

Stramme Wadln und ein belebender Frischluft-Kick

Auf abwechslungsreichen Touren erkunden Radfahrer das oberbayerische Mangfalltal von Bad Aibling – Brotzeit an der Wallfahrtskirche

Bad Aibling (w&p) – Wer seinem Körper nach all der Zeit des Corona-bedingten „Couch-Potato-ings“ jetzt etwas Gutes tun möchte, sollte ihn bestenfalls einmal täglich auf Touren bringen. Und zwar stressfrei, mit Radfahren. Das sorgt nicht nur für stramme Wadln, sondern auch für den wohlthuenden Frischluft-Kick.

Im oberbayerischen Bad Aibling ist das kein Problem. 220 Kilometer gut ausgeschilderte Radwege gibt es rund um das bekannte Moorheilbad. Sie führen durch das leicht hügelige Voralpenland mit Wäldern und Wiesen und sind wie gemacht für gut gelaunte Radausflüge ins Grüne. Keine Sorge, auch ungeübte Stubenhocker werden in Bad Aibling ihre Freude am Radeln entdecken – die Touren sind ebenso für wenig ambitionierte Fahrradfahrer gut machbar. Wer dennoch Hemmungen hat, leiht sich ein E-Bike und radelt mit Rückenwind durch das Mangfalltal. Und für diejenigen, die es sportlicher mögen, sind die Berge der Alpen wie der Wendelstein nicht weit.

Eine von fünf Radführerinnen des Moorheilbads ist Edeltraud Westermaier. Ihr persönlicher Tipp: „Wer eine echte Rad-Genusstour unternehmen möchte, ist in Bad Aibling goldrichtig. Hier lässt sich Radfahren mit Einkehrschwung ideal verbinden. Bei meiner Routenplanung suche ich mir immer eine urige bayerische Wirtschaft am Weg aus, mal in Maxlrain, mal in Mietraching oder auch in Kolbermoor. Eine meiner Lieblingstouren ist die 39 Kilometer lange Tour mit dem vielversprechenden Namen 'stramme Wadln'. Sie verspricht drei Stunden voller Staunen und berührender Glücksmomente, aber auch ausreichend Gelegenheit für echt bayerischen Genuss.“

Dabei geht es vom Volkstanzplatz in Bad Aibling zuerst nach Ellmosen und Thann, dann weiter durch die Thanner

Filze. Schon kurz danach taucht Schloss Maxlrain auf, das im 16. Jahrhundert im Stil der „bairischen“ Renaissance erbaut wurde und sich in Privatbesitz befindet. Heute lockt es mit einem urigen Biergarten und einer stilvollen Schlossschänke.

Mit Blick auf den Wendelstein geht es dann weiter Richtung Weißenhinden. Für eine kurze Brotzeitrast lohnt sich ein Halt an der malerischen Wallfahrtskirche zur Heiligen Dreifaltigkeit: eine echte Idylle, die zu erreichen allerdings etwas Muskeleinsatz verlangt.

Spätestens nach dem Aufstieg nach Irschenberg ist klar, warum diese Radtour „Stramme Wadln“ heißt. Gut drei Kilometer ist der Anstieg lang und bringt den Radler schnell ins Schnaufen. Aber die Anstrengung lohnt sich. Von hier aus bietet sich ein spektakulärer Ausblick auf das Kaisergebirge, die Zillertaler Alpen und die Schlierseer Berge. Ideales Plätzchen also für ein Picknick im Grünen mit Sehnsuchtsblick.

Vier weitere Radtouren empfiehlt Bad Aibling auf seiner Website unter www.bad-aibling.de. Leihräder können entweder über die Kurverwaltung von Bad Aibling oder bei einigen Hotels gebucht werden. Im fünftägigen Radurlaub „Gesundheit-Bewegung-Genuss“ in Bad Aibling sind vier Übernachtungen mit Frühstück (Mittwoch bis Sonntag), ein Leihfahrrad für drei Tage (Aufpreis für E-Bike), ein Gutschein für das Bräustüberl Maxlrain und eine Rad- und Wanderkarte sowie ein Porzellan-Kaffeeteller to go.

Bad Aibling ist Bayerns ältestes Moorheilbad und Deutschlands jüngstes Thermalbad. Mit insgesamt zwei auf Moorbehandlungen spezialisierten Gesundheitskliniken mit erfahrenen medizinisch-therapeutischen Fachkräften, einem Kurmittelhaus sowie der Therme Bad Aibling,



Radtourenführerin Edeltraud Westermaier freut sich auf ihre frischluftbegeisterten Gäste.

AIB-Kur-GmbH-Foto

bietet der Kurort im oberbayerischen Mangfalltal beste Voraussetzungen für einen Gesundheitsurlaub. Neben den traditionellen Mooranwendungen und dem breiten Wellness-Angebot zeichnet sich Bad Aibling durch die wohltuende Wirkung seines Heilwassers, das mittlerweile staatlich anerkannt ist, aus. Die besondere natürliche Heilwirkung des oberbayerischen Moores erkannte 1845 der bayerische Gerichtsarzt Dr. Desiderius Beck, dem Bad Aibling seine Moortradition verdankt. Der Behandlung mit Moor wird vor allem bei Gelenk- und Wirbelsäulenleiden, Rheuma, Arthrose, Durchblutungsstörungen, Bandscheibenschäden oder Frauenleiden ein positiver Effekt nachgesagt.



Zu Radtouren gehören auch Pausen. Schöner als bei einem Zwischenstopp an der Mangfall könnendiese nicht sein.



Eine Abkühlung zwischendurch in der Mangfall tut auch mal ganz gut.



Radfahren in freier Natur und vor so einer schönen Kulisse – Naturfreund, was willst du mehr?

Entlang des Räuber-Kneißl-Radwegs im Münchner Westen

Ein Erlebnisteich mit Naturlehrpfad lädt zum Zwischenstopp in der Gemeinde Pfaffenhofen a.d. Glonn im Münchner Westen ein

München (w&p) – Start in die 2. Saison: Nach der Eröffnung im Frühjahr 2020 freuen sich die Gemeinden des regionalen Wirtschaftsverbands WestAllianz auf die kommenden Wochen und Monate, wenn der Räuber-Kneißl-Radweg wieder viele Radfahrer durch den Münchner Westen führen wird.

Die über 100 Kilometer lange Themenroute ist dabei um eine neue Attraktion reicher. Entlang des Streckenabschnitts durch die Gemeinde Pfaffenhofen an der Glonn findet sich am Rastplatz des Sportgeländes ein neuer Erlebnisteich mit Rundweg, drehbaren Sonnenliegen sowie einem Naturlehr- und Barfußpfad.

Der Radweg rund um das Leben von Mathias Kneißl (1875-1902), der in den Gemeinden der WestAllianz ge-

lebt hat und als „Kneißl Hias“, „Räuber Kneißl“ oder auch „Schachenmüller-Hias“ in die Lokalgeschichte einging, hat nicht nur lokal, sondern auch überregional viel Aufmerksamkeit auf sich gezogen. „Wir haben eine Vielzahl von Rückmeldungen von begeisterten Besuchern erhalten, die die Gestaltung des Themenwegs für überaus gelungen hielten“, betont Johannes Kneidl, Bürgermeister der Gemeinde Sulzemoos und Vorsitzender der WestAllianz. „Dies sporn uns an, den Radweg noch bekannter zu machen. Gerade im zweiten Jahr der Corona-Pandemie ist es wichtig, Familien mit unserem Themenweg ein Ausflugsziel im Freien anbieten zu können, das für Ablenkung und Zerstreuung sorgt.“ Entlang der Wegstrecke wird das Leben des bis heute um-



Der neue Erlebnisteich mit Naturlehrpfad.

Westallianz-Foto

strittenen Lokalpatrioten an Schautafeln auf den „Kneißl-Rastplätzen“ sowohl anschaulich als auch kritisch geschildert. Die einzelnen Streckenabschnitte sind in Themengebiete wie Mystik, Schulzeit, Gefangennahme etc. aufgeteilt und informieren die Radfahrer dadurch ausführlich über die

damalige Zeit. Neu in Pfaffenhofen an der Glonn ist ein historisches Odelfass, das an einen spektakulären Fluchtversuch von Mathias Kneißl anspielt, der den Legenden nach in solch einem Gerät stattgefunden hat. Auch nähere Informationen hierzu finden sich am dortigen Rastplatz.

Der erste Streckenabschnitt führt von Karlsfeld nach Gröbenzell (30,2 Kilometer) durch das Dachauer Moos, eine Niedermoorlandschaft mit Streuwiesen, Kiefernwäldern, Bruchwäldern und Auen. Dabei werden unter anderem der Würmkanal, der Karlsfelder See und der Waldschwaigsee passiert. Sehenswert entlang der Strecke sind die Ludl-Kapelle, das botanische Naturdenkmal Lochhauser Sandberg und die im Jugendstil errichtete Russenbrücke über den Gröbenbach, aber auch das Heimatmuseum Karlsfeld und das Heimat- und Torfmuseum im historischen Schulhaus von Gröbenzell.

In Gröbenzell gibt es einen Verbindungsweg zum zweiten, 25 Kilometer langen Streckenabschnitt durch das Hügelland der Gemeinde Bergkir-

chen. Hier laden der Bergkirchner und der Eisolzrieder See zu einem erfrischenden Bad ein. Sehr schöne Aussichtspunkte über das Dachauer Hinterland finden sich in der Nähe der Pestsäule und der Mariengrotte von Kreuzholzhausen.

Die romantische Eichenallee „Am Kreuzweg“ in Lauterbach ist der abschließende Verbindungsweg zu Abschnitt drei, der an der Heilig Blut Kirche in Einsbach beginnt. Auf rund 23 Kilometern geht es vorbei an offenen Wiesen und Feldern nach Maisach und von dort steil bergauf weiter nach Aufkirchen, wo sich ein weiterer idyllischer Aussichtspunkt befindet.

Wieder zurück in Einsbach beginnt die vierte, 27 Kilometer lange Etappe des Räuber-Kneißl-Radwegs über die Ge-

meinde Pfaffenhofen a.d. Glonn. Der Weg führt über Sulzemoos und Odelzhausen vorbei an kleinen Weilern und Gehöften sowie Sehenswürdigkeiten wie die Museumshütte in Sulzemoos, die Kapelle Maria Stern, das Museum Furthmühle sowie Kirchen und denkmalgeschützte Gebäude. In Pfaffenhofen an der Glonn sind neben dem neuen Erlebnisteich mit Lehrpfad auch große Holzschnitzereien von einheimischen Künstlern zu bestaunen. Bei der Weiterfahrt nach Maisach kommen die Radler schließlich in Geisenhofen vorbei, dem Ort der letzten Gefangennahme von Mathias Kneißl im Jahr 1901. An der S-Bahn Station Maisach kann der Themen-Radweg beendet werden, aber auch die Weiterfahrt nach Gröbenzell ist möglich.