericht man heute unbedingt probieren sollte. Gerade weil keine vertraute Person dabei ist, entstehen Begegnungen, die sonst vielleicht nie stattfinden würden. Man nimmt die Umgebung aufmerksamer wahr und ist offener für das, was kommen könnte. Wer nicht ganz ohne Gesellschaft sein möchte, nimmt seinen Hund mit. Die Freude an der Bewegung teilt er bestimmt, ansonsten ist der treue Begleiter einfach da – ganz ohne Worte.

Freiheit mit Sicherheitsnetz

Allein heißt nicht, alles selbst organisieren zu müssen. Bei einer geplanten Reise sind Wege und Unterkünfte bereits festgelegt, das Gepäck wartet am nächsten Etappenort, und im Notfall gibt es zuverlässige Hilfestellungen der örtlichen Ansprechpartner. So bleibt der Kopf frei für das Wesentliche: das Unterwegssein im eigenen Rhythmus. Vielleicht ist dabei das größte Geschenk nicht die Freiheit, sondern die Klarheit. Ohne ständige Ablenkung lassen sich Gedanken zu Ende denken und Entscheidungen leichter treffen. Manchmal entdeckt man neue Interessen, manchmal einfach nur die Freude daran, einen Tag ohne Verpflichtungen zu verbringen. Allein zu wandern, bedeutet also nicht, einsam zu sein. Es bedeutet, Zeit für sich zu haben. Südtirol wartet schon.

5 DINGE, DIE MAN BEIM ALLEINWANDERN NEU ENTDECKT

- Das eigene Tempo
- Die Freude an kleinen Begegnungen
- Die Fähigkeit, einfach im Moment zu sein
- Die Aufmerksamkeit für die Umgebung
- Die Stille



Mehr Reisen für Solo-Wanderer





Auf der Alm und im Nationalpark

Alle Sinne auf Empfang

Beim Wandern geht es nicht nur darum, ein Ziel zu erreichen. Es sind die vielen kleinen Dinge, die eine Tour ausmachen. Wir waren auf der Genneralm und im Nationalpark Hohe Tauern unterwegs. Dort, wo Stille hörbar wird, frische Pofesen duften und die Natur ihre ganze Kraft entfaltet.

Text: Christina Auer

Krimmler Achental





Das Glück der Einfachheit

Auf der Posch'n Hütte folgt der Tag einem eigenen Rhythmus. Vieles richtet sich nach dem Wetter, gekocht wird frisch und gerne, und das Leben mit den Tieren gehört ganz selbstverständlich dazu. Auf der Genneralm ist dieser Alltag für Familie Steinberger noch Realität. Und einfach heißt hier manchmal auch: kein Handyempfang.

Almküche mit Tradition

„Es ist mein 38. Sommer auf der Alm. Ich bin hier aufgewachsen. Seit meiner Kindheit verbringe ich die Sommermonate auf der Posch'n Hütte. Ich kenne es gar nicht anders", erinnert sich Kerstin, die in der rustikalen Küche alle Vorbereitungen für die Verköstigung der Radfahrer und Wanderer erledigt. Auf dem Herd steht ein gusseiserner Topf mit heißem Fett, auf der Anrichte liegen frisches Bauernbrot, Käse, Gemüse und Almblumen. Mit Powidlmarmelade bestrichene Weißbrotscheiben werden in einen Teig getaucht und landen im nächsten Moment im Topf. Die Zwetschgenpofesen zählen zu den Spezialitäten auf der Posch'n Hütte. Sie werden täglich frisch zubereitet und sind bei den Gästen besonders beliebt. In eine zweite Gusspfanne kommt ein Schöpfer Teig und eine Handvoll Rosinen für den Kaiserschmarrn. „Wir verwenden in der Küche ausschließlich frische Zutaten aus der unmittelbaren Umgebung. Die Eier kommen von unseren eigenen Hühnern", erklärt Kerstin, bevor sie die nun fertigen Pofesen auf dem geblümten Teller anrichtet und mit Staubzucker bestreut. Der ausgebackene Kaiserschmarrn landet gemeinsam mit einem Schälchen Apfelmus auf einem zweiten Teller und wird zwei Wanderern, die in den Morgenstunden zur Hütte aufgestiegen sind, serviert.

Wo Ruhe zum Luxus wird

Gemeinsam mit ihrem Mann Sepp hat Kerstin die Hütte vor sieben Jahren übernommen. Zuvor wurde sie rund drei Jahrzehnte von ihren Eltern bewirtschaftet. Die Hütte liegt auf der Genneralm auf 1.295 Metern Höhe inmitten der Osterhorngruppe und ist eine von 25 Hütten im rund 220 Hektar großen Almgebiet. Direkt vor der Haustür beginnen Gipfelwanderungen auf den Hohen Zinken, das Gennerhorn, das Gruberhorn, den Regenspitz oder den Hochwieskopf. Auch mehrtägige Touren führen über die Genneralm: So gibt es die Möglichkeit, vom Zwölferhorn zur Genneralm zu wandern und die Route am nächsten Tag über den Hohen Zinken und den Pitschenberg bis zur Postalm fortzusetzen. Fünf schlicht eingerichtete Zimmer bieten ein gemütliches Nachtquartier. Das Bad wird gemeinsam genutzt. Ein klein wenig Abstimmung zwischen den Gästen gehört daher dazu. Doch gerade diese Bodenständigkeit macht das Leben und Übernachten in der Hütte aus. „Es ist die Einfachheit, das besondere Flair und die Ruhe auf der Alm, welche unsere Nächtigungsgäste so schätzen", erklärt Kerstin. „Und der Sternenhimmel", fügt sie hinzu. „Hier oben gibt es nachts keine einzige künstliche Lichtquelle, keine Straßenlaterne, keine Autoscheinwerfer. Deshalb kommen die Sterne am Himmel so intensiv zur Geltung. Wer spätabends auf der Terrasse sitzt, hört lediglich die Kuhglocken und das leise Grasen der Weidetiere. Handyempfang oder WLAN sucht man vergeblich." Stattdessen bleibt Zeit für





Hüttenwirtin Kerstin Steinberger

Gespräche, gemütliches Beisammensein und die selten gewordene Kunst, einfach einmal nichts zu tun.

Ein Tag im Rhythmus der Alm

Auf der Posch'n Hütte erfolgt die Strom- und Warmwasserversorgung ausschließlich durch Sonnenenergie. Noch vor Sonnenaufgang führt Kerstins erster Weg zum Holzofen, wo sie Wasser für den Tee aufsetzt. Dann bleiben zwanzig, vielleicht dreißig Minuten, bevor die ersten Gäste aufstehen. Das ist gleichzeitig die einzige Zeit des Tages, welche die junge Almwirtin ganz für sich hat. Anschließend beginnt der Arbeitsalltag: Das Frühstück wird vorbereitet, der Check-out erledigt und die Zimmer für die nächsten Ankünfte vorbereitet. Zurück in der Küche wird Suppe gekocht, Aufstriche und Teige werden gerichtet, Kaspressknödel zubereitet. Bevor die Mittagsgäste eintreffen, laufen die Vorbereitungen für den restlichen Tag auf Hochtouren. Abends gilt es, die Wanderer und Radfahrer zu verköstigen, die auf der Posch'n Hütte übernachten. Es ist ein eingespielter Ablauf, der sich Tag für Tag wiederholt und dem Leben auf der Hütte Struktur gibt. Unterstützt wird Kerstin von ihren Eltern und ihrem Mann. Neben dem Service für die Gäste kümmert sich Sepp auch um die Tiere auf der Alm: fünf Ochsen, eine Kuh und ihre beiden Kälber. Insgesamt verbringen rund 120 Rinder und Pferde den Sommer auf der Genneralm. Für jedes Tier ist der jeweilige Bauer selbst verantwortlich.

Familienleben fernab vom Alltag

Nachdem die Nächtigungsgäste sich auf den Weg gemacht haben, kommt Kerstin mit einem Käsebrot zu mir an den Tisch. Ich nehme einen Bissen und sie setzt sich für einen Moment. Von Anfang Juni bis Mitte September lebt sie gemeinsam mit ihrem Mann und ihren drei Töchtern auf der Alm. Auf meine Rückfrage, wie sich der Familienalltag hier oben gestaltet, erzählt sie: „Man muss sich bewusst sein, dass man als Familie nur selten Zeit unter sich hat. Aber wir kennen es nicht anders und meine Töchter wachsen genauso auf wie ich damals. Bis zu den Sommerferien wohnen sie von Montag bis Freitag bei ihren Großeltern im Tal. Sobald die Ferien beginnen, ziehen sie zu uns auf die Hütte. Für die drei Mädchen ist es ein Paradies und sie finden immer eine Beschäftigung. Sie klettern auf Bäume, turnen, spielen Karten oder kümmern sich um unser Zwergpony. Oft sind noch andere Kinder auf der Alm, mit denen sie den ganzen Nachmittag spielen."

Während für viele Gäste die Posch'n Hütte eine Auszeit vom Alltag bedeutet, ist sie für die Steinbergers über den Sommer hinweg Lebensmittelpunkt und Zuhause zugleich. In den Sommermonaten begrüßt die Familie Gäste täglich auf der Hütte, im Oktober nur an Schönwettertagen.

Zu Gast im größten Nationalpark der Alpen

Im Nationalpark Hohe Tauern sind einige der eindrucksvollsten Landschaften Österreichs zu finden. Zwischen Almen, Wasserfällen und Gletschern eröffnet sich eine Bergwelt mit rund 300 Gipfeln. Das Schutzgebiet beheimatet eine vielfältige Flora und Fauna. Mit dem Großglockner und dem Großvenediger liegen zudem zwei der bekanntesten österreichischen Berge im Nationalpark. Imposant sind außerdem die Krimmler Wasserfälle, die höchsten Europas.

Bewusst hinschauen und lauschen

15.000 Tierarten finden im Nationalpark Hohe Tauern einen natürlichen Lebensraum. Mit offenen Augen und etwas Glück lassen sich in freier Wildbahn einige der seltenen Bewohner beobachten. Oft lohnt es sich, einen Moment stehen zu bleiben und den Blick Richtung Himmel zu richten: Bartgeier, Steinadler und Gänsegeier ziehen majestätisch ihre Kreise und erreichen Flügelspannweiten von bis zu 2,9 Metern. In den steilen Felswänden und auf den Geröllfeldern des Hochgebirges sind Steinböcke zuhause, die man aus sicherer Entfernung entdecken kann.

Deutlich häufiger begegnet man der tagaktiven Gämse, die in den alpinen Regionen der Hohen Tauern weit verbreitet ist. Auf den Almflächen zwischen 1.400 und 2.700 Metern leben zahlreiche Murmeltiere. Wer die Ohren spitzt, kann ihre charakteristischen Warnpfiffe hören, die oft verraten, wo sich die wachsamen Nager gerade aufhalten. Ein weiterer Grund, den Sehsinn zu schärfen und in die Ferne zu blicken: die umliegenden Gletscher und Berggipfel wie Kitzsteinhorn, Wildkogel, Wilder Kaiser und Großglockner. Beim genauen Hinsehen kann man an klaren Tagen im Blankeis sogar die Gletscherspalten am Großvenediger erkennen.

Eintauchen und wirken lassen

Wer den Krimmler Wasserfällen näher kommt, kann die Kraft dieses Naturschauspiels förmlich auf der Haut spüren. Schon von weitem fühlt man den feinen Sprühnebel, der von den in die Tiefe stürzenden Wassermassen aufgewirbelt wird. Die Wasserfälle beeindrucken nicht nur durch ihre Fallhöhe von 380 Metern; ihnen wird auch eine gesundheitliche Wirkung nachgesagt: Der Sprühnebel enthält natürliche Aerosole, die positive Effekte auf die Atemwege haben können. Die Gewässer im Nationalpark zeigen einmal mehr, wie viel Energie in ihnen steckt. Eine Wanderung entlang der Krimmler Ache kann sich sehr belebend anfühlen. Mal wild, mal sanft fließt sie durch das Krimmler Achental, stürzt die Krimmler Fälle hinab und mündet schließlich in die Salzach. Wer Abkühlung sucht, ist am etwas versteckten Blausee im Obersulzbachtal richtig. Mit einer Wassertemperatur von zehn Grad ist er ideal zum Kneippen und Eisbaden.

Natürliche Düfte wahrnehmen

Der Nationalpark Hohe Tauern ist ein wahrer botanischer Garten und beherbergt rund 3.500 Pflanzenarten. Viele der hier vorkommenden Blütenpflanzen stehen unter strengem Schutz, da sie selten sind und sich über Jahrhunderte an die besonderen Klima- und Bodenverhältnisse des Hochgebirges angepasst haben. Zu ihnen zählt die Türkenbundlilie mit ihren auffällig rosafarbenen bis purpurroten Blüten. Besonders in den



Abendstunden verströmt sie einen süßlichen Duft, der Schmetterlinge und Nachtfalter anzieht. Auch die dottergelbe Arnikablüte ist streng geschützt. Je höher die Arnika wächst, desto intensiver wird ihr kräftig-krautiger Geruch, der an frisches Gras und trockene Wiesenkräuter erinnert. Zu den außergewöhnlichsten Pflanzen des Nationalparks zählt das Schwarze Kohlröschen. Es sollte aus Naturschutzgründen keinesfalls gepflückt werden. Während der Blütezeit überrascht die unscheinbare Orchideenart mit einem Duft, der nach Vanille und Schokolade riecht.

Den Geschmackssinn schärfen

Ab einer Seehöhe von 2.000 Metern weichen Wälder mit Zirben und Latschen deutlich kleineren, strauchförmigen Gehölzen und Zwergsträuchern. Genau dort wachsen kulinarische Schätze wie die Heidelbeere, Preiselbeere, Alpenrauschbeere und der Alpenwacholder. Besonders schmackhaft sind die süßen Heidelbeeren. Auch Preiselbeeren mit ihrem sauer-herben Geschmack können in kleinen Mengen gekostet werden. Der Alpenwacholder eignet sich in der alpinen Küche als hervorragendes Gewürz für Wildgerichte und Soßen. Echte Schmankerl wie feine Moosbeernocken, eine Art Omelett mit heimischen Heidelbeeren, Pinzgauer Kasnock'n mit Käse aus der Region oder eine Speckjause werden beispielsweise auf der Berndlalm im Obersulzbachtal serviert. Es lohnt sich, beim Gustieren auf der Terrasse den Blick in die Ferne zu richten, denn am Horizont sind die Gletscher und der Gipfel des Großen Geigers zu sehen. Am Talschluss eröffnet der Gletscherlehrweg Obersulzbachtal Einblicke in die alpine Natur. Der Weg vom Bergwald bis zum Eis des Obersulzbachkees führt durch verschiedene Höhenstufen und vermittelt Wissenswertes über die Entwicklung der Gletscher.

Reisetipp: Nationalpark Hohe Tauern
8 Tage | ●●●○ | Juni – September





Nicht ohne meinen Vierbeiner

Hunde sind weit mehr als Haustiere. Für viele Menschen sind sie fester Bestandteil der Familie, langjährige Weggefährten oder sogar Seelenverwandte. Sie nehmen einen bedeutenden Platz im Leben ihres Herrchens oder Frauchens ein und prägen den Alltag. Studien zeigen, dass die Anwesenheit von Hunden eine beruhigende Wirkung haben kann. Auch die Freizeitgestaltung und das Reiseverhalten werden zunehmend von den Bedürfnissen der Vierbeiner mitbestimmt. Wanderreisen eignen sich ideal für eine gemeinsame Auszeit: Frische Luft und viel Bewegung tun Mensch und Tier gleichermaßen gut. Doch was braucht es, damit eine Wanderreise für beide zum gelungenen Aktiverlebnis wird?



PFOTENFREUNDLICHE PACKLISTE

- Maulkorb und Leine mit einer Länge von weniger als drei Metern
- Hundeschuhe für Touren in rauem Gelände
- Leicht verdauliches Futter, Leckerlis und Wasser
- Hundebeutel
- Impfpass des Hundes bei Auslandsreisen
- Erste-Hilfe-Ausrüstung mit Pinzette, Wundspray, Medikamenten und Verbandsmaterial
- Hundespielzeug



Mit Miley in den Bergen

„Miley, hier!“ Ein bestimmender Ruf durchbricht die Stille am Haidersee im obersten Vinschgau. Genau dort ist Sebastian mit seiner Labradorhündin unterwegs. Sie macht kehrt, läuft in seine Richtung und nimmt dicht an seinem linken Bein eine Sitzposition ein. „Ein sicheres ‚Hier‘ zählt zu den wichtigsten Kommandos, insbesondere, wenn man in den Bergen unterwegs ist“, erklärt er. „Wenn ich Miley rufe, muss ich mich darauf verlassen können, dass sie zu mir kommt. Essenziell sind auch die Kommandos ‚Sitz‘ und ‚Platz‘, damit sie sich bei der Einkehr auf der Almhütte nicht von der Stelle rührt. Und zwar so lange, bis ich ihr das Zeichen zum Weitergehen gebe.“



Sebastian mit Labrador-Hündin Miley

Für ein ausführliches Gespräch nehme ich mit Sebastian in einem Restaurant in St. Valentin auf der Haide Platz. Er signalisiert seiner Hündin, es sich unter dem Tisch gemütlich zu machen.

Was sollten Hundebesitzer beachten?

Grundsätzlich gilt: Bevor ich mit meinem Vierbeiner auf Wandertour gehe, sollte der Gehorsam im Alltag gut funktionieren und die wichtigsten Kommandos müssen sitzen. Ebenso ist es wichtig, dass sich der Hund bei Begegnungen mit Menschen oder anderen Tieren gelassen verhält. Wir wollen heikle oder sogar gefährliche Situationen vermeiden, insbesondere beim Zusammentreffen mit Kühen auf der Alm. Eine sorgfältige Routenplanung und die entsprechende Ausrüstung sind die Basis für ein gelungenes und entspanntes Wandererlebnis. Ich buche eine hundefreundliche Bleibe und melde Miley vorab an, damit alles glattläuft. Auf einer organisierten Reise wird das für mich übernommen. Bei Auslandsreisen ist es wichtig, sich über die Bestimmungen für Hunde in der jeweiligen Region zu informieren. Auch in Österreich und Deutschland ist es nicht überall erlaubt, den Hund ohne Leine zu führen.

Was beachtest du bei der Routenplanung mit Miley?

Ich wähle Routen, deren Distanz und Höhenprofil für meine Hündin gut machbar sind. Am besten, man tastet sich langsam heran und steigert den Anspruch von Tour zu Tour. Grundsätzlich vermeide ich Streckenführungen mit Kletterpassagen oder Leitern. Auf solchen Abschnitten hat Miley einen entscheidenden Nachteil: Sie kann nicht greifen. Somit sind Leitern für sie nicht überwindbar. Ich müsste sie darüber tragen, das möchte ich mir und auch ihr ersparen. Zudem sind ausreichend Schatten und Wasserquellen zum Trinken wichtig. Idealerweise gibt es Wege mit Bachläufen oder auch Waalwege, wie man sie hier in Südtirol sehr zahlreich findet.

Welche Ausrüstung ist beim Wandern mit Hund immer mit dabei?

Zur Standardausrüstung zählen eine Leine und einige Hundebeutel. Beim Wandern finde ich einen Hüftgurt sehr praktisch, an dem ich eine spezielle Leine befestigen kann. So habe ich die Hände frei und Miley hat ebenfalls genügend Bewegungsfreiheit, um locker neben oder vor mir herzulaufen. Zusätzlich nehme ich das Hundegeschirr mit. Wenn ich mir nicht sicher bin, ob wir an einem Bach vorbeikommen, packe ich eine Wasserflasche ein. Da gibt es spezielle Modelle für Hunde, bei denen eine Art Trinknapf integriert ist. Und was natürlich nicht fehlen darf, ist das eine oder andere Leckerli zur Belohnung.

Was macht das Wandern mit Hund aus?

Für mich ist es die perfekte gemeinsame Aktivität. In der Natur unterwegs zu sein und dabei Zeit miteinander zu verbringen, macht unglaublich viel Spaß und tut uns beiden gut.

Wie verhältst du dich bei Begegnungen mit Weidevieh?

Wenn es möglich ist, den Ort der weidenden Kühe zu umgehen, ist das die ideale Variante, um auf Nummer sicher zu gehen. Häufig ist das jedoch keine Option. In der Regel nehme ich meine Hündin dann mit dem Kommando „Fuß“ nahe an mich heran. Dann gehe ich ohne Leine mit einem großen Sicherheitsabstand zügig und ganz ruhig an den Kühen vorbei. Insbesondere bei Mutterkühen mit Kälbern wahre ich maximale Distanz. Warum ohne Leine? Sollte sich der Fall ergeben, dass der Hund auf das Vieh reagiert oder umgekehrt, dann wären wir beide in unserer Bewegungsfreiheit eingeschränkt. Ist man mit einem Hund unterwegs, der das „Fuß“-Kommando nicht beherrscht, so empfiehlt es sich, den Hund an eine eher kurze Leine zu nehmen. Sollte eine Kuh plötzlich rasch auf einen zukommen, dann bitte sofort ableinen.

Touren, die Hund, Frauchen und Herrchen begeistern



Südtirol: Zwischen Alpen und Apfelgärten

Südtirol zeichnet sich durch den Kontrast alpiner und mediterraner Landschaften aus. Die Region bietet zahlreiche hundefreundliche Routen, wie eine Mehrtagestour vom Reschensee bis nach Meran. Startpunkt ist beim bekannten versunkenen Kirchturm im Reschensee, Ziel die Passerpromenade in Meran. Dazwischen liegen knapp 90 Kilometer durch den Vinschgau. Übernachtungsorte sind Burgeis, Schluderns, Schlanders und Naturns. Zu Beginn bestimmen Ausblicke auf das verschneite Ortlermassiv das Bild, später wird die Kulisse zunehmend mediterraner. Die historische Römerstraße Via Claudia Augusta verbindet den Vinschgau mit der Südtiroler Weinstraße und führt durch Weinberge, Obstwiesen und kleinere Ortschaften. Wasseraffine Hunde werden sich auf dieser Route besonders wohlfühlen. Sowohl am Reschensee als auch am Haidersee ist das Schwimmen für Hunde an gekennzeichneten Stellen erlaubt. Waalwege wie der Leitenwaal bei Schluderns oder der Latschander Waalweg vor Naturns sorgen für schattige Abschnitte und Wasserstellen unterwegs.

Altmühltal-Panoramaweg: Pfade für Ruhesuchende

Wer abseits stark frequentierter Wanderregionen unterwegs sein möchte, ist am Altmühltal-Panoramaweg richtig. Dieser erstreckt sich über eine Länge von 200 Kilometern und führt entlang der Altmühl von Gunzenhausen bis Kelheim. Die Route im gleichnamigen Naturpark durchquert Wälder, Wacholderheiden und Wildblumenwiesen. Zu den markanten Landschaftsabschnitten zählen die „Zwölf Apostel“, eine Gruppe markanter Dolomitfelsen bei Solnhofen, und die Arnsberger Leite, ein Steil- und Felshang hoch über der Altmühl. Die naturnahen Pfade und schattigen Flusstäler bieten optimale Voraussetzungen für das Wandern mit Hund. Weite Teile des Naturparks sind als Landschaftsschutzgebiete ausgewiesen, in denen keine generelle Leinenpflicht gilt, weshalb Vierbeiner viele Abschnitte frei erschnuppern und erkunden können.

Das Glück liegt näher als gedacht



FRISCHE ENERGIE TANKEN

Bei einer Kurzreise in die Berge finden wir Bestbedingungen, um die Akkus wieder aufzuladen. Die Bergluft sorgt für neue Energie und einen klaren Kopf.



HEIMAT KENNENLERNEN

Oft liegt das Gute näher, als man denkt. Eine kleine Auszeit ist eine wunderbare Möglichkeit, neue Orte in der eigenen Umgebung zu erkunden.



STRESS ABBAUEN

Zwischen Job und Freizeitstress bleibt Erholung oft auf der Strecke. Es ist wichtig, dass wir uns zwischendurch Pausen erlauben. Zeit in der Natur senkt nachweislich das Stresslevel.



KLEINES BUDGET

Reisen von vier bis fünf Tagen sind eine erschwingliche Möglichkeit für eine erholsame Pause in der Natur.



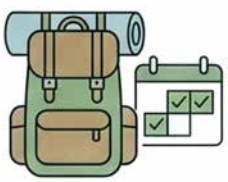
INSPIRATION SAMMELN

Manchmal fehlt der nötige Fokus, um neue Projekte anzugehen. Abstand schafft oft Klarheit. Eindrücke in der Natur bringen uns auf neue Ideen.



TAPETENWECHSEL

Wer kennt es nicht? Manchmal hat einen der Alltag einfach fest im Griff. Eine Wanderauszeit lässt uns aus dem „Hamsterrad“ und festgefahrenen Gewohnheiten ausbrechen.



URLAUBSTAGE NUTZEN

Ein paar Tage Urlaub lassen sich als verlängertes Wochenende planen und unkompliziert in den Alltag integrieren.

VERSCHNAUFPAUSE IN BAYERN

Das Alpenpanorama auf der Rotwand, eine kulinarische Pause auf der Gindlalm und der glitzernde Tegernsee. Dazu eine zünftige Brotzeit im Alpen-Biergarten und echte bayerische Gemütlichkeit.



Rund um den Mont-Blanc

Wo Grenzen an Bedeutung verlieren

Drei Länder, hohe Pässe und ein Berg, der alles überragt. Auf der berühmten Tour du Mont-Blanc verändert sich nicht nur die Landschaft nach jeder Kurve, auch Grenzen verschwimmen. Geografische, sprachliche und manchmal die unserer eigenen Maßstäbe.

Text: Julia Preinerstorfer



Blick auf den Mont-Blanc

Zu Beginn der Reise, mit noch wenigen Höhenmetern in den Beinen, sitze ich in Chamonix mit einem Eis auf dem Platz vor der Post. Am Nachbartisch werden Kletterseile sortiert, Karabiner klacken leise aneinander – Vorbereitung auf eine ganz andere Art von Tag in den Bergen. Zwei Mountainbiker rollen durch die Fußgängerzone. Eine Gruppe Fernwanderer schiebt sich mit großen Rucksäcken vorbei. Dazwischen Einheimische auf dem Weg nach Hause, Kinder auf Fahrrädern, Menschen, die einfach nur sitzen und zusehen, wie andere zusehen.

Über allem steht das Mont-Blanc-Massiv. Manche blicken nach oben und planen den direkten Weg dorthin: hoch über die Schneegrenze, hinauf auf 4.800 Meter, wo die Luft nicht mehr trägt. Unten im Tal ist sie leicht: klar, kühl, fast süß. Wer den Gipfel des Mont-Blanc direkt ansteuert, merkt bald, wie sich das ändert. Die Luft bleibt rein, aber sie wird knapp. Bei jedem Schritt signalisiert der Körper, dass Sauerstoff fehlt. Wir hingegen umrunden den Berg, statt ihn zu erobern. Alpin unterwegs, ja – aber auf Pfaden, die Raum zum Atmen lassen. Der Kontrast ist spürbar: Dort, wo die Luft dünn wird, geht es um die Grenzen des Körpers. Hier, auf dem Rundweg, um die eigenen Grenzen im Kopf.

Ein Pass mit Geschichte: Col de la Croix du Bonhomme

Über Jahrhunderte liefen hier Handelswege über den Col de la Croix du Bonhomme. Saumpfade verbanden Frankreich und Italien.



Col de la Seigne, Grenze zwischen Frankreich und Italien

WISSENSWERTES
zur Reise „Tour du Mont-Blanc“

Länge: 155 Kilometer in 10 Etappen
Anspruchslevel: ●●●●
Reisezeit: Juni – September
Start und Endpunkt: Martigny (CH)
Höchster Punkt: 2.500 Meter am Col Ferret
Bekannte Orte: Chamonix (FR) und Courmayeur (IT)

Waren, Menschen und Ideen wechselten die Seite des Gebirges. Schon in der Römerzeit wurden ähnliche Routen genutzt, um von einer Seite der Alpen zur anderen zu gelangen. Heute führt der Wanderweg über denselben Grat. Die Steine unter den Füßen sind jene, auf denen früher Händler, Schmuggler und Soldaten unterwegs waren. Nur die Last hat sich verändert: Heute trägt man einen Rucksack mit Proviant, damals ging es um Existenz, um Handel, um Grenzsicherung. Wer hier steht, spürt diese Schichten: unter den eigenen Schritten die alten Pfade, über allem die Gipfel, die seit jeher dieselben geblieben sind.

Kaltes Wasser, schwere Beine

Eine der Etappen endet in Les Chapieux. Die Schultern sind müde, die Beine ebenfalls. Neben dem Dorf rauscht ein Gletscherbach talwärts. Das Wasser kommt direkt aus den Bergen, an seiner Farbe erkennt man das: kalt, klar, fast milchig. Die Vernunft sagt: zu kalt. Die Füße sagen etwas anderes. Also hinein. Für einen Moment wird aus Erfrischung fast ein kleiner Schock. Dann ist alles wach. Die Müdigkeit verschwunden, ich bin wieder ganz da. Als würde der Bach die letzten Kilometer einfach mitnehmen.

Wo alle stehen bleiben

Der Wind kommt überraschend. Auf dem Col de la Seigne verlieren Grenzen endgültig ihre Bedeutung. Eine Wanderin, die mir entgegenkommt, lächelt freundlich. Französin? Also entscheide ich mich für ein *„Bonjour“*. Einen Moment später bin ich mir nicht mehr sicher. Bin ich überhaupt noch in Frankreich? Dem Namen nach schon.

Man sucht sich ein möglichst windgeschütztes Plätzchen zwischen den Steinen, legt den Rucksack ab und schaut. Weit hinunter in die Täler. Hinüber zu den Gipfeln. Auf Schneefelder und Gletscher. Als müsste man diese Weite erst vollständig aufnehmen, bevor man weitergehen kann.

> *Jacken flattern, Kapuzen werden enger gezogen. Eigentlich ein Ort, an dem man schnell weitergehen möchte. Und doch bleiben alle stehen.*

Nach einer Woche rund um den höchsten Berg der Alpen bleibt genau dieser Moment hängen: nicht die Frage, in welchem Land man gerade steht, sondern wie klein man zwischen all dem Fels, Eis und Himmel wird.

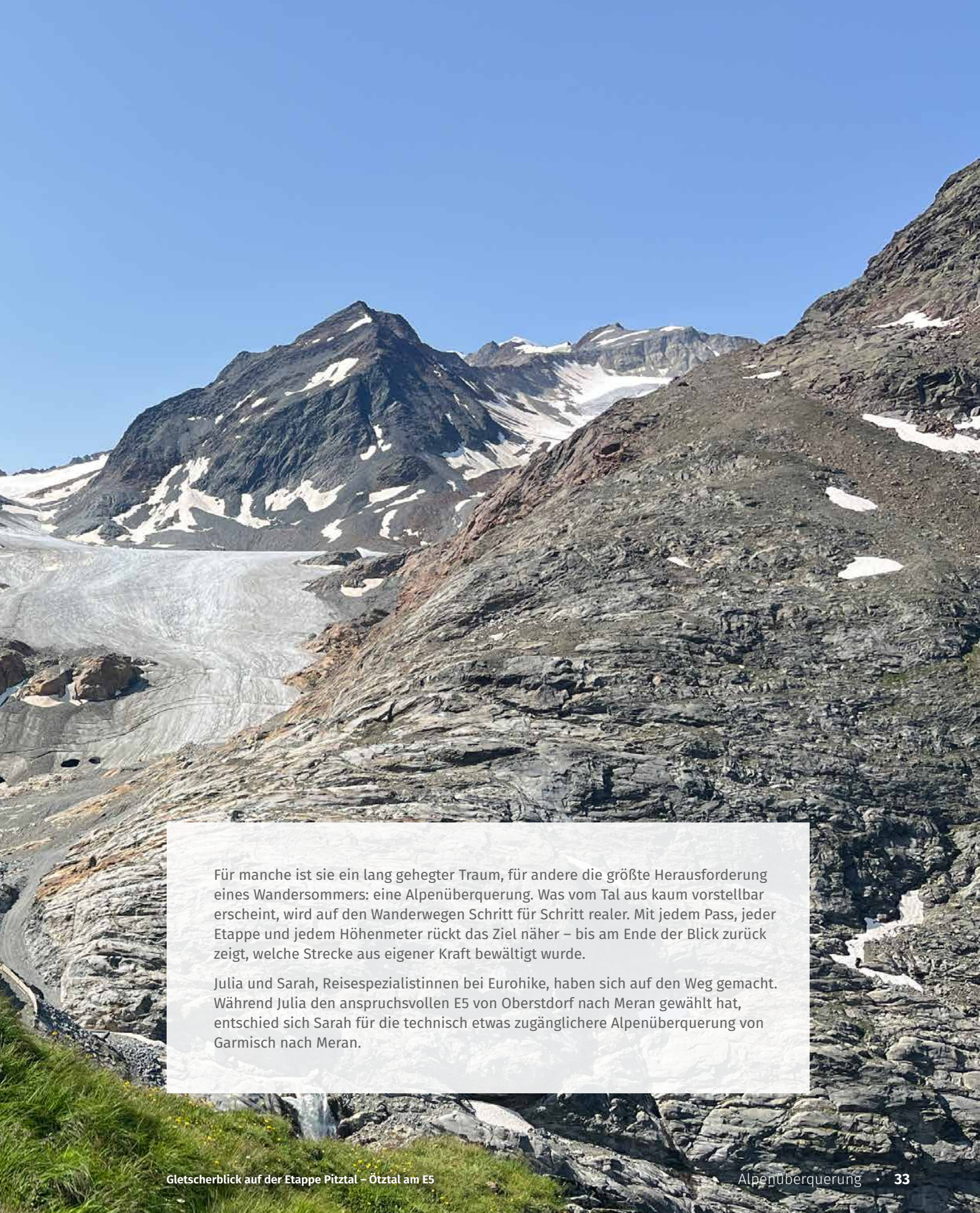
Jedem seine Alpenüberquerung

Zwei Frauen, zwei Wege, ein Ziel

Es gibt nicht nur die eine Alpenüberquerung. Julia und Sarah wählen zwei ganz unterschiedliche Routen. Beide erleben, wie sich Landschaft, Klima und Perspektiven unterwegs verändern, bis sie sich in Meran begegnen.



Mehr zur Alpenüberquerung



Für manche ist sie ein lang gehegter Traum, für andere die größte Herausforderung eines Wandersommers: eine Alpenüberquerung. Was vom Tal aus kaum vorstellbar erscheint, wird auf den Wanderwegen Schritt für Schritt realer. Mit jedem Pass, jeder Etappe und jedem Höhenmeter rückt das Ziel näher – bis am Ende der Blick zurück zeigt, welche Strecke aus eigener Kraft bewältigt wurde.

Julia und Sarah, Reisespezialistinnen bei Eurohike, haben sich auf den Weg gemacht. Während Julia den anspruchsvollen E5 von Oberstdorf nach Meran gewählt hat, entschied sich Sarah für die technisch etwas zugänglichere Alpenüberquerung von Garmisch nach Meran.

Gletscherblick auf der Etappe Pitztal – Ötztal am E5



Leutkircher Hütte in den Lechtaler Alpen

Auf dem E5 von Oberstdorf nach Meran

Der E5 gilt als Klassiker unter den Alpenüberquerungen und zählt zu den bekanntesten Routen über Europas höchstes Gebirge. Die Etappen erfordern Kondition und Ausdauer und führen stellenweise bis auf knapp 3.000 Meter hinauf. Zudem können sich die Wetterbedingungen im Hochgebirge innerhalb kurzer Zeit ändern. Wer sich auf diese Tour einlässt, erlebt jeden Tag eine andere Facette der Alpen – von aussichtsreichen Graten über urige Schutzhütten bis hin zu weiten Fernblicken.

Der Ausgangspunkt liegt in Oberstdorf, eingebettet in die Allgäuer Alpen. Bereits am ersten Tag der Wanderung wird am Mädelejoch die Grenze nach Österreich überschritten, bevor der Abstieg ins Lechtal folgt. Im Herzen der Lechtaler Alpen führt der Steig hinauf zur Leutkircher Hütte. Wenig später gibt der Gratweg über den Venet-Höhenzug immer wieder weite Blicke auf die umliegenden Gipfel frei.

Mit der Braunschweiger Hütte beginnt einer der anspruchsvollsten Abschnitte der Alpenüberquerung. Am Pitztaler Jöchl erreicht die Route auf knapp 3.000 Metern ihren höchsten Punkt. Gletscher, Schnee- und Eisfelder sowie schroffe Felsgipfel prägen hier das Landschaftsbild.

Über historische Schmugglerpfade geht es weiter zum Timmelsjoch und über den Alpenhauptkamm nach Südtirol. Hinter dem Pass wandelt sich die Umgebung: Die markanten Felsformationen weichen grünen Hängen, später säumen Weinberge und Obstgärten den Weg nach Meran. Dort endet die Alpenüberquerung – und beginnt die Erinnerung an eine außergewöhnliche Tour.

Reisetipp: Alpenüberquerung – E5 von Oberstdorf nach Meran
8 Tage | ●●●● | Juni – September



„Ich wollte schon immer über die Alpen wandern – unbedingt mal auf Europas längster Fußgängerbrücke und am Timmelsjoch stehen. Ich hatte aber auch Respekt vor einer hochalpinen Tour.



Julia am Fernwanderweg E5

HIGHLIGHTS AM WEG

Leutkircher Hütte

Auf 2.251 Metern Höhe ist die 1912 erbaute Schutzhütte seit mehr als einem Jahrhundert ein wichtiger Stützpunkt für Bergsteiger und Wanderer. Mit Erzeugnissen von Bauern aus der Umgebung werden hier stärkende Mahlzeiten serviert, wie etwa eine Kaspressknödelsuppe oder hausgemachter Apfelstrudel.

Glanderspitze

Der Aufstieg zur Glanderspitze am Venet-Höhenzug wird mit einem beeindruckenden Rundumblick belohnt. Von hier reicht die Aussicht über die schroffen Kalkgipfel der Lechtaler Alpen bis zu den Gebirgszügen von Verwall, Silvretta und den Ötztaler Alpen.

Pitztaler Jöchl

Spürbar dünner wird die Luft am Pitztaler Jöchl. Auf rund 3.000 Metern Höhe öffnet sich der Blick auf die Gletscher des Rettenbach- und Tiefenbachferners. Schnee- und Eisfelder, markante Felsformationen und die Weite des Alpenhauptkamms bestimmen die Szenerie.

Timmelsjoch

Das Timmelsjoch markiert den Übergang von Österreich nach Südtirol und gehört zu den eindrucksvollsten Passagen des E5. Alte Schmugglerpfade ziehen sich durch die karge Hochgebirgslandschaft, bevor der Weg hinab ins Passeiertal führt.

HIGHLIGHTS AM WEG

Partnachklamm
Bereits auf der ersten Etappe von Garmisch nach Mittenwald erwartet Wanderer mit der Partnachklamm eines der eindrucksvollsten Naturschauspiele der Bayerischen Alpen. Ein schmaler Steig führt durch die bis zu 80 Meter tiefe Schlucht, in der sich die Partnach seit Jahrtausenden ihren Weg durch den Felsen bahnt.

Dreiländergrenzstein
Eben noch in Österreich, einen Schritt weiter in Italien oder der Schweiz. Die Etappe von Nauders in Tirol nach Reschen in Italien führt auf den Mutzkopf und von dort aus zum idyllischen Schwarzsee in Nauders. Unterwegs gelangt man zum Dreiländergrenzstein, der den Übergang zwischen Österreich, Italien und der Schweiz markiert.

Rescher Alm
Beim Abstieg vom Mutzkopf nach Reschen bietet die Rescher Alm eine Einkehrmöglichkeit mit Südtiroler Klassikern. Auf der Speisekarte stehen herzhaftes Knödeltris, Rindsgulasch oder hausgemachter Kaiserschmarrn – mit Aussicht auf den Reschensee.

Algunder Waal
Dieser Waalweg führt entlang eines historischen Bewässerungskanals durch Weinberge und Obstgärten. Kastanien und Lärchen weichen nach und nach Palmen, Zypressen und Oleander. Der Wandel von der alpinen zur mediterranen Vegetation wird hier besonders deutlich. Immer wieder öffnen sich Ausblicke auf Meran und das Etschtal.


Sarah bei der Alpenüberquerung „Ihr"

„Lange dachte ich, eine Alpenüberquerung sei nur etwas für erfahrene Hochgebirgswanderer. Die Route von Garmisch nach Meran machte dieses Ziel für mich erreichbar.


Hirzer Mahdalm im Passeiertal

Alpenüberquerung „light“: von Garmisch nach Meran

Dass intensive Bergerlebnisse nicht nur auf den anspruchsvollsten Routen warten, zeigt die Alpenüberquerung von Garmisch-Partenkirchen nach Meran. Im Vergleich zum E5 sind die technischen Anforderungen geringer und die Höhenprofile moderater. Gleichzeitig führt sie durch unterschiedliche Landschaftsräume und die drei Länder Deutschland, Österreich und Italien.

Den Auftakt bildet die Partnachklamm, bevor der Weg zur Elmauer Alm und weiter nach Mittenwald führt. Wer weitere Höhenmeter sammeln möchte, kann am nächsten Tag den Grünkopf besteigen. Alternativ bleibt Zeit für einen Bummel durch den Ortskern, mit seinen kunstvoll bemalten Fassaden, ehe gemütliche Pfade ins Leutaschtal führen. Vom weiten Hochtal der Leutasch geht es durch stille Wälder und vorbei an Hochmooren über die Buchener Höhe ins Inntal. Die ersten Höhenmeter der Etappe von Nauders nach Reschen werden mit der Mutzkopf-Seilbahn zurückgelegt. Anschließend steigt der Pfad vorbei am Grünsee und Schwarzsee zum Dreiländergrenzstein an, wo Österreich, Italien und die Schweiz aufeinandertreffen. Kurz darauf öffnet sich der Blick auf den türkisblauen Reschensee mit seinem versunkenen Kirchturm.

Zu Beginn des nächsten Wanderabschnitts lohnt ein Abstecher ans Ufer, um den Turm aus der Nähe zu betrachten. Danach verläuft die Strecke durch das Naturschutzgebiet am Haidersee und weiter nach Burgeis. Über historische Waalwege geht es nach Schluderns und durch Weinberge bis nach Naturns. Das Alpine tritt allmählich in den Hintergrund, nun begegnet man Feigenbäumen, Zypressen und Palmen. Über die Tappeiner-Promenade gelangt man schließlich nach Meran.

Reisetipp: Von Garmisch nach Meran
8 Tage | ●●●○ | Mai – Oktober







Zwei Routen im Vergleich

Sarah und Julia erzählen

Ankommen, durchatmen, zurückblicken: Eine Woche lang waren die beiden auf unterschiedlichen Wegen durch die Alpen unterwegs, nun sitzen sie gemeinsam in Meran. Bei einem Glas Wein und der ersten Pizza nach Tagen in den Bergen tauschen sie ihre Erlebnisse aus.

Sarah: Ich war unterwegs schon neugierig, wie es dir auf dem E5 ergangen ist. Diese Route hätte ich mir nicht zugetraut. Wie war's?

Julia: Unglaublich schön, aber auch eine echte Herausforderung. Vor allem das Hochalpine hat mich fasziniert. Von der Braunschweiger Hütte zum Pitztaler Jöchl war für mich der schönste Teil der gesamten Tour. Dort oben, mitten in der Dreitausenderwelt, habe ich mich einfach frei gefühlt.

Sarah: Das klingt nach Gänsehaut, aber auch nicht so ganz ohne …

Julia: Stimmt, man sollte den E5 nicht unterschätzen. Auf fast jeder Etappe sind es rund 1.000 Höhenmeter, auf einer sogar knapp 1.500. Bei einigen Passagen muss man trittsicher und schwindelfrei sein. Man braucht unbedingt Bergerfahrung und eine gute Kondition. Ich würde vorher einige längere Tagestouren machen, dann merkt man, ob man fit genug ist. Aber die Anstrengung lohnt sich, die Landschaft ist wirklich einzigartig – und das ist keine Floskel. Ich muss dir dann ein paar Fotos zeigen. Und wie war es bei dir?

Sarah: Meine Tour war weniger fordernd, aber auch wunderschön. Und obwohl ich die Alpen überquert habe, war es relativ entspannt. Ich hatte genügend Zeit für Pausen auf den Hütten oder einfach dafür, mal in die Luft zu schauen und die Umgebung auf mich wirken zu lassen.

Julia: Was hat dir besonders gefallen?

Sarah: Das ist schwer zu sagen. Es gab viele tolle Momente. Besonders beeindruckt hat mich der Höhenweg über die Zirmböden zur Rescher Alm. Da habe ich den Reschensee

zum ersten Mal von oben gesehen. Bisher kannte ich ihn nur von Instagram. Der ständige Wandel der Landschaft hat mir auch sehr gefallen. Jeden Tag sah die Umgebung anders aus. Ab dem Vinschgau hatte ich das Gefühl, im Süden angekommen zu sein. Plötzlich waren da Feigenbäume und Weinreben.

Julia: Das habe ich nach dem Timmelsjoch ähnlich empfunden. Nach mehreren Tagen im Hochgebirge wirkt Südtirol fast wie eine andere Welt: die mildere Luft, die üppige Vegetation …

Sarah: Genau dieser Wechsel macht für mich eine Alpenüberquerung aus. Man startet in einer rauen Bergwelt und kommt Schritt für Schritt dem Süden näher – und ein bisschen auch dem „Dolce Vita".

Julia: Würdest du sagen, deine Route ist auch für Einsteiger geeignet?

Sarah: Ich denke, sie ist für Wanderer mit mittlerer Erfahrung gut machbar. Trotzdem sollte man die täglichen Etappen nicht unterschätzen. Für 15 bis 20 Kilometer und rund fünf Stunden Gehzeit pro Tag braucht man eine gute Grundkondition. Und was würdest du jemandem raten, der den E5 plant?

Julia: Eine gute Vorbereitung ist das Wichtigste und man muss die eigene Kondition realistisch einschätzen. Auch das Wetter spielt in den Bergen eine große Rolle. Die Wege können nach viel Regen rutschig sein und in höheren Lagen sogar vereist, falls es Nachtfrost gibt. Die Hüttenwirte kennen die Situation vor Ort sehr gut, da bekommt man hilfreiche Tipps. Vor der Königsetappe sollte man sich beispielsweise bei den Wirtsleuten der Braunschweiger Hütte informieren, ob der Übergang über das Pitztaler Jöchl oder das Rettenbacher Joch begehbar ist. Falls nicht, gibt es eine Alternativroute über Arzl und Sautens.

Sarah: Deine Variante verlangt definitiv mehr alpine Erfahrung, meine lässt dafür mehr Zeit zum Genießen. Aber genau das ist ja so spannend: Es gibt nicht die eine perfekte Alpenüberquerung – es kommt darauf an, was man sucht.

Julia: Du sagst es. Zwei Wege, ein Ziel. Und jetzt sind wir gemeinsam hier in Meran. Darauf sollten wir anstoßen.

Sarah: Cheers!



Grenzpass Timmelsjoch

Geschichte der Alpenüberquerung

Seit Jahrhunderten überqueren Menschen die Alpen. Bereits zur Zeit der altgermanischen und keltischen Kulturen nutzte man Saumpfade über unwegsame Alpenpässe, um Waren und Nachrichten von einem Tal zum nächsten zu überbringen. Zur Zeit der Römer wurden viele dieser Übergänge ausgebaut und zu bedeutenden Handels- und Heerstraßen weiterentwickelt. Aus den historischen Handels- und Verbindungsrouten entstanden im Laufe der Zeit zahlreiche Wander- und Fernwanderwege. Zu den bekanntesten Beispielen zählt die Via Claudia Augusta, die auf die Römerzeit zurückgeht. Sie wurde unter Kaiser Claudius zur ersten befestigten Straße über die Alpen ausgebaut und verband die Donau mit der Adria. Auch das Timmelsjoch blickt auf eine lange Geschichte als Handelsroute zurück. Über diesen Pass transportierten die berühmten Ötztaler Kraxenträger einst Flachs, Vieh, Speck und Schmalz nach Süden und brachten Wein, Branntwein und Essig zurück in ihre Heimat. Was früher vor allem dem Handel, der Kommunikation oder der Pilgerschaft diente, gilt heute als eines der faszinierendsten Wanderabenteuer Europas.

Wandern, wo Wasser fließt und Wein mundet

Zwei Flüsse, zwei berühmte Wanderwege und unzählige Geschichten: An Rhein und Mosel geht es durch steile Weinberge, vorbei an Burgen, Römerstätten und Fachwerkorten. Wer hier wandert, entdeckt aber nicht nur nur neue Aussichten, sondern schmeckt am Ende auch, was die Landschaft ausmacht.

Text: Tanja Petritsch-Zopf



Mosel, Rhein und Reben

„Wer einmal durch diese Weinberge gewandert ist, versteht, wie viel Landschaft in einem Glas Wein steckt“, ist Matthias Sauerwein überzeugt. Der Winzer steht zwischen den Reben an der Südlichen Weinmosel, dort, wo statt dunklem Schiefer heller Muschelkalk den Boden prägt. Vor ihm ziehen sich die Rebzeilen über den Hang, unten glitzert die Mosel in der Sonne. Der Fluss scheint an diesem Tag beinahe stillzustehen. Doch dieser Eindruck täuscht: Seit Jahrtausenden ist er in Bewegung – und mit ihm eine ganze Region. Die Mosel hat Täler geformt, Handelswege geschaffen und den Weinbau geprägt. Ähnliches gilt für den Rhein, nur wenige Kilometer weiter nördlich. Beide Flüsse erzählen ähnliche Geschichten. Klar, man kann sie in Büchern nachlesen. Oder: Man schnürt die Wanderschuhe und bewegt sich mitten durch sie hindurch. Dabei führen Mosel- und Rheinsteig nicht einfach von einem Ort zum nächsten. Immer wieder wechseln sie die Perspektive: vom Flussufer hinauf zu Aussichtsfelsen, durch stille Wälder und offene Weinberge, vorbei an Trockenmauern und Burgen. Mal fließt das Wasser zum Greifen nah, mal tief unten durch die Landschaft. Gerade dieses Auf und Ab macht das Wandern hier reizvoll. Und manchmal auch durchaus sportlich.

Auf Augenhöhe mit den Flüssen

Flüsse geben die Richtung vor. Das ist beim Wandern angenehm, denn man verliert nie ganz die Orientierung, selbst wenn der Weg einmal in ein Seitental abbiegt oder hinter einem bewaldeten Höhenzug verschwindet. Besonders kurvenreich ist die Mosel, die sich in weiten Schleifen zwischen Eifel und Hunsrück hindurchwindet.



Von oben wirkt es mitunter, als hätte jemand ein blaugrünes Band lose zwischen die Weinberge gelegt. Unten ziehen Schiffe vorbei, an den Hängen reihen sich Rebstöcke aneinander, und dazwischen schmiegen sich Orte mit Fachwerkhäusern in jede verfügbare Ebene. Der rund 365 Kilometer lange Moselsteig begleitet den Fluss von Perl bis Koblenz. Unterwegs liegen Orte wie Cochem, die steilen Hänge am Calmont, der Martberg, Burg Eltz und das Deutsche Eck. Am Rhein erscheint die Landschaft dramatischer. Zwischen Koblenz und dem Rheingau verengt sich das Tal, Felsen rücken näher an den Strom. Der Rheinsteig folgt auf rund 320 Kilometern der rechten Rheinseite von Bonn bis Wiesbaden. Wer im Oberen Mittelrheintal wandert, versteht schnell, warum der Rhein im 19. Jahrhundert Dichter, Maler und Komponisten inspirierte. Das Tal besitzt eine natürliche Dramaturgie: Eben noch blickt man über Rebhänge, kurz darauf ragt eine Burg aus dem Wald oder Pfalzgrafenstein steht wie ein steinernes Schiff mitten im Fluss. Und dann ist da natürlich die Loreley – jener berühmte Felsen, an dem Landschaft, Geschichte und Legende kaum voneinander zu trennen sind.

Auf und ab beim Genusswandern

Was zunächst nach sanften Wegen und langen Pausen klingt, wird an Rhein und Mosel jedoch auch durch den einen oder anderen Anstieg unterbrochen. Denn die schönsten Blicke liegen selten direkt am Ufer. Schmale Pfade führen durch Weinberge, über felsige Abschnitte und entlang alter Mauern. Der Fluss wird mit jedem Höhenmeter ein wenig kleiner. Ein Blick zurück zeigt, wie eng alles miteinander verbunden ist: das Wasser im Tal, die sonnenexponierten Hänge, die Orte und Wege, die sich dazwischen hindurchziehen. „Wer durch die Steillagen geht, bekommt ein Gefühl dafür, was Arbeit im Weinberg bedeutet“, sagt Winzer Matthias Sauerwein. Wo Maschinen kaum Platz finden und jeder Schritt sicheren Halt verlangt, bleibt vieles Handarbeit. Reben werden gepflegt, Böden bearbeitet und Trauben gelesen – oft in Lagen, in denen schon das Hinaufgehen Kraft kostet.

Wenn Landschaft zu Geschmack wird

Die Mosel wird meist mit steilen Schieferhängen und Riesling verbunden. Doch das Weinbaugebiet ist vielfältiger, als dieses bekannte Bild vermuten lässt. An der Südlichen Weinmosel, wo das Weingut der Familie Sauerwein liegt, wachsen die Reben auf Muschelkalk. Neben dem Elbling fühlen sich hier auch Burgundersorten wohl. Weiter flussabwärts prägen Schieferböden und spektakuläre Lagen das Bild. Besonders eindrucksvoll zeigt sich das am Calmont: Hoch über einer engen Moselschleife wächst der Wein an einem Hang, der zu den steilsten Lagen Europas zählt. Auch am Rhein sind Wandern und Wein kaum voneinander zu trennen. Rund um Rüdesheim, Assmannshausen und Lorch führt der Rheinsteig durch die Weinberge des Rheingaus und des Mittelrheins. Obwohl der Riesling dominiert, ist Assmannshausen besonders für seinen Spätburgunder bekannt. Dazwischen liegen Winzerhöfe und Straußwirtschaften, in denen sich die Theorie des Tages praktisch überprüfen lässt. Und so hat eine Weinverkostung nach der Wanderung ihren eigenen Rhythmus. Man nimmt die Aromen bewusster wahr, vielleicht weil man Böden und Reben zuvor gesehen und die Steigung in den Beinen gefühlt hat. Das Glas erzählt nun von einem konkreten Ort.



Zwei Jahrtausenden auf der Spur

Schon die Römer nutzten die Flüsse als Verkehrs- und Handelswege und brachten ihre Lebensweise, Baukunst und natürlich auch die Weinkultur in die Region. In Trier begegnet einem die Antike besonders eindrucksvoll. Die Porta Nigra, das Amphitheater und die Kaiserthermen erinnern an die Zeit, als Augusta Treverorum zu den bedeutendsten Städten des Römischen Reiches nördlich der Alpen zählte. Nur wenig später führt der Weg wieder hinaus in die Natur. Diese schnellen Wechsel sind typisch: Stadtgeschichte und Flusslandschaft liegen oft nur wenige Schritte auseinander. Auch auf dem Martberg oberhalb der Mosel reichen die Spuren weit zurück. Dort befand sich zunächst ein keltisches Oppidum, später entstand ein römischer Tempelbezirk. Heute öffnet sich von der Höhe der Blick über das Tal. Offensichtlich, warum Menschen diesen Ort schon vor zwei Jahrtausenden wählten. Im Mittelalter rückten die Höhen über den Flüssen erneut ins Zentrum. Burgen sicherten Handelswege und kontrollierten den Schiffsverkehr. Am Rhein reiht sich beinahe eine Festung an die nächste, etwa Marksburg, Pfalzgrafenstein und Burg Katz. An der Mosel erscheinen die Reichsburg Cochem, Burg Metternich, Burg Thurant oder die versteckt im Wald gelegene Burg Eltz wie steinerne Wegmarken.

Natur-Lebensraum Weinberg

Wer sich an den großen Panoramen sattgesehen hat, einmal kurz die Augen schließt und genau hinhört, erfährt eventuell eine andere Geschichte dieser Landschaft. „Kannst du den kurzen, hellen Gesang aus dem Weinberg hören?“, fragt Andreas Wennemann, ausgebildeter Förster und Geschäftsführer des Naturparks RheinTaunus. Er könnte von einer Zippammer stammen, einem seltenen Vogel des Mittelrheintals, erklärt er: „Die Zippammer singt ihr ganz eigenes Lied über das Rheintal.“ Ihr Leben ist eng mit offenen Weinberghängen, Felsen und Trockenmauern verbunden. Denn diese durch jahrhundertelange Arbeit entstandene Kulturlandschaft bietet Brutplätze und Nahrung. Die Zippammer zeigt beispielhaft, dass Weinberge weit mehr als Wirtschaftsflächen sind. In den sonnenwarmen Mauerritzen finden Insekten und Reptilien Schutz, auf offenen Flächen wachsen spezialisierte Pflanzen. Die Artenvielfalt ist auch ein Ergebnis menschlicher Arbeit – und darauf angewiesen, dass diese Landschaft weiterhin gepflegt wird. „Wenn es uns gelingt, diese Kulturlandschaft zu erhalten, bewahren wir auch einen besonderen Lebensraum für hoch spezialisierte Arten“, so der Naturexperte. Und wer aufmerksam geht, hört plötzlich mehr: das Rascheln in den Mauern, den Wind in den Reben, Vogelstimmen aus den Hängen und weit unten das gedämpfte Geräusch eines Schiffes.

Wo zwei Flüsse zusammenfinden

In Koblenz treffen Mosel und Rhein aufeinander. Vom Deutschen Eck aus lässt sich gut erkennen, wie der kleinere, ruhigere Fluss in den mächtigen Rhein übergeht. Für Wandernde verbindet dieser Ort zwei Landschaften, die sich ähneln und doch einen eigenen Charakter haben. Die Mosel wirkt kurvenreich und beinahe intim, der Rhein breiter und monumentaler. Seine Burgen, Felsen und Sagen prägen bis heute das Bild der Rheinromantik. Was beide eint, ist das besondere Tempo, in dem man sie zu Fuß erlebt. Während Schiffe und Züge rasch durch die Täler ziehen, folgt das Wandern einer anderen Zeitrechnung. Man nimmt Details wahr, die sonst verborgen blieben: verwitterte Stufen zwischen den Reben, eine Eidechse auf einer warmen Mauer, den Duft feuchter Erde im Wald oder das Klirren von Gläsern in einem Winzerhof.

Nachgefragt beim Winzer

Den Wein erwandern

Matthias Sauerwein führt gemeinsam mit seinem Bruder Timo das SAUERWEINS Weingut. Bei einem Glas Elbling erzählt er, was Muschelkalk, Mosel und Wanderschuhe mit dem Geschmack ihrer Weine zu tun haben.



Matthias Sauerwein, Winzer



Was macht Wein von der Mosel so unverwechselbar?

Wenn man an Moselwein denkt, hat man meist steile Schieferhänge vor Augen. Doch hier an der Südlichen Weinmosel wachsen unsere Reben auf jahrmillionenalten alten Muschelkalkböden. Das helle Gestein verleiht den Weinen einen schönen Schmelz, eine cremige Struktur und eine feine, ganz eigene Mineralität. Neben eleganten Burgundern bauen wir natürlich auch Elbling an, eine der ältesten Rebsorten Europas – das erfrischende Urgestein unserer Region.

Wie prägt der Fluss die Arbeit im Weinberg?

Die Mosel beeinflusst unsere Arbeit stärker, als man auf den ersten Blick denkt. Sie schafft ein besonderes Mikroklima, sorgt für Wärme und gleicht Temperaturen aus. Gleichzeitig ist sie ein Teil unserer Heimat und unseres täglichen Lebens. Gerade an der Südlichen Weinmosel spürt man, wie eng Landschaft, Fluss und Wein miteinander verbunden sind.

Was wird beim Wandern klar, was sich bei einer Verkostung allein nicht erschließt?

Beim Wandern bekommt man ein Gefühl für den Ort, an dem unser Wein wächst. Man sieht die Böden, die Reben, die Landschaft und die Mosel. Dadurch versteht man viel besser, was unsere Weine prägt. Eine Verkostung zeigt den Geschmack. Eine Wanderung erzählt die Geschichte dahinter.



© Robert Dietz

Nah am Wasser gebaut



Ein Bauwerk, ein unerwarteter Halt und ein paar Gedanken, die in Bewegung kommen.

Manchmal reicht ein einziger Schritt zur Seite, um aus dem Rhythmus der Wanderung zu fallen. Am Saalach-Wehr, wo sich das Wasser staut und dann mit Schwung über die Kante gleitet, hält mich plötzlich etwas fest. Ich bleibe länger stehen als geplant und lausche dem gleichmäßigen Rauschen. Eigentlich bin ich nicht besonders sentimental. Aber ich merke, dass mich dieser Ort mehr berührt, als ich erwartet hätte.

Es ist nicht allein das beeindruckende Bauwerk. Das Saalach-Wehr in Hammerau im Berchtesgadener Land reguliert den Fluss, dient dem Hochwasserschutz und der Energiegewinnung. Die Saalach bleibt trotz all dieser Aufgaben stets in Bewegung – wenn auch gezähmter. Das Wasser sammelt sich, staut, strömt weiter. Auf der Oberfläche schwimmt ein Blatt, dreht Pirouetten, lässt sich treiben. Als gäbe es nichts Wichtigeres auf der Welt.

Der Salzburger Jakobsweg, ein Abschnitt des Camino de Santiago, ist voller solcher Zwischenstopps. Hier am Wehr ordnet das Wasser, was in meinem Kopf durcheinanderwirbelt. Und schon wirkt vieles leichter, manches sogar ein bisschen komisch. Das Blatt tanzt noch immer vor mir und erinnert mich wieder an meine To-dos. Wie oft versuche ich, alles im Griff zu haben? Vielleicht muss nicht ständig alles sofort gelöst werden. Ich bleibe noch einen Moment am Wehr, beobachte das Wasser und das Blatt auf seiner Reise. Dann gehe ich weiter.

BELIEBTE PILGERREISEN IN GANZ EUROPA

Salzburger & Tiroler Jakobsweg
Dauer: 8 Tage
Anspruchslevel: ●●○○
Reisezeit: April – Oktober

Spanischer Jakobsweg II
Dauer: 8 Tage
Anspruchslevel: ●●○○
Reisezeit: Jänner – Dezember

Portugiesischer Jakobsweg
Dauer: 15 Tage
Anspruchslevel: ●●○○
Reisezeit: Februar – November





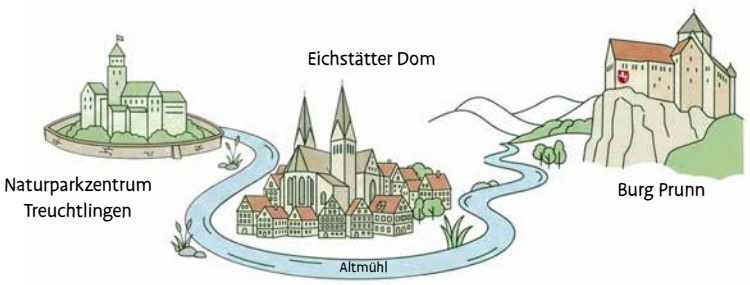
Flusswandern in Deutschland

Abseits der großen Ströme

Flüsse formen Landschaften, prägen Kultur und Geschichte. Wer auf den Flusswanderwegen abseits von Donau und Rhein unterwegs ist, erlebt dies hautnah. Hier sind es ursprünglichere Gewässer wie Altmühl und Lech, die den Takt bestimmen.

Im Altmühltal schlängelt sich der Wanderweg vorbei an bizarren Felsformationen, mittelalterlichen Burgen und beschaulichen Dörfern. Immer wieder öffnen sich Blicke auf das breite Tal und die ruhig dahinfließende Altmühl. Sie ist ein wichtiger Lebensraum für Biber und Eisvögel. Ihre Ufer laden auch Wandernde zum Verweilen ein. In den Wacholderheiden lassen sich alte Kultplätze entdecken, während sich Eichstätt mit barocker Architektur und regionaler Küche für eine Pause anbietet.

Kulturelle Highlights im Altmühltal



Unsere Lieblingsorte am Lechweg



Auch der Lechweg verbindet Natur, Geschichte – und zwei Länder. Von der Quelle nahe dem Formarinsee in Österreich bis nach Füssen führt der Weg durch eine ursprüngliche Flusslandschaft, vorbei an Hängebrücken, Wasserfällen und historischen Marktorten wie Elbigenalp und Reutte. Besonders eindrucksvoll zeigt sich der Lech an seinen wilden Abschnitten mit tosenden Stromschnellen, aber auch an seinen stillen Uferzonen: Orte der Ruhe für Mensch und Tier.

Weitere Wanderreisen am Wasser

Auf dem Malerweg

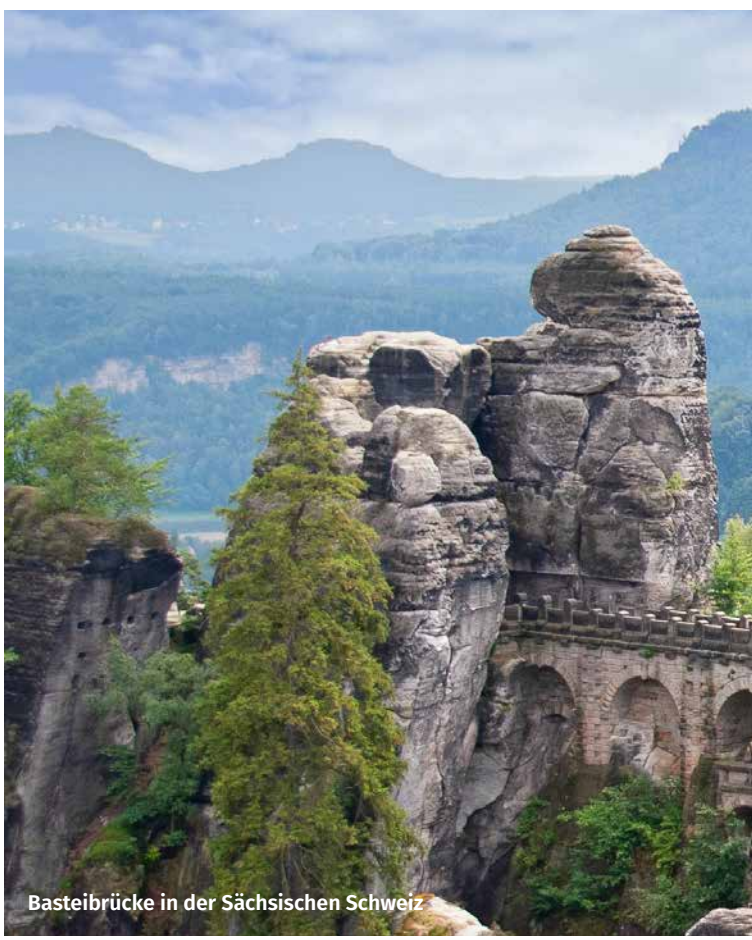
Felsen und Fantasie

Es reicht ein Blick auf dieses Naturpanorama, um zu verstehen, warum schon die alten Meister hier Inspiration fanden. Einst hielten Bleistift oder Pinsel die Szenerie fest, heute entdecken Wandernde die Region auf dem Malerweg neu.

Text: Magdalena Frauscher



Felsenpartie im Elbsandsteingebirge
von Caspar David Friedrich, 1822/23, Öl auf Leinwand



Basteibrücke in der Sächsischen Schweiz

Auf den sieben Etappen des rund 112 Kilometer langen Wanderwegs begegnet man der Natur als lebendigem Kunstwerk. Malerisch ragen die zerklüfteten Sandsteinfelsen der Sächsischen Schweiz aus dem Morgennebel, während markante Tafelberge, tiefe Schluchten und schmale Steige der Landschaft ihr Gesicht geben. Im wechselnden Licht entstehen immer neue Eindrücke, nicht selten an Orten, wo Künstler wie Caspar David Friedrich und Ludwig Richter einst ihr Skizzenbuch aufschlugen.

Hier begegnen Wandernde nicht nur den Spuren renommierter Künstler, sondern schärfen auch den eigenen kreativen Blick. Entlang des Weges zeigen Informationstafeln die Bezüge zwischen den Werken der Romantik und den Originalschauplätzen. Gleichzeitig bieten vielfältige Naturdetails, Perspektiven und Lichtstimmungen stets neue Motive zum Fotografieren. Von der hoch über dem Elbtal gelegenen Basteibrücke eröffnet sich ein besonders eindrucksvolles Panorama.

„Der frühe Morgen lohnt", empfiehlt Fotograf Oliver Riedel aus Dresden, „dann liegt Nebel in den Schluchten und das Licht hebt die Strukturen der Felsen besonders hervor." Wer neue Blickwinkel sucht, wechselt also am besten zwischen den Höhenpfaden und den Wegen im Elbtal. So entstehen abwechslungsreiche Bilder, wie sie auch die alten Meister geschätzt hätten.

Verlaufen ist hier kein Thema, höchstens in kreativen Gedanken, denn die Wege sind gut markiert und für unterschiedliche Anspruchsniveaus geeignet. Für die Stärkung zwischendurch kehrt man entlang der Strecke in Gasthäuser ein, die regionale Spezialitäten anbieten. Nach der Pause geht es weiter – zurück in die wildromantische Felsenlandschaft.

WISSENSWERTES
zur Reise „Der Malerweg"

Länge: 112 Kilometer in 7 Etappen
Profil: Ca. 4.000 Höhenmeter; viele Treppen, Steige und Felsenpassagen
Anspruchslevel: ●●○○
Highlights: Basteibrücke, Festung Königstein, Schrammsteine, Pfaffenstein
Besonderheit: Auf den Spuren der Romantik-Maler



Eine Reise entsteht

Der Mann hinter den Routen

Reimar Winterberger wandert hauptberuflich. Seine Schritte dienen als Basis für neue Routen, denen später zahlreiche Aktivreisende folgen.

Für die meisten Menschen gibt es diese eine Sache, der man seine Zeit am liebsten widmet. Bei mir ist das so mit dem Wandern. Seit einigen Jahren ist es meine berufliche Aufgabe, die schönsten Wanderrouten in Europa ausfindig zu machen. Ein neuer Gedanke führt mich nach Italien. Das Ziel: eine Route, die sowohl entlang der Küste als auch durch das ursprüngliche Hinterland verläuft und dabei einige der bekanntesten Fotomotive der Region verbindet. So nimmt die Tour entlang der ligurischen Küste und in die Cinque Terre langsam Gestalt an.

Erste Gedanken

Wenn ich mit der Entwicklung einer neuen Reise starte, findet man mich zunächst einmal dort, wo man es im ersten Moment nicht vermuten würde: am Schreibtisch. Wanderkarten werden studiert, Magazine gelesen, Online-Recherchen durchgeführt und ein genauer Blick auf die Vorzüge der Destination geworfen. Es sollte eine Reise der Kontraste werden. Die Küstenorte der Cinque Terre sind weltberühmt. Mindestens ebenso lohnend ist jedoch das weit weniger bekannte Landesinnere: die Bergdörfer und die Wege abseits der ausgetretenen Pfade. Zunächst zeichne ich eine mögliche Routenführung auf Basis meiner Nachforschungen. Vor Ort wird's dann spannend. Hier zeigt sich, ob sich mein Vorhaben verwirklichen lässt.

Auf ins Unbekannte

Der erste Eindruck ist vielversprechend. Santa Margherita Ligure entpuppt sich als charmanter Ausgangspunkt. Perfekt zum Ankommen. Für die erste Etappe geht es mit der Bahn nach Camogli. Schon bald eröffnen sich erste Küstenblicke. Hoch über dem Meer führt der Weg zur Abbazia di San Fruttuoso, einer eindrucksvollen Klosteranlage in einer kleinen Bucht. Die anschließende Strecke nach Portofino ist landschaftlich reizvoll, verlangt aber einen kräftezehrenden Aufstieg. Vor Ort ergibt sich jedoch eine attraktive Alternative: eine Abkürzung per Schiff direkt in den Hafen. Die Luxusyachten lassen bereits vermuten, dass sich hier der Jetset trifft. Zugegeben – auch das Bier, das ich mir hier genehmige, hat einen stolzen Preis. Der Ausblick auf das Meer und der mondäne Hafen machen Portofino jedoch zu einem sehenswerten Ziel.

Am nächsten Morgen geht es ins Hinterland. Hier spielt sich das authentische ligurische Landleben ab. Kleine Bergdörfer, Weinberge und stille Küstenwege führen mich bis nach Levanto. Im Vergleich zum belebten Portofino wirkt der Ort angenehm entspannt, mit kleinen Bars und Cafés und einer einladenden Badebucht.

Unterwegs im Parco Nazionale delle Cinque Terre

Ich starte früh am Morgen zum Höhenweg. Schon bald tauchen die ersten bunten Häuser der Cinque Terre auf. Monterosso al Mare wird durch einen ins Meer ragenden Felsvorsprung in zwei Teile getrennt: den historischen Ortskern und den Strand Fegina. Die Strecke nach Vernazza ist ein echtes Highlight: Sie verläuft hoch über dem Meer und eröffnet durchgehend weite Ausblicke entlang der ligurischen Küste, bevor schließlich Vernazza in Sicht ist. Hier lohnt sich ein Rundgang durch die Altstadt und zum kleinen Hafen. Wer den Tag beschaulich ausklingen lassen möchte, kehrt noch einmal ein Stück auf den Höhenweg zurück und beobachtet, wie die Sonne langsam im Ligurischen Meer versinkt.

Am nächsten Tag folgen Corniglia, Manarola und Riomaggiore. Die Anstiege sind durchaus fordernd, die Ausblicke aber ein Traum. Pastellfarbene Häuserreihen schmiegen sich in Manarola dicht aneinander und ragen auf einem Hügel direkt am Meer in die Höhe. Dementsprechend schmal sind die Gassen, die sich wie ein Labyrinth durch das Küstendorf schlängeln. In Riomaggiore wartet ein Highlight: die Via dell'Amore, ein rund einen Kilometer langer Weg, der in die Klippen gebaut ist. Danach gehe ich endlich mitten ins farbenfrohe Häuserwirrwarr von Riomaggiore. Das etwas unscheinbare Lokal Fuori

Rotta spricht mich an. Wie der Name schon verrät, liegt es etwas abseits und punktet mit einem entspannten Flair. Ich kann jedem empfehlen, sich einen gemütlichen Platz zu suchen und die abendliche Atmosphäre auf sich wirken zu lassen. Fischer bereiten ihre Boote vor, Einheimische treffen sich am Wasser, Reisende genießen den Tagesausklang bei einem Glas Sciacchetrà.

Nach der belebten Cinque Terre zieht es mich wieder in stillere Regionen. Von Riomaggiore aus wandere ich nach Portovenere. Die Route ist deutlich weniger frequentiert und bietet fototaugliche Ausblicke auf die Bucht und die Insel Palmaria. Apropos Palmaria: Da der Abstieg stellenweise Trittsicherheit erfordert, suche ich nach einer einfacheren Alternative und nehme am nächsten Tag das Schiff zur vorgelagerten Insel. Ein etwa sieben Kilometer langer Rundweg führt einmal um Palmaria. Danach ist noch genügend Zeit für die Besichtigung der Chiesa di San Pietro in Portovenere oder in meinem Fall, um die GPS-Daten zu sichern und die Höhepunkte der Tour festzuhalten.

Vom Pfad aufs Papier

Ausgestattet mit Aufnahmegerät, GPS und Smartphone zeichne ich unterwegs alle wichtigen Informationen auf. Zurück im Büro werden die Daten aufbereitet: Detaillierte Wegbeschreibungen entstehen, Tipps für Einkehr und Sehenswürdigkeiten werden ergänzt, GPS-Tracks in die Navigations-App integriert. Schon bald erscheint die Reise online und ist für Aktivurlauber buchbar.



Reimar Winterberger ist als Produktmanager für Eurohike in ganz Europa unterwegs. Das Entwickeln von Routen ist seine große Leidenschaft, dabei erwandert er jeden Meter selbst. So entstehen Streckenführungen für einzigartige Wanderreisen. Zuhause ist er im Salzburger Seenland.

Mallorca auf zwei Arten

Begegnungen zwischen Bergpfaden und Küstenstraßen

Zwei Reisende, eine Insel: Der eine erkundet Mallorca zu Fuß durch die Serra de Tramuntana, der andere vom Fahrradsattel aus. Als sich ihre Wege kreuzen, wird klar, wie unterschiedlich die Eindrücke sein können, die von einer Reise bleiben.

Text: Magdalena Frauscher



Wanderreisen auf Mallorca



Blick auf das Tal von Sóller

Der Wanderweg von Port d'Alcúdia führt hinein in die Serra de Tramuntana. Zwischen alten Pilgerpfaden, Steineichenwäldern und schroffen Bergkämmen zeigt sich Mallorca von einer Seite, die wenig mit den bekannten Bildern der Badeinsel gemein hat. Und auf zwei Rädern lässt sich die Insel noch einmal ganz anders kennenlernen.

Pfade treffen auf Serpentinen

Schon hinter Pollença ragen die Berge der Tramuntana auf. Trockensteinmauern säumen die Wege, Zypressen markieren alte Grundstücksgrenzen und zwischen den Hängen verstecken sich Fincas inmitten von Olivenhainen. Hinter jeder Kuppe öffnet sich ein neues Panorama, hinter jeder Wegbiegung eine andere Landschaft. Der Aufstieg zum Kloster Lluc führt durch jene Bergwelt, die den Nordwesten Mallorcas prägt und seit 2011 zum UNESCO-Welterbe zählt. Für viele Mallorquiner ist Lluc bis heute ein spiritueller Ort, für Wanderer vor allem ein besonderer Etappenpunkt. Unter den alten Steineichen scheint die Zeit für einen Moment stillzustehen. Hinter dem Kloster wird die Tramuntana noch ursprünglicher. Der Weg führt vorbei am Stausee Cúber, dessen Wasser die umliegenden Gipfel spiegelt. Alte Hirtenpfade queren die Hänge, während sich das Gebirge bis zum Horizont ausbreitet.

Beim Cúber-Stausee kreuzen sich für einen Moment die Wege zweier Reisewelten. Wanderer haben den Anstieg zum Pass de L'Ofre vor sich und tanken ihre Kräfte. Radfahrer legen nach einer kurvenreichen Strecke eine kurze Pause ein und machen sich bereit für die Abfahrt nach Fornalutx. Ein Nicken, ein Winken, ein freundliches Lächeln. Dann setzt jeder seine Reise fort. Die einen auf schmalen Pfaden durch die Berge, die anderen auf zwei Rädern durch die Serpentinen der Tramuntana.

Wenig später wird es auf den Bergpfaden wieder ruhig. Nur das Knirschen der Schritte und das Rascheln des Windes in den Steineichen begleiten den Weg. Je weiter die Route Richtung Sóller führt, desto häufiger öffnet sich der Blick auf das Meer. Die Berge wirken hier weniger schroff, die Landschaft mediterraner. Die Etappe vom Kloster Lluc nach Port de Sóller zählt zu den schönsten Abschnitten der gesamten Route. Alte Trockensteinwege führen durch Olivenhaine und entlang terrassierter Hänge.



Pause bei Orangenkuchen

Plötzlich taucht zwischen den Bäumen eine kleine Finca auf. Im Schatten stehen ein paar einfache Holztische und es duftet nach frisch Gebackenem. Zwei Französinnen verkaufen hier selbst gemachten Orangenkuchen und frisch gepressten Orangensaft. Die Früchte stammen aus den umliegenden Hainen, die das Tal von Sóller seit Generationen prägen. Wanderer gönnen sich eine Pause und kommen ins Gespräch. Die beiden Frauen erzählen von ihrem Leben zwischen Frankreich und Mallorca, von der Orangenernte und von den vielen Menschen, die auf ihrem Weg durch die Tramuntana hier vorbeischauen. Es sind keine langen Gespräche. Eher jene kleinen Begegnungen, die man später mit einer Reise verbindet.

Je näher Sóller rückt, desto stärker bestimmt der Duft von Orangen und Zitronen die Landschaft. Terrassen ziehen sich die Hänge hinauf, kleine Wege schlängeln sich durch die Plantagen. Nach Tagen in den Bergen wirkt das Tal beinahe wie eine eigene Welt. Schließlich öffnet sich der Blick auf Port de Sóller. Fischerboote schaukeln in der geschützten Bucht, entlang der Promenade herrscht geschäftiges Treiben.



Reisetipp:
Mallorca – Trans Tramuntana
8 Tage | ●●●○ | Februar – Mai
und September – Oktober

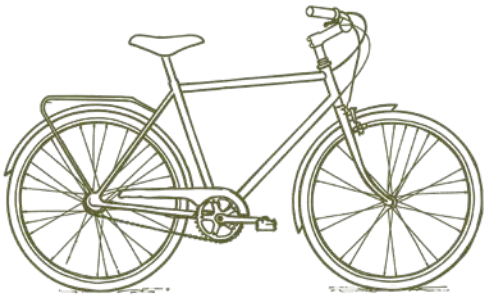
In bester Gesellschaft

Nach den stillen Etappen der vergangenen Tage kommt eine gesellige Pause am Wasser gerade recht. Am Nebentisch legt ein Mann seinen Fahrradhelm neben einem Glas Wasser ab. „Ich war die letzten acht Tage mit dem Rad unterwegs“, erzählt er. „Und ich zu Fuß“, erwidert der Wanderer. Beide haben dieselbe Insel erlebt und bringen doch ganz verschiedene Eindrücke mit.

Der Radfahrer berichtet von den Küstenstraßen rund um Es Trenc, von den Salinen im Morgenlicht und den wechselnden Landschaften entlang der Ostküste. Der Wanderer von stillen Bergpfaden der Serra de Tramuntana, dem Kloster Lluc, den Blicken über die Gipfel und der kleinen Finca oberhalb von Sóller. Sie vergleichen ihre Wege. Der eine erzählt von langen Abfahrten, weiten Ausblicken und dem Gefühl, an einem Tag unterschiedliche Landschaften zu durchqueren. Der andere von kleinen Begegnungen am Wegesrand, von Gesprächen und Orten, für die man sich nur zu Fuß wirklich Zeit nimmt.

Während die historische Straßenbahn durch Port de Sóller rattert und Fischerboote in der Bucht liegen, wird klar: Mallorca lässt sich nicht auf wenige Eindrücke reduzieren. Die beiden Reisenden blicken hinüber zur Serra de Tramuntana, die sich über dem Tal erhebt. „Eigentlich“, sagt der Wanderer nach einer Weile, „müsste ich noch einmal zurückkommen, um Mallorca auf dem Rad kennenzulernen.“ Der Radfahrer nickt. Dann verabschieden sich die beiden.

Reisetipp für Radler:
Mallorca – die große Rundfahrt
8 Tage | ●●●○ | Februar – Mai
und September – Oktober





Cuber Stausee am Fuße des Puig Major im Tramuntana-Gebirge

Olivenanbau im Wandel

Das mallorquinische Gold

Auf der Finca Son Palou wird hochwertiges Öl aus Arbequina- und Picual-Oliven hergestellt. Marc Colom, Manager und Olivenölproduzent, erzählt, warum die Arbeit mit alten Baumbeständen anspruchsvoll ist und welche Bedeutung der Olivenanbau für Mallorca bis heute hat.



Marc Colom, Manager





© Finca Son Palou

Viele Reisende sehen Olivenhaine, wissen aber wenig über die Arbeit dahinter. Wie wird aus Oliven hochwertiges Öl?

Die Bewirtschaftung jahrhundertealter Bäume ist anspruchsvoll, da ihre Höhe das Beschneiden und die Olivenernte erschwert: Beides erfolgt vollständig von Hand. Danach werden die Oliven innerhalb kürzester Zeit zur Ölmühle gebracht und gepresst, damit ihre Qualität erhalten bleibt. In modernen Plantagen wird die Ernte hingegen meist maschinell durchgeführt. Unsere Bäume werden zudem nicht künstlich bewässert. Das prägt die Qualität und den Geschmack des Olivenöls.

Welche Rolle spielt der Olivenanbau für Mallorca und seine kulturelle Identität?

Öl war das Gold des alten Mallorcas. Es wurde gehandelt, zur Herstellung von Seife und zur Konservierung von Lebensmitteln verwendet. Die Berggüter waren für den Olivenanbau besonders wertvoll, weil die Oliven dort auf höheren Terrassen wachsen. Die Böden sind meist steinig, das Klima etwas kühler, die Bedingungen aber auch anspruchsvoller. Der älteste Sohn erbte traditionell das Berggut, der jüngste das Küstengut, das in der Regel weniger Erträge brachte.

Was hat sich im Olivenanbau im Laufe der Zeit verändert und was braucht es, damit die Tradition erhalten bleibt?

Heutzutage kann man überall Olivenbäume pflanzen, sie täglich gießen und die Oliven maschinell ernten. Angesichts der Arbeitskosten war die Mechanisierung ein sehr wichtiger Fortschritt. Gleichzeitig ist es wichtig, sich an die Generationen vor uns zu erinnern und dankbar für ihre unermüdliche Arbeit zu sein. Sonst wären diese Berge heute nicht mit Olivenbäumen bewachsen. Das Schöne und Beständige ist weder leicht noch schnell zu erreichen.

Haben Sie einen persönlichen Lieblingsort auf der Finca und welchen Moment im Jahr mögen Sie am meisten?

Vom oberen Teil des Olivenhains öffnet sich der Blick weit über das Tal von Orient. Hier sieht man Olivenhaine, Mandelbäume und kleine Felder, umrahmt von Bergen. Das Tal ist eine grüne Oase mitten in der Serra de Tramuntana. Am liebsten mag ich die Blütezeit, den Frühling in den Bergen, wenn die Landschaft erwacht.

Zu Gast im charmanten Westen

Das andere Mallorca

Während sich an den Sandstränden der Ostküste Liege an Liege reiht, herrscht im Herzen des Orient-Tals eine fast feierliche Stille. Nur das ferne Bimmeln von Schafglocken und das Rauschen des Windes in den Olivenbäumen brechen das Schweigen der Serra de Tramuntana. Wer hierherreist, sucht die ursprüngliche Seele der Insel – und findet sie auch: bei einer Übernachtung auf der Wanderreise „Finca-Wandern mit Charme“ im traditionsreichen Landgut Son Palou.

Text: Christina Auer

Kühler Charme mit Geschichte

Wer durch die schwere Holztür des über 700 Jahre alten Herrenhauses tritt, gelangt in weite Räume, in denen die dicken Natursteinmauern die Sommerhitze fernhalten. Hinter dem Haus öffnet sich der Blick auf das Tramuntana-Gebirge. Die Gipfel spiegeln sich im Wasser des Infinity-Pools. Hier oben, umgeben von rund 150 Hektar Obstgärten und Feldern, zeigt sich die außergewöhnliche Fruchtbarkeit dieser Region. Es riecht nach feuchter Erde, Zitrusfrüchten und wildem Rosmarin.

Vom Landgut auf die Wanderwege

Son Palou ist der ideale Ausgangspunkt für Wanderungen. Der Klassiker vor der Haustür führt hinauf zum geschichtsträchtigen Castell d’Alaró, wo die Anstrengung mit einem Panoramablick über die zerklüftete Silhouette der Tramuntana belohnt wird. Eine kurze Autofahrt weiter westlich lockt die Route von Deià nach Sóller. Der Pfad führt zunächst dicht an den steil abfallenden Klippen entlang, bevor er im Schatten uralter Olivenbäume dem historischen Postweg folgt. Wer das Meer sucht, wandert auf der Halbinsel La Victòria bei Alcúdia hinab zur Bucht Coll Baix. Ein steiniger, teils steiler Pfad führt zu diesem abgeschiedenen Kieselstrand, der nur zu Fuß oder vom Wasser aus erreichbar ist.

Zu Tisch im Orient-Tal

Nach ausgiebigem Wandern verlagert sich am Abend das Leben in den Innenhof der Finca. Wenn die Sonne untergeht, werden die Tische weiß eingedeckt. Die Küche des Landguts ist bodenständig, aber raffiniert. Viele Zutaten stammen direkt von den umliegenden Feldern. Das Abendessen zelebriert die Aromen der Insel: Auf ein hauchzartes Zucchini-Carpaccio mit Walnüssen folgt krosser Kabeljau auf cremigem Fenchelrisotto. Spätestens wenn der Tag bei hausgemachtem Limetten-Cheesecake und Kokosnusseis unter dem mallorquinischen Sternenhimmel ausklingt, ist der Trubel der Küstenorte in unendliche Ferne gerückt.



Darf´s ein bisschen mehr (Me-Time) sein?

In der Toskana ticken die Uhren anders. Herrlich, um es sich gut gehen zu lassen und den Tag ganz nach den eigenen Wünschen zu gestalten.

Text: Elisabeth Buchegger

8:46 Uhr

„Buongiorno, Signora!“ Ein leiser, freundlicher Gruß durchbricht meine Tagträumereien. „Buongiorno“, versuche ich möglichst akzentfrei auszusprechen. Benedetta stellt einen frisch gebrühten Cappuccino und ein Cornetto alla crema auf den kleinen Tisch neben mir. Die mit Mosaiksteinen verzierte Oberfläche reflektiert die Strahlen der Morgensonne. Bereits bei meiner Ankunft hat mich die sympathische Dame an einem kleinen Holztresen, der hier in der Pietra del Cabreo als Rezeption dient, in Empfang genommen. Ich nehme einen Schluck. Das Herz, das Benedetta gekonnt in den Milchschaum gezaubert hat, verliert die Form. Mit einem Bissen vom Cornetto und einem weiteren Schluck Cappuccino macht sich ein Gefühl der Gelassenheit in mir breit.





Tenuta Casenuevo in Greve in Chianti

Umgeben von Weinreben

Mein Blick fällt über die Weinberge von Greve in Chianti. Die alten toskanischen Steinmauern und Zypressen strahlen genau jene Ruhe aus, nach der ich mich so gesehnt hatte. Wie konnte ich nur daran zweifeln, ob ich hierherkommen sollte? Ein tiefer Atemzug. Mein Mund formt wie von selbst ein Lächeln. Die Entscheidung, allein zu verreisen, war sowas von richtig. Am anderen Ende der Terrasse entdecke ich ein kleines Holzschild mit der Aufschrift „Piscina". Volltreffer. Genau da wollte ich nach dem Frühstück hin. Ich greife nach meiner Leinentasche mit den Badesachen und laufe den beige gepflasterten Weg entlang, der sich direkt zum Pool schlängelt. Die beste Zeit des Tages, um ein paar Schwimmzüge zu machen. Als meine Fußsohle die Wasseroberfläche berührt, zucke ich zusammen. Die ersten Schritte ins Wasser kosten mich ein wenig Überwindung, doch die Erfrischung am Morgen tut schlichtweg gut. Ich schwimme ans andere Ende des Pools und überblicke erneut die für die Toskana so typische Landschaft. Auf den Wegen durch diese Weinberge werde ich heute nach Panzano und Castellina wandern. Noch ist Zeit. Noch möchte ich mich nicht von diesem Ort verabschieden. Dabei kommt mir ein befreiender Gedanke: Ich darf mich einfach treiben lassen und den Blick auf die Uhr getrost vernachlässigen.

Meine Kollegin hatte mir bereits von den beiden Orten mitten im Herzen des Chianti-Gebiets erzählt, die wunderschön auf einer Hügelkuppe liegen. Enge Gassen und mittelalterliche Steinpflasterwege verleihen den Dörfern ihren unverfälschten italienischen Charakter. Für Panzano gab sie mir einen kulinarischen Tipp mit auf den Weg: die Bar Strafico, von der aus man einen Ausblick auf die Weingärten genießen kann.

Zeit für mich

Die Erfahrung des Alleinreisens möchte ich nicht mehr missen. Dabei lasse ich es mir richtig gut gehen und gönne mir besondere Unterkünfte wie dieses Landhaus unweit von Greve in Chianti. Orte der Ruhe im Grünen und ja, auch die Kulinarik ist für mich wichtig. Dass hier mit Liebe zum Detail gekocht wird, schmeckt man schon bei der ersten Gabel hausgemachter Tagliatelle. Bereits zum dritten Mal in achtzehn Monaten habe ich mich allein auf den Weg gemacht. Ich muss schon zugeben: Anfangs waren ein paar Unsicherheiten dabei. Mittlerweile weiß ich, dass nach ein paar Worten mit den Gastgebern und den ersten Wanderschritten jegliche Zweifel ganz von selbst verfliegen.

Ganz nach meinem Geschmack

Was ich am Alleinreisen am meisten schätze? Ich muss mich nach niemandem richten, kann innehalten, wenn mir danach ist, und weitergehen, wenn die Neugier mich antreibt. Ich darf meinen Tag so gestalten, wie er sich für mich richtig anfühlt.

Noch immer lehne ich mit beiden Armen am Rand des Pools und lasse meinen Blick über die Weinberge schweifen. Beim Tagträumen über vergangene Alleinreisen wird mir einmal mehr bewusst, wie sehr ich diese Freiheit inzwischen genieße. Noch ein letzter Blick auf die Landschaft, dann ist es Zeit. Castellina wartet schon.

9:22 Uhr

Reisetipp: Malerische Toskana mit Charme
8 Tage | ●○○○ | März – Oktober

Madeira, Insel der Kontraste

Von Lavafelsen und Blütenpracht

Das Naturjuwel im Atlantik vereint auf kleinstem Raum schroffe Steilküsten, markante Berggipfel, grüne Hochplateaus und üppige Vegetation. Wer auf einem der vielen Wanderwege unterwegs ist, erlebt, wie sich Landschaft und Klima mit jedem Höhenmeter verändern.

Text: Christina Auer



Felsinsel Ilhéu Mole vor Porto Moniz

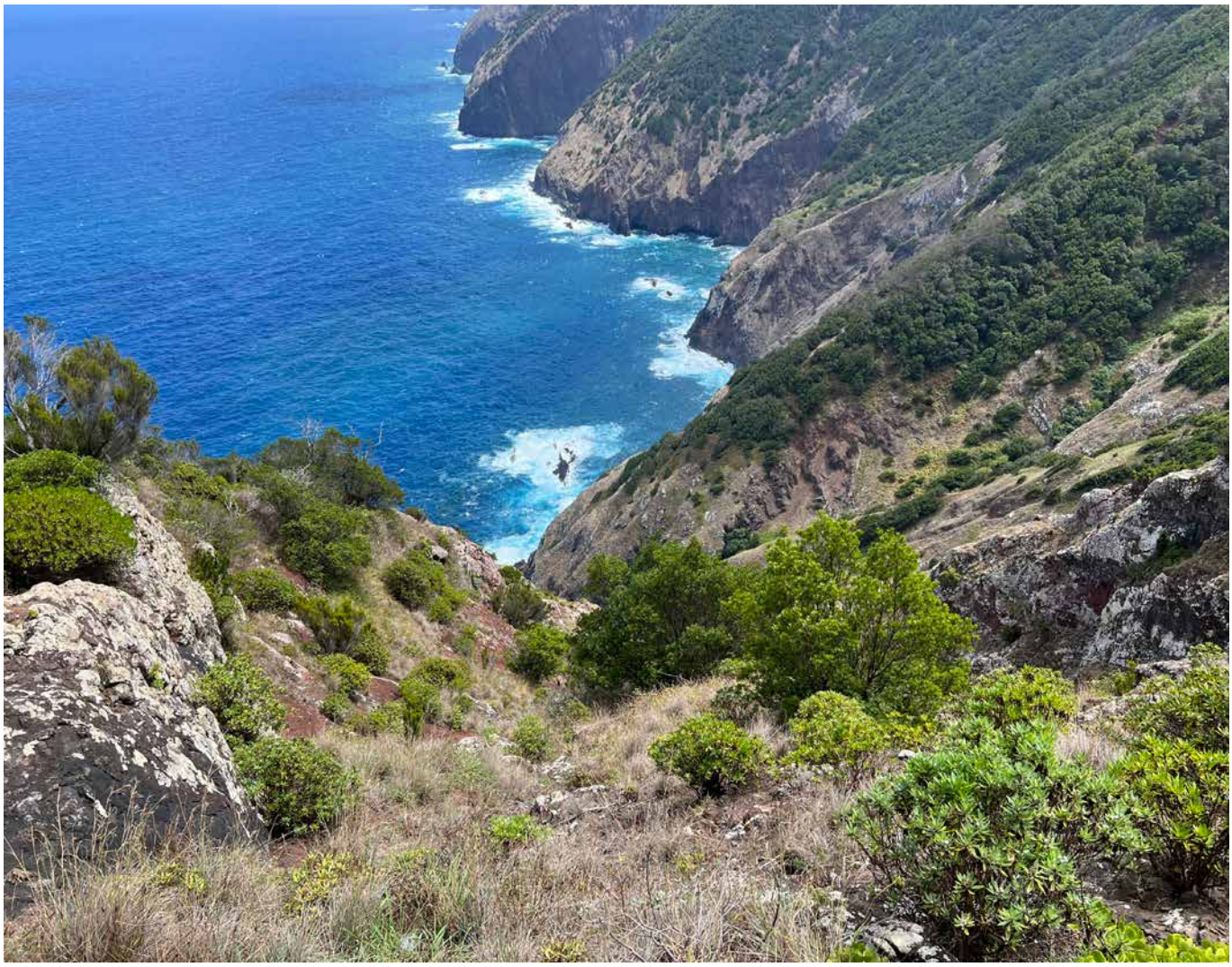
Die Kräfte hinter Madeiras Vielfalt

Ihre Vielseitigkeit verdankt die Atlantikinsel den klimatischen Einflüssen. Milde Temperaturen, Passatwinde und Höhenunterschiede von mehr als 1.800 Metern schaffen völlig unterschiedliche Lebensräume, die oft nur wenige Kilometer voneinander entfernt liegen. Tatsächlich beginnt Madeiras Landschaft tief unter dem Atlantik. Die Insel entstand durch Vulkanismus, was ihr Erscheinungsbild bis heute stark prägt. Besonders entlang der Küste treten die Spuren dieser Vergangenheit zutage: Weil das Eiland so steil aus dem Meer aufragt und gleichzeitig von den Wellen bearbeitet wird, entstanden hohe Klippen und natürliche Terrassen. Mancherorts lässt sich erkennen, wie ehemalige Lavaströme ins Meer geflossen sind und dort erstarrten. Ein bekanntes Beispiel sind die Naturschwimmbecken von Porto Moniz.

Die markante Topografie sorgt auch für eine vielfältige Vegetation. Während Wolken an den Berghängen aufsteigen und sich über dem Norden abregnen, zeigt sich der Süden deutlich sonniger und trockener. Auf der Nordseite findet man deshalb dichte Lorbeerwälder, üppige Farne und moosbewachsene Schluchten, während im Süden Weinberge und Bananenplantagen die Szenerie bestimmen. Das reichlich vorhandene Wasser durchzieht die Insel im Atlantik über ein weit verzweigtes Netz aus historischen Bewässerungskanälen – den sogenannten Levadas. Wer Madeira erwandert, erkennt schnell: Hinter jeder Wegbiegung eröffnet sich eine neue Facette. Diese Vielfalt erlebt man besonders dort, wo die Wege in luftige Höhen führen und den Blick über die Vulkaninsel freigeben.







Aus der Vogelperspektive

Sie reicht von der Ponta de São Lourenço hinunter ins Tal von Curral das Freiras und bei klarem Himmel bis zur Nachbarinsel Porto Santo: die Aussicht vom Pico Ruivo. Wer den höchsten Gipfel Madeiras erklimmen möchte, muss einige Höhenmeter überwinden. Dafür belohnt schon der Weg zum Gipfel mit eindrucksvollen Landschaften: Die Route verläuft zunächst entlang malerischer Levadas und vorbei an Wasserfällen, bevor sie sich weiter hinauf in die Bergwelt windet. Etwas weiter östlich erhebt sich der Pico do Facho, der einen 360-Grad-Panoramablick auf die Stadt Machico, die Ostküste und den Atlantik ermöglicht. Erwähnenswert ist außerdem der Boca do Risco, ein Passübergang, der hoch über der Steilküste liegt und ab hier auf einem schmalen Küstenpfad bis nach Porto da Cruz führt. Die Wanderwege Vereda das Voltas und Vereda do Fanal führen Reisende hinauf zur Hochebene Paul da Serra und weiter zum Lorbeerwald Fanal. Dieser ist Teil der Laurisilva von Madeira, zählt somit zum UNESCO-Welterbe und steht unter strengem Naturschutz. Von der Steilküste bis ans Meer führt der Weg zu den Meeresgärten von Achadas da Cruz. Eine Route dorthin startet in Porto Moniz, führt über einen alten Saumpfad nach Santana, zum Aussichtsplatz Ponta da Ladeira und von dort hinab bis zur felsigen Küste. Wer allerdings nach feinem Sandstrand und subtropischer Pflanzenwelt sucht, sollte den Süden erkunden.

Weit mehr als eine Blumeninsel

Entlang der Südwestküste wechseln sich grüne Hügel, Eukalyptuswälder und farbenfrohe Blütenlandschaften ab. Wildwachsende Callas, Amaryllen und Hibiskussträucher säumen die Wege. Das beschauliche Prazeres zählt zu den ursprünglichsten Orten, während Calheta mit seinem feinen Sandstrand zu einer erfrischenden Pause am Atlantik einlädt. Und wer denkt, spektakuläre Aussichten gäbe es nur im Norden, irrt: Die Levada do Norte, die längste und breiteste Levada des Südens, führt durch terrassierte Anbauflächen und vorbei an Gärten, in denen exotische Früchte reifen. Ihr Höhepunkt ist das Cabo Girão – die höchste Steilklippe Europas. Von dort fällt der Blick hinunter bis zur Hauptstadt Funchal. Aufgrund der ganzjährigen Blumenpracht und des berühmten Botanischen Gartens in Funchal trug Madeira lange Zeit den Beinamen „Insel des ewigen Frühlings". Doch erst die Bandbreite ihrer Landschaftsräume offenbart den wahren Charakter: ein überraschendes Terrain für alle, die sich auf Madeiras Naturwunder einlassen.



Casas de Santana



Alles andere als eintönig

Zwischen Weinbergen und Felsklippen zeigt Portugal eine landschaftliche Vielfalt, die sich nicht im Vorbeigehen erschließt. Man muss sie erwandern. Dabei geht es ebenso um Bewegung wie um Innehalten und Staunen.



Im Norden liegt der Duft von feuchter Erde, Weinreben und Eukalyptus in der Luft, während an der Atlantikküste Wind und Wellen den Rhythmus der Landschaft bestimmen. Weiter südlich weicht die Vegetation der herben Schönheit des Alentejo, bis das Land an den bizarren Klippen der Algarve im tiefen Blau des Ozeans versinkt. Und irgendwo dazwischen kann man auf dem Jakobsweg pilgern.

Entlang der Küste pilgern

Der portugiesische Jakobsweg führt Wanderer von Porto bis nach Santiago de Compostela in Spanien. Die Küstenroute verläuft auf rund 260 Kilometern entlang des Atlantiks, vorbei an Sandstränden, Dünenlandschaften und kleinen Dörfern am Meer. Der Weg verbindet Orte wie Viana do Castelo, Oia und Pontevedra. In Viana do Castelo lohnt sich ein Abstecher zur Basilika de Santa Lucia, die auf einem Hügel oberhalb der Altstadt thront. Schon von Weitem beeindruckt ihre markante Fassade mit den größten Rosenfenstern der Iberischen Halbinsel. Von der Anhöhe eröffnet sich zudem ein Panoramablick auf die Stadt, den Lima-Fluss und den Atlantik.



Auf der Rota Vicentina

Die Rota Vicentina erstreckt sich über die südwestportugiesischen Regionen Alentejo und Algarve und zählt zu den eindrucksvollsten Fernwanderwegen Europas. Sie umfasst zwei Hauptrouten: Der Historische Weg führt durch Korkeichenwälder, Flusstäler sowie kleine traditionelle Dörfer und verläuft größtenteils im Landesinneren. Der sogenannte Fischerpfad folgt hingegen der Atlantikküste, bietet Ausblicke auf die charakteristischen Steilklippen und Zugänge zu naturbelassenen Stränden. Durch sandige Abschnitte, direkte Sonne und Wind ist er körperlich anspruchsvoller. Im Küstenort Odeceixe treffen beide Wege aufeinander. Die Rota Vicentina führt bis zum Cabo de São Vicente, dem südwestlichsten Punkt des europäischen Festlandes.

Pause am Atlantik

Wer auf dem Fischerpfad unterwegs ist, gelangt kurz vor Zambujeira do Mar zum Praia de Nossa Senhora. Über eine schmale Treppe geht es entlang der Felsen hinab zu dem kleinen Strand. Wenige Schritte weiter verläuft ein Holzsteg bis zur Klippenkante und endet an einer Aussichtsplattform mit Blick über die raue Atlantikküste. Ein kurzer Fußweg führt in das Fischerdorf Zambujeira do Mar, das mit seinen ruhigen Gassen und weiß getünchten Häusern zum Verweilen einlädt.

Zur versteckten Oase

Im hügeligen Hinterland der Algarve liegt die Cascata do Pomarinho. Der Wasserfall stürzt in ein smaragdgrünes Naturbecken: Gespeist vom Fluss Asseca bahnt sich das Wasser seinen Weg über helle Kalksteinfelsen und schafft einen Rückzugsort, umgeben von einer üppigen Pflanzenwelt. Das Zusammenspiel aus Licht, Vegetation und Gestein lässt das Wasser in intensivem Grün leuchten. Erreichbar ist die Cascata do Pomarinho auf einer Rundwanderung ab Ceramica.

An der Felsalgarve

Bizarre Kalksteinformationen, Steilküsten, Höhlen und Steinbögen charakterisieren die Landschaft entlang der Felsalgarve, die sich von Faro bis nach Sagres erstreckt. Auf Wanderungen entlang von Klippenpfaden lässt sich diese landschaftliche Besonderheit erkunden. Beispielsweise oberhalb des Strandes Praia da Marinha, der von goldgelben Kalksteinklippen und windgeformten Steinbögen umgeben ist. Eindrucksvoll zeigt sich die Küste auch oberhalb des Praia do Mato und des Praia de Vale Covo zwischen Albufeira und Lagos.





Die Wildnis Europas

National- und Naturparks bewahren einige der wertvollsten Landschaften Europas – von hochalpinen Gletschertälern bis zu uralten Wäldern. Diese fünf Schutzgebiete stehen beispielhaft für die Vielfalt des Kontinents.

Text: Magdalena Frauscher

1. Nationalpark Hohe Tauern

Das größte Schutzgebiet der Alpen

Schroffe Dreitausender, tosende Wasserfälle und weite Almen: Auf einer Fläche von über 1.800 Quadratkilometern schützt der Nationalpark Hohe Tauern eines der ursprünglichsten Hochgebirgsgebiete Europas. Er erstreckt sich über die drei österreichischen Bundesländer Salzburg, Tirol und Kärnten. Hier entspringen zahlreiche Gebirgsbäche, die sich ihren Weg durch tiefe Täler bahnen. Wer aufmerksam unterwegs ist, entdeckt mit etwas Glück Murmeltiere auf den Almwiesen oder Steinadler hoch über den Gipfeln.

Schon gewusst? Der Nationalpark Hohe Tauern beherbergt mehr als 10.000 Tierarten und rund ein Drittel aller in Österreich vorkommenden Pflanzenarten.

Tierische Begegnungen: Steinadler, Gämse, Murmeltier

Gut für die Natur: Auf markierten Wegen bleiben: Alpine Pflanzen benötigen oft Jahrzehnte, um sich zu entwickeln.

Touren-Tipp: Hüttentour Nationalpark Hohe Tauern

2. Nationalpark Berchtesgaden

Wo Fels, Wald und Wasser zusammentreffen

Deutschlands einziger Alpennationalpark vereint steile Felswände, kristallklare Bergseen und ausgedehnte Bergwälder. Rund um den berühmten Königssee zeigen sich die Alpen von ihrer eindrucksvollsten Seite. Gleichzeitig ist der Nationalpark ein Rückzugsraum für seltene Arten. Die Mischung aus unberührter Natur und traditionellen Almlandschaften macht den besonderen Reiz aus.

Schon gewusst? Über 75 Prozent der Parkfläche dürfen sich ohne menschliche Eingriffe entwickeln – ganz nach dem Motto „Die Natur Natur sein lassen".

Tierische Begegnungen: Alpendohle, Rothirsch, Steinadler

Gut für die Natur: Wildtiere benötigen Ruhezonen. Besonders in der Dämmerung gilt: beobachten statt stören.

Touren-Tipp: Bayerische & Salzburger Alpen

3. Naturpark Spessart

Im Reich der alten Buchen

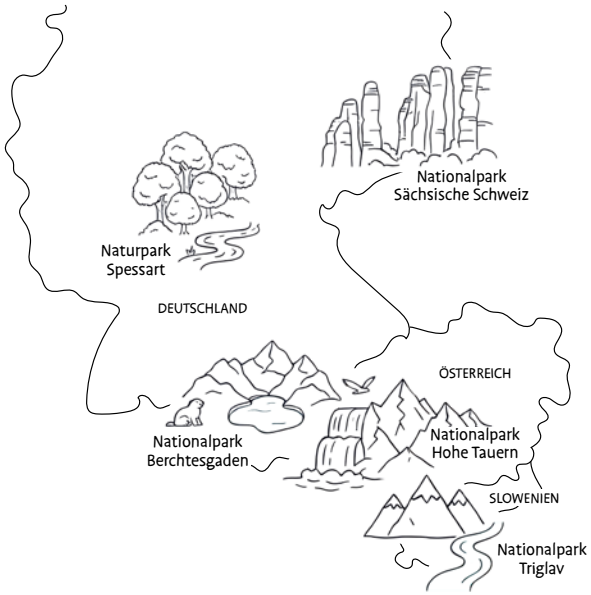
Der Spessart zählt zu den größten zusammenhängenden Waldgebieten Deutschlands. Seine uralten Buchenwälder schaffen eine fast märchenhafte Atmosphäre und bieten vielen Tierarten einen wichtigen Lebensraum. Zwischen moosbewachsenen Waldpfaden, kleinen Bächen und historischen Orten offenbart sich ein Landstrich, der seit Jahrhunderten von Wald und Mensch gleichermaßen geprägt wird.

Schon gewusst? Einzelne Buchen im Spessart sind mehrere hundert Jahre alt und zählen zu den ältesten ihrer Art in Deutschland.

Tierische Begegnungen: Schwarzspecht, Wildkatze, Uhu

Gut für die Natur: Totholz liegen lassen – es bildet die Grundlage für unzählige Insekten-, Pilz- und Vogelarten.

Touren-Tipp: Märchenhafter Spessart



4. Nationalpark Sächsische Schweiz

Zwischen Sandstein und Himmel

Türme, Schluchten und bizarre Felsformationen prägen den Nationalpark Sächsische Schweiz in Deutschland. Wind und Wasser haben über Millionen Jahre eine Landschaft geschaffen, die in Europa einzigartig ist. Besonders eindrucksvoll sind die markanten Sandsteinfelsen, die aus den Wäldern emporragen. Wandernde erleben hier ständig neue Perspektiven.

Schon gewusst? Die Sandsteinfelsen entstanden aus Ablagerungen eines Meeres, das vor rund 100 Millionen Jahren die Region bedeckte.

Tierische Begegnungen: Wanderfalke, Luchs, Eisvogel

Gut für die Natur: Auch Felsen sind sensible Lebensräume: bitte auf ausgewiesenen Wegen bleiben und Aussichtsplattformen nutzen.

Touren-Tipp: Malerweg

5. Nationalpark Triglav

Wildes Herz der Julischen Alpen

Der Triglav-Nationalpark ist das einzige Nationalparkgebiet Sloweniens und bewahrt eine außergewöhnliche Vielfalt an alpinen Lebensräumen. Charakteristisch sind türkisfarbene Flüsse, schroffe Kalkberge und blumenreiche Alpwiesen. Benannt ist der Park nach dem 2.864 Meter hohen Triglav, dem höchsten Berg des Landes und einem wichtigen Symbol der slowenischen Identität.

Schon gewusst? Der Triglav ziert sogar das slowenische Staatswappen.

Tierische Begegnungen: Steinbock, Gämse, Alpensalamander

Gut für die Natur: Wiederverwendbare Trinkflaschen mitnehmen und Wasser aus natürlichen Quellen nur dort trinken, wo dies erlaubt ist.

Touren-Tipp: Julische Alpen & wildes Soča-Tal



Lepana Tal im Triglav Nationalpark





Anja Haidinger, Marketing

Wanderreise durch Slowenien

Oben die Stille, unten der Fluss

Slowenien steht für Outdoor-Abenteuer – aber nicht nur. Man kann das Land auch mit weniger Tempo und mehr Aufmerksamkeit erleben.

Text: Anja Haidinger

Während unten im Tal die Kajaks durch die Stromschnellen tanzen, herrscht oben auf den Pfaden der Julischen Alpen eine wohltuende Ruhe. Ich bin mit meinem Freund Johannes unterwegs, auf Wanderreise entlang der Soča. Nicht, um Grenzerfahrungen zu sammeln, sondern um die schlichte Freude am Gehen zu finden. Und einen freien Kopf.

Die ersten Meter entlang der Soča fühlen sich überraschend ruhig an, fast so, als hätten wir eine unsichtbare Schallgrenze überschritten. Dabei liegt irgendwo flussabwärts, kaum sichtbar zwischen den Bäumen, bereits das nächste Raftingboot im Wasser. Stimmen hallen an den Felswänden wider, Paddel schlagen rhythmisch auf die Oberfläche des smaragdgrünen Flusses. Slowenien hat den Ruf eines Outdoor-Paradieses: ein Land für Wildwasserfahrer, Mountainbiker und all jene, die den Puls gerne etwas höher treiben.

> „Am schönsten ist Slowenien, wenn man nicht alles auf einmal erleben will.
>
> Anja Haidinger, Marketing

Oben am Wanderweg ist davon kaum etwas zu spüren. Ich bleibe kurz stehen, atme den Duft von feuchtem Moos und harzigem Lärchenholz ein. Hier folgt man keinem vorgegebenen Zeitplan, sondern einem alten Pfad zu Almen, Aussichtspunkten und Waldlichtungen. Das Abenteuer ist da, aber es drängt sich nicht auf.

Zwischen den Bäumen blitzt immer wieder das türkise Wasser auf, jedes Mal eine kleine Farbexplosion im Grün. Der Weg steigt sanft an, führt über wurzelige Pfade, deren weicher Boden unter meinen Trekkingschuhen leicht nachgibt. Statt Adrenalin bestimmt ein anderes Gefühl den Rhythmus: das langsame Verschwinden all der Dinge, die eben noch wichtig schienen. Wie Kieselsteine, die man mit der Fußspitze beiseitekickt.

Die Soča ist nur knappe 140 Kilometer lang, von ihrer Quelle bis zur Mündung ins Adriatische Meer. Aber auf dieser kurzen Strecke zeigt sie mehr Farbe, mehr Kraft, mehr Facetten als viele Flüsse, die dreimal so lang sind. Die Einheimischen nennen sie „die Schönheit mit dem smaragdgrünen Kleid“. Ich verstehe, warum.



Vršič-Pass in den Julischen Alpen

Julische Alpen & Wildes Soča-Tal

Die vielen Facetten der Berge

Wer durch die Julischen Alpen wandert, bemerkt schnell, dass Extreme hier selten nötig sind. Die Berge wirken beeindruckend, aber nicht unnahbar. Über den Tälern ragt der Triglav auf, Sloweniens höchster Berg mit 2.864 Metern. „Irgendwie geht man hier anders", sage ich. Johannes schaut kurz zu mir. „Anders? Gut oder einfach anstrengend?" „Ich weiß nicht", sage ich. „Man denkt weniger nach." Die Perspektiven wechseln ständig. Es sind diese Übergänge, die das Wandern hier ausmachen. Nicht spektakulär um jeden Preis, aber genau richtig, um rundum zufrieden zu sein.

Früher war diese Region Grenzgebiet zwischen Österreich-Ungarn und Italien, zwischen Krieg und Frieden. Im Ersten Weltkrieg wurden hier ganze Berge umkämpft – der Fels trägt noch Spuren davon. Heute wachsen Lärchen und Fichten dort, wo einst Schützengräben lagen. Die Natur hat sich ihren Raum zurückerobert. Vielleicht liegt genau darin eine der besonderen Kräfte dieser Landschaft.

Die Natur führt Regie

Fast die gesamte slowenische Seite des Gebirges gehört zum geschützten Triglav-Nationalpark. Wanderwege führen durch Schluchten und über Holzstege, vorbei an Wasserfällen und hinauf zu aussichtsreichen Höhenwegen.

Als wir über eine schmale Hängebrücke die Soča queren, spüre ich das leichte Schwanken unter den Füßen. Nicht bedrohlich, eher belebend. Ein kurzer Moment erhöhter Aufmerksamkeit. Ein kleines Wagnis. Keine Ausrüstung für Extremsportarten, kein Mut zur Grenzerfahrung ist nötig.

Der Fluss hat sich tief in den Kalkstein gegraben, über Jahrtausende, Zentimeter für Zentimeter. Wo er flacher wird, bilden sich Seitenarme, kleine Lagunen mit sandigen Ufern, an manchen Stellen fast schon mediterran. Bei Kamp Trnovo, mitten in den Alpen, gibt es sogar einen kleinen Sandstrand, den man über eine Holzbrücke erreicht. Wieder einer dieser Momente, in denen Slowenien überrascht.

Während vielerorts höher, weiter oder spektakulärer als Maßstab gilt, scheint Slowenien einem anderen Gedanken zu folgen: dass Natur am eindrucksvollsten ist, wenn sie Raum lässt. Zum Staunen und zum Gehen. Und vielleicht erklärt das auch, weshalb ich mich am Ende eines Tages sehr angenehm aufgeräumt fühle. Nicht erschöpft, sondern sortiert.

Mehr als ein Postkartenmotiv



Wie Geschichte die Gegenwart formt

Hand aufs Herz: Wie oft stehen wir an einem Aussichtspunkt, machen ein Foto und wandern weiter? Mir geht es manchmal genauso. Gerade an Orten wie dem Wolfgangsee. Das Wasser leuchtet in Blau- und Türkistönen, die Berge spiegeln sich in der Oberfläche. Schön ist das. Aber manchmal frage ich mich, ob wir dabei nicht etwas übersehen. Denn hinter einem schönen Ausblick steckt oft mehr als ein hübsches Motiv. Es lohnt sich also, genauer hinzusehen und die Zeitzeugen entlang des Weges wahrzunehmen, anstatt einfach an ihnen vorbeizuwandern.

Am Wolfgangsee wurde mir das wieder bewusst. Viele verbringen hier ihren Urlaub, fahren mit dem Schiff über den See oder wandern auf den Schafberg. Dort machen sie Foto Nummer zwanzig: diesmal See von oben. Aber über die Geschichte des Wolfgangsees oder die Herkunft seines Namens wissen überraschend wenige Bescheid.

Die Antwort führt mehr als tausend Jahre zurück. Damals hieß der Wolfgangsee noch Abersee. Erst der Regensburger Bischof Wolfgang hinterließ hier so deutliche Spuren, dass schließlich sowohl der Ort als auch der See nach ihm benannt wurden. Der Legende nach warf er vom Falkenstein eine Axt ins Tal und errichtete dort eine Kirche, wo sie zu Boden fiel. Das ereignete sich an jenem Ort, den wir heute als St. Wolfgang kennen. Ob das tatsächlich so passiert ist? Ob der Bischof eine derartige Wurfkraft hatte, um die Axt ans andere Ende des Sees zu werfen? Schwer zu glauben. Ob alles richtig überliefert wurde, ist wohl auch gar nicht die entscheidende Frage. Viel spannender ist doch, was solche Erzählungen mit einem Ort machen. Bei den historischen Tafeln am Falkensteinweg wird mir klar, dass Menschen hier seit Jahrhunderten unterwegs sind: Pilger, Gläubige, Neugierige und jene, die Geschichte(n) lieben. Und manchmal ist eine einfache Legende Grund genug, um auf ihren Spuren zu wandeln.

Ein Aussichtspunkt fasziniert mich auf diesem Weg besonders: der Aberseeblick. Ich weiß jetzt auch, warum dieser so heißt, obwohl er doch „Wolfgangseeblick“ heißen müsste. Den Namen des Aussichtspunktes haben sich die Einheimischen nicht nehmen lassen; viele nennen den Wolfgangsee heute noch Abersee. Vor mir stürzt die Falkensteinwand beinahe senkrecht 200 Meter zum Wasser hinab. Tief darunter liegt der See, so fern und doch so nah, als könnte ich ihn mit ausgestreckter Hand berühren. Hier oben soll er also vor über 1.100 Jahren gestanden haben, der Bischof aus Regensburg. Ich schaue aufs Wasser und auf den Ort da drüben namens St. Wolfgang. Der Ausblick ist derselbe. Ich sehe ihn nur mit anderen Augen.

Reisetipp: Sternwandern am Wolfgangsee mit Charme
7 Tage | ●○○○ | Mai – September



Die Magie des Balkans

Auf dem Weg durch ein Mosaik

Manchmal reicht eine Wanderung, um zu verstehen, warum der Balkan so schwer in Worte zu fassen ist. Wer hier unterwegs ist, sucht keine durchgestylten Wanderautobahnen. Die Region lebt von ihren Kontrasten, von Wegen, die sich noch wie echtes Entdecken anfühlen – und von einer Kultur, die sich nach und nach erschließt.

Text: Magdalena Frauscher

Am Morgen geht es durch ein abgelegenes Bergdorf in den albanischen Alpen. Aus einem offenen Fenster erklingt Musik, Kinder spielen auf dem Dorfplatz, vor einem Haus sitzen ältere Männer im Schatten und beobachten das Geschehen, ab und zu scheppert eine Kuhglocke. Wenige Stunden später weitet sich der Blick auf raue Gipfel und tief eingeschnittene Täler, die Knie spüren die Höhenmeter. Die Landschaft wirkt fast unberührt. Und doch begegnet man unterwegs immer wieder Zeichen des Wandels: neu eröffnete Gästehäuser, junge Wandernde aus aller Welt, kleine Cafés, in denen sich Ortsansässige und Urlauber begegnen.

Der Weg wird zur Begegnung

Besonders deutlich wird das in Albanien. Noch vor wenigen Jahrzehnten war das Land für viele Reisende nahezu unbekannt. Heute entdecken immer mehr Menschen die wilden Gebirgslandschaften des Nordens, die einsamen Küstenabschnitte der Adria und die Gastfreundschaft der Albaner. Im Norden, im Bergdorf Theth, eingebettet zwischen den Gipfeln der Albanischen Alpen, scheint die Zeit langsamer zu vergehen. Steinhäuser stehen verstreut in der Landschaft. Wer hier unterwegs ist, teilt sich den Pfad auch mal mit einem Hirten und seiner Schafherde. Der Wandel ist spürbar: Junge Einheimische, die vor Jahren in die Städte zogen, kehren zurück und bauen alte Höfe zu einfachen Pensionen um. Der Tourismus bringt neue Perspektiven in Regionen, die lange als abgelegen galten. Die Herzlichkeit wirkt dort nicht aufgesetzt, sondern selbstverständlich.

UNSERE REISETIPPS

Das Beste aus Montenegro
Dauer: 8 Tage
Anspruchslevel: ●●○○
Reisezeit: Mai – Oktober

Bosnien – Bjelasnica
Dauer: 7 Tage
Anspruchslevel: ●●●○
Reisezeit: Mai – Oktober

Karpaten
Dauer: 8 Tage
Anspruchslevel: ●●●○
Reisezeit: Mai – Oktober



Ein Land mit Höhen und Tiefen

In Montenegro stürzen die Berge scheinbar direkt ins Meer, die Kulisse verändert sich radikal. Doch das eigentliche Abenteuer wartet im Hinterland. Hier hat sich die Tara-Schlucht bis zu 1.300 Meter tief in den Fels gegraben. Die Natur ist rau, fast einschüchternd in ihrer Dimension, und überraschend still. Es gibt Abschnitte, auf denen man stundenlang nur den eigenen Atem und das Knirschen des Schotters unter den Sohlen hört. Diese Mischung aus Wildheit und Gelassenheit begleitet einen durchs ganze Land. Sie zeigt sich nicht nur in der Natur, sondern auch in den Menschen. An einem Tag sitzt man in einer einfachen Berghütte und lässt sich hausgemachten Käse servieren, am nächsten schlendert man durch die engen Gassen einer lebendigen Küstenstadt.



Wandern durch die Jahrhunderte

Zwischen osmanischer Vergangenheit, mitteleuropäischen Einflüssen und heutiger Lebenswelt wandert man in Bosnien-Herzegowina durch verschiedene Zeiten. In Mostar spannt sich die berühmte Steinbrücke über die Neretva und verbindet die beiden Seiten der Stadt – rund um den Fluss treffen alte Handwerksläden auf junge Cafés. Abseits der bekannten Orte zeigt sich das Land im Alltag seiner Bewohner. In kleinen Dörfern stehen Moscheen neben Kirchen, auf Märkten vermischen sich Düfte und Dialekte. Eben noch wandert man im warmen Wind der Adriaküste zwischen silbrigen Olivenhainen und sonnenheißen Karstfelsen. Nur wenige Stunden landeinwärts verändert sich diese Welt komplett – dann prägen schroffe Gebirgszüge und ungezähmte Flusstäler das Bild.

Rumänien: Bloß keine Hektik

Diese Vielfalt endet nicht an den Grenzen des westlichen Balkans. Weiter nördlich, in Rumänien, setzen die Karpaten die Geschichte der großen Naturräume fort. Wer durch die dichten Buchenwälder und die weiten Berglandschaften Siebenbürgens wandert, stößt auf eine ganz besondere Kulturlandschaft. Hier verschmelzen rumänische, ungarische und sächsische Einflüsse in den traditionellen Dörfern und der Architektur. Es ist eine Region, die sich eine wohltuende Langsamkeit bewahrt hat, die man in Westeuropa selten noch findet.



Natur und Kultur, wohin man auch geht

Der Balkan lässt sich nicht auf ein einziges Bild reduzieren. Er ist zugleich rau und herzlich, traditionsbewusst und voller Aufbruchstimmung, ursprünglich und überraschend modern. Hinter jeder Bergkette wartet eine neue Landschaft, hinter jeder Grenze eine andere Sprache und oft auch eine neue Sicht auf die Welt. Albanisch, Montenegrinisch, Bosnisch, Rumänisch – die unterschiedlichen Sprachen erzählen ebenso von der Vielfalt wie die verschiedenen Religionen und Küchen. Wer sich darauf einlässt, entdeckt nicht nur beeindruckende Natur, sondern auch einen Kulturraum, in dem Diversität seit Jahrhunderten Teil des Alltags ist.



Schweden – von Natur aus anders

Wo Freiheit zum Alltag gehört

Wie das Jedermannsrecht aus Wäldern, Seen und Küsten einen Lebensraum für alle macht.

Text: Magdalena Frauscher

Am See wird eine Pause eingelegt. Rucksäcke landen im Gras, die Schuhe bleiben am Ufer zurück. Manche springen ins Wasser, andere suchen sich einen Platz zwischen den Kiefern. Kein Badesteg, kein Eintritt, kein ausgewiesener Strand. Nur Wasser, Wald und Zeit. Solche Momente wirken für viele Reisende ungewohnt. In Schweden gehören sie zum Alltag. Dahinter steckt das Jedermannsrecht, auf Schwedisch Allemansrätten. Es erlaubt allen Menschen, sich frei in der Natur zu bewegen, Beeren zu sammeln, an geeigneten Plätzen eine Rast einzulegen oder zu campieren, solange dabei Rücksicht auf Natur, Tiere und andere Menschen genommen wird.

Schwedische Kultur unterwegs

Schweden gilt vielen als Vorreiter für bewusstes Reisen – Natur ist hier keine Urlaubskulisse, sondern Teil des täglichen Lebens. Sie prägt die Architektur der Städte, die Esskultur und den Rhythmus des Alltags. Wer durch das Land reist, merkt schnell, wie selbstverständlich Menschen ihre Freizeit draußen verbringen. Eine besonders schöne Art, Schweden zu entdecken, ist zu Fuß. Im ganzen Land führen gut ausgebaute Wanderwege durch abwechslungsreiche Landschaften und machen die Natur mit allen Sinnen erlebbar. Einer dieser Wege ist der Österlenleden. Der Fernwanderweg führt durch den Südosten Schonens, vorbei an Fischerdörfern, durch sanfte Küstenlandschaften und Buchenwälder. Immer wieder begegnet man Menschen, für die klar ist: Die Natur gehört nicht einigen wenigen. Sie ist ein Raum, den alle nutzen dürfen, solange sie ihn mit Respekt behandeln. In Schweden beginnt die Freiheit nicht erst auf dem Wanderweg. Sie ist Teil der Kultur.

Unterwegs in Norwegen

Draußen zuhause

Friluftsliv für alle: Was Draußensein mit einem guten Leben zu tun hat.

Der Morgen beginnt kühl. Nebelschwaden ziehen über den See, während die ersten Sonnenstrahlen die Berggipfel erreichen. Auf dem Wanderweg begegnet man Familien, Joggern auf ihrer Morgenrunde und älteren Menschen, die in die Natur wollen. Niemand scheint es eilig zu haben. Draußensein ist in Norwegen selbstverständlich. Es gibt dafür sogar ein eigenes Wort: Friluftsliv. Wörtlich übersetzt bedeutet es „Freiluftleben".

Gemeint ist weit mehr als Wandern oder Sport. Friluftsliv beschreibt eine Haltung, die seit Generationen Teil der norwegischen Kultur ist. Zeit in der Natur zu verbringen gilt als Ausgleich, Kraftquelle und wichtiger Bestandteil eines guten Lebens. Anders als das schwedische Jedermannsrecht ist Friluftsliv kein rechtliches Konzept. Es beschreibt vielmehr eine kulturelle Überzeugung.

Wandern und wandeln

Wie tief diese Idee verwurzelt ist, zeigt sich im Nationalpark Jotunheimen. Zwischen den höchsten Bergen Norwegens verlaufen Wanderwege durch eine Landschaft aus Gipfeln, Gletscherseen und weiten Hochebenen. Die Dimensionen beeindrucken, doch oft bleiben andere Momente stärker in Erinnerung: die Wolkenformationen, eine Blume am Wegesrand oder Gespräche mit Wandernden, die das Freiluftleben ebenso schätzen. Hier wird deutlich, dass Friluftsliv nicht auf Leistung ausgerichtet ist. Es geht nicht darum, möglichst viele Kilometer zurückzulegen oder Gipfel zu sammeln. Der Weg selbst steht im Mittelpunkt. Man nimmt sich Zeit. Vielleicht ist es manchmal eher wandeln als wandern.

Fjorde, Berge und Seen bilden fraglos eine spektakuläre Kulisse, doch die eigentliche Erfahrung entsteht durch die Art, wie man sich in dieser Landschaft bewegt. Friluftsliv bedeutet, draußen zu sein, weil es guttut, und nicht, weil es auf einer To-do-Liste steht. Das gute Leben hat hier seinen festen Platz unter freiem Himmel.



© Scanout MB Bitihorn

Auf Wanderreise in Schottland

Im Zauber von Nebel und Weite

Schottland zwischen rauer Natur, stillen Begegnungen und einem mystischen Wetter. Mal zeigt sich die Landschaft verhüllt, mal unter blauem Himmel: immer wieder von einer neuen Seite.

Text: Franziska Rosenstatter



Ein schmaler Pfad zieht sich durch sattgrünes Gras, das im Wind in sanften Wellen schwingt. Nebelschwaden liegen über den Hügeln, lassen Konturen verschwimmen und geben sie im nächsten Moment wieder frei. Ein Schaf steht regungslos am Wegesrand, als wäre es selbst Teil dieser Szenerie. In Schottland beginnt Wandern oft genau so: ruhig und geheimnisvoll, beinahe wie ein Eintauchen in eine andere Welt.

Schottlands legendärer Fernwanderweg

Der West Highland Way, Schottlands ältester und bekanntester Fernwanderweg, führt auf 154 Kilometern von Milngavie bei Glasgow bis nach Fort William am Fuße des höchsten Berges, des Ben Nevis, mit 1.345 Metern Höhe. Die Route verläuft entlang ehemaliger Viehpfade und Militärstraßen, durch spektakuläre Täler und geheimnisvolle Moorlandschaften, vorbei an imposanten, oft wolkenverhangenen Bergen. Gerade dieses Wechselspiel aus Nebel und Sonnenstrahlen verleiht der Umgebung eine besondere Magie. Wenn plötzlich Licht durchbricht, leuchten die sattgrünen Hügel und die Seen glitzern wie flüssiges Silber – eine Szenerie, die Wandernde immer wieder in ihren Bann zieht.

Sanfte Weite und unzählige Begegnungen

Der Loch Lomond & The Trossachs National Park erstreckt sich über mehr als 1.800 Quadratkilometer und umfasst rund 22 Seen, wobei Loch Lomond der größte See Großbritanniens ist. Dichte Wälder aus Kiefern, Eichen und Birken säumen die Ufer und verleihen der Landschaft ihre typische Ruhe. In diesem abwechslungsreichen Lebensraum fühlen sich zahlreiche Tiere wohl: Rothirsche durchstreifen die klaren Morgennebel, Fischadler kreisen über dem Wasser und mit etwas Glück kann man seltene Vogelarten wie Eisvögel oder den scheuen Auerhahn entdecken. In den stilleren Gewässern tummeln sich auch Otter und zahlreiche Fische. Die beeindruckende Artenvielfalt macht das Gebiet zu einem wahren Paradies für Naturfreunde.

Spuren der Vergangenheit

Immer wieder tauchen sie auf: einsame Schlösser auf Anhöhen, verwitterte Mauern, die Geschichten vergangener Jahrhunderte erzählen. Sie fügen sich nahtlos in die Landschaft ein und verstärken das Gefühl, sich in einer Welt jenseits der Zeit zu bewegen.

Eine Landschaft, die bleibt

Schottland entfaltet seinen Zauber nicht auf den ersten Blick, sondern beim langsamen Entdecken – besonders zwischen Mai und September, wenn milde Temperaturen und längere Tage ideale Bedingungen für Wandernde bieten. Das Wetter zeigt sich vielfältig: Sonne, Nebel, Regen und überraschende Lichtspiele wechseln sich oft binnen weniger Stunden ab. Sie verleihen der weiten Landschaft ihre besondere Intensität. Diese stimmungsvollen Erlebnisse und die Verbundenheit mit der Natur hinterlassen Eindrücke, die lange nachwirken.





„The living mountain is not a postcard, but a presence.“

Nan Shepherd, schottische Naturphilosophin





Nachhaltig und bewusst unterwegs

Die schönsten Reisen sind rücksichtsvoll

Beim Wandern in unberührter Natur wächst bei vielen der Wunsch, sie zu bewahren. Umweltfreundliches Reisen gewinnt deshalb an Bedeutung. Und jeder Einzelne kann mit wenig Aufwand einen Beitrag leisten.

So geht's

Tier- und Naturschutz respektieren

Für einen achtsamen Umgang mit der Natur ist es wichtig, auf markierten Wegen zu bleiben, seinen Müll wieder mit nach Hause zu nehmen und unnötigen Lärm zu vermeiden.





Grüne Anreise

Um den ökologischen Fußabdruck so gering wie möglich zu halten, sind Bus und Bahn eine gute Wahl, um das Reiseziel zu erreichen.



Bewusstes Konsumieren

Wer in lokalen Läden einkauft oder in Gasthöfen speist, unterstützt die heimische Wirtschaft und genießt den unverwechselbaren Geschmack der Region.

Verantwortungsvolle Unterkünfte

Mit der Wahl einer Unterkunft, die auf regionale Lebensmittel, weniger Plastikmüll und energieeffiziente Lösungen setzt, ist der Grundstein für nachhaltiges Reisen gelegt.





Kulturelle Sensibilität

Ein respektvoller Umgang mit den Einheimischen und ihrer Privatsphäre – etwa indem man keine privaten Bereiche betritt oder fotografiert – sollte selbstverständlich sein.

Mehrweg statt Einweg

Wiederverwendbare Trinkflaschen und Jausenboxen helfen dabei, Müll zu vermeiden und wertvolle Ressourcen zu schonen.



Wandernd unterwegs sein

Wer Wegstrecken zu Fuß zurücklegt, entscheidet sich für eine gesunde und zugleich nachhaltige Fortbewegungsart, ganz ohne Auto- und Flugkilometer.



Hommage an das Salzkammergut

Blaue Wunder

Manchmal liegt das Paradies direkt vor der Haustür. Es braucht kein Flugzeug, um in eine andere Welt einzutauchen. Im Grunde braucht es nicht mehr als ein Paar Wanderschuhe.

Text: Helene Edtmeier

Ein Urlaub daheim

In zehn Tagen zu zehn Seen wandern. Ich kenne nur eine Region, die auf so engem Raum eine solche Seenvielfalt bietet: das Salzkammergut. Was für ein Glück, dass es praktisch vor meiner Haustür liegt. Eine Auszeit hier ist für mich ohne lange Anreise möglich und gibt mir die Gelegenheit, die schönsten Ecken meiner Heimat zu erkunden. In den letzten Jahren ist mir bewusster geworden: Es braucht kein Flugzeug, um sich wie im Paradies zu fühlen. Die Blautöne des Fuschlsees und des Attersees erinnern ohnehin an die Karibik.

Gipfelglück und Sieben-Seen-Blick

Der Fuschlsee zählt aufgrund seiner türkisblauen Farbe zu meinen persönlichen Favoriten im Salzkammergut. Von hier aus führt die erste Wanderung vorbei am Filblingsee hinauf zum Gipfel des Filblings. Oben am Grat liegt mir der See zu Füßen und das sommerliche Wetter weckt bereits die Vorfreude auf den Sprung ins kühle Wasser. Am nächsten Tag steht der Gipfel des Schobers auf dem Programm. Der kurze, steile Anstieg wird durch das außergewöhnliche Panorama mehr als wettgemacht. Bei guter Sicht erblickt man von hier oben insgesamt sieben Seen. Darunter der Wolfgangsee, Attersee und Mondsee, zu dem ich heute nach dem Abstieg weiterwandere. Dort wartet schon die nächste Belohnung: das hausgemachte Eis der Familie Übleis direkt im Ortszentrum von Mondsee.

Von der Lore in die Kaiserstadt

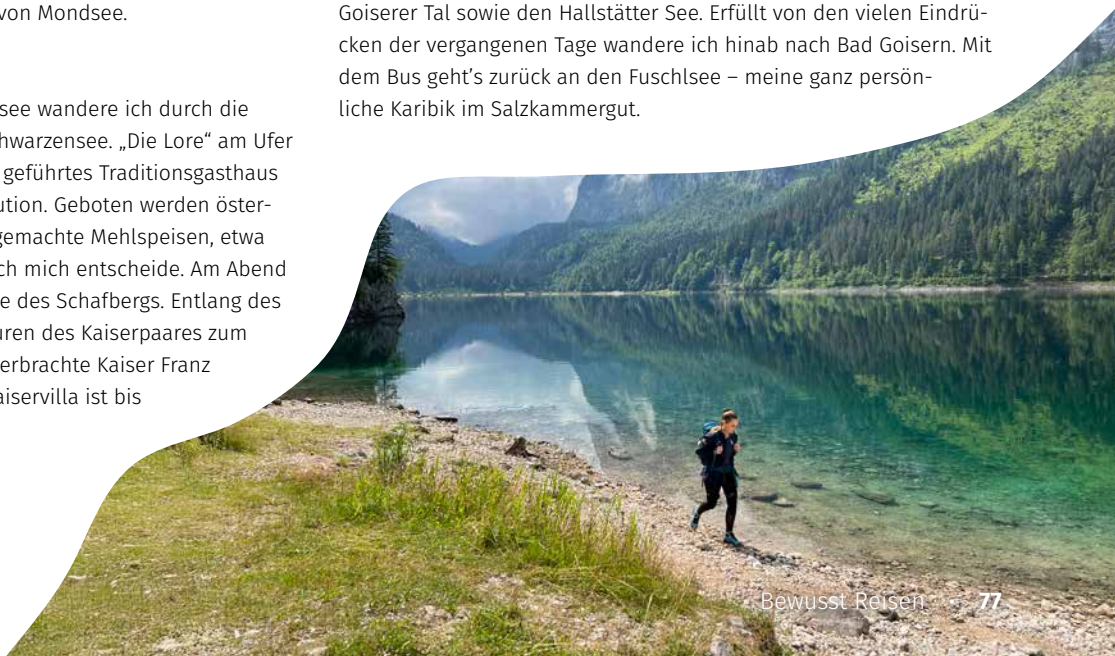
Nach einer kurzen Busfahrt zum Attersee wandere ich durch die Burggrabenklamm und weiter zum Schwarzensee. „Die Lore“ am Ufer des Sees ist ein in fünfter Generation geführtes Traditionsgasthaus und die geschäftige Wirtin eine Institution. Geboten werden österreichische Hausmannskost und hausgemachte Mehlspeisen, etwa der herrliche Topfenstrudel, für den ich mich entscheide. Am Abend erreiche ich den Wolfgangsee am Fuße des Schafbergs. Entlang des Sisi-Wegs führt die Route auf den Spuren des Kaiserpaares zum Nussensee und nach Bad Ischl. Hier verbrachte Kaiser Franz Joseph I. ganze 82 Sommer und die Kaiservilla ist bis heute ein beliebtes Ausflugsziel. Mich zieht es jedoch an die Uferpromenade der Traun, wo ich die letzten Sonnenstrahlen des Tages einfange.

Ausseerland und Weltkulturerbe

Das Steirische Salzkammergut, auch Ausseerland genannt, beheimatet zahlreiche Seen, schroffe Gipfel und mit der Tauplitzalm das größte Hochplateau Europas. Meine Route führt mich auf die Blaa-Alm am Fuße des Loser-Massivs und über blühende Almen zurück ins Tal. Anschließend gelange ich mit dem Schiff über den berühmten Hallstätter See in den UNESCO-Weltkulturerbeort Hallstatt. Als Heimat des ältesten Salzbergwerks war Hallstatt durch den Abbau des „weißen Goldes“ über Jahrhunderte hinweg von großer wirtschaftlicher Bedeutung. Heute findet man hier zahlreiche Postkartenmotive. Mit der Seilbahn geht es auf den Salzberg und zum Skywalk-Aussichtsplatz. Von hier aus steige ich hinauf ins Almengebiet und über den Bibelschmugglerweg zum nächsten Lieblingsplatz auf meiner Reise: dem Vorderen Gosausee, in dessen Wasserfläche sich der imposante Dachstein spiegelt.

Zurück in die Karibik

Ein letzter Wandertag. Von Gosau aus erreiche ich über die Iglmoosalm die Goiserer Alpenvereinshütte und genieße die Aussicht auf das Goiserer Tal sowie den Hallstätter See. Erfüllt von den vielen Eindrücken der vergangenen Tage wandere ich hinab nach Bad Goisern. Mit dem Bus geht’s zurück an den Fuschlsee – meine ganz persönliche Karibik im Salzkammergut.



EUROHIKE
WANDERREISEN

Wanderbare Glücksmomente





Perfekt organisierte Wanderreisen erleben

Unsere Gäste müssen sich um nichts kümmern und können einfach genießen! Alle Reisen sind perfekt organisiert: mit persönlichem Ansprechpartner vor Ort, sorgfältig geplanten Routen, verlässlichem Gepäcktransfer, umfangreichen Reiseunterlagen und App, Routeninformationen und Service-Hotline. So bleibt genügend Raum für das, worauf es wirklich ankommt: individueller Wandergenuss in der Natur, abseits der Massen und im eigenen Wanderrhythmus.

Umfassende Beratung

Wir beraten Sie gerne persönlich bereits bei der Tourenauswahl und Buchung. Unsere Reisespezialisten mit langjähriger Praxiserfahrung haben stets ein offenes Ohr für Ihre Wünsche und schnüren ein attraktives Gesamtpaket ganz nach Ihren Bedürfnissen.

Bestens ausgearbeitete Reiseunterlagen

Unsere detaillierten Reiseunterlagen mit Landkarten sowie spannenden Infos zu Kultur und Kulinarik stehen Ihnen bereits vor Reisebeginn digital zur Verfügung. Vor Ort erhalten Sie zusätzlich Ihre Unterlagenmappe inklusive Hotelliste, Leistungsvoucher, Fahrkarten und Gepäckanhängern. Für die optimale Orientierung sorgt unsere Eurohike on Tour-App: Als praktischer digitaler Reiseführer bündelt sie alle wichtigen Informationen, sodass Sie unterwegs jederzeit darauf zugreifen können.

Persönliche Betreuung vor Ort

Bei (fast) allen Eurohike Originalreisen werden Sie am Anreiseort von unseren Gästebetreuern persönlich begrüßt. In einem ausführlichen Toureninformationsgespräch gehen wir den Reiseverlauf gemeinsam mit Ihnen durch und versorgen Sie mit wertvollen Insider-Tipps für die Region. Auch während der gesamten Wanderreise ist unser Team vor Ort stets für Sie da – damit Sie Ihr Abenteuer rundum sorglos und bestens unterstützt genießen können.

Verlässlicher Gepäcktransfer – ohne Stückzahlbegrenzung

Wandern Sie vollkommen unbeschwert und frei von schwerem Ballast: Wir kümmern uns um den verlässlichen Transport Ihres Gepäcks von Unterkunft zu Unterkunft. Das Beste daran? Bei unseren Eurohike Originalreisen ist die Anzahl Ihrer Gepäckstücke nicht auf ein einziges Stück begrenzt. Sie brechen morgens mit Ihrem Tagesrucksack auf und finden Ihre Koffer abends in der nächsten Unterkunft vor.

Auf den schönsten Routen unterwegs

Die Eurohike Qualitätskriterien gelten seit vielen Jahren als oberste Prämisse: Unsere Produktmanager überzeugen sich persönlich von der Wandertauglichkeit eines jeden einzelnen Kilometers. Sie verbringen viel Zeit vor Ort bei der Ausarbeitung unserer Strecken und sind daher Kenner der einzelnen Destinationen. Der Reiseverlauf wird von unseren Experten regelmäßig genauestens kontrolliert. Sie sind es auch, die Varianten in verschiedenen Anspruchsleveln für unsere Gäste entwickeln.

Unterkünfte zum Wohlfühlen

Am Ende eines sportlich-aktiven Urlaubstages wartet kein Hotel von der Stange, das auch noch mühsam gesucht werden muss. Wir wählen unsere Unterkünfte mit Sorgfalt und Bedacht, immer mit Blick auf deren spezielle Ausrichtung auf Aktivurlauber und Möglichkeiten zur abendlichen Erholung.

Nachhaltig zertifiziert

Wir sind von Travelife als nachhaltiger Reiseveranstalter ausgezeichnet worden. Für diese Zertifizierung haben wir mehr als 260 Kriterien aus verschiedenen Bereichen erfüllt – von Energiesparmaßnahmen und einem verantwortungsvollen Umgang mit Ressourcen bis hin zu Emissionsmanagement und Verbraucherschutz.

Reisen für jeden Anspruch

Ob Einsteiger, fortgeschrittener Wanderer oder erfahrener Alpinist: Bei Eurohike finden Sie Wanderreisen für jedes Fitnesslevel und Leistungsniveau. Zu Ihrer Orientierung haben wir unsere Wanderreisen einem allgemeinen Anspruchslevel zugeteilt. Je nach Routenverlauf und den Gegebenheiten vor Ort kann es vorkommen, dass einzelne Etappen etwas herausfordernder oder auch entspannter sind.



Genusswandern

Unsere Genusswandertouren empfehlen sich besonders für Wandereinsteiger und all jene, bei denen Entspannung und Erholung nicht zu kurz kommen sollen. Gewandert wird auf einfach zu begehenden, gut ausgebauten Wanderwegen. Mit etwas Kondition und Ausdauer werden tägliche Touren mit Gehzeiten zwischen 3 und max. 4,5 Stunden zum Wandergenuss.

Wandern

Im Schwierigkeitsgrad „Wandern“ erwarten Sie gemütliche Touren auf guten Wanderwegen ohne besondere technische Anforderungen. Sie wandern täglich bis zu 5 Stunden (teilweise auch ein klein wenig länger) mit geringen Höhenunterschieden. Um die gesamte Reise so richtig genießen zu können, sollten Sie gute Gesundheit und etwas Grundkondition mitbringen.

Bergwandern

Die Höhenunterschiede und/oder Entfernungen werden auf diesen Reisen etwas größer. Zusätzlich wandern Sie meist auf Wanderpfaden, wo Trittsicherheit und abschnittsweise Schwindelfreiheit erforderlich sind. Sie gehen täglich 4 bis 6,5 Stunden, Gipfelanstiege sind möglich. Wir setzen gute Kondition voraus, damit Sie die Höhenwege genießen können.

Trekking

Sie wandern in Höhen zwischen 1.500 und 2.500 Metern auf Bergwegen und steinigen, manchmal ausgesetzten Pfaden. Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und gute Ausdauer sind für Tagesetappen von bis zu 7 Stunden notwendig. Bergerfahrung ist bei diesen Touren Voraussetzung. Teilweise ist der Rucksack bei Hüttenübernachtungen selbst zu tragen, gute Ausrüstung ist daher wichtig.

Unsere Reisearten

Eurohike Originalreisen
Ein wahres Original erkennt man an der Qualität: Unsere Eurohike Originalreisen werden von unseren Experten im Haus entwickelt. Jeder Meter wird persönlich gewandert, um die schönsten Routen, die besten Unterkünfte und besondere regionale Erlebnisse zu einer Reise zu vereinen.

Wandern mit Charme
Erleben Sie ausgewählte Wanderreisen mit dem gewissen Extra an Komfort und Genuss. Es erwarten Sie besondere Unterkünfte mit Charakter und einem Hauch von Luxus. Wir legen großen Wert auf Regionalität und authentisches Flair, sei es durch stilvolles, landestypisches Design, feine regionale Kulinarik oder entspannende Wellnessangebote nach einem aktiven Tag in der Natur.

Wandern mit Hund
Beim Wandern mit Hund sind unsere Touren speziell auf ihre Pfotenfreundlichkeit geprüft. In den sorgfältig ausgewählten Unterkünften ist Ihre vierbeinige Begleitung nicht nur erlaubt, sondern herzlich willkommen. Damit Sie entspannt unterwegs sind, versorgen wir Sie mit Tipps, nützlichen Checklisten und regionalen Hinweisen. So stehen Wohlbefinden und Sicherheit von Mensch und Tier an erster Stelle.

Familienreisen
Wanderurlaub mit der ganzen Familie bringt gemeinsame Abenteuer an der frischen Luft und viele bunte Fotos für das Familienalbum. Damit Ihr Urlaub von Anfang an entspannt verläuft, übernehmen wir die komplette Organisation: von kinderfreundlichen Routen und spannenden Entdeckermomenten am Wegesrand bis hin zur Buchung familienfreundlicher Unterkünfte.

Maßgeschneiderte Reisen
Verleihen Sie Ihrer Eurohike Wanderreise eine ganz persönliche Note: Nutzen Sie unsere bewährten Routen als Basis und passen Sie den Verlauf flexibel an Ihre Wünsche an – mit maßgeschneiderten Etappenlängen, erholsamen Zusatznächten, Ihrer bevorzugten Hotelkategorie oder individuellen Transfers.

Bewusst Reisen
Mit ausgewählten Reisen setzen wir neue Standards für besonders verantwortungsvolles Unterwegssein, mit noch stärkerem Fokus auf Regionalität, Umwelt- und Klimaschutz. Dies betrifft sowohl die Auswahl nachhaltiger Partnerunterkünfte und eine ressourcenschonende Gepäcklogistik als auch alle weiteren Leistungen rund um Ihr Aktiverlebnis.

Streckentouren
Von A nach B.

Rundtouren
Im Kreis reisen.

Sternwanderungen
Ein Hotel – kein Kofferpacken.



NICHT IMMER NUR ZU FUSS? DANN KANN'S AUCH MAL DAS FAHRRAD SEIN!

Mit Eurobike erleben Sie Europas schönste Routen auf zwei Rädern.

Entdecken Sie auch unsere Eurobike Radreisen!

Unsere schönsten Wanderreisen auf einen Blick

ALBANIEN
Albanischer Küstenweg
Nordalbanische Alpen

BOSNIEN HERZEGOWINA
Bosnien – Bjelašnica

BULGARIEN
Rila & Pirin Trekking

DEUTSCHLAND
Allgäuer & Lechtaler Alpen
Altmühltal Panoramaweg
Bayerische & Salzburger Alpen
Bayerischer Jakobsweg
Bayerns Alpen & Seen
E5 Oberstdorf – Meran
Füssen – Meran
Garmisch – Bozen
Garmisch – Meran
Garmisch – Sterzing
Goldsteig
Harzer-Hexen-Stieg
König-Ludwig-Weg
Königssee – Chiemsee
Königssee – Millstätter See
Lechweg
Malerweg
Mecklenburger Fischland
Mosel- & Eifelsteig
Moselsteig
München – Garmisch
Rennsteig
Rheinsteig
Rügen
Salzalpensteig
Schluchtensteig
Schwarzwald – Bodensee
Spessart
Tegernsee – Sterzing
Tirolerweg Garmisch – Innsbruck Zugspitze
Bayern & Tirol

FRANKREICH
Auvergne – Chaîne des Puys
Bretagne
Burgund
Collioure – Cadaquès
Côte d'Azur
Dordogne Périgord mit Charme
Elsass
Französischer Jakobsweg
Golf von Morbihan
Gorges du Verdon
Kanalinseln
Korsika
Mont Blanc
Normandie
Normandie & Jersey
Provence
Seealpen & Côte d'Azur
Vercors Naturparadies

GEORGIEN
Georgien – Swanetien und Kaukasus

GRIECHENLAND
Kefalonia & Ithaka
Korfu
Kreta
Santorin
Zakynthos

GROSSBRITANNIEN
Cornwall
Cotswolds & Shakespeare
Great Glen Way
Pembrokeshire Wales
West Highland Way

IRLAND
Dingle Way
Wicklow Way

ITALIEN
Alpe-Adria-Trail Cividale – Triest
Amalfiküste
Apulien
Cilento Küstenwanderung
Cinque Terre & ligurische Küste
Comer See & Lago Maggiore
Dolomiten
E5 Oberstdorf – Meran
Friauler Dolomiten & Drei Zinnen
Friaul – von den Julischen Alpen ans Meer
Füssen – Meran
Gardasee – Venedig
Gardasee
Garmisch – Bozen
Garmisch – Meran
Garmisch – Sterzing
Innsbruck – Bozen
Grödnertal
Meran – Gardasee
Meraner Höhenweg
Piemont
Piemont – Ligurien
Reschensee – Kalterer See
Reschensee – Meran
Sardinien Ostküste
Siziliens Westküste
Sizilien & Liparische Inseln
Sterzing – Gardasee
Südtiroler Wein- & Almenweg
Tegernsee – Sterzing
Toskana
Umbrien – grünes Herz Italiens
Verona – Gardasee
Via Spluga
Vinschgau Panoramawandern

KROATIEN
Dalmatien
Istrien

MALTA
Malta & Gozo

MONTENEGRO
Das Beste aus Montenegro

NORWEGEN
Jotunheimen Nationalpark

ÖSTERREICH
Allgäuer & Lechtaler Alpen
Alpe-Adria-Trail: Großglockner – Kranjska Gora
Alpe-Adria 3-Länder-Runde
Dachstein Höhenrundweg

Donausteig
Innsbruck – Bozen
Kärntner Berge & Seen
Kitzbühel
Königssee – Millstätter See
Lechweg
Nationalpark Hohe Tauern
Pinzgau
Salzalpensteig
Salzburger & Tiroler Jakobsweg
Salzburger Gipfel und Kitzbüheler Alpen
Salzkammergut
Steirischer Vulkanlandweg
Steirisches Salzkammergut
Tirolerweg Garmisch – Innsbruck
Wachau Welterbesteig
Zehn-Seen Trekking

PORTUGAL
Algarve
Azoren
Douro-Tal
Madeira
Portugiesischer Jakobsweg
Rota Vicentina
Rota Vicentina & Alentejo

RUMÄNIEN
Karpaten
Siebenbürgen & Karpaten

SCHWEDEN
Bjäre- & Kullaleden
Funäsfjällen
Gotaleden
Österlenleden

SCHWEIZ
Aletsch Panoramaweg
Bernina Tour
Haute Route
Mont Blanc
Tessiner Highlights
Via Albula & Bernina
Via Alpina Bärentrek
Via Spluga
Vierwaldstättersee Rundtour
Wallis & Berner Oberland

SLOWENIEN
Alpe-Adria-Trail Großglockner – Kranjska Gora – Cividale
Julische Alpen & Wildes Soča Tal
Julische Alpen Panoramawandern

SPANIEN
Andalusien – Alpujarras
Baskische Küste
El Hierro
Gran Canaria
Katalonien
La Gomera
La Palma
Lanzarote
Menorca
Mallorca
Picos de Europa
Portugiesischer Jakobsweg
Pyrenäen Val d'Aran
Spanischer Jakobsweg
Teneriffa

TÜRKEI
Kappadokien
Lykischer Weg
Türkische Ägäis

ZYPERN
Nordzyperns wilder Westen
Sonneninsel Zypern

WANDERN FÜR FAMILIEN
Salzkammergut Almwandern
Salzkammergut Flüsse & Seen
Salzburger Pinzgau
Lechweg
Bayern
E5 Mini-Transalp
Moselsteig
Südtirol Reschen – Meran
Gardasee

NOCH MEHR WANDERBARE GLÜCKSMOMENTE ENTDECKEN?

Auf unseren Social-Media-Kanälen finden Sie noch mehr Vorfreude auf Ihren nächsten Wanderurlaub: stimmungsvolle Impressionen, spannende Einblicke und aktuelle Neuigkeiten rund um Eurohike Wanderreisen. Besuchen Sie uns auf Facebook, Instagram, YouTube oder LinkedIn.

Wenn Sie Wandern genauso lieben wie wir, heißen wir Sie außerdem herzlich in unserer Facebook-Gruppe „Eurohike Wanderfreunde" willkommen. Dort werden die schönsten Erinnerungen mit inspirierenden Fotos, persönlichen Geschichten und wertvollen Tipps entlang der Routen geteilt.

Sie möchten keine Neuigkeiten verpassen?
Im Newsletter präsentieren wir Reisetipps, topaktuelle Informationen, exklusive Empfehlungen rund um unsere Touren und vieles mehr. Gleich abonnieren!

eurohike.at/newsletter

Lust auf mehr? Das vollständige Reiseprogramm und alle Termine finden Sie auf unserer Webseite!

PEFC-zertifiziert
Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen
PEFC
PEFC/06-39-08
www.pefc.at

Druckprodukt mit finanziellem Klimabeitrag
ClimatePartner.com/11620-2609-1004

Eurofun Touristik GmbH
Eurohike Wanderreisen
Mühlstraße 20 • A-5162 Obertrum

Telefon +43 (0)6219 60 877
Gratis-Infoline 0800 070 6333
office@eurohike.at

eurohike.at