

JETZT NEU

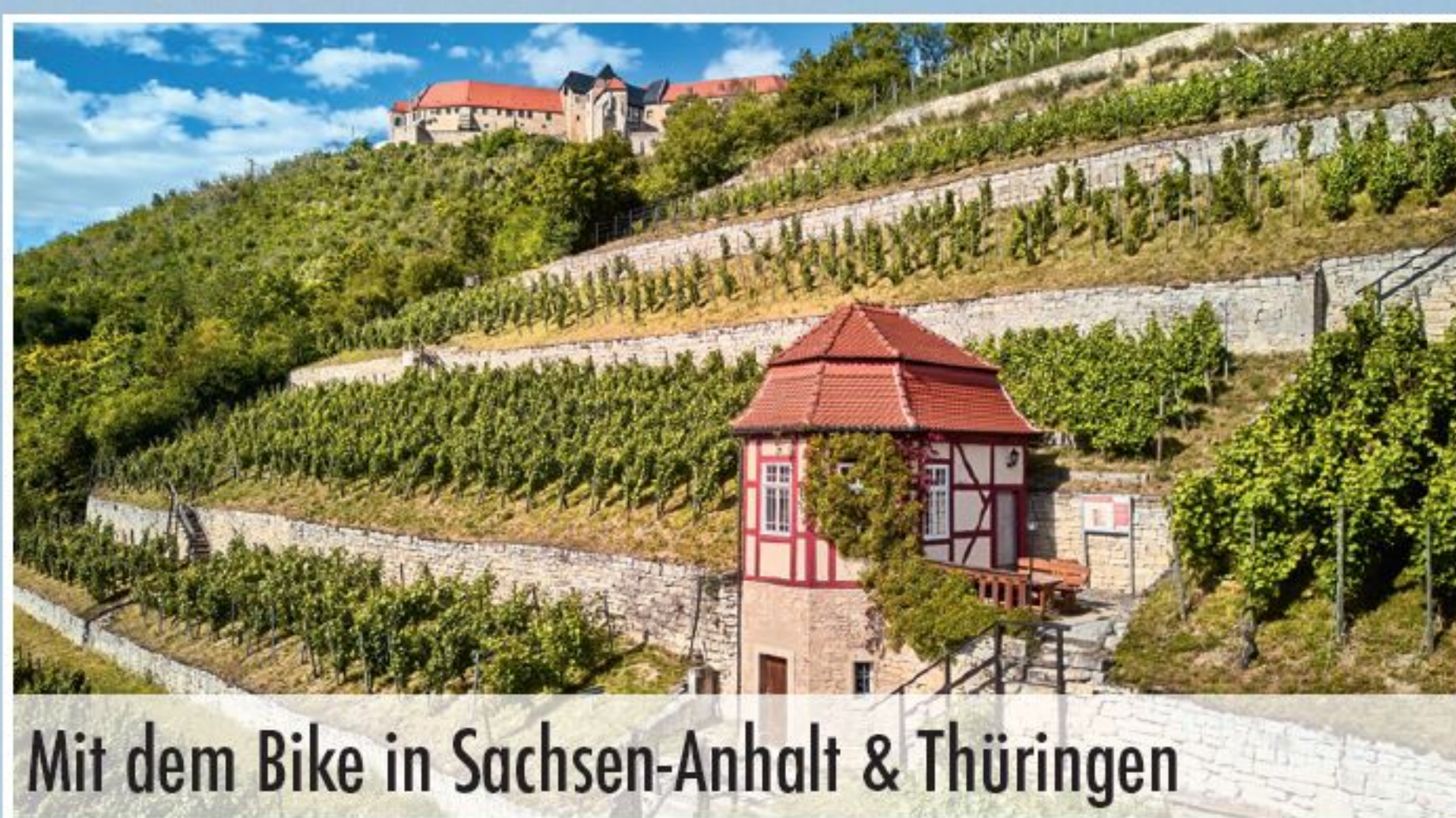
Deutschland 6,90 €
Österreich 7,60 € | Schweiz 12,30 CHF | Frankreich 8,60 € | BeNeLux 8,20 € | Italien 8,60 €

FAHRRADLAND 1-26

FAHRRADLAND



Das Altmühltal von seiner schönsten Seite



Mit dem Bike in Sachsen-Anhalt & Thüringen



Equipment: gut ausgerüstet für die Tour

45
IDEEN
FÜR IHR
RADABENTEUER

DEUTSCHLAND ENTDECKEN

ERLEBNISTOUREN AN KÜSTEN UND
FLUSSTÄLERN BIS ZU DEN ALPEN

GPS ALLE TOUREN MIT
GPS-TRACKS!

Zwischen Meer, Natur
und Geschichte

**MECKLENBURG-
VORPOMMERN**

PURER GENUSS

Bayern aktiv mit
dem Rad erleben

URBANER FLAIR

Städtetouren durch Hamburg,
Berlin, Köln und München

Rheinland-Pfalz & Saarland

WELTERBE TRIFFT WEINBERGE





14.30 Uhr – 25. März

■ In den Frühling rollen

Mehr als nur ein Ride

Lugano Region – Gravel, Genuss und mediterrane Erlebnisse im Tessin.

luganoregion.com/gravel



**IHRE
MEINUNG
ZÄHLT!**

Wir freuen uns über Leserpost
– zu allen Themen!

redaktion@
msv-medien.de

INNENTEIL GEDRUCKT AUF
100 % RECYCLINGPAPIER.



Hochschwarzwald Tourismus GmbH



AKTIV UNTERWEGS



Michael Schneider
Redakteur
Fahrradland

HALLO, LIEBE LESERINNEN UND LESER!

Es »kribbelt« in den Beinen – und man spürt eine Energie, die in den vergangenen Monaten vielleicht gefehlt hat. Doch spätestens nach den ersten Metern auf dem Rad wird klar, was da genau gefehlt hat: Denn das Rad-Virus ist zurück, und mit ihm all die Eindrücke, die über die kälteren Tage oft im Verborgenen lagen. Also nichts wie raus in die Natur und die Schönheit der Landschaften immer wieder neu entdecken. Gerade im Frühling und Frühsommer wird deutlich, welche Kraft in der Natur steckt. Mit jeder Woche, etwa bei Fahrten durch Wald und Wiesen, zeigt sich, wie diese Kraft in pure Schönheit übergeht. Ob farbenfrohe Obstblüten oder das kräftige Grün des Bärlauchs – begleitet vom intensiven Duft, der seinen Beginn ankündigt.

Für mich sind die Frühjahrsmonate die schönsten, um auf Erkundungstour zu gehen. Denn nicht nur die Natur erwacht in dieser Jahreszeit aufs Neue, auch wir Menschen durchleben eine Veränderung. Mit der neuen Energie kommt auch die Neugier auf Neues zurück, die sich am besten vom Fahrradsattel aus stillen lässt. Und genau für diese Neugier haben wir in dieser Ausgabe wieder passende Vorschläge – von kurzweiligen Touren bis hin zu mehrtägigen Erkundungsfahrten.

Thorsten Brönner verrät in dieser Ausgabe seine schönsten Touren quer durch Deutschland – von der Nordseeküste in Mecklenburg-Vorpommern über die Mittelgebirgslandschaften in Thüringen und Sachsen-Anhalt bis hin zu Klassikertouren in Bayern. »Zum Wohl« heißt es in Rheinland-Pfalz und im Saarland, die mit dem Rad viele kulturelle und landschaftliche Highlights bieten – und nicht nur in Sachen Weinkultur für echte Erlebnisse sorgen. Und auch unsere Großstädte haben für Radfahrende einiges zu bieten: Hamburg, Berlin, München und Köln zeigen, wie Cityflair auf grüne Stadtperlen trifft, umgeben von geschichtsträchtigen Orten. Viele Anregungen warten also auf Ihre nächste Radtour. Also: Auf geht's – rein ins Radabenteuer und viel Vergnügen on tour!

Sie haben Fragen oder Anregungen zu unserem Magazin? Dann schreiben Sie uns gerne eine E-Mail: redaktion@msv-medien.de

**BESUCHEN SIE UNS AUF
UNSERER HOMEPAGE**
wir-leben-outdoor.de/fahrrad

Schon gewusst?



ARAG SE

GEHWEG ODER STRASSE?

Gemäß der Straßenverkehrsordnung (StVO) dürfen Kinder bis zum vollendeten achten Lebensjahr nicht auf der Fahrbahn fahren. Sie müssen den rechten oder linken Gehweg benutzen und können dabei von einer Person begleitet werden, die mindestens 16 Jahre alt ist. Aber Vorsicht: Paragraph 2 Absatz 5 StVO spricht ganz gezielt von nur einer Begleitperson – nicht von beiden Eltern oder der ganzen Familie.



toa55/FreePik.com

PRIVATHAFTPFLICHT IST EIN MUSS!

Egal, ob Wochenendausflug oder Urlaubstour: Eine Privathaftpflichtversicherung sollte immer mit im Gepäck sein. Denn wer beim Radfahren einen Unfall verursacht und dabei andere Menschen verletzt oder fremdes Eigentum beschädigt, muss den Schaden aus eigener Tasche begleichen. Es sei denn, die Haftpflichtversicherung springt ein.
Infos: bundderversicherten.de

BEILAGE

In dieser Ausgabe finden Sie die Beilage von Velontour (Gesamtauflage). Wir bitten um freundliche Beachtung.



NEWSLETTER



**JETZT
ANMELDEN!**

Erhalten Sie exklusiv Neuigkeiten
zu unseren Zeitschriften!

📧 www.msv-medien.de/newsletter

66 | SACHSEN- ANHALT & THÜRINGEN

Radfahren im
»grünen Herzen
Deutschlands«.



84 | ALTMÜHLTAL

Auf den Spuren der Geschichte – inmit-
ten einer weiten Landschaft.



52 | OSNABRÜCKER LAND

Zwischen Natur und beeindruckender
Naturidylle.

36 | Deutschlands Großstädte mit dem Rad

Berlin, Hamburg, Köln und München

Alle Touren mit
GPS-TRACKS!





76 | BAYERN

Ein toller Mix aus Landschaften – perfekt für ausgiebige Touren.



18 | MECKLENBURG-VORPOMMERN

Backsteingotik in Wismar, Salzluft in Warnemünde, Kiefernduft auf der Insel Usedom.



Titelbild: Die Storchentour in Rheinland-Pfalz bietet viele Möglichkeiten, die heimische Natur zu erleben und dabei zahlreiche Weißstörche in ihrem natürlichen Lebensraum zu beobachten (Coverbild: CC-BY-SA Pfalz Touristik/Dominik Ketz; Einklinker: Naturpark Altmühltal; DZT/Jens Wegener; Quad Lock).

NEUHEITEN

- Aktuell** 10
Was gibt's Neues in der Radszene?
- Equipment** 92
Das muss mit auf die Tour!

RATGEBER

- Trekkingräder, E-SUVs und Gravelbikes** 46
Neun Bike-Modelle für Alltagseinsatz und Entdeckungsfahrten

TOURENTIPPS

- Radurlaub rund um Bern** 16
Schweizer Genussmomente
- Bikeregion Salzburger Lungau** 26
Highlighttours im UNESCO-Biosphärenpark

UNTERWEGS

- Im Bann der Hansestädte** 18
Mecklenburg-Vorpommern – ein Bundesland zum Durchatmen
- Die schönsten Radwege im Kurzporträt** 28
Viel Natur und Kultur für Genießer

- Deutschlands Großstädte mit dem Rad entdecken** 36
Berlin, Hamburg, Köln & München
- Unterwegs im Südwesten Deutschlands** 52
Radeln im Osnabrücker Land
- Burgenwelten erleben** 58
Rheinland-Pfalz & Saarland – zwischen Weinbergen und Mittelgebirgen
- Sachsen-Anhalt & Thüringen** 66
Zwei Bundesländer, zwei Charaktere
- Hügel, Hopfen & Heimat** 76
Bayern: die Highlights für Entdecker

- Naturpark Altmühltal** 84
Historische Städtchen inmitten idyllischer Landschaften

STANDARDS

- Impressionen** 6
Die Welt des Radwanderns in eindrucksvollen Bildern
- Vorschau** 98
Noch mehr Bike-Inhalte
- Impressum** 98



46 | 9 FAHRRÄDER FÜRS ABENTEUER

Trekkingräder, E-SUVs und Gravelbikes – wir stellen neun Modelle und ihre Besonderheiten vor.



Sich einfach mal treiben lassen

GENUSSMOMENTE

IN ÖSTERREICH UND IN DER SCHWEIZ

ZWISCHEN TÜRKISBLAUEM WASSER UND MAJESTÄTISCHEN BERGEN

Die Umrundung des Wolfgangsees zählt zu den klassischen Radtouren im Salzkammergut. Je nach Variante umfasst die Runde etwa 27 bis 30 Kilometer und gilt überwiegend als leicht bis mittelschwer. Die reine Seerunde mit Fährpassage am Falkenstein ist familienfreundlich und weist nur moderate Anstiege auf; alternative Varianten können mehr Höhenmeter enthalten.

wolfgangsee.salzkammergut.at



VON STADT ZU STADT

St. Gallen in der Ostschweiz verbindet hügeliges Voralpenland mit der Nähe zum Bodensee. Ein lohnender Tourentipp ist der Konzil Radweg von St. Gallen nach Kreuzlingen. Die rund 40 Kilometer lange Strecke mit etwa 360 Höhenmetern gilt als mittelschwer und führt durch abwechslungsreiche Kulturlandschaften und kleinere Ortschaften bis ans Seeufer. Unterwegs prägen weite Ausblicke und historische Orte das Bild.

st.gallen-bodensee.ch







Kitzbühler Alpen/Erwin Haiden

KITZBÜHLER ALPEN BIKETOUREN MIT ALPENPANORAMA

Mit drei neuen Angeboten erweitert der Kitzbühler Alpen Trail Bike vor allem sein genussorientiertes Profil. Neu sind die KAT Bike Sternradtour mit festem Standort und flexiblen Tagesrouten sowie die KAT Bike light-Varianten als sechs- oder siebentägige Mehrtagestouren. Im Fokus stehen entspannte Etappen ohne große Anstiege, überwiegend auf Radwegen und ruhigen Nebenstraßen durch die Täler der Region. Damit richten sich die Angebote besonders an Genussradelnde und Familien, die Landschaft und Orte in ruhigem Tempo erleben möchten. Zum Konzept gehören zudem ausgewählte Unterkünfte, Gepäcktransport und umfangreiches Infomaterial. Die Sternradtour setzt auf abwechslungsreiche Ausfahrten ohne Hotelwechsel, während die Light-Varianten klassisches Weitbiken in zugänglicher Form ermöglichen. Der KAT Bike setzt damit stärker auf komfortable und vielseitige Mehrtagestouren für unterschiedliche Ansprüche.

Infos: [📄 kitzbuehler-alpen.com](https://www.kitzbuehler-alpen.com)

*** DIE BELIEBTESTEN RADREGIONEN IN DEUTSCHLAND ***

PLATZ 1:

Die Nordseeküste Niedersachsens ist laut der ADFC-Radreiseanalyse 2025 eine der beliebtesten Radregionen Deutschlands und belegt Platz 1. Besonders bekannt ist der Nordseeküsten-Radweg, der auf über 600 Kilometern von den Niederlanden bis nach Dänemark führt und atemberaubende Ausblicke auf das Wattenmeer bietet.

Infos: [📄 reiseland-niedersachsen.de](https://www.reiseland-niedersachsen.de)

PLATZ 2:

Ostfriesland verbesserte sich um acht Plätze auf Rang 2. Die Region besticht durch ihre flache, weite Landschaft, die von Deichen, Kanälen und historischen Windmühlen geprägt ist. Besonders bekannt ist der Ostfriesland-Radweg, der auf rund 300 Kilometern durch Dörfer, grüne Marschlandschaften und entlang der Nordseeküste führt.

Infos: [📄 ostfriesland.travel/radurlaub](https://www.ostfriesland.travel/radurlaub)

PLATZ 3:

Der Bodensee und die Region Grafschaft Bentheim/Emsland/Osnabrücker Land teilen sich den dritten Platz. Besonders hervorgehoben werden bei diesen Regionen die Infrastruktur sowie die gut ausgebauten Radwege sowie die hervorragende Beschilderung. Zudem überzeugt die Mischung aus Naturerlebnis und kulturellen Highlights.

Infos: [📄 adfc.de](https://www.adfc.de)

ROUTEN FÜR STILLE GENIESSER

DIE SCHÖNSTEN FRÜHLINGSTOUREN

Mit den ersten warmen Tagen beginnt für viele Radreisende die neue Saison. Passend dazu stellt Eurobike ausgewählte Frühlingstouren vor, die Naturerlebnis und genussvolles Radfahren verbinden. Zur Auswahl stehen Reisen entlang von Rhein und Neckar, auf dem Etsch-Radweg von Innsbruck nach Bozen, durch Mittelitalien von Florenz nach Rom oder auf einer Rundfahrt über Mallorca. Die Touren reichen von klassischen Flussradwegen bis zu mediterranen Routen und richten sich an unterschiedliche Ansprüche und Fahrniveaus. Gemeinsam ist ihnen der Fokus auf landschaftlich reizvolle Strecken, kulturelle Eindrücke und einen stimmungsvollen Start in die Radsaison. Damit bieten sie abwechslungsreiche Möglichkeiten für einen aktiven Auftakt in den Frühling.

Infos: eurobike.at



TVB Stubai/Sebastian Marko Photography

STUBAI RADROUTE 19 NEUER GENUSSRADWEG

Die neue Stubai Radroute 19 verbindet auf rund 40 Kilometern alle fünf Orte des Stubaitals in Tirol und bietet eine ideale Möglichkeit, Natur und Freizeitangebote entspannt mit dem Fahrrad zu erleben. Mit nur fünf Prozent durchschnittlicher Steigung eignet sich die Route perfekt für Familien, Genussradler und E Bike-Fans. Entlang des Weges warten Spiel- und Rastplätze, Badegelegenheiten sowie kulinarische Stopps – darunter der Kids Park Klaus Äuele, der ab Sommer 2026 durch einen neuen Kids Bike Park ergänzt wird. Moderne Infrastruktur, Reparaturstationen und Anbindungen nach Innsbruck oder über den Brenner machen die Radroute 19 zu einem vielseitigen Erlebnis für Gäste und Einheimische.

Infos: stubai.at

VAN-GOGH-RADWEG DRENTHE WO DER KÜNSTLER SEINE IDEEN SAMMELTE

In der niederländischen Region Drenthe lässt sich auf dem »Van-Gogh-Radweg« die Landschaft erkunden, die Vincent van Gogh inspirierte. Drei flache Tagestouren à 50 Kilometer führen durch die Torflandschaft und sind auch für Familien geeignet. Auf Tafeln entlang der Strecke werden seine Inspirationsorte erklärt.

Infos: holland.com



holland.com/NBTC/marketingdrenthe.nl/pd-fx

ANZEIGE

RADREISEN

Genau meins!

www.radreisen.at



INN-SALZACH EIN RADURLAUB FÜR NATURVERLIEBTE UND GENUSSMENSCHEN

Die Region Inn-Salzach vereint bayerische Lebensart mit ursprünglicher Natur – und das auf 1.500 Radkilometern. Nur 40 Kilometer östlich von München erstreckt sich das Radrevier bis an die deutsch-österreichische Grenze und besticht dabei mit ausgedehnten Kulturlandschaften, idyllischen Flussauen und malerischen Wäldern. Sanfte Hügellandschaften und traditionsreiche Orte bilden den Rahmen für erlebnisreiche Touren auf dem bestens ausgeschilderten XXL-Radwegenetz. Die Tourenvielfalt reicht dabei von Familienradwegen über gemütliche E-Bike-Strecken bis hin zu thematischen Rundtouren und sportlicheren Abschnitten für ambitionierte Radler – hier wird jeder fündig. Auf dem imposanten Panoramaweg schweift der Blick über die bayerische Voralpenlandschaft, während Wasserverliebte auf den Innradweg Kilometer machen und Geschichtsliebhaber in Burghausen die weltlängste Burg anvisieren. Ob aussichtsreicher Scenic Ride, weitläufige Flusslandschaft, mittelalterliche Altstadt mit schattigem Biergärtchen oder stimmungsvolles Wallfahrtszentrum – im oberbayerischen Inn-Salzach rollen Genussradler ganz nach ihrem Geschmack.
Genuss-Region: inn-salzach.com
Weitere Infos: velontour.info

»Morgens nicht im Stau stehen und entspannt zur Arbeit kommen – das sind Vorteile des Dienstrads. Es entlastet den Berufsverkehr und reduziert Autos. Eine Studie des T3 Transportation Think Tanks zeigt zudem, dass ein Dienstrad die Fahrradnutzung deutlich erhöht.«

Bundesverband Zukunft Fahrrad e.V., zukunft-fahrrad.org

RADVERGNÜGEN RUND UM BIGGESEE UND LISTERSEE PERFEKTE INFRASTRUKTUR FÜR ALLE RADFANS

Das reizvolle Natur-Erlebnisgebiet Biggensee-Listersee mitten im Naturpark Sauerland Rothaargebirge bietet Radfahrern beste Bedingungen. Von entspannten Familientouren über anspruchsvolle Mountainbike-Trails bis hin zu zahlreichen Gravelpfaden – hier findet jeder das Passende. Besonders der Bigge-Lister-Radring beeindruckt: die 50 Kilometer lange Seenroute für gemütliches Radeln auf steigungsarmen Wegen entlang der Seeufer oder die 64 Kilometer lange Höhenroute mit dem E-Bike. Zudem führt der überregionale Ruhr-Sieg-Radweg durch das Sauerland – die ideale Verbindung von Naturgenuss und Stadterkundung.
Infos: biggensee-listersee.com



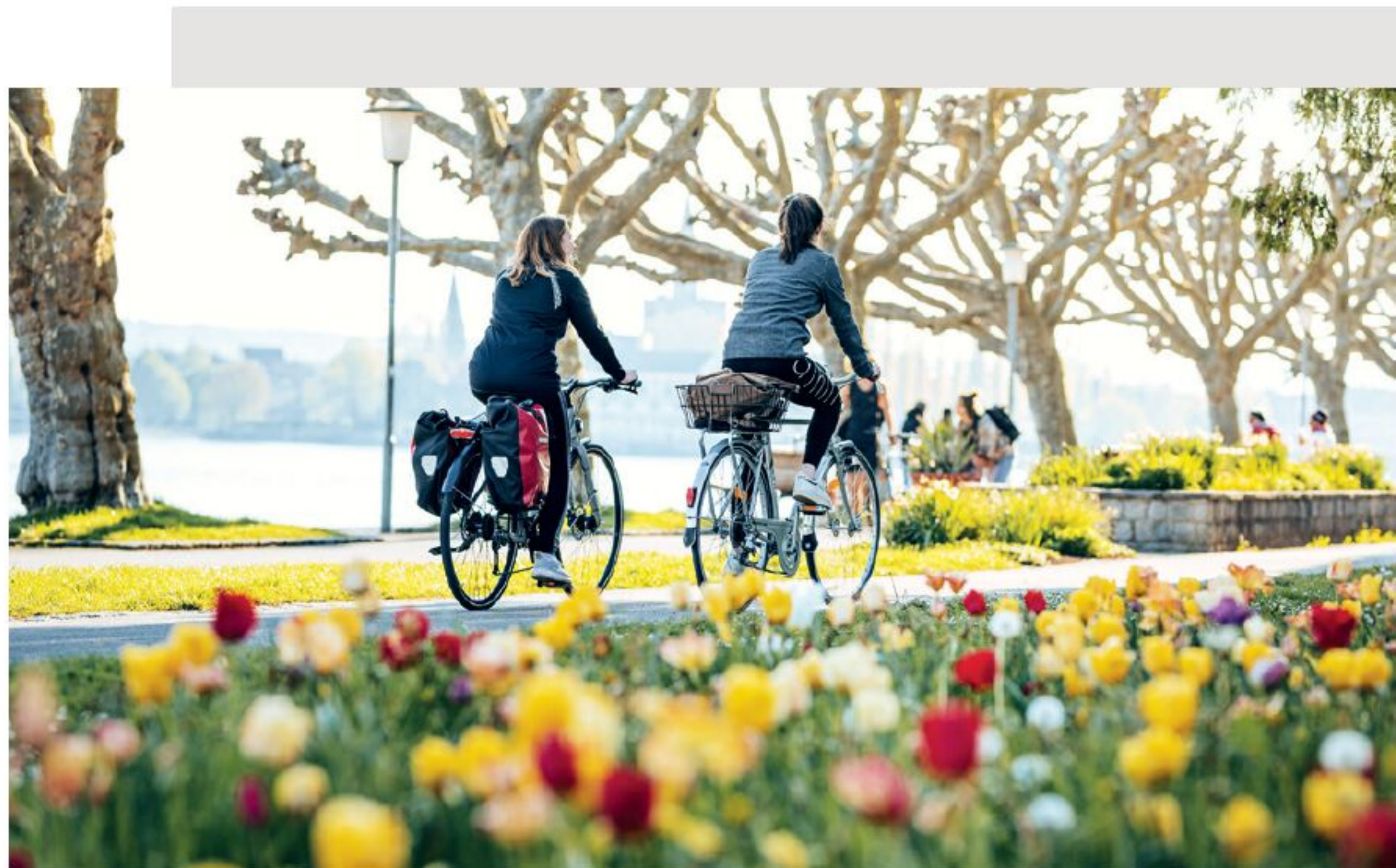
LIMONE SUL GARDA HOTSPOT AM NÖRDLICHEN GARDASEE

Limone sul Garda an der Westküste des Gardasees ist ein attraktiver Ausgangspunkt für Radreisende und Radsportler. Zwischen Seeufer und den Hängen des Naturparks Alto Garda Bresciano bietet die Region vielfältige Möglichkeiten für Rennrad-, Gravel- und Mountainbike-Touren. Radwege, historische Verbindungswege und Trails führen durch mediterrane und alpine Landschaften mit Ausblicken auf den See. Limone eignet sich sowohl für sportliche Tagestouren als auch als Etappenort für längere Radreisen. Damit verbindet der Ort landschaftliche Vielfalt, sportliche Möglichkeiten und eine günstige Lage für Touren rund um den Gardasee.

Infos: [visitlimonesulgarda.com](https://www.visitlimonesulgarda.com)



Consorzio Turistico Limonese



MTK/Leo Leister

RADFAHREN IN KONSTANZ KULTUR-RADTOUREN

Unter dem Motto »Der unbekannte Bodensee« verbinden die Kultur-Radtouren Radfahren mit spannenden Einblicken in die Region. Bis September führen geführte Touren durch die Vierländerregion Bodensee zu Natur- und Kulturstationen. Neu im Programm sind unter anderem Touren wie »Ein Kleinod im Thurgau«, »Mönche und Pilger«, »Ins geheimnisvolle Wasserburgtal«, »Konstanzer Hausberge« und »An der Aach entlang«.

Infos: [konstanz-info.com/radfahren](https://www.konstanz-info.com/radfahren)

WANDELWUNDER IM RUHRGEBIET

GRÜNES RADVERGNÜGEN, STATT GRAUER KOHLENPOTT

Wo einst Kohle und Stahl das Bild prägten, führen heute Radwege durch grüne Landschaften, entlang von Kanälen, Seen und ehemaligen Industrieanlagen. Auf stillgelegten Bahntrassen und umgenutzten Zechengeländen zeigt sich der Strukturwandel besonders eindrucksvoll. Die Rückenwind-Radreise »Essen Sternfahrt – Kreuz und quer durch den Pott« erschließt diese Entwicklung auf vier Tagestouren in alle Himmelsrichtungen. Ziele sind unter anderem der Nordsternpark mit der Het.

Infos: [rueckenwind.de](https://www.rueckenwind.de)



Saale-Unstrut-Tourismus e. V./Falko Matte

SAALE UNSTRUT AUF DEN SPUREN DES WEINS

Zu den Langstrecken-Klassikern zählt die Weinstraße Saale-Unstrut. Sie erstreckt sich über 60 Kilometer von Memleben entlang der Saale bis nach Bad Sulza. Radfahrer entdecken hier Weingüter und kleine Straußwirtschaften, Schlösser und Burgen sowie historische Ortskerne. Kloster Pforta, das Denkmal Fürst-Heinrich-Stein und der Max-Klinger-Weinberg laden hier zu Abstechern ein. **Infos:** [saale-unstrut-tourismus.de](https://www.saale-unstrut-tourismus.de)

BIKEN IM VALLE MAIRA STILLE DÖRFER UND TRAILS OHNE ENDE

Das Valle Maira im äußersten Westen Italiens, unweit von Cuneo, gilt heute noch als vergleichsweise ruhige Alternative zu stark frequentierten Alpenregionen. Das rund 60 Kilometer lange Tal war lange von Abwanderung geprägt und blieb dadurch touristisch wenig erschlossen. Diese Abgeschlossenheit hat dazu beigetragen, dass das Tal heute besonders für Outdoor-Sportarten interessant ist. Bike-Begeisterte finden ein dichtes Netz aus historischen Wegen und ehemaligen Verbindungsrouten vor. Insgesamt sind über 38 offiziell ausgewiesene Touren ausgeschildert. Zu den Bike-Highlights zählen beispielsweise die familienfreundliche Entdeckungstour »Der Pakt mit dem Teufel« (15,6 km) rund um Dronero mit Rätsel- und Detektivcharakter, oder die anspruchsvolle Route »Alta Maira Bikes« (57,1 km) durch das Herz des Tals.
Infos: vallemaira.org

Daniela Molineris



OSTFRIESLAND WEITE, WIND UND WOLKEN

Weite Horizonte, frische Nordseeluft und eine sanfte Brise machen Ostfriesland zu einem attraktiven Ziel für entspannte Radtouren. Charmante Backsteindörfer, malerische Sielhäfen, historische Mühlen und Schlösser sowie Kanäle und Parkanlagen prägen die Landschaft. Der Ostfriesland-Radkatalog bietet Inspiration und wichtige Informationen zur Reiseplanung. Vorgestellt werden das über 3.500 Kilometer lange Radwegenetz, Mehrtagestouren von Hotel zu Hotel mit Gepäcktransfer, Sternfahrten und Tagestouren. Eine Übersicht radfreundlicher Unterkünfte ergänzt das Angebot. Hilfreich für unterwegs ist zudem die Rad-Service-Webapp, über die sich Rastplätze, E-Bike-Ladestationen, Fahrradverleih, Gastronomie und Ausflugsziele schnell finden lassen.

Infos: radapp.ostfriesland.travel



**MIT-
MACHEN &
GEWINNEN**

GEWINN- SPIEL

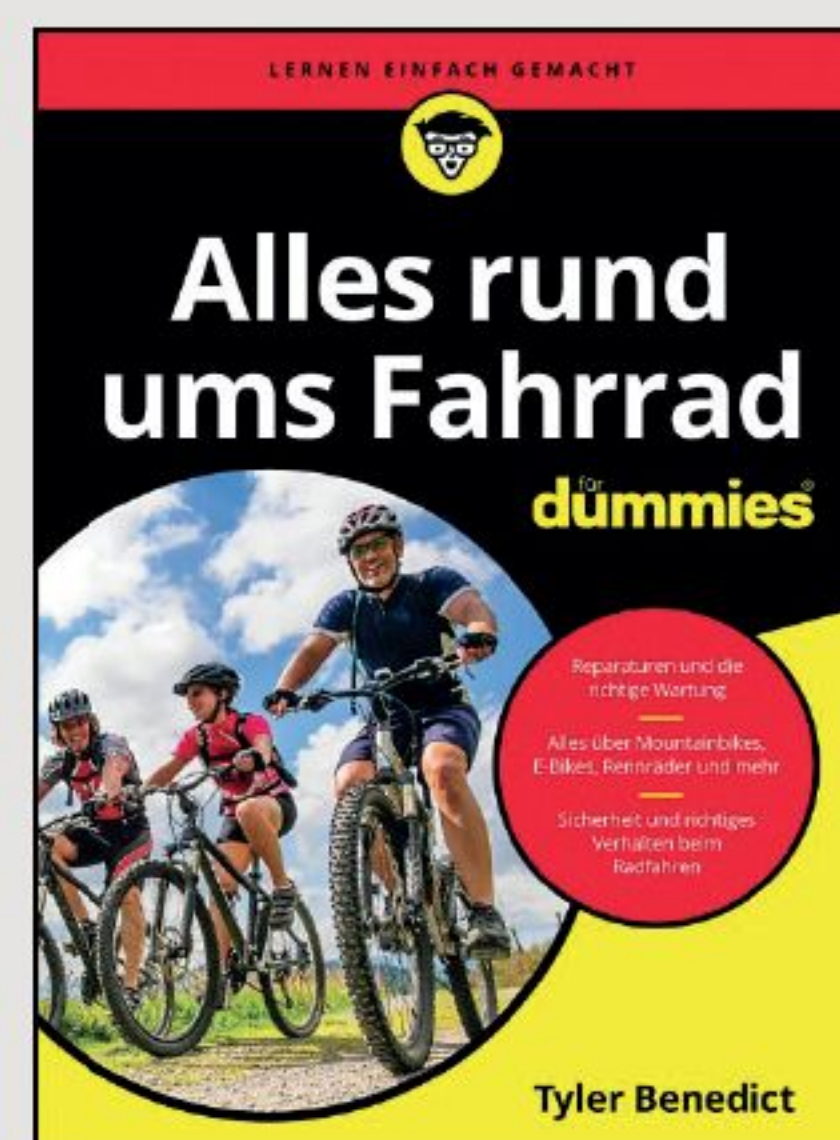
Gewinnen Sie einen von zwei Gutscheinen für einen Radurlaub auf einer der Ostfriesland Rad-Routen im Wert von je 400 Euro.

Infos: ostfriesland.travel/urlaubsthemen/radurlaub

FRAGEN, DIE RADFAHRER BEWEGEN FREIHEIT, FRISCHLUFT, FORTBEWEGUNG

Tyler Benedict bietet in »Alles rund ums Fahrrad für Dummies« (19,99 Euro, ISBN 978-3-527-72417-8) eine verständliche Orientierung für Rennrad-, Mountainbike- und E-Bike-Fahrende. Das Buch erklärt aktuelle Fahrradtrends, neue Technologien wie elektronische Schaltungen sowie Unterschiede zwischen Fahrradtypen. Es hilft bei der Auswahl des passenden Modells und gibt praktische Hinweise zu Ausstattung, Wartung und Tourenplanung. So entsteht ein kompakter Überblick für Einsteiger und erfahrene Radfahrende gleichermaßen.

Infos: wiley-vch.de



Tipp für Familien:
der Erft-Radweg
– 110 km sanfte
Flusslandschaften
von der Eifel bis
zum Rhein – per-
fekt für entspannte
Familientouren ab-
seits vom Trubel.

rhein-erft-tourismus.de

Mein Schwarzwald

Das Magazin mit den schönsten Geschichten aus der Region!

**Jetzt
NEU**

Entdecken Sie unser neues
Regio-Magazin!

**Ausgabe
verpasst?**

Kein Problem! Sie können
alle bereits erschienenen
Ausgaben bequem online
nachbestellen.

Mein Schwarzwald

übrige EU-Länder € 6,90, Schweiz sfr 9,90

Ausgabe 26
Mai/Juni/Juli 2026 • € 5,90

Mein Schwarzwald

Neues entdecken – Schönes genießen

BETÖREND
Lavendelfarm
im Kaiserstuhl

WILDE WEGE
Urwald-Canyon
Wutachschlucht

DER BESONDERE ORT
Rund um den
Isteiner Klotz

MEIN SONNTAGSAUSFLUG
Spurensuche in
Schramberg

Gewinnspiel
Schwarzwald Marie
und Hannes & mehr
Details: Seite 35

EINKEHRTIPP
Das „Krabba-Nescht“
Essen in urigem Ambiente

Unterwegs zu den schönsten Plätzen

Genuss mit Aussicht

Verpassen Sie
keine Ausgabe!

Jahres-Abo

für nur 23,60 €

► Jetzt einfach bequem online bestellen unter: **shop.msv-medien.de**

Telefon: +49 7221 9521-0

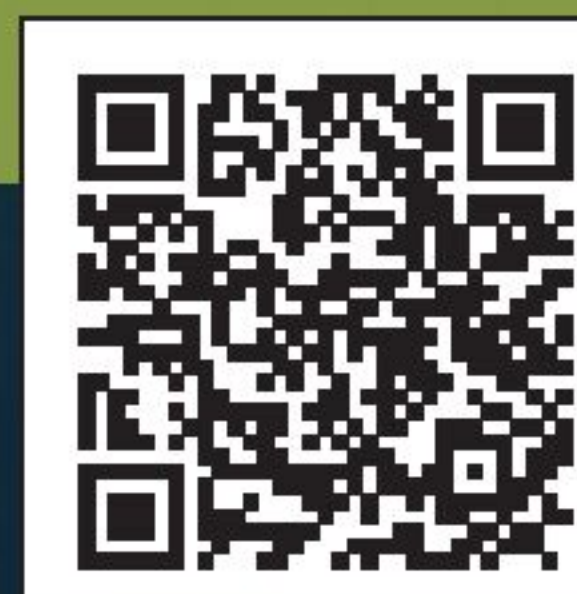


Bild I Radeln mit Weit-
und Ausblick auf die Alpen.



ZWISCHEN BERGEN UND SEEN

SCHWEIZER BIKE-GENUSS- MOMENTE

Radurlaub in der Region Bern

E-Biken und Radeln rund um die Schweizer Bundesstadt Bern ist ein echter Augenschmaus. Zahlreiche Routen führen ins malerische Voralpenland, wo türkisfarbene Seen zum Baden einladen und stolze, schneebedeckte Viertausender in der Sonne glänzen.

TEXT: **BIRGIT-CATHRIN DUVAL** / BILDER: **BIRGIT-CATHRIN DUVAL,
BERN WELCOME, FRIBOURG TOURISMUS**

Die Berner Altstadt gehört seit 1983 zum UNESCO-Weltkulturerbe und zählt zusammen mit Freiburg im Breisgau und Fribourg zu den Zähringerstädten. Impassant hebt sich der Zytgloggeturm, eines der bekanntesten Wahrzeichen der Stadt, in der Unteren Altstadt empor. Vom Turm aus bietet sich eine wunderbare Aussicht auf die Stadt bis zu den Gipfeln des Berner Oberlands.

Die Gässchen, die herrschaftlichen Sandsteingebäude mit ihren schattigen Laubengängen, die Gewölbekeller, in denen sich Boutiquen, Beizen, Cafés, Restaurants und Ateliers befinden, die vielen kunstvoll verzierten Brunnen, aus denen bestes Trinkwasser fließt. Selbstbewusst, herausgeputzt und nahbar präsentiert sich Bern, ohne irgendwelche Allüren. Besucher finden sich inmitten einer charmanten Lässigkeit wieder, wie man es von der Schweizer Bundesstadt nie erwartet hätte. Und das Beste: Bern ist eine Wasserstadt. Die Aare schlängelt sich als grünblaues Band durch die Stadt, die mit wunderschönen Flussbädern zum Baden einlädt. Vom Marzilibad unterhalb des Bundeshauses über das Lorraine bis zum Weyerli. Gut zu wissen: Die Schwimmbäder können gratis genutzt werden.

TOUREN RUND UM BERN

Bern eignet sich dank der ausgeschilderten Routen ideal als Ausgangspunkt für zahlreiche Touren in der Region. Die kleine Kambly Erlebnis Tour mit 29 Kilometern eignet sich bestens zur Einstimmung (mit Besuch der Kambly Erlebniswelt, wo das le-



ckere Feingebäck vor Ort in Trubschachen verkostet wird). Höhenmeter, gepaart mit fantastischen Aussichten, erleben Radler auf der Herzschlaufe Langnau. Auf knapp 70 Kilometern im steten Auf und Ab mit 1.780 Höhenmetern radelt man durch das Voralpenland. Die Herzschlaufe Burgdorf Ost vereint auf 48 Kilometern 1.090 Höhenmeter und gilt als Geheimtipp im Emmental. Eine weitere fantastische Route mit grandioser Bergsicht verspricht »Dr gross Sumiswauder« mit 67 Kilometern und 1.600 Höhenmetern.

Vorbildlich: Zur Orientierung helfen die hervorragend nummerierten, roten Radroutenschilder von SchweizMobil.

GROSSE BERN-RUNDFAHRT

Wer tief in die Region eintauchen möchte, findet beispielsweise bei Eurotrek die buchbare »Grosse Bern-Rundfahrt« mit täglichem Gepäcktransport. Die Tour startet in Bern und führt am ersten Tag durch das Emmental. Über das Städtchen Burgdorf geht es entlang der Emme bis nach Langnau. Auf der nächsten Etappe gelangt man nach Thun, dem Tor zum Berner Oberland.

QUIRLIG, SPRITZIG, BUNT – THUN BEGEISTERT MIT NOCH MEHR WASSER

Mediterran und alpin, beschwingt, fröhlich und sportlich geht es in Thun zu. Der Mühleplatz ist der Treffpunkt der Stadt, durch den die Aare mitten hindurchfließt. Die Altstadt mit ihren bunten Häu-



serfassaden ist ebenso beeindruckend wie die Hochtrottoirs, die vorstehenden Dächer und die unteren Geschosse mit Gewölbekellern. Eindrucksvoll erhebt sich Schloss Thun aus dem 12. Jahrhundert über der Stadt. An der Scherzligschleuse surfen mutige Wellenreiter auf der vor Gischt schäumenden Aare.

Tipp: Frühmorgens im Thunersee schwimmen. Wenn die ersten Sonnenstrahlen auf dem See glitzern und flirren mit Blick auf die majestätischen Alpengipfel – ein unglaubliches Erlebnis.

RADELN IM NATURPARK GANTRISCH

In Längenbühl steht die Dittligmühle mit liebevoll eingerichteter Stube, Laden und Nostalgiepark. Die Mühle ist für ihr sorgfältig hergestelltes Mehl und ihre Backmischungen bekannt, die weit über die Region hinaus verkauft werden. Der 402 Quadratkilometer große Naturpark Gantrisch, der sich im Städtedreieck Bern, Thun und Fribourg befindet, lädt zu ausgiebigen Touren ein. Tiefe Wälder, Canyons und die sagenhafte Gantrischkette mit ihren bizarren Felsformationen prägen den Naturpark. Er ist wegen seiner geringen Lichtverschmutzung mit dem internationalen »DarkSky Park«-Zertifikat ausgezeichnet – als erstes Gebiet in der Schweiz.

FRIBOURG UND MURTEN

Die Zähringerstadt Fribourg liegt am Ufer der Saane und auch hier gibt es herrliche Freibäder, wie das »Bains de la Motta«. Die Innenstadt lockt mit herrlichen Cafés und Restaurants, Sitzplätze auf den Außenterrassen sind rar. Im Sommer findet das Leben – wie auch in den anderen Schweizer Städten – draußen statt.

Murten am Murtensee überrascht mit hübschen Gassen, Laubenbögen, barocken Bürgerhäusern und der historischen Ringmauer aus dem 13. Jahrhundert.

Wer einmal 100 Prozent Schweiz erleben möchte, findet auf dieser Bern-Rundfahrt eine ideale Tour, die mit ihrer Mischung aus traumhaften Landschaften und historischen Städten begeistert. ◀

Bild oben I Morgenstimmung am Murtensee. **Bild links oben I** Betörendes Blau kurz vor Thun. **Bild links I** Auf der Sagenroute Gantrisch kommt man auch an der Klosterruine Rüeggisberg vorbei.

TOUR-FAKTEN

Länge: 265 km
Start/Ziel: Bern
Tourdauer: 5 Tage

Etappe 1: Bern – Langnau im Emmental
Etappe 2: Langnau im Emmental – Thun
Etappe 3: Thun – Guggisberg Naturpark Gantrisch
Etappe 4: Guggisberg – Murten
Etappe 5: Murten – Bern

INFOS

🔗 bern.com
🔗 schweizmobil.ch/de/veloland
🔗 eurotrek.ch

UNTERKÜNFTE

🔗 bern.com/de/informieren/unterkuenfte

WASSERLAND PUR

Mecklenburg-Vorpommern: im Bann der Hansestädte

Wer Mecklenburg-Vorpommern mit dem Rad erkundet, tauscht Hektik gegen Horizont. Schwerins Schlossinsel, die Buchenwälder auf Rügen, das Labyrinth der Seenplatte: Alles liegt an einer der reizvollen Radrouten. Backsteingotik in Wismar, Salzluf in Warnemünde, Kiefernduft auf der Insel Usedom. Ein Bundesland zum Durchatmen.

TEXT/BILDER: **THORSTEN BRÖNNER**



Morgens liegt noch Nebel über dem Wasser, wenn Radler auf dem Müritz-Rundweg das Ufer entlangrollen. Dann erhebt sich nebenan ein Seeadler. Mecklenburg-Vorpommern ist leise und bietet packende Erlebnisse im Grünen. Genau das zieht jedes Jahr Hunderttausende in den Sattel. Drei Nationalparks, darunter der Müritz-Nationalpark mit 322 Quadratkilometern Wald, Moor und klaren Seen. Hinzu kommen acht Naturparks und eine Siedlungsdichte von gerade einmal 69 Einwohnern je Quadratkilometer.

Neun Radfernwege erschließen das Bundesland in alle Richtungen. Wen es ans Meer zieht, der folgt dem Ostseeküsten-Radweg – in Mecklenburg-Vorpommern streift er die Halbinsel Fischland-Darß-Zingst, Poel, Kühlungsborn und Rügen. Wer ins Landesinnere will, nimmt den Mecklenburgischen Seen-Radweg ab Lüneburg und erreicht mit Usedom ein tolles Reiseziel. Oder den Havel-Radweg, der an der Quelle bei Ankershagen mitten in der

Seenplatte beginnt. 21 regionale Radrundwege laden zu Touren von zwei bis acht Tagen ein – von der Eiszeitroute über den Müritz-Rundweg bis zum Fischland-Darß-Zingst-Rundweg.

Auf dem Gravelbike öffnet sich ein weites Spielfeld aus Schotter- und Forstwegen, besonders in der Mecklenburgischen Schweiz mit ihren eiszeitlichen Hügeln. Für E-Biker wächst das Ladenetz stetig. Alle Regionen halten Verleihe bereit, sodass man auch ohne eigenes Rad anreisen kann. Mit dem Zug nach Rostock, Stralsund oder Waren – und dann einfach losfahren.

MECKLENBURGER BUCHT (61 KM, 210 HM)

Felder, Weiler, auf einmal die Ostsee. Diese Runde um den Klützer Winkel funktioniert wie ein Film: lange Ruhe, dann der Schnitt ans Meer und zum Schluss wieder die Stille der Provinz. Radler ziehen nordwärts aus Grevesmühlen hinaus. Nebenstraßen leiten durch Felder und Wäldchen. Am

Großes Bild | Auf dem Ostseeküstenradweg auf der Insel Poel verläuft die Strecke entlang der abwechslungsreichen Küstenlandschaft und bietet weite Ausblicke auf die Ostsee.



MECKLENBURG-VORPOMMERN

Das Bundesland im Nordosten Deutschlands umfasst rund 23.200 Quadratkilometer und besticht durch weite, nahezu unberührte Landschaften. Für Radfahrer ist das Bundesland ein Paradies. Gut ausgebaute, meist flache Wege führen durch Nationalparks, entlang der Ostsee und durch idyllische Dörfer. Besonders reizvoll sind Touren auf dem Ostseeküsten-Radweg oder rund um die Mecklenburgische Seenplatte. Die geringe Verkehrsdichte und die frische Luft sorgen dabei für entspanntes Radfahren.



»Die Mecklenburger Bucht ist ein beliebtes Ziel für Radfahrer, die auf gut ausgebauten Küstenradwegen durch abwechslungsreiche Landschaften mit Stränden, Steilküsten und kleinen Hafenorten unterwegs sind.«

Bild oben | Eine Radtour durch das Ostseebad Boltenhagen führt entlang der Promenade und durch Orte mit typischen norddeutschen Häusern.

Bild rechts | Das Schloss Kalkhorst ist ein historisches Gutshaus in Mecklenburg-Vorpommern, das in eine ruhige Parklandschaft eingebettet ist.

Bild ganz rechts | Die Wohlenberger Wiek ist eine ruhige Ostseebucht mit flachem Wasser, weiten Stränden und idealen Bedingungen für Familien und Wassersportler.



MV-T/Gohlke



MV-T/Gohlke

Santower See weicht das Agrarland den Feuchtwiesen. Dahinter steuert man von Warnow nach Thorstorf. Bei Wohlenberg öffnet sich die Landschaft zur See hin. Die steinige Mole führt mitten hinein in die Stille des Wohlenberger Wicks. Jenseits davon beginnt das EU-Vogelschutzgebiet Wismarbucht und Salzhaff. Auf dem Ostseeküsten-Radweg (EuroVelo 10) steuern Radler nordwestwärts. In Boltenhagen laden an der Promenade die Seebrücke und die Strandkörbe zum Verweilen ein.

Westlich des Urlaubsortes beginnt die Steilküste. Bis zu 30 Meter über dem Wasserspiegel bricht der Lehm am Großklützhöved ins Meer. Wer oben strampelt, blickt auf die Mecklenburger Bucht. Am Strand Steinbeck warten loser Untergrund, Findlinge und Ruhe. Bei Kilometer 37 verlässt man die Küste. Das Schlossgut Groß Schwansee tritt aus dem Grün: ein Backsteinbau aus dem Jahr 1745. Durch Äcker zieht die Trasse bergauf. Es geht vor-

bei am neugotischen Schloss Kalkhorst, 1874 für die Familie von Biel in den Lenorenwald erbaut. Auf knapp 66 Metern über dem Meeresspiegel passiert die Runde ihren höchsten Punkt. Dann neigt sich das Gelände. Am Pohnstorfer Moor lösen Ackerflächen und Waldstreifen einander ab. Über Gostorf führt das sanfte Gefälle zurück ins Stadtgebiet. Die Ostsee ist nun fern. Wer aber einmal an der Kliffkante stand und in die offene Bucht hinausgeblickt hat, nimmt diesen Moment mit.

WASSERRUNDE WISMAR (78 KM, 240 HM)

Drei Backsteinkirchen überragen die Dächer von Wismar, ein Bau davon hat nur eine leere Hülle: Das Kirchenschiff von St.-Marien wurde 1960 gesprengt, der 80 Meter hohe Turm ragt seither allein auf. Die Stadt trägt ihre Geschichte sichtbar und ist seit 2002 ein UNESCO-Welterbe. Am Alten Hafen

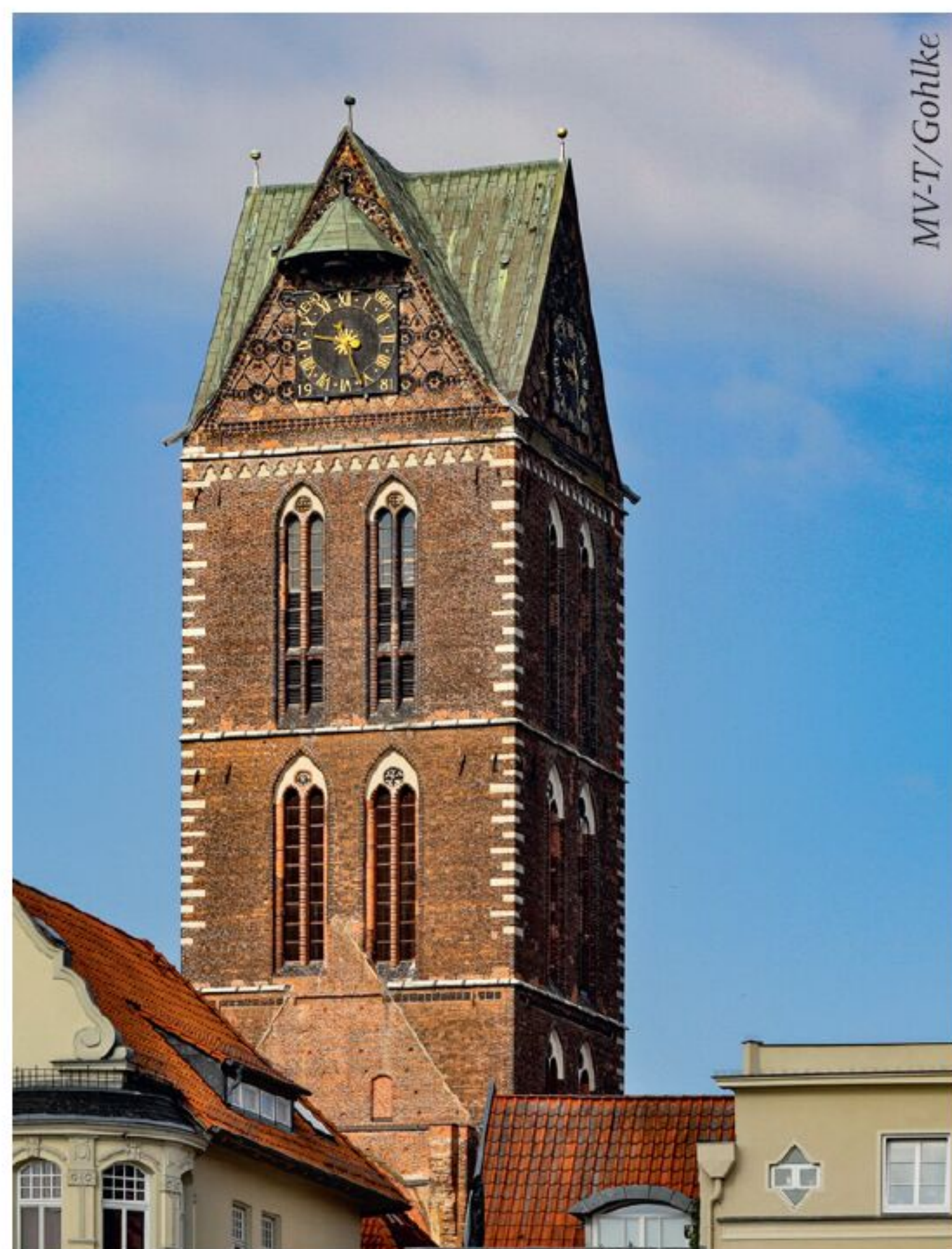


SMG, Oliver Borchert

Bild links | Das Schweriner Schloss zeigt sich am Morgen in ruhiger Atmosphäre, wenn sich das erste Licht im Wasser spiegelt und die eindrucksvolle Architektur besonders zur Geltung kommt. **Bild unten ganz links** | Die Wismarer Wasserkunst auf dem Marktplatz der Hansestadt gilt als Wahrzeichen der Stadt und wurde zwischen 1579 und 1602 im Stil der niederländischen Renaissance errichtet. **Bild links Mitte** | Die Altstadt der Hansestadt Wismar beeindruckt mit gut erhaltener Backsteingotik und historischen Giebelhäusern. **Bild links unten** | Der Marienkirchturm Wismar ist der erhaltene Turm der einstigen Marienkirche und ein markantes Wahrzeichen der Stadt.



MV-T/Grundner



MV-T/Gohlke

beginnt die Tour. Das Kopfsteinpflaster rüttelt an den Pedalen, Giebel rauschen vorbei. Dann öffnet sich das Terrain. Über den Ostseeküsten-Radweg zieht die Tour nordwärts an der Wismarer Bucht entlang: Schilf, stilles Wasser und ein weiter Blick prägen den Abschnitt.

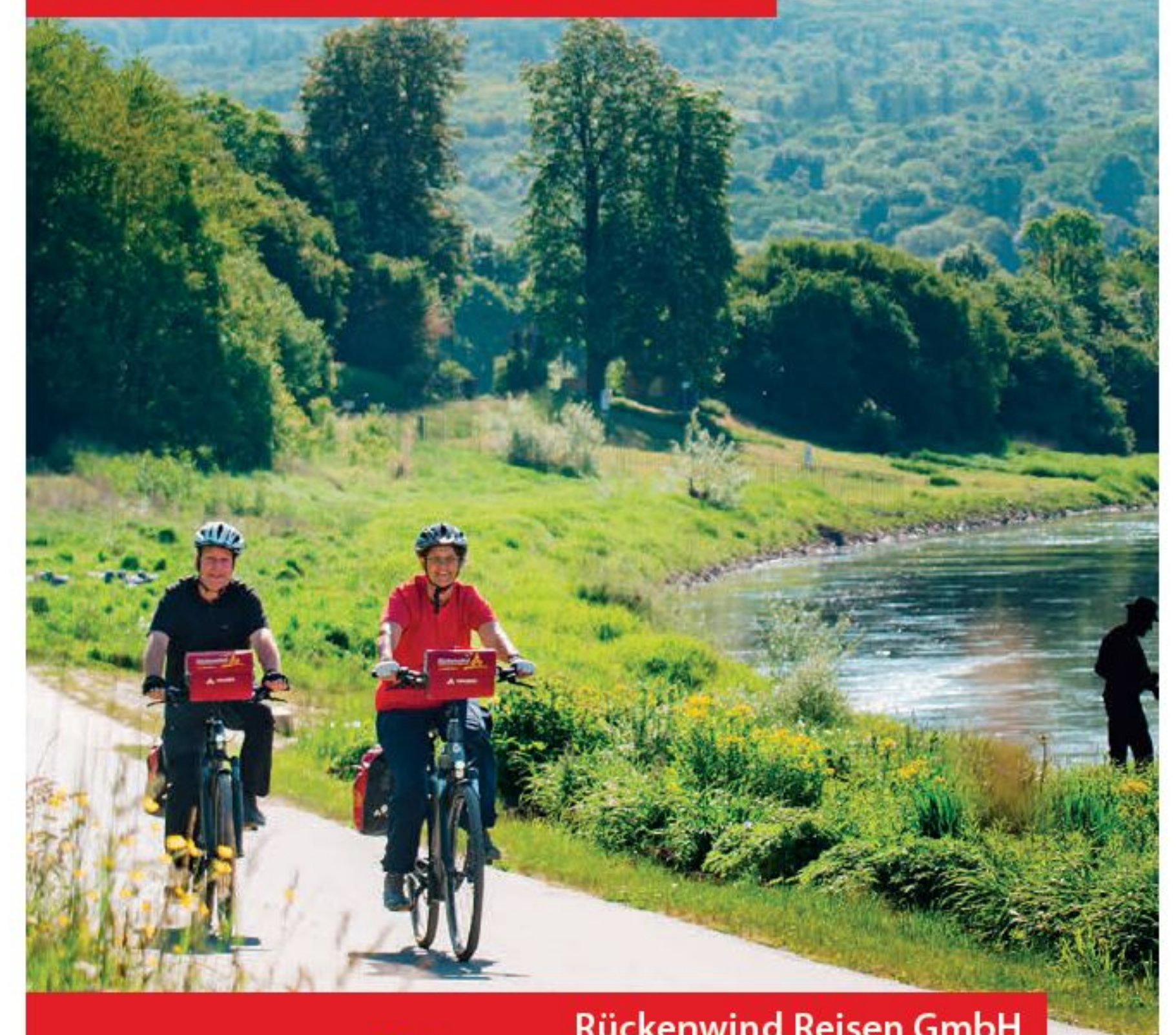
Als die Route ins Hinterland schwenkt, erheben sich Moränenrücken. Der Residenzstädte-Rundweg führt durch Mischwälder und wellige Felder. Bei Kilometer zwölf beginnt der erste Anstieg. In der Höhe weitet sich die Landschaft. Bis vor Neukloster läuft es leicht. Der Ort liegt still am gleichnamigen See. Bereits 1219 gründeten Benediktinerinnen hier ihr Kloster im Sonnenkamp. Wer zum Wariner See abbiegt, findet am Ufer eine Badeanstalt.

Im Südtel folgen der Bibowsee, der Neuschlagsdorfer See und der weitläufige Schweriner See. Letzteren kann man auf einer Schleife umradeln. Unsere Tour wendet sich nordwärts. Die Siedlung

ANZEIGE

Spezialist für
organisierte
Radreisen

rueckenwind.de



Rückenwind 
Erlebnisreisen mit dem Rad

Rückenwind Reisen GmbH
Am Patentbusch 14
26125 Oldenburg
Tel. +49 (0) 441 485 97 0
info@rueckenwind.de

WICHTIGE ECKDATEN ZU DEN TOUREN

Mecklenburger Bucht (1)

Länge: 61 km | Höhenmeter: 210 Hm | Start/Ziel: Grevesmühlen

Wasserrunde Wismar (2)

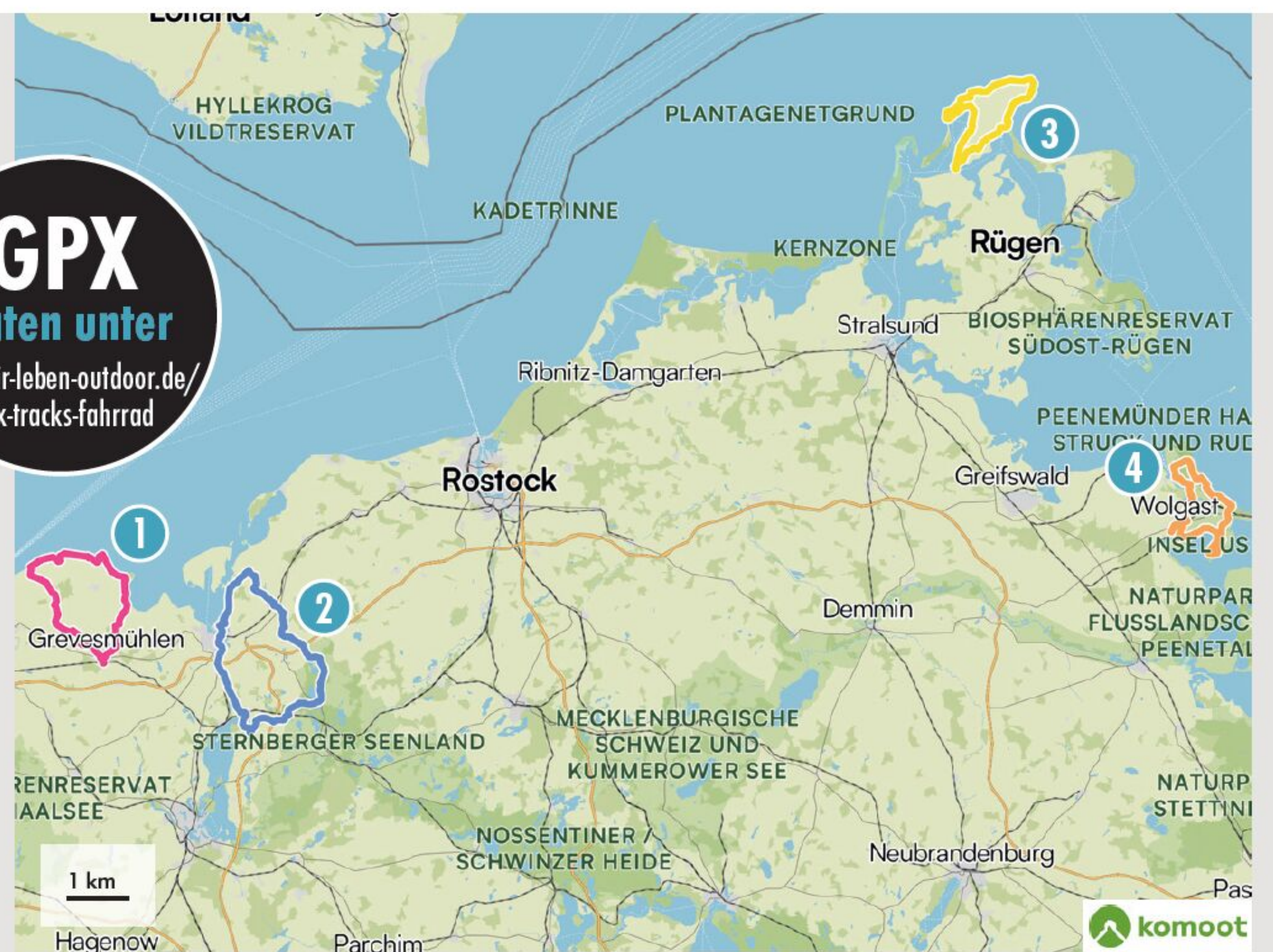
Länge: 78 km | Höhenmeter: 240 Hm | Start/Ziel: Wismar

Rügen Kap Arkona (3)

Länge: 56 km | Höhenmeter: 110 Hm | Start/Ziel: Wiek

Vom Peenestrom nach Usedom (4)

Länge: 55 km | Höhenmeter: 100 Hm | Start/Ziel: Wolgast



Maplibre | @ Komoot | Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

ANREISE

Mecklenburg-Vorpommern ist mit dem Zug gut erreichbar. ICE-Züge verbinden Rostock und Stralsund täglich mit Hamburg, Berlin und Frankfurt ([bahn.de](https://www.bahn.de)). Ein Regionalbahnnetz erschließt Küste, Seenplatte und Binnenland. Regiobusse MV ergänzen den Schienenverkehr auf wichtigen Landachsen ([vmv-mbh.de](https://www.vmv-mbh.de)). Fernbusse bieten eine preisgünstige Alternative ([flixbus.de](https://www.flixbus.de)).

REISEFÜHRER & KARTEN

- Ostseeküsten-Radweg 2 – Mecklenburg-Vorpommern (Verlag Esterbauer; ISBN 978-3-7111-0227-0; 16,90 Euro)
- Camp & Bike Deutschland (Bruckmann Verlag; 978-3-7343-2160-3; 34,99 Euro)
- Radregion Mecklenburgische Seen (Verlag Esterbauer; ISBN 978-3-85000-870-9; 14,90 Euro)
- Mecklenburg-Vorpommern Reise-führer (Michael Müller Verlag; 978-3-96685-294-4; 22,90 Euro)

ÜBERNACHTUNG

Entlang der beliebtesten Radfernwege Mecklenburg-Vorpommerns wartet eine breite Auswahl an Unterkünften. Hotels, Pensionen, Ferienwohnungen und Campingplätze decken die Ansprüche ab. Viele Betriebe erfüllen die ADFC-Kriterien für fahrradfreundliche Herbergen und bieten gesicherte Abstellmöglichkeiten sowie frühe Frühstückszeiten. Passende Quartiere lassen sich auf [radfahrland-mv.de](https://www.radfahrland-mv.de) und [bettundbike.de](https://www.bettundbike.de) gezielt filtern.

TOURISMUS

Tourismusverband Mecklenburg-Vorpommern
Konrad-Zuse-Straße 2
18057 Rostock
Tel. +49 381 4030500
[auf-nach-mv.de](https://www.auf-nach-mv.de) und
[radnetzplaner-mv.de](https://www.radnetzplaner-mv.de)

Bild rechts | Das Kap Arkona auf der Halbinsel Wittow im Norden der Insel Rügen ist eine 43 Meter hohe Steilküste aus Kreide und Geschiebemergel.



Mecklenburg lohnt einen Halt. Warum trägt ein Dorf denselben Titel wie ein ganzes Land? Weil hier alles begann. König Otto III. erwähnte 995 die Michelenburg, mittelniederdeutsch für Große Burg. Ihr Name übertrug sich auf ein Fürstengeschlecht, auf ein Herzogtum, schließlich auf das Land. Längs des Westlichen Backstein-Rundwegs führen die letzten Kilometer nordwärts. Wismar taucht am Horizont auf. Am Alten Hafen lehnt man das Rad gegen eine Bank und der leere Turm beschließt die Ausfahrt.

RÜGEN KAP ARKONA (56 KM, 110 HM)

Drei Türme an einem Kap. Kein anderer Punkt der deutschen Küste versammelt so viel Seemanns-

geschichte auf so engem Raum wie das Kap Arkona im Norden Rügens. Am Wieker Bodden beginnt die Runde. Segelmasten wippen im Hafen, dahinter schimmert Hiddensee herüber. Hier treffen der Rügen-Rundweg und der Ostseeküsten-Radfernweg aufeinander. Westwärts geht es auf Feldwegen durch das flache Land. Schutzlos ragt die Halbinsel in die Ostsee, von allen Seiten dem Wind ausgeliefert. Über Dranske, am Rand des Nationalparks Vorpommersche Boddenlandschaft, zieht die Tour weiter nordwärts. Hinter Lancken öffnet sich das Terrain: Felder bis zum Horizont. Kies knirscht unter den Reifen. Dann taucht Putgarten auf – und dahinter zeichnen sich drei Türme gegen den Himmel ab.

Zwei Leuchttürme und ein Peilturm stehen am Kap Arkona auf der 43 Meter hohen Steilküste.



MV-T/outdoor-visions.com



MV-T/Gross

»Drei Türme an einem Kap. Kein anderer Punkt der deutschen Küste versammelt so viel Seemannsgeschichte auf so engem Raum wie das Kap Arkona im Norden Rügens.«

Nach Plänen von Karl Friedrich Schinkel aus rotem Backstein errichtet, gilt der ältere der beiden, 1828 in Betrieb genommen, als zweitältester Leuchtturm an der deutschen Ostseeküste. Sein jüngerer Nachbar auf dem Granitsockel schickt alle 17,1 Sekunden drei Lichtblitze bis 22 Seemeilen weit. Unterhalb des Kaps liegt Vitt: reetgedeckte Häuser, eine achteckige Kapelle, das ganze Dorf unter Denkmalschutz.

Auf der Ostseite folgt die Tour der Küste über Juliusruh nach Breege. Am Bodden legt die Wirtower Fähre ab und bindet den Norden Rügens an den Rest der Insel an. Ein kurzer Halt, ein Blick aufs Wasser, dann geht es wieder in den Sattel. Pflastersteine, Schotter und Asphalt liegen hinter uns – das Kopfsteinpflaster rüttelt ein letztes Mal, bevor die Masten im Hafen erneut wippen.

VOM PEENESTROM NACH USEDOM (55 KM, 100 HM)

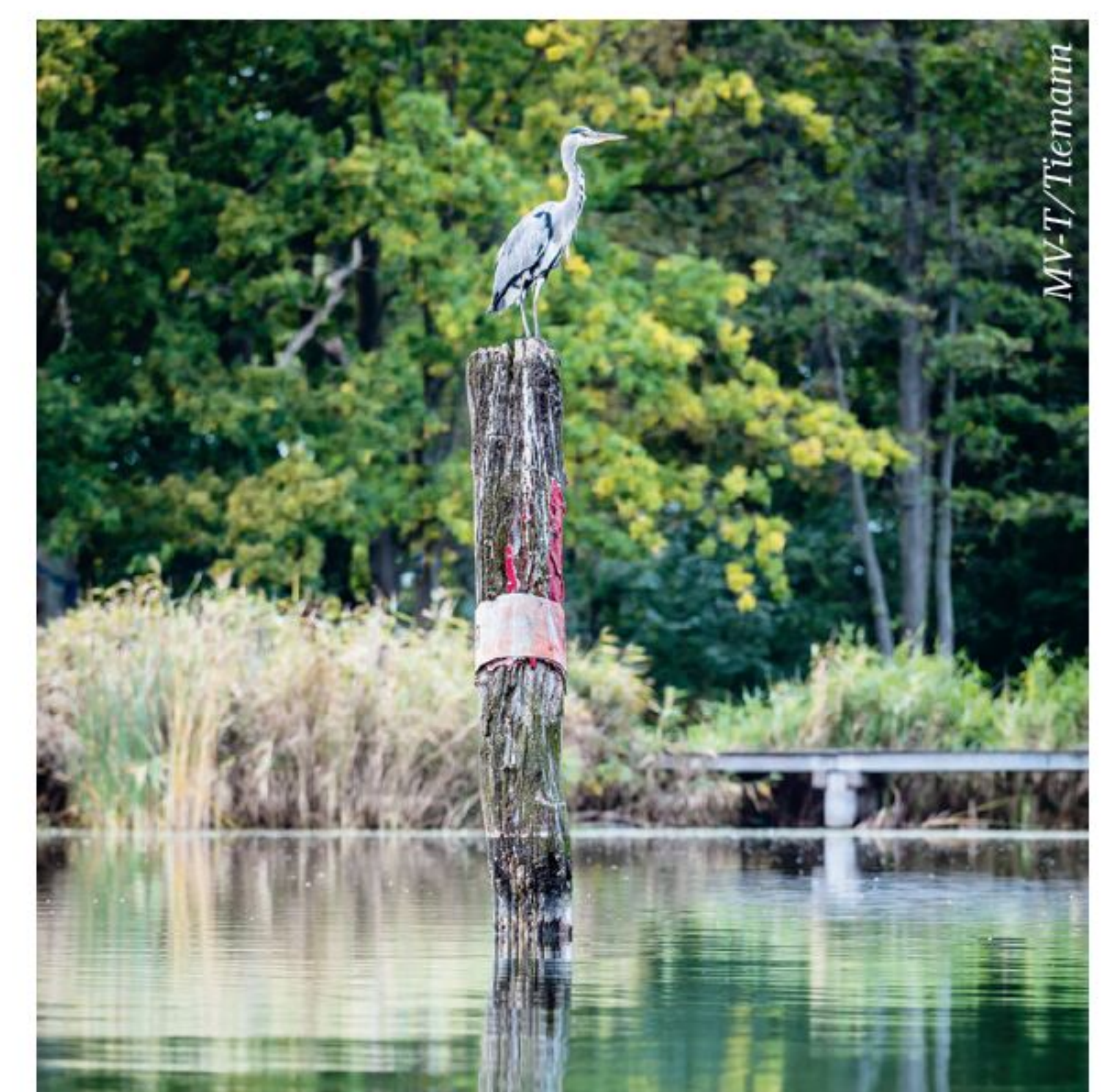
Usedom kennen viele. Doch wer kennt den Peenestrom? An diesem stillen Meeresarm zwischen dem Festland und der Insel beginnt eine der ruhigsten Radtouren Mecklenburg-Vorpommerns. Wolgast gibt das Startzeichen. Von der Kleinstadt, die von 1295 bis 1625 Residenz der pommerschen Herzöge war, quert der Weg die Peenebrücke auf die Insel. Das Stahlbauwerk trägt den Spitznamen: Blaues Wunder. Über dem Wasser öffnet sich der Blick nach Norden, auf das Schilfgrün der Ufer, auf eine Landschaft, die verzaubert. Felder wechseln mit Kiefernforsten, Alleen durchqueren das Hinterland.

Dann kommt Peenemünde. Der Ort trägt eine schwere Geschichte. Ab 1936 entstand hier das größte Rüstungszentrum Europas. Am 3. Oktober 1942 hob in Peenemünde die erste Großrakete der Welt ab. Tausende Zwangsarbeiter büßten dafür mit ihrer Gesundheit. Das Historisch-Technische Museum im alten Kraftwerk hält diese Last fest. Heute liegt das Gelände in Stille. Segler gleiten vorbei, Graureiher warten am Ufer.

MV-T/Gohlke



Auf dem Ostseeküsten-Radweg geht es weiter nach Karlshagen, durch Kiefernwälder, wo das Meer zwischen den Stämmen aufblitzt. In Zinnowitz schwenkt die Tour ins Inselinnere. Hier beginnt die andere Seite Usedoms: das Achterwasser. Hinter Krummin öffnet sich die Krumminer Wiek, eine gut 13 Quadratkilometer große Bucht des Peenestroms. Flach, ruhig, schilfgesäumt. Kein Motorenlärm. Nur das Knarren der Stege im Naturhafen und der Ruf von Wasservögeln. An der Halbinsel Gnitz zieht der Weg nach Lütow, zum Naturschutzgebiet Südspitze Gnitz. Wacholder, Kiefern. Zurück geht es am Westufer des Peenestroms nach Wolgast. ◀



MV-T/Tiemann

Bild ganz oben links | Der rund 23 Meter hohe Peilturm am Kap Arkona steht unmittelbar neben dem Wall der slawischen Jaromarsburg. **Bild ganz oben** | Wenn man mit dem Fahrrad über den Marktplatz in Wolgast fährt, passiert man das historische Zentrum der Stadt. **Bild oben links** | Maritimes Flair trifft hier auf traditionelle Fischerei: der Yacht- und Fischereihafen in Karlshagen Hafen. **Bild oben** | An der Krumminer Wiek lassen sich Reiher in der ruhigen, naturbelassenen Uferlandschaft beobachten.



TIPP DES AUTORS

Radfahren in der Natur

Mecklenburg-Vorpommern zählt seit Jahren zu den beliebtesten Radreiseregionen Deutschlands. Auf neun Radfernwegen mit rund 2.500 Kilometern Gesamtlänge und über 20 touristischen Rundrouten zwischen 100 und 400 Kilometern lässt sich das ganze Bundesland erkunden. Alle Routen, Karten, GPX-Daten und Höhenprofile stehen auf einem offiziellen Portal kostenlos zur Verfügung. Für die Orientierung vor Ort sorgt ein flächendeckendes Beschilderungssystem.

☞ auf-nach-mv.de

Unsere Tipps **BEST OF** Mecklenburg- Vorpommern

Natur, Wasser, Kultur: Mecklenburg-Vorpommern bietet die perfekte Mischung für Aktivurlauber und Erholungssuchende. Unsere Auswahl zeigt Ihnen Aktivitäten, die auf keiner Urlaubsliste fehlen sollten.

Ab aufs Wasser



MV-T/Roth

Warnemünde gilt als einer der wichtigsten Standorte für Wassersport an der Ostseeküste. Vor der Küste werden Aktivitäten wie Stand-up-Paddling, Segeln, Kitesurfen und Windsurfen angeboten. Die Kombination aus vergleichsweise ruhigen Revieren und offener See ermöglicht unterschiedliche Nutzungen – vom Einsteigerkurs bis zum sportlichen Training. Insgesamt bietet Mecklenburg-Vorpommern mit Ostsee, Boddengewässern und zahlreichen Seen ein breit gefächertes Spektrum an Wassersportmöglichkeiten.

☞ auf-nach-mv.de

SPANNENDE STADTGESCHICHTE

Das Stadtgeschichtliche Museum Wismar dokumentiert die Entwicklung der Hansestadt von ihren Anfängen bis in die Gegenwart. Schwerpunkte liegen auf Handel, Handwerk und der Rolle Wismars im Ostseeraum. Exponate aus verschiedenen Epochen verdeutlichen wirtschaftliche und gesellschaftliche Veränderungen, ergänzt durch thematische Sonderbereiche. Für Besucher stehen regelmäßig geöffnete Ausstellungsräume und wechselnde Sonderausstellungen zur Verfügung. Führungen und museumspädagogische Angebote ermöglichen eine vertiefte Auseinandersetzung mit einzelnen Themen.

☞ wismar.de



Störtebeker Festspiele GmbH & Co KG

OPEN- AIR- THEATER

Die Störtebeker Festspiele (20. Juni bis 5. September 2026) auf der Insel Rügen zählen zu den bekanntesten Freilichtveranstaltungen Norddeutschlands. Auf einer großen Naturbühne in Ralswiek wird alljährlich die Legende um den Seeräuber Klaus Störtebeker inszeniert. Aufwendige Kulissen, Stuntszenen und pyrotechnische Effekte prägen die Aufführungen, die vor maritimer Kulisse stattfinden. Die Kombination aus Theater, Landschaft und Historieninszenierung zieht ein breites Publikum an und hat sich als fester Bestandteil des regionalen Kulturkalenders etabliert.

☞ stoertebeker.de



MV-T/Tiemann

Weingenuss von der Insel Usedom

Das Weingut Welzin auf der Insel Usedom zählt zu den nördlich gelegenen Weinbaubetrieben Deutschlands. Aufgrund der klimatischen Bedingungen konzentriert sich der Anbau auf robuste Rebsorten wie Solaris, Johanniter oder Regent, die auch in kühleren Regionen zuverlässig gedeihen. Die Weine fallen frisch und fruchtbetont aus, mit moderater Säure und vergleichsweise leichtem Körper. Der Einfluss der Ostsee und die sandigen Böden prägen den Stil zusätzlich. Die Produktion erfolgt in kleinem Maßstab und ist stark vom jeweiligen Jahrgang abhängig. Verkostungen vor Ort sowie der Direktvertrieb ermöglichen Einblicke in den Weinbau unter besonderen klimatischen Voraussetzungen.

☞ gut-welzin.de



MV-T/Petermann

Auf dem Rücken der Pferde ...

Mecklenburg-Vorpommern bietet aufgrund seiner weiten Landschaften vielfältige Möglichkeiten für den Reitsport. Küstenabschnitte, Wälder und offene Felder bilden ein abwechslungsreiches Terrain für Ausritte und mehrtägige Touren. Zahlreiche Reiterhöfe stellen Infrastruktur wie Unterkünfte für Pferd und Reiter sowie geführte Ausritte bereit. Auch für Kinder gibt es ein breites Angebot: Viele Höfe bieten geführtes Ponyreiten, Reitunterricht oder Ferienprogramme mit betreuter Einführung in den Umgang mit Pferden an. Dabei steht neben dem Reiten selbst oft auch die Pflege der Tiere im Mittelpunkt. Neben touristischen Angeboten existiert auch eine ausgeprägte Zucht- und Ausbildungstradition.

☞ auf-nach-mv.de



MV-T/Petermann

MV-T/World on a Dudget



URWÜCHSIGE
FLUSS-
LANDSCHAFTEN

DER AMAZONAS DES NORDENS

Die Peene in Vorpommern zählt zu den naturnahen Flusslandschaften Norddeutschlands. Floßtouren ermöglichen eine langsame Fortbewegung durch weitgehend unberührte Niederungen, die von Feuchtgebieten und Schilfbänken geprägt sind. Die geringe Strömung macht den Fluss auch für weniger erfahrene Nutzer zugänglich. Dabei steht weniger sportliche Aktivität als vielmehr Naturbeobachtung im Vordergrund. Die Region wird häufig als »Amazonas des Nordens« bezeichnet, was die besondere ökologische Bedeutung unterstreicht.

☞ auf-nach-mv.de

Bild 1 Im Lungau entdecken wir vom Sattel aus etwa das Göriacher Hüttendorf.



GENUSSTOUREN IM UNESCO-BIOSPHÄREN-PARK

EIN URLAUB, DER ERDET

Von Höhenluft bis Biosphärenpark im Salzburger Lungau

Der Salzburger Lungau zählt zu den ursprünglichsten Radregionen Österreichs und liegt im größten UNESCO-Biosphärenpark des Landes. Hier genießt man klare Bergluft, viel Sonne und eine von Ruhe geprägte Landschaft. Geradelt wird in der höchstgelegenen E-Bike-Region Österreichs – zwischen Radstädter Tauern und Kärntner Nockbergen, vorbei an idyllischen Tälern und Bächen. Gleichzeitig entdeckt man Natur, Biosphäre und regionale Spezialitäten. Klar ist: In den Lungau kommt man rauf, um runterzukommen.

Weg vom Trubel und raus aus der Stadt – im Salzburger Lungau und seiner ursprünglichen Naturlandschaft ist man dafür genau richtig. Denn in den Lungau kommt man rauf, um runterzukommen. Genussradfahrer erwartet hier in Österreichs höchstgelegener E-Bike-Region verbriefte Authentizität und Vielfalt – vom Sattel aus in der Natur, im Brauchtum bis hin zur »Lungauer Speis«. Geradelt wird mitten im UNESCO-Biosphärenpark Salzburger Lungau, eingekehrt bei Bio-Bauern, Edelbrennern, Haubenköchen und Wirtsleuten. Denn auf dieser Genussreise warten viele kleine und große, süße wie deftige Versuchungen, die entdeckt werden wollen.

Mit den meisten Sonnenstunden Österreichs ist der Lungau wie gemacht für ausgedehnte Touren. Ein 500 Kilometer langes Wegenetz im breiten, meist ebenen Talboden zwischen Radstädter Tauern und Kärntner Nockbergen liefert ideale Bedingungen. Sternförmig verzweigte Täler ermöglichen abwechslungsreiche Fahrten von Alm zu Alm – mit ständig neuen Perspektiven und eindrucksvollen Ausblicken. Und ganz nebenbei klärt sich auch, was den Lungau mit Galápagos und Yellowstone verbindet. Doch zuerst: rauf aufs Rad und hinein ins Naturerlebnis.

NATURJUWEL LUNGAU

Was haben die Galápagosinseln mit dem Salzburger Lungau gemeinsam? Beide tragen das Prä-



Bild links I Der Prebersee lässt sich mit dem Fahrrad entspannt erreichen. Hier findet zudem jedes Jahr im August seit 1834 das Wasserscheibenschießen statt. **Bild links unten I** Kultur begegnet einem im Lungau direkt am Wegesrand.

TIPP

Kulturexperte: Der Riese Samson – ein lebendiger Kulturschatz

Seit über 300 Jahren prägt das Samsontragen das Brauchtum im Salzburger Lungau. Von Juni bis September, während des Lungauer Almsommers und der Bauernherbstzeit, finden einzigartige feierliche Umzüge statt.



Heiko Mandl

durch eine ruhige, ursprüngliche Kulturlandschaft. Über Glashütte und Schellgaden geht es ins Bergdorf Muhr, wo im Sommer kunstvolle Prangstangen in der Pfarrkirche zu sehen sind. Weiter über Jedl führen Stationen wie Arsenhaus und Blasnerhof zu genussvollen Pausen. Anspruchsvoll wird es danach: Eine Rampe mit bis zu 19 Prozent Steigung führt zum Parkplatz Muritzen. Wer noch Kraft hat, radelt weiter zum Murursprung – ein eindrucksvoller Ort mitten in hochalpiner Natur.

dikat »UNESCO-Biosphärenpark«. Solche Regionen stehen für den Schutz wertvoller Lebensräume, für Biodiversität sowie für die Pflege kultureller Traditionen. Im Fokus steht das Zusammenspiel von Mensch und Umwelt. Der Biosphärenpark Salzburger Lungau »Unentdeckt Lungau« bietet somit authentische Natur- und Kulturerlebnisse – vom Sattel aus, aber auch bei gelebtem Brauchtum wie dem Samsontragen oder der regionalen Lungauer Speis. Hier wird Nachhaltigkeit nicht nur gedacht, sondern aktiv gelebt.

1.000 METER ÜBER DEM ALLTAG RADELN

Der Lungau verfügt über ein vielseitiges 500-Kilometer-Radwegenetz: Genussstrecken zu Almen, entlang klarer Bäche und hinauf zu alpinen Höhen. Breite, oft flache Talböden machen die Region ideal für Genuss- und Familientouren – etwa auf dem Murradweg bis in die Richtung der slowenischen Grenze. Wer Unterstützung möchte, nutzt das dichte E-Bike-Ladenetz bis auf 2.000 Meter Seehöhe. So lassen sich auch höher gelegene, wildromantische Almhütten bequem erreichen, ohne auf spektakuläre Ausblicke verzichten zu müssen.

NATURERLEBNIS ENTLANG DER MUR

Eine der schönsten Touren ist die Route Muhr (mit »h« im Ortsnamen). Die rund 55 Kilometer lange Strecke startet in St. Michael und folgt der Mur

RADELN ZUR LONGA STUBN

Ebenfalls besonders ist die Longa-Route. Von Weißpriach rollt man zunächst talauswärts, bevor die Strecke stetig ansteigt. Asphalt wechselt zu gut befahrbarem Schotter, Wälder zu Almflächen, das Panorama wird mit jedem Höhenmeter weiter. Die Diktlerhütte, Raderalm und Granglerhütte laden zur Einkehr und bieten regionale Spezialitäten. An der unbewirtschafteten Ulnhütte liegt der Wendepunkt. Optional geht es zu Fuß weiter Richtung Wirpitschsee oder Oberer Schönlalmsee. Die Rückfahrt nach Weißpriach begeistert mit flüssiger Abfahrt. Perfekter Abschluss: eine Einkehr in der Longa Stubn, wo sich der Biketag entspannt ausklingen lässt.

GENUSSURLAUB, DER ERDET

So klein der Lungau, so groß seine kulinarische Vielfalt. Eachtlinge, Rahmkoch, Hasenöhr oder Schofaufbratl erweitern den Speisehorizont. Zwischen Tauern und Nockbergen prägen Bio-Bauern, Edelbrenner, Spitzenköche und Wirtsleute die Region – stets nach dem Motto »Qualität vor Quantität«. Auf den Teller kommen Spezialitäten wie der aromatische Lungauer Eachtling oder das Schofaufbratl vom Almschaf. Süß wird es mit Rahmkoch, Hasenöhr oder Bauernkrapfen. So wird jede Radtour zur genussvollen Entdeckungsreise, die Naturerlebnis und Kulinarik auf besondere Weise verbindet. ◀

WEITERE INFOS

Genuss-Destination
Salzburger Lungau
lungau.at

Auf den genussvollen Radurlaub spezialisiert:
Velontour
velontour.info

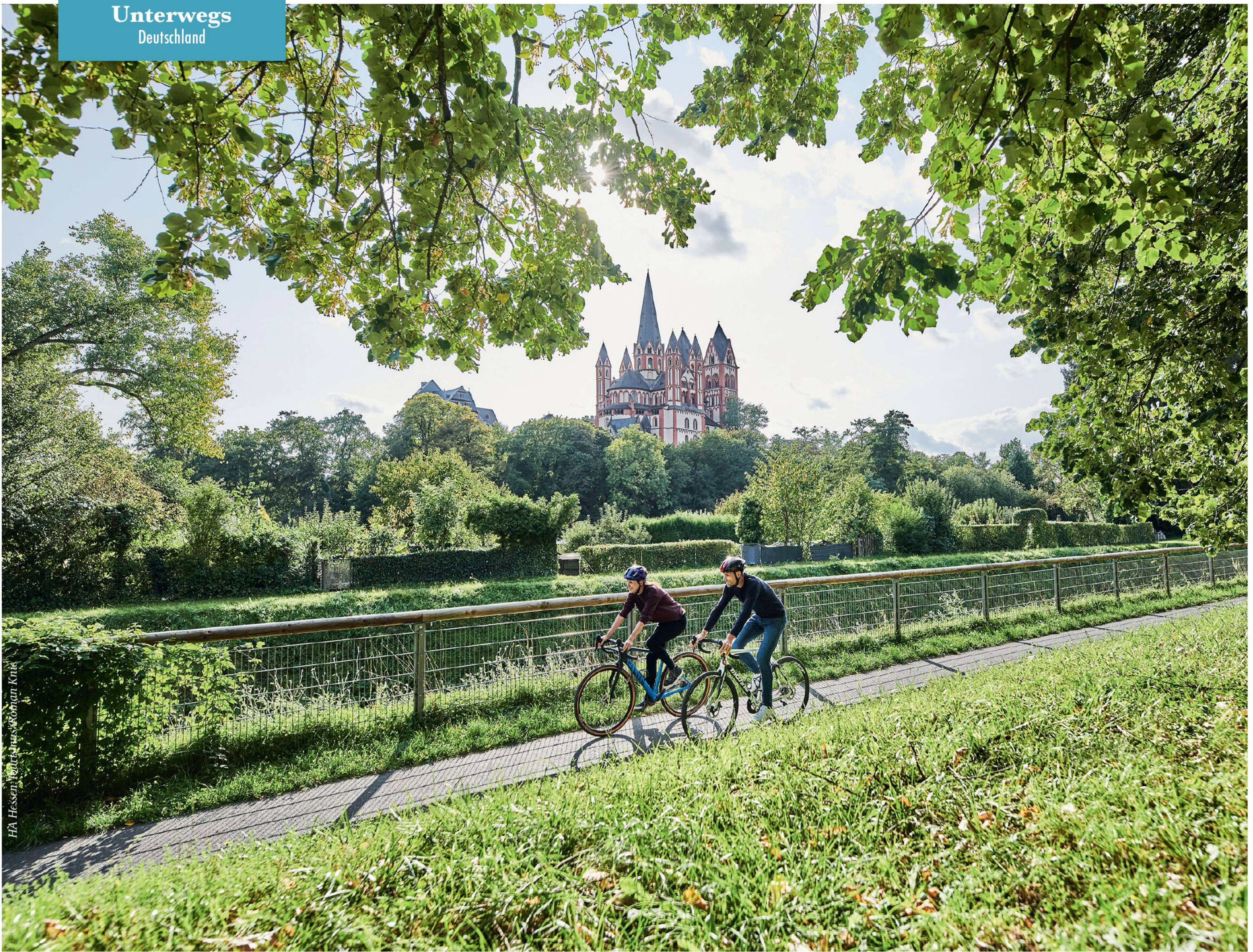
TOUR-FAKTEN

Highlighttour Longa-Route

Schwierigkeit: leicht
Distanz: 11,8 km
Höhenmeter: 420 Hm

Highlighttour Route Muhr

Schwierigkeit: schwer
Distanz: 55 km
Höhenmeter: 719 Hm



HA Hessen, Fotostudio Kötter

Bild oben | Ein gut ausgebautes Radwegenetz führt in Deutschland zu zahlreichen Sehenswürdigkeiten und ermöglicht abwechslungsreiche Touren durch Natur- und Kulturlandschaften.

LANDSCHAFTSPERLEN & KULTURSCHÄTZE

QUER DURCH DEUTSCHLAND

Zwischen Küste, Fluss und Bergen

Küstenbrise oder Wald- und Wiesenduft – oder am liebsten alles zusammen? Deutschland bietet landschaftlich eine beeindruckende Vielfalt. Von der Nord- und Ostseeküste über zahlreiche Mittelgebirge bis hin zum sonnenverwöhnten Süden und den spektakulären Alpenlandschaften kommen besonders Radfahrer voll auf ihre Kosten. Wir haben 12 Vorschläge für Tagestouren und mehrtägige Radabenteuer zusammengestellt, die nicht nur mit reizvollen Landschaften überzeugen, sondern auch kulturell spannende Einblicke in Deutschland bieten.

TEXT: **MICHAEL SCHNEIDER**

Touren für Familien und Genussradler

SAUERLAND:

ROUTE DER NACHHALTIGKEIT

Dauer: 3 Stunden | **Länge:** 30 km | **Gesamtsteigung:** 271 Hm

Die rund 30 Kilometer lange »Route der Nachhaltigkeit« zwischen Brilon-Wald und Bredelar im Sauerland verläuft überwiegend auf ruhigen Forst- und Wirtschaftswegen und ist besonders für Trekkingräder geeignet. Zwei längere Anstiege erfordern eine gewisse Grundkondition, werden jedoch mit beeindruckenden Ausblicken über die waldreiche Mittelgebirgslandschaft im Naturpark Diemelsee belohnt. Entlang der Strecke laden mehrere Rastpunkte zum Verweilen ein, während informative Schautafeln anschaulich nachhaltige Projekte, ökologische Zusammenhänge und innovative Zukunftsideen erklären. So verbindet die Route aktives Naturerlebnis mit Umweltbildung und macht die Auswirkungen nachhaltigen Handelns direkt vor Ort erlebbar.

Weitere Infos: tourismus-brilon-olsberg.de

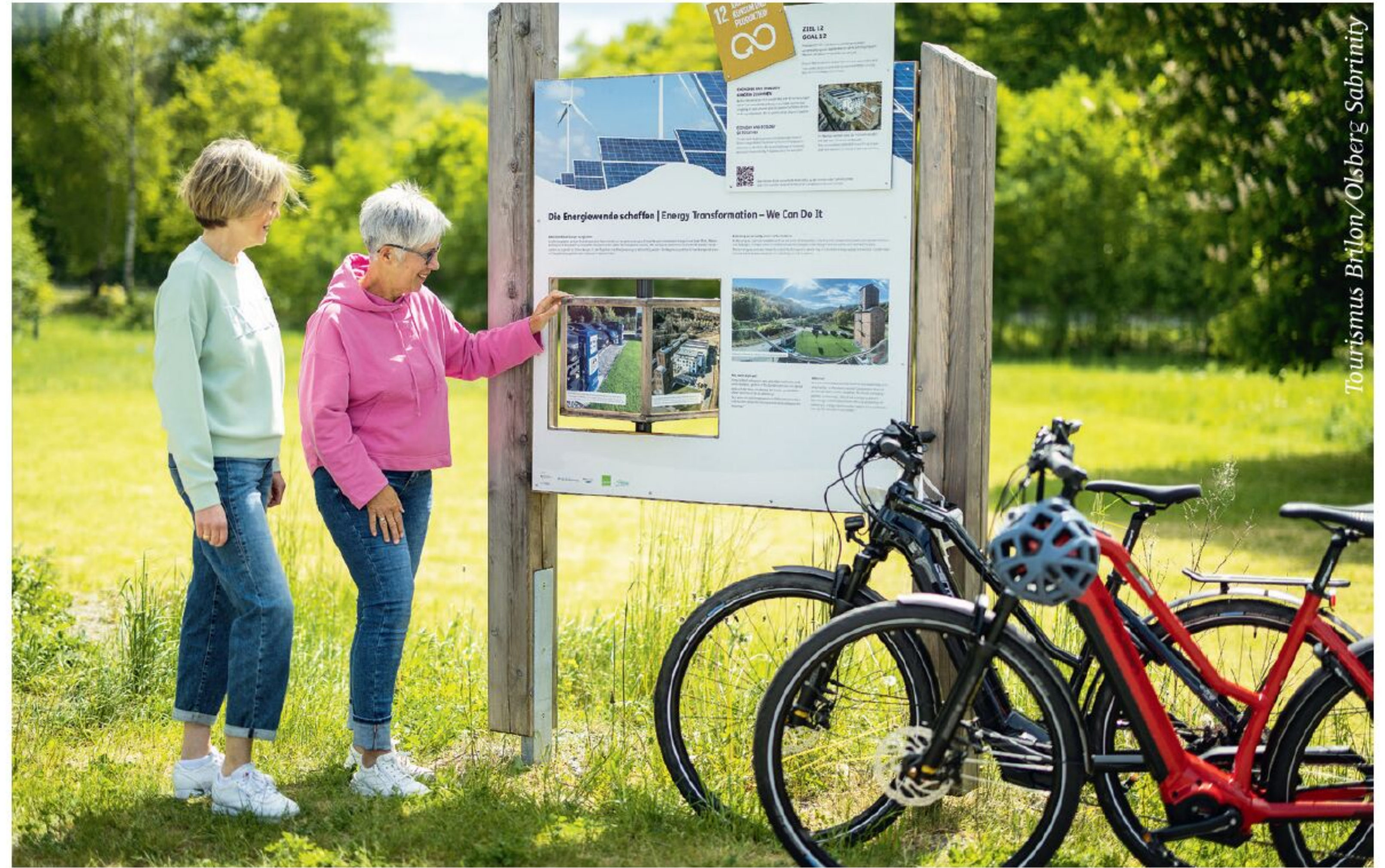


Bild oben | Im Sauerland zeigt die Route der Nachhaltigkeit, wie eine nachhaltige Zukunft praktisch gestaltet werden kann.

RADURLAUB MIT KINDERN:

FAMILIENRADWEG KINZIGTAL

Dauer: 1-2 Tage | **Länge:** ca. 90 km | **Gesamtsteigung:** 189 Hm

Der Familienradweg im Kinzigtal im Schwarzwald erstreckt sich über rund 90 Kilometer von Freudenstadt bis Offenburg und folgt dabei weitgehend dem Verlauf der Kinzig durch das zentrale Schwarzwaldtal. Die Strecke ist überwiegend leicht bis moderat zu fahren und weist nur wenige Steigungen auf, da sie größtenteils talwärts verläuft. Dadurch eignet sie sich besonders gut für Familien und Genussradler. Unterwegs passiert man zahlreiche typische Schwarzwaldorte wie Alpirsbach, Schiltach und Wolfach, die mit gut erhaltenen Fachwerkhäusern, historischen Stadtbildern und kleinen Museen Einblicke in die regionale Kultur bieten. Der Radweg ist meist gut ausgebaut und verläuft abseits stärker befahrener Straßen, häufig direkt entlang des Flusses. Rastplätze und Einkehrmöglichkeiten sind regelmäßig vorhanden, sodass sich die Etappen flexibel planen lassen. Insgesamt verbindet der Kinzigtal-Radweg auf rund 90 Kilometern Naturerlebnis, kulturelle Vielfalt und eine familienfreundliche Infrastruktur.

Weitere Infos: schwarzwald-tourismus.info

Bild unten | Der Schwarzwald begeistert mit abwechslungsreichen Landschaften.



Bild rechts | Das Taubertal rund um Distelhausen ist ein ideales Ziel zum Radfahren entlang der Tauber.



DER KLASSIKER: LIEBLICHES TAUBERTAL

Dauer: 1–2 Tage | **Länge:** 103,6 km | **Gesamtsteigung:** 121 Hm

Der Radweg »Liebliches Taubertal – Der Klassiker« führt auf rund 100 Kilometern von Rothenburg ob der Tauber bis nach Wertheim am Main und ist vom ADFC mit fünf Sternen ausgezeichnet. Die familienfreundliche Strecke verläuft entlang der Tauber durch eine abwechslungsreiche Kulturlandschaft mit Fachwerkstädten, Burgen, Schlössern und sanften Weinbergen. Dabei durchquert sie drei Weinanbaugebiete – Baden, Württemberg und Franken – und verbindet Naturerlebnis mit jahrhundertealter Geschichte. Entlang der Route liegen zahlreiche sehenswerte Orte wie die mittelalterliche Altstadt von Rothenburg ob der Tauber mit vollständig erhaltener Stadtmauer, die Herrgottskirche in Creglingen mit dem Riemenschneideraltar sowie das Renaissanceschloss in Weikersheim mit barockem Garten. In Bad Mergentheim laden Residenzschloss, Kurpark und Wildpark ein, während Tauberbischofsheim mit dem Kurmainzischen Schloss und Museum beeindruckt. Das Kloster Bronnbach bietet Ruhe und Einkehr, und in Wertheim runden Burg, Altstadt und Glasmuseum die Tour ab.

Weitere Infos: liebliches-taubertal.de

Bild unten | Das UNESCO-Welterbe Zollverein in Essen gilt als eines der bedeutendsten Industriedenkmäler Europas.



DURCH DAS RUHRGEBIET: REVIERROUTE »HALDENGÜCK«

Dauer: 2,5 Stunden | **Länge:** 39 km | **Gesamtsteigung:** 190 Hm

Die RevierRoute »HaldenGlück« im Ruhrgebiet ist eine von 17 thematischen Touren durch das dichte Radwegnetz von über 1.500 Kilometern und führt auf rund 39 Kilometern durch eine eindrucksvolle Landschaft aus ehemaligen Bergbauhalden, die heute als grüne Aussichtspunkte neu gestaltet sind. Ausgangspunkt ist die Zeche Zollverein, das UNESCO-Welterbe der Industriekultur, von wo aus die Route über ehemalige Bahntrassen und Grünwege in das nördliche Ruhrgebiet verläuft. Ein erstes Highlight ist die Halde Rheinelbe mit ihrer markanten »Himmelstreppe«, die als Aussichtspunkt über die Region dient. Weiter führt die Strecke über die Erzbahntrasse zur Halde Pluto, von der sich weite Blicke über das dichte Ruhrgebiet eröffnen. Besonders eindrucksvoll ist der Bereich des Landschaftsparks Hoheward, eine der größten Haldenlandschaften Europas mit den Halden Hoheward und Hoppenbruch, Sonnenuhr und Horizontobservatorium.

Weitere Infos: radrevier.ruhr



TYS Tourismus-Marketing Brandenburg GmbH/Steffen Lehmann

Bild oben | Der Hofjagdweg am Schloss Königs Wusterhausen macht die kurfürstliche Jagdtradition erlebbar.

VON BERLIN BIS IN DEN SPREEWALD: HOFJAGDWEG

Dauer: ca. 1 Tag | **Länge:** 68 km |
Gesamtsteigung: maximal 150 Hm

Der Hofjagdweg in Berlin ist eine historische Radroute, die den Spuren der preußischen Kurfürsten und Könige folgt. Einst dienten diese Wege als Verbindungen zwischen dem Stadtschloss und den ausgedehnten Jagdgebieten westlich der Stadt, insbesondere dem Grunewald. Heute führt die Strecke durch grüne Waldlandschaften, vorbei an Seen und ruhigen Lichtungen, und bietet eine naturnahe Auszeit vom Großstadttreiben. Der Hofjagdweg verbindet kulturhistorische Aspekte mit entspanntem Radfahren und macht die Bedeutung der höfischen Jagd im damaligen Preußen erlebbar. Informationstafeln entlang der Route geben Einblicke in die Geschichte der Jagd und die Entwicklung der Landschaft. Der Startpunkt des Hofjagdwegs liegt am Bahnhof Königs Wusterhausen südöstlich von Berlin.

Weitere Infos: dahme-heideseen-naturpark.de



Karja Fouad Vollmer

WASSERSTADT LEIPZIG: NEUSEENLAND-RADROUTE

Dauer: ca. 7 Stunden | **Länge:** 95,7 km |
Gesamtsteigung: 227 Hm

Die Neuseenland-Radroute rund um Leipzig führt rund 100 Kilometer durch das ehemalige Braunkohlerevier, das sich heute zu einer einzigartigen Seenlandschaft entwickelt hat. Vom Leipziger Stadtpark aus erreichen Radfahrer schnell den Cospudener See mit seiner Marina und dem Strand, der besonders im Sommer ein beliebtes Ziel für eine erfrischende Pause ist. Die Strecke verbindet mehrere künstlich entstandene Seen miteinander und bietet abwechslungsreiche Etappen zwischen Natur, Wasser und Freizeitangeboten. Unterwegs laden zahlreiche Badestellen und Uferwege zu Stopps ein, während Aktivangebote wie Wildwasserrafting im Kanupark Markkleeberg, Kitesurfen oder ein Besuch im Freizeitpark Belantis für Abwechslung sorgen. Auch kulturelle Ziele wie die schwimmende VINETA auf dem Störnthaler See oder die Stadt Borna mit ihrer historischen Altstadt und der versetzten Emmauskirche bereichern die Tour.

Weitere Infos: sachsen-tourismus.de

Bild oben | Eine Radtour auf der Neuseenland-Route verbindet abwechslungsreiche Landschaften mit entspanntem Fahrvergnügen am Wasser.

Natur-Erlebnisgebiet Biggeseelistersee

» Mehr als seenswert «



Tourismusverband Biggeseelistersee | www.biggeseelistersee.com | info@biggeseelistersee.de

Rad-Erlebnisse



Tipps für mehrtägige Bike-Abenteuer

VOM WESERBERGLAND BIS ZUR NORDSEE:

WESER-RADWEG

Dauer: 7–10 Tage | **Länge:** 520 km | **Gesamtsteigung:** 412 Hm

Auf rund 520 Kilometern geht es vom Weserbergland in Hann. Münden bis nach Cuxhaven an die Nordsee. Die mehrfach als 4-Sterne-Qualitätsroute zertifizierte Strecke zählt zu den beliebtesten Radfernwegen Deutschlands und verläuft überwiegend auf gut ausgeschilderten Wegen abseits stark befahrener Straßen. Dank geringer Steigungen ist sie besonders für Familien und Genussradler geeignet. Die Route beginnt in der Fachwerk- und Dreiflüssestadt Hann. Münden und folgt der Weser durch das abwechslungsreiche Weserbergland mit historischen Orten wie Höxter und dem UNESCO-Welterbe Schloss Corvey sowie Städten wie Rinteln und Minden. Sagenfiguren wie der Rattenfänger von Hameln prägen die Region kulturell. Weiter nordwärts bestimmen Backsteinarchitektur, Windmühlen und weite Flusslandschaften die Mittelweser. Städte wie Nienburg, Verden und Thedinghausen zeigen bedeutende Bauwerke der Weserrenaissance. In Bremen und Bremerhaven verbinden sich hanseatische Geschichte und maritime Kultur, bevor die Tour am Wattenmeer in Cuxhaven an der Kugelbake endet.

Weitere Infos: weserradweg-info.de

Bild oben | Der Weser-Radweg verbindet Kultur und Landschaft und führt durch historische Städte ebenso wie durch idyllische Natur.

OSTSEEKÜSTENRADWEG:

DER ABSCHNITT ZWISCHEN LÜBECK UND STRALSUND

Dauer: 5–6 Tage | **Länge:** 260 km | **Gesamtsteigung:** 500–600 Hm

Der Teil des Ostseeküstenradwegs zwischen Lübeck und Stralsund führt entlang der deutschen Ostseeküste durch eine abwechslungsreiche Landschaft aus Stränden, Steilküsten, Boddengewässern und kleinen Hafenorten. Ausgangspunkt ist die Hansestadt Lübeck, von wo es über Travemünde mit seiner maritimen Atmosphäre entlang der Küste weiter Richtung Osten geht. Unterwegs prägen feinsandige Strände, Kiefernwälder und Seebäder wie Timmendorfer Strand, Wismar und Kühlungsborn die Strecke. Die historische Hansestadt Wismar beeindruckt mit ihrer Backsteinarchitektur, während die Inseln Poel und Rerik einen ursprünglichen, ruhigen Küstencharakter vermitteln. Weiter östlich sorgen Steilküsten, Häfen und die Hafenstadt Rostock für lebendige Eindrücke. Ein besonderes Naturhighlight ist die Boddenlandschaft rund um Zingst und den Darß. Ziel der Tour ist Stralsund, wo die Reise nach etwa 260 Kilometern endet. Der Radweg ist überwiegend flach und damit ideal für Familien, Genussradler und E-Bikes.

Weitere Infos: ostsee-schleswig-holstein.de, auf-nach-mv.de

Bild rechts | Boltenhagen am Ostseeküstenradweg bietet entspanntes Radfahren mit weitem Meerblick.





Fränkischer WasserRadweg/Jens Wegener

Bild oben | Der Fränkischer WasserRadweg lädt zu abwechslungsreichen Radkilometern entlang von Flüssen, Seen und historischen Wasserbauwerken ein.

ENTSPANNT RADELN AM FLUSS- UND SEEUFER: FRÄNKISCHER WASSERRADWEG

Dauer: ca. 4 Tage | **Länge:** 460 km | **Gesamtsteigung:** 1.500–1.950 Hm

460 Kilometern durch die abwechslungsreiche Mitte Bayerns und verbindet Fluss- und Seenlandschaften mit historischen Städten, Burgen und Schlössern: der Fränkische WasserRadweg hat viel zu bieten. Die gut ausgeschilderte Rundtour verläuft überwiegend entlang von Gewässern und erschließt mit dem Romanischen Franken, dem Naturpark Altmühltal und dem Fränkischen Seenland gleich drei reizvolle Regionen. Unterwegs passieren Radfahrer sehenswerte Orte wie Rothenburg ob der Tauber, Dinkelsbühl, Ansbach, Neumarkt in der Oberpfalz und Gunzenhausen, die mit lebendigen Altstädten und kulturellen Highlights überzeugen. Badeseen und zahlreiche Einkehrmöglichkeiten sorgen für zusätzliche Abwechslung entlang der Strecke. Dank mehrerer kleiner Rundtouren sowie einer großen Gesamtstrecke lässt sich die Route flexibel planen und individuell anpassen.

Weitere Infos: fraenkischer-wasserradweg.de



Bodensee-Königssee-Radweg/Dietmar Denger

Bild | Der Bodensee-Königssee-Radweg führt durch eine eindrucksvolle Kulturlandschaft am Alpenrand und verbindet historische Orte mit Naturpanoramen.

DURCH DIE AUSLÄUFER DER ALPEN: BODENSEE-KÖNIGSSEE-RADWEG

Dauer: ca. 6–9 Tage | **Länge:** 450 km | **Gesamtsteigung:** 3.300–4.500 Hm

Der Bodensee-Königssee-Radweg begleitet Radreisende entlang des deutschen Alpenrands von Lindau bis nach Berchtesgaden. Die Route verbindet alpine Landschaften mit Seen, Mooren und historischen Orten. Höhepunkte sind Chiemsee, Tegernsee und Königssee ebenso wie kulturelle Ziele wie die Wieskirche, Benediktbeuern oder die Königsschlösser Neuschwanstein und Hohenschwangau. Der Weg meidet große Straßen, führt über ruhige Nebenrouten, durch Dörfer, Flusstäler und aussichtsreiche Höhenzüge. Zahlreiche Badeplätze, Einkehrmöglichkeiten und flexible Übernachtungsorte prägen den genussvollen Charakter der Strecke. Trotz einiger Höhenmeter steht nicht sportlicher Ehrgeiz, sondern das bewusste Unterwegssein zwischen Natur, Kultur und Alpenpanorama im Mittelpunkt.

Weitere Infos: bodensee-koenigssee-radweg.de



Emsland Tourismus GmbH (3)



ANZEIGE

EMSLAND-ROUTE & DIE MOORE

»Moor & mehr« zum Jubiläum zweier Naturparke

Seit über 30 Jahren verbindet die Emsland-Route im Nordwesten Deutschlands die schönsten Ziele der Region. Auf rund 395 Kilometern führt sie von der Meyer Werft in Papenburg bis zum Blütenmeer von Emsflower in Emsbüren entlang von Flüssen und durch weite Moorlandschaften, die das Emsland bis heute prägen. Mal leuchtet das Wollgras wie ein weißer Teppich, mal färbt Heide die Flächen violett. Megalithen, Mühlen und Museen laden ebenso ein die Erlebnisse zu vertiefen wie lebendige Städte und idyllische Ortschaften mit ihren Heimathäusern.

Anlässlich der Jubiläen der Naturparke Bourtanger Moor - Veenland und Hümmling ergänzen neun Tagestouren unter dem Motto »Moor & mehr« das Angebot – und machen die zahlreichen Facetten der Moorlandschaften gezielt erlebbar.

Die Route »Gärten & Moore« verbindet etwa blühende Gartenkultur mit stillen Moorpfadern und historischen Anlagen. Grenzenlose Weite bietet die Tour »Moorland«: Sie

führt durch Hochmoore, renaturierte Flächen und Naturschutzgebiete mit seltenen Vogelarten, Schafherden und Stationen wie dem Emsland Moormuseum, dem größten Moormuseum Europas.

Natur und Geschichte vereint die »Hümmlinger Hügel-Tour« rund um Meppen mit Großsteingräbern, alter Mühlentechnik und dem barocken Schloss Clemenswerth. Im Hasetal prägen ruhige Wasserlandschaften das Bild: Die Hase schlängelt sich durch weite Niederungen und Altarme.

Ob Moor, Fluss oder Kultur – die Kombination aus Emsland-Route und Tagestouren zeigt das Emsland von seiner schönsten Seite. Oft genügt ein kurzer Stopp, um die Weite, Ruhe und besondere Atmosphäre dieser Landschaft zu erleben.

Das Tourenheft »Moor & mehr« stellt neben den beiden Naturparken abwechslungsreiche Tagestouren in den Teilregionen Nördliches Emstal, Hasetal und Südliches Emsland vor und ist unter www.emsland.com erhältlich.



WEITERE INFOS

WWW.EMSLAND.COM



Bayreuth-Marketing-Tourismus-GmbH/Meike Kratze

Bild oben | In Bayreuth erwarten Radfahrer historische Anlagen wie die Eremitage mit Sonnentempel und Orangerie.

VON BURG ZU BURG: RADWEG BURGENSTRASSE

Dauer: ca. 10–16 Tage | **Länge:** 840 km | **Gesamtsteigung:** ca. 6.000 Hm

Die 1954 gegründete Burgenstraße zählt zu den ältesten deutschen Ferienstraßen und verbindet auf eindrucksvolle Weise Geschichte, Kultur und Landschaft. Auf rund 840 Kilometern reihen sich über 60 Burgen und Schlösser wie an einer Perlenkette aneinander und begleiten die Radroute von Mannheim bis Bayreuth. Start ist am Barockschloss in Mannheim, von wo aus die Strecke über das Schloss Schwetzingen nach Heidelberg mit seinem berühmten Schloss führt. Entlang des Neckartals prägen Ritterburgen wie Burg Guttenberg die Landschaft, bevor Städte wie Schwäbisch Hall und Rothenburg ob der Tauber folgen. Weitere Höhepunkte sind Bamberg mit der Inselstadt Klein Venedig sowie zahlreiche Festungen wie Veste Coburg und Plassenburg. Ziel ist Bayreuth mit dem Opernhaus und die Eremitage.

Weitere Infos: burgenstrasse.de

IMMER DER LAHN ENTLANG: LAHNRADWEG

Dauer: ca. 3–4 Tage | **Länge:** 244 km | **Gesamtsteigung:** ca. 1.100 Hm

Der Lahnradweg ist eine abwechslungsreiche ADFC-Qualitätsradroute über rund 244 Kilometer und verbindet Natur, Kultur und gut ausgebaute Infrastruktur entlang der Lahn. Startpunkt ist die Lahnquelle im Rothaargebirge, von wo aus die Strecke durch sanfte Mittelgebirgslandschaften in Richtung Süden führt. Erstes größeres Ziel ist Marburg, wo das Landgrafenschloss über der historischen Altstadt thront und das Flair einer traditionsreichen Universitätsstadt spürbar wird. Weiter flussabwärts folgt Gießen, bekannt durch Persönlichkeiten wie Georg Büchner, bevor in Wetzlar Literaturgeschichte rund um Goethe lebendig wird. Mit Weilburg, dem Renaissanceschloss und dem Schiffstunnel, sowie Limburg an der Lahn und Bad Ems folgen weitere kulturelle Höhepunkte. Ziel ist Lahnstein, wo die Lahn in den Rhein mündet.

Weitere Infos: daslahntal.de/entdecken-und-erleben/radfahren/lahnradweg



Lahn-Hessen-Tourismus/Roman Knie

Bild rechts | Eine Radtour entlang der Lahn führt in gemütlichem Tempo durch eine romantische Flusslandschaft.

TRAUMHAFT REISEN

DAS BESTE MIT DEM CAMPER ENTDECKEN!



Ausgabe verpasst?

Kein Problem! Sie können alle bereits erschienenen Ausgaben bequem online nachbestellen.



NEU
im Online-Shop



► Jetzt einfach bequem online bestellen!
shop.msv-medien.de

Telefon: +49 7221 9521-0



FAHRRAD SCHLÄGT AUTO

Citybiker entdecken die Grünzüge



WICHTIGE ECKDATEN ZU DEN TOUREN

Hamburgs Wasserwelten (1)

Länge: 58 km | Höhenmeter: 50 Hm | Start/Ziel: Hauptbahnhof

Berliner Mauerweg Süd (2)

Länge: 69 km | Höhenmeter: 120 Hm | Start/Ziel: Hauptbahnhof

Kölns kulturelle Kreise (3)

Länge: 53 km | Höhenmeter: 150 Hm | Start/Ziel: Hauptbahnhof

Grünes München (4)

Länge: 73 km | Höhenmeter: 320 Hm | Start/Ziel: Hauptbahnhof



Maplibre | @ Komoot | Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

ANREISE

Berlin, Hamburg, Köln und München sind die wichtigsten ICE-Knotenpunkte und täglich vielfach miteinander verbunden ([bahn.de](https://www.bahn.de)). Berlin-München dauert knapp vier Stunden, Hamburg-Köln rund dreieinhalb Stunden. Jede Metropole hat ein dichtes S-Bahn-, U-Bahn- und Busnetz: VBB in Berlin ([vbb.de](https://www.vbb.de)), hvv in Hamburg ([hvv.de](https://www.hvv.de)), VRS in Köln ([vrs.de](https://www.vrs.de)) und MVV in München ([mvv-muenchen.de](https://www.mvv-muenchen.de)). Fernbusse sind eine gute Alternative ([flixbus.de](https://www.flixbus.de)).

ÜBERNACHTUNG

In Deutschlands Großstädten sind Radreisende willkommen. Berlin, Hamburg, Köln und München bieten fahrradfreundliche Unterkünfte direkt an bekannten Routen: am Mauerradweg, am Elberadweg, am Rheinradweg und am Isarradweg. Viele Hotels und Pensionen sind ADFC-zertifiziert und verfügen über abschließbare Abstellräume, Werkzeug und Radkarten. Angebote lassen sich auf bettundbike.de nach Stadt und Ausstattung filtern.

REISEFÜHRER & KARTEN

- KOMPASS Radvergnügen in und um Berlin (KOMPASS-Karten; ISBN 978-3-99121-409-0; 18,95 Euro)
- KOMPASS Radvergnügen in und um Hamburg (KOMPASS-Karten; ISBN 978-3-99121-412-0; 19,95 Euro)
- KOMPASS Radvergnügen in und um München (KOMPASS-Karten; ISBN 978-3-99121-413-7; 18,95 Euro)
- KOMPASS Radvergnügen in und um Köln & Bonn (KOMPASS-Karten; ISBN 978-3-99121-920-0; 19,95 Euro)

WEITERE INFOS

Deutsche Zentrale für Tourismus, Beethovenstraße 69, 60325 Frankfurt am Main, Tel.: +49 69 97464-0, [germany.travel](https://www.germany.travel), [visitberlin.de](https://www.visitberlin.de), [hamburg-tourism.de](https://www.hamburg-tourism.de), [koeln-tourismus.de](https://www.koeln-tourismus.de), [muenchen.travel](https://www.muenchen.travel)

Berlin, Hamburg, Köln, München – vier Städte, und in jeder hat man auf dem Fahrrad ein anderes Feeling. Wer in den Metropolen Deutschlands radelt, kommt näher an das Geschehen heran als Touristen im Reisebus. Entlang der Spree, am Elbufer, über den Rheinboulevard und durch den Englischen Garten rollt man an namhaften Sehenswürdigkeiten vorbei. Wer gut plant, kann tolle Runden in Deutschlands Großstädten erleben – man muss es einfach ausprobieren.

TEXT/BILDER: THORSTEN BRÖNNER

Zugegeben, in Deutschlands großen Zentren brauchen Radler gute Nerven und mitunter einen Schutzengel. Daher sollte man besonders hier auf die bestehenden Radrouten setzen. Rund 1.000 Kilometer Radwege durchziehen Berlin. Wer die Hauptstadt auf zwei Rädern erkundet, begreift schnell: Spree und Havel sind keine Hindernisse, sie sind Einladungen. Am Spreeufer gleiten Radler am Berliner Dom und der Museumsinsel vorbei, der Mauerradweg verbindet Ost und West auf 160 Kilometern. Parks öffnen grüne Schneisen mitten durch den Asphalttschungel. Im Großen Tiergarten verschwindet das Stadtgetöse, im Treptower Park wartet die Ruhe am Wasser. Hamburgs Radfahrer kennen dieses Gefühl: Alster und Elbe legen Leitlinien durch

die Hansestadt. Wer am Ufer des Stroms entlangfährt, passiert die Speicherstadt und die Elbphilharmonie.

In Köln teilt der Rhein die Stadt und verbindet sie zugleich. Die linke und die rechte Seite laden zu Rundtouren ein, der Dom rückt immer wieder ins Bild. München baut auf die Isar: 14 Kilometer schlängelt sich der Gebirgsfluss durch die Landeshauptstadt, gesäumt von Isarauen und dem Englischen Garten. Radler ziehen am Deutschen Museum vorbei, stoppen am Flaucher, atmen Biergartenflair. Deutschlands Großstädte aus dem Sattel kennenzulernen, verspricht intensive Stunden. Parks und Flussufer bieten sichere Strecken. Toll, dass auch E-Bikes und Gravelbikes zu weiteren Entdeckungstouren ins Umland einladen.

Großes Bild links | Entlang des Rheinufer zeigt sich die »Kölner Skyline« von ihrer facettenreichen Seite.



HAMBURG

Hamburg ist mit rund 1,9 Millionen Einwohnern die zweitgrößte Stadt des Landes. Die Stadt ist stark vom Wasser geprägt – Hafenbecken, Kanäle und Alster bestimmen das Stadtbild. Für Radfahrer ergeben sich dadurch viele attraktive Strecken entlang von Ufern und durch Grünanlagen. Das überwiegend flache Gelände erleichtert das Fahren, während ein Netz aus Radrouten gezielt wichtige Stadtteile miteinander verbindet.

Bild oben | Das Hamburger Rathaus spiegelt die Selbstbehauptung der Hansestadt: Der 112 Meter hohe Turm überragt bewusst die Türme der umliegenden Städte Lübeck und Bremen. **Bild rechts |** Das Nikolaifleet war ursprünglich der Hauptmündungsarm der Alster in die Elbe und diente bis ins 19. Jahrhundert als zentraler Umschlagplatz für Waren.

HAMBURGS WASSERWELTEN (58 KM, 50 HM)

Kurz vor Hamburg spaltet sich die Elbe auf. Norderelbe und Süderelbe umschlingen die Stadt, bevor sie sich vereinen und sich zur Nordsee hinwenden. Diese Runde erkundet beide Arme. Am Kai der HafenCity beginnt die Fahrt. Eine Schiffs-tracker-App zeigt, wer gerade einläuft: Kreuzfahrtriesen, Containerschiffe, Tanker – Europas drittgrößter Hafen schläft nie. Radler drehen dem Trubel den Rücken zu und rollen südwärts. Hinter Wilhelmsburg öffnet sich das Terrain. Deiche nehmen die Ufer in Obhut, das Land flacht ab, der Himmel wächst. Im Gebiet der Vier- und Marschlande gleitet der Blick über 13.163 Hektar Marschland – Deutschlands größtes zusammenhängendes Blumenanbaugelände. Stromaufwärts geht es entlang der Süderelbe Richtung Osten.

Das 1621 erbaute Fährhaus Zollenspieker markiert die Wende der Radrunde. Am südlichsten Punkt Hamburgs bei Elb-Kilometer 598 legt die Fähre nach Hoopste ab – seit 1252 verbindet sie beide Ufer. Wenig später taucht der Hohendeicher See auf. Füße ins Wasser, Pause. Zurück leitet der Elbdeich. Mit jedem Kilometer wächst die Skyline, bis die Glas-Wellen-Fassade der Elbphilharmonie über dem Wasser aufsteigt. 2017 eröffnet, thront das Konzerthaus auf dem alten Kaispeicher A, 110 Meter hoch. Hafen, Alster und Michel – diese drei Klassiker sind ein Muss in der Hansestadt Hamburg. Es gibt weitaus mehr zu entdecken, wie beispielsweise die größte Modelleisenbahn der Welt

im Miniatur Wunderland in der Speicherstadt. Ein weiterer Publikumsliebbling ist der Hamburger Fischmarkt. Eben noch Stille über dem Hohendeicher See, jetzt Pflastersteine, Möwenrufe und das Rauschen der HafenCity. Der Wechsel trifft wie eine Welle – und Hamburg gewinnt jedes Mal.





BERLINER MAUERWEG SÜD (69 KM, 120 HM)

In der Nacht vom 12. auf den 13. August 1961 gingen im geteilten Berlin die Lichter aus. Was danach entstand, prägte 28 Jahre die Stadt: Beton, Stacheldraht, Schießbefehl. Mindestens 140 Menschen starben. Am 9. November 1989 fiel die Mauer, friedlich, von innen heraus. Heute leitet ein Radweg dort entlang, wo einst Grenzsoldaten patrouillierten. Radler steuern zuerst das Brandenburger Tor an. Pflastersteine markieren den Mauerverlauf. Die Fahrt führt westwärts, durch den Großen Tiergarten, das frühere kurfürstliche Jagdrevier. Dann geht es südwärts durch Schöneberg, Steglitz und Tempelhof. Der Berliner Mauerweg folgt dem Zollweg und dem DDR-Kolonnenweg. Asphalt wechselt mit Schotter. An über 40 Stationen halten Tafeln die Erinnerung an die Geschichte wach.

Dann folgt eine Passage am Teltowkanal. Der 1906 eröffnete Wasserweg bildete die Grenze zwischen West-Berlin und der DDR. Die östliche Böschung gehörte zur Todeszone. Wer die wenigen Meter schwimmend überwinden wollte, riskierte sein Leben. Man radelt am Ufer entlang. Die Posten sind verschwunden. Da ist nur Wasser und Wald. Im Süden verläuft die Radroute längs der Grenze, die Berlin von Brandenburg trennt. Der östliche Teil durch Neukölln und Treptow zurück zur Spree verdichtet das Bewusstsein für das Gewesene.

An der Mühlenstraße in Friedrichshain hält man inne. Das längste erhaltene Mauerstück wartet: die East Side Gallery. Im Frühjahr 1990 bemalten

118 Künstlerinnen und Künstler aus 21 Ländern die 1.316 Meter Beton. Der Bruderkuss zwischen Breschnew und Honecker grüßt Besucher aus Nah und Fern. Seit 1991 steht das Stück unter Denkmalschutz. Am Brandenburger Tor, wo dieser Ritt begann, war das alles noch undenkbar.



BERLIN

Berlin ist mit rund 3,9 Millionen Einwohnern die größte Stadt des Landes. Charakteristisch sind die großen Distanzen, zahlreiche Gewässer und eine vergleichsweise lockere Stadtstruktur. Für Radfahrer ergibt sich ein vielseitiges Umfeld: Neben stark befahrenen Hauptstraßen existieren viele ruhige Nebenrouten. Neue Radwegeprojekte und breite Trassen verbessern schrittweise die Infrastruktur im gesamten Stadtgebiet.

Bild oben | Vor dem Berliner Reichstag liegt der Platz der Republik, dessen weiträumige Grünfläche bis heute ein beliebter Treffpunkt für Berliner und Besucher der Stadt ist.

Bild links | Kaiser Wilhelm II. ließ den Berliner Dom als Hauptkirche des Protestantismus errichten, nach seinem Willen als Antwort auf den Petersdom in Rom.



KÖLN

Köln direkt am Rhein zählt etwa 1,1 Millionen Einwohner. Als eine der ältesten Großstädte des Landes verbindet sie historische Strukturen mit dichter urbaner Bebauung. Für Radfahrer spielt der Rhein eine zentrale Rolle: Entlang des Flusses verlaufen wichtige Nord-Süd-Verbindungen. Innerhalb der Stadt wird das Radwegenetz kontinuierlich ausgebaut.

Bild oben | Das Kölner Panorama am Rhein zeigt den gotischen Dom mit seinen 157 Meter hohen Türmen, der 1248 begonnen und erst 1880 vollendet wurde.

KÖLNS KULTURELLE KREISE (53 KM, 150 HM)

Köln hatte eine Stadtmauer. Dann eine zweite. Dann zwölf preußische Forts. Schließlich schleifte man alles. Und baute daraus einen Grünzug, durch den Radler heute wie durch ein freiliegendes Geschichtsbuch ziehen. Am Dom vorbei, dessen zwei Türme den Himmel zerteilen, steuert man nach Süden. Der äußere Grüngürtel nimmt einen auf. Er wurde ab 1923 auf dem Gelände des einstigen Festungsrings angelegt. Wer hier radelt, fährt auf Trümmerresten von Forts, die Preußen zwischen 1816 und 1863 errichtete. Längst sind sie Wiesen und Waldstreifen. Der Militärring durchzieht das Areal. Gemütlich geht es vom Kalscheurer Weiher zum Decksteiner Weiher, ein ehemaliges Schussfeld, heute Freizeitgelände. Am Felsengarten halten Radler inne: Tuffstein und Basalt ragen aus dem Grün. Bei Kilometer 31 taucht der Rhein auf.

Man dreht den Lenker nach Süden und folgt dem Uferweg bis zum Friedenspark. Einst stand

hier Fort I, heute blühen auf seinen Terrassen Blumenbeete. Im Volksgarten steckt ein Stück jener Zeit: Ab 1887 entstand auf dem Areal des preußischen Forts IV ein Park, der erste Teil des späteren Inneren Grüngürtels. Wenige Pedalumdrehungen entfernt liegt der Hiroshima-Nagasaki-Park auf einem Trümmerberg aus Kriegsschutt. Ein Mahnmahl mit einem Origami-Kranich erinnert an die Atombombenopfer von 1945. Danach folgt die Grünfläche, benannt nach Zirkusdirektorin Carola Williams, die 1950 dem 1. FC Köln einen Geißbock schenkte und damit die Maskottchen-Tradition der Geißböcke begründete.

Am Tourenende taucht der Dom wieder auf. Man legt den Kopf in den Nacken und begreift: Dieser Steinkoloss war einst durch die mächtigste Stadtbefestigung nördlich der Alpen geschützt. Heute umgibt ihn ein Grüngürtel, den man gerade durchfahren hat.



TIPP DES AUTORS

Sicherheit geht vor

Wer in einer deutschen Großstadt mit dem Fahrrad unterwegs ist, sollte Hauptverkehrsstraßen meiden und ausgeschilderte Radwege, Fahrradstraßen und verkehrsberuhigte Nebenstraßen nutzen. Dort ist das Vorankommen entspannter und das Risiko gefährlicher Situationen deutlich geringer. Viele Kommunen haben in den letzten Jahren eigene Radroutennetze aufgebaut, die Wohngebiete direkt mit Innenstadt und Bahnhöfen verbinden. Wer vorab eine Karte studiert, findet schnell die sichersten Passagen ans Ziel.

 [adfc.de](https://www.adfc.de)



GRÜNES MÜNCHEN (73 KM, 320 HM)

Antikensammlungen, Wildschweine und Alpenblick – passt nicht zusammen? Doch, und wie das passt! Auf dieser Radrunde in den Süden von München reihen sich die Gegensätze aneinander. Am Hauptbahnhof steigen Radler in den Sattel und rollen zum Königsplatz. Dort stehen die Propyläen, die Glyptothek und die Antikensammlungen. Der Weg führt zum Hofgarten, wo unter den Arkaden Einheimische wie Touristen flanieren. Wenig später empfängt die Isar als grüne Lebensader. Auf dem Flussradweg geht es stromaufwärts, vorbei am Flaucher. Rechter Hand der Tierpark Hellabrunn, Münchens Zoo mit rund 500 Tierarten.

Westlich von Pullach öffnet sich das Gatter zum Forstenrieder Park. Über 37 Quadratkilometer erstreckt sich das Waldgebiet. Beim Radfahren begegnet man oft Wildschweinen, die im Eichen- und Mischwald nach Futter suchen. Die Route führt durch Buchendorf zum Leutstettener Moos. Feuchtwiesen, Schilf und Erlenbrüche prägen das Schutzgebiet. Hinter dem Moor weitet sich das Terrain. Plötzlich liegt er da: der Starnberger See. Er erstreckt sich malerisch in den Hügeln. Weit im Süden geht der Blick zu den Bayerischen Alpen.

So schön es hier ist, die Weiterfahrt lohnt. Auf dem Würm-Radweg folgt die Schleife dem Seeabfluss und taucht in eine Schlucht ein. Das Wasser rauscht, während die Räder durch Gauting, Krailing und Planegg nach Gräfelfing und Pasing rollen. Im Finale wartet das Schloss Nymphenburg.

Erst radelt man ruhig am Park entlang, dann offenbart sich voraus die riesige Schaufassade. Die Sommerresidenz der Wittelsbacher erstreckt sich auf etwa 230 Hektar. Kanäle durchziehen den Park, Skulpturen zieren die Wege. Südöstlich davon folgt unser letzter Stopp – der Königliche Hirschgarten. Prost auf diese Runde! ◀



MÜNCHEN

München – mit rund 1,6 Millionen Einwohnern – ist vor allem durch seine Nähe zu den Alpen und zum Voralpenland geprägt. Innerhalb der Stadt sorgen breite Straßen und ein strukturiertes Wegenetz für gute Bedingungen im Radverkehr. Gleichzeitig dienen die Isarauen als zentrale Achse für den Freizeitverkehr. Von hier aus führen viele Routen direkt ins Umland.

Bild oben | Schloss Nymphenburg im Münchner Westen zählt zu den größten Barockschlössern Europas und wurde ab 1664 als Sommerresidenz der Wittelsbacher erbaut. **Bild links** | Der 291 Meter hohe Olympiaturm im Münchner Olympiapark ist das höchste Bauwerk der Stadt und wurde 1968 eröffnet.

Unser Tipp **BEST OF** Hamburg

Die Speicherstadt in Hamburg ist das größte zusammenhängende Lagerhauskomplex der Welt und UNESCO-Welterbe. Sie wurde zwischen 1883 und 1927 auf tausenden Eichenpfählen erbaut und besticht durch ihre einzigartige neugotische Architektur. Besucher erleben dort historische Backsteinarchitektur, Kanäle und Brücken, die das Viertel prägen. Zu den Highlights zählen das Miniatur Wunderland mit der größten Modelleisenbahnanlage der Welt, das Hamburg Dungeon – eine interaktive Reise durch 600 Jahre dunkler Hamburger Stadtgeschichte – sowie verschiedene Museen und Ausstellungen. Auch Spaziergänge entlang der Flotte bieten Einblicke in die Hafen- und Handelsgeschichte der Stadt.

📄 hamburg-tourism.de



Mediaserver Hamburg/Andreas Vallbracht

Beeindruckende Backsteinarchitektur

Event-Tipp: Die jährlich stattfindende altonale in Hamburg hat sich in den letzten Jahren bei über 200.000 Besuchern als eine der beliebtesten Veranstaltungen im Norden Deutschlands etabliert. Vom 12. Juni bis zum 21. Juni 2026 dreht sich in Altona alles um Musik, Film, Theater, Kunst, Tanz, Literatur und Street Art.

📄 altonale.de

Berlins größter Freiraum



visitberlin/Wolfgang Scholvien

Unser Tipp **BEST OF** Berlin

Das Tempelhofer Feld in Berlin ist aus dem ehemaligen Flughafen Tempelhof hervorgegangen und wurde nach der Schließung in eine öffentliche Freifläche umgewandelt. Heute dient das Gelände als weitläufiger Freizeit- und Erholungsraum mitten in der Stadt. Besucher nutzen die ehemaligen Start- und Landebahnen zum Radfahren, Skaten oder Joggen. Auch Drachensteigen, Picknicks und Urban Gardening sind feste Bestandteile der Nutzung. Das Tempelhofer Feld ist mit über 300 Hektar eine der größten innerstädtischen Freiflächen der Welt und ein Raum für Sport, Entspannung und bürgerschaftliche Projekte.

📄 tempelhoferfeld.de

Schon gewusst? Mit dem Ende des Flugbetriebs hat sich auf dem Tempelhofer Feld eine Flora und Fauna entwickelt, die auch gepflegt werden muss. Diese »natürliche« Pflege übernimmt heute eine Herde von ca. 100 Skudden-schafen, die auf der fest eingezäunten Feldlerchenschutzzone (ca. 23 Hektar) sowie auf wechselnden Flächen verteilt über das Feld zum sukzessiven Abweiden und Pflegen eingesetzt wird.

Unser Tipp **BEST OF** Köln



Das Deutsche Sport & Olympia Museum in Köln zeigt die Geschichte des Sports von der Antike bis zur Gegenwart. Besucher finden hier originale Exponate aus dem Olympiasport, historische Ausrüstung und multimediale Inszenierungen bedeutender Sportereignisse. Interaktive Stationen ermöglichen es, sportliche Leistungen selbst auszuprobieren oder nachzuvollziehen. Neben dem Profisport werden auch Alltags- und Breitensportthemen behandelt. Sonderausstellungen greifen aktuelle Entwicklungen im internationalen Sportgeschehen auf. Das Museum liegt direkt am Rheinufer im Stadtteil Altstadt-Süd, was das Museumserlebnis zusätzlich ergänzt.

📄 sportmuseum.de

Einen Abstecher wert: Die Kölner Altstadt ist das historische Herz der Stadt und liegt nur etwa zehn bis 15 Gehminuten vom Deutschen Sport & Olympia Museum entfernt. Sie besticht durch enge, kopfsteingepflasterte Gassen, bunte Giebelhäuser und die ausgeprägte kölsche Brauhauskultur. Trotz der Zerstörungen im Zweiten Weltkrieg wurde die Altstadt in weiten Teilen rekonstruiert und prägt heute wieder das historische Stadtbild.



Unser Tipp **BEST OF** München

Urbanes Szene-Viertel

Das Werksviertel in München ist ein Stadtentwicklungsgebiet am östlichen Rand der Innenstadt, direkt am Ostbahnhof gelegen. Das Areal entstand auf dem Gelände ehemaliger Industrie- und Gewerbebetriebe. Heute befindet sich das Viertel in einem fortlaufenden Veränderungsprozess hin zu einem gemischt genutzten Stadtquartier. Charakteristisch ist die Verbindung von Bestandsarchitektur und Neubauten, die Wohnen, Arbeiten, Kultur und Freizeit auf engem Raum vereinen. Ein markantes Element ist das sogenannte »Kunstareal im Kleinen« mit Street-Art und wechselnden, zeitlich begrenzten Nutzungen.

📄 muenchen.travel

Lohnenswert: Der Monopteros im Englischen Garten – ein 16 Meter hoher, runder Ziertempel im griechischen Stil – ist gleichermaßen bekannt und beliebt: Die Aussicht von oben ist grandios und bei Sonnenschein und Herbstfarben macht die Silhouette der Altstadt gleich noch mehr her. Vom Monopteros aus sieht man den Englischen Garten in seinen schönsten Facetten. Der Rundbau wurde 1836 samt Hügel in die südliche Parklandschaft eingefügt.

E-MOUNTAIN BIKE TOUREN

NEU NACH FREI SEIN. **E-MOUNTAIN BIKE TOUREN** #wir_leben_outdoor

40 IDEEN
für einen gelungenen Bikeurlaub

Maximaler Trailspaß
in Deutschland und Europa

HOTSPOT SCHWEIZ
Downhill par excellence

HOCHWANNER
Bike & Hike in Tirol

IM CHECK
12 BRANDNEUE E-FULLYS
Die besten Modelle in der Übersicht

VAL DI FASSA
Klassiker im Trentino

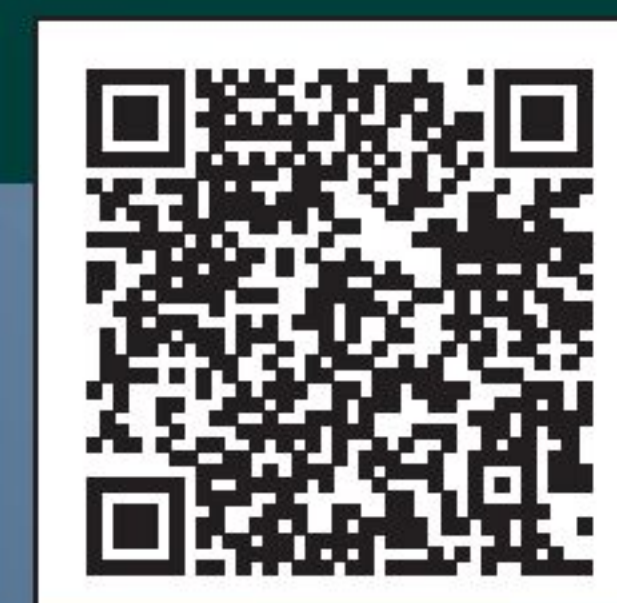
EXTRA
IM RAUSCH DER GESCHWINDIGKEIT
Top Bike-Reviere in Deutschland

DEUTSCHLAND 6,50 € | SCHWEIZ 11,90 CHF | ÖSTERREICH 7,20 € | LUX 7,70 € | BE 7,70 € | ITALIEN 8,20 €

+++ FLACHAU HOTEL DIPS & DROPS + FLIMS LAAX TRAUMZIEL IN GRAUBÜNDEN +++

**Jetzt
NEU**
im Online-Shop!

► Jetzt einfach bequem online bestellen unter: **shop.msv-medien.de**
Telefon: +49 7221 9521-0





Ausgabe verpasst?

Kein Problem! Sie können die bereits erschienene erste Ausgabe bequem online nachbestellen.

E-MOUNTAIN BIKE TOUREN #wir_leben_outdoor **100% ADVENTURES FUN**

35 TIPPS UND IDEEN für einen aktiven Bikeurlaub

Die schönsten Abenteuer in Europa und weltweit

WILDES IRLAND
Inseltrails der Spitzenklasse

EXTRA SILBERREGION KARWENDEL
Plus 20 Seiten MTB-Touren

VOLLE E-POWER
12 FULLYS IM CHECK
Alleskönner voller Power in der großen Übersicht

GEWINNSPIEL
Jetzt mitmachen und eine Sonnenrad Aktiv von Amazfit gewinnen!
www.auf-stein.de

MAGISCHES TRENTINO
Sonne tanken in Italien

TOP 10 TRAUMHAFTE TRAILS
Die besten Spots im Alpenraum

+++ BIULEZEN! ABENTEUER IN MALAYA • LÄUTEN! SPASSGARANT IN ITALIEN +++

UNTERWEGS AUF ASPHALT, SCHOTTER UND WALDWEGEN

ECHE VIELSEITER

9 Bike-Modelle für Alltagseinsatz und Entdeckungsfahrten

Beim Thema Fahrrad hat jeder seine eigenen Vorlieben – sei es beim Material, bei der Ausstattung oder der Entscheidung für oder gegen einen E-Antrieb. Eine Eigenschaft müssen jedoch alle Räder erfüllen: Zuverlässigkeit auf möglichst vielen Untergründen. Unser Markteinblick stellt neun verschiedene Bikes aus den Kategorien Trekkingrad, E-SUV und Gravelbike vor, die jeweils mit unterschiedlichen Ausstattungsmerkmalen und Einsatzschwerpunkten überzeugen.

TEXT: **MICHAEL SCHNEIDER** BILDER: **HERSTELLER**



KLASSISCHER EINSTIEG: TREKKINGBIKES

Das Trekkingrad gilt als klassischer Einstieg in die Welt des Radreisens. Eine komfortable, aufrechte Sitzposition, eine breit abgestufte Schaltung sowie die vollständige Ausstattung mit Gepäckträger, Schutzblechen und Lichtanlage machen es sowohl für den täglichen Arbeitsweg als auch für längere Urlaubsfahrten geeignet. Sein Haupteinsatzgebiet sind überwiegend befestigte Wege. Dort zeigt es ein ausgewogenes und zuverlässiges Fahrverhalten. Grenzen treten in der Regel erst dann auf, wenn der Untergrund deutlich anspruchsvoller wird oder sehr hohe Zuladungen transportiert werden müssen.



TOUT TERRAIN

Silkroad II 275 Select 3.1

Rahmen/Gabel	Stahl/Stahl
Rahmenformen	Diamant
Bremsen	Magura MT4 (180/160 mm)
Schaltung	Rohloff Speedhub 500/14 A12
Reifen	Continental Pure Contact, 50-584
Beleuchtung	Scheinwerfer busch+müller IQ-XS, Rücklicht Line Small
Gewicht	k. A.
Preis	ab 5.349 Euro
Hersteller	tout-terrain.de

Beschreibung:
Das Silkroad II 275 Select 3.1 ist ein modernes Reiserad für anspruchsvolle Radreisende, die kompromisslose Robustheit und maximale Flexibilität suchen. Der Stahlrahmen bildet das stabile Fundament: langlebig, belastbar und dank seiner natürlichen Dämpfungseigenschaften besonders komfortabel. Herzstück des Antriebs ist die Rohloff Speedhub 500/14 mit A12-Steckachsenstandard. Die Nabenschaltung bietet 14 gleichmäßig abgestufte Gänge und gilt als äußerst zuverlässig und nahezu unverwundlich. Der integrierte Tout-Terrain-Gepäckträger erhöht die Gesamtsteifigkeit und sorgt dafür, dass das Rad auch bei voller Beladung, hohen Geschwindigkeiten und auf rauem Untergrund sicher und kontrolliert bleibt. Mit 50 Millimeter breiten Continental-Pure-Contact-Reifen bietet das Silkroad eine komfortable und pannensichere Basis, die sowohl auf Asphalt als auch auf Schotter überzeugt. Die hochwertige busch+müller-Lichtanlage macht das Rad voll tourentauglich. Insgesamt ist das Silkroad II 275 Select 3.1 eine gute Wahl für alle, die ein langlebiges, vielseitiges und extrem belastbares Tourenrad suchen.



VELOTRAUM

Rooter R2 Edition

Rahmen/Gabel	Aluminium/Aluminium
Rahmenformen	Diamant
Bremsen	Shimano Alfine (180/180 mm)
Schaltung	Shimano Deore XT 3x10
Reifen	Schwalbe Marathon, 55-584
Beleuchtung	Scheinwerfer SON Edelux II, Rücklicht busch+müller Toplight Line Plus
Gewicht	14,5 kg
Preis	ab 3.950 Euro
Hersteller	velotraum.de

Beschreibung:
Das Velotraum Rooter R2 Edition ist ein vielseitiges Trekkingrad mit Fokus auf Stabilität und Alltagstauglichkeit. Der Aluminiumrahmen ist auf eine komfortable, aufrechte Sitzposition ausgelegt und ermöglicht ein ausgewogenes Fahrverhalten sowohl im Stadtverkehr als auch auf längeren Strecken. Die 27,5-Zoll-Laufräder mit 55 Millimeter breiten Reifen verbessern den Fahrkomfort auf unebenem Untergrund und erlauben zugleich den Einsatz auf leichtem Gelände. Die Shimano Deore XT 3x10-Schaltung bietet eine breite Übersetzungsbandbreite für flache Etappen ebenso wie für steilere Anstiege. Hydraulische Scheibenbremsen sorgen für zuverlässige Bremsleistung bei unterschiedlichen Wetter- und Beladungsbedingungen. Zur Ausstattung gehören ein SON-Nabendynamo mit Edelux-II-Scheinwerfer, Schutzbleche sowie ein Gepäckträger, wodurch das Rad ohne zusätzliche Komponenten einsatzbereit ist. Insgesamt ist das Rooter R2 Edition auf den täglichen Einsatz, längere Touren und Radreisen ausgelegt und verbindet eine robuste Konstruktion mit einer praxisorientierten Ausstattung.



CONTOURA

Fe-17

Rahmen/Gabel	Stahl 25CR-Mo4/Aluminium
Rahmenformen	Diamant/Trapez
Bremsen	Shimano Deore (180/160 mm)
Schaltung	12-Gang Pinion C1.12/ 18-Gang Pinion P1.18
Reifen	Continental Race King, 55-584
Beleuchtung	Scheinwerfer busch+müller IQ-X, 100 Lux/Rücklicht Toplight
Gewicht	17,0 kg
Preis	ab 3.649 Euro/4.299 Euro
Hersteller	contoura.de

Beschreibung:
Die Basis des Contoura Fe-17 bildet ein robuster Rahmen aus 25CrMo4-Stahl, dessen Geometrie auf eine leicht geneigte, langstreckentaugliche Sitzposition ausgelegt ist. Das Pinion-Getriebe, wahlweise mit zwölf oder 18 Gängen, bietet eine fein abgestufte Übersetzungsbandbreite und deckt damit unterschiedlichstes Terrain ab. In Kombination mit dem Gates-Riemenantrieb entsteht ein nahezu wartungsfreies Antriebssystem. Hydraulische Scheibenbremsen von Shimano mit 180/160-mm-Bremsscheiben sorgen für zuverlässige Verzögerung bei Nässe und unter hoher Beladung. Die 27,5-Zoll-Laufräder unterstützen ein agiles Handling, während die voluminöse Continental Race King-Bereifung Dämpfung und Traktion verbessert. Für den Transport stehen Tubus Vega-Gepäckträger zur Verfügung; zudem lässt sich ein Lowrider an der Gabel nachrüsten, was die Reisetauglichkeit erhöht. Die Lichtanlage mit busch+müller IQ-X Scheinwerfer ist auf hohe Sichtbarkeit ausgelegt. Insgesamt ist das Fe-17 auf lange Strecken, hohe Laufleistungen und einen wartungsarmen Einsatz im Alltag wie auf Touren ausgelegt.

VOLLAUSSTATTUNG: E-SUV-BIKES

Ob für das tägliche Pendeln im Stadtverkehr oder längere Touren auf Schotterwegen: E-SUVs sind als vielseitige Allrounder konzipiert und verzichten weitgehend auf eine klare Spezialisierung zugunsten einer breiten Einsatzfähigkeit. Unser Markteinblick stellt drei aktuelle Modelle gegenüber und zeigt, wie dieser Fahrradtyp technisch und konzeptionell umgesetzt ist – und welche Eigenschaften sich daraus im Alltag und auf Tour ergeben.



KALKHOFF
Entice 7+ Excite ABS

Rahmen	Aluminium
Fahrwerk (Gabel/Dämpfer)	SR Suntour Mobie36, 130 mm Federweg
Motor	Bosch Performance Line CX
Akku	Bosch PowerTube 900 Wh
Bremsen	hydraulische Scheibenbremsen 203/203 mm
Schaltung	Shimano Cues, 11-fach
Reifen	Schwalbe Johnny Watts 365
Beleuchtung	Supernova Mini 3 Pro, Rücklicht Trelock COB Line
Gewicht	35 kg
Zulässiges Gesamtgewicht	170 kg
Preis	6.999 Euro
Hersteller	kalkhoff-bikes.com

Beschreibung:
Das Kalkhoff Entice 7+ Excite ABS ist ein vollgefedertes E-SUV für Alltag, Touren und anspruchsvollere Streckenprofile. Angetrieben wird es vom Bosch Performance Line CX-Mittelmotor mit bis zu 100 Nm Drehmoment, der auch an steilen Anstiegen und bei höherer Zuladung eine kraftvolle Unterstützung bietet. Ein wesentliches Sicherheitsmerkmal ist das integrierte Bosch E-Bike ABS, das das Blockieren des Vorderrads bei abrupten Bremsmanövern reduzieren und so die Stabilität in kritischen Situationen erhöhen soll. Für eine hohe Reichweite sorgt der Bosch PowerTube Akku mit 800 Wh, der je nach Bedingungen und Fahrweise Reichweiten von bis zu etwa 160 Kilometern ermöglicht. Das Bosch Kiox 500 Display liefert dabei gut ablesbare Fahr- und Systemdaten. Geschaltet wird mit einer Shimano Cues 11-Gang-Kettenschaltung, die auf robuste und präzise Gangwechsel ausgelegt ist. Der Rahmen ist in unterschiedlichen Geometrien erhältlich, wodurch sowohl Komfort- als auch sportlich orientierte Sitzpositionen abgedeckt werden. Die Gesamtgeometrie ist auf ein ausgewogenes Fahrverhalten zwischen Komfort und Kontrolle ausgelegt.



