WALDRAUSCH

Dein Magazin für Schwarzwald, Alb und Bodensee

WALD RAUSCH

Das Beste aus der Heimat

Sonderausgabe: Frühjahr / Sommer 2026

Picknick-Trip

DIE SCHÖNSTEN PLÄTZCHEN DRAUSSEN

HOPFENHELD

Ein Biersommelier bei der Arbeit

HÖHENRAUSCH

Auf hängenden Brücken dem Himmel so nah

Gratis ZUM MITNEHMEN

Natur-Schönheiten

KRIBBELN IM BAUCH

Magische Momente an besonderen Orten erleben

Leben und arbeiten wie im Mittelalter – auf dem Campus Galli



Mach deine Freunde happy. Mit Wero.

Sende Geld einfach und schnell.

Jetzt in der App Sparkasse nutzen.

WERO

Weil's um mehr als Geld geht.



EDITORIAL

Ein Zauber ...

... liegt in den Schönheiten der Natur. Wenn wir uns aufmachen zu den atemberaubenden Plätzen, die uns im Schwarzwald, auf der Schwäbischen Alb und am Bodensee in großer Fülle geboten werden, und dort einen Moment innehalten, dann können wir, befreit vom Dauer-Bombardement schlechter Nachrichten, ein tiefes Glücksgefühl erleben.

Wer könnte so einen Augenblick besser beschreiben als ein großer Romantiker? In seinem berühmtesten Gedicht hat Joseph von Eichendorff einen solchen Moment festgehalten:

Es war, als hätt der Himmel
die Erde still geküsst,
dass sie im Blütenschimmer
von ihm nun träumen müsst.

Orte zum Träumen haben wir in dieser Ausgabe zusammengetragen, magische Orte, versteckte Schönheiten, wo die Seele so schön baumelt, dass wir danach gestärkt auch wieder das Alltagsgedröhn besser ertragen können.

Kombinieren kann man das Naturerlebnis prima mit ein paar kulinarischen Schmankerln beim Picknick oder beim Bierwandern. Und wer gerne länger abtaucht, kann sein aufgeregtes Smartphone auf dem Campus Galli ein paar Stunden einfach vergessen – beim Eintauchen in eine urtümliche mittelalterliche Welt, in der Handwerk tatsächlich noch komplettes Hand-Werk war.

So wie bei Sophie Muffler, die als Seilerin eine uralte, beinahe vergessene Kunstfertigkeit in die Zukunft transportiert. So wie sie mit Herzblut „spinnt und am Rad dreht“, illustriert Oljanna Haus, schauspielert Oliver Wnuck und backt Saliha „Sally“ Özcan.

Wer die Rundtour mit Forellen und den schnellsten Frauen des Schwarzwalds hinter sich hat, fühlt sich dann hoffentlich wie Joseph von Eichendorf am Ende seiner „Mondnacht“:

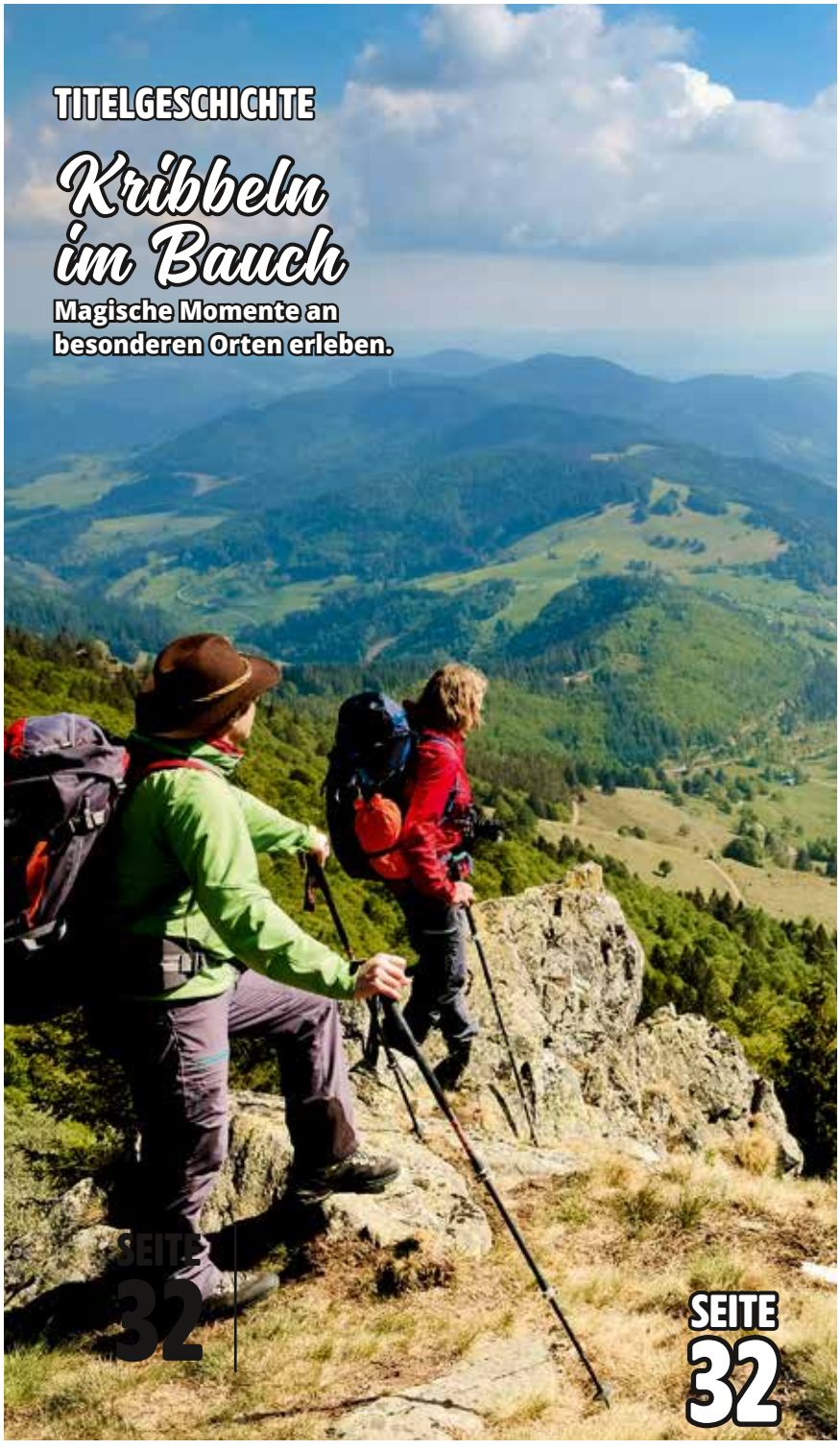
Und meine Seele spannte
weit ihre Flügel aus,
flog durch die stillen Lande
als flöge sie nach Haus.



Peter Flaig | Chefredakteur

WALD RAUSCH

Inhalt



HERZBLUT

SEITE 14
AM RAD DREHEN
Einer Seilerin über die Schulter geschaut.



VON KONSTANZ IN DIE WEITE WELT
Schauspieler Oliver Wnuck hat seine Wurzeln am Bodensee nicht vergessen.

SEITE 26
DURCHBRUCH MIT BETON
Die Illustratorin Oljanna Haus kommt groß heraus.

SEITE 30
QUICKIE
Im Quadrat.

LEBENSART

SEITE 41
MEIN LEBEN MIT MONSIEUR
Unsere Kolumne über das deutsch-französische Eheleben. In unserer „cuisine" influenzt nur der Franzose.

SEITE 42
FREIBURG UND SEINE BÄCHLE
Nicht nur das Münster steht für die Metropole im Breisgau.



SEITE 46
FARBENPRACHT AM BODENSEE
Das Radolfzeller Hausherrenfest hat eine fast 300-jährige Geschichte.

SEITE 50
HÖHENRAUSCH
Auf hängenden Brücken dem Himmel so nah.



SEITE 58
ZEITREISE
Die Gögen – oben und unten im mittelalterlichen Tübingen.

AUSFLUGS-TIPP WALD RAUSCH

SEITE 60
INNEN STADT, AUSSEN WILD!
Willkommen in Freudenstadt.

SEITE 66
QUICKIE
Einfach spitze.



SCHLARAFFENLAND

SEITE 76
HOPFENHELD
Ein Biersommelier bei der Arbeit.

SEITE 84
FORELLE SCHWARZ(WALD)
Alles um den leckeren Fisch aus heimischen Gestaden.



SEITE 92
SALLY VERZÜCKT MILLIONEN
Vom geposteten Nusszopf zur millionenfachen Back-Influencerin.

SEITE 98
QUICKIE
Küchen-Diplomatie.

RAUSCH

SEITE 100
SCHNELL, SCHNELLER, ELENA
Die schnellste Frau des Nordschwarzwalds.

SEITE 106
DER TRAUM VON OLYMPIA
Nathalie Armbrusters Aufstieg zum Weltstar.

SEITE 111
SPEEDY PETE
... schwätzt Schwäbisch.

SEITE 114
QUICKIE
Im Freudentaumel.

WEGWEISER

SEITE 8
UNTERWEGS IM WALDRAUSCH-LAND
Was fürs Auge, fürs Ohr oder für die Zunge – im Schwarzwald, auf der Alb und am Bodensee gibt es viel zu entdecken.

SAMMELSURIUM

SEITE 3
EDITORIAL

SEITE 6
GRAT-WANDERUNG MIT NERVENKITZEL
Alpine Gefühle im Nordschwarzwald.

SEITE 109
IMPRESSUM

SEITE 112
FUNNY FACTS
Über die Schwaben.

GRAT-WANDERUNG MIT NERVENKITZEL

Links und rechts fällt das Quarzporhyr-Gestein steil ab, und ein leichtes Schwindelgefühl will sich breitmachen: Wer 400 alpine Meter mitten im Nordschwarzwald ohne Drahtseile und Tritthilfen zurücklegen will, der ist am Karlsruher Grat vollkommen richtig. Die Highlights wie die rauschenden Edelfrauengrab-Wasserfälle und die atemberaubende Aussicht vom Brennte Schrofen sind aber zum Glück auch auf einem „Umgehungs"-Premiumwanderweg zu erreichen. Das empfiehlt sich für weniger mutige Besucher von „Deutschlands schönstem Wanderweg 2023" – und für diejenigen, die sich vorher ausgiebig am Schnapsbrunnen bedient haben …





Foto: © Black Forest Collective

WALD RAUSCH entdeckt



Unterwegs IM WALDRAUSCH-LAND



Foto: Gudrun Waiditschka

GOMADINGEN

HOCH ZU ROSS

Wer sich für edle Rösser interessiert, der kommt an Marbach nicht vorbei. Das Haupt- und Landgestüt in dem Teilort von Gomadingen auf der Schwäbischen Alb ist das älteste staatliche Gestüt Deutschlands. Seit mehr als 500 Jahren werden dort Pferde gezüchtet. Und was für welche: Avalun Ganesh oder Nuala lauten die klangvollen Namen zweier Vollblutaraber, die zum Verkauf stehen. Selbst Vielseitigkeitsreiter und Olympiasieger Michael Jung besitzt ein Pferd aus Marbach. Das ganze Jahr über finden Veranstaltungen dort statt, am 1. Juni etwa ein Kindertag und von 20. bis 23. August das Festival der Dressurpferde. Die berühmte Hengstparade in Marbach ist zwar erst wieder 2027, dafür sind Tiere aus Marbach von 27. September bis 4. Oktober auf dem landwirtschaftlichen Hauptfest in Bad Cannstatt zu erleben. Wer schon mal auf dem Wasen ist, kann gleich noch übers Volksfestgelände schlendern.

TERMINE DAS GANZE JAHR ÜBER

KARLSRUHE

LICHTE FASSADE

2026 ist in Karlsruhe das Weinbrenner-Jahr. Der Architekt und Stadtbaumeister hat in der Fächerstadt seine Spuren hinterlassen. Anlässlich seines 200. Todesjahrs stehen die Schlosslichtspiele unter dem Motto „Lightyard Stories: Visionen urbaner Lebensräume“; passend zu Friedrich Weinbrenner geht es um Architektur und Stadtraum. Die Veranstaltung, die 2015 erstmals stattfand, hat sich längst etabliert. Einen Monat lang werden immer abends Lichtshows auf die Fassade des Karlsruher Schlosses projiziert. Dieses Mal sind unter anderem Shows aus Tschechien, Singapur und Indien zu sehen. Und das Beste daran: Der Eintritt ist frei!

13. AUGUST BIS 13. SEPTEMBER



Los Romeras, „Science for Impact“. Schlosslichtspiele Karlsruhe 2025. Foto: KME/Jürgen Rösner



Foto: Hochschwarzwald Tourismus GmbH

HOCHSCHWARZWALD

GENUSS AUS DER REGION

Der Hochschwarzwald hat nicht nur landschaftlich, sondern auch kulinarisch viel zu bieten. Von der Schwarzwälder Kirschtorte über die Brägel, also Bratkartoffeln, mundet manches, egal ob süß oder salzig. Wer sich durchprobieren möchte, erhält während der Hochschwarzwälder Kulinarikwochen Gelegenheit dazu. Je zwei Wochen lang servieren die teilnehmenden Restaurants und Gasthöfe bewährte Klassiker genauso wie überraschende Interpretationen zum jeweiligen Thema – alles zubereitet aus Produkten der Region. Im Mai stehen so die Kirschtortenwochen auf dem Programm, ab Mitte Juni Wälderwochen, im Juli Brägel-, im September Zicklein- und im Oktober Hinterwälder-Wochen. Zum Abschluss im November gibt's Wild.

BIS MITTE NOVEMBER 2026





Foto: EdNurG, Adobe Stock

NEU-ULM

SCHÖNE DINGE

Keramik, Schmuck, Holzkunst oder handgefertigte Gürtel: Der Kunsthandwerkermarkt auf dem Petrusplatz in Neu-Ulm hat viel zu bieten. Für die bereits 30. Auflage des Markts in diesem Jahr haben sich etwa 100 Kunsthandwerker angemeldet. Wer möchte, schlendert an ihren Ständen entlang – oder durch die zahlreichen Geschäfte Neu-Ulms, die sich am zeitgleich stattfindenden verkaufsoffenen Sonntag beteiligen. Darüber hinaus wird am ersten Maiwochenende ein Museumsfest im Edwin-Scharff-Museum, ebenfalls am Petrusplatz gelegen, gefeiert.

2. UND 3. MAI

ANZEIGE



WALDRAUSCH entdeckt

MARKDORF

MUSIKALISCHE HOCHKARÄTER

Markdorf ist weder die größte noch die bekannteste Kommune am Bodensee. Aber Mitte Juni spielt dort, nicht weit weg von Meersburg, die Musik. An vier Tagen bietet das Markdorf-Open-Air fünf Konzerte. Auf der Bühne stehen nationale Hochkaräter. Den Auftakt machen am 17. Juni die Sportfreunde Stiller. Tags darauf ist Deutschrapper Capital Bra dran. Auf ihn folgen am 19. Juni The BossHoss. Am letzten Tag des Open-Airs gibt es gleich zwei Auftritte: Nachmittags machen Heavysaurus auf ihrer Metaltour 2026 Station. Abends, