

## Der Iseltrail

Wandern am blaugrünen  
Gletscherfluss

# Farbspiele

Raus in die bunte Welt!

## Sandsteinfarben und backsteinrot

Ein Tag auf der griechischen  
Halbinsel Mani

# AB IN DIE SCHWEIZ! MIT TOP SPARSCHIENE-ANGEBOTEN!

Mit den ÖBB reisen Sie günstig und komfortabel in die Schweiz. Bergpanoramen, Seen, Kunst, Kultur, multikulturelles Leben und Altstadtflair – die Schweiz ist wunderbar vielfältig.



## Top-Verbindungen in die Schweiz

Der ÖBB Railjet Xpress bringt Sie fünf Mal pro Tag ohne Umwege von Wien nach Zürich. Von Innsbruck geht's sogar sieben Mal täglich nach Zürich – sechs Mal mit dem Railjet Xpress und zusätzlich mit dem von Graz nach Zürich verkehrenden Eurocity. Im ÖBB Railjet sind Sie railaxed unterwegs: bequeme Sitzplätze, Bordrestaurant, Business Class, First Class, Ruhe- und Familienzone, onboard Por-

tal mit kostenlosem WLAN und vielem mehr stehen zur Verfügung. So beginnt Ihr Urlaub schon bei der Anreise.

## Früher buchen und günstiger ankommen

ÖBB Sparschiene-Tickets sichern und günstig die Schweiz entdecken! Nach Zürich gelangt man beispielsweise bereits ab € 24,90<sup>1</sup> ab Innsbruck, ab € 34,90<sup>1</sup> ab Salzburg oder ab € 39,90<sup>1</sup> ab Wien (jeweils 2. Klasse).

## Über Nacht ans Ziel

Mit dem ÖBB Nightjet ist die Schweiz nur einmal schlafen entfernt. Während der Fahrt durch die Nacht lässt es sich im Schlaf, Liege- oder Sitzwagen gut träumen. Der ÖBBNightjet bringt Sie täglich von Wien und Graz nach Zürich und auch von Villach gibt es eine direkte Nachtreisezugverbindung. Am nächsten Morgen erreichen Sie ausgeruht Ihr Reiseziel direkt im Stadtzentrum. ÖBB Sparschiene-Tickets gibt's auch im ÖBB Nightjet im Sitz, Liege- und Schlafwagen.

Für größtmögliche Privatsphäre können auch eigene (Privat-) Abteile gebucht werden. So

genießen Sie die Zeit mit Ihrer Familie oder Ihren Freunden alleine in einem Abteil, ohne dieses mit fremden Mitreisenden zu teilen.

## Schöne Aussichten

Der Panoramawagen im Eurocity „Transalpin“ von Graz über Innsbruck nach Zürich ermöglicht eine traumhafte Aussicht auf Landschaften und Sehenswürdigkeiten entlang der Strecke.

## Swiss Travel Pass

Der Swiss Travel Pass öffnet Ihnen Tür und Tor zu 29.000 Bahn-, Autobus- und Schiffskilometern in der gesamten Schweiz. Zusätzlich sind über 500 Schweizer Museen inklusive und die meisten Bergbahnen gewähren 50% Ermäßigung.

Weitere Informationen unter [oebb.at/swisstravelsystem](http://oebb.at/swisstravelsystem)

<sup>1</sup> Sparschiene-Ab-Preis p.P. und Richtung; kontingentiertes, zuggebundenes, saisonabhängiges Angebot. Bedingungen und Infos auf [oebb.at](http://oebb.at).

Entgeltliche Einschaltung. Foto: Swiss Travel System AG



WIEN

# ZÜRICH

ab € **39,90\***

SPARSCHIENE  
EUROPA

**& WAS  
FÄHRST  
DU?**



HEUTE. FÜR MORGEN. FÜR UNS.

Alle Infos auf [oebb.at/sparschiene](http://oebb.at/sparschiene)

\* Kontingentiertes und zuggebundenes Angebot



### DIESE GESCHICHTEN UND NOCH MEHR FINDEST DU AUF

[www.lebensart-reisen.at](http://www.lebensart-reisen.at)

 [lebensart.reisen](https://www.instagram.com/lebensart.reisen)

und in unserem Newsletter:  
[lebensart-verlag.at/  
 newsletter-bestellen](http://lebensart-verlag.at/newsletter-bestellen)

**MICHAELA**—Die Idee zu dieser Ausgabe ist uns bei einem gemütlichen Abendessen gekommen. Wir haben unser Fernweh ausgepackt, über die Schönheit der Welt geschwärmt und die verschiedenen Farbpaletten, die uns dabei zum Staunen gebracht haben, miteinander geteilt – mit derselben Begeisterung, mit der sich Kinder ihre neuen Filzstifte zeigen.

**CHRISTIAN**—Und erkannt: Die Welt ist zu bunt, um daheim zu bleiben! Mir sind spontan die rotbraunen Böden im Kontrast zu den tiefgrünen Wäldern in Ostafrika eingefallen. Und die vielen Sonnenuntergänge, die ich letztes Jahr im Urlaub fotografiert habe: Jeden Abend ein anderer Farbton – tiefrot, orange, gelb, rosa und lila, gespiegelt in den Wolken. Erst wenn man bewusst hinschaut, erkennt man diese Vielfalt.

**M**—Jede meiner Reisen hat mir Farben geschenkt, die ich vorher kaum beachtet habe. Ich glaube, dass ich die Farbe Grün, ihre Schattierungen, ihr Wunder, erst wirklich gesehen habe, nachdem ich die dichten Moose, die engverwobenen Lianen südamerikanischer Regenwälder, das Meer im Norden Europas im Licht der tiefstehenden Sonne oder ihr fast völliges Fehlen im Altai-Hochgebirge erlebt habe.

**C**—Eine Gegend ganz ohne Grün? Ist das nicht furchtbar öd?

**M**—Es ist natürlich ein ganz anderer Malkasten, aber er ist gefüllt mit den Tönen des Himmels und der Wolken, vom lebendigen Blitzblau bis zum tiefen, ruhigen Indigo, vom schweren Nassgrau bis zum federleichten Zartweiß. Davor leuchten das Ocker der Steine, die Berge im Abendlicht. Eine Palette mit einer unheimlichen Tiefe. Die Farben der Welt einfangen – das wollten wir deshalb auch für diese Ausgabe versuchen.

**C**—So wie die Maus Frederik für die trüben Wintertage\*!

**M**—Genau – und so wie es Malen nach Zahlen gibt, können wir ja einmal Reisen nach Farben versuchen! Lass dich inspirieren und erlebe deinen Urlaub in all seiner Farbenpracht!

### WIR WÜNSCHEN DIR EINE INSPIRIERENDE LEKTÜRE! HERZLICHST

#### MICHAELA R. REISINGER

Herausgeberin und Chefredakteurin  
[michaela.reisinger@lebensart.at](mailto:michaela.reisinger@lebensart.at)

#### CHRISTIAN BRANDSTÄTTER

[christian.brandstaetter@lebensart.at](mailto:christian.brandstaetter@lebensart.at)



TOURISMUS ALS CHANCE, UM ZUR NACHHALTIGEN ERHOLUNG FÜR MENSCH UND NATUR BEIZUTRAGEN

# UMWELTZEICHEN TOURISMUSREGIONEN

Immer mehr Menschen denken auch bei der Urlaubsplanung an Natur- und Umweltschutz. Die österreichischen Umweltzeichen Tourismusregionen stehen für einen umweltfreundlichen Urlaub im Einklang mit der Natur.

Österreichs Naturregionen sind ein Schatz, den die Bewohner:innen erhalten wollen und gerne mit Gästen aus aller Welt teilen. Mit einer Vielzahl an Initiativen soll beispielsweise die Natur erhalten und die heimischen Kulturlandschaften wieder naturnäher gestaltet werden. Um die nachhaltige Erholung spürbar zu machen, bieten engagierte Menschen in den heimischen Umweltzeichen Tourismusregionen außerdem Workshops und vielfältige Aktivitäten wie die **Klimawanderungen in Saalfelden Leogang**. So will man Besucher:innen die einzigartigen Naturschätze und heimische Traditionen näherbringen.

## NACHHALTIGES REISEN EINFACH GEMACHT



Möglichst umweltschonend zu reisen liegt im Trend. Technische Hilfsmittel und praktische Apps für die Reiseplanung sind wir ja schon gewöhnt. Dabei ist oft gar

nicht so einfach zu durchschauen, wie nachhaltig die eigene Urlaubsplanung tatsächlich ist. Daher ist es für Umweltzeichen Tourismusregionen besonders wichtig, ihren Gästen persönliche Unter-

stützung von freundlichen ortskundigen Helfer:innen zu bieten. Destinationen wie **Seefeld in Tirol** setzen dabei auf eigens entwickelte **Mobilitätskonzepte**, die es den Gästen ermöglichen, die Region nachhaltig zu erkunden. Einerseits indem der öffentliche Verkehr ausgebaut wird, andererseits mittels E-Carsharing-Fahrzeugen und E-Bikes, die von den Tourist:innen genutzt werden können. So profitieren auch die Einheimischen von einem besseren lokalen Mobilitätsangebot und reduziertem Verkehrsaufkommen.

## UMWELTFREUNDLICHE GASTGEBER

Zu einem ganzheitlichen nachhaltigen Urlaub gehört natürlich auch das Hotel. Als Ausgangspunkt für Erlebnisse in der Natur dienen mehr als 300 Umweltzeichen-zertifizierte Hotels, kleine Privatvermieter und Urlaub am Bauernhof. Gäste spüren in zertifizierten Hotels wie dem **Naturhotel Edelweiss in Wagrain**, dass neben ihrem Wohlbefinden auch die Nachhaltigkeit im Mittelpunkt steht: regionale Produkte beim Frühstück, sparsamer Umgang mit Ressourcen, umweltbewusstes Management und soziales Handeln. Die Beherbergungsbetriebe sind zudem wichtige Arbeitgeber in den Regionen und tragen gemeinsam mit Gemeinden, Tourismusverbänden und anderen Partnern zu einem nachhaltigen Urlaubserlebnis bei.



Als erste Tourismusdestinationen wurden 2023 die Regionen **Seefeld in Tirol, Wagrain-Kleinarl und Saalfelden-Leogang in Salzburg** mit dem **Österreichischen Umweltzeichen** zertifiziert.

Die Umweltzeichen Tourismusregionen schaffen eine Win-win-Situation: Zum einen profitieren Gäste von authentischen regionalen Eindrücken, zum anderen können die Gastgeber, Lieferanten und Kooperationspartner aus der Umgebung guten Gewissens ihren Ort als nachhaltige Urlaubsdestination in die Zukunft führen.

[www.umweltzeichen.at/de/tourismus/destinationen](http://www.umweltzeichen.at/de/tourismus/destinationen)



**GOLD-BUNT**

**AUF HUNDERTWASSERS SPUREN 6**

Durch den dunkelbunten Norden Neuseelands

**FRISCHE FARBE FÜR DEN EIFFELTUM 13**

Paris zieht neue Saiten auf

**LILA, GOLD UND MEERESBLAU 16**

Von der Lüneburger Heide bis nach Bremerhaven



**WARM-KRÄFTIG**

**SANDSTEINFARBEN UND BACKSTEINROT 20**

Ein Tag auf der griechischen Halbinsel Mani

**ZURÜCK INS HAUSRUCKVIERTEL 26**  
Eine Reise in die Familiengeschichte

**VON FEUERROT BIS SCHOKOLADEBRAUN 30**  
Wie warme, satte Farben auf uns wirken

**ERFRISCHEND-RUHIG**

**FREI UND EIN BISSCHEN VERRÜCKT 34**  
Surfen im Atlantik

**DER ISELTRAIL 40**  
Wandern am blaugrünen Gletscherfluss

**DAS VERGESSENE LAND 46**  
Bosnien-Herzegowina neu entdecken

**SCHNEEWEISS, HIMMELBLAU, SMARAGDGRÜN 50**  
Was erfrischend kühle Farben mit uns machen

**OFFENLEGUNG UND IMPRESSUM 51**

**DIE NÄCHSTE LEBENSART ERSCHEINT ENDE MÄRZ 2024.**



GOLD  
BUNT



# UF HUNDERTWASSERS SPUREN DURCH DEN DUNKELBUNTEN NORDEN NEUSEELANDS

**Ins Zentrum der Region Te Tai Tokerau Northland verschlägt es nur wenige auf ihrer Neuseeland-Reise. Ausgerechnet dort, nördlich von Auckland, hat der Künstler Friedensreich Regentag Dunkelbunt Hundertwasser seine zweite Heimat gefunden und farbenprächtige Spuren hinterlassen. Und er ist damit nicht allein.**

DORIS NEUBAUER

Tāwhirimātea, der Wettergott der indigenen Māori, war uns schon einmal wohlgesonnener: Der Himmel ist wolkenverhangen und die dichten Nebelschwaden tauchen die neuseeländische Stadt Whangārei – zwei Autostunden von Auckland entfernt – in miesepetriges Grau. Nur dem Glanz der goldenen Blätter, die die 90 Quadratmeter große Kuppel des Hundertwasser Wairau (hundert Wasser) Māori Art Centers zieren, können selbst die mächtigen Regenwolken nichts anhaben. „Hundertwasser hat Regentage geliebt“, erinnert Besucher-Guide Pam Tohill an den Künstler, der Neuseeland ab 1974 zu seiner Zweitheimat erklärt hat. „Das Graue lässt alle Farben der Natur stärker strahlen, hat er gesagt.“ Diesem Phänomen zu Ehren gab er sich selbst den Namen Regentag und um die satten Farben zu würdigen, kam noch Dunkelbunt hinzu. Es bezeichnet die Dunkelheit der Farben, wenn sie am weitesten von Weiß entfernt sind.

Wie das aussieht, davon können sich Einwohner\*innen und Besucher\*innen der Stadt seit Eröffnung des Kulturzentrums im Februar 2022 ein Bild machen. Mit seinem goldfarbenen „Zwiebelturm“, dem begehbaren üppig-grünen Dachgarten und den schiefen Wänden in allen Farben des Regenbogens sticht es aus dem sonst eher weiß-grauen Stadtbild heraus. Die Sprünge in den Bodenfliesen sind gewünscht und in den Mauern haben zwischen Ziegeln Matchbox-Autos genauso ein neues Zuhause gefunden wie perlmuttschimmernde Schalen der neuseeländischen Seeohren-Schnecken. Auch die Straßenlaternen und Bänke sowie der Regentropfen-Brunnen vor dem Gebäude sind Elemente, wie sie in Hundertwassers Architektur von Wien bis Osaka zu finden sind. Dennoch ist das Hundertwasser Wairau Māori Art Center im Zentrum der Region Te Tai Tokerau Northland, dem nördlichsten

NEUSEE-  
LAND





Hundertwassers Kunst und Architektur sind aufgrund seines energiegeladenen Stils und seiner Verwendung von Farben sofort erkennbar.

Zipfel Neuseelands, etwas Besonderes: „Es ist das letzte authentische Hundertwasser-Haus und das erste auf der Südhalbkugel“, versucht die frühere Lehrerin, die mit dem Künstler befreundet war, erst gar nicht, ihren Stolz zu verbergen. Dieser ist durchaus angebracht, schließlich hat es – vom ersten Entwurf des Künstlers im Jahr 1993 bis zur Fertigstellung des Gebäudes – sage und schreibe fast 30 Jahre gedauert.

#### „VON MĀORI – FÜR ALLE“

Zuvor hatte bloß ein stilles Örtchen an das Schaffen des Künstlers in Neuseeland erinnert: Das von ihm entworfene farbenprächtige WC in Kawakawa, rund 43 Kilometer von Whangārei entfernt, lockt jährlich bis zu 300.000 Besucher\*innen in die Gegend. Deutlich höher sind die Erwartungen an das Kunstzentrum in einer Stadt, die viele bisher nur vom Zwischenstopp auf der Reise in die Bay of Islands oder nach Cape Reinga kannten. Neben Gemälden, Grafiken, Kunstdrucken, Plakaten und Fotografien des Künstlers und Umweltaktivisten soll auch die Kunst der indigenen Māori Gäste anziehen. Dieser Raum zu geben, war ausdrücklicher Wunsch von Hundertwasser. „Es ist die einzige zeitgenössische Māori-Kunstgalerie in Neuseeland und der Welt“, schwärmt Pam Tohill. Der einzige

Ort, an dem Besucher\*innen von Whangārei der Kultur der Indigenen begegnen, ist es aber nicht. So führt auch der 4,2 Kilometer lange Hātea-Rundgang durch die Stadt vorbei an Skulpturen lokaler Künstler\*innen wie dem Schnitzer Te Warihi Hetaraka. Unter dessen Federführung wurde vor vier Jahren das

### „Es ist die einzige zeitgenössische Māori-Kunstgalerie in Neuseeland und der Welt.“

Kulturzentrum „Hāhāua“ eröffnet, in dem die Identität und Kultur der Māori „reclaimed, restored and renewed“ (zurückgefordert, wiederhergestellt und erneuert) und für alle zugänglich gemacht werden sollten. Was als Ausstellungs- und Veranstaltungsraum nur wenige hunderte Meter vom Hundertwasser Wairau Māori Art Center entfernt seinen Anfang nahm, wird derzeit um Werkstätten, Räumlichkeiten für Events und ein Café erweitert.

#### (DUNKEL-)BUNTES ALLERLEI

Von einer der ältesten Kapellen Northlands über eine ausrangierte Eisenbahnstation bis hin zu einem ehema-



ligen Frauengefängnis: Platz hat, was gefällt, scheint das Motto von „Kiwi North“ am Rand von Whangārei zu lauten. Doch die bunt zusammengewürfelten historischen Gebäude sind nicht die wahre Attraktion. Der vermutlich größte Schatz befindet sich im hintersten Teil des Haupthauses: In Northlands einzigem nachtaktiven Gehege können Interessierte Kiwi-Vögel aus der Nähe sehen. „Manche Leute sitzen einen halben Tag hier, um sie zu beobachten“, erklärt Irene Hamlin, die seit zwei Jahrzehnten bei Kiwi North tätig ist. Vor allem zu den Fütterungszeiten kommen die flugunfähigen Vögel, die als Nationaltiere Neuseelands gelten, aus dem Bau. „Darauf sind die Kiwi aber nicht angewiesen“, meint Irene, während „Pingu“ und „Disco“ – so die Namen der aktuellen Bewohner – mit ihren Schnäbeln die Glaswand nach Mehlwürmern abtasten, „sie können mit dem überleben, was sich im Gehege befindet.“ Um das natürliche Habitat abzubilden, regnet es zweimal pro Woche und die Pflanzen verändern sich je nach Jahreszeit. „Die Kiwi kommen mit sechs bis acht Monaten zu uns und gehen im brut-



## REISEN IM NORDEN NEUSEELANDS



### UNTERWEGSSEIN

Um die Inseln in ihrer Farbenpracht zu entdecken, ist das Mieten eines Autos oder Campervans zu empfehlen. Anbieter sind beispielsweise **Wendekreisen**: [www.wendekreisen.co.nz](http://www.wendekreisen.co.nz), **Pacific Horizon**: [pacifichorizon.co.nz](http://pacifichorizon.co.nz), **Waka Campa**: [wakacampa.com](http://wakacampa.com), oder **Kia Ora**: [kiaoracampers.co.nz](http://kiaoracampers.co.nz).

### NATURNAHE UNTERKÜNFTE

Bei **Matapouri Glamping** übernachtet man zu zweit im Safari-Zelt ab rund 213 Euro mit Aussicht ins Grüne. [www.matapouriglamping.co.nz](http://www.matapouriglamping.co.nz)

Rustikaler geht es im **Kerikeri Glamping** zu. Ab ca. 113 Euro stehen zwei Erwachsenen fünf Themen-Zelte – von griechischer Insel bis Zen – zur Verfügung. Küche, Bad und WC werden geteilt. [www.kerikeriglamping.co.nz](http://www.kerikeriglamping.co.nz)

### SEHENSWÜRDIGKEITEN

**Hundertwasser Art Centre and Wairau Māori Art Gallery**: [hundertwasserartcentre.co.nz](http://hundertwasserartcentre.co.nz)

**Manea Footprints of Kupe**: [maneafootprints.co.nz](http://maneafootprints.co.nz)

**Kiwi North**: [kiwinorth.co.nz](http://kiwinorth.co.nz)



Natur-Wanderungen mit **Footprints of Waipoua**: [footprintswaipoua.co.nz](http://footprintswaipoua.co.nz) und **Adventure Puketi**: [www.adventurepuketi.co.nz](http://www.adventurepuketi.co.nz)

Auf eigene Faust im **Wairere Boulders Naturreservat**: [wairereboulders.co.nz](http://wairereboulders.co.nz)

Mit Neuseelands einzigem **elektrischen Tour-Boat** durch Kerikeri schippern: [electricboat.co.nz](http://electricboat.co.nz)

Oder in den **Ngawha Springs** abtauchen. [www.ngawha.nz](http://www.ngawha.nz)

Weitere Ausflugsziele sind die **Tutukaka Küste, Whangarei Heads und Bream Bay**.

### AUSKÜNFTE ZUR REGION

[wdc.govt.nz/Community/Community-Facilities/Whangarei-i-SITE-Visitor-Centre](http://wdc.govt.nz/Community/Community-Facilities/Whangarei-i-SITE-Visitor-Centre)

[www.northlandnz.com](http://www.northlandnz.com)  
[airnewzealand.co.nz/destination-northland](http://airnewzealand.co.nz/destination-northland)

Informationen zu Wanderungen unter [www.wdc.govt.nz/walks](http://www.wdc.govt.nz/walks).



Hinweis: Die Reise wurde unterstützt von NorthlandInc, Hundertwasser Art Centre and Wairau Māori Art Gallery und Kiwi North. Die Autorin lebt in Neuseeland.

fähigen Alter entweder in Brutprogramme oder werden freigesetzt“, weiß die Expertin. „In freier Wildbahn werden Kiwi durch Hermeline, Katzen und andere Raubtiere bedroht. Orte wie wir geben ihnen eine bessere Überlebenschance.“

Der Schutz von Tieren, Natur und Mutter Erde, das Kaitiakitanga, liegt Māori wie auch Pākehā (Neuseeländer europäischer Abstammung) im Blut. Zu bewahren haben sie in Northland einiges: von der Inselgruppe Poor Knights mit ihrer türkisfarbenen Unterwasserwelt über die Meereshöhle Rikoriko, von den weißen Sandstränden entlang der Tutukaka Küste bis zum Ārai Te Uru Naturreservat mit Ausblick auf den Hafen von Hokianga, von den weiß-grauen Basaltge-

steinen der Wairere Boulders bis zum tiefgrünen Puketi Wald nahe der Stadt Kerikeri. Auch die unberührten Thermalwasser der Ngawha Quellen bei Kaikohe – eine Autostunde nördlich von Whangārei – sollen für künftige Generationen erhalten bleiben. 16 Becken mit Namen wie Bulldogge, Doktor und Salomon, die sich in Temperatur, Mineraliengehalt, Heilkraft und Blauschattierung voneinander unterscheiden, laden zum Abtauchen ein. Wie alles in te ao Māori, der traditionellen Welt der Māori, haben auch die Ngawha Quellen ihr eigenes Whakapapa (Genealogie): Seit dem 16. Jahrhundert gehören die heißen Becken, die der Legende nach mit den Vulkanen auf Hawaii verbunden sind, zum Kulturgut der örtlichen indigenen Bevölkerung.



#### BEGEGNUNG MIT DEN GÖTTERN

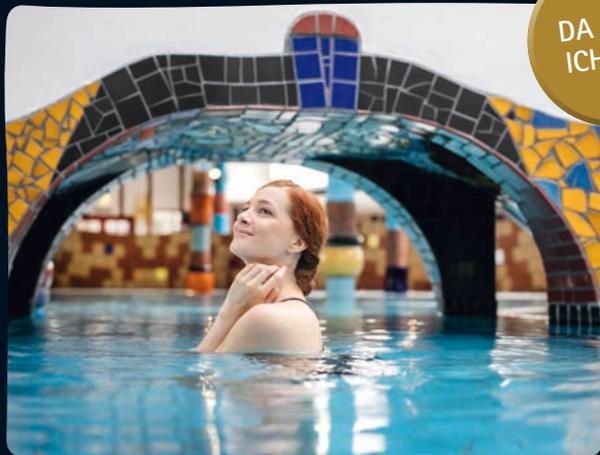
Deren Geschichte in Te Tai Tokerau Northland reicht noch länger zurück: Vor rund 800 Jahren ist der Seefahrer Kupe als einer der Ersten den Sternen gefolgt und von Hawaiki nach Neuseeland gesegelt. „He ao, he ao, he aotea, he Aotearoa!“, soll seine Frau Kuramārōtini beim Anblick der

Anzeige



© Hundertwasser Architekturprojekt

DA WILL  
ICH HIN



## Rogner Bad Blumau

Sanfte Nähe in heißen Quellen.  
Unendlich Ruhe, Wärme und Geborgenheit  
in märchenhaften Wasserwelten.

RINGELGRÜN ab € 137,- p.P./Nacht inkl. HP

Rogner Bad Blumau · Steiermark · Tel. +43 (0) 3383-5100-9449 · urlaubsschneiderei@rogner.com · blumau.com



Inseln gerufen und ihnen so den Namen „Aotearoa“ („Lange weiße Wolke“) gegeben haben. Anker gesetzt hat Kupe ausgerechnet im stürmischen Hafen von Hokianga. Seine turbulente Reise und die abenteuerliche Landung können Besucher\*innen in Opononi, etwa 50 Kilometer nord-westlich der Ngawha Quellen, im 4D-Theater von Manea Footprints of Kupe mit allen Sinnen nacherleben: Da bläst einem 75 Minuten lang eine steife Brise um die Nase und die Tentakel des Oktopus, den der Polynesier der Legende nach jagte, winden sich um die Gliedmaßen. Doch Manea Footprints of Kupe ist mehr

als ein modernes Spektakel. „Die Menschen sollen verstehen, woher wir Māori kommen und wer wir sind“, erklärt Matua John Klaricich die Intention von Kupes Nachfahren, dem Stamm Ngā Puhī. Das Kulturzentrum ermöglicht ein erstes Eintauchen in die traditionelle Welt der Māori mit Waiata (Gesängen), Tikanga (Sitten) und Whakairo (Schnitzereien) und – nicht zu vergessen – den sagenumwobenen Atua (Göttern).

Einen davon kann man ganz in der Nähe von Opononi von Angesicht zu Angesicht treffen: Mit 51 Metern

Höhe kaum zu übersehen, steht Tāne Mahuta, der größte unter Neuseelands Kauri-Bäumen, im Wald von Waipoua. Schon an sonnigen Tagen ist der rund 2.500 Jahre alte Waldgott beeindruckend. Noch eindrucksvoller wird die Begegnung dann, wenn sein Bruder Tāwhiri-mātea, der für Wind und Wetter zuständig ist, trübe Regenwolken aufziehen lässt und die Umgebung im Nebel versinkt. Es ist dieses Grau-in-Grau, das das Grün der hochragenden Wipfel von Tāne Mahuta so richtig zum Leuchten bringt. Dunkelbunt, wie Hundertwasser vermutlich sagen würde. ←

## HUNDERTWASSER VON WIEN BIS OSAKA – EINE AUSWAHL

### MEHR ZU DEN ORTEN:

[www.lebensart-reisen.at/hundertwasser#karte](http://www.lebensart-reisen.at/hundertwasser#karte)

### DEUTSCHLAND:

Hundertwasser begegnen in der Waldspirale in Darmstadt, am Bahnhof Uelzen, in der Grünen Zitadelle in Magdeburg, im Ronald McDonald Haus in Essen oder im Kuchlbauer-Turm in Abensberg.

### ÖSTERREICH:

Vom Hundertwasserhaus in Wien über die Müllverbrennungsanlage Spittelau bis zum KunstHausWien, von der Autobahnraststätte Bad Fischau-Brunn über das Hügelland Rogner Bad Blumau bis zur St. Barbara Kirche in Bärnbach, vom Spiralfloss Trinkbrunnen in Linz bis zum Österreichbrunnen in Zell am See – oder am Wasserwunderweg bei Zwettl auf Hundertwassers Spuren wandeln.

### USA:

Quixote Winery, Napa Valley

### JAPAN:

MOP Maishima Verbrennungsanlage, Osaka  
Kids Plaza Osaka

### ISRAEL:

Spiralfloss  
Trinkbrunnen II,  
Tel Aviv

### SCHWEIZ:

Markthalle, Altenrhein

### NIEDERLANDE:

Ronald McDonald Kinder Vallei, Valkenburg aan de Geul

### NEUSEELAND:

Hundertwasser Art Centre und  
Wairau Maori Art Gallery in Aotearoa,  
Hundertwasser-Wohnhaus  
und Galerie in Kaurinui,  
Toilette in Kawakawa



PARIS

# Paris

**ZIEHT NEUE SAITEN AUF:  
AUTOFREI, FAHRRADFREUNDLICH  
UND MIT FRISCHER FARBE  
FÜR DEN EIFFELTURM.**



**Paris kann neuerdings auch auf dem Fahrrad erkundet werden! Das Radwegenetz wurde in den vergangenen Jahren stark ausgebaut, der Autoverkehr reduziert und bald wird auch das Baden in der Seine möglich sein.**

SANDRA LOBNIG

Wenn Marion Soulet über ihren Arbeitsweg spricht, beginnt sie zu schwärmen. Sieben Kilometer radelt die Pariserin täglich von ihrer Wohnung im 12. in ihr Büro im 6. Arrondissement, einen Großteil des Weges die Seine entlang. Im Sommer kühlenden Fahrtwind um die Nase, im Winter eisige Kälte im Gesicht, auch bei Regen, manchmal ankämpfend gegen heftigen Wind, während Touristenboote und Frachtschiffe an ihr vorbeiziehen. „Für mich ist dieser Weg magisch“, sagt die 36-Jährige. „Ich liebe es, mit dem Fahrrad am Ufer der Seine zu fahren, und mache das tagaus und tagein bei jedem Wetter. Egal ob ich einkaufe, zur Arbeit fahre oder Freunde besuche, ich bin nahezu immer mit dem Rad unter-

wegs.“ Was Marion über das Fahrradfahren in Paris sagt, mag überraschen: Das Rad sei das ideale Verkehrsmittel, um in der französischen Hauptstadt Wege zurückzulegen. „In den vergangenen Jahren wurden viele Fahrradwege gebaut“, sagt Marion, die sich beim Radfahrerverband „Paris en Selle“ engagiert. Sie räumt ein: „Es braucht aber noch einige mehr, damit Paris zu einer echten Fahrradhauptstadt wird.“

#### **MEHR RADFAHRER\*INNEN SEIT CORONA**

Immerhin hat Paris schon jetzt mit dem Radweg am Boulevard de Sébastopol einen der am stärksten frequentierten Radwege Europas. Immer mehr Pariser\*innen machen es wie Marion: Statt des Autos nehmen sie das Fahrrad, ersparen sich damit zermürbende Staus auf verstopften Straßen und sind schneller am Ziel. „Die Coronapandemie hat dem Radverkehr in Paris einen richtigen Boost gegeben“, sagt Marion. Während der Pandemie vermieden viele Menschen die oft überfüllten öffentlichen Verkehrsmittel, stiegen aufs Rad und haben ihre Verkehrsgewohnheiten nachhaltig verändert. „In den vergangenen drei Jahren hat die Zahl der Radfahrer\*innen in Paris um 70 Prozent zugenommen“, sagt Marion. Den Fahrradweg an der Seine und das immer



weiterwachsende Radwegenetz haben die Pariser\*innen den ambitionierten Plänen ihrer Bürgermeisterin Anne Hidalgo zu verdanken. Ihre Mission: Paris soll grüner, autofreier und fahradfreundlicher werden.

#### **SEINEUFER ZUM FLANIEREN**

Vieles ist in den vergangenen Jahren unternommen worden, um diese Ziele zu erreichen. Noch vor wenigen Jahren fuhren links und rechts der Seine täglich zehntausende Autos entlang. Seit 2013 ist ein Abschnitt des linken Seineufers für Autos gesperrt, seit 2017 auch ein Abschnitt an der rechten Uferseite. Davon profitieren nicht nur Fahrradfahrende. Flanierende Parisbesucher\*innen, verliebte Paare, Jogger\*innen, Familien mit Kindern können auf den errichteten Grünflächen entlang der Seine entspannen, Sport treiben oder bei Café au lait und Croissant in einem der Cafés frühstücken. Im Sommer wird das Ufer mit „Plage Paris“ zum Strand. Aufgeschütteter Sand, Liegestühle, Bars und Cafés sorgen für sommerliche Vibes.

Die autofreien Seineufer hat Anne Hidalgo nicht ohne Widerstände durchgesetzt. Auch ihre Pläne, die Pariser Innenstadt bis 2024 vom Individualverkehr zu befreien, stoßen auf Widerstand. Marion Soulet hingegen freut sich: „Je weniger Autos es gibt, desto mehr Platz bleibt den Fahrradfahrer\*innen.“



Paris mit dem Fahrrad erkunden: Street-Art entdecken, Sehenswürdigkeiten wie den Louvre besuchen und an der Seine entspannen.

## NOCH MEHR TIPPS

### MIT DEM NACHTZUG NACH PARIS

Abends einsteigen, einschlafen und in der französischen Hauptstadt zum Frühstück aufwachen: Dreimal pro Woche fährt der ÖBB-Nightjet von Wien nach Paris. Zustiegen kann man auch in St. Pölten, Linz und Salzburg.

### TICKETS IM VORAUS KAUFEN

Allzu spontan sollte man beim Sightseeing im Paris-Urlaub nicht sein. Für viele Sehenswürdigkeiten werden Tickets online verkauft. Das ist von Vorteil, weil man sich langes Anstehen vor Ort erspart. Die Kehrseite: Die Timeslots können schnell ausgebucht sein und für den Wunschtermin gibt es keine Tickets mehr. Besser ist, schon im Vorfeld zu buchen.

### STREET-ART BESTAUNEN

Straßenkunst ist in Paris omnipräsent. Auffällig sind vor allem die bunten Mosaikbilder im Pixelstil, die häufig an Straßenecken, Hauswänden oder Brückenaufhängern zu finden sind. In Paris allein gibt es fast 1.500 davon und es macht Spaß, sie aufzuspüren. Seit Ende der 1990er Jahre montiert der französische Künstler Invader seine Kunstwerke, ursprünglich Charaktere aus einem Videospiele, auf der ganzen Welt, wobei die allermeisten davon in Paris zu finden sind. Seine Identität ist nicht bekannt. Er ist nachts, maskiert und anonym, unterwegs.

### SEGELBOOTE AUF REISEN SCHICKEN

Eine nette Attraktion für Kinder findet sich mitten im Jardin du Luxembourg. Dort werden Miniatur-Segelboote zum Verleih angeboten, die Kinder auf einem großen Wasserbecken mit einem langen Holzstab zum Fahren bringen können. Für die Kinder ist das ein großer Spaß, und das vor der großartigen Kulisse des Palais du Luxembourg.

### GOLD FÜR DEN EIFFELTUM

Marion empfiehlt auch Parisbesucher\*innen wärmstens, die Stadt radelnd zu erkunden. Öffentliche Leihfahrräder, darunter etwa die Hälfte Elektroräder, können an den fast 1.500 Vélib-Leihstellen ausgeben werden. Als Route schlägt sie vor: „Man könnte zum Beispiel rechts der Seine beginnend vom Place de la Bastille die Rue de Rivoli entlangfahren und kommt dabei am Pariser Rathaus, dem Musée du Louvre und dem Place de la Concorde vorbei, bis man schließlich den Arc de Triomphe erreicht.“ Alternativ bleibt man auf der linken Seite der Seine, radelt an der Kathedrale Notre Dame de Paris vorbei, durchs Quartier Latin, bis man schließlich zum Eiffelturm kommt. Der wird anlässlich der Olympischen Sommerspiele, die 2024 in Paris stattfinden, bald in neuem metallisch-goldenem Farbglanz erstrahlen. Nach über fünfzig Jahren ändert das Wahrzeichen Frankreichs damit wieder einmal seinen Farbton. Für den 330 Meter hohen Turm, der ursprünglich rot, später ockergelb, dann gelb-orange und schließlich ein halbes Jahrhundert braun war, sind rund sechzig Tonnen neue Farbe nötig. Die braucht es übrigens alle sieben Jahre, weil der Turm im Kampf gegen Rost regelmäßig gestrichen werden muss. In den vergangenen 134 Jahren seit seinem Bau ist das zwanzig Mal passiert. In luftigen Höhen tragen Arbeiter dabei die alte Farbe ab und neue auf.

### PROJEKT: SAUBERER FLUSS

Wer im Sommer nach Paris reist und sich abkühlen möchte, kann das möglicherweise bald in der Seine tun. Geht es nach Anne Hidalgo, wird es ab 2025 drei öffentliche Badestellen am Fluss geben. Bereits bei den Olympischen Spielen im Jahr davor sollen einige der Wettkämpfe im Fluss ausgetragen werden. Seit hundert Jahren ist das Schwimmen in der Seine aufgrund des stark verschmutzten Wassers nicht erlaubt. Bereits Jacques Chirac hat 1990 als Pariser Bürgermeister versprochen, die Seine badetauglich zu machen. Mit

## Die Aussicht auf ein Bad in der Seine wird vielen Pariser\*innen gefallen.

dem „Plan Baignade“ möchte Hidalgo dieses Versprechen nun einlösen. Die Anstrengungen dafür sind enorm, die Kosten ebenso: Um die Wasserqualität zu verbessern, müssen unter anderem zehntausende Wohnungen und Hausboote, die ihre Abwässer bis jetzt ungefiltert in den Fluss leiten, an die Kanalisation angeschlossen werden.

Die Aussicht auf ein Bad in der Seine wird viele Pariser\*innen freuen und auch Tourist\*innen gefallen. Ein perfekter Tag in Paris könnte dann so aussehen: Zuerst mit dem Fahrrad durch die Straßen fahren, und wenn man gar zu sehr ins Schwitzen kommt, schnell zum Erfrischen in den Fluss hüpfen. ←

NORD-  
DEUTSCH-  
LAND

LILA  
GOLD  
UND  
MEERES  
BLAU

BEATE STEINER

**Mit vielen Farben warten das Naturreservat Lüneburger Heide und die Städte Bremen und Bremerhaven auf. Eine Reise durch den Westen Norddeutschlands.**

Als lila-violetter Teppich mit grünen Flecken und schwarz-grau-weißen Einsprengeln – so präsentiert sich die Lüneburger Heide von Sommer bis Herbst. Lila leuchtet das Heidekraut, dunkelgrün glänzt der Wacholder. Davon naschen graue Heidschnucken (eine alte Landschaftsrasse), ihre schwarzen Lämmer und weiße Ziegen. Darüber schwirren Honigbienen, saugen Nektar aus den dichten Blüten-Trauben – ein perfektes Ökosystem, das voneinander abhängig ist. Und auch der Mensch spielt dabei eine wichtige Rolle: Schäfer\*innen ziehen mit ihren Herden und Hunden durch die Jahrhunderte alte Kulturlandschaft, sorgen dafür, dass der in Europa seltene Savannen-Charakter der größten zusammenhängenden Heide Mitteleuropas seit dem Mittelalter erhalten bleibt, als Lebensraum für seltene Vögel wie Birkhühner, Heidelerchen, Ziegenmelker.



Besenheide, Calluna vulgaris, heißt der Zwergstrauch, der die trockenen Gegenden in der Landschaft im Nordosten Niedersachsens prägt. Er könnte bis zu einem Meter hoch werden. Könnte – denn die Heidschnucken halten das Heidekraut kurz. „Sie bleiben nicht stehen beim Fressen und zapfen nur die besten Triebe ab“, erzählt Schäfer Carl Kuhlmann. „Schnökern“, sagen die Norddeutschen zu diesem „Da-und-dort-Naschen“, daher kommt der Name „Heidschnucken“ für die silbergrauen Schafe mit



schwarzem Brustlatz und gebogenen Hörnern. Schäfer Carl Kuhlmann wandert tagtäglich mit seiner rund 400-köpfigen Herde und schwarzen Hündin Yula etwa zehn Kilometer durch den Naturpark Südheide. „Dabei werden natürlich Schäferstündchen eingelegt“, schmunzelt Kuhlmann. „Die Tiere brauchen eine Pause zum Wiederkäuen, Yula und ich rasten mit ihnen.“ Einige Ziegen ziehen mit jeder Schafherde mit. „Sie verbeißen auch größere Gehölze wie Birken und Kiefern und unterstützen so die Heidschnucken als Landschaftspfleger“, so Kuhlmann, der nur mit weiblichen Tieren unterwegs ist. Die Schafböcke führen das ganze Jahr über ein entspanntes Leben in der „Männer-Partie“ auf dem alten Hof der Kuhlmanns in Niederohre. Außer im Herbst: Da dürfen sie mit der Herde mitlaufen und für Nachwuchs sorgen. Im Frühjahr können Heidebesucher\*innen die kleinen schwarzlockigen Jungschafe zwischen den Mutterschafen entdecken, zum Beispiel entlang des Heidschnuckenwegs.

**LILA TEPPICH IM GRÜNEN PARADIES**

Insgesamt ziehen 9.000 Heidschnucken in 13 Herden durch die zaunlosen Heideflächen, an 365 Tagen im Jahr, meist zur selben Zeit. Im Spätsommer, zur Heideblüte, zerreißen sie mit ihren Beinen die Spinnweben rund ums Heidekraut. So können die Bienen ohne Hindernis die

unzähligen lila Glockenblüten anfliegen und Nektar saugen. Die Insekten bestäuben die Pflanzen und sorgen für das Weiterwachsen der Schnucken-Nahrung.



Rund 200 der Bienenvölker in der Südheide gehören Imkermeister Klaus Ahrens. Er erzeugt köstlichen Honig in vielen Varianten und nach traditionellen Methoden. „Unsere Region wird als Wiege der Berufsimkerei bezeichnet“, sagt der mehrfach ausgezeichnete kulinarische Botschafter Niedersachsens, während rund um ihn Bienen summen. Apropos Kulinarik: Das Fleisch der Heidschnucken ist eine Delikatesse, zart und fettarm. In den gemütlichen Gasthäusern und schicken Restaurants hier wird es als Braten, Ragout, Wurst, aber auch als Hamburger serviert.



Zum Beispiel in der ausgezeichneten Schäferstuben oder im Biohotel WildLand – die Gäste speisen hier in einem fast 300 Jahre alten Fachwerkhäus. Auf dem großen grünenden, blühenden Grundstück unter hohen Eichen stehen sechs historische Fachwerkhäuser mit hübschen Gästezimmern – ein Ort zum Wohlfühlen und um entspannt Urlaub zu machen, wie an vielen Orten in der Lüneburger Heide.

Fußgänger\*innen können die beruhigende Landschaft bei Tagestouren oder auf Fernwanderwegen erkunden, zum Beispiel auf Deutschlands schönstem Wanderweg, dem Heidschnuckenweg, der in der Nähe von Hamburg startet und auf über 200 Kilometern in idyllischer Umgebung bis nach Celle führt. Radfahrer\*innen und Reiter\*innen können in der einmaligen Landschaft ebenfalls ihr Urlaubsglück finden. >

**Birkhuhn (links), Honigbiene (oben) und Heidschnucke (unten): Sie alle machen die Lüneburger Heide zu dem, was sie ist.**



## DIE GRÜN-GOLDENE HANSESTADT BREMEN

Rund hundert Kilometer nordwestlich der Lüneburger Heide können Reisende das urbane und doch entspannte Flair der Hansestadt Bremen erleben. Ja, das ist die Heimat der Bremer Stadtmusikanten. Statue und Geschichte der vier tierischen Helden sind aber nur eines von vielen Glanzstücken in der zauberhaften Stadt an der Weser. Rund um den Bremer Marktplatz steht ein bemerkenswertes Bauwerk neben dem anderen. Etwa das 1405 erbaute Rathaus, das als einziges weltweit zum



UNESCO-Weltkulturerbe zählt. Seine Renaissance-Fassade erzählt mit seinen steinernen Figuren, Symbolen und Verzierungen Geschichten, direkt daneben ragt die steinerne Figur des Roland zehn Meter in die Höhe. Das Bremer Wahrzeichen mit Schwert und goldenem Schild ist seit 1404 Symbolfigur für die Freiheiten und Rechte der Hansestadt – das und viele andere, auch gruselige Geschichten erzählt Nachtwächter Ulrich Dammer bei einem Rundgang durch die Straßen der Innenstadt mit ihren im Mondlicht golden glänzenden Fassaden. Die kann man im Schnoorviertel mit ausgestreckten Armen zu beiden Seiten berühren, weil die Gassen in diesem Altstadtviertel so schmal sind. „Schnoor“ heißt Schnur – die bunten Häuser reihen sich auf wie Perlen an einer solchen. Wir lauschen, wie Bremens heimliche Hauptstraße, die Böttcherstraße, entstanden ist: Ludwig Roselius, ein reicher Kaffeekaufmann und Erfinder des Kaffee HAG, kaufte ein Haus nach dem anderen und ließ es vom expressionistischen Bildhauer Bernhard Hoetger gestalten – so entstand ein

einzigartiges Ensemble aus Backsteinarchitektur, in dem sich hübsche Geschäfte, Kunst und Kultur finden. Das Paula Modersohn-Becker Museum, zum Beispiel, ist das weltweit erste Haus, das einer Malerin gewidmet wurde.

## AUSFLUG INS KÜNSTLERDORF WORPSWEDE

20 Kilometer nördlich von Bremen findet sich ein ehemaliges Bauerndorf, das sich ebenso der Kunst verschrieben hat. 1900 ließ sich eine Künstlergruppe in Worpswede nieder, angezogen von der Moorlandschaft und den



besonderen Lichtverhältnissen der Gegend. Darunter waren Paula Modersohn-Becker, ihr Mann Otto und Bernhard Hoetger, der bemerkenswert schräge, aber sehenswerte Bauten hinterließ – etwa das „Kaffee Verrückt“, ein Gebäude ohne rechte Winkel.

## Gärten, Bier und Knipps

Abseits von Architektur und Geschichte ist Bremen aber auch eine der grünen Städte Deutschlands: Rund um die Innenstadt verlaufen die Wallanlagen, eine idyllische Oase entlang des Stadtgrabens, mit großen Bäumen, Rhododendren, Hortensien, bunten Rosen, gestaltet wie ein englischer Garten.



Zahlreiche Hotels und Tourismusbetriebe in der Hansestadt haben sich der Nachhaltigkeit verschrieben. Bremen ist auch eine Bierstadt. Das bekannte Beck's wird direkt an der Weser gebraut. Die Speisen der Restaurants sind uns weniger vertraut: Gebratener Knipp aus gehacktem Schweinskopffleisch und Rinderleber, dazu Bratkartoffeln und Gurkerl. Zum Bremer Labskaus aus faschiertem Pökelfleisch, Erdäpfeln und roten Rüben essen die Kenner\*innen Rollmops, Gurkerl und Spiegelei. Auch auf den Speisekarten finden sich Fischspezialitäten.

## BREMERHAVEN: BLAUES MEER, BLAUER HIMMEL UND GRÜNES MARSCHLAND

„Seebär-Flair“ genießen die Besucher\*innen 60 Kilometer nördlich von Bremen. Bremerhaven gefällt mit maritimer Ausstrahlung, modernen Ausstellungshäusern und dem Naturschutzgebiet Luneplate am südlichen Stadtrand. Wasserbüffel grasen hier, das Marschgrünland und die Wattflächen sind Rast- und Schlafplatz für mehr als 10.000 Vögel. Erkunden lässt sich das Gebiet ausschließlich zu Fuß oder mit dem (Leih-)Fahrrad. Den Hafen der größten Stadt an der deutschen Nordseeküste

kann man bei Rundfahrten erleben, die ganze Welt erspüren im Klimahaus: Von der Kühle auf einer Schweizer Alm über die Gluthitze der Sahelzone bis zur Eiseskälte der Antarktis führt die Tour durch originalgetreu gestaltete Kulissen.

Klar, dass auch in Bremerhaven die Kulinarik nicht zu kurz kommt, und klar, dass hier Fischiges die Speisekarten dominiert, vom Fischbrötchen über Räucherfisch bis zum frischen Seeteufel. Hobby-Köche und -Köchinnen können sich hier im Fischerhafen in Kochkursen Tipps fürs Zubereiten am heimatischen Herd holen. ←






*Kurz)trip ins Heilklima*

Reif für eine Portion Erholung, aber weit weg von einer Kur?  
Lass dich in Garmisch-Partenkirchen persönlich beraten!  
[gesundheit@gapa-tourismus.de](mailto:gesundheit@gapa-tourismus.de)



*Entdecke deine wahre Natur.*

© GaPa Tourismus GmbH / Alexander Dypala

Anzeige

## REISEN IN DEN NORDEN DEUTSCHLANDS

### MEHR INFOS

**Lüneburger Heide:**  
[www.lueneburger-heide.de](http://www.lueneburger-heide.de)  
**Bremen:** [www.bremen.de](http://www.bremen.de)  
**Bremerhaven:**  
[www.bremerhaven.de](http://www.bremerhaven.de)  
**Worpswede:** [worpswede.de](http://worpswede.de)

### ÜBERNACHTEN

**Biohotel WildLand:**  
Historische Gebäude mit Wohlfühlatmosphäre, serviert werden saisonale und regionale Spezialitäten, Bioqualität ist seit 25 Jahren selbstverständlich.  
[www.wildland.de](http://www.wildland.de)

**Radisson Blu Bremen:**  
Das Hotel Radisson Blu zwischen Altstadt und Weser setzt viele interessante Schritte – von der Vermeidung von Foodwaste über die sparsame Wasser- und Energienutzung, 100 Prozent

grünen Strom, umweltfreundliche Reinigung, Green Meetings, bio-zertifizierte Produkte, eine große Auswahl an veganen Speisen und die Angabe zum Fußabdruck bei jedem Gericht bis zu Ladestationen für E-Autos und E-Bikes für eine nachhaltigere Anreise.  
[www.radissonhotels.com](http://www.radissonhotels.com)



Wandern am Heidschnuckenweg

### REGIONAL SPEISEN IN UND UM BREMEN

Restaurant Schäferstuben in **Faßberg-Müden:**  
[www.niemeyers-posthotel.de](http://www.niemeyers-posthotel.de)

**Feldmann's Bierhaus in Bremen:**  
[www.feldmanns-bierhaus.de](http://www.feldmanns-bierhaus.de)

**Ratskeller in Bremen:**  
[www.ratskeller-bremen.de](http://www.ratskeller-bremen.de)

**Hammehütte in Worpswede:**  
[hammehuette.de](http://hammehuette.de)

**Dock IV in Bremerhaven:**  
[dock4-restaurant.de](http://dock4-restaurant.de)

**LUV in Bremen:**  
[www.restaurant-luv.de](http://www.restaurant-luv.de)

### AUSFLUGSZIELE

**Imkerei Ahrens:**  
[www.imkerei-ahrens.de](http://www.imkerei-ahrens.de)



Im Klimahaus in Bremerhaven

**Heidschnuckenhof von Carl Kuhlmann:** [www.heidschnuckenhof-niederohhe.de](http://www.heidschnuckenhof-niederohhe.de)

**Nachtwächter-Rundgang mit Ulrich Dammer:** +49 172 2779412

**Naturschutzgebiet Luneplate in Bremerhaven:**  
[www.bremerhaven.de](http://www.bremerhaven.de)

**Klimahaus Bremerhaven:**  
[www.klimahaus-bremerhaven.de](http://www.klimahaus-bremerhaven.de)

Diese Reise erfolgte auf Einladung der Deutschen Zentrale für Tourismus.

WARM  
KRÄFTIG



# SANDSTEINFARBEN UND BACKSTEINROT

Ein Tag auf der griechischen Halbinsel Mani fängt die zeitlosen Farbtöne uralter byzantinischer Kirchen ein. Und auch silbriges Ölbaumgrün, das Türkis des Meeres und das Weiß der Felsenhänge des Taygetos-Gebirges finden sich auf der Palette dieser so besonderen Gegend.

MICHAEL ROBAUSCH

ΜΩΝ ΒΙΒΛΙΩΝ

Υ



ΒΕΛΕΓΓΙΟΣ

ΤΟΠΑΠΑΔΑ

ΙΑΝΟΣ

ΕΤΡΕΪΤ

ΙΑ

Βιβλία ἑτη  
διὰ τὴν  
φρ. 3  
τιμῆς  
χωρὶς διὰ τὴν  
οιπλῆς

Η

ΜΑ

ΡΩΤΕΑ

Δρ. 11  
12  
Ἐλ-

τά μ...  
ήνας Ἰούνιον — Ἰού-  
ίδεται ἀνὰ ἓν τευ-  
λεῖται ἐκ δέκα τευ-

Η

Ε Λ Α

ΜΕΤΑ ΕΙΚΟ



Ε Ν Α Θ Η

1 9 0



„vielleicht“, sagt Georgios Koufopoulos, „habe ich noch fünf Kirchen vor mir.“

Der große Mann, ein Bild von einem Griechen, spricht ruhig und leise. Etwas Wehmut liegt in seinen Worten. In zügiger Fahrt kutschiert er seinen etwas ramponierten Pickup über die engen Gebirgsstraßen der Mani. Georgios will uns das Resultat seiner Arbeit zeigen: restaurierte byzantinische Kirchen. Die Wiederherstellung der jahrhundertealten Monumente ist sein Leben und seine Mission. Georgios ist Mitte 50, in seinen schwarzen Vollbart mischen sich silbrige Fäden. Länger als zehn weitere Jahre, so meint er, könne er seinen körperlich fordernden Beruf nicht mehr ausüben. „Seine“ Kirchen sind also gezählt.

2001 hat Georgios zusammen mit seinem Bruder das Unternehmen „Mni-meioteknik“ gegründet, das die komplexen, zumeist von privaten Gönner\*innen finanzierten Rettungen organisiert. Georgios koordiniert die Projekte und ersinnt Spezialkonstruktionen, um Gebäudefragmente zu stabilisieren. Abhängig vom Umfang der Arbeiten kann es vorkommen, dass Architekt\*innen, Konservator\*innen, Klimatechniker\*innen, Steinmetz\*innen und noch viele weitere

Professionen jahrelang mit einem Bauwerk beschäftigt sind.

Die Mani gibt einen fruchtbaren Boden für diese Art von Projekten ab. Über 1.000 Kirchen soll es auf dem bloß 70 Kilometer langen südlichen Ausläufer der Peloponnes geben. Eine große Anzahl davon sind mittelbyzantinische Kreuzkuppelkirchen, entstanden im Zuge einer großangelegten Mission im 10. Jahrhundert. Sie sollte die Bewohner\*innen der abgelegenen und unwirtlichen Gegend für das Christentum gewinnen. Die Kirchen sind aus Tuffstein errichtet, ein bis ins 20. Jahrhundert hinein beliebtes Baumaterial. Leicht und bruchfrisch einfach zu bearbeiten, härtet der Stein im Lauf der Zeit aus und trotzts dann beständig der Witterung. Er verleiht den Kirchen ein Äußeres aus Spielarten von hellem Gelb, Braun oder Grau, das sich organisch in seine Umgebung einfügt. All diese Farbtöne strahlen Ruhe aus und entfalten eine entspannende und einladende Wirkung – was könnte geistlichen Bauwerken besser zu Gesicht stehen?

#### **EIN LAND DER AN- UND AUSSICHTEN**

An Gestein herrscht auf der Mani generell kein Mangel, schließlich bildet das Taygetos-Gebirge ihr Rückgrat. Das



In der wilden, ungezähmten Landschaft der Mani im Süden des mittleren Fingers des griechischen Peloponnes finden sich über 1.000 Kirchen.

Weiß seiner felsigen Hänge schwingt sich in dramatischer Manier himmelwärts, der beinahe perfekte Kegelspitze des Profitis Elias erreicht eine Höhe von über 2.400 Metern. Dort hält sich in manchen Jahren bis ins Frühjahr hinein der Schnee. Es scheint, als würde ein unsichtbarer, aber umso eifrigerer Kulissenschieber immer neue Ansichten hervorzaubern, um Besucher\*innen der Mani mit ständig wechselnden Ausblicken zu beglücken. Der legendäre englische Reiseschriftsteller Patrick Leigh Fermor (1915 bis 2011) beschreibt die Eindrücke eines Fußmarsches im Taygetos folgendermaßen:

„Ein letzter Schritt, und wir waren auf der anderen Seite, auf der Mani. Eine Wildnis aus kahlen grauen Felszacken ragte drohend aus dem Gewirr der Felspalten zu Höhen wie der unserern auf, wenn sie sie nicht gar noch übertrafen; in irrwitzigen Winkeln ging es in die Tiefe, und es war unmöglich zu

sagen, was eine ganze Welt tiefer, am Boden schon des nächsten Canyons lag. Außer an den Stellen, wo die scharfen Kanten durch Geröll gemildert waren, wirkten die Felsen hart wie Stahl, war eine unbelebte Landschaft, wie auf einem fernen Planeten, eine Landschaft, in der Drachen hausen mochten. Nichts regte sich.“

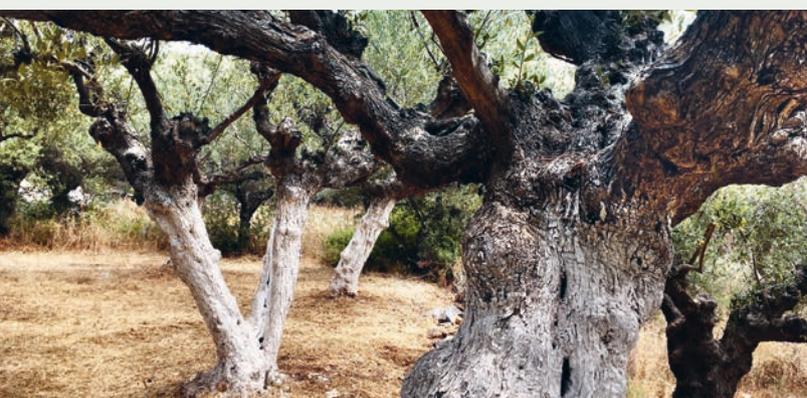
Doch damit ist das Bild nicht vollständig: Die Täler des Taygetos sind fruchtbar, die schmale Ebene an seinen westlichen Abhängen ist geprägt vom silbrigen Grün ausgedehnter Ölbaum-Haine. Das aus der Ernte gewonnene

Öl ist hochwertig, viele Manufakturen setzen auf biologische Landwirtschaft und nachhaltige Produktionsmethoden, über die sich Besucher\*innen in den Betrieben informieren können.

Finden sich Quellen oder kommt gar ein Bach die Schluchten herab, wird die Mani grün, wuchern mannshohe Farne, Brombeerhecken und wilde Kräuter. Sogar ausgedehnte Wälder gibt es, in denen Kastanien, Eichen oder Feigenbäume gedeihen. Zunehmend schmaler zulaufend und gegen Süden immer schroffer werdend, schiebt sich die Mani weit ins Mittel-

meer hinaus, ehe am Kap Matapan mit seinem Leuchtturm ein romantisches „Finis Terrae“, ein „Ende der Welt“, erreicht wird. Es scheidet das ionische vom ägäischen Meer und ist zugleich der südlichste Punkt des griechischen Festlandes – es liegt auf demselben Breitengrad wie die Straße von Gibraltar. Vom Parkplatz nahe einem Wirtshaus, dem einzigen Gebäude im gesamten Sichtkreis, führt ein Pfad zum Leuchtfeuer hinaus. Ein lohnender Ausflug über den Rücken des letzten Ausläufers der Mani – violette Blütenteppiche auf den ansonsten öden Ge-

## EIN TAG ODER MEHR – AUF DER HALBINSEL MANI



Obwohl die Mani längst nicht mehr so unzugänglich ist wie zu jenen Zeiten, als viele ihrer Dörfer nur über das Meer erreichbar waren, hat sich der Landstrich einige Momente jener Altertümlichkeit bewahrt, die Patrick Leigh Fermor so unnachahmlich beschrieben hat. Sämtliche Annehmlichkeiten der Moderne „stehen nunmehr zur Verfügung, doch massentouristische Strukturen fehlen nach wie vor“. Das hat vielleicht auch damit zu tun, dass man auf der Mani lange breite Strände vergeblich sucht. Stattdessen bietet sich ein **BUCHTENHOPPING** an, denn jeder Badeplatz hat seinen ganz eigenen Charakter. Kieselstrände sind die Regel, Sand ist selten.

Die Mani wird von einem **ALTEN WEGENETZ** durchzogen, das sich heute für Wander- und Trekkingrouten anbietet. Besonders um Kardamyli, einem eleganten und weltläufigen Dorf, findet sich eine ganze Anzahl (leidlich) markierter Routen. An der Küste zwischen Stoupa und Agios Nikolaos führt ein **RADWEG** direkt an der Küste entlang – eine schöne Strecke auch für Fußgänger! Der Veranstalter 2407 Outdoor Experience mit Standorten in Kardamyli und Stoupa organisiert Wanderungen, Rad- oder Kajaktouren. Auch Workshops mit ganzheitlichem Ansatz wie Meditation, Yoga und Aktivitäten für Kinder sind im Angebot.



### BUCHTIPP

**Mani. Reisen auf der südlichen Peloponnes**  
Patrick Leigh Fermor,  
Dörlemann-Verlag

Das 1958 erstmals erschienene, bezaubernde Buch liegt in einer Neuübersetzung vor.



Sehr angenehm **WOHNEN** kann man im Hotel Elies, dessen ein- bis zweistöckige Unterkünfte sich in einem Olivenhain verbergen und von der auf Stein- und Holzelementen basierenden traditionellen Architektur der Mani inspiriert sind. Traditionell griechische Baukultur mit zeitgemäßem Komfort verbindet auch das Mani-Sonnenlink Bio Resort, wo man die hervorragenden Bio-Olivenerzeugnisse von MANI Bläuel kosten kann – auch Führungen sind in der nahegelegenen Produktionsstätte möglich.



### GRIECHISCHE KÜCHE MIT PFIFF

isst man in der Taverne Dioskouri, dazu genießt man eine herrliche Aussicht über das Meer und hinunter auf das alte Zollhaus von Kardamyli. Das Akrogiali im stimmungsvollen Ort Trachila serviert Fisch vom Fang des Tages. Der Wirt empfiehlt – eine Karte gibt es nicht.

[www.2407m.com](http://www.2407m.com)  
[elieshotel.gr](http://elieshotel.gr)  
[mani-sonnenlink.com](http://mani-sonnenlink.com)  
[www.dioskouri-kardamili.gr](http://www.dioskouri-kardamili.gr)

röllhängen erfreuen das Auge. Doch Vorsicht: Auf dem zwei Kilometer langen Weg spendet allein eine einsame Tamariske nahe dem Meer Schatten in der Sommerhitze. Das kühle Wasser der kleinen Bucht ist transparent und gleichzeitig von einem so perfekten Türkis, dass jedes karibische Gegenüber vor Neid erblassen muss. Anstatt bloß zu schwimmen, scheinen Boote schwerelos über der Tiefe zu schweben.

Georgios ist nun richtig in Fahrt – von einer Kirche geht es zur nächsten. Wir kommen in den Genuss einer Rundfahrt durch die Umgebung unseres Wohnortes Agios Dimitrios, einem kleinen verschlafenen Weiler am Meer, wo wir ihn durch das Glück des Zufalls kennengelernt haben. Will man auf der Mani etwas herumkommen, ist ein eigenes Fahrzeug unverzichtbar. Öffentlicher Busverkehr existiert nur auf der magistralen Nord-Süd-Verbindung von und nach Kalamata, die sich als passabel ausgebaute Überlandstraße erweist. Die Mani ist ein Land der Dörfer, die sich trutzig an die Hänge krallen – das gilt auch dann, wenn sie sich, wie der auf einer Hochebene gelegene Hauptort Areopoli, Stadt nennen. Keiner der pittoresken Ansiedlungen gleicht der anderen, doch in den meisten finden sich befestigte Wohn- und Wehrtürme, die wohl eigentümlichsten Gebäude der Mani. Selten fehlen Denkmäler von Helden aus kriegerischer Vergangenheit: Das Haupt von einer turbanartigen Kopfbedeckung umhüllt, blicken beschnurrbarte Patriarchen bis an die Zähne bewaffnet streng in die Welt.

#### BEIM HEILIGEN FELDHERRN

Nach rumpeliger Strecke über einen staubigen Feldweg führt uns ein kurzer Fußmarsch zu „Ai Stratigos“. Dem Erzengel Michael geweiht, bedeutet der Name der Kirche übersetzt in etwa „Heiliger Feldherr“. Sie steht einsam in einem ausgedehnten Olivenhain, dunkle Eichen wachen feierlich im Hintergrund. Allein der Gesang der Zikaden erfüllt die Stille der flirrenden



Die Kirche Ai Stratigos aus dem frühen 13. Jahrhundert gilt als eines der bedeutendsten byzantinischen Monumente auf der Mani.

Mittagshitze. Georgios' Augen leuchten, als er uns die ungewöhnliche Gliederung des Portikus nahezubringen versucht, die Herrenhäuser der byzantinischen Aristokratie zu imitieren scheint. Sein Mauerwerk ist in der Cloisonné-Technik gestaltet, bei der dünne rote Ziegel oder gemusterte Bänder die einzelnen Steine an allen Seiten voneinander trennen. Das Backsteinrot dieser einfachen und gerade dadurch umso eindrucksvolleren Ornamentik findet sich auch in den Dachziegeln der Kirche und bildet einen wunderbaren Kontrapunkt zum Beige des porösen Tuffs.

### Georgios' Augen leuchten, als er uns die ungewöhnliche Gliederung des Portikus nahezubringen versucht.

Wir kehren zur Stärkung in Thalames ein, einem traditionsreichen Ort hoch über dem Meer, einst berühmt für seine heiligen Quellen und ein Orakel. Auf dem von großen Platanen beschatteten zentralen Platz stehen ein 1714 erbauter Brunnen samt antiker Säule und – in einem Steinhaus aus dem Jahr 1918 – die wunderbare Taverne

„O Platanos“. Fisch findet sich hier oben nicht auf der Speisekarte, dafür aber Herrlichkeiten wie Omelette mit Wildspargel, Mandarinenkuchen oder die ebenso absonderliche wie schmackhafte Kombination aus gegrilltem Käse und Birnenmarmelade.

Es ist bereits tiefer Nachmittag, als wir uns von Georgios verabschieden und einen steilen Saumpfad in Angriff nehmen. Sich durch die Phrygana schlängelnd, einer von niedrigem, immergrünem Busch- und Strauchwerk geprägten Vegetation, führt er über Stock und Stein an die Küste hinunter. Das Geacker von Ziegen und sanftes Glockengeläut liegen in der Luft. Weit können sie nicht sein, doch zu Gesicht bekommt man die Tiere nie. So gelangen wir des Abends zurück nach Agios Dimitrios. Dort geht alles seinen gewohnten Gang. Die Fischer halten im winzigen Hafen Nachschau bei ihren Booten, die Katzenkolonie im Nachbarhaus beginnt sich nach einem verdösten Hitzetag zu räkeln. Ihr bester Freund, der dicke Hund, gähnt ausgiebig. Wieder ist jetzt alles anders, das Wasser tintenschwarz und mondbe-glänzt. Am Ende eines Tages voller Eindrücke kann man nun, rücklings im lauen Nass dümpelnd, in das sternenvolle nächtliche Firmament schauen. ←

A photograph showing three riders on horses of different colors (white, brown, and dark grey) riding along a dirt path in a mountainous landscape. The background features rolling hills, evergreen trees, and a valley under a cloudy sky. The foreground is a grassy slope with some rocks and blurred foliage.

# ZURÜCK INS HAUSRUCKVIERTEL

**Z**eitreisen gibt's zwar noch nicht, aber eine Reise zu unseren Wurzeln ist eine nachhaltige Alternative. Meine Familie stammt zum Beispiel aus dem schönen Hausruckviertel, genauer gesagt aus Geboltskirchen. Schon als Kind habe ich da viel Zeit verbracht: Fast jeden Tag ging es mit meinen Großeltern in den Wald, eine Besonderheit dieses Viertels in Oberösterreich: Der Hausruckwald bildet mit dem Kobernauberwald eines der größten zusammenhängenden Waldgebiete Mitteleuropas.

## WAS TUN IM WALD?

Der Wald hat für alle Altersklassen einiges zu bieten: Viele Wildtiere wie Hasen und Rehe zeigen sich schon bei kurzen Spaziergängen, Themenwege mit liebevoll gestalteten Stationen wie der Naturerlebnisweg Trattnach-Ursprung sorgen für Abwechslung und bei einer Fotosafari können Kinder mit eigener Kamera ihren Blick auf die Natur festhalten. Für größere Kinder sind Bogenschießen zwischen Bäumen oder Klettern in einem baumfreundlichen Kletterpark eine tolle

Konzentrationsübung. Ganz nebenbei verbringt man so einige Stunden mitten im Wald. Da wir Menschen biophil sind, brauchen wir den direkten Kontakt zur Natur, am besten täglich – und das Hausruckviertel bietet dafür das ganze Jahr über viele Möglichkeiten.

## WALDBADEN IST ANGESAGT

Die Geräusche des Waldes, der Duft der Bäume und die vielen Grünschattierungen prägen meine Kindheitserinnerungen. Dass ich damals ein Waldbad genommen habe, ist



In der Nähe des giftigen Fliegenpilzes kann man Steinpilze finden.

## KENNST DU DAS HAUSRUCKVIERTEL? HIER SAGEN SICH NICHT NUR FUCHS UND HASE GUTE NACHT. DER FRIEDENSWEG, DER GRÜNE WALD UND DAS BÄSTELN MIT GELBEM HEU STÄRKEN KÖRPER, GEIST UND SEELE.

SANDRA OBERMAIR

mir erst heute bewusst. Waldbaden ist ein Begriff aus Japan und meint das „Eintauchen in die Waldatmosphäre“, erklärt Mag.a Ulli Felber vom Institut für Waldbaden. Sie hat sich mit ihrem Team ganz dem Wald verschrieben – denn er stärkt unser Immunsystem, baut Stress ab, fördert die Konzentration und senkt Bluthochdruck. Andererseits kann man sich im Wald auch einfach dem inneren Sammeltrieb hingeben: Wer auf Schwammerlsuche gehen möchte, ist im Hausruck- und Kobernaüßerwald gut aufgehoben.

„Wenn das Wetter passt, findet man unter Birken den guten Birkenpilz. Am Waldrand finde ich oft große Parasolpilze – paniert schmecken sie herrlich – und dort, wo auch der Fliegenpilz steht, Steinpilze. Wichtig ist, mit offenen Augen zu wandern“, rät Heubastlerin Annamaria Raab, die zur Heuernte viel im Wald unterwegs ist. Als echte Schwammerlsucherin verrät sie ihre Fundplätze natürlich nicht – wohl aber, was man alles mit dem Heu machen kann. Annamarias Produktpalette reicht von Heutieren über Brotkör-

berl bis zu sehr bequemen Schuhen. Im Hausruckviertel gibt es viele Vereine, die Kurse anbieten, vom Krippenschnitzen bis zum Brotbacken. Wenn man nicht unter Heuschnupfen leidet, ist das Arbeiten mit Heu bei Annamaria himmlisch. Es duftet und raschelt, die Hände schaffen etwas Schönes, nebenbei wird geplaudert. Nicht nur Kinder lieben es, mit dem Naturmaterial zu basteln. Und die kreativen Werkstücke tragen den würzigen Duft aus dem Hausruckviertel mit nach Hause. >



Trattnach-Ursprung: Erlebniswege mitten im Wald sorgen für Abwechslung.



Am „Weg der Sinne“

## DIE TOURISMUSREGION HAUSRUCKWALD

besteht aus den Orten Bad Schallerbach, Gallspach, Geboltskirchen, Grieskirchen, Haag am Hausruck, Wallern und Zell am Moos. Die Vermittlung des Hausruckviertels und seiner Geschichte lag auch meinem Großvater am Herzen, er war Mitbegründer des Haager Heimatmuseums in Schloss Starhemberg – übrigens ein toller Ausflugstipp.

### EIN DORF VOLLER PFERDE

Am Südhang des Hausruckwaldes liegt das Reiterdorf Ampflwang, ein Ort, in dem fast mehr Pferde als Menschen wohnen. Hier liegt auch das Reitzentrum Hausruckhof, das größte Islandpferdegestüt Österreichs. Pferde trifft man im Hausruckviertel oft, es gibt viele Ställe und Reitbetriebe – zum Beispiel den Familienbetrieb Pichler in Geboltskirchen, gleich neben dem Haus meiner Großeltern, in dem ich mit meiner Familie immer wieder schöne Aktiv-Urlaube erlebe.

### SIEBEN AUF EINEN STREICH

Noch haben wir aber weder etwas von einem Haus noch vom rätselhafteren „ruck“ gehört. Das Viertel hat seinen Namen der gleichnamigen Hügelkette des österreichischen Al-

penvorlandes zu verdanken, für das wiederum „Hunesrucke“, der Rücken eines Riesen, namensgebend war. Die weniger märchenhafte Geschichte des Hausruckviertels ist von Bauernkriegen und Kohlevorkommen geprägt. Zwar wird heute keine Kohle mehr abgebaut, in Bergwerksmuseen wie im Bahnhof Scheibenstein kann man sich in diese vergangene Zeit aber hineinfühlen. Daneben locken Rad-, Reit- und Wanderwege, Langlaufloipen und idyllische Badeseen, einen ruhigen, aktiven Urlaub zu verbringen. Aktivitäten wie der Waldhochseilpark Goruck schärfen unser Gefühl dafür, den nächsten Schritt ganz bewusst zu setzen und seine Folgen zu bedenken – eine nachhaltige Herangehensweise. Dazu trägt auch die besondere Atmosphäre im Hausruckviertel bei, so Ines Preuer vom Tourismusverband Hausruckwald: „In heutigen Zeiten, wo alles so schnelllebig geworden ist, bietet allein der Blick auf die Landschaft Beruhigung und Ausgleich. Wir sind eben keine Region, die vom Tourismus überrannt wird. Der Hausruckwald hat eine gewisse Ruhe, die auch die Bewohner\*innen hier sehr schätzen.“

Auch der Wunsch nach Frieden hat im Hausruckviertel Geschichte, denn hier war ein ehemals heiß umkämpf-

tes Grenzgebiet zwischen Österreich und Bayern.

### WO BEGINNT ABER DER FRIEDE?

Vermutlich im Gehen, schließlich ist unser Körper für diese Bewegung gemacht. Miteinander gehen schafft die Basis für gute Gespräche, Schritt für Schritt. Das zeigt auch der Friedensweg nach Wolfsegg, einem Luftkurort auf 700 Meter Höhe. Dort angekommen hat man dann nicht nur im übertragenen, sondern auch im wortwörtlichen Sinne Weitblick: Bei gutem Wetter sieht man bis ins Alpenvorland, vom Ötscher bis in die Salzburger Berge, wie es auch schon Schriftsteller Thomas Bernhard beschrieb. Das Schloss Wolfsegg spielt auch in seiner Literatur eine Rolle und eines seiner Häuser in der Hausruckviertler Gemeinde Ottnang kann nach Voranmeldung besucht werden.

### DIE EIGENEN WURZELN BEREISEN

Eine Reise zu den eigenen Wurzeln kann ich nur empfehlen. Besuchen wir jene Orte, wo unsere Großeltern gelebt haben, entdecken wir nicht nur schöne Landschaften. Wir können dabei auch den Einflüssen unserer Vorfahren nachspüren. Mein Großvater hätte sich bestimmt sehr über das Interesse am Hausruckviertel gefreut. ←

# REISEN IM HAUSRUCKVIERTEL

## WANDERWEGE & AKTIVITÄTEN



Skulptur am Friedensweg

**Wolfsegger Friedensweg:** Vom Friedenskreuz in Wolfshütte wandert man bis nach Wolfsegg am Hausruck. Am Weg liegt das Bauernkriegsdenkmal, das uns erinnert, wie wertvoll Frieden ist. Unbedingt lesen: Das Begleitheft zum Friedensweg, siehe Website. Länge: 8,5 km, Gehzeit etwa 3 Stunden. [www.tourismus-hausruckwald.at](http://www.tourismus-hausruckwald.at)

**Marien-Wanderweg:** Dieser Weg ist voller Frauen-Power und verbindet die Wallfahrtsorte St. Marienkirchen am Hausruck und Altötting. Am Wegrand findet man viele sogenannte „Marien-Kräuter“ mit Info-Tafeln dazu. Länge: 130 km. [www.oberoesterreich.at](http://www.oberoesterreich.at)

**Naturerlebnisweg**  
**Trattnach-Ursprung:** Ein barrierefreier Wanderweg entlang des Ursprungs des Flusses Trattnach. Viele Spielstationen für Wasserfans und Tierfreund\*innen, ideal für Familien. [www.vitalwelt.at](http://www.vitalwelt.at)

**Nordic Fitness Park:** Der Park in Geboltskirchen bietet vier Routen für Nordic Walken, Wandern oder Laufen. [www.oberoesterreich.at](http://www.oberoesterreich.at)



Spätsommer im Kobernausserwald

**Goruck Waldhochseilpark:** Den Hausruckwald eine Etage weiter oben erleben, geht in diesem baumfreundlichen Kletterpark. [www.waldhochseilpark.at](http://www.waldhochseilpark.at)

**Waldbaden:** Infos für effizientes Waldbaden vom ersten Institut für Waldbaden in Österreich. [www.waldwelt.at/waldbaden](http://www.waldwelt.at/waldbaden)

## AUSFLUGTIPPS

**Haager Heimatmuseum**  
**Schloss Starhemberg:** Das Museum feiert 2024 sein 60jähriges Jubiläum. Hier finden Veranstaltungen, Wanderungen und Lesungen statt, es gibt Dauer- und Sonderausstellungen. [www.haager-heimatmuseum.at](http://www.haager-heimatmuseum.at)

**Thomas Bernhard Haus in Ottngang:** Eine Liegenschaft des Schriftstellers, ein Teil wird für Artists in Residence verwendet, ein Teil als Museum. [thomasbernhard.at](http://thomasbernhard.at)

**Ottngangium:** Fossilienstätte im Luftkurort Wolfsegg. Frei zugänglich und immer geöffnet. [www.oberoesterreich.at](http://www.oberoesterreich.at)

**Bahnhof Scheiben:** Ein Bergbaumuseum über die Zeit des Kohlebergbaus im Hausruckviertel. Hier kann man auf der Draisenstrecke fahren, ein lustiges Erlebnis für die ganze Familie. [www.geboltskirchen.at](http://www.geboltskirchen.at)

## REISEN MIT KINDERN

**Fotosafari – knipsen, was wichtig erscheint:** Das ergibt dann ein schönes Album oder Stoff für ein Referat. Kann auch auf Tiere oder Pflanzen spezialisiert werden.

**Familienbuch – reisen zu den Orten der Familie:** Ein Buch mit der Familiengeschichte, einem Stammbaum

und den Orten mit ihren Besonderheiten ergeben ein buntes Bild der eigenen Geschichte. Als Vorbereitung das Internet nutzen.

**Rallye – suchen und erspähen:** Eine Liste mit Dingen schreiben, die gefunden werden sollen, zum Beispiel „Finde etwas Rotes“. Beim Wandern wird diese Liste abgehakt, gewonnen hat, wer als Erstes alles entdeckt hat.

## ESSEN, EINKAUFEN & MITBRINGSEL



Heubasteln mit Annamaria Raab

**Heubasteln & Shop:** Annamaria Raab: Langau 3, 4682 Geboltskirchen +43 664 73385547 [schatzl.raab@gmail.com](mailto:schatzl.raab@gmail.com)

**Trauners Most und Fruchtsäfte:** Familienbetrieb in Geboltskirchen. Aus Obst von Streuobstwiesen werden in dem ehemaligen Milchtierbetrieb Klassiker wie Apfelsaft, aber auch Kreatives wie Apfel-Ribiselsaft sowie Most, Schnäpse und Cider gemacht. Eine Landwirtschaft, die sehr erfolgreich mit der Zeit geht. Führungen können gebucht werden. [www.traunermost.at](http://www.traunermost.at)

**Almer Hofladen:** Fescher Selbstbedienungs-Hofladen in Geboltskirchen und Haag, mit Lebensmitteln, selbstgemachten Produkten und Geschenkartikeln. [almer-hofladen.at](http://almer-hofladen.at)

## ANREISEN & HERUMKOMMEN

Mit dem Zug bis Wels, Vöcklabruck, Attnang-Puchheim oder Lambach, dann weiter mit dem Bus, dem Shuttle-Service der Gasthöfe und Hotels oder per Carsharing (z. B. Rail & Drive ab dem Bahnhof Attnang-Puchheim). Im Urlaub braucht man im Hausruckviertel also nicht unbedingt ein eigenes Auto – wählt man die Location gut aus, kann man auch mit Kind und Kegel die Gegend gut zu Fuß oder per Fahrrad erkunden – das entschleunigt! Beim Gepäck gilt: Weniger ist mehr. Funktionskleidung und gute Schuhe sind empfehlenswert.

## UNTERKÜNFTE

**Gasthof Reiterhof Pichler:** Familienbetrieb mit schönem Hotel samt Naturpool, Reiterhof und Gasthof. Das Salatbuffet für die Urlaubsgäste ist wirklich umfangreich, auf Anfrage gibt es vegane Speisen. Vielfältiges Ausflugsprogramm, ideal für den Familienurlaub. [www.gasthof-reiterhof.at](http://www.gasthof-reiterhof.at)



Mit Kindern unterwegs

**WEITERE INFOS** über Rad- und Wandertouren: [www.outdooractive.com](http://www.outdooractive.com)

## BUCHTIPP

„Von Gerbrulteskirch zu Geboltskirchen“  
Irene und Christian Keller

Eine umfassende Geschichte über den Ort, das Hausruckviertel und was Heimat für uns persönlich bedeutet. [www.geboltskirchen.at](http://www.geboltskirchen.at)

# VON FEUERROT BIS SCHOKOLADE- BRAUN

## Wie warme, satte Farben auf uns wirken

**R**ot ist die Farbe des Lebens und der Energie. Sie lässt schmackhafte Beeren aus dem grünen Dickicht hervorblitzen, warnt uns vor Gefahr und flüstert uns ein, wie es den Menschen um uns geht – ob sich zum Beispiel Freude, Angst, Wut oder Krankheit auf ihren Gesichtern abzeichnet. Kein Wunder also, dass „Rot“ in fast allen Sprachen der Welt vorkommt und in der Menschheitsgeschichte als allererste Farbe künstlerisch genutzt wurde. Weil

sie sich unter anderem im lebendigen Farbspiel des Feuers findet, steht sie auch für Wärme – gemeinsam mit Gelb, das uns als Warnfarbe ebenso Aufmerksamkeit abverlangt. Die beiden Farben richten unseren Fokus nach außen und aktivieren uns – besonders wenn es sich um kräftige Töne handelt. Das ist nicht nur bei Gelb und Rot so: Auch das satte Braun feuchter Erde oder das intensive Grün des Moores macht uns aktiv.

## REISETIPPS #HERZERWÄRMEND



### WALDVIERTEL

**Ein Meer roter Blüten**  
Anfang Juli verwandelt sich die sanfte Hügellandschaft in einen Farbteppich: Die Mohnblüte hat begonnen. Ein Fest für die Sinne – zwischen Wackelsteinen, urtümlichen Wäldern und so weit die Mohnfelder reichen.

[www.lebensart-reisen.at/das-waldviertel-eine-zeitreise](http://www.lebensart-reisen.at/das-waldviertel-eine-zeitreise)

[www.lebensart-reisen.at/die-geheimnisse-des-waldviertels](http://www.lebensart-reisen.at/die-geheimnisse-des-waldviertels)

### SCHOTTLAND

**Durch die rosarote Brille**  
Das klassische Grün Schottlands mit den schönsten Rosatönen verbinden – vom „Pink Palace“ (Drumlanrig Castle) bis zur Turmburg Craigievar Castle (beide aus rosa Sandstein erbaut), vom rötlichen Sand des Sandwood Bay über ein Glas Pink Gin bis zum pink gekalkten Abbot House – das ist nicht nur für all



jene etwas, die von Margot Robbie und Ryan Gosling nicht genug bekommen können.

[www.visitscotland.com/things-to-do/attractions/barbie-guide](http://www.visitscotland.com/things-to-do/attractions/barbie-guide)

### DOLOMITEN

**Feuer in den Bergen**  
Ausgezeichnet als UNESCO

Weltnaturerbe, bestehen die „Bleichen Berge“ im Süden des Alpenhauptkammes aus hellem Kalkstein, der im Sonnenuntergang leuchtet: Das „Alpenglügen“ bringt Töne von Rosa bis Orange und Karmin hervor – inmitten wunderschöner Natur.

[www.lebensart-reisen.at/die-dolomiten](http://www.lebensart-reisen.at/die-dolomiten)

## EINE OASE MITTEN IN LINZ FÜR IHREN STÄDTETRIIP STADTOASE KOLPING HOTEL \*\*\*superior



**Palmen hin oder her, eine Oase ist ein Kraftplatz, wo man sich erholen kann. Die Stadtoase Kolping ist so ein Ort des Auftankens.**

Abseits des Trubels der Linzer Innenstadt geht es hier um Zwischenmenschliches und um herzliche Gastfreundschaft. Gemütliche Zimmer zum Wohlfühlen und ein reichhaltiges Frühstücksbuffet mit Bio-Produkten im schönen Ambiente der Genuss Oase erwartet unsere Gäste für einen perfekten Städtetrip in unserem zertifizierten Umweltzeichenhotel.

**Wir freuen uns auf Ihre Buchung & Besuch:**  
Stadtoase Kolping, 4020 Linz  
[www.hotel-kolping.at](http://www.hotel-kolping.at)  
Tel. 0732-661690  
[office@hotel-kolping.at](mailto:office@hotel-kolping.at)

**Veranstaltungstipps für Linz:**  
Klassik am Dom Konzerte  
200 Jahre Anton Bruckner  
Pflasterspektakel  
Linzer Klangwolke & Brucknerfest  
Ars Electronica Festival u.v.m.

Entgeltliche Einschaltung Foto: Fredmansky

**DAMIT AUCH MEINE ENKEL NOCH VON DER ERNTE LEBEN KÖNNEN!**

**Nachhaltige Landwirtschaft in Zeiten des Klimawandels fördern.**

Gemeinsam mehr erreichen.

**Caritas**  **JUGEND EINE WELT**

Gefördert durch die  
 **Österreichische  
Entwicklungs-  
zusammenarbeit**

Anzeige



# ISLAND NATURSCHAUSPIEL VOM FEINSTEN

ELISABETH KNEISSL-NEUMAYER

## INSEL DER KONTRASTE

1978 war ich das erste Mal in Island – mit einer Gruppe der Naturschutzjugend, die mein Bruder zusammengestellt hatte. Aus der ersten großen Neugierde, die schönsten Naturwunder der Insel kennenzulernen, hat sich eine jahrzehntelange intensive Arbeits- und „Liebes“-Beziehung zu Island entwickelt, die bis heute ungebrochen ist. Island ist und bleibt in gewisser Weise Teil von mir und kann mich auch nach mehr als vier Jahrzehnten begeistern und mit seiner wilden Schönheit fast umwerfen.

## NATURWUNDER MÝVATN

Mächtig und dunkel-türkis leuchtend stürzen die Wassermassen des Godafoss in die Tiefe – es ist 8 Uhr morgens, Hochsommer, es ist fast zu schön, um wahr zu sein ... Nur wenige Kilometer ostwärts liegen die Naturwunder des Mývatn. Wir haben ein unheimliches Glück mit unserem Tag: Obwohl der Wetterbericht eher trübes Wetter angekündigt hatte, öffnen sich immer wieder herrlich blaue Fenster inmitten dramatischer Wolkengebilde. Nicht nur der buchtenreiche See ist Anziehungspunkt – es sind vor allem die Überreste des einst und jetzt sehr in-

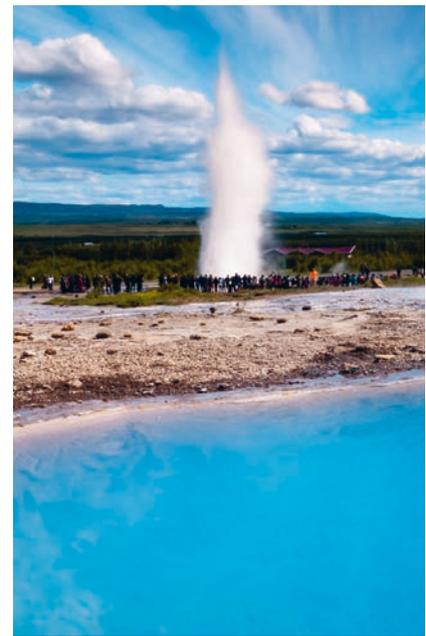
tensiven Vulkanismus, die uns in den Bann ziehen. Wir streifen in Dimmuborgir durch einen erkalteten Lavasee, in dem die Lavamassen teils Türmchen, Wälle, Fenster oder Kessel bilden. „Dämmerburgen“ werden sie genannt und gelten als Heimat von Trollen und Elfen (angeblich glauben mehr als 50 Prozent der Isländer, dass es Elfen gibt, für 90 Prozent ist es vorstellbar). In Skútustaðir bewundern wir die großen Pseudokrater und stehen im Garten von Höfði vor unzähligen kleinen Lavatürmchen, die aus dem See aufragen.

Aber ganz fest klopft unser Herz im Osten des Sees – im faszinierenden Solfatarenfeld von Námaskarð und bei der Krafla-Leirhnjúkur Spalte. Zwischen 1975 und 1984 war hier die Erde zuletzt aktiv, zahlreiche Lavaströme sind geflossen, bis zum geothermalen Kraftwerk. Bis heute orten Geologen knapp unter der Erdoberfläche eine große Magmakammer, die den Vulkanismus nicht abebben lässt. Es brodeln die Schlammkrater, große Schlammblasen explodieren immer wieder, es zischt und dampft und stinkt nach Schwefel. Die Hänge sind ocker-gelb überzogen, dazwischen lassen einen alle

Varianten von postvulkanischen Erscheinungen staunen. Für mich gilt hier: Herz, was willst du mehr! So großartige ungebändigte Natur und solch bizarre Naturschauspiele ...

## DURCH DAS HOCHLAND ZUM VATNAJÖKULL

Doch werfen wir einen Blick auf andere faszinierende Teile des Landes: Island ist ja eine sehr kontrastreiche Insel mit meist grünen Küsten (nicht im Südosten) und einem rau-bizzarr-überwältigenden Hochland. Wer vom Norden in den Süden will oder vice versa, erlebt entlang der Kjölur-Hochlandroute nicht nur die heißen Quellen von Hveravellir, sondern auch das „Tal der 1.000 Quellen“ im Kerlingarfjöll-Massiv. „Atemberaubend schön“ – solche Begriffe sind schnell überstrapaziert. Aber für die Kerlingarfjöll darf es wirklich gelten: Bizarr bunte Rhyolith-Hänge, dazwischen dampfende Thermalquellen und herrliche Wanderwege, die durch die einzigartige Szenerie führen. Am Ende der Hochlandpiste erwartet uns der „goldene Wasserfall“ Gullfoss mit seinen Wassermassen, die über zwei Stufen in eine tiefe Schlucht



Kerlingarfjöll, Mývatn DJI Skutustadagigar, Geysir  
(von links nach rechts)



stürzen – recht oft geschmückt von einem Regenbogen, der ihm den Namen gab. Nicht vergessen darf man auf die „eisige“ Ecke Islands im äußersten Südosten. Hier thront der 8.100 qkm große Gletscher Vatnajökull, aus dessen Eismassen (geschätzte 3.300 Kubikkilometer!) sich Islands höchster Berg Hvannadalshnúkur (2.110 m) erhebt. Wir stehen in etwa auf Meeresniveau und sind beeindruckt von den immensen Eisbrüchen und Gletscherzungen, die weit in die schwarzen Ebenen des Skeiðarársandur hinausreichen. Von besonderer Schönheit sind die kleineren und größeren Eisseen mit zahlreichen Eisbergen. Der größte unter ihnen, Jökulsárlón, liegt in einem fantastischen Natur-Amphitheater, das von zahlreichen Gletscherzungen dominiert wird. Über den nur knapp 500 m langen Zufluss gelangen kleinere und größere Eisbrocken zum Meer, die von den Wellen des Atlantiks wieder an die schwarzen Strände geworfen werden. „Diamond Beach“ ist der klingende Name für den Strand mit seinen zahlreichen Eisgebilden.

#### HALBINSEL SNÆFELLSNES

Snæfellsnes im Westen von Island wird gerne als „Island en miniature“ beschrieben

und bietet wirklich viel Abwechslung: Von Arnarstapi bis Hellnar kann man bei einem Küstenspaziergang in die Nester von zehntausenden Seevögeln schauen – Dreizehnmöwen, Lummen, Tordalken und Papageitaucher sind hier zu finden. Besonders eindrucksvoll sind die Felsformationen bei Lóndrangar. Basalttürme ragen hier wie eine Festung am Strand auf. Zehntausende Küstenseeschwalben brüten auf der Westspitze der Halbinsel und fliegen im späten Sommer nach Namibia zurück.

Am Weg zum beeindruckenden Berg Kirkjufell sollte man unbedingt die vielen farbenprächtigen Wandmalereien in Hellissandur begutachten und Kaffee und Kuchen im Gilbakkj genießen. Über all dem thront der vergletscherte Vulkan Snæfellsjökull (1.446 m), bei dem Jules Verne seine „Reise zum Mittelpunkt der Erde“ startete und den der isländische Literaturnobelpreisträger Halldór Laxness in seinem Roman „Am Gletscher“ verewigte.

**Zur Autorin: Elisabeth Kneissl-Neumayer ist Geschäftsführerin von Kneissl Touristik und der Insel aus Feuer und Eis seit mehr als 45 Jahren verbunden.**

## ISLANDSOMMER MIT KNEISSL TOURISTIK

Mit Kneissl Touristik entdecken Sie Island in 9-16 Tagen, meist per Linienflug mit AUA Wien-Keflavík-Wien, Zubringer mit AIRail ab Linz, Graz, Salzburg, Flug ab Klagenfurt, Innsbruck bzw. mit Icelandair ab München; meist in 3 bis 4\*-Hotels, meist mit HP, immer mit islandbegeisterter Kneissl-Reiseleitung und oft in der Kleingruppe bis 18 Personen.

### BEI KNEISSL GIBT ES VIELE VARIANTEN:

**Komfortabel auf der Ringstraße „Rund um die Insel“ oder auch auf der Kjölpiste ins Hochland mit Küsten im Norden und Süden („Faszination Island“), jeweils auch in Kombi mit Halbinsel Snæfellsnes möglich, über 2 Hochlandpisten + auf die Westmännerinsel Heimaey („Gegensätze“) oder als „Islands Höhepunkte“ mit Übernachtung bei den Kerlingarfjöll.**

#### Tipp:

Island individuell als MietwagenRundreise mit reservierten Quartieren, Routing, allen Infos war 2023 ein Buchungshit.

#### Gut zu wissen:

Bei Kneissl Touristik wird jeder Reisekilometer über das BOKU-Kompetenzzentrum für Klimaneutralität CO<sub>2</sub>-kompensiert, diese freiwillige Abgabe ist im Reisepreis bereits inkludiert. Mit den Erträgen werden u. a. Klimaprojekte im Süd-Sudan betrieben.



Scannen Sie den QR-Code und finden Sie „Ihre“ Island-Reise

Alle Infos unter [www.kneissltouristik.at](http://www.kneissltouristik.at)



Kneissl Touristik ist seit Juni 2016 Mitglied im Roundtable „Menschenrechte im Tourismus“. Infos unter: [www.menschenrechte-im-tourismus.net](http://www.menschenrechte-im-tourismus.net)

ERFRISCHEND  
RUHIG



# URFEN IM ATLANTIK: FREI UND EIN BISSCHEN VERRÜCKT

Wer surfen lernen will, findet an der französischen Atlantikküste die besten Bedingungen, das Wetter ist dabei nebensächlich. Für den Ritt auf der perfekten Welle nimmt man ohnehin einiges in Kauf. Die Kinder von Redakteurin Sandra Lobnig stürzten sich mit den Brettern in die Wellen.

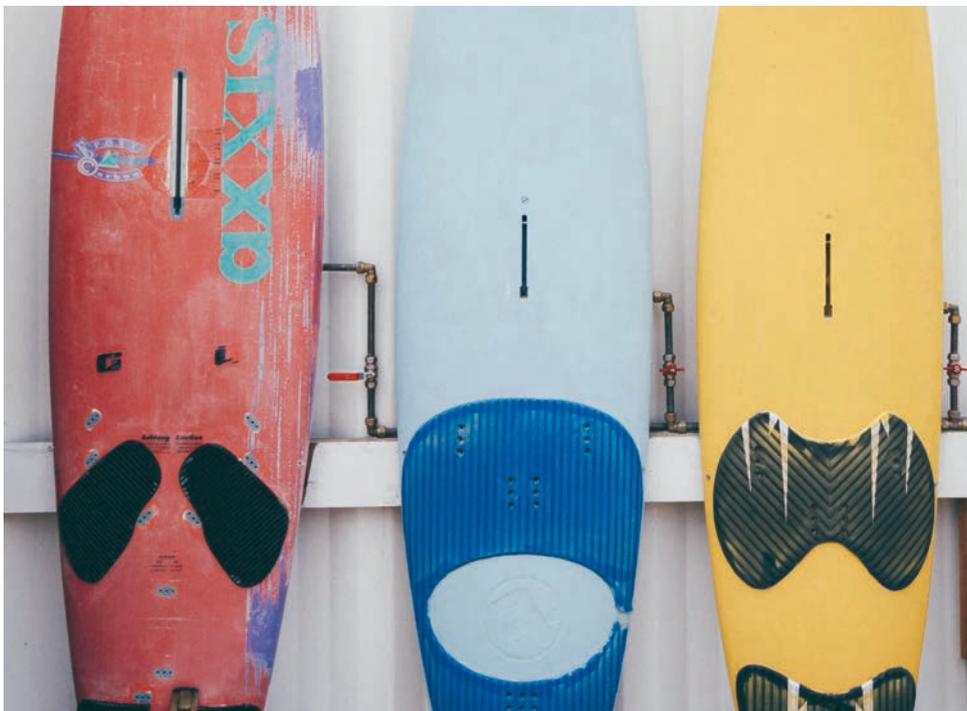
SANDRA LOBNIG



ATLANTIK-  
KÜSTE

**GESCHAFFT! NACH STUNDENLANGEM  
WETTSTREIT HAT SICH AM NACHMITTAG  
ENDLICH DIE SONNE DURCHGESETZT.**

Auch die letzten Wolkenfetzen sind  
verschwunden, der Himmel strahlt in  
sattem Blau, die Gischt in der Brandung  
leuchtet fast blütenweiß.



Bei jedem Wetter: "So tapfer wie meine Kinder bin ich nicht", schmunzelt Redakteurin Sandra Lobnig.

Handschuhe aus Neopren. Mir wird beim Gedanken an die Fluten des Atlantiks im Herbst und Winter trotzdem kalt. So tapfer wie meine Kinder, die die Tage davor unter der grauen Wolkendecke und bei Wind wieder und wieder mit ihren Boards aufs Meer hinaus paddelten, bin ich nicht.

#### GEZEITENABHÄNGIG

Dass das Wetter beim Surfen eine untergeordnete Rolle spielt, bestätigt mir auch Uli Scherb. Der gebürtige Deutsche betreibt seit Jahrzehnten eine Surfschule im französischen Küstenort Vieux Boucau, zwei knappe Autostunden von Bordeaux entfernt. Zusammen mit Austrian Surfing, dem Österreichischen Wellenreitverband, bildet er dort in der Nebensaison Surflehrer\*innen aus ganz Europa, auch aus

Für jedes Wetter gibt es die passenden Neoprenanzüge.

Österreich aus. „Regen, Kälte oder Wind sind kein Grund, nicht aufs Surfbrett zu steigen, es sei denn, es ist gefährlich, ins Wasser zu gehen“, sagt Scherb. Die Gezeiten hingegen haben aufs Surfen großen Einfluss. Ebbe oder Flut bestimmen den besten Zeitpunkt für den Ritt auf den Wellen und der kann im August auch um sieben Uhr morgens sein. Oder wie bei meinen Kindern an einem der Kurstage abends um halb acht. >

Im gleißenden Licht hat der weite Sandstrand die Farbe des Milchkaffees, der mir in Yoyos Bar direkt an der Sanddüne hinterm Strand serviert wird. Ich strecke mein Gesicht der Sonne entgegen. Die hat sich in den vergangenen Tagen in unserem Familienurlaub am französischen Atlantik nahe des Küstenstädtchens Bretignolles-sur-mer rar gemacht. Umso sonnenhungriger bin ich und all die Urlauber\*innen und Einheimischen, die in Scharen an mir in Richtung Plage des Dunes vorbei pilgern. Familien ziehen vollbepackte Bollerwagen, Jugendliche schleppen Strandtaschen, Surfer kommen mit unterm Arm eingeklemmten Brettern daher. Alle wollen ans Wasser. Die nahen Parkplätze sind voll, der Strand füllt sich, die Tische bei Yoyo sind alle besetzt. Frisch gebackene Crêpes, Churros, knusprig und fett, Burger und Pommes frites gehen laufend über die Theke. Die Schlange vor der Eisbar ist lang.

#### MIT BUNTEN BRETTERN ZUM STRAND

Ein paar Schritte weiter hat sich eine Menschentraube vor der Holzhütte der Atlantic Léopard Surf School gebildet.

Die Surfkurse für Anfänger\*innen starten in wenigen Minuten. Mitarbeiter Momo und seine junge Kollegin



Momo vor den Surfbrettern der Atlantic Léopard School

werfen prüfende Blicke auf jedes wartende Kind und holen passende Neoprenanzüge aus der Hütte. Fix schlüpfen auch meine beiden Kinder in ihre. Am dritten Tag ihres einwöchigen Anfängerkurses können sie das schon richtig gut, nur beim Reißverschluss am Rücken muss ich helfen. „On y va!“, ruft Alex, der junge Surflehrer in die Runde. „Take your boards and follow me!“ Acht schwarze Gestalten mit roten Leuchtschirts folgen ihm zum Strand, die kleineren unter ihnen gehen jeweils zu zweit hintereinander und tragen ihre Boards – rechts und links vom Körper – zusammen. So auch meine zwei. Ich schaue ihnen nach und sehe wie sie, die

Sonne im Gesicht, mit ihren bunten Brettern hinter den Dünen zum Strand hin verschwinden.

#### NEOPRENANZÜGE FÜR JEDE WETTERLAGE

Seit 35 Jahren bietet die Atlantic Léopard Surf School am Plage des Dunes im französischen Departement de la Vendée Surfkurse für Anfänger\*innen und Fortgeschrittene an. „Wir sind die älteste Schule in der Vendée“, erzählt mir Momo stolz. Der passionierte Surfer wirft sich seit Jahrzehnten täglich mit seinem Brett in den Atlantik, außer wenn die Temperaturen so richtig ungemütlich werden. „Mit dem Älterwerden gehe ich im Winter nicht mehr ins Wasser“, schränkt er ein, „das ist mir zu kalt.“ Wer richtig gute Wellen reiten möchte, sollte kaltes Wasser allerdings nicht scheuen. Die besten Wellen gibt es im Frühling, Herbst und Winter, im Sommer hingegen sind sie weniger stark. „Für jedes Wetter haben wir die passenden Anzüge“, sagt Momo und zeigt Neoprenanzüge in verschiedenen Ausführungen. Die für den Winter sind besonders dick, haben sehr feste Nähte und eine Kapuze. Dazu trägt man Schuhe und



Uli Scherb

### VIEL AUFWAND FÜR EIN PAAR AUGENBLICKE

Sich frühmorgens oder abends in den 19 Grad kalten Atlantik zu werfen: Das muss echte Leidenschaft sein. Wer einmal Feuer gefangen hat, stürzt sich immer wieder in die Fluten, sagt man mir. Was die Faszination des Surfens ausmacht? Es sei die Freiheit, die er in den Wellen spürt,

meint Momo von der Atlantic Lézard Surfing School. Auf dem Surfbrett fühle er sich mit dem Leben in Kontakt. Und für Uli Scherb? Es fällt ihm nicht so leicht, die Frage zu beantworten. Surfer, sagt er, seien im Grunde ziemlich verrückt. Anders könne man sich kaum erklären, dass sie enorm viel Aufwand für ein paar Sekunden Hochgefühl betreiben. „Das ist ähnlich wie beim Skitourengehen, wo der Aufstieg beschwerlich ist und die Abfahrt schnell vorbei.“ Auch eine Welle dauert maximal eine halbe Minute, meist sind es nur wenige Sekunden. Und doch, die Anreise zum Surf-Spot, die Anstrengung beim Rauspaddeln, Wind und Kälte werden für die großartigen Augenblicke auf dem Surfbrett in Kauf genommen.

### DIE LANGE REISE DER WELLEN

Uli Scherb sieht Surfen als Breitensport und damit offen für jeden, der Spaß daran hat. Beginnen könne man in jedem Alter, sein ältester Surfschüler

war 65. „Mit dem Alter wird es aber nicht einfacher. Und Kinder tun sich leichter. Wer leicht und gelenkig ist, hat ebenso einen Riesenvorteil.“ Mittlerweile sei das Equipment aber so weit entwickelt, dass selbst Anfänger\*innen schnell Fortschritte machen. Auch hier zieht Scherb eine Parallele zum Wintersport: „Früher dauerte es lange, bis man beim Skifahren lernte, Schwünge zu machen, durch die Ski mit Taillierung gelingt das heute sehr schnell.“ Die neuen Surfbretter haben mehr Volumen, sind breit und dick und damit leichter handzuhaben. Was die perfekte Welle ausmacht, sei im Übrigen höchst individuell, sagt Scherb. Eine Anfängerin verstehe darunter etwas ganz anderes als jemand, der beim Surfen schon sehr fortgeschritten ist. Ob Anfänger\*in oder nicht: Die Wellen, die Uli Scherb, Momo oder meine Kinder an der Atlantikküste reiten, haben einen langen Weg hinter sich. Sie entstehen in Tiefdruckgebieten im

Nordatlantik, reisen bis zu 2.500 Kilometer weit und werden an der Küste zu sogenannten Dünungswellen. Vor Ort braucht es also gar keinen Wind für gute Surfbedingungen.

### GEFAHREN ÜBERSCHAUBAR

Würde man mich fragen, können die Wellen in diesen Tagen gern klein bleiben, bis meine Kinder mit ihren Brettern sicher aus dem Meer kommen. Wildes Wasser und starke Strömungen flößen mir Respekt ein, auch wenn am Strand die Rettungsschwimmer patrouillieren. Uli Scherb beruhigt: Als gefährliche Sportart stuft er Surfen nicht ein. „Natürlich gibt es Gefahren. Wellen, die direkt

Die Wellen, die Uli Scherb, Momo oder meine Kinder an der Atlantikküste reiten, haben einen langen Weg hinter sich.

## INFOS UND ADRESSEN



### EBBE UND FLUT

Anders als am Mittelmeer ist der Gezeitenwechsel im Atlantik sehr stark. Bei Ebbe kann sich das Meer viele Kilometer weit zurückziehen, der Tidenhub, der Höhenunterschied von Ebbe und Flut, ist am Atlantik besonders groß. Um sicher zu baden, zu surfen oder am Strand zu liegen, sollte man sich über die Zeiten von Ebbe und Flut

informieren. Aktuelle Infos findet man zum Beispiel auf [maree.info](http://maree.info) bzw. gut sichtbar ausgeschrieben an den überwachten Stränden.

### NACHHALTIG SURFEN

Surfen an sich ist keine besonders umweltschädliche Sportart – solange man den eigenen Müll nicht am Strand liegen lässt. Was sich negativ aufs Klima auswirkt, ist die Anreise mit dem Flugzeug. Viele Surf-Spots in Frankreich kann man auch mit dem Auto erreichen – eine gute Kombination ist deshalb ein Nachtzug nach Paris (Sehenswertes siehe Seite 13), der TGV nach Bordeaux und von dort mit dem Mietauto ans Meer. In Deutschland gibt es auch spezielle Surf-Busse, die Urlauber\*innen an den Atlantik bringen.

### SICHERHEIT AM STRAND

An überwachten Stränden informieren gelbste Flaggen in verschiedenen Farben über die Gefahrenlage im Wasser.



### SURFADRESSEN

Atlantic Lézard Surf School:  
[lezardsurfschool.com](http://lezardsurfschool.com)

Atlantic Surf Lodge:  
[atlantic-surflodge.com](http://atlantic-surflodge.com)

aufs Ufer klatschen und einen auf den festen Sand werfen, können zum Beispiel schwere Verletzungen verursachen. Auch die Strömung ist in unseren Kursen ein großes Thema und wir erklären ausführlich, wie man reagiert, wenn man rausgezogen wird.“ Gefährlicher als viele andere Sportarten, Skifahren etwa, sei Surfen aber nicht – sofern man sich an die Grundregeln halte. In der Atlantic Lézard Surf School ist es Alex, der den Anfänger\*innen die wichtigsten vermittelt. Zum Beispiel dass man nie gegen die Strömung anschwimmen und anderen Surfern nicht den Weg abschneiden soll. Nach neunzig Minuten im Wasser kommen mir meine zwei am Strand entgegen. „War's gut?“, will ich wissen. Die Kinder streichen sich die tropfenden Haarsträhnen aus dem Gesicht, blinzeln in der Sonne und grinsen. Es scheint so, als hätten sie ihre perfekte Welle an diesem Nachmittag erwischt. Morgen geht's weiter. Und laut Wetterbericht wird es richtig heiß. So ein Glück. ←

# AUF AUGENHÖHE MIT ÖSTERREICHS HÖCHSTEN BERGEN

## AM HOHE TAUERN PANORAMA TRAIL

**HOHE  
TAUERN**  
DIE NATIONALPARK-REGION



### Ein Weitwander-Erlebnis der Extraklasse von den Krimmler Wasserfällen ins Tal der Almen.

In 17 Tagesetappen geht es 275 Kilometer und 14.000 Höhenmeter vom Startpunkt am Fuße der Krimmler Wasserfälle bis ins Tal der Almen nach Hüttschlag im Großarltal. Der Trail führt quer durch die Nationalparkregion Hohe Tauern und eröffnet atemberaubende Ausblicke auf die höchsten Berge Österreichs.

Diese Region zu Fuß, aus eigener Kraft und mit kleinem ökologischem Fußabdruck zu entdecken, ist ein ganz besonderes Natur- und Wandererlebnis. Bestens beschildert führt der „Hohe Tauern Panorama Trail“ vom

westlichsten Teil des Bundeslandes Salzburg auf der nördlichen Seite des Salzachtals bis nach Zell am See und von dort immer weiter ostwärts über Raurisertal und Gasteinertal bis ins Großarltal. Pro Tag sind die Wanderer zwischen drei und acht Gehstunden – ohne Seilversicherung und in 1.000 bis 2.400 Meter Seehöhe – unterwegs.

Übernachtet wird wechselweise im Tal oder auf den Bergen. Die Nutzung von Bergbahnen oder Shuttle-Diensten an den Etappenzielen sowie ein buchbarer Gepäcktransfer bieten höchsten Komfort. Sollten in den Nebensaisonen witterungsbedingt die Haupttrouten noch nicht begangen werden können, stehen Alternativrouten zur Verfügung.

**ANGEBOT  
GREEN SPIRIT**  
Klimafreundliches Wandern  
mit Bahnreise

**buchbar vom 10. Juli bis  
25. September 2024**

- 7 Übernachtungen
- 6 zusammenhängende ausgewählte Etappen am Hohe Tauern Panorama Trail
- Gepäckservice, Shuttletransfers
- Anreise- und Rücktransfer zum nächstgelegenen Bahnhof

**ab € 847  
pro Person im Doppelzimmer**

#### Informationen unter:

Ferienregion Nationalpark Hohe Tauern GmbH  
Gerlosstraße 18, 5730 Mittersill  
Tel. +43 (0) 6562 40939  
hohetauerntrail@nationalpark.at  
www.hohetauerntrail.at  
#hohetauerntrail-instagram.com/nationalpark\_at

Anzeige

## Schlafen mit Geschichte in den neuen SONNENTOR Stadt-Lofts

**Das SONNENTOR Erlebnis im  
Waldviertel erweitert sein  
Angebot um außergewöhnliche  
Übernachtungsmöglichkeiten.**

In der Stadt Zwettl, 15 Minuten vom Hauptstandort des Tee- und Gewürzspezialisten entfernt, heißen 5 Ferienwohnungen namens Stadt-Lofts seit Februar 2024 ihre ersten Gäste willkommen.

### Es war einmal...

ein Haus an der Zwettler Stadtmauer. Über die Jahrhunderte war es das Zuhause vieler Menschen und Geschichten. Nun wurde den alten Mauern neues Leben eingehaucht. 5 gemütliche Ferienwohnungen laden zu erlebnisreichem Übernachten mitten in der Stadt Zwettl ein. Mit einer Größe von 23 bis 79 m<sup>2</sup> bieten sie jeweils Platz für 1 bis 7 Personen.

Moderne, mit Liebe zum Detail gestaltete Räume und Bereiche sowie natürliche Materialien sorgen für Ruhe, Entspannung und Wohlfühlgefühl. Dorli Damals, Rusti-Karl, Sieglinde Schwarz, Rosa und Rudi Retro – so heißen die 5 Stadt-Lofts. So besonders wie ihre Namen ist auch die Einrichtung. Sie lassen ihre Gäste die Geschichte des Hauses und der Stadt hautnah erleben und mit Originalmöbeln, Fundstücken, Erzählungen von Zeitzeug:innen in die Vergangenheit eintauchen.

### Informationen & Buchung unter:

[www.sonnentor.com/stadt-loft](http://www.sonnentor.com/stadt-loft)

SONNENTOR Stadt-Lofts  
Landstraße 53  
A-3910 Zwettl  
stadt-loft@sonnentor.at

SONNENTOR®  
Stadt  
loft



ISEL-  
TRAIL

*Etappe 3*

DER ISELTRAIL

# WANDERN AM BLAUGRÜNEN GLETSCHER- FLUSS

*Etappe 2*

Am 24. September fahren wir mit dem Zug von Wien nach Lienz. Es ist der „Tag der Flüsse“ – das passt, starten wir am nächsten Tag doch eine Wanderung entlang der Isel, des längsten frei fließenden Gletscherflusses der Ostalpen.

SONJA BETTEL

*Etappe 1*

*Etappe 4*

*Etappe 5*



Mächtig wirkt die türkis strahlende Isel nahe Lienz.

### ETAPPE 1: VON DER STADT AN DEN SANDSTRAND

Nach dem Frühstück füllen wir unsere Wasserflaschen und kaufen Mittagsproviant für zwei Tage. Wir schultern unsere Rucksäcke und marschieren vom Bahnhof Lienz zur Mündung der Isel in die Drau. Wobei man es eigentlich umgekehrt sagen müsste, denn die türkisfarbene strahlende Isel wirkt weit mächtiger als die graue Drau.

Hier beginnt der rund 75 Kilometer lange Iseltrail, auf dem wir den wilden Gletscherfluss und seinen wechselnden Charakter sowie unseren eigenen Fluss des Bewegens und Verweilens erleben werden. Unser Leitstern ist ein kleiner gelber Pfeil mit dem Iseltrail-Logo, denn nicht immer kann man direkt am Fluss entlang wandern.

Ab dem Stadtrand sind wir meist in der Natur unterwegs, auch wenn wir den Straßenverkehr jenseits des Flusses leise brummen hören. Es gibt Buchten, Schotterbänke, Sandstrände, Tümpel und Auwälder, auf den Schotterinseln wächst die geschützte Deutsche Tamariske, die die Dynamik des Gletscherflusses zum Überleben braucht. Dort brütet im Frühjahr der Flussuferläufer, weshalb man die Inseln nicht betreten sollte. Im Farbenspiel von Sonne und Schatten auf dem Wasser erkennen wir das Iseltrail-Logo, das von Blau nach Grün verläuft. Die besondere Farbe entsteht durch die „Gletschermilch“, den Gletscherschliff, der im Wasser schwebt.

Dass der längste noch frei fließende Gletscherfluss der Alpen sich zwischen



Wilder wird es stromaufwärts: Wasserrauschen und rumpelndes Geröll prägen die zweite Etappe.

Lienz und Matri so ausbreiten darf, ist dem Wasserbauer Alfred Thenius zu verdanken: Als die Isel nach den verheerenden Hochwasserkatastrophen 1965 und 1966 reguliert wurde, plante er große Aufweitungen ein, an denen sich der Fluss bei Hochwasser ausbreiten und Steine, Sand und Schwemmholz ablagern kann. 2018 wurde die Isel – nach langem Drängen der EU und Naturschutzorganisationen – vom Land Tirol als Natura-2000-Schutzgebiet ausgewiesen.

Nach 16 Kilometern erreichen wir das Ziel der ersten Tagesetappe, die Gemeinde St. Johann im Walde. Leider gibt es hier keine Möglichkeit für eine einmalige Übernachtung. Wer noch bei Kräften ist, kann rund fünf Kilometer bis Huben weitergehen. Wir nehmen lieber den Bus, denn unsere Füße und Schultern müssen sich erst an den schweren Rucksack gewöhnen und wir lechzen nach Kaffee.

### ETAPPE 2: ES WIRD WILD

Am zweiten Tag geht es weiter Richtung Matri. Unter strahlend blauem Himmel folgen wir dem linken Ufer und beobachten, wie sich der Fluss mit

jedem Kilometer verändert. Er wird schmaler, steiler und wilder, die großen Steine im Flussbett lassen das türkisfarbene Wasser weiß aufschäumen.

Im Auwald entdecken wir eine lange Betonmauer, die weit ins Land hineinragt – Bühnen, die das Ufer vor Zerstörung schützen. Von einer Aussichtsplattform sehen wir die Katarakte von Feld, die erste größere Gefällestufe, die sich mit lautem Wasserrauschen und rumpelndem Geröll bemerkbar macht. Nun müssen wir ein Stück steil bergauf gehen und oberhalb der Isel weiterwandern. Noch vor zwei Jahren stand hier Wald, der jedoch dem Borkenkäfer zum Opfer gefallen ist. Beim Abstieg wird es wieder schattiger. An schönen alten Bauernhäusern und einer Weide mit neugierigen Ziegen vorbei gelangen wir nach Matri, wo wir übernachten werden.

### ETAPPE 3: SCHLUCHTEN UND WÄLDER

Ausgeruht und mit Tagesproviant versorgt starten wir in die dritte Tagesetappe: von der Straße Richtung Virgental beim Trafohaus links, ein Stück an der Isel entlang, bei den vier hölzer-



Auf der dritten Etappe, zwischen Matrei und Hinterbichl, fließt die Isel teils weit unterhalb des Wanderweges.

nen Bildstöcken rechts hinauf durch den Weiler Ganz. Wir gehen durch Bauerndörfer und Wälder, über Wiesen und Bächlein, passieren einen Fischteich, treffen auf Schafe und Kühe. Die Isel fließt teils weit unterhalb des Wanderweges, zwischen den Ortschaften Bobojach und Welzelach sogar durch eine tiefe Klamm. Damit man einen Blick in diese un-

zugängliche Wildnis werfen kann, wurde kürzlich eine Hängebrücke über die Schlucht gebaut.

Kurz vor Prägraten bewundern wir auf einer großen Schotterfläche die Vielfalt der Steine, die die Isel aus dem Gebirge mitgebracht hat. Am Ufer erzählt eine große, etwas ausgebleichte Tafel, dass die Isel 1998 zum „Flussheiligtum“ ernannt wurde. Trotzdem wurden zehn Jahre später Pläne gewälzt, einen großen Teil des Wassers zu einem Kraftwerk am Talausgang abzuleiten. Nur der zähe Widerstand der Bevölkerung und die Ausweisung der Isel als Natura-2000-Gebiet stoppten das Projekt. Wir gehen hinauf nach Prägraten und fahren mit dem Bus zu unserer Unterkunft in Hinterbichl.

#### ETAPPE 4: TOSENDES WASSER UND EIS

Bis Hinterbichl ist der Iseltrail auch für Menschen geeignet, die keine alpinen Wanderungen gewöhnt sind. Die letzten beiden Etappen erfordern jedoch stabile Wanderschuhe, warme Kleidung und einen Hüttenschlafsack. Zunächst geht es steil hinauf Richtung Gletscher, vorbei am Wasserschaupfad Umbalfälle. Von Aussichtstegen blicken wir in das tosende Wasser und die tiefen Schluchten – man kann sich gar nicht vorstellen, dass hier Insekten wie die Gletscherbachzuckmücke oder Vögel wie die Wasseramsel leben können. >

## WO'S BLÜHT UND SUMMT

SEEFELDS SOMMER - BIODIVERS UND FARBENFROH

# Seefeld

TIROLS HOCHPLATEAU



Hotel Lärchenhof Natur in Mösern

**Die Natur auf Tirols Hochplateau erwacht zwar etwas später aus ihrem Winterschlaf, dafür aber in voller Farbenpracht. Ab Mai laden kunterbunte, blühende Frühlingswiesen und das fröhliche Summen der Bienen zum Wandern oder gemütlichen Verweilen in Österreichs Vorreiterregion in Sachen Umweltschutz ein.**

Seit vielen Jahren wird aktiv auf Naturschutz und die Erhaltung der Artenvielfalt gesetzt. Gemäht wird daher so selten wie möglich, oft nur einmal. Der Lohn dafür sind prächtige Bergwiesen, viele seltene Arten und ein Bergsommer im Einklang

mit der Natur. Auf 650 Kilometer Wanderwegen und 570 Kilometer Bikerouten kann man all das umweltschonend entdecken. Wer tiefer eintauchen will, dem seien die geführten Wanderungen empfohlen. Ab 20. Mai werden diese zu den unterschiedlichsten Themen angeboten: Die Wanderung „Leutascher Wiesenpracht“ entführt dabei in den Biodiversitäts-Hotspot Leutascher Talwiesen. 2023 wurden hier beim Tag der Artenvielfalt mehrere für ausgestorben gehaltene Arten wiederentdeckt. Und auch die sehr seltenen wilden Orchideen zeigen auf 1.200 Metern ihre filigrane Schönheit.

Viele Blüten bedeuten viele Bienen, die auf Tirols Hochplateau besonders geschützt werden. Ein aktiver Imkerverein, ein interaktiver Bienenlehrpfad und Ferdinand Schot, hauptberuflicher Imkermeister, tragen ihren Wert nicht zuletzt durch köstliche Bienenprodukte weit über die Region hinaus. Drei Bienenvölker leben übrigens bei einem unserer Plateaupioniere: dem 4-Sterne Hotel Lärchenhof Natur in Mösern, das Ferdinands Tante Kathrin Holzer betreibt. Auf der hauseigenen naturbelassenen Blumenwiese finden die Bienen ein perfektes Zuhause und wir Menschen ein farbenprächtiges, unverfälschtes Stück Bergsommer.



Leutascher Talwiesen

Nach den Wasserfällen gehen wir über der Baumgrenze auf einem schmalen Pfad an Alpenblumen und Ribiseln vorbei zur Clarahütte des Deutschen Alpenvereins, die sich in den Hang hineinduckt. Die Hüttenwirtin Karin serviert uns Kaffee und Kuchen und gibt uns Tipps für den weiteren Weg: Bis zur Quelle der Isel, dem Umbalkees, geht man mittlerweile zirka zwei Stunden, sagt sie, denn der Gletscher hat sich aufgrund der Klimaerwärmung stark zurückgezogen. Den Weg von Hinterbichl bis zur Quelle der Isel und zurück schaffen nur sehr trainierte Bergsteiger, deshalb wird eine Übernachtung auf der Clarahütte empfohlen. Je nach Tageslänge, Kondition und Wetter kann man noch am Nachmittag zum Umbalkees und zur Hütte retour gehen oder man startet am nächsten Morgen und steigt anschließend nach Hinterbichl ab. Auf dem Weg Richtung Gletscher, auf mehr als 2.000 Metern Seehöhe, wird die Isel ein junges wildes Springinkerl, das weiß schäumend und lärmend über die Steine springt. Vor dem Gletscher hat sich ein flacher See gebildet. Dahinter hilft ein Drahtseil, die vom Gletscher glatt geschliffenen Felsplatten zu überwinden, um zum gar nicht ewigen Eis zu gelangen: Es ist Ende September, die Sonne sorgt für laue 25 Grad und man kann förmlich zuschauen, wie es davonfließt. Am Ziel steht eine Pyramide aus Stahl und



Die Stahlpyramide auf mehr als 2.000 Metern Seehöhe ist der krönende Abschluss der vierten Etappe.

Steinen für ein „Gipfel-Foto“. Jetzt sollte man daran denken, wie lang der Weg zurück zur Clarahütte ist, damit man rechtzeitig vor Einbruch der Dunkelheit dort ist.

#### ETAPPE 5: STOLZ UND STEIL BERGAB

Nach einer ruhigen Nacht unter einem überwältigenden Sternenhimmel und einem reichhaltigen Frühstück wird es Zeit, den Heimweg anzutreten. Zuerst flott ausschreitend über Wiesen und an Wasserfällen vorbei bis Hinterbichl, dann bringt uns der Bus zurück nach Lienz. Isel, wir kommen wieder! ←

## Natürlich Hell. Camping und Aparthotel



### nachhaltig schön, Natürlich gut

Mehrfach zertifizierter Eco-Campingplatz sowie exklusives Aparthotel. Ganz gleich, für welche Art des Wohnens Sie sich bei uns entscheiden, es gibt kein Entweder-oder, nur ein Sowohl-als-auch.

Natürlich Hell. Camping und  
Aparthotel Zillertal  
A-6263 Fügen, Gageringerstr. 1  
T: +43 5388 62203  
servus@hell-tirol.at  
www.hell-tirol.at



### ♥ INFOS ZUM ISELTRAIL

Bei den Tourismusbüros in Lienz, Virgen und Prägraten kann man das Iseltrail-Paket mit T-Shirt, Wasserflasche und Stempelpass kaufen und einen Folder mit einer kurzen Beschreibung der Etappen mitnehmen. Dank der guten Anbindung an den öffentlichen Verkehr kann man eine Unterkunft für alle Tage buchen und täglich mit dem Bus zum Start der Tagesetappe fahren.

Man kann aber auch jeden Tag woanders übernachten. Wenn man müde ist oder keine Lust mehr hat, bringt einen der Bus ebenso einfach nach Hause – man sollte nur rechtzeitig schauen, wo die nächste Brücke zur Straße ist, denn es gibt nicht viele.

[www.osttirol.com/entdecken-und-erleben/sommer/wandern/weitwanderwege/iseltrail/](http://www.osttirol.com/entdecken-und-erleben/sommer/wandern/weitwanderwege/iseltrail/)

### ♥ TIPPS FÜRS PACKEN

„So viel wie nötig, so wenig wie möglich“, ist die Regel für den Mehrtagesrucksack. Jedes Gramm, das man nicht tragen muss, erleichtert die Wanderung – mehr als 10 bis 15 Kilo dürfen es je nach Körpergröße und Kraft nicht werden. Nicht fehlen dürfen Shirt und Socken zum Wechseln, warme Kleidung samt Haube und Handschuhe für die höheren Lagen, Regenschutz, eine Powerbank fürs Handy, Erste-Hilfe-Set und Bargeld (es gibt nicht überall Bankomaten).

Reist man zu den Etappen per Bus an, reicht ein Tagesrucksack – dieser sollte allerdings genug Platz für das bieten, was man zum Übernachten auf der Clarahütte benötigt.

# UMWELTZEICHEN FÜR SAALFELDEN LEOGANG

Die Region Saalfelden Leogang wurde für ihr Engagement für einen sanften und umweltfreundlichen Tourismus mit dem Österreichischen Umweltzeichen für Destinationen ausgezeichnet.



Marco Pointner (Geschäftsführer der Saalfelden Leogang Touristik) und Thomas Wurzing (Nachhaltigkeitsmanagement Saalfelden Leogang Touristik) mit der Auszeichnung „Umweltzeichen für Destinationen“.

## ERSTE UMWELTZEICHEN-DESTINATION IM PINZGAU

„Der Kriterienkatalog ist sehr herausfordernd und tiefgreifend“, berichtet Thomas Wurzing, der für das Nachhaltigkeitsmanagement in der Saalfelden Leogang Touristik GmbH verantwortlich ist. „Für die Vergabe des unabhängigen Gütesiegels werden unter anderem Maßnahmen im Bereich Nachhaltigkeit, Entsorgungsmanagement, Mobilität und Ressourcenmanagement bewertet. Außerdem sind die Kriterien an den internationalen Standards des GSTC (Global Sustainable Tourism Council) angelehnt.“

## HOHE DICHTEN AN BETRIEBEN MIT DEM UMWELTZEICHEN

Nur wenige Regionen Österreichs können ihren Gästen eine vergleichbare Dichte an Umweltzeichen-zertifizierten Unternehmen in unterschiedlichen Preisklassen bieten. Ein Viertel der Nächtigungen in der gesamten Destination wurde 2022 in Betrieben mit Umweltzeichen gezählt. Ergänzt wird die Auswahl mit Angeboten von Urlaub am Bauernhof.

## NACHHALTIGES ENGAGEMENT

Green Events, also möglichst umweltschonend ausgerichtete Veranstaltungen, saubere Energie und nachhaltige Wertschöpfungsketten und Klimawanderungen gehören in Saalfelden Leogang zum Selbstverständnis. Der Tourismusverband selbst ist Klimabündnis Betrieb. Als solcher bekennt er sich zum nachhaltigen Handeln, zum verant-

wortungsvollen Umgang mit Ressourcen und zur sozialen Verantwortung. Auch die beiden Gemeinden engagieren sich in zahlreichen nachhaltigen Projekten.

Die Leoganger Bergbahnen setzen als erstes Seilbahnunternehmen Österreichs für die gesamte Fahrzeugflotte Kraftstoff aus nachwachsenden Rohstoffen ein. Mit der Abwärme der Liftmotoren werden die Räume der Bergbahnen, die Werkstätte und das Bergrestaurant „Stöcklalm“ beheizt. Zudem kommt der gesamte Strom aus regionalen Quellen.

## KLIMAFREUNDLICH MOBIL

Für die Anreise mit der Bahn gibt es schnelle und regelmäßige Verbindungen von Salzburg, Innsbruck oder München. Auch die öffentliche Fahrt zu Ausflugszielen oder Haltestellen, an denen die Wanderwege starten, ist völlig problemlos. Gäste können sich im Ort E-Bikes und Elektroautos ausleihen oder mit der Saalfelden Leogang Card alle öffentlichen Verkehrsmittel im Pinzgau kostenlos nutzen. Die Region bietet zudem auch barrierefreie Urlaubsangebote für Gäste mit eingeschränkter Mobilität.

## „BEST IN TRAVEL“

Der renommierte Verlag Lonely Planet wählte Saalfelden Leogang kürzlich unter die zehn besten Reiserregionen der Welt. „Für uns ist das eine tolle Auszeichnung und vor allem eine super internationale Werbung“, freut sich Marco Pointner, der Geschäftsführer der Saalfelden Leogang Touristik GmbH.

**„In unseren Bestrebungen zum Thema Nachhaltigkeit ist die Zertifizierung ein Meilenstein und gleichzeitig eine Richtschnur für die nächsten Jahre. Wir möchten ohne erhobenen Zeigefinger ein Beispiel für andere Regionen sein. Eine nachhaltig orientierte Destination ist möglich und für einen attraktiven Lebensraum für uns alle erstrebenswert.“**

Thomas Wurzing, Nachhaltigkeitsmanagement in der Saalfelden Leogang Touristik GmbH

## WALDBADEN AM ASITZ



Ab Sommer wartet auf die Gäste ein besonderes Erlebnis. Ein ca. 6 km langer Wanderweg mit 14 Stationen lädt zum Verweilen, Meditieren und Entspannen ein. Aussichtspunkte, Ruhestationen, eine Naturschaukel, ein Yogaplatz und ein Baumkronbett verhelfen zu neuer Energie. Ständiger Begleiter ist der überwältigende Ausblick auf die Leoganger Steinberge.

Entgeltliche Einschaltung Fotos: saalfelden-leogang.com/Michael Geißler (4)

BOSNIEN



# DAS VERGESSENE LAND

**Entspannte Menschen,  
geschichtsträchtige Orte und  
grün-türkise Farbenpracht:  
Bosnien-Herzegowina bietet  
unerwartete Freuden  
für das Urlauben abseits des  
Massentourismus.**

SUSANNE WOLF

„The train to Mostar?“ Ich befinde mich am Bahnhof von Sarajevo, wo es keine Anzeigentafeln und keinen Hinweis darauf gibt, zu welchem Bahnsteig ich muss. Laufe Stiegen hinauf, sehe einen Zug am Gleis nebenan stehen, laufe wieder hinunter. Die Frau, der ich die Frage gestellt habe, antwortet: „You don't have to hurry, it's still three minutes.“ Seelenruhig geht sie vor mir die Stufen hinauf und spricht mit dem Schaffner, weil ich keine Zeit mehr hatte, ein Ticket zu kaufen. Er setzt eine strenge Miene auf, drei Bosnische Mark müsse ich extra zahlen. Wir fahren los und die Landschaft außerhalb Sarajevos versinkt im Nebel. Bald kämpft sich jedoch die Sonne durch und wir werden von grünen Hügeln begleitet, unterbrochen von Tunnels. In einem davon ein lautes, metallisches Krachen. Wir kommen kurz nach dem Tunnel zu stehen – und dann geschieht lange nichts. Endlich taucht ein Zugbegleiter auf und erklärt, was passiert ist, ein älterer Bosnier übersetzt für mich: Ein Stein hat sich aus der Tunneldecke gelöst, ist auf die Lokomotive gestürzt und hat die Elektronik beschädigt. Eine neue Lokomotive wurde angefordert, aber es kann eine Stunde dauern, bis sie da ist. Diese Stunde vergeht, dann noch eine. Ich unterhalte mich mit dem Bosnier, einem Universitätsprofessor, und er erzählt mir, dass er kurz vor dem Krieg mit seiner Familie in die USA ging und nach 20 Jahren zurückkehrte. Auf die Frage, warum er nicht dort geblieben sei, lautet seine Antwort: „Weil es sich hier gut leben lässt.“ Die Fahrgäste bleiben ruhig, ich höre viel Gelächter. In der Kaffeebar haben sich einige Leute

versammelt und unterhalten sich angeregt. Nur manche schauen nervös auf ihr Handy, doch niemand scheint sich zu beschweren. Schließlich geht die Fahrt weiter und wir erreichen Mostar nach weiteren Unterbrechungen mit drei Stunden Verspätung.

## BRÜCKENSPRINGER

Bosnien-Herzegowina ist ein Land, das von Massentourismus bisher verschont geblieben ist. Und doch hat es viel zu bieten: neben entspannten

Menschen auch vielfältige Landschaften und malerische Städte. Und einen 24 Kilometer langen Küstenabschnitt entlang der Adria. Zug- oder Buspannen sind hier nichts Ungewöhnliches und wenn man sich als Reisende\*r darauf einlässt, kann man es als sympathischen Aspekt dieses – aus westeuropäischer Perspektive – so unperfekten Landes betrachten.

In Mostar werde ich Zeugin eines waschechten Touristenspektakels: „Wieviel zahlt ihr, wenn einer von uns da runterspringt?“ Der junge Mann mit dem pockennarbigem Gesicht streift rastlos durch die Menschenmenge, die sich auf der Brücke, der 21 Meter hohen Stari Most, versammelt hat. Er spricht die Menschen auf deutsch, englisch, italienisch an. Ein zweiter hat sich bereits seiner Kleider entledigt und hantelt sich in Badehose außen am Brückengeländer entlang. Die Spannung steigt, aber der Kassier ist noch nicht zufrieden mit seiner Ausbeute. Noch ein paar Münzen klingeln in den Sammelkorb, bevor sich der Junge vom Geländer abstößt und kerzengerade ins Wasser springt. Zwei Minuten später entsteigt er unter Applaus der Neretva, deren türkis-grünes Wasser in der Sonne leuchtet. Es ist eine alte Tradition, dass sich junge Männer todesmutig von der legendären alten Brücke Mostars in den Fluss darunter stürzen. Die Stari Most, ein Meisterwerk der osmanischen Baukunst, wurde 1993 im Bosnien-Krieg zerstört und Jahre später rekonstruiert. Heute schwingt sie sich wieder in kühnem Bogen über die Neretva, die die Stadt in eine christliche und eine muslimische Hälfte teilt. >





Im Uhrzeigersinn: Ehemaliges Derwisch-Kloster in Buna, das Tjentiste Kriegsdenkmal, und eine von Kiefern gesäumte Bucht in Neum. Rechte Seite: Die Dinarischen Alpen entlang der Neretva.



#### KRIEGSFOLGEN

Bosnien-Herzegowina wird von muslimischen Bosniaken, orthodoxen Serben und katholischen Kroaten bewohnt, die seit dem Krieg nicht mehr zueinander finden – obwohl das Land mit seiner multikulturellen Bevölkerung einst als der toleranteste Teil Jugoslawiens galt. Die Folgen des Bosnienkrieges sind vielerorts zu sehen: Reste zerbombter Gebäude, Einschusslöcher in Hausfronten. In Sarajevo zeugen zahlreiche Mahnmale von den Schrecken des Krieges, wie das Museum im Tunnel, durch den die Stadt während der vierjährigen Belagerung mit Lebensmitteln und Medikamenten versorgt wurde. Und doch ist Sarajevo heute wieder eine lebendige, weltoffene Stadt. Zahlreiche Moscheen wie die berühmte Gazi-Husrev-Beg-Moschee erinnern daran, dass ein Großteil der Einwohner Sarajevos dem islamischen Glauben angehört. Aber auch Synagogen, serbisch-orthodoxe und katholische Kirchen prägen das Stadtzentrum. Sarajevos orientalisch anmutende Altstadt, die Baščaršija, zieht Besucher aus aller Welt magisch an. In

der Gasse der Kupferschmiede klopft und hämmert es, die Handwerksleute bieten ihre Kunstwerke auch gleich zum Verkauf an.

Was nachhaltig denkenden Menschen in Sarajevo allerdings auch auffällt: der achtlos weggeworfene Müll, die Flut an Plastiksackerln, der für Fußgänger\*innen oft gemeingefährliche Autoverkehr und zugeparkte Gehsteige.

Lieber sollte man es den Bosnier\*innen gleichtun, das Leben entspannt sehen und den Moment bei einer Tasse stark gebrühten Kaffees genießen.

Radfahrer\*innen sind kaum zu sehen. Sich darüber zu beschweren, führt in diesem Land allerdings zu nichts – lieber sollte man es den Bosnier\*innen gleichtun, das Leben entspannt sehen und den Moment bei einer Tasse stark gebrühten Kaffees (am besten aus einem Kupferkännchen) genießen.



### HERBER CHARME

Die Fahrt von Sarajevo ans Meer führt durch saftig-grünes Hügelland, vorbei an Ortschaften, die sich an die Berg-hänge klammern, entlang der türkis-grünen Neretva, die sich durch die bergige Landschaft schlängelt.

Anziehungspunkt für Urlauber ist der Küstenort Neum am nur 24 Kilometer breiten Küstenabschnitt Bosniens. Der Landesteil nahe der kroatischen Grenze wird hauptsächlich von Kroat\*innen bewohnt. Das bedeutet: keine Moscheen, sondern katholische Kirchen. Auch hier wird die Zerrissenheit des Landes spürbar: Gleich gegenüber der Strandpromenade mit den Touristenlokalen prangt auf dem Felsen der vorgelagerten Halbinsel eine riesige kroatische Flagge.

Neum versprüht einen herben Charme – Hotels, die aus den 70ern zu stammen scheinen, reihen sich an Touristenstände. Die von Kiefern gesäumte Bucht aber ist wunderschön und der Blick von der Hotelterrasse auf die im Meer versinkende Sonne ein Höhepunkt der Reise.

### NATURSCHAUSPIEL

Von Neum ist es nicht weit zu den Kravice-Wasserfällen, die sich in einem funkelnden Schauspiel über 26 Meter hinab in einen türkisfarbenen See ergießen. Ein paar Mutige tummeln sich in dem kühlen Wasser, andere erfrischen sich unter dem Sprühregen – ein wahrer Segen bei 35 Grad Lufttemperatur. Auf der Rückfahrt nach Sarajevo bietet sich noch ein Zwischenstopp an: Im kleinen Ort Buna drängt sich ein ehemaliges Derwisch-Kloster in eine hoch aufstrebende Steilwand. Es wurde Ende des 15. Jahrhunderts im sogenannten türkischen Barockstil erbaut und war für damalige Verhältnisse luxuriös ausgestattet. Heute befindet sich hier ein Museum, das zusammen mit der angrenzenden türkisen Buna-Quelle einen malerischen Anblick bietet. Über Kloster und Quelle erhebt sich 25 Meter hoch ein steiler Felsen, in dem sich die „Grüne Höhle“ befindet, die mit einem Boot befahren werden kann – eine weitere Perle dieses an Schönheiten reichen Landes. ←

## REISEN IN BOSNIEN

### ANREISE

Der Bus von Wien nach Sarajevo wird vor allem von gebürtigen Bosnier\*innen genutzt und bietet einen guten Einstieg in die Sprache und Mentalität des Landes.

### REISEN IM LAND

Bahnstrecken sind selten, neben dem Zug zwischen Sarajevo und Mostar gibt es eine Verbindung zwischen Doboj und Banja Luka sowie zwischen Banja Luka und Novi Grad. Das Busnetz ist dagegen im ganzen Land gut ausgebaut.

### UNTERKÜNFTE

**Sarajevo:** Hostel Franz Ferdinand, Hotel Old Town  
**Neum:** Villa Solaris  
**Mostar:** Teos Apartment

### GASTRONOMIE

Čevabdžinicas (Čevapi) und Buregdžinicas (Burek) sind sehr beliebt, z. B. die Čevabdžinica Zeljo in Sarajevo.

### AUSFLÜGE

Nahe Sarajevo gibt es die sogenannten „Pyramiden von Visoko“ zu besichtigen. Der bosnische Archäologe Semir Osmanagić begründete nach Ausgrabungen die Theorie, dass es sich dabei um Pyramiden aus der Epoche der Illyrer handelt.

FARB-  
WIRKUNG

# SCHNEEWEISS, HIMMELBLAU, SMARAGDGRÜN

Was erfrischend-  
kühle Farben  
mit uns machen

Blau und Grün sind die Farben des Himmels, des Wassers und der Pflanzen – die Farben der Natur, die wir als besonders angenehm empfinden. Sie

vermitteln uns Vertrautheit, Ruhe und Sicherheit. Blaugrün bis weiß empfinden wir als kühl and beruhigend, weil sie unseren Puls und unsere Atemfrequenz senken – eine Anpassung unseres Körpers, um im Winter, wenn diese Farben vorherrschen, weniger Energie zu verbrauchen.

Anzeige

**AUSSTELLUNG \* MW \* AUSSTELLUNG**

Haus der Geschichte | **NN** MUSEUM NIEDERÖSTERREICH

# ZIMMER FREI!

Urlaub auf dem Land

In Kooperation mit **NIEDERÖSTERREICH** Einfach erfrischend.

Sujet: arge köllner\* König, Shutterstockphoto Cornelia Pithart  
Bezahlte Anzeige

KULTUR NIEDERÖSTERREICH

## REISETIPPS #ERFRISCHEND



### ♥ DACHSTEIN

#### Eisblau-weiß-türkise Zaubervwelt

Das poröse Gestein und die kalte Luft lassen Sickerwasser in den bekannten Eishöhlen zu gigantischen Gebilden erstarren.

Gleichzeitig locken in der Region auch das Narzissenfest in Bad Aussee und zahlreiche Wasserwanderungen im „Tal der tausend Quellen“.

[www.lebensart-reisen.at/dachstein-eishoehlen](http://www.lebensart-reisen.at/dachstein-eishoehlen)

[www.lebensart-reisen.at/im-tal-der-tausend-quellen](http://www.lebensart-reisen.at/im-tal-der-tausend-quellen)

### ♥ MOSTVIERTEL

#### Auf Wolken schweben

In den letzten Aprilwochen warten mehr als 300.000 Obstbäume an der Moststraße mit einem Naturschauspiel auf – die weißen Blüten der Mostbäume hängen wie Schneeflocken in den Baumkronen.

Sehenswert!

[www.lebensart-reisen.at/das-mostviertel-die-milden-und-wilden-seiten](http://www.lebensart-reisen.at/das-mostviertel-die-milden-und-wilden-seiten)





# ABOS

**ABO  
LEBENSART**  
5x pro Jahr  
**32 €**  
GENUSSVOLL  
NACHHALTIG LEBEN

**ABO  
BUSINESSART**  
4x pro Jahr  
**28 €**  
WIRTSCHAFT  
MIT WEITBLICK

**ABO  
LEBENSART+  
BUSINESSART**  
**58 €**  
DAS BESTE AUS  
BEIDEN WELTEN

**ZUM ABO ERHALTEN  
SIE EIN GESCHENK  
IHRER WAHL**



**BIOBLO ÖKO-BAUSTEINE**  
40 Bausteine in 3 Farben.



**STYX KARTOFFEL  
HANDBALSAM**  
Mit Sheabutter und BIO Hanföl.

## HOLEN SIE SICH IHR LIEBLINGS-ABO!

UNSERE MAGAZINE ERHALTEN SIE GEDRUCKT, ALS E-PAPER (PDF) ODER IN BEIDEN VARIANTEN.



Mail: [abo@lebensart.at](mailto:abo@lebensart.at), T +43 2742 708 55  
oder auf: [www.lebensart-verlag.at/abo](http://www.lebensart-verlag.at/abo)

Alle Abonnements bis auf Widerruf.  
Keine Kündigungsfristen – ein kurzer Anruf genügt.

**ALLE ABOS SIND  
AUCH ALS  
GESCHENK-  
ABO  
VERFÜGBAR!**

### OFFENLEGUNG GEMÄSS § 25 MEDIENGESETZ:

**Medieninhaber:** LEBENSART VerlagsGmbH; FN 267138a; Sitz: 3100 St. Pölten, Wiener Straße 35. **Geschäftsführer:** Florian Leregger, Michaela R. Reisinger  
**Gegenstand des Unternehmens:** Der Verlag der Magazine LEBENSART und BUSINESSART sowie die Herausgabe und der Vertrieb von Druckwerken aller Art. **Gesellschafter:** Christian Brandstätter mit 42,5 %, Roswitha Reisinger mit 42,5 %, Franz Rybaczek mit 15 %.

### OFFENLEGUNG DER BLATTLINIE GEMÄSS § 25, ABS. 4 MEDIENGESETZ:

LEBENSART ist das österreichische Magazin für eine nachhaltige Lebenskultur und versteht sich als Beitrag zu einer zukunftsfähigen Gesellschaftsentwicklung. Nachhaltigkeit umfasst für uns vier Säulen: Ökologie – Soziales – Ökonomie – Kultur. LEBENSART bietet Menschen, die nachhaltig leben wollen, aktuelle und fundierte Information und praktische Handlungsmöglichkeiten. LEBENSART kooperiert mit Partnern, die sich für eine nachhaltige Gesellschaftsentwicklung engagieren. Grundlegende Richtung der LEBENSART sind ökologische, soziale, wirtschaftliche und gesellschaftliche Entwicklungen, die auf Nachhaltigkeit ausgerichtet sind. LEBENSART beschäftigt sich mit allen Bereichen, die dafür relevant sind, insbesondere mit den Themen Umwelt & Klima, Energie & Mobilität, Bauen & Wohnen, Landwirtschaft & Garten, Gesundheit & Ernährung, Reisen & Kultur, Wirtschaft & Arbeit, Soziales & Gesellschaft. LEBENSART ist parteipolitisch unabhängig.

### IMPRESSUM:

**Eigentümer & Verleger:** Lebensart VerlagsGmbH, Wiener Straße 35, 3100 St. Pölten, T: 02742/70855, Fax: DW 20, [redaktion@lebensart.at](mailto:redaktion@lebensart.at); **Herausgeberin und Chefredakteurin:** Michaela R. Reisinger; **Mitarbeit an dieser Ausgabe:** Sonja Bettel, Sandra Lobnig, Doris Neubauer, Sandra Obermair, Michael Robausch, Beate Steiner, Susanne Wolf; **Gestaltungskonzept/Produktion:** LIGA: graphic design; **Art Direction, Layout/Grafik:** Eveline Wiebach; **Fotoredaktion:** Michaela R. Reisinger; **Lektorat:** Barbara Weys; **Geschäftsführung:** Florian Leregger, Michaela R. Reisinger; **Aboservice:** Sylvia Resel; **Druck:** Walstead NP Druck Ges. m. b. H., Gutenbergstraße 12, 3100 St. Pölten. Namentlich gekennzeichnete Beiträge müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Das Lebensart-Redaktionsbüro bezieht seine Energie aus Ökostrom. **Der Lebensart Verlag wurde 2013 mit dem Nachhaltigkeitspreis TRIGOS ausgezeichnet.**

LEBENSART ist das Magazin für Nachhaltigkeit, informiert über zukunftsfähige Entwicklungen und stellt Lösungen dazu vor. Hohe Glaubwürdigkeit bei unseren LeserInnen ist unsere wichtigste Basis. Mit diesem Vertrauen gehen wir sorgsam um. Konsequenterweise lehnen wir Werbung für Produkte ab, die der Nachhaltigkeit widersprechen (Erdöl, Atomstrom, Gentechnik usw.). ISSN 1994-425X



Produziert nach den Richtlinien des Österreichischen Umweltzeichens, Walstead Let's Print Holding AG, UW 808

Ausgezeichnet von der Österreichischen UNESCO-Kommission.



**WIENER LINIEN**

Die Stadt gehört dir.

**Absolut unmöglich  
sind die Dinge nur,  
bis sie eine\*r macht.**

**Unser #TeamÖffiLiebe gibt jeden Tag alles,  
damit ganz Wien weiterkommt.**

WIENER LINIEN | WIEN ENERGIE | WIENER NETZE | WIENER LOKALBAHNEN | WIPARK | WIEN IT  
BESTATTUNG WIEN | FRIEDHÖFE WIEN | UPSTREAM MOBILITY | IMMOH | GWSG

WIENER STADTWERKE GRUPPE