HERCULES
NOS FS SUV 4.3

Rahmen	Aluminium
Fahrwerk (Gabel/Dämpfer)	Suntour Zeron 36, 130 mm Federweg/ Suntour Edge Plus 2CR, 120 mm Federweg
Motor	Bosch Performance Line CX
Akku	Bosch PowerTube 800 Wh
Bremsen	Shimano MT420, 203/203 mm
Schaltung	Shimano Cues RD-U4000, 9-Gang
Reifen	Schwalbe Smart Sam, 57-622
Beleuchtung	Hercules FS-52EB, Rücklicht Hercules RZ 100
Gewicht	keine Angabe
Zulässiges Gesamtgewicht	150 kg
Preis	5.499 Euro
Hersteller	hercules-bikes.de

Beschreibung:
Das Hercules NOS FS SUV 4.3 ist als komfortorientiertes E-SUV für Alltag, Pendelstrecken und Touring ausgelegt. Der moderate Radstand unterstützt eine aufrechte, entspannte Sitzposition und trägt zu einem ruhigen, gut kontrollierbaren Fahrverhalten bei. Für Komfort auf unterschiedlichen Untergründen sorgt ein vollgefedertes Fahrwerk: vorne arbeitet eine Suntour-Zeron-36-Federgabel mit 130 Millimeter Federweg, hinten ein Suntour Edge Plus 2CR Dämpfer mit 120 Millimeter Federweg. Die Abstimmung zielt auf eine effektive Dämpfung von Unebenheiten wie Kopfsteinpflaster, Schlaglöchern oder unbefestigten Wegen ab und stabilisiert das Fahrverhalten auch abseits asphaltierter Strecken. Die Schwalbe Smart Sam-Reifen mit breitem Volumen und profilierter Lauffläche bieten zusätzliche Dämpfung und Traktion, bleiben aber auch auf Asphalt effizient genug für längere Strecken. Für Transportaufgaben ist das Bike mit einem stabilen Heckträger samt MonkeyLoad-System ausgestattet, das eine sichere Befestigung kompatibler Taschen und Körbe ermöglicht. Optional lässt sich das System um einen Fronträger erweitern.



KTM
Macina Every 820 Belt

Rahmen	Aluminium
Fahrwerk (Gabel/Dämpfer)	Suntour Mobie34-Federgabel
Motor	Bosch Performance Line CX
Akku	PowerTube 800 Wh
Bremsen	Shimano MT402 (180/180 mm)
Schaltung	Enviolo Automatiq
Reifen	Schwalbe Johnny Watts RaceGuard, 60-622
Beleuchtung	Lite-move AE-200, Rücklicht busch+müller Dart brex
Gewicht	ca. 30,9 kg
Zulässiges Gesamtgewicht	149 kg
Preis	5.999 Euro
Hersteller	ktm-bikes.at

Beschreibung:
Das KTM Macina Every 820 Belt ist ein vielseitiges E-SUV, ausgelegt für Stadtverkehr, Touren und gelegentliche Abstecher ins Gelände. Der Aluminiumrahmen mit tiefem Einstieg erleichtert das Auf- und Absteigen und sorgt für eine alltagstaugliche Handhabung. Gleichzeitig bietet die Konstruktion eine hohe Steifigkeit und damit ein stabiles Fahrverhalten. Die aufrechte Sitzposition unterstützt eine gute Übersicht im urbanen Verkehr und bleibt auch auf längeren Strecken komfortabel. Angetrieben wird das System von einem Gates-Riemen in Kombination mit einer Enviolo-Nabenschaltung, was auf einen wartungsarmen und kontinuierlich variablen Antrieb ausgelegt ist. Für den Einsatz abseits befestigter Wege ist das Bike mit einer Suntour-Mobie34-Federgabel sowie Schwalbe-Johnny-Watts-Reifen ausgestattet. Diese Kombination verbessert Komfort und Traktion auf unterschiedlichen Untergründen. Insgesamt ist das Macina Every 820 Belt vielseitig einsetzbar und deckt sowohl die tägliche Mobilität als auch den Toureneinsatz gleichermaßen ab. Ein Bosch-Performance-Line-CX-Antrieb sorgt dabei für kräftige Unterstützung.





SPORTLICHE TOURER: GRAVELBIKES

Das Gravelbike hat sich als vielseitige Alternative zwischen Rennrad und Trekkingrad etabliert. Eine eher sportlich ausgelegte, aber dennoch langstreckentaugliche Sitzposition, breite Übersetzungsbandbreiten und großzügige Reifenfreiheit machen es sowohl für schnelle Alltagsfahrten als auch für längere Touren abseits des Asphalts geeignet. Seine Haupteinsatzgebiete sind wechselnde Untergründe wie Asphalt, Schotter und einfache Waldwege. Dort spielt es seine Vielseitigkeit und sein direktes Fahrverhalten aus. Grenzen zeigt das Gravelbike meist nur dann, wenn stark technisches Gelände, sehr hoher Komfortbedarf oder umfangreiche Transportaufgaben im Vordergrund stehen.



BULLS
Grinder 3

Rahmen/Gabel	Aluminium/Carbon
Bremsen	Shimano GRX BR-RX410
Schaltung	Shimano GRX 1x12
Reifen	Schwalbe G-One RX Perf., Race-Guard, TLR
Gewicht	11,6 kg
Zulässiges Gesamtgewicht	135 kg
Preis	1.499 Euro
Hersteller	bulls.de

Beschreibung:
Mit dem Grinder 3 führt BULLS ein Gravelbike im Programm, das als breit einsetzbares Einstiegs- bis Mittelklassemodell konzipiert ist. Auffällig ist der neu entwickelte Aluminiumrahmen mit semi-integrierter Zugführung, der auf eine Kombination aus Wartungsfreundlichkeit und moderner Optik ausgelegt ist. Die Ausstattung basiert auf einer Shimano GRX 1x12-Schaltung, die eine große Übersetzungsbandbreite für wechselndes Terrain abdeckt. Hydraulische Scheibenbremsen sind serienmäßig und sorgen für konstante Bremsleistung bei unterschiedlichen Bedingungen. Ergänzt wird das Setup durch eine Carbongabel mit Steckachse, die Gewicht reduziert und Vibrationen dämpft. Die Geometrie ist auf ein stabiles und kontrollierbares Fahrverhalten ausgelegt. In Verbindung mit breiten Reifen und zahlreichen Montagepunkten ergibt sich ein Einsatzspektrum, das von Pendelstrecken bis zu längeren Bikepacking-Touren reicht. Insgesamt ist das Grinder 3 als vielseitige Plattform für gemischtes Terrain und unterschiedliche Nutzungsszenarien ausgelegt.



CONWAY
Nyvo 10.0 Diamant

Rahmen/Gabel	Carbon
Bremsen	Shimano GRX
Schaltung	Shimano GRX 1x12
Reifen	Schwalbe G-One Allround Perf. 40-622
Gewicht	9,9 kg
Zulässiges Gesamtgewicht	130 kg
Preis	2.499,95 Euro
Hersteller	conway-bikes.de

Beschreibung:
Mit der Nyvo-Serie führt Conway eine breit aufgestellte Gravelplattform im Programm, die vom Einstiegsmodell bis zur Carbon-Topausstattung reicht. Während die Aluminiumvarianten auf Robustheit und Alltagsinsatz ausgelegt sind, adressieren die Carbonmodelle ein deutlich geringeres Gewicht und eine sportlichere Ausrichtung. Charakteristisch für die Baureihe ist die moderne Gravel-Geometrie mit aktiver Sitzposition, die auf effizienten Vortrieb und kontrolliertes Handling abzielt. In Kombination mit 28-Zoll-Laufrädern und breiter Reifenfreiheit ergibt sich ein Einsatzspektrum, das von Pendelstrecken bis zu längeren Schottertouren reicht. Zur Serienausstattung zählen vollintegrierte Züge sowie zahlreiche Montagepunkte für Zubehör. Je nach Modell sind Schutzbleche, Gepäckträger und Lichtanlage bereits integriert, was die Alltagsnutzung erleichtert. Ein wiederkehrendes Detail ist das im Rahmen integrierte Fach mit Neoprentasche für Kleinteile. Insgesamt ist die Nyvo-Reihe technisch breit gefächert und auf unterschiedliche Einsatzszenarien ausgelegt.



VELOHELD
iconX

Rahmen/Gabel	Stahl
Bremsen	Shimano GRX
Schaltung	Shimano GRX 610 1x12
Reifen	Schwalbe G-One Allround 45-622
Gewicht	ab 10,4 kg
Zulässiges Gesamtgewicht	130 kg
Preis	2.899 Euro
Hersteller	veloheld.de

Beschreibung:
Mit dem iconX bietet der Dresdner Hersteller ein Gravelbike mit Fokus auf Vielseitigkeit und Anpassbarkeit. Der Rahmen besteht aus CrMo-Stahl und ist auf Haltbarkeit sowie ein komfortables Fahrverhalten ausgelegt, insbesondere auf längeren Strecken und unbefestigten Wegen. Die Züge sind im Rahmen geführt, was zu einer aufgeräumten Optik beiträgt. Mehrere Montagepunkte ermöglichen die Befestigung von Flaschenhaltern, Taschen oder Schutzblechen und erweitern die Einsatzmöglichkeiten im Alltag sowie auf mehrtägigen Touren. Je nach Konfiguration kommen aktuelle Gravel-Schaltgruppen wie die Shimano GRX oder die SRAM XPLR zum Einsatz, die eine breite Übersetzungsbandbreite abdecken. Das System ist auf gemischtes Terrain ausgelegt und lässt sich mit entsprechend dimensionierten Reifen kombinieren. Optional kann eine fest installierte Lichtanlage integriert werden. So kann das Rad in unterschiedlichen Konfigurationen an persönliche Anforderungen angepasst werden.

RUND UM BRAMSCHE

Radeln zwischen Geschichte, Natur
und weiten Landschaften

Zwischen weiten Landschaften, historischen Spuren, altem Handwerk und stillen Momenten entfaltet sich im Osnabrücker Land ein Radfahrerlebnis, das Genuss, Geschichte und entschleunigtes Unterwegssein auf besondere Weise verbindet – wie drei ausgewählte Touren eindrucksvoll verdeutlichen.

TEXT/BILDER: KLAUS HERZMANN





Die Routen im Osnabrücker Land verbinden entspannte Radkilometer mit Eindrücken, die sich leise entfalten: Weite, die Raum zum Durchatmen schenkt, Landschaften mit eigener Handschrift und Orte, die Geschichte behutsam bewahren. Manche Wege überraschen mit stillen Momenten, andere mit lebendigen Szenen am Rand. So entsteht ein Tourenerlebnis, das Vielfalt spürbar macht, ohne laut zu werden – und gerade darin seinen besonderen Reiz findet. Mal steht die Natur im Vordergrund, mal ein kulturhistorischer Akzent, mal einfach der Genuss des Unterwegsseins. Jede dieser drei Runden besitzt ihren eigenen Rhythmus – und offenbart, wie reich an Eindrücken eine Region im Wechsel kurzer Distanzen wirken kann.

ZWISCHEN TRADITION UND LANDSCHAFTSRUHE

Bramsche ist ein Ort, der den idealen Ausgangspunkt für Radreisen bildet: historisch geerdet, landschaftlich eingebettet und doch voller Bewegung. Wer hier startet, spürt schon nach wenigen Kilometern, warum das Osnabrücker Land zu den beliebtesten Fahrradregionen Deutschlands zählt. Die Distanzen sind angenehm, die Wege bestens gepflegt, und immer wieder öffnet sich die Landschaft auf eine Weise, die fast beiläufig beeindruckt.

Die Route BR 3 verdeutlicht diesen Charakter besonders eindrucksvoll. Hinter dem Tuchmacher Museum, wo das alte Handwerk bis heute greifbar bleibt, führt die Route hinaus ins Offene. Nur wenige Kilometer weiter und mit einem kleinen Abstecher versehen liegt das Museum Varusschlacht in Kalkriese, das mit seiner archäologischen Ausstellung und dem weitläufigen Grabungsgelände die berühmte Schlacht eindrucksvoll erlebbar macht.

Der Kontrast zwischen moderner Museumsarchitektur und historischem Boden setzt einen frühen, markanten Akzent auf dieser Runde. Was folgt, ist das ehemalige Benediktinerinnenkloster Malgarten mit seinem wunderbar schattigen Kreuzgang. Die wirklich stillen Momente begegnen uns allerdings auf der weiteren Fahrt über Rieste zum Alfsee. Das Wasser glitzert weit, und im modernen Naturschutz- und Bildungszentrum entsteht ein klarer Kontrast zwischen zeitgemäßer Umweltbildung und der Ruhe des Sees. »Das hier gibt der Tour richtig Raum zum Atmen«, sagt Manuela und lehnt das Rad kurz an die Reling des Aussichtsstegs.

Auf dem Rückweg mischt sich der Duft von Feldern mit dem leisen Klang ferner Kirchenglocken, bevor Bramsche wieder in Sicht kommt – vertraut und doch anders, weil man es aus der Bewegung heraus erlebt hat. Bevor dieser Tag in Bramsche allerdings ausklingt, zieht es uns noch ins Tuchmacher Museum. In den atmosphärischen Werkstätten und zwischen den alten Maschinen bekommt die Tour einen warmen Schlusspunkt, der die Geschichte des Ortes noch einmal lebendig macht.

HÖFE, HANDWERK UND ARTLÄNDER WEITE

Die Bauernhoftour beginnt nicht auf dem Sattel, sondern im Zug. Eine kurze Fahrt nach Bersenbrück

Großes Bild links | Die Pause wirkt noch nach, während der Weg sich wieder öffnet. Sonnenlicht tanzt auf dem Wasser, ein leichter Wind begleitet die nächsten Kilometer.



OSNABRÜCKER LAND

Das Osnabrücker Land liegt im Südwesten von Niedersachsen und erstreckt sich rund um die Stadt Osnabrück. Die Region bildet einen Übergangsraum zwischen Norddeutscher Tiefebene und Mittelgebirgen. Entsprechend abwechslungsreich ist die Landschaft: sanfte Hügel, bewaldete Höhenzüge wie der Teutoburger Wald sowie offene Felder und Flusstäler prägen das Bild. Für Radfahrer bietet das Osnabrücker Land ein gut ausgebautes und vielseitiges Streckennetz von rund 2.500 Kilometern. Neben flacheren Abschnitten im Umland führen zahlreiche Routen auch durch hügeliges Gelände mit moderaten Anstiegen.



»Manchmal zeigen Radreisen ihre Magie nicht an den großen Sehenswürdigkeiten, sondern in den kleinen Momenten dazwischen.«

Bild oben | Die Strecke zieht sich durch eine Bilderbuchlandschaft aus Fachwerk und Feldern. Alte Höfe erzählen leise von vergangenen Zeiten, während der Weg entspannt weiterführt.

und schon steht man am Ufer der Hase, wo Klostermauern und Fachwerk ein erstes Bild setzen. Das ehemalige Zisterzienserkloster mit seinem kleinen Museum vermittelt eindrucksvoll, wie prägend religiöses Leben und regionale Geschichte hier verwoben sind. Wer über ausreichend Energie verfügt,

kann von hier aus auch einen lohnenswerten Abstecher nach Ankum unternehmen, wo wir in der Vergangenheit bereits verschiedenste Wander- und Radtouren erleben durften. Was gibt es da zu entdecken? Zum einen der mächtige Artländer Dom, dessen Turm wie ein steinerner Wegweiser über dem Ort thronet. Zum anderen – direkt daneben – die Pastor-Balken-Stiege. Ein historischer Pfad zwischen Pfarrhof und Kirche, der noch heute spüren lässt, wie eng religiöses Leben und Alltag hier einst miteinander verbunden waren.

Am Marktplatz schließlich öffnet sich die Szenerie: Fachwerk, Pflaster, Menschen, die sich treffen – ein Ort, der wirkt, als wäre er schon immer ein lebendiger Mittelpunkt gewesen. »Und das beste Softeis nördlich der Alpen gibt's im Café Sich«, aber natürlich nur für diejenigen, die sich auf diesen Abstecher begeben.

Von Bersenbrück geht es weiter ins Herz des Artlands mit seinen prunkvollen Hofanlagen, wo alte Wegenetze bis heute vom Wohlstand vergangener Jahrhunderte erzählen. Richtig schön hier! Denn wie auf eine Perlenschnur gefädelt, folgt hier ein Highlight auf das nächste. Ein wahrer Blickfang – und zugleich einer der kulturellen Höhepunkte



TIPP DES AUTORS

Bramsche:

Wo Geschichte gewebt wird

Im Herzen der Tuchmacherstadt Bramsche erzählt das Tuchmacher Museum eindrucksvoll von der jahrhundertalten Tradition des Wolltuchhandwerks. In der historischen Produktionsstätte erleben Besucher hautnah, wie Walkmühle, Färberei und Webstühle einst das Leben der Tuchmacher prägten. Besonders faszinierend ist das berühmte »Bramscher Rot«, dessen kräftiger Farbton bis heute erhalten wird. Authentische Maschinen, lebendige Vorführungen und eine liebevoll gestaltete Ausstellung machen den Besuch zu einer eindrucksvollen Reise in die Arbeitswelt vergangener Zeiten.

 tuchmachermuseum.de





dieser Tour. Bestes Beispiel ist die Hofanlage Elting-Bußmeyer, Café und Restaurant, und mit einem Flair, dem sich niemand zu entziehen vermag. Seit 1399 befindet sich dieses Idyll in Familienbesitz, ein wunderbarer Platz zum Rasten und um Neues zu entdecken.

Weite Felder und Wiesenlandschaften bestimmen das Bild nach Badbergen, wo die Bioland-Imkerei-Honigsüß zu einer weiteren Rast einlädt. Ein schöner Garten und ein Shop mit Honigsorten, von denen wir noch nie etwas gehört haben. Wunderbar! Gemütlich rollen wir weiter ins schöne Gehrde mit der St.-Christopherus-Kirche, bevor wir zum Ausgangspunkt zurückkehren. In Bramsche lassen wir den Tag im Idingshof ausklingen, wo es nach herzhaften Klassikern duftet und die Teller so großzügig sind, als wüssten sie genau, wie viele Kilometer wir in den Beinen haben. Alles schmeckt

so gut, dass Manuela grinst und sagt: »Für dieses Essen würde ich die Tour sogar rückwärts fahren.«

ZWISCHEN DEN WEGEN – EIN MOMENT ZUM DURCHATMEN

Manchmal zeigen Radreisen ihre Magie nicht an den großen Sehenswürdigkeiten, sondern in den kleinen Momenten dazwischen. Ein kurzer Halt am Feldrand, das rhythmische Surren der Reifen, der Geruch nach frisch gemähtem Gras – all das fügt sich zu einer eigenen Art Ruhe. Genau darin liegt die besondere Qualität des Osnabrücker Landes: Es lässt Raum, ohne sich aufzudrängen. »Ich mag dieses Unterwegssein ohne Eile«, sagt Manuela und lehnt das Kinn auf den Lenker, während der Wind über die Felder streicht. »Man fährt und hat das Gefühl, alles ordnet sich ein bisschen von selbst.« Vielleicht sind es genau diese unaufgereg-

Bild oben ganz links | Zwischen alten Mauern wird regionale Geschichte erlebbar.

Bild oben Mitte | Ein eindrucksvolles Spiel aus Kunst und Erinnerung im Gelände des Museums Kalkriese.

Bild oben | Wenn die Saison beginnt, wird aus wenigen Zutaten ein echtes Highlight.

osnabrücker
land



Entdeckerglück.

Die Urlaubsregion Osnabrücker Land bietet alles, was einen Urlaub in Deutschland ausmacht.

Frische Luft im Naturpark TERRA.vita.

2.800 km Radwege.

1.000 km Wanderwege.

Erholung und Entspannung in vier Kurorten.

Kultur und Shopping in der Friedensstadt Osnabrück.

Jetzt das Reisemagazin und das Radtourenbuch online bestellen:
www.osnabruecker-land.de

REISE INFOS

WICHTIGE ECKDATEN ZU DEN TOUREN

AckerschnackerTour (1)

Länge: ca. 51 km | Start/Ziel: Quakenbrück

Bauernhoftour (2)

Länge: ca. 50 km | Start/Ziel: Bersenbrück, optional Abstecher Ankum (einfach ca. 10 km)

Radweg BR 3 (3)

Länge: ca. 50 km | Start/Ziel: Bramsche

ANREISE

Auto: Bramsche ist gut über mehrere Autobahnen erreichbar:
Aus dem Ruhrgebiet über die A1, aus den Niederlanden und Hannover über die A30 sowie aus Richtung Bielefeld über die A33 mit Anschluss an die A30. Von dort geht es weiter über die B68 nach Bramsche.
Bahn: Bramsche verfügt über einen eigenen Bahnhof und ist stündlich aus Osnabrück sowie aus Richtung Oldenburg erreichbar. Aktuelle Verbindungen und Preise finden Sie unter [bahn.de](https://www.bahn.de)
Fernbus: Fernbusverbindungen bestehen größtenteils über Osnabrück, das von zahlreichen Linien regelmäßig angefahren wird. Von dort weiter nach Bramsche mit der Bahn oder dem Bus. Informationen und Vergleich unter [fernbusse.de](https://www.fernbusse.de); eine Fahrradmitnahme ist nur eingeschränkt möglich.

CHARAKTER

AckerschnackerTour:
Leicht wellige, gut befahrbare Route mit vielen offenen Weitblicken. Durch-

gehend beschil- dert und angenehm zu fahren.

Bauernhoftour:

Einfache, flache Strecke auf ruhigen We- gen und Wirtschaftsstraßen. Gut beschil- dert und perfekt für entspanntes Radeln durch Hof- und Dorflandschaften.

Radweg BR3:

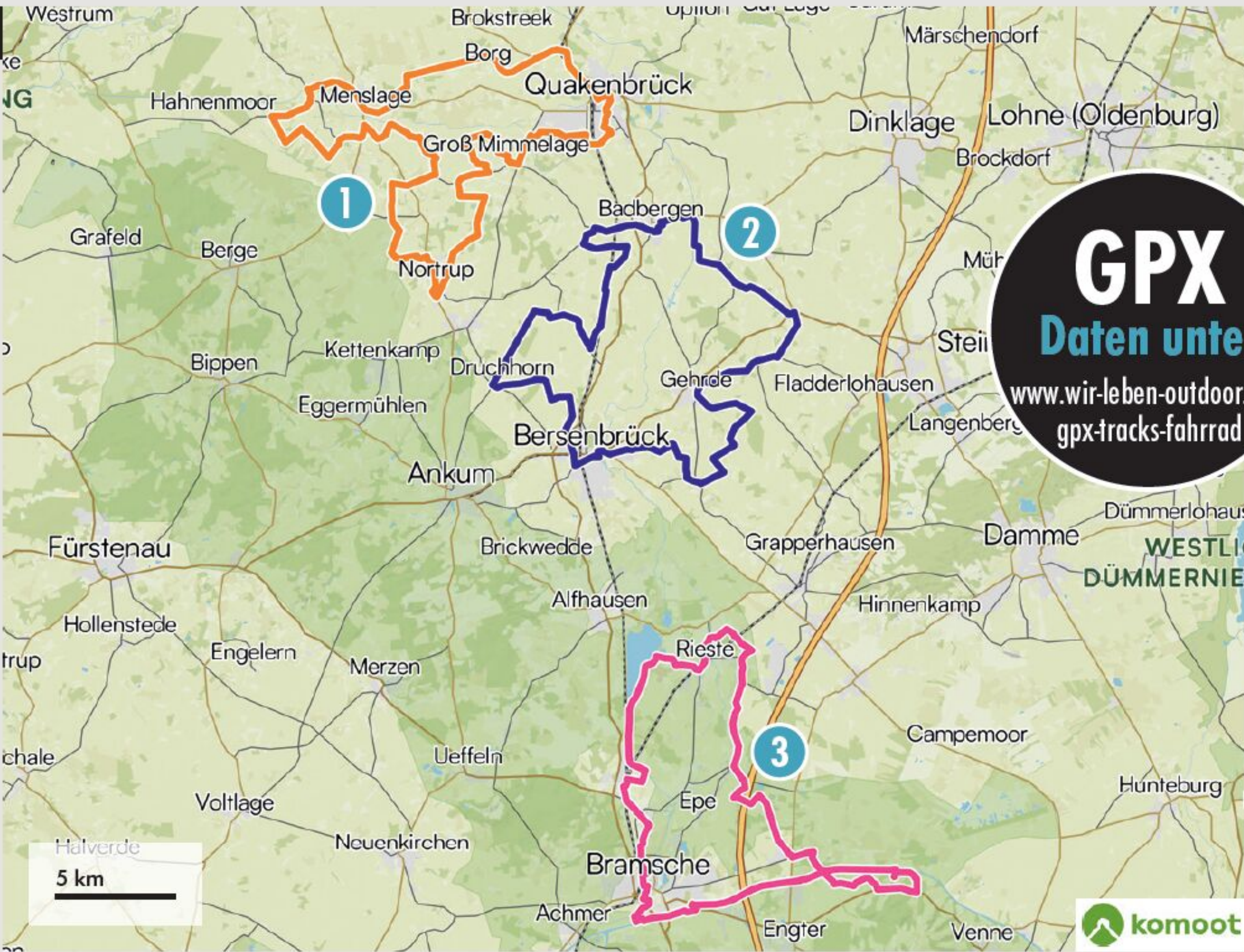
Gut ausgebaute, überwiegend asphal- tierte Rundtour mit klarer Beschilderung. Leicht zu fahren und ideal für Natur- und Kulturliebhaber.

UNTERKUNFT

Bramsche: Idingshof Hotel & Restaurant
Bührener Esch 1
Tel.: +49 5461 8890
[idingshof-hotel-bramsche.de](https://www.idingshof-hotel-bramsche.de)

SEHENS-
WÜRDIGKEITEN

AckerschnackerTour:
Quakenbrück: Historische Altstadt, Burgmannshöfe, Artländer Fachwerk, Altarmsystem der Hase, Stadtmuseum,



Maplibre | @ Komoot | Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

Stadttor Hohe Pforte; Nähe Gross Mim- melage: Everdings Mühle; Nortrup: St. Aloysius Kirche, Transrapid; Menslage: Kirchwinkel, Kräutergarten, Artländer Speichergebäude

Bauernhoftour:

Bersenbrück: Kloster Bersenbrück und Museum im Kloster, Heimathaus Feld- mühle; Ankum (optional / Abstecher): Artländer Dom (St.-Nikolaus-Kirche), Marktplatz, Pastor-Balken-Stiege; Badbergen: Hofanlage Elting-Bußmeyer, Bioland-Imkerei-Honigsüß; Gehrde: St. Christophorus Kirche

Radweg BR 3:

Bramsche: Tuchmacher Museum, Innenstadt, Haseufer; Kalkriese: Varus- schlacht – Museum und Park Kalkriese, Haseufer; Malgarten: ehemaliges Benediktinerinnenkloster; Rieste: Kloster

Lage, Alfsee, Naturerlebnispark am See, Naturschutz- und Bildungszentrum NBZ Alfsee

WEITERE INFOS

Tourismusgesellschaft Osnab- rücker Land mbH
Herrenteichsstraße 17+18
Tel. +49 541 323-4567
[osnabruecker-land.de](https://www.osnabruecker-land.de)

KARTEN

Im offiziellen Online-Shop bekommt man Rad- und Wanderkarten für das ganze Osnabrücker Land. Dort sind viele Radwege inklusive, also ideal für alle Tourenvorschläge.
[osnabruecker-land.de](https://www.osnabruecker-land.de)



ten Augenblicke, die eine Tour hier so wohltuend machen. Sie hinterlassen Spuren, die man erst be- merkt, wenn man wieder zu Hause ist – und sich nach genau dieser stillen Weite zurücksehnt.

ACKERWEGE, HÖRSTATIONEN UND
GESCHICHTEN IM VORBEIFAHREN

Die AckerschnackerTour beginnt mit einem kur- zen Sprung per Zug nach Quakenbrück. Eine Stadt, die mit ihren Burgmannshöfen, dem Artländer Fach- werk und dem verzweigten Altarmsystem der Hase sofort eine ganz eigene Atmosphäre entfaltet. Zwi- schen Kopfsteinpflaster und historischen Fassaden spürt man, dass hier Handel, Handwerk und Wasser- wege über Jahrhunderte eng miteinander verbun- den waren. Der Name der Tour ist, wie wir staunend erfahren, übrigens kein Zufall: »Ackerschnacker«



nennt man im regionalen Sprachgebrauch jemanden, der über Felder und Höfe zieht – neugierig, aufmerksam, immer offen für Geschichten. Und genau das ist es, was diese Runde auszeichnet.

Schon kurz hinter der Stadt beginnen die Hörstationen – kleine akustische Fenster in die Vergangenheit. Sie erzählen von der harten Arbeit auf den Höfen, von historischen Ackergeräten, von Ernten, die über Wohl und Sorge entschieden, und von Festtagen, die das Dorfleben prägten. »Es ist, als würde die Landschaft kurz mit uns reden«, sagt Manuela und lehnt sich leicht vor, während eine Stimme aus dem Lautsprecher über alte Speichergebäude berichtet, die in Menslage und Nortrup noch immer stehen.

Von Weitem erblicken wir die Evendingsmühle – die Hochzeitsmühle im Kulturschatz Artland und

ein Denkmal aus 1785. Sie weist uns den Weg über Nortrup in den Kirchenwinkel von Menslage. Der Ort wird erstmals im Jahr 1188 unter dem Namen »Mencelaghe« urkundlich erwähnt. Die umliegenden Bauerschaften lassen sich bis ins 9. und 10. Jahrhundert zurückverfolgen. Ausgangspunkt der späteren Menslager Kirchenburg war das um 1246 von den Grafen von Oldenburg auf dem bedeutenden Meyerhof gegründete Sühnekloster Rosenthal, das bereits wenige Jahre später in den Börsteler Wald verlegt wurde.

Zum Ende hin öffnet die Strecke noch einmal einen ruhigen Moment, der die vergangenen Tage auf angenehme Weise bündelt. Der Abschluss wirkt stimmig – genau das richtige Tempo, um all die Eindrücke mitzunehmen, die diese Radregion so besonders machen. ◀

Bild ganz oben | Die Strecke zieht sich ruhig dahin, Bramsche liegt schon in greifbarer Nähe. **Bild oben ganz links** | Ein weiter Blick über den Alfsee – ruhig und klar. **Bild oben Mitte** | Erholung pur in der Saunalandschaft am Alfsee. **Bild oben** | Ein Hof im Osnabrücker Land – zwischen Fachwerk, Feldern und weiter Landschaft.



ZWISCHEN **WEINBERGEN** UND **MITTELGEBIRGEN**

REBEN UND RÄDER

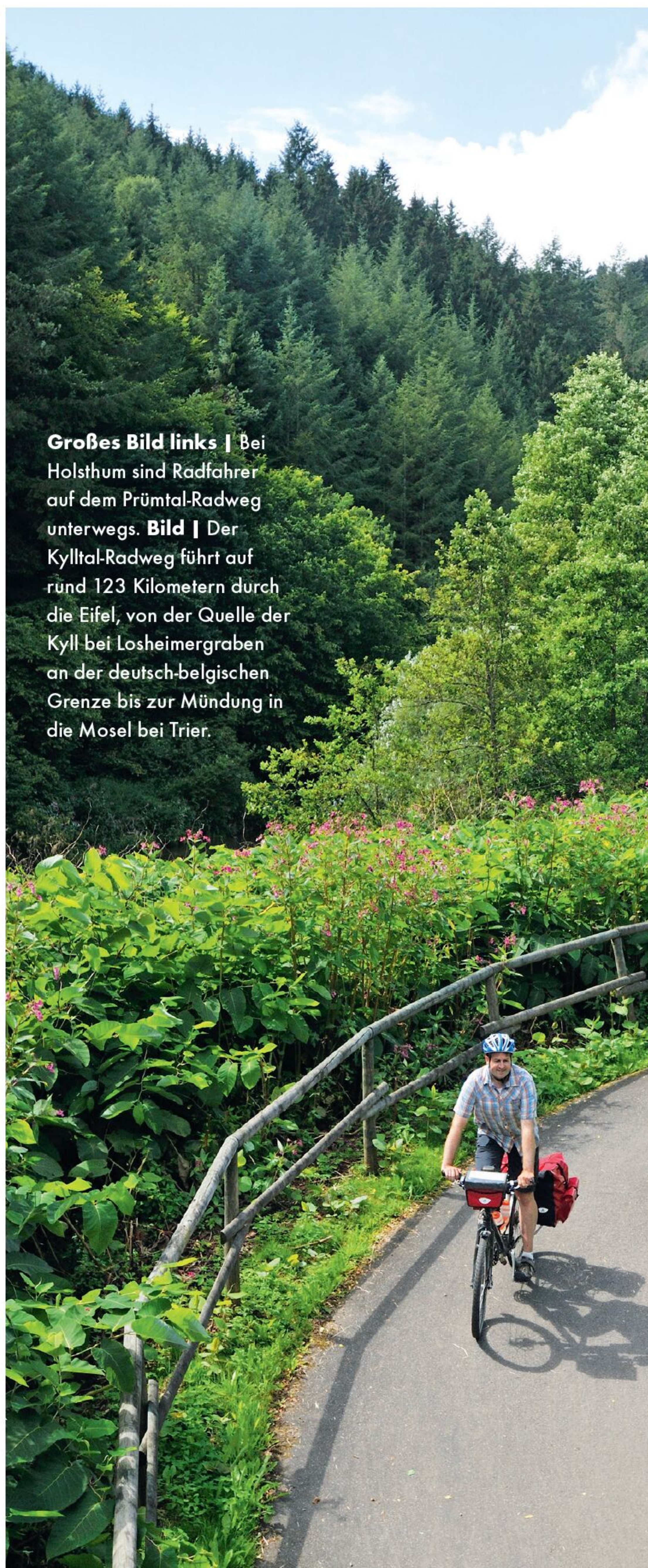
Burgenwelt erleben

Römer bauten im Westen Deutschlands erste Straßen, Winzer pflanzten Reben, Schmelter hämmerten Eisen am Flussufer. Drei Epochen, zwei Bundesländer. Rheinland-Pfalz und das Saarland tragen diese Geschichten bis heute tief in sich. Mit dem Fahrrad erlebt man beides: Weinberge an der Mosel und die Völklinger Hütte, UNESCO-Welterbe aus Stahl und Feuer, direkt an der Saar gelegen.

TEXT/BILDER: **THORSTEN BRÖNNER**



Großes Bild links | Bei Holsthum sind Radfahrer auf dem Prümatal-Radweg unterwegs. **Bild |** Der Kylltal-Radweg führt auf rund 123 Kilometern durch die Eifel, von der Quelle der Kyll bei Losheimergraben an der deutsch-belgischen Grenze bis zur Mündung in die Mosel bei Trier.



RHEINLAND-PFALZ

Rheinland-Pfalz im Südwesten Deutschlands ist durch unterschiedliche Landschaften geprägt, darunter Weinbaugebiete an der Mosel, Mittelgebirge wie der Hunsrück sowie die vulkanisch geprägte Eifel. Das Radwegenetz umfasst mehrere tausend Kilometer und schließt sowohl regionale als auch überregionale Strecken ein. Zu den bekanntesten zählen der Mosel-Radweg mit rund 300 Kilometern Länge sowie Abschnitte des Rhein-Radwegs. Viele Routen verlaufen entlang von Flusstälern und weisen geringe Steigungen auf. Ergänzt wird das Netz durch thematische Radwege und eine einheitliche Beschilderung.

SAARLAND

Das Saarland liegt im Südwesten Deutschlands an der Grenze zu Frankreich und Luxemburg und zählt zu den kleineren Bundesländern. Geografisch ist es durch das Saartal sowie durch bewaldete Mittelgebirgslandschaften geprägt. Große Teile der Fläche bestehen aus Mischwäldern, ergänzt durch offene Kulturlandschaften wie Streuobstwiesen, insbesondere im Biosphärenreservat Bliesgau. Das Radwegenetz umfasst mehrere hundert Kilometer. Eine zentrale Achse bildet der Saar-Radweg, der dem Flusslauf folgt und das Bundesland von Südosten nach Nordwesten durchquert.

Rebzeilen links, Felswände rechts, mittendrin die Mosel in ihren eleganten Schleifen — Rheinland-Pfalz legt von der ersten Pedalumdrehung an los. Sieben Radfernwege auf über 1.200 Kilometern ziehen durch die Flusstäler von Rhein, Mosel, Ahr, Lahn, Nahe, Saar und Kyll. Dazu kommen 78 Themenrouten. Und wer wenige Tritte weiterfährt, landet im Saarland. Auf dem Mosel-Radweg rollt man auf 238 Kilometern von Perl bis zum Deutschen Eck in Koblenz. Winzerorte, Burgen und Fachwerkfassaden säumen die Strecke. Auf den Höhen von Eifel und Hunsrück leiten Bahntrassenradwege wie der Maare-Mosel-Radweg mit angenehmen Steigungsprozenten durch Vulkanlandschaften, vorbei an Maar-Seen und erloschenen Vulkankegeln.

Im Norden erschließt der Lahn-Radweg auf 245 Kilometern romantische Schluchten und Burgen. Im Süden zieht die Deutsche Weinstraße am Fuß des Pfälzerwaldes dahin. Wo die Saar Deutschland

erreicht, beginnt das Saarland. Auf der gleichnamigen Radroute rollt man auf 120 Kilometern von Sarreguemines bis Konz, vorbei an der Saarschleife und dem UNESCO-Weltkulturerbe Völklinger Hütte. Im Biosphärenreservat Bliesgau umhüllen Streuobstwiesen und Buchenwälder die Routen. Auf dem Saarland-Radweg lässt sich das gesamte Bundesland umrunden – Schotterwege und viel Stille inklusive. Gravelbiker finden hier ein spannendes Revier, E-Biker ein wachsendes Ladenetz. Zwei Bundesländer, die im Sattel begeistern.

BITBURGER RADKRONE (70 KM, 810 HM)

Tief im Untergrund der Eifel brodelte es. Vulkanische Kräfte haben das Gestein durchdrungen, Kohlendioxid perlt durch die Schichten und treibt mineralreiches Wasser als Quelle ans Tageslicht. Was unter der Oberfläche verborgen bleibt, formte oben die Hügel dieser Schleife. Sie sind sanft ge-



rundete, grüne Kuppen und von Tälern zerschnitten. Am Bahnhof Bitburg-Erdorf startet die Tour im Kylltal. Wenige Kilometer folgt man südwärts, dann schwingt die Route aus der Senke heraus und leitet in die Brauereistadt Bitburg. Seit 1817 zapft die Brauerei ihr Wasser aus der Triasmulde unter der Stadt. Ohne dieses Eifelwasser gibt es kein »Bitte ein Bit«. Hinter der Stadt führt die Nims die Schleife weiter. 61 Kilometer lang gräbt sich dieser Fluss durch das Bitburger Gutland talabwärts. Das Streckenprofil bleibt wellenförmig: rauf zum Plateau, runter ins Tal, wieder rauf. Auf 169 Metern Höhe, wo Nims und Prüm zusammenfließen, liegt der südliche Wendepunkt.

Jetzt leitet die Prüm nordwärts. Rund um Prümzurlay engt das Ferschweiler Plateau die Täler ein. Bei Holsthum tauchen Hopfenfelder auf. Im einzigen Hopfenanbaugebiet von Rheinland-Pfalz

wächst der Siegelhopfen fürs Bitburger Bier. Radler ziehen durch Peffingen, Wettlingen und Bettingen. Hinter dem Stausee bei Biersdorf lauern zwei finale Anstiege. Zurück an Bitburg-Erdorf schließt sich die Schleife. Das Kylltal im Osten, das Nimstal in der Mitte, im Westen das Prümatal. Drei Flüsse, dreimal Eindrücke sammeln. Wer das Rad anlehnt, spürt die 800 Höhenmeter. Im Untergrund perlt das Quellwasser weiter, mineralisch, kohlenstoffreich, auf seinem Weg durch vulkanisches Gestein.

BAHNTRASSEN UND MOSELWEIN (83 KM, 330 HM)

Schiefer unter dem Boden, Schiefer an den Hängen, Schiefer in der Weinbergsmauer. Wer durch das Moseltal radelt, bewegt sich durch Gestein, das vor 400 Millionen Jahren am Meeresgrund lag. Im Tal der Salm, einem Eifelfluss nördlich der Mosel, liegt Salmtal, unser Ausgangspunkt. Auf dem gleichnamigen Radweg folgt man dem Fluss Richtung Süden durch Esch und Rivenich. Das Terrain verliert an Höhe. Bei Klüsserath mündet die Salm in die Mosel. Hier trifft man auf die Weinwelt des Rheinischen Schiefergebirges, wo devonischer Schiefer die Hänge heizt und den Riesling prägt.

Am rechten Ufer schwenken Radler auf den Mosel-Radweg ein. Flussabwärts schlingen sich die Schleifen durch die Hügelketten. Thörnich, Detzem, Leiwen — Weinort reiht sich an Weinort,



TIPP DES AUTORS

Radtouren in beiden Bundesländern

Für die Streckenfindung in Rheinland-Pfalz und im Saarland bieten sich zwei offizielle Portale an. Der Tourenplaner Rheinland-Pfalz auf tourenplaner-rheinland-pfalz.de stellt GPX-Tracks, Höhenprofile und Einkehrtipps für alle Fernradwege des Landes bereit. Für das Saarland liefert touren.saarland eine vergleichbare Sammlung mit Filtermöglichkeit nach Radtour, Mountainbike, E-Bike oder Rennrad. Die zwei Portale sind kostenlos und ohne Anmeldung nutzbar. Wer alle offiziellen Radwege beider Länder auf einer interaktiven Karte sehen möchte, findet sie auf cycling.waymarkedtrails.org.



Bild ganz links | Der Stausee bei Biersdorf ist ein beliebtes Ziel für Radfahrer und Erholungssuchende.

Bild links | Die Aussicht auf Bernkastel-Kues beeindruckt mit einem weiten Blick über die Mosel und die von Weinbergen gesäumte Hügellandschaft. **Bild links unten** | In der Eifel lassen sich geologisch vielfältige Strukturen entdecken, die die bewegte Erdgeschichte der Region widerspiegeln.



»Bernkastel-Kues ist ein beliebter Ausgangspunkt für Radfahrer, die entlang der Mosel durch Weinberge, historische Ortschaften und malerische Flusslandschaften unterwegs sind.«

ANZEIGE

uebler
FAHRRADTRÄGER

Auf die Kupplung, fertig, los!



Rebzeilen klettern die Hänge hinauf. Weiter geht die Fahrt via Neumagen-Dhron, Piesport und Brauneberg. Dann folgt Bernkastel-Kues. Wer die Moselbrücke überquert, betritt den mittelalterlichen Marktplatz. Jenseits des Kopfsteinpflasters reihen sich Fachwerkgiebel aus dem 17. Jahrhundert aneinander. Hoch über der Altstadt reckt die Burg Landshut ihren Bergfried in den Himmel.

Am Nordufer führt ein Radweg ins Liesertal. Hier verläuft der Maare-Mosel-Radweg auf der ehemaligen Bahntrasse Wittlich-Bernkastel, stillgelegt Ende der 1980er Jahre. Kaum mehr als zwei bis drei Prozent Steigung, das Erbe der Dampflokomotiven. Durch den Mischwald schwingt sich der Weg bergan, der alte Bahnhof von Platten steht noch. Wittlich öffnet sich nach dem Anstieg wie eine Atempause. Das lebendige Zentrum lädt mit dem mittelalterlichen Stadtturm und dem weitläufigen Marktplatz zum Verweilen ein. Von hier aus steuert die Tour den Ausgangspunkt an.

NAHE AM GLÜCK (63 KM, 340 HM)

Kein Meer, kein Hochgebirge. Und doch versteckt das Nahetal eine Steilwand, die nördlich der Alpen hierzulande ohne Vergleich ist. Eingebettet in den Naturpark Soonwald-Nahe, liegt das Tal zwischen dem Hunsrück im Norden und dem Nordpfälzer Bergland im Süden. Die Tour startet

REISE INFOS

WICHTIGE ECKDATEN ZU DEN TOUREN

Bitburger Radkrone (1)

Länge: 70 km | Höhenmeter: 810 Hm | Start/Ziel: Bitburg

Bahntrassen und Moselwein (2)

Länge: 83 km | Höhenmeter: 330 Hm | Start/Ziel: Salmtal

Nahe am Glück (3)

Länge: 63 km | Höhenmeter: 340 Hm | Start/Ziel: Bad Kreuznach

Saarwälder erleben (4)

Länge: 50 km | Höhenmeter: 360 Hm | Start/Ziel: Saarbrücken



Maplibre | @ Komoot | Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

ANREISE

Von Köln aus erreicht man Koblenz in rund einer Stunde, Mainz in etwa eineinhalb Stunden per ICE oder IC ([bahn.de](https://www.bahn.de)). Die Regionalzüge von vlexx bedienen die Regionen von Nahe, Westpfalz und Saarland auf einem dichten Streckennetz ([vlexx.de](https://www.vlexx.de)). Busse erschließen auch Orte abseits der Schiene. Im Saarland verbindet der saarVV alle Verkehrsmittel unter einem Dach ([saarvv.de](https://www.saarvv.de)).

ÜBERNACHTUNG

An Mosel, Rhein, Ahr und Saar warten zahlreiche fahrradfreundliche Unterkünfte auf Radler. Weingüter mit Gästezimmern, Landhotels, Pensionen, Ferienwohnungen und Campingplätze prägen das Angebot in beiden Bundesländern. Viele Betriebe sind ADFC-zertifiziert und bieten abschließbare Räume, Werkzeug für kleine Reparaturen sowie Lademöglichkeiten für E-Bike-Akkus. Passende Quartiere lassen sich auf [rlp-tourismus.com](https://www.rlp-tourismus.com), [urlaub.saarland](https://www.urlaub.saarland) und [bettundbike.de](https://www.bettundbike.de) gezielt filtern.

REISEFÜHRER
& KARTEN

- Die 111 schönsten Radtouren in Deutschlands Süden (BVA BikeMedia; ISBN 978-3-96990-187-8; 15,95 Euro)
- Saarland-Radweg / VeloRoute SaarLorLux (Verlag Esterbauer; ISBN 978-3-85000-991-1; 14,90 Euro)
- Camp & Bike Deutschland (Bruckmann Verlag; 978-3-7343-2160-3; 34,99 Euro)
- Reiseführer Pfalz (Reise Know-How Verlag; ISBN 978-3-8317-3991-2; 19,90 Euro)

TOURISMUS

Rheinland-Pfalz Tourismus, Löhrrstraße 103-105, 56068 Koblenz, Tel. +49 261 91520-0, [rlp-tourismus.com](https://www.rlp-tourismus.com) und [radwanderland.de](https://www.radwanderland.de)
Tourismus Zentrale Saarland, Trierer Straße 10, 66111 Saarbrücken, Tel. +49 681 927200, [urlaub.saarland](https://www.urlaub.saarland) und [fahrrad.saarland](https://www.fahrrad.saarland)

Bild rechts | Am Nahe-Radweg prägen kleine Weinbergshäuser die Landschaft, die zwischen den Rebhängen liegen. **Bild ganz rechts** | Eine Rast an der Nahe in Bad Kreuznach bietet Radfahrern eine erholsame Pause direkt am Flussufer.



Rheinland-Pfalz Tourismus GmbH/Dominik Kerz (2)



ruhig und bewahrt den landschaftlichen Höhepunkt für das Finale. Auf dem Nahe-Radweg bleibt Bad Kreuznach rasch zurück. Weinberge, Mischwald, der Weg schmiegt sich dicht ans Ufer. Mal rauscht die Strömung über flache Steine, mal zieht das Wasser lautlos durch tiefere Abschnitte. In Dietersheim verlässt man den Fluss und radelt durch die Felder. Dörfer tauchen auf und verschwinden wieder: Dromersheim, Horrweiler, Welgesheim. Bis auf 190 Meter schraubt sich der Weg empor. Dann rollt es angenehm bergab. Wöllstein liegt im Appelbach-Tal, hier folgt die Schleife einem zweiten Gewässer. Breit und ruhig fließt der Bach zwischen Böschungen hindurch.

Hinter Fürfeld beginnt der Hauptanstieg. Gleichmäßig zieht der Weg bergan. Auf 240 Metern, dem höchsten Punkt der 63 Kilometer langen Runde,

öffnet sich der Blick weit auf die Mittelgebirge von Hunsrück und Nordpfälzer Bergland. Dann sausen die Räder bergab. Das Nahetal empfängt uns wieder. Wo der Fluss einen Bogen schlägt, erhebt sich der Rotenfels. 200 Meter hoch, fast 1.200 Meter lang. Seine Steilwand aus rötlichem Rhyolith fällt senkrecht zum Wasser ab. Kein Fels nördlich der Alpen überragt diese Dimension. Darunter trägt der Nahe-Radweg zurück nach Bad Kreuznach. Fachwerkhäuser auf Brückenpfeilern kündigen die Stadt an. Seit dem 16. Jahrhundert stehen sie auf der alten Nahebrücke, hoch über dem Wasser.

**SAARWÄLDER ERLEBEN
(50 KM, 360 HM)**

Saarbrücken im Rücken, der Forst voraus: Mit jedem Meter ostwärts weicht der Asphalt dem



Kevin Ehm



Oliver Dietze

Bild ganz links | Die Saarschleife mit dem markanten Flussbogen inmitten bewaldeter Hänge. **Bild links |** Die Hochfengruppe der Völklinger Hütte zeigt eindrucksvoll die erhaltenen Industrieanlagen des ehemaligen Eisenwerks. **Bild unten |** Das Saarbrücker Schloss am Schlossplatz der saarländischen Landeshauptstadt thront auf einem natürlichen Sandsteinfelsen über der Saar.



Schotter, die Stadtfassaden den Baumstämmen. Das Schloss und die Ludwigskirche – das barocke Erbe Friedrich Joachim Stengels – waren soeben noch im Blickfeld. Jetzt übernimmt das Grün das Kommando. St. Ingbert taucht auf, kurz, dann dreht die Route nordöstlich in den Staatsforst Blieskastel. Auf Doppelspurwegen zieht man durch den Mischwald, wo die Bundesstraßen verstummen. Hier wartet der Glashütter Weiher, aufgestaut im Kleberbachtal, 460 Meter lang, bis zu 5,5 Meter tief. Im Gelände steigt die Route auf 312 Meter, den höchsten Punkt der Schleife.

Geschotterte Forstwege leiten südwärts durch das UNESCO-Biosphärenreservat Bliesgau, rund 36.000 Hektar Buchenwald, Streuobstwiesen und Magerrasen. Am südöstlichen Punkt der Rundfahrt öffnet sich der Niederwürzbacher Weiher, von Halb-

inseln gegliedert, gerahmt vom Wald. Gräfin Marianne von der Leyen ließ hier Ende des 18. Jahrhunderts einen englischen Garten anlegen, der Annahof steht noch. Am Damm hält man inne. Westlich davon übernimmt der Würzbach, das Tal ist eng, das Gefälle gibt den Rhythmus vor. Ein Tal weiter führt der Grumbach zurück an die Saar. Dort empfängt der Saar-Radweg. Flussaufwärts kann man Richtung Frankreich radeln, flussabwärts warten die nächsten Höhepunkte des Saarlandes. Nach zwölf Kilometern steht die Völklinger Hütte am Weg, das 1994 als erstes Industriedenkmal seiner Epoche in die UNESCO-Welterbeliste aufgenommen wurde. Stromabwärts folgen die Saarschleife und in Konz der Anschluss an den Mosel-Radweg. Saarbrücken aber liegt dort, wo man gestartet ist: an jener Grenze, wo Forst und Stadt aufeinandertreffen. ◀

Unsere Tipps **BEST OF** Rheinland-Pfalz

In Rheinland-Pfalz treffen Weinkultur, Geschichte und markante Landschaften aufeinander, die in dieser Kombination selten sind. Auch im Motorsport hat die Pfalz eine feste Bedeutung. Welche weiteren Highlights darüber hinaus geboten werden, zeigt die folgende Auswahl.

BEEINDRUCKENDER AUSSICHTSPUNKT

Der Ausoniusstein ist ein markanter Aussichtspunkt auf einer überhängenden Felsnase bei Lehmen an der Terrassenmosel. Er liegt auf 227 Metern und bietet einen weiten Panoramablick über das Moseltal, unter anderem auf die Orte Alken mit der Burg Thurant, Oberfell und Kattenes. Namenspatron ist der römische Dichter Decimus Magnus Ausonius (310–393 n. Chr.), der die Mosellandschaft im Jahr 371 in seinem Werk »Mosella« rühmte. Solche Aussichtspunkte sind typisch für die Mittelrheinregion und verbinden Naturerlebnis mit landschaftlicher Orientierung.

[visitmosel.de](https://www.visitmosel.de)



Marco Rothbrust/Tourist-Information. Sonnige Untermosel

GRANDIOSER
PANORAMA-
BLICK



Naheland-Touristik GmbH/D. Hosser



Joshua Michels/Wein- und Ferienregion Berncastel-Kues GmbH

ZUM WOHL!

Das Bundesland im Südwesten Deutschlands ist geprägt von einer ausgeprägten Weinkultur, die sich besonders in zahlreichen Weinfesten widerspiegelt. Ein bekanntes Beispiel ist das Weinfest der Mittelmosel in Berncastel-Kues (3.–7. September 2026). Höhepunkt ist der große Festumzug, bei dem geschmückte Wagen, Weinhoheiten und Trachtengruppen durch die Altstadt ziehen. Es gilt als das größte und eines der traditionsreichsten Weinfeste der Region und lockt jährlich rund 200.000 Besucher an. In der Pfalz finden jährlich über 200 Weinfeste und weinbezogene Veranstaltungen statt. Diese verteilen sich über die gesamte Region, insbesondere entlang der Deutschen Weinstraße.

[visitmosel.de](https://www.visitmosel.de)



Auf Schatzsuche

Die Edelsteinmine Steinkaulenberg bei Idar-Oberstein ist die einzige Edelsteinmine Europas, die für Besucher zugänglich ist. In den Stollen wird die Gewinnung von Achaten und anderen Mineralien nachvollziehbar gemacht. Führungen vermitteln Einblicke in Geologie, Bergbaugeschichte und die Verarbeitung der Funde. Die Region ist traditionell eng mit der Edelsteinverarbeitung verbunden. Kinder und Jugendliche können mit Hacke und Pickel selbst nach Mineralien graben und ihre Funde behalten.

🔗 weihererschleife-steinkaulenbergwerk.de

BESONDERE ÜBERNACHTUNGEN

Wer eine ungewöhnliche Übernachtungsmöglichkeit sucht, findet im Naturerlebnishof Vulkaneifel ein naturnah ausgerichtetes Angebot. Unterkünfte wie Baumhäuser oder Lodges ermöglichen einen direkten Zugang zur Umgebung der Vulkaneifel. Zum Hof gehört eine kleine Tierhaltung mit Ziegen, Schafen, Schweinen, Hühnern, Enten, Gänsen und Honigbienen. Ergänzt wird das Angebot durch naturpädagogische Formate wie Wildniskurse, tiergestützte Programme sowie Yoga- und Meditationsangebote.

🔗 naturerlebnishof-vulkaneifel.de



Pfalz-Touristik e. V./Dominik Ketz



WIEGE DER DEUTSCHEN DEMOKRATIE

Das Hambacher Schloss in Neustadt an der Weinstraße gilt als einer der bedeutendsten Orte der deutschen Demokratiegeschichte. Beim »Hambacher Fest« versammelten sich 1832 Tausende Menschen, um für Freiheit, Bürgerrechte und nationale Einheit einzutreten – hier wehte auch zum ersten Mal die schwarz-rot-goldene Fahne als Symbol der deutschen Freiheitsbewegung. Heute dient das Schloss als Gedenk- und Veranstaltungsort mit Ausstellungen zur politischen Entwicklung Europas.

🔗 hambacher-schloss.de

LEGENDÄRE
»GRÜNE
HÖLLE«

Nürburgring 1927 GmbH



MOTORSPORT VOM FEINSTEN

Der Nürburgring in der Eifel zählt zu den bekanntesten Rennstrecken weltweit. Neben Motorsportveranstaltungen wie Langstreckenrennen oder Serienevents finden hier auch Festivals wie Rock am Ring, Fahrertrainings und touristische Fahrten statt. Bekannt ist auch die Nordschleife (Die Grüne Hölle), der historische, fast 21 Kilometer lange Teil durch die Eifelwälder. Die Kombination aus historischer Nordschleife und moderner Grand-Prix-Strecke macht den Standort zu einem zentralen Anlaufpunkt für Motorsportinteressierte.

🔗 nuerburgring.de

Großes Bild | Die Havel mündet bei Havelberg im Landkreis Stendal in Sachsen-Anhalt in die Elbe. Das weitläufige Mündungsgebiet zählt zu den bedeutendsten Feuchtgebieten Mitteleuropas.

3.600 Jahre alte Astronomie, die Wartburg über Eisenach, Goethes Spuren am Fluss Ilm: Sachsen-Anhalt und Thüringen formen im Herzen Deutschlands ein Radrevier von seltener Tiefe. Im Norden der Region weist die Elbe Radlern den Weg. Knapp 350 Kilometer begleitet diese Route den Strom durch das UNESCO-Biosphärenreservat Mittelelbe, vorbei an Storchenwiesen und Domtürmen. Neben an öff-

AUF DEN SPUREN DER DICHTER UND BURGEN

RADFAHREN IM GRÜNEN HERZEN DEUTSCHLANDS

Flusslandschaften treffen auf Mittelgebirge

Zwei Bundesländer, zwei Charaktere: Thüringen schickt Radler über Mittelgebirgskuppen, Sachsen-Anhalt ebnet den Weg durch weite Flussauen. Wer beide Regionen verbindet, rollt durch das grüne Herz Deutschlands. Auf Schotterpisten knistert der Untergrund, entlang der Saale surrt das Rad auf glattem Asphalt. Am Horizont: Fachwerkkorte, romanische Dome und viele Burgen.

TEXT/BILDER: **THORSTEN BRÖNNER**

net sich die ruhige Altmark mit Hansestädten wie Stendal und Tangermünde, erschlossen durch den Altmarkrundkurs. Im Süden rollt man durch das Weinanbaugebiet Saale-Unstrut, wo Burgunder-Trauben an Muschelkalkhängen reifen. Sportliche Radler wechseln in den Harz: Rennradler drehen Runden um die Rappbode-Talsperre, Mountainbiker nehmen den Brocken ins Visier. Über 5.000 Kilometer Radwege erschließen Sachsen-Anhalt.

Südlich davon übernimmt Thüringen mit dem Rennsteig das Kommando. Auf fast 200 Kilometern zieht der Radweg vom Werra-Tal durch den Thüringer Wald, den Frankenwald und das Schiefergebirge bis nach Blankenstein. Für Genussradler gehört der ADFC-zertifizierte Ilmtal-Radweg zu den schönsten Routen: 123 Kilometer vom Thüringer Wald über Weimar bis zur Saale. Entlang der Thüringer Städtekette verbinden sich Eisenach, Erfurt,



SACHSEN- ANHALT

Sachsen-Anhalt begeistert mit einer abwechslungsreichen Landschaft, die sich ideal für Radfahrer eignet. Zwischen den Hügeln des Harz und den Auen entlang der Elbe finden sich abwechslungsreiche Routen für jedes Niveau. Besonders beliebt ist der Elberadweg, der durch idyllische Dörfer, historische Städte und naturbelassene Flusslandschaften führt. Die gut ausgebauten Radwege und die ruhige, naturnahe Umgebung machen Sachsen-Anhalt zu einem attraktiven Ziel für Radbegeisterte.

THÜRINGEN

Thüringen – im Zentrum von Deutschland – umfasst eine Fläche von rund 16.200 Quadratkilometern. Das Bundesland bietet eine vielseitige Naturkulisse, die sich hervorragend zum Radfahren eignet. Besonders der Thüringer Wald prägt mit seinen ausgedehnten Wäldern und Höhenzügen das Landschaftsbild. Daneben laden sanfte Hügellandschaften und Flusstäler, etwa entlang der Saale, zu abwechslungsreichen Touren ein. Radwege wie der Saale-Radweg führen durch reizvolle Natur und verbinden zugleich kulturelle Highlights.





TIPP DES AUTORS

In Thüringen und Sachsen-Anhalt lohnt es sich besonders, auf den Spuren großer deutscher Dichter und Komponisten zu wandeln und dabei Kulturrorte und Landschaften zu entdecken, die eng mit Persönlichkeiten wie Johann Wolfgang von Goethe, Friedrich Schiller, Johann Sebastian Bach und Georg Friedrich Händel verbunden sind.



Bild oben | Der Havelberger Dom Sankt Marien ist eine beeindruckende Backsteinkirche, die auf einer Havelinsel liegt und das Stadtbild von Havelberg prägt.

Weimar und Jena auf 225 Kilometern. Gravelbiker finden auf Forstwegen im Nationalpark Hainich ruhiges Terrain, E-Biker schätzen das dichte Ladenetz an Saale und Unstrut.

ZWEISTROMLAND – ELBE UND HAVEL (66 KM, 40 HM)

Klappern. Was war das? Überall Klappern. Wer zum ersten Mal durch Rühstädt radelt, versteht sofort, warum dieser Ort an der Elbe den Titel Europäisches Storchendorf trägt. Ein Storch, der hier aufsteigt, sieht alles: Flussschleifen, grüne Inseln, das weite Zweistromland. Vom Bahnhof Glöwen aus erlebt man dieselbe Landschaft auf zwei Rädern. Zunächst zieht der Weg westwärts, dem Elberadweg entgegen. Deiche, Pappelreihen, Erlenwald. Rund 53.000 Hektar umfasst das Biosphärenreservat Flusslandschaft Elbe-Brandenburg. Jahrzehntlang verlief an diesem Ufer die innerdeutsche Grenze. Was die Soldaten einst bewachten, blüht heute als Grünes Band auf.

Südlich von Quitzöbel mündet die Havel in die Elbe. Gegen das Hochwasser half jahrhundertlang nur das Gebet, nun helfen Stahl und Beton. Zwei Bauwerke übernehmen diese Aufgabe: das Durchstichwehr und der Gnevsdorfer Vorfluter. Das Wasser ist allgegenwärtig: in Gräben, in Schleifen, im gemächlichen Dahinziehen beider Ströme.

Südostwärts durch Auen und Wiesenland erreicht man Rühstädt. Dann sind die Störche zu hören, das Klappern von den Dächern. Mehr als 30 Storchpaare brüten jedes Frühjahr im Dorf. 1996 kürte die Stiftung Euronatur Rühstädt zum Europäischen Storchendorf. Im NABU-Besucher-

DZT/Jens Wegener



zentrum öffnet sich der Blick in das Wanderleben der Weißstörche. Auf dem Weg Richtung Südosten taucht Havelberg auf. Schon von Weitem überragt der Dom St. Marien die Niederung. König Otto I. gründete 946 das Bistum, 1170 weihte Erzbischof Wichmann den Bau. Heute ragt der romanische Westbau über 30 Meter auf. Wir schieben die Räder auf die Brücke und streifen die Fachwerkhäuser der Inselstadt. Dann führt die Tour Richtung Norden, zurück zum Bahnhof von Glöwen. Das Klappern hallt im Kopf nach.

SAALE-UNSTRUT-SCHLEIFE (68 KM, 510 HM)

Wer hier radelt, fährt durch die Weltgeschichte und ahnt es kaum. Unter den Rädern liegt derselbe Muschelkalk, über den Napoleon im Jahr 1806 seine Truppen trieb. Am 14. Oktober tobte hier die Doppelschlacht bei Jena und Auerstedt. Vom Naumburger Dom aus, einem UNESCO-Welterbe seit 2018, fällt die Strecke ins Saaletal ab. Rechts klebt das Gradierwerk auf dem Rechenberg über Bad Kösen: 320 Meter Schwarzdornwände, an denen – schon seit 1779 – die Sole tropft und salzigen Nebel freisetzt. Auf der Weiterfahrt ziehen die Festen Rudelsburg und Burg Saaleck vorüber. Bei Großheringen mündet die Ilm in die Saale. Nach Westen öffnen sich Felder, Auerstedt taucht am Horizont auf. Im Ortsteil Hassenhausen lieferte Marschall Davout am 14. Oktober 1806 der preußischen Hauptarmee jenen Schlag, der Preußen in die Knie zwang. Diese Hügel haben Geschichte geschrieben.

Die Passage nach Eckartsberga kostet Kraft. Oben, wo die Eckartsburg erstmals 1066 urkund-



Bild ganz links | Eine Fahrradtour durch die Weinberge rund um Freyburg (Unstrut) führt durch die sonnenverwöhnten Hänge des Unstruttals, vorbei an Reben und Winzerhöfen. **Bild links** | Der Naumburger Dom St. Peter und Paul in Sachsen-Anhalt wurde 2018 als UNESCO-Welterbe anerkannt.

lich erwähnt wurde, öffnet sich der Blick weit ins Saale-Unstrut-Triasland. Im Norden der Schleife kippt der Weg. Freyburg erscheint: Weinberge ringsum, darüber das Schloss Neuenburg auf seinem Felsen, unten die Rotkäppchen-Sektkellerei. Im nördlichsten Qualitätsweinanbaugebiet Deutschlands bauen Winzer seit mehr als 1.000



Dirk Wächter
ANZEIGE

Zwischen Ruhe und Bewegung

RADFAHREN IM THÜRINGER BECKEN

Nördlich von Erfurt zeigt sich das Thüringer Becken als Radregion für alle, die nicht das eine große Highlight suchen, sondern den Raum, ihre eigene Tour zu gestalten: Weite, die nicht inszeniert ist.

Mehr als 200 Kilometer gut ausgebaute und beschilperte Radwege durchziehen die Landschaft rund um Sömmerda. Entlang von Unstrut und Gera folgt man ruhigen Flussläufen durch offene Auen, vorbei an Feldern, kleinen Orten und stillen Naturabschnitten. Ehemalige Bahntrassen, über die heute beispielsweise der Laura- oder der Finnebahn-Radweg führen, machen das Radfahren besonders angenehm: nahezu steigungsfrei, entspannt und offen für jede Geschwindigkeit.

Nicht das eine Ziel steht im Mittelpunkt, sondern die Vielfalt der Möglichkeiten. Radfahren, Wandern und Wassersport lassen sich hier flexibel verbinden, etwa am Alperstedter See oder entlang der Unstrut, wo sich Bewegung und Ruhe ganz selbstverständlich abwechseln. Die Region eignet sich besonders für Tagesausflüge oder ein verlängertes Wochenende in der Natur.

Zwischen Bewegung und kleinen Genussmomenten etwa in liebevoll geführten Hofläden oder der regionalen Gastronomie entsteht so ein ganz eigenes Tempo. Und manchmal reicht schon ein Aussichtspunkt, um einfach anzuhalten und die Ruhe wirken zu lassen.

Wer genauer hinschaut, entdeckt mehr als Landschaft. Zwischen den weiten Feldern liegen kleine Städte, historische Orte sowie Burgen und Schlösser, stille Zeugnisse vergangener Zeiten, eingebettet in eine Region, die sich nicht in den Vordergrund drängt.

Das Thüringer Becken verzichtet auf große Inszenierungen. Gerade darin liegt sein Reiz: ein offener Raum, in dem jeder seinen eigenen Weg findet – aktiv, entdeckend oder einfach entspannt unterwegs.

REISE INFOS

WICHTIGE ECKDATEN ZU DEN TOUREN

Zweistromland – Elbe und Havel (1)

Länge: 66 km | Höhenmeter: 40 Hm | Start/Ziel: Glöwen

Saale-Unstrut-Schleife (2)

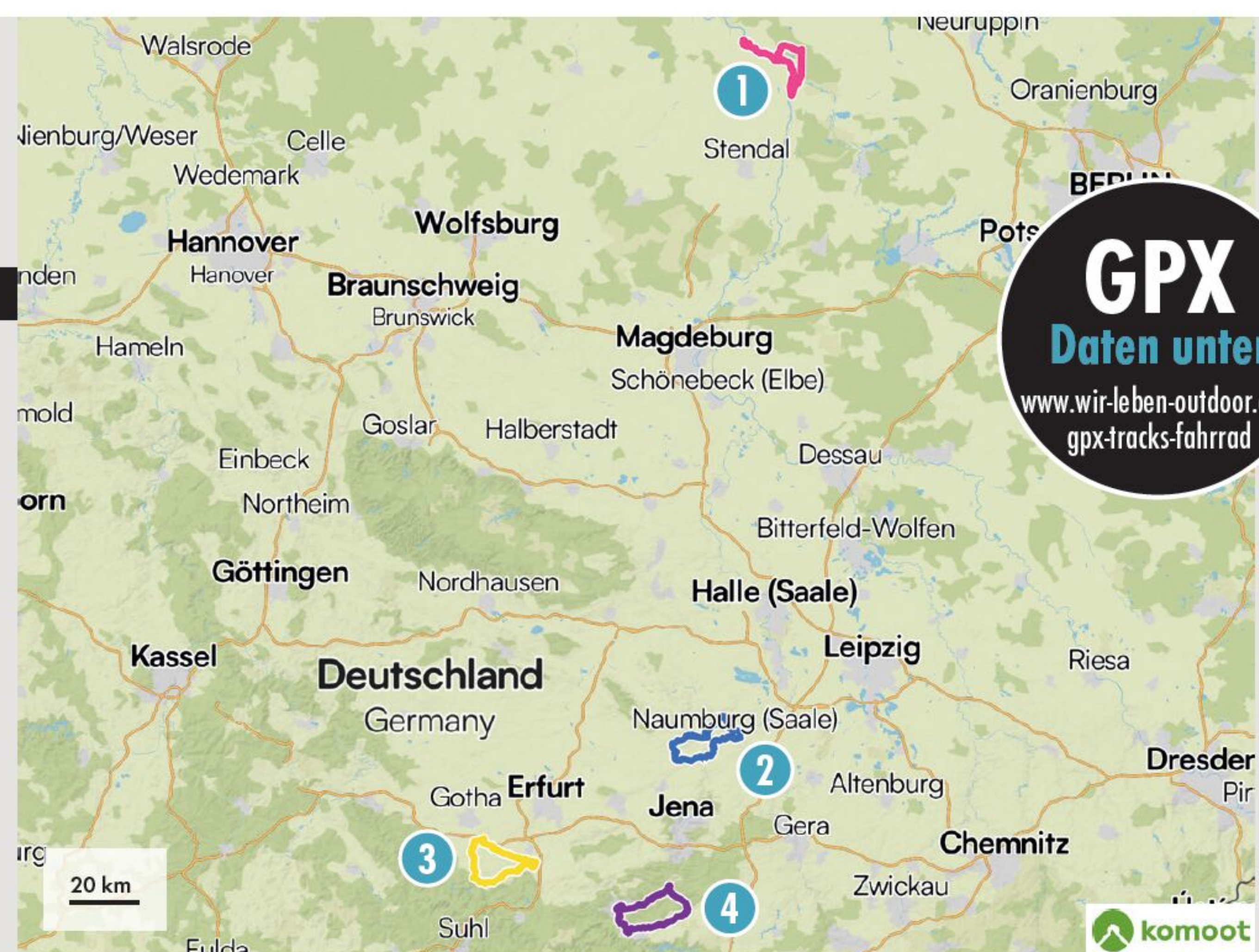
Länge: 68 km | Höhenmeter: 510 Hm | Start/Ziel: Naumburg (Saale)

Bach-Rad-Erlebnis-Route (3)

Länge: 61 km | Höhenmeter: 510 Hm | Start/Ziel: Arnstadt

Saale-Radweg – Orlaradweg Runde (4)

Länge: 65 km | Höhenmeter: 380 hm | Start/Ziel: Saalfeld



Maplibre | @ Komoot | Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

ANREISE

Erfurt ist als wichtiger ICE-Knotenpunkt aus vielen deutschen Städten schnell erreichbar ([bahn.de](https://www.bahn.de)). Wer in Sachsen-Anhalt zu seiner Radtour startet, nutzt am besten den Bahnhof Halle (Saale). Das regionale Bahn-Bus-Landesnetz verknüpft auch kleinere Orte gut miteinander ([insa.de](https://www.insa.de)). Fernbusse, die mehrere Städte der Region bedienen, sind eine weitere Option zur Anreise ([flixbus.de](https://www.flixbus.de)).

ÜBERNACHTUNG

Sachsen-Anhalt und Thüringen werden von einem blauen Band aus Flüssen durchzogen, und entlang der bekanntesten Routen warten gut ausgestattete Unterkünfte. Hotels, Pensionen, Ferienwohnungen und Campingplätze decken verschiedene Ansprüche ab. Viele Betriebe sind ADFC-zertifiziert und bieten gesicherte Abstellräume sowie Werkzeugstationen. Passende Quartiere findet man auf

[sachsen-anhalt-tourismus.de](https://www.sachsen-anhalt-tourismus.de)

[thueringen-entdecken.de](https://www.thueringen-entdecken.de) und

[bettundbike.de](https://www.bettundbike.de).

REISEFÜHRER & KARTEN

- Thüringer Städteketten (Verlag Esterbauer; ISBN 978-3-7111-0013-9; 15,90 Euro)
- Saale-Radweg: Vom Fichtelgebirge zur Elbe (Verlag Esterbauer; ISBN 978-3-7111-0153-2; 15,90 Euro)
- Die ultimativen Flussradwege in Deutschland (Bruckmann Verlag; ISBN 978-3-7343-2995-1; 29,99 Euro)
- Die 100 schönsten E-Bike-Touren in Deutschland (Bruckmann Verlag; ISBN 978-3-7343-3177-0; 29,99 Euro)

WEITERE INFOS

- Investitions- und Marketinggesellschaft Sachsen-Anhalt, Am Alten Theater 6, 39104 Magdeburg, Tel. +49 391 568 99 88, [sachsen-anhalt-tourismus.de](https://www.sachsen-anhalt-tourismus.de)
- Thüringer Tourismus, Willy-Brandt-Platz 1, 99084 Erfurt, Tel.: +49 361 3742-200, [thueringen-entdecken.de](https://www.thueringen-entdecken.de) und [radroutenplaner.thueringen.de](https://www.radroutenplaner.thueringen.de)

Bild rechts | In Arnstadt erinnert die Statue »Junger Bach« an die Zeit, in der Johann Sebastian Bach hier wirkte. **Bild ganz rechts |** Die Traukirche in Dornheim ist eng mit Johann Sebastian Bach verbunden, der dort 1707 seine erste Ehe schloss.



Jahren Reben an. Muschelkalk und Buntsandstein geben dem Wein seine Mineralität, die Südhänge an der Unstrut die Wärme. Über den Saale-Radweg kehrt man nach Naumburg zurück, die Domtürme wachsen in den Himmel. Am Zusammenfluss von Unstrut und Saale stellt man das Rad ab. Weinberge, Flussbänder und Geschichte. Die Thüringer Toskana packt Radler. Und irgendwo in diesen Hügeln hallt noch der Oktober 1806 nach.

BACH-RAD-ERLEBNIS-ROUTE (61 KM, 510 HM)

Am Arnstädter Markt steht er aus Bronze gegossen: der junge Bach. Ringsum die Stadt zieht die Bach-Rad-Erlebnisroute auf 61 Kilometern

durch die Landschaft seiner Jugend. Von Arnstadt aus schwenkt die Route westwärts und das Thüringer Burgenland öffnet sich. Durch Holzhausen führt der Weg direkt auf Wechmar zu. Veit Bach, der Urgroßvater Johann Sebastians, fand hier um 1600 eine neue Heimat. Er war Bäcker aus dem Ort Ungern, der seiner lutherischen Religion wegen fliehen musste. Im alten Oberbackhaus am Markt, heute als Bach-Geburtshaus bekannt, begann die Geschichte der Musikerfamilie Bach. Am Scheunengiebel in Wechmar stehen 1.520 Namen auf dem weltgrößten Ahnenbaum der Familie.

Über Schwabhausen geht es nach Ohrdruf. Der zehnjährige Sebastian zog 1695 in diese Stadt, zu Bruder Johann Christoph. Fünf Jahre besuchte er

Bild | Der Saale-Radweg führt von Rudolstadt in Richtung Jena durch das Saaletal und passiert bei Orlamünde einen reizvollen Blick auf die steilen Hänge und die historische Burgkulisse.



»Rudolstadt liegt eingebettet im grünen Saaletal und bietet Radfahrern abwechslungsreiche Strecken durch hügelige Landschaften, Flussauen und naturnahe Wege mit weiten Ausblicken.«

das Lyzeum, erlernte das Spiel auf Klavier und Orgel. Schloss Ehrenstein überragt die Altstadt, ein Renaissancebau der Grafen von Gleichen. Hinter Ohrdruf stemmt sich die Strecke bergan. In Crauwinkel ist der Thüringer Wald ganz nah. Bei rund 500 Metern Höhe reißt das Grün auf. Dann folgen Gossel und Espenfeld. Das Terrain fällt ab, die Pedale drehen leichter.

In Arnstadt schließt sich der westliche Kreis. Die Tour hält noch eine Zugabe bereit. So steuern wir als Nächstes ostwärts. Vier Kilometer entfernt erreicht man Dornheim. Durch ein steinernes Tor geht es in den Kirchhof von St. Bartholomäi. Hier heiratete Johann Sebastian Bach am 17. Oktober 1707 seine Cousine zweiten Grades Maria Barbara. Die Hochzeitsgesellschaft lief über Stoppelfelder von Arnstadt in das Dorf, sang Lieder und fasste sich an den Händen. Es war ein Herbsttag wie viele andere, nur dass der Bräutigam eines Tages einer der bekanntesten Komponisten werden sollte.

SAALE-RADWEG – ORLARADWEG RUNDE (65 KM, 380 HM)

»Die Gegend um Rudolstadt ist außerordentlich schön. Man wird vom weißen, großen Schloss auf dem Berge angenehm überrascht.« Friedrich Schiller schrieb diese Zeilen 1787 an einen Freund. Wenige Meter unter der Erde, in den Saalfelder Feengrotten, wächst seit Jahrhunderten eine andere

Welt: farbige Tropfsteine, stumm im Dunkeln. Saalfeld, der Startpunkt der Tour, liegt an der Saale. Die gotische Johanneskirche ragt mit ihrem 64 Meter hohen Turm über die Altstadt auf, umgeben von den Renaissancefassaden des Marktplatzes. Dann geht es los, gegen den Uhrzeigersinn, zuerst nach Osten. Auf den Feldern tauchen Zechsteinriffe auf, geologische Relikte aus dem Perm, europaweit einmalig. Bei Unterwellenborn lohnt ein Stopp. Die Gasmaschinenzentrale der ehemaligen Maxhütte steht dort als stummes Zeugnis schwerer Industriearbeit.

Über Rockendorf und Köstitz nähert sich die Fahrt Pößneck, der größten Stadt im Saale-Orla-Kreis: schräger Marktplatz, spätgotisches Rathaus, Straßen, die von Tuchmachern und Gerbern geprägt wurden. Weiter führt der Orlaradweg nach Norden, durch Schweinitz und Langenorla, das Ufer der Orla zur Seite. Der Mischwald schließt die Sicht, der Weg beruhigt sich. Bei Freienorla mündet die Orla in die Saale. Wer anhält, entdeckt hoch über dem Fluss die Kemenate von Orlamünde. Ab hier dreht der Saale-Radweg stromaufwärts nach Südwesten. Oben weitet sich das Tal. In Rudolstadt überragt das barocke Residenzschloss Heidecksburg das Saaletal, gut 60 Meter über dem Altstadtzentrum. Im Schillerhaus trafen Schiller und Goethe am 7. September 1788 erstmals aufeinander. Durch Schwarza führen die letzten Kilometer zurück nach Saalfeld. ◀



Bild oben Mitte | Die Heidecksburg in Rudolstadt thronet über der Stadt und gilt als eindrucksvolles Barockschloss, das das Stadtbild prägt. **Bild oben |** Die Saalfelder Feengrotten zählen zu den farbenreichsten Schaugrotten der Welt. Sie beeindrucken mit ihren farbig schimmernden Tropfsteinformationen.

Unsere Tipps **BEST OF** Sachsen-Anhalt & Thüringen

Reformationsgeschichte, Königspalzen, markante Schluchten und Bauwerke aus unterschiedlichen Epochen: Sachsen-Anhalt und Thüringen bieten eine dichte Vielfalt an historischen Orten, Naturlandschaften und herausragenden Sehenswürdigkeiten. Unsere Auswahl stellt einige Highlights vor.



GESCHICHTS- TRÄCHTIGER ORT

Das Weimarer Stadtschloss ist ein zentraler Bestandteil des kulturellen Erbes der Stadt und Teil des UNESCO-Welterbes »Klassisches Weimar«. Es diente über Jahrhunderte als Residenz der Herzöge von Sachsen-Weimar-Eisenach und wurde mehrfach umgebaut. Heute beherbergt es Teile der Klassik Stiftung Weimar sowie kunsthistorische Sammlungen. Besonders hervorzuheben sind die Innenräume, die Einblicke in höfisches Leben und historische Architektur geben. Zudem erinnern einzelne Gedenkräume an Persönlichkeiten wie Johann Wolfgang von Goethe und Friedrich Schiller. Derzeit wird das Schloss umfassend saniert; ausgewählte Bereiche sind im Rahmen von Führungen zugänglich. [klassik-stiftung.de](https://www.klassik-stiftung.de)



Durch schmale, moosbe- wachsene Felswände

Die Drachenschlucht bei Eisenach zählt zu den eindrucksvollsten Schluchten in Thüringen. Sie ist durch jahrtausendelange Erosion entstanden und zeichnet sich durch enge Felswände, hohe Luftfeuchtigkeit und schmale Durchgänge aus. Teilweise misst die Schlucht nur wenige Meter in der Breite. Holzstege und befestigte Wege führen durch das Gelände und ermöglichen eine sichere Begehung. Das besondere Mikroklima begünstigt Moose, Farne und andere feuchtigkeitsliebende Pflanzen. Die Drachenschlucht ist Teil eines weit verzweigten Wandergebiets im Thüringer Wald. [drachenschlucht-eisenach.de](https://www.drachenschlucht-eisenach.de)

PRÄCHTIGES FACHWERK

Die Altstadt von Schmalkalden gehört zu den schönsten Fachwerkensembles Mitteldeutschlands. Zahlreiche Gebäude aus dem 16. bis 18. Jahrhundert sind erhalten und dokumentieren unterschiedliche Bauformen und handwerkliche Techniken. Auffällig sind reich verzierte Fassaden, geschnitzte Balken und farbige Ausfachungen. Enge Gassen und historische Platzstrukturen prägen das Stadtbild. Die Bauweise spiegelt sowohl wirtschaftliche Entwicklungen als auch regionale Besonderheiten wider. Schmalkalden war zudem ein bedeutender Ort der Reformationsgeschichte. [schmalkalden.de](https://www.schmalkalden.de)





EINZIGARTIGE
AUSSICHT

In 100 Metern Höhe über dem Tal

Die Rappbodetalsperre im Harz ist Teil eines umfangreichen Talsperrensystems zur Energiegewinnung und Wasserversorgung. Ein markantes Element ist die 483 Meter lange Hängebrücke, die das Tal in rund 100 Metern Höhe überspannt. Sie zählt zu den längsten Fußgängerhängebrücken Europas und ermöglicht einen freien Blick auf die umgebende Landschaft. Neben der Brücke prägen auch Aussichtspunkte und Wanderwege das Gebiet.

harzinfo.de



IMG Sachsen-Anhalt/Falko Matte

»Das Kyffhäusergebirge ist ein kleines Mittelgebirge südlich des Harzes.«

LUTHER-LAND SACHSEN-ANHALT

Martin Luther ist eng mit Sachsen-Anhalt verbunden. In Eisleben, seinem Geburts- und Sterbeort, befindet sich das Luther Geburtshaus, das heute als Museum genutzt wird. Es vermittelt Einblicke in das Leben des 15. Jahrhunderts sowie in Luthers familiären Hintergrund.

Auch Wittenberg, wo Luther fast 38 Jahre wirkte, ist eng mit der Reformation verbunden. Besonders bekannt ist die Schlosskirche, an deren Tür er seine 95 Thesen veröffentlichte. Mehrere Originalschauplätze und Museen dokumentieren zentrale Stationen seines Lebens und Wirkens.

sachsen-anhalt-tourismus.de

Archäologisches Freilichtmuseum

Die Königspfalz Tilleda am Rand des Kyffhäuser gehört zu den bedeutendsten archäologischen Anlagen des frühen Mittelalters in Deutschland. Sie war im 10. Jahrhundert eine Pfalz, also ein Aufenthaltsort reisender Herrscher des ottonischen Reiches. Anders als feste Residenzen dienten Pfalzen der Ausübung von Herrschaft vor Ort. Die Anlage in Tilleda ist weitgehend rekonstruiert und zeigt Wohn-, Wirtschafts- und Handwerksbereiche; zudem gilt sie als wichtige Station an der Straße der Romanik. Archäologische Funde und Nachbauten ermöglichen Einblicke in das Alltagsleben sowie die politische Organisation jener Zeit.

pfalz-tilleda.de



IMG Sachsen-Anhalt/iMEDIA GmbH

UNWIDERSTER

ZEITSCHRIFTEN

Camping



Fahrrad



Wandern



ILICH.

AUS LEIDENSCHAFT

Jetzt NEU!

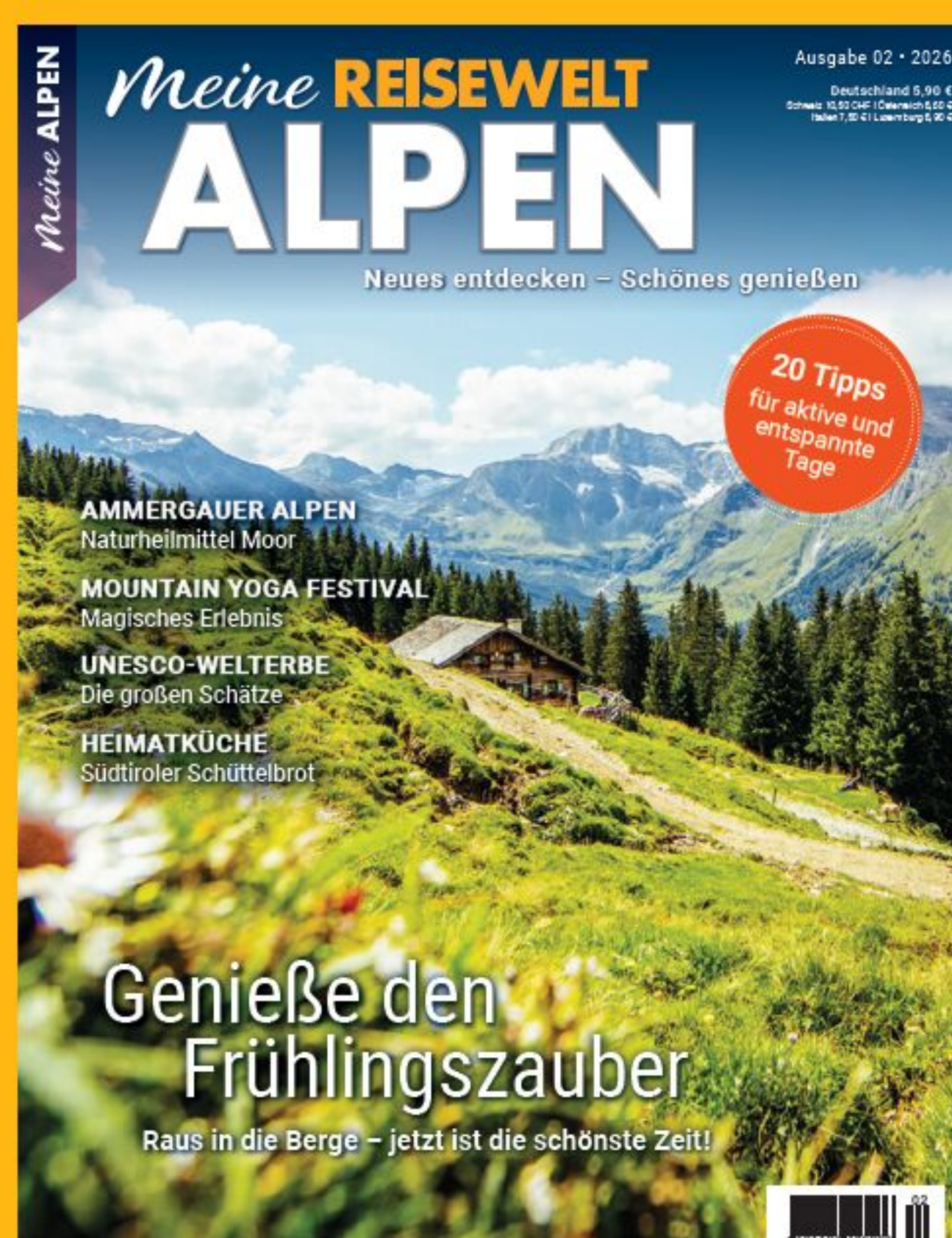
Ab sofort im
Online-Shop!



Wassersport



Lifestyle



Modellflug



TIPP: Jetzt Abonnement bestellen und attraktive Prämie sichern!

- ✓ Preisvorteil gegenüber Kiosk
- ✓ bequeme und pünktliche Lieferung nach Hause
- ✓ Kundenservice
- ✓ attraktive Prämien-Highlights

Ausgenommen Sonderhefte



Jetzt einfach bequem online bestellen!
shop.msv-medien.de

Telefon: +49 7221 9521-0

MSV MEDIEN

MSV Medien Baden-Baden GmbH | Schulstraße 12 | 76532 Baden-Baden
Tel. +49 7221 9521-0 | Fax +49 7221 9521-45 | info@msv-medien.de | www.msv-medien.de

VIELFÄLTIGE LANDSCHAFTSBILDER

WEISS-BLAUES LAND

Hügel, Hopfen, Heimat



Zugspitze, Chiemsee, Altmühltal, Bocksbeutel: Bayern verteilt seine Wahrzeichen großzügig über den Freistaat. Ein Fahrrad verbindet die Höhepunkte auf Routen, die Autofahrer nie so intensiv erleben. Berge und Tiefland, Ruhe und Puls: Wer einmal durch Bayern geradelt ist, will wiederkommen.

TEXT/BILDER: **THORSTEN BRÖNNER**

Bild | Entlang des Rhönexpress-Bahn-Radwegs wurden im Rahmen des Projekts »Inszenierung Bahngeschichte« zahlreiche Kunstobjekte installiert.



Die Geografie Bayerns ist geprägt von einem spannenden Mix an Landschaften. Im Norden leitet der Main von Weinbergen zu Wäldern, mittelalterliche Altstädte locken als Etappenziel. Im Süden türmen sich die Alpen auf, darunter schimmern reizvolle Seen. Zwischendrin erstreckt sich der Freistaat mit rund 9.000 Kilometern Radwegen.

Flache Etappen? Diese finden sich auf dem Donauradweg von Neu-Ulm bis Passau. Im Norden lockt der Mainradweg zwischen Bamberg und Aschaffenburg. In der Mitte zieht es Urlauber auf dem Fünf-Flüsse-Radweg entlang von Donau, Altmühl, Pegnitz, Vils und Naab. Hügelig und sportlich? Da lohnt sich die Radrunde Allgäu mit vier ADFC-Sternen auf 475 Kilometern. Alpine Strecken mit Alpenpanorama? Diese bietet der Bodensee-Königssee-Radweg von Lindau bis Berchtesgaden. Rund 125 Themenrouten im Bayernnetz für Radler bündeln die Facetten.

Gravelbiker nutzen die Forstwege im Bayerischen Wald, im Frankenwald und auf den Höhenzügen der Fränkischen Alb. E-Biker finden im gesamten Freistaat Ladenetze, besonders dicht sind diese im Voralpenraum und entlang der Radrunde Allgäu. Jede Region bietet zudem Tagestouren und fahrradfreundliche Unterkünfte mit Bett+Bike-Zertifizierung. Nord oder Süd – beides hat seinen Reiz. Und dazwischen liegt so viel Bayern, dass man dieses immer wieder neu entdecken kann.

RHÖNEXPRESS BAHN-RADWEG (82 KM, 850 HM)

Zwei Bundesländer und eine Rundtour durch das UNESCO-Biosphärenreservat Rhön. Zeitlofs an der bayerisch-hessischen Grenze markiert den Start. Die Räder rollen nach Norden durch das Tal der Schmalen Sinn. Mottgers und Oberzell ziehen vorbei. Dahinter steigt das Gelände an. Von Wald eingefasste Wiesen prägen das Bild. Auf 500 Metern beginnt die Abfahrt ins Fuldataal. Der Flussradweg führt ostwärts und bergan. Gersfeld taucht auf. Stolz empfängt die »heimliche Hauptstadt der Rhön« mit drei Schlössern im Park. Die evangelische Barockkirche ragt über den Marktplatz auf. Im Wildpark Ehrengrund grasen Hirsche und Wildschweine.

Der Weg Richtung Süden zwingt Radler in die kleinen Gänge. In 720 Metern Höhe hat man den Scheitelpunkt der Tour gemeistert. Ringsum breitet sich die Rhön aus. »Land der offenen Fernen« nennen die Einheimischen das Mittelgebirge. Seit 1991 trägt das Gebiet den Titel UNESCO-Biosphärenreservat. Am 7. August 2014 kam der Sternentpark hinzu. Keine Großstadt stört hier die natürliche Dunkelheit. Bei Wildflecken beginnt der Rhönexpress Bahn-Radweg. Auf Asphalt gesprayte Schienen weisen den Weg. 26,3 Kilometer auf der Trasse der ehemaligen Sinnthalbahn. Dann rollen wir ins Zentrum von Bad Brückenau. Die historischen Kurgebäude umringen den Park. In der Villa Füglein, einem Jugendstilbau, präsentiert das



Großes Bild links | Der Rhönexpress-Bahn-Radweg führt von der hessischen Grenze bei Zeitlofs bis nach Wildflecken. **Bild oben Mitte** | Das Startschild markiert den Beginn der 26,3 km langen Strecke auf der ehemaligen Sinnthalbahn. **Bild oben** | Das Bayerische Staatsbad Bad Brückenau liegt im Sinnthal in den westlichen Ausläufern der Kuppenrhön und ist seit 1747 eines der ältesten deutschen Heilbäder.

WICHTIGE ECKDATEN ZU DEN TOUREN

Rhönexpress-Bahn-Radweg (1)

Länge: 82 km | Höhenmeter: 850 Hm | Start/Ziel: Biber-Parkplatz Sinnthal

Bamberger Prachtbauten (2)

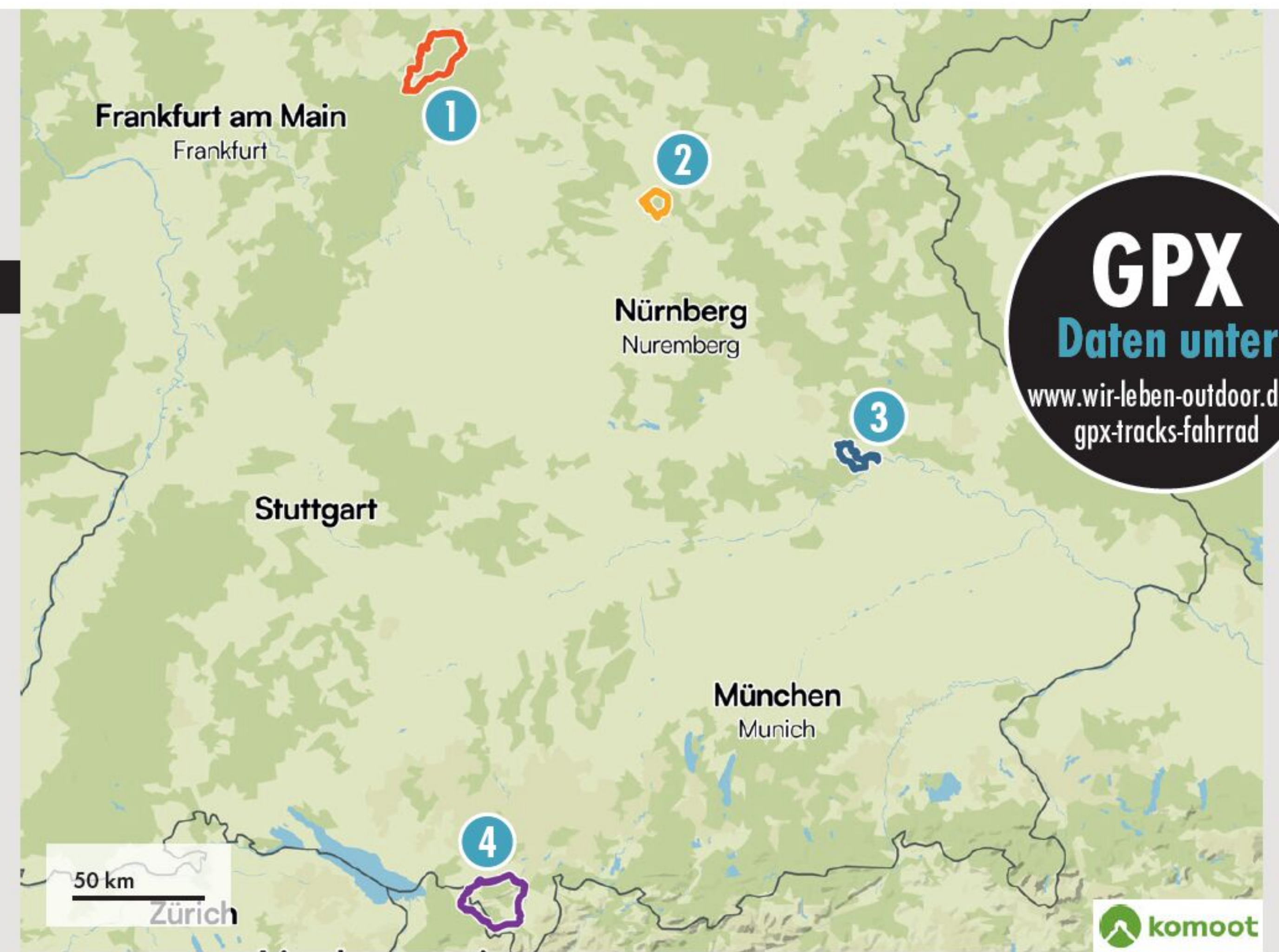
Länge: 38 km | Höhenmeter: 160 Hm | Start/Ziel: Bamberg

Regensburg und Donauzuflüsse (3)

Länge: 57 km | Höhenmeter: 470 Hm | Start/Ziel: Regensburg

Naturpark Nagelfluhkette (4)

Länge: 84 km | Höhenmeter: 1.170 Hm | Start/Ziel: Immenstadt im Allgäu



Maplibre | @ Komoot | Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

ANREISE

Bayern ist per Bahn aus dem ganzen Bundesgebiet erreichbar. ICE-Züge verbinden München stündlich mit Frankfurt, Hamburg, Berlin und Nürnberg ([bahn.de](https://www.bahn.de)). Vor Ort erschließt ein Regionalbahnnetz ländliche Gebiete, ergänzt durch Buslinien im Freistaat ([bahnland-bayern.de](https://www.bahnland-bayern.de)). Die Bayerische Regiobahn bedient Strecken im Alpenvorland ([brb.de](https://www.brb.de)). Fernbusse bieten eine günstige Alternative zur Bahn ([flixbus.de](https://www.flixbus.de)).

REISEFÜHRER & KARTEN

- Die 100 schönsten E-Bike-Touren in Deutschland (Bruckmann Verlag; ISBN 978-3-7343-3177-0; 29,99 Euro)
- Das Radreisebuch Deutschland (Bruckmann Verlag; ISBN 978-3-7343-2153-5; 34,99 Euro)
- Rother Radführer Allgäu (Bergverlag Rother; ISBN 978-3-7633-5234-0; 14,90 Euro)
- Franken (Michael Müller Verlag; ISBN 978-3-96685-169-5; 22,90 Euro)

ÜBERNACHTUNG

Bayern wartet mit einer weitreichenden Vielfalt an Übernachtungsmöglichkeiten auf – von gemütlichen Ferienwohnungen im Alpenvorland bis zu eleganten Stadthotels in den Zentren. Wer Ruhe und Natur sucht, findet auf Bauernhöfen und Campingplätzen ideale Quartiere. Traditionelle Gasthöfe, moderne Bergpensionen und naturnahe Unterkünfte erfüllen unterschiedlichste Wünsche.

Alle Angebote sind übersichtlich auf dem offiziellen Portal der Bayern Tourismus Marketing GmbH abrufbar:

[erlebe.bayern](https://www.erlebe.bayern)

TOURISMUS

Bayern Tourismus Marketing GmbH, Arabellastraße 17, 81925 München, Tel. +49 89 212397-0, [erlebe.bayern](https://www.erlebe.bayern) und [radlland-bayern.de](https://www.radlland-bayern.de)

Bild unten | Schloss Seehof bei Memmelsdorf, rund fünf Kilometer nordöstlich von Bamberg, war die Sommerresidenz und das Jagdschloss der Bamberger Fürstbischöfe. **Bild rechts** | In Bamberg treffen sich drei überregionale Radfernwege: der Main-Radweg, der Burgenstraßen-Radweg und die EuroVelo 4 Mitteleuropa-Route.



Deutsche Fahrradmuseum mehr als 230 Exponate aus über 200 Jahren. Von der Laufmaschine bis zum modernen E-Bike reicht die Sammlung. Von hier aus führt der Sinnthal-Radweg zurück nach Zeitlofs. Die Strecke läuft parallel zum Fluss Sinn. Wer mehr in der Region erleben möchte, findet mit dem Fernweg Main zur Rhön eine Mehrtagestour.

BAMBERGER PRACHTBAUTEN (38 KM, 160 HM)

1993 erklärte die UNESCO Bambergs Altstadt zum Welterbe der Menschheit – und machte damit offiziell, was Besucher seit Jahrhunderten wissen: Diese Stadt ist ein besonderer Ort. Rund 142 Hektar umfasst die geschützte Fläche. Drei historische Siedlungskerne beinhaltet das Areal. In Bamberg treffen sich mehrere Radfernwege: der Main-Radweg, der Burgenstraßen-Radweg, die Deutschlandroute D11 Ostsee-Oberbayern und die EuroVelo 4 Mitteleuropa-Route. Wer aus Bamberg südwärts radelt, verlässt diesen Kreuzungspunkt entlang der Regnitz. Der Lärm der Altstadt verstummt rasch.

Am Main-Donau-Kanal übernimmt der Uferradweg die Führung. Diese künstliche Wasserstraße verbindet auf 171 Kilometern beide Flüsse und somit die Nordsee und das Schwarze Meer. In Strullendorf endet die flache Genusspassage. Ackerflächen und Wiesen rahmen die Ortschaft ein. Voraus baut sich die einzige Steigung der Schleife auf. Durch Roßdorf am Forst und Geisfeld führt die Route. Der Wald rückt näher, die Beine arbeiten ordentlich. Der Scheitelpunkt liegt auf 344 Metern.

Nach der Abfahrt öffnet sich der Blick auf das Schloss Seehof in Memmelsdorf. Ab 1686 ließ Fürstbischof Marquard Sebastian Schenk von Stauffenberg diese Anlage errichten, Lothar Franz von Schönborn gab dem Garten seine heutige Gestalt: 21 Hektar in Terrassen, Karpfenteiche, der



Bild oben | Die Donau ist Europas zweitgrößter Strom und fließt auf 2.859 Kilometern durch zehn Länder.

Bild ganz links | Der Regensburger Dom mit seinen zwei Türmen ist ein weithin sichtbares Wahrzeichen der Stadt und prägt das Stadtbild an der Donau. **Bild links** | Das Naabtal im Bayerischen Jura ist geprägt von schroffen Kalkfelswänden, natur-nahen Mischwäldern und dem ruhig fließenden Wasser der Naab.

REGENSBURG UND DONAUZUFLÜSSE (57 KM, 470 HM)

Vier Flüsse, ein Ziel: Regensburg. Wer diese Radtour fährt, lernt drei davon kennen, spürt ihre unterschiedlichen Charaktere und rollt am Ende auf ein Bauwerk, das schon Friedrich Barbarossa über die Donau führte. Regensburg bleibt zurück. An der Mündung der Schwarzen Laber schwenkt der Weg nach Westen. Kalkfelsen wachsen über dem Flösschen empor. Beim Stifterfelsen nahe Eilsbrunn öffnet sich an der Felskante ein Aussichtspunkt – dort stand früher eine Höhenburg zur Kontrolle der alten Handelsstraße. Wer genau hinsieht, spürt die Enge, die jede Passage durch dieses Tal einst beherrschte.

Im Ort Laaber verlassen wir das Tal. Ein Anstieg führt über die Höhen des Jura, bevor es steil ins östlich gelegene Naabtal geht. Unten empfängt das Kloster Pienlhofen das Auge: zwei dreigeschossige Türme, barocke Doppelfassade, das Wasser der Naab davor. Zisterzienserinnen gründeten es 1240.

Hauptsmoorwald dahinter. Fontänen schießen zur vollen Stunde auf, die Kaskade plätschert. Dann wieder auf den Sattel. Es geht bergab. Bamberg rückt näher. Und jetzt? Der Dom ragt über den Dächern auf. Unten am Flussufer blicken Radler auf das Insel-Rathaus in der Regnitz und nehmen danach Kurs auf einen Biergarten.



BAYERN

Bayern ist das flächenmäßig größte Bundesland Deutschlands und liegt im Südosten des Landes; die Landeshauptstadt ist München. Bayern hat eine Fläche von rund 70.550 Quadratkilometern und zeichnet sich durch eine sehr vielfältige Landschaft aus. Im Süden liegen die Alpen, deren höchster Berg, die Zugspitze, sich ebenfalls in Bayern befindet. Dazwischen finden sich zahlreiche Seen, darunter der Chiemsee. Im Norden prägen Mittelgebirge, Wälder und Flusstäler die Landschaft, darunter der Bayerische Wald. Durch das Bundesland fließen außerdem wichtige Flüsse wie die Donau. Diese Mischung aus Bergen, Seen, Wäldern und fruchtbaren Ebenen macht Bayern landschaftlich besonders abwechslungsreich.



Die Barockkirche – zwischen 1717 und 1738 nach Plänen des Baumeisters Franz Beer errichtet – steht zur Besichtigung offen. Auf dem Naabtalradweg führt die Strecke flussabwärts bis an die Mündung bei Mariaort. Dort übernimmt die Donau und leitet zur Steinernen Brücke – dem ältesten erhaltenen Steinbau dieser Art in Deutschland, 1135 bis 1146 errichtet. Mit 16 Bögen überspannt sie auf rund 315 Metern beide Donauarme und war über 800 Jahre lang der einzige feste Flussübergang zwischen Ulm und Wien. Barbarossa führte hier 1189 sein Heer zum Dritten Kreuzzug. Wer jetzt auf dem Pflaster steht und auf den Strom schaut, versteht, warum Regensburg wurde, was es ist. Hier treffen sich die Flüsse, hier ist der perfekte Ort für eine Brücke.

NATURPARK NAGELFLUHKETTE (84 KM, 1.170 HM)

Herrgottsbeton. So nennen sie im Allgäu den Nagelfluh: ein betonhartes Gestein, Millionen Jahre alt, aus Flussgeröllen zusammengebacken. Wer genau hinschaut, sieht die Nagelköpfe aus dem Fels ragen. Radler spüren, wofür dieses Gebirge steht: kantig, eigenwillig, unverstellt. Immenstadt



trägt seinen Marktplatz mit Brunnen und Schloss wie eine Auszeichnung vor sich her und ist die älteste Stadt im Landkreis Oberallgäu, mit Stadtrechten aus dem Jahr 1360. Gleich dahinter öffnet sich das Illertal. Es geht südwärts. Zu beiden Seiten Bergwiesen, darüber Mischwälder. Ofterschwang, Bolsterlang, Obermaiselstein ziehen vorbei, jedes Dorf mit seinem Zwiebelturm. Rechts rauscht die Iller, unsichtbar im Grün.

Dann erfolgt ein Schwenk nach Westen. Jetzt geht es bergan. Der Fichtenwald schließt sich über



dem Kopf. Mit zunehmender Höhe öffnet sich das Gelände. Bei 1.120 Metern ist mit dem Rohrmoosattel der höchste Punkt gemeistert. Was folgt, ist die Belohnung. Lang stürzt die Abfahrt ins Tal hinab, die Bremsen heizen sich auf, Kilometer ohne Kraft, nur Schwerkraft und Freude. Sibratsgfall taucht auf, ein Dorf am Rand des Bregenzerwaldes. Hier radeln wir ein Stück durch das österreichische Bundesland Vorarlberg. Bei Aach im Allgäu wartet Bayern wieder, und mit ihm das sanfte Hügelland. Oberstaufen empfängt Gäste seit 1991 mit dem Titel Schroth-Heilbad. Auf dem Bodensee-Königssee-Radfernweg geht es weiter Richtung Osten. Und dann glänzt er voraus im Sonnenlicht: der Große Alpsee. 250 Hektar Natur, ins Konstanzer Tal eingebettet, drei Kilometer lang. Stille am Ufer. Und im Süden die Nagelfluhkette. Derselbe Fels, derselbe Herrgottsbeton, von dem alles seinen Anfang nahm. ◀

Bild oben links | Der Große Alpsee erstreckt sich über eine Länge von drei Kilometern im Konstanzer Tal westlich von Immenstadt und erreicht eine Breite von fast einem Kilometer. **Bild ganz links** | Die Nagelfluhkette im Allgäu ist Namensgeber der Tour 4 »Naturpark Nagelfluhkette« und zieht sich als markanter Höhenzug durch das Allgäu. **Bild links** | Immenstadt trägt den Beinamen »Residenzstadt im Allgäu« und war ab 1663 Hauptort der Grafschaft Königsegg-Rothenfels. **Bild oben** | Das Allgäu gehört laut ADFC-Radreiseanalyse regelmäßig zu den zehn beliebtesten Radregionen Deutschlands.



TIPP DES AUTORS

BAYERNNETZ FÜR RADLER

Bayern besitzt mit über 120 ausgeschilderten Fernradwegen und mehr als 9.000 Kilometern Streckennetz ein großes Radwegesystem. Das Bayernnetz für Radler verbindet die Regionen des Freistaats, vom Alpenvorland durch das fränkische Hügelland bis zu den Mittelgebirgen im Norden. Auf der Plattform radlland-bayern.de lassen sich alle Routen mit Höhenprofil, Sehenswürdigkeiten, Einkehrmöglichkeiten und ÖPNV-Anbindungen abrufen. Die kostenlose Karte gibt es als Download oder gedruckt in den Tourist-Informationen des Freistaats. radlland-bayern.de



Übernachtung
inkl. Frühstück
bereits ab
62 € p.P. im DZ

ANZEIGE

- Bad Birnbach

Das Hotel LENUHOF (3-Sterne-Superior) verbindet Radfahren und Thermalbaden in idealer Weise. Nur fünf Gehminuten von der Rottal Terme entfernt, bietet es klimatisierte Zimmer und Suiten – auch mit privater Sauna –, eine 24/7 Kaffeebar und Massage-Angebote im legeren und radfahrer-freundlichen Ambiente. Das Abendrestaurant verwöhnt mit regionaler Küche.

WEITERE INFORMATIONEN

[WWW.HOTEL-LENAUHOF.DE](https://www.hotel-lenuhof.de)



Unsere Tipps **BEST OF** Bayern

Lust auf pure Entspannung oder Orte, in denen schon so einige Triumphe gefeiert wurden? Oder darf's eine urige Wirtshauskultur sein? – Bayern hat für seine Besucher einiges zu bieten. Hier haben wir einige Tipps.

ANSTOSSEN IN GESELLIGER RUNDE

Kaum ein Bundesland hat eine so bekannte Bierkultur wie Bayern. Prägend sind traditionsreiche Brauereien, Biergärten und ein starkes Reinheitsgebot, das die Qualität des Bieres bis heute garantiert. Feste wie das Oktoberfest machen die Bierkultur weltweit sichtbar und verbinden sie mit Geselligkeit und Tradition. Ob Helles, Weißbier oder regionale Spezialitäten – Bier ist tief im kulturellen Alltag verankert. Biergärten dienen dabei als sozialer Treffpunkt und sind fester Bestandteil bayerischer Lebensart.



Pure Entspannung

Ob mitten in den Alpen, am malerischen See oder in einer historischen Kurstadt: In Bayern spielt Wellness eine wichtige Rolle. Eine Wellnessoase ist beispielsweise die Rottal Terme in Bad Birnbach. Dort stehen Thermalbecken, Saunalandschaften und Ruhebereiche im Mittelpunkt. Ergänzt wird das Angebot durch besondere Anwendungen wie die Salzgrotte, die für ihr mikroklimatisches Raumkonzept bekannt ist. Viele Thermen in Bayern kombinieren Gesundheit, Entspannung und regionale Architektur zu einem ganzheitlichen Erholungserlebnis. badbirnbach.de



AN GUADN!

KULINARIK TRIFFT TRADITION

Bayern steht für eine vielfältige Kulinarik zwischen Tradition und Regionalität. Von deftigen Klassikern wie Schweinshaxe, Weißwürsten und Brezn bis hin zu modernen Interpretationen regionaler Küche prägen bodenständige Zutaten die bayerische Küche. In Wirtshäusern und Biergärten spielt Geselligkeit eine zentrale Rolle, oft begleitet von saisonalen Spezialitäten wie Spargel oder Wildgerichten. Auch süße Klassiker wie Apfelstrudel oder Dampfnudeln gehören fest dazu. Die bayerische Küche verbindet dabei regionale Identität mit einer starken Wirtshauskultur, die sowohl im ländlichen Raum als auch in den Städten lebendig ist. erlebe.bayern



»Bayern hat für jeden etwas zu bieten: Natur, Kultur – und auch die Kulinarik kommt nicht zu kurz.«

Für Klein und Groß

FLAUSCHIGE BEGLEITER

Alpakawanderungen sind sowohl für Kinder als auch Erwachsene ein beliebtes Naturerlebnis. In kleinen Gruppen geht es gemeinsam mit den ruhigen Tieren durch Wiesen, Wälder und Hügellandschaften. Der langsame Rhythmus der Alpakas sorgt für Entschleunigung und macht die Touren besonders für Familien und Erholungssuchende attraktiv. Viele Höfe bieten geführte Wanderungen an, bei denen auch Wissenswertes über Haltung und Verhalten der Tiere vermittelt wird. Das Erlebnis verbindet Natur, Tierkontakt und regionale Landschaften auf entspannte Weise. [☑ oberbayern.de](https://www.oberbayern.de)



SCHAUPLATZ VIELER TRIUMPHE

Das Herz des bayerischen Fußballs schlägt in der Allianz Arena in München, in der Besucher moderne Stadionarchitektur und Spieltage auf höchstem Niveau erleben. Direkt integriert befindet sich das FC Bayern Museum, das die Geschichte des Vereins von den Anfängen bis zu internationalen Erfolgen dokumentiert. Trophäen, multimediale Ausstellungen und interaktive Elemente machen die Entwicklung des Clubs erlebbar. Stadion- und Museumsbesuch verbinden dabei Sport, Emotion und Vereinsgeschichte an einem zentralen Standort.

[☑ allianz-arena.com](https://www.allianz-arena.com)



MUSIKANTEN- STAMMTISCHE

Mehr als 400 Gastwirtschaften halten die schöne Tradition noch lebendig. In Wirtshäusern und Gasthäusern treffen sich Musiker, um gemeinsam Volksmusik zu spielen – oft spontan und ohne feste Bühne. Instrumente wie Zither, Akkordeon oder Klarinette prägen den typischen Klang. Die Stammtische sind nicht nur musikalische Treffen, sondern auch soziale Begegnungsorte, an denen regionale Identität gepflegt wird. Besucher sind häufig willkommen und erleben traditionelle bayerische Musik in authentischer, ungezwungener Atmosphäre.

[☑ erlebe.bayern](https://www.erlebe.bayern)



Bild oben | Burg Prunn ist ein Blickfang auf der Herzstück-Tour im Altmühltal. **Bild rechts** | Am Main-Donau-Kanal lädt die Stadt Riedenburg zur Pause ein.

Bayerns Mitte überrascht mit südlichem Flair: An den Talhängen ziehen Schafherden über sonnige Wacholderheiden, auf denen Kräuter und Orchideen wachsen. Dazwischen ragen helle Kalkfelsen auf, die vor rund 147 Millionen Jahren im Jurameer entstanden. Aus dieser Zeit stammen die berühmten Fossilien der Gegend – darunter der »Urvogel« Archaeopteryx. Historische Städtchen laden zu Pausen zwischen mittelalterlichen Mauern und barocken Prachtbauten ein. Hier stärkt man sich gern mit fränkisch-bayerischen Spezialitäten aus heimischen Zutaten.

Das gut ausgebaute Radwegenetz macht Erkundungstouren zum entspannten Genuss. Quer durch

die Region verläuft der Altmühltal-Radweg. Von Gunzenhausen bis Kelheim sind Radler auf dieser Paradenstrecke weitgehend eben und fern des Straßenverkehrs unterwegs. Auf gut 160 Kilometern folgen sie dabei dem Lauf der Altmühl und später des Main-Donau-Kanals. Wer den Radelspaß mit spannenden Einblicken in die Erdgeschichte verbinden möchte, liegt mit dem GeoRadweg Altmühltal richtig. Auf zwei Streckenvarianten, 200 und 184 Kilometer lang, verbindet die Route Nördlingen mit Kelheim und damit einen Meteoritenkrater mit den Riffen des Jurameers und der spektakulären Landschaft des Donaudurchbruchs. Für Tagestouren wurden vier Radelrunden entlang der Strecke ausgeschildert, die jeweils an Bahnhöfen beginnen.

HISTORISCHE STÄDTCHEN INMITTEN IDYLLISCHER LANDSCHAFTEN

NATURGENUSS TRIFFT BAHNGESCHICHTE

Der Naturpark Altmühltal lässt sich
auf vielfältigen Radtouren erkunden

An Altmühl und Donau, in idyllischen Bachtälern, zwischen Feldern und Wiesen sind Radler im Naturpark Altmühltal unterwegs. Faszinierende Spuren der Geschichte liegen an den Strecken – von den einstigen Riffen des Jurameers bis zu stolzen Burgen und Schlössern aus vielen Jahrhunderten.

Auf der Naturpark-Website sind viele weitere Rund- und Streckentouren beschrieben. Vor allem für Erstere sind E-Bikes empfehlenswert, um bei den Anstiegen auf die Jurahöhen nicht ins Schwitzen zu kommen. Unsere beiden Tourentipps entführen in idyllische Seitentäler des Altmühltals – und in die Eisenbahngeschichte.

BURGEN, BIER UND BAUKUNST – HERZSTÜCK-TOUR (122 KM)

Der Name unserer ersten Tour erinnert daran, dass wir im Herzen Bayerns unterwegs sind. Für die 122 Kilometer lange »Herzstück-Tour« planen wir drei Tagesetappen ein, damit genug Zeit für die Entdeckungen am Wegesrand bleibt. Die Tour



ALTMÜHLTAL

In der Mitte Bayerns liegt einer der größten deutschen Naturparks: Mit knapp 3000 Quadratkilometern Fläche bietet der Naturpark Altmühltal jede Menge Platz für aktive Erlebnisse zwischen zerklüfteten Felsen, Wacholderheiden und weiten Wäldern. Bekannt ist die »Heimat des Archaeopteryx« für bedeutende Fossilienfunde aus der Jurazeit, aber auch für ihre erstklassigen Radwege – darunter der Altmühltal-Radweg, der fast steigungsfrei von Gunzenhausen bis Kelheim quer durch die Region führt.



REISE INFOS

WICHTIGE ECKDATEN ZU DEN TOUREN

Herzstück-Tour (1)

Länge: 122 km | Start/Ziel: Ingolstadt | Tourdauer: 3 Tage

Gredl-Radweg (2)

Länge: 30 km | Start: Hilpoltstein | Ziel: Greding | Tourdauer: 1 Tag

ANREISE

Ingolstadt und Hilpoltstein sind mit der Bahn gut erreichbar. Weitere Regionalbahnhöfe liegen in Abensberg und Saal a. d. Donau bei Kelheim (Herzstück-Tour) sowie in Kinding (Gredl-Radweg). Fahrpläne und weitere Informationen: [bahn.de](https://www.bahn.de); [bayern-fahrplan.de](https://www.bayern-fahrplan.de). Mit dem Auto ist die Region über die A 9 (Ausfahrt Greding oder Altmühltal) gut angebunden.

ÜBERNACHTEN

Wellnesshotel oder Ferienwohnung? Im Naturpark Altmühltal gibt es Unterkünfte für jeden Anspruch. Viele Gastgeber haben sich auf die Bedürfnisse von Radreisenden eingestellt und bieten entsprechende Serviceleitungen. [naturpark-almuehltal.de/radfahren/fahrradfreundlich](https://www.naturpark-almuehltal.de/radfahren/fahrradfreundlich)



Maplibre | @ Komoot | Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

WEITERE INFOS

Informationszentrum Naturpark Altmühltal

Notre Dame 1, 85072 Eichstätt
Tel. +49 8421 9876-0
[naturpark-almuehltal.de](https://www.naturpark-almuehltal.de)



Bild oben | Per Schiff geht es durch den beeindruckenden Donaudurchbruch bei Kelheim. **Bild ganz oben** | Der Hundertwasserturm gehört zur Brauerei Kuchlbauer in Abensberg. **Bild rechts** | Essing liegt idyllisch zwischen Felswand und Kanal.



verbindet drei der schönsten Radwege Bayerns zu einem abwechslungsreichen Rundweg: den Altmühltal-Radweg, den Donauradweg und den Schambachtalbahn-Radweg.

Als Startpunkt bietet sich die Stadt Ingolstadt mit ihrem Fernbahnhof an. Gleich vor ihren Toren beginnt der Naturpark Altmühltal. Die erste Etappe legen wir auf dem Schambachtalbahn-Radweg zurück und folgen damit der Trasse einer früheren Bahnlinie. Zwischen Feldern und Wiesen geht es durch eine ländliche Gegend. Immer wieder liegen kleine Orte am Weg, etwa Sandersdorf, wo ein stolzes Schloss die Blicke auf sich zieht. Die Route biegt nun ins Tal der Schambach ab. Dem Lauf des Wassers folgend, erleben wir hier pure Naturidylle zwischen sattgrünen Flussauen, Wacholderheiden und Mischwäldern. Als Zeugen der Geschichte wachen die Burgruine in Altmannstein und das Schloss Hexenagger über das Tal. Schließlich kündigt die stolze Rosenberg auf einer Anhöhe das erste Etappenziel an: die Drei-Burgen-Stadt Riedenburg. Der Falkenhof auf der Rosenberg, die beiden Burgruinen oder das Kristallmuseum mit der größten Bergkristallgruppe der Welt sind ebenso einen Besuch wert wie die örtliche Gastronomie mit ihren urigen Biergärten und regionalen Schmankerln.

Die zweite Etappe führt uns auf dem Altmühltal-Radweg von Riedenburg nach Kelheim. Unterwegs auf der ebenen Strecke am Ufer des Main-Donau-Kanals erwarten uns besondere Highlights: Burg Prunn, eine der besterhaltenen Burgen Bayerns, und der malerische Ort Essing. Hier drängen sich die Häuser dicht an eine steile Felswand, während sich der Tatzlwurm, eine der längsten Holzbrücken Europas, kunstvoll über den Kanal schwingt. Ein paar Kilometer weiter lohnt es sich, die Räder erneut abzustellen und die Tropfsteinhöhle Schuler-

»Unsere dritte Etappe beginnt mit einer Schifffahrt von Kelheim aus durch den spektakulären Donaudurchbruch zum Kloster Weltenburg.«



loch zu besuchen. Stündlich finden hier Führungen in die faszinierende Unterwelt statt.

Zurück im Radsattel entdeckt man am Horizont bald die Befreiungshalle, die hoch über Kelheim thront. Wir nehmen uns Zeit, um die alte Wittelsbacher Stadt und die herrliche Natur im Nationalen Naturmonument »Weltenburger Enge« zu erkunden.

Unsere dritte Etappe beginnt mit einer Schifffahrt von Kelheim durch den spektakulären Donaudurchbruch zum Kloster Weltenburg. Selbstverständlich nehmen wir die Räder mit an Bord des Ausflugsschiffes. Die Benediktinerabtei Weltenburg liegt idyllisch am Donaustrand und beherbergt neben der sehenswerten barocken Klosterkirche die älteste Klosterbrauerei der Welt. Anschließend geht es per Rad weiter nach Abensberg, wo uns schon von Weitem die goldene Kuppel des Kuchlbauer Turms entgegenstrahlt. Ein Spaziergang durch die Altstadt, ein Besuch im KunstHausAbensberg oder eine Führung durch die Weißbierbrauerei Kuchlbauer mit Besichtigung des bunten Bierkunstturms, erbaut nach den Plänen von Friedensreich Hundertwasser, sind hier lohnenswert.

Nur rund fünf Kilometer entfernt liegt Bad Gögging, wo wir eine Wellness-Auszeit in der Limes-Therme genießen. In der Antike badeten hier schon die Römer im wohltuenden Thermalwasser und hinterließen mit dem Kastell Abusina eine Anlage, die heute eine UNESCO-Welterbestätte ist, zu der sich ein kleiner Abstecher lohnt. Abschließend geht es für uns auf dem Donauradweg über Pförring und Vohburg an der Donau flussaufwärts zurück nach Ingolstadt.



TIPP DES AUTORS

Noch mehr Streckenvorschläge präsentiert der Naturpark Altmühltal in seiner Karte »Radrundtouren«, die kostenlos bestellbar ist. Natürlich findet man die Infos zu den Touren auch online unter:

📄 naturpark-althuehlal.de/radfahren/rundtouren

Bild oben | In Hilpoltstein beginnt der Gredl-Radweg. **Bild links** | Das Städtchen Heideck bezaubert mit Fachwerkcharme.





Großes Bild oben | Einst rollte hier die Bahn: Bahngeschichte am Gredl-Radweg. **Bild unten** | Das Museum Fundreich in Thalmässing bietet eine spannende Reise durch die regionale Siedlungsgeschichte.



eine Besonderheit aufmerksam, die man sonst gar nicht bemerken würde: Die Europäische Hauptwasserscheide wird überquert. Im Norden fließen Regenwasser, Bäche und Flüsse Richtung Rhein und Nordsee ab, im Süden Richtung Donau und zum Schwarzen Meer.

Nun rollen die Räder bergab Richtung Thalmässing im Thalachtal. Schon seit Jahrtausenden leben Menschen in der Region. Wer mehr über ihre Geschichte wissen möchte, besucht am besten das Museum Fundreich am Marktplatz. Anschließend zeigt das Thalachtal sich noch einmal von seiner idyllischen Seite. Mit Blick auf sattgrüne Wiesen geht es der Schwarzach entgegen, an deren Lauf sich die letzten Kilometer Richtung Greding entlangschlängeln. Die »Stadt der 21 Türme« bezaubert mit Bauten aus Mittelalter und Barock. Besonders sehenswert ist die romanische Basilika St. Martin. Direkt am Marktplatz kommen Neugierige außerdem einem Mordfall aus dem Mittelalter auf die Spur: Das Archäologiemuseum Greding zeigt die Rekonstruktion einer geheimnisvollen Fünffachbestattung aus dem 8. Jahrhundert und geht der Frage nach, warum die fünf Krieger den Tod fanden. Viele Ausstellungsstücke aus örtlichen Ausgrabungen vermitteln ein spannendes Bild von der Lebenswelt der Bajuwaren.

Wenige Kilometer von Greding entfernt liegt der Bahnhof Kinding (Altmühltal). Von dort aus kann man die Rückfahrt antreten. Der Gredl-Radweg lässt sich aber auch in eine Rundtour einbinden. Dafür fährt man zurück bis Großhöbing und hält sich dort an den Lauf der Schwarzach, um nach Obermässing zu gelangen. Dort biegt die Route ab und verläuft zwischen Feldern über Meckenhausen bis an den Main-Donau-Kanal. An dessen Ufer gelangt man in westlicher Richtung zurück nach Hilpoltstein. Diese Tourvariante ist rund 58 Kilometer lang. ◀

TIPP

Unterwegs zum Genuss

Radeln macht Appetit – und im Naturpark Altmühltal, wo fränkische, altbayerische und schwäbische Küchentraditionen aufeinandertreffen, lässt sich dieser mit abwechslungsreichen Spezialitäten stillen. 2026 stehen die kulinarischen Erlebnisse besonders im Fokus. Auf der Naturpark-Website finden Genießer Einkehr-Tipps, Veranstaltungen, Angebote und auch zahlreiche Vorschläge für Genusstouren mit dem Fahrrad.

📄 naturpark-altmuehlthal.de/genussjahr-2026

BAHN FREI IM BAJUWAREN-LAND – GREDEL-RADWEG (30 KM)

Auch unsere zweite Tour starten wir auf den Spuren einer alten Bahnlinie. Über 80 Jahre lang verband eine Lokalbahn die Städte Hilpoltstein und Greding, doch in den 1970er-Jahren wurde dieser Abschnitt der Gredl-Bahn stillgelegt. Heute verläuft der Gredl-Radweg auf der ehemaligen Bahntrasse. Die Strecke eignet sich bestens für entspannte Touren.

Die Burgstadt Hilpoltstein im Fränkischen Seenland ist mit ihrem Bahnhof ein guter Ausgangspunkt. Von dort radelt man Richtung Süden. Zunächst führt die Tour durch duftenden Kiefernwald auf das Städtchen Heideck zu. Zwischen Feldern und Wiesen geht es leicht bergauf dem höchsten Punkt der Strecke nahe Alfershausen entgegen. Hier schweift der Blick weit über die ländliche Gegend. Eine Skulptur und eine Tafel machen auf

DEIN WEG ZUM GLÜCK!

CODE SCANNEN &
GENIALE PREISE
GEWINNEN

Zu den
Gewinnspielen



Wir verlosen regelmäßig
super Preise. Von Fahrrädern
über SUP-Boards bis zu
Campingzubehör: alles, was das
Outdoor-Herz höher schlagen
lässt. Einfach unsere Webseite
besuchen und abräumen!

JETZT
mitmachen!

Abb. Unsplash / Flo Karr



Die Gewinnspiele und alles zum Thema Outdoor unter:

wir-leben-outdoor.de

Jetzt abonnieren!

Bike&Travel Magazin frei Haus.

Jetzt Abonnement bestellen und attraktive Prämie sichern!

NEU
im Online-Shop



Jahres-Abo
45,50*

*Jahresabonnement (7 Ausgaben) 45,50 Euro, Ausland 56,50 Euro
2-Jahres-Abonnement (14 Ausgaben) 82,00 Euro, Ausland 104,00 Euro

Jetzt einfach bequem online bestellen unter:

shop.msv-medien.de

Scan





1 CHIBA Handschuhe BioXCell Pro

Farbe schwarz, Größe S, M, L, XXL
UVP des Herstellers: 32,95 €
Zuzahlung 10 €



4 NEU Regio-Bingo SCHWARZWALD

UVP des Herstellers: 18,95 €



6 NEU Digitaler Radiowecker von Albrecht

UVP des Herstellers: 89,90 €
Zuzahlung 25 €



2 NEU Mobiler Backofen von RoadBaker

UVP des Herstellers: 89,90 €
Zuzahlung Jahres-Abo 20 €
2-Jahres-Abo 15 €



5 NEU Outlines Notizbuch von Leuchtturm

Farbe Navy Blue
UVP des Herstellers: 25,50 €
Zuzahlung 5 €



7 Multifunktionsjacke LENNARD von PRO-X elements

Farbe Rot, Größe S, M, L, XL, XXL
UVP des Herstellers: 99,95 €
Zuzahlung 49 €



3 NEU PETREL 20 L Kühltasche von Outwell

UVP des Herstellers: 44,95 €
Zuzahlung Jahres-Abo 15 €
2-Jahres-Abo 10 €

Ihre Abovorteile:

- ▶ bequeme und pünktliche Lieferung nach Hause
- ▶ Kundenservice
- ▶ attraktive Prämien-Highlights

TIPP! Noch mehr attraktive Prämien im Shop unter:
shop.msv-medien.de/produkte-zubehoer/

Ja, ich abonniere das Bike&Travel Magazin frei Haus.

- ☐ Jahres-Abo (7 Ausgaben)
☐ 2-Jahres-Abo (14 Ausgaben)

Ich bestelle das Bike&Travel Magazin zum 1-Jahresabopreis von nur 45,50 € (Ausland 56,50 €) für 7 Ausgaben oder im 2-Jahresabo für nur 82,00 € (Ausland 104,00 €). Die Abobestellung gilt bis auf Widerruf, mindestens aber für den abgeschlossenen Bezugszeitraum. Das Abonnement verlängert sich, wenn es nicht sechs Wochen vor Ablauf schriftlich gekündigt wird.

Das Abonnement soll mit Ausgabe ☐ beginnen.
Meine Anschrift

Vorname, Name

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Datum, Unterschrift

Als Dankeschön erhalte ich: (bitte nur ein Kreuz)

- ☐ 1 | CHIBA Handschuh (Zuzahlung 10,00 €)
☐ S ☐ M ☐ L ☐ XXL
☐ 2 | Mobiler Backofen von RoadBaker (Zz. Jahres-Abo 20 €/2-Jahres-Abo 15 €)
☐ 3 | PETREL 20 L Kühltasche von Outwell
(Zz. Jahres-Abo 15 €/2-Jahres-Abo 10 €)
☐ 4 | Regio-Bingo SCHWARZWALD
☐ 5 | Outlines Notizbuch von Leuchtturm (Zuzahlung 5,00 €)
☐ 6 | Digitaler Radiowecker von Albrecht (Zuzahlung 25 €)
☐ 7 | Multifunktionsjacke von PRO-X elements (Zuzahlung 49,00 €)
☐ S ☐ M ☐ L ☐ XL ☐ XXL

Bezahlen möchte ich per

☐ Rechnung ☐ Bankeinzug / SEPA-Lastschrift ☐ Kreditkarte

Kontonummer oder IBAN

BLZ oder BIC

Name und Sitz des Kreditinstituts



Karten-Nr.:

gültig bis:

KPN:



VICTORIA FÜR ABENTEUER UND ALLTAG

Das Victoria Avyon 11 (5.999 Euro) ist als SUV-E-Bike für gemischte Einsatzbereiche konzipiert und kombiniert Komponenten für Touren- und Alltagsnutzung. Angetrieben wird es vom Bosch Performance Line CX-Motor mit integriertem PowerTube-800-Akku. In Verbindung mit der 3x3 Nine-Nabenschaltung und einem Gates-Riemenantrieb ergibt sich ein wartungsarmer Antrieb mit großer Übersetzungsbandbreite. Für Komfort und Geländetauglichkeit sorgen eine luftgefederte Federgabel mit 100 Millimetern Federweg sowie eine absenkbare Sattelstütze. Zur Ausstattung gehören zudem Schutzbleche, ein Rahmenschluss, ein Gepäckträger und eine Lichtanlage von Busch + Müller mit 100 Lux und Fernlichtfunktion. Das Modell ist in verschiedenen Rahmenvarianten und Größen erhältlich.

Infos: victoria-bikes.com

Bosch hat Version 1.34 der eBike Flow-App veröffentlicht. Neu ist »Trick Check«, das Fahrmanöver automatisch erkennt und auswertet. Trainingsdaten werden um die Herzfrequenz ergänzt. Zudem lassen sich häufige Ziele als Favoriten speichern. Mit dem SmartphoneGrip Vertical kann das Smartphone im Hochformat als Display genutzt werden. Das eShift-Portfolio wurde erweitert und soll einen gleichmäßigeren Gangwechsel ermöglichen.

BÜCHEL HELLE LEUCHE

Wenn Touren bis in die Nacht dauern, spielt der LED-Akkufrontscheinwerfer Vail 100 (69,99 Euro) von Büchel seine Stärken aus. In der niedrigsten Leuchtstufe mit 15 Lux erreicht er eine Brenndauer von bis zu 20 Stunden. Darüber hinaus stehen drei weitere Helligkeitsstufen mit 40, 70 und 100 Lux zur Verfügung. Praktisch: Der Scheinwerfer ist auch im Set mit passender Rückleuchte erhältlich.

Infos: buechel-online.com





PINION ELEKTRONISCHES SCHALTSYSTEM

Mit Smart-Shift bietet Pinion ein elektronisch gesteuertes Schaltsystem, das auf schnelle und präzise Gangwechsel ausgelegt ist. Die Schaltvorgänge erfolgen per elektronischer Übertragung in etwa 0,2 Sekunden und erlauben auch das Schalten mehrerer Gänge in schneller Folge. Zudem ist das Schalten im Stand, während der Fahrt und unter Last möglich. Das System basiert auf der Ci-Linie des neu entwickelten Zentralgetriebes, das sich konstruktiv von mechanischen Varianten unterscheidet, insbesondere in Schaltmechanik und Sensorik. Erhältlich ist es mit sechs, neun oder zwölf Gängen. Eine zusätzliche Steuereinheit am Getriebe übernimmt die Verarbeitung der Schaltimpulse. Smart-Shift ist für E-Bikes und Fahrräder verfügbar; bei klassischen Fahrrädern ist ein zusätzlicher Akku nötig. Eine App ermöglicht Konfiguration, Updates und Systemstatus.

Infos: pinion.eu

DECATHLON UNTERWEGS MIT DEN KLEINEN

Der Decathlon EXPL 900 (499,99 Euro) ist ein kompakter Fahrradanhänger mit integrierter Kinderwagenfunktion für den Familienalltag. Er lässt sich über ein Faltmechanismus schnell zusammenklappen und platzsparend verstauen, etwa im Kofferraum oder in der Wohnung. Geeignet ist er für ein bis zwei Kinder ab sechs Monaten. Die Kabine bietet Komfort und Rundumsicht. Zum System gehören eine 43-Liter-Gepäcktasche sowie Befestigungsmöglichkeiten für zusätzliches Gepäck am Dach. Zwei Buggy-Räder ermöglichen die Nutzung auch zu Fuß. Der Anhänger ist mit E-Bikes und klassischen Fahrrädern kompatibel, einschließlich Schnellspann- und Vollachsen; für Steckachsen wird eine spezielle Lösung benötigt. Die maximale Geschwindigkeit im Fahrradbetrieb beträgt 25 km/h. Zubehör wie eine Babyliège sowie ein Jogging-Vorderrad sind vorgesehen.

Infos: decathlon.de



BESUCHEN SIE UNS AUCH ONLINE: **WIR-LEBEN-OUTDOOR.DE**

RIESE & MÜLLER BIKE FÜR ALLE FÄLLE

Wie sich ein E-Bike an unterschiedliche Budgets und Anforderungen anpassen lässt, zeigt das Riese & Müller Charger 5. Die Rahmenplattform des Trekking-Modells ist auf verschiedene Antriebsoptionen ausgelegt. Der Einstieg beginnt mit Bosch-Motor, 600-Wh-Akku und Kettenschaltung ab 4.799 Euro. In der höherwertigen Ausführung kommt die Motor-Getriebe-Einheit »MGU« von Pinion sowie ein 800-Wh-Akku zum Einsatz, erhältlich ab 7.599 Euro. Die Zwölfgangschaltung kann dabei automatisch gesteuert werden. Zur Ausstattung zählen außerdem Fern- und Bremslicht.

Infos: r-m.de





SMITH LEICHTER KOPFSCHUTZ

Der Smith Network MIPS (170 Euro) ist ein vielseitiger Fahrradhelm, der modernes Design mit Schutztechnologie kombiniert. Er verbindet das MIPS-System mit einer zonalen Koroyd-Struktur, um Aufprallkräfte zu reduzieren und gleichzeitig die Belüftung zu unterstützen. Mit rund 280 Gramm Gewicht und 15 Belüftungsöffnungen bleibt der Helm leicht und gut belüftet. Die Passform lässt sich über ein fein justierbares Verstellsystem individuell anpassen. Infos: smithoptics.com

QUAD LOCK SMARTPHONE IM BLICK

Die verstellbare Vorbaukappenhalterung (49,99 Euro) von Quad Lock ist für Fahrräder mit begrenztem Platz im Lenkerbereich konzipiert und wird zwischen Vorbau und Vorbaukappe montiert. Ein drehbares Gelenk ermöglicht eine Neigung von bis zu plus 55 Grad, was insbesondere bei steilen Vorbauten relevant sein kann. Die Halterung lässt sich beidseitig montieren und an unterschiedliche Cockpit-Konfigurationen anpassen. Sie ist mit allen Quad-Lock-Hüllen und -Adaptoren kompatibel und passt auf Steuerrohre im gängigen 1 1/8-Zoll-Standard. Ausgenommen sind Vorbauten mit integrierter Kabelführung. Das Gewicht beträgt 42 Gramm.

Infos: quadlockcase.eu



ABUS OHNE KRATZER AM RAHMEN

Mit dem Kettenschloss Abus Yarnit (ab 69,95 Euro) bietet ABUS ein Modell für den urbanen Einsatz. Das 24 Millimeter starke Schloss ist von zwei Lagen Textilfasern umhüllt, was Geräusche wie Rasseln oder Klappern während der Fahrt reduzieren soll und zugleich eine angenehme Handhabung ermöglicht. Durch die textile Ummantelung kann es zudem lackschonend transportiert werden, etwa um Sattelrohr oder Gepäckträger gelegt. Das Schloss verfügt über Sicherheitslevel 7 und ist in zwei Längen mit 85 und 110 Zentimetern erhältlich. Infos: abus.com



SKS GERMANY STANDPUMPE

Der Airkompressor Klik Tec 10.0 (44,99 Euro) steht für effiziente Pumpleistung und moderne Technik. Ausgestattet mit dem SKS-Klik-Tec-Pumpenkopf ist die Standpumpe auf das Schwalbe Klik-Valve-System abgestimmt. Der Ventilkopf lässt sich mit zwei Fingern bedienen und verhindert Druckverlust beim Abziehen. Zudem liegt der Volumenstrom um 50 Prozent höher als bei herkömmlichen SV-Ventilen.

Infos: sks-germany.com



ERGON ERGONOMISCHER GRIFF

Der Griff Ergon GP5 Evo (79,95 Euro, Biokork-Version: 89,95 Euro) ist auf ergonomische Unterstützung bei längeren Fahrten ausgelegt. Die vergrößerte Auflagefläche soll den Druck auf die Hände verteilen und den Ulnarnerv entlasten.

Ergonomische Flügel stabilisieren das Handgelenk, während das überarbeitete, verstellbare Fullsize-Bar-End verschiedene Griffpositionen ermöglicht und so Hand-, Arm- und Schulterbereich entlasten kann. Der Griff ist in zwei Größen erhältlich und richtet sich insbesondere an Langstreckenfahrende. Neben der Standardversion bietet Ergon auch eine Variante aus Biokork an.

Infos: ergonbike.com



SPECIALIZED BEREIT FÜR JEDES ABENTEUER

Das Sirrus X 3.0 EQ (1.199 Euro) von Specialized ist ein vielseitiges Bike für Asphalt- und Schottereinsatz und eignet sich für Alltag und Touren. Grundlage ist ein leichter A1-Aluminiumrahmen, ergänzt durch breitere Reifen und eine aufrechtere Sitzposition für ein ruhiges, sicheres Fahrgefühl. Der Antrieb besteht aus einem Shimano CUES 1x11-System mit großer Übersetzungsbandbreite (11–50 Zähne). Hydraulische Scheibenbremsen sorgen für zuverlässige Bremsleistung. Die EQ-Version ist alltagstauglich ausgestattet mit Racktime-kompatiblen Gepäckträger, Schutzblechen und einer Lichtanlage mit Nabendynamo.

Infos: specialized.com

BESUCHEN SIE UNS AUCH ONLINE:
WIR-LEBEN-OUTDOOR.DE

BUSCH+MÜLLER MEHR SICHERHEIT

Der Busch+Müller Turntec T2 (124,90 Euro) ist ein akkubetriebenes Blinkersystem für Fahrräder und E-Bikes. Die beiden Blinker sind in die Lenkerenden integriert und werden durch eine kurze Handbewegung aktiviert, sodass beide Hände am Lenker bleiben. Zusätzlich gibt es eine Warnblinkfunktion. Die Montage erfolgt ohne Spezialwerkzeug und ist für Lenker mit 17,5 bis 19,5 Millimeter Innendurchmesser sowie bis 20 Grad Biegung vorgesehen. Ein zentraler Akku versorgt beide Einheiten; die Verbindung erfolgt über ein Kabel im Lenker. Geladen wird per USB-C direkt am Fahrrad. Eine Ladeanzeige informiert über den Akkustand, unter anderem durch eine erhöhte Blinkfrequenz bei niedrigem Ladestand. Verfügbar ist das System voraussichtlich ab dem ersten Halbjahr 2026.

Infos: bumm.de





DEUTER ZWEI IN EINEM

Praktisch: Dank eines cleveren Klappmechanismus lässt sich die Hinterradtasche Xberg (200 Euro) von deuter im Handumdrehen in einen komfortablen Rucksack verwandeln. Die per Druckknöpfen fixierte Rückenplatte kann nach oben oder unten geklappt werden und gibt je nach Bedarf entweder die Halterung zur Befestigung am Gepäckträger oder die ergonomischen Schulterträger frei. Ein Rolltop-Verschluss mit Schnalle sowie zusätzliche Organisationsfächer sorgen für vielseitige und praktische Verstaumöglichkeiten.

Infos: [deuter.com](https://www.deuter.com)

ZEFAL FÜR DIE WERKSTATT

Der Drehmomentschlüssel Z Torque Wrench (69,95 Euro) ist für präzise Montagearbeiten am Fahrrad konzipiert. Er lässt sich in 0,1-Nm-Schritten einstellen und ermöglicht ein kontrolliertes Anziehen von Komponenten, was insbe-

sondere bei empfindlichen Materialien wie Carbon relevant ist. Eine speziell entwickelte Spitze erleichtert zudem Arbeiten an schwer zugänglichen Scheibenbremsnägeln. Zum Lieferumfang gehören verschiedene Sechskant- und Torx-Bits, eine Verlängerung sowie ein spezieller 4-mm-Bit für Bremsnägeln. Damit deckt das Werkzeug ein breites Spektrum typischer Wartungs- und Montagearbeiten am Fahrrad ab.

Infos: [zefal.com](https://www.zefal.com)



DYNAMIC SONNENSCHUTZSPRAY

Die Sonnencreme Sunsation LSF 50 (28,99 Euro) bietet Schutz vor UVA- und UVB-Strahlung und ist auf Anforderungen bei sportlicher Nutzung ausgelegt. Die schweißbeständige Formulierung soll auch bei längeren Fahrten in der Sonne zuverlässig auf der Haut bleiben. Das transparente Produkt hinterlässt keinen weißen Film und erzeugt lediglich einen leichten Glanz. Zudem enthält die Formel Vitamin E.

Infos: [dynamicbikecare.com](https://www.dynamicbikecare.com)



WINORA BIETET HOHEN KOMFORT

Das Winora Sinus AS (6.499 Euro) ist konsequent auf Komfort und Alltagstauglichkeit ausgelegt. Herzstück ist das Pinion-E-Drive-System, das Elektromotor, Neun-Gang-Getriebe und elektronische Automatikschaltung kombiniert. Die Schaltvorgänge erfolgen automatisch und passen sich der jeweiligen Fahrsituation an. Serienmäßig ausgestattet mit Gepäckträgern an Front und Heck sowie einem zulässigen Gesamtgewicht von 180 Kilogramm, eignet sich das E-Bike besonders für den täglichen Einsatz im Pendel- oder Einkaufsverkehr. Ein 800-Wh-Akku sorgt für hohe Reichweite. Zusätzlichen Komfort bieten der tiefe Einstieg und die gefederte, absenkbare Sattelstütze, die das Auf- und Absteigen erleichtert.

Infos: [winora.com](https://www.winora.com)

Jetzt abonnieren!

Fahrradland Magazin frei Haus.

Jetzt Abonnement bestellen und attraktive Prämie sichern!

NEU
im Online-Shop



Jahres-Abo
20,70*

*Jahresabonnement (3 Ausgaben) 20,70 Euro, Ausland 25,20 Euro

Jetzt einfach bequem online bestellen unter:

shop.msv-medien.de

Scan



UNSERE KOMMENDE FAHRRADLAND AUSGABE
AUSGABE 2/2026
ERSCHEINT AM **14.07.2026**



Lust auf mehr?

Lohnenswerte Radreiseziele erwarten Sie auch in der nächsten Ausgabe von Fahrradland. Falls Sie die Wartezeit für weitere Tourenvorschläge verkürzen möchten, besuchen Sie unsere Website:
WIR-LEBEN-OUTDOOR.DE



Weitere Radmagazine!

Das Magazin Fahrradland erscheint dreimal pro Jahr. Darüber hinaus veröffentlicht der Verlag MSV Medien Baden-Baden GmbH weitere Radtitel. Spannenden Lesestoff für Radreisende bietet das Bike&Travel Magazin, das siebenmal jährlich erscheint. Alles rund ums E-Biken finden Interessierte im e-bike TOUREN Magazin mit vier Ausgaben pro Jahr. Gravelbike-Fans kommen mit dem Magazin GRAVEL Touren (vier Ausgaben im Jahr) auf ihre Kosten. Unser Sonderheft Vantrip – Camping & Bike stellt die schönsten Radtouren für Camper vor. Und ganz neu im Portfolio ist das E-Mountainbike Touren Magazin, das jede Menge Inspiration für Abenteuer auf abwechslungsreichen Trails liefert.

Alle Zeitschriften des Verlags gibt's hier zu entdecken: **SHOP.MSV-MEDIEN.DE**

Postanschrift: Redaktion Fahrradland,
Postfach 2109, 76491 Baden-Baden

Sitz der Redaktion: Schulstraße 12, 76532 Baden-Baden
E-Mail: info@msv-medien.de, Homepage: www.wir-leben-outdoor.de

ISSN: 2700-7340

Herausgeber (V.i.S.d.P.): Stefan Rost

Redaktion: Michael Schneider, Tel. +49 7221 9521-13
E-Mail: michael.schneider@msv-medien.de
Loren Nowak, Tel. +49 7221 9521-25
E-Mail: loren.nowak@msv-medien.de

Mitarbeiter dieser Ausgabe: Thorsten Brönnner, Birgit Duval,
Klaus Herzmann

Verlag: MSV Medien Baden-Baden GmbH
Schulstraße 12, 76532 Baden-Baden
E-Mail: info@msv-medien.de, Homepage: www.msv-medien.de

Geschäftsführer: Hans Rost, Stefan Rost

Grafik: MSV Medien Baden-Baden GmbH, Schulstraße 12
76532 Baden-Baden, E-Mail: info@msv-medien.de
Carina Linde, Karolina Antoszek, Isabelle Rost

Anzeigenverwaltung: MSV Medien Baden-Baden GmbH
Schulstr. 12, 76532 Baden-Baden, E-Mail: info@msv-medien.de

Anzeigenverkauf:

Radsport, Sportartikel und Ausrüstung

Steffen Weyrauch, Tel. +49 7221 9521-17
E-Mail: steffen.weyrauch@msv-medien.de

Tourismus

Daniela Leschke (geb. Rost), Tel. +49 7221 9521-31
E-Mail: daniela.leschke@msv-medien.de
Marion Nunn, Tel. +49 7221 9521-32
E-Mail: marion.nunn@msv-medien.de
Tanja Willmann, Tel. +49 7221 9521-34
E-Mail: tanja.willmann@msv-medien.de

Vertrieb: DMV DER MEDIENVERTRIEB GmbH & Co KG,
20086 Hamburg

Druck: Westermann Druck GmbH | pva
38104 Braunschweig
Innenteil gedruckt auf 100 % Recyclingpapier

Leser-Service:

Abonnement- und Einzelheft-Bestellung
MSV Medien Baden-Baden GmbH, Schulstr. 12,
76532 Baden-Baden, Tel. +49 7221 9521-0,
E-Mail: vertrieb@msv-medien.de

Homepage: Alex Jaekel, Eric Kaula

Bezugspreis:

Preis des Einzelhefts: 6,90 Euro |
Jahresabonnement: 20,70 Euro, Ausland 25,20
Euro (inkl. Versandkosten)

Bezugsbedingungen: Bestellungen direkt beim Verlag, im
Fachhandel, im Bahnhofsbuchhandel und über das Grosso in
Deutschland und dem deutschsprachigen Ausland. Das Abonnement
verlängert sich, wenn es nicht sechs Wochen vor Ablauf schriftlich
gekündigt wird.

Alle Rechte, auch die der Übersetzung, des Nachdrucks und der
fotomechanischen sowie sonstigen datentechnischen Wiedergabe,
sind vorbehalten. Für unverlangt eingereichte Manuskripte wird keine
Gewähr übernommen. Für Bild und Text gelten die Honorarsätze
des Verlages. Honorierte Arbeiten und veröffentlichte Fotos, Skizzen
und Zeichnungen gehen in das uneingeschränkte Verfügungsrecht
des Verlags über. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht
unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Weitere Titel von MSV Medien Baden-Baden GmbH:

BIKE&TRAVEL
RADREISEN – Urlaub mit dem Fahrrad

GRAVEL TOUREN

e-bikeTOUREN

E-MOUNTAIN BIKE TOUREN

CAMPING & REISE

CAMPING RATGEBER

Vantrip

TREKKING
WANDERN & OUTDOOR

WANDERN & REISEN

meine ALPEN

Mein Schwarzwald

KAJAK
magazin

SUPBoard
STAND UP PADDLE | WORLD OF SUP

modellflug
INTERNATIONAL

ROTOR
RC-HELIKOPTER bauen & fliegen
www.rotor-magazin.de

JETPOWER

RCTURBINE
Jets & Helikopter

Join us



@verwoehnhotel_kristall

VERWÖHNHOTEL
Krista[ll]
★★★★ SUPERIOR

[WELLNESSHOTEL FÜR ERWACHSENE]

NEU
1.400 m² Sky Spa
für gesamt
3.500 m²
Wellness!

IHR ADULTS ONLY VERWÖHNHOTEL KRISTALL★★★★S AM ACHENSEE



Buchen Sie jetzt Ihr Wellness-Wunschkonzert mit bis zu 4 Lieblings-Treatments
p. P. nach Wahl, Aktivprogramm und Spitzenküche.

www.kristall-pertisau.at



ENTDECKE DIE WELT IN DEINEM STYLE.



TRM VAN : INDIVIDUAL LIFESTYLE

INDIV**VAN**DUELLE BERATUNG UND HERSTELLUNG VON REISEMOBILLEN
IN HÖCHSTER QUALITÄT, AUF BASIS MERCEDES BENZ SPRINTER.

JETZT ANRUFEN! +49 (0)4349 919506 . WWW.TRM-VAN.DE



TRM VAN by TANK Reisemobile | Verkauf | Vermietung | Werkstatt | Zubehör

Teichkoppel 40, D-24229 Dänischenhagen | +49 (0)4349 919506 | www.tank-reisemobile.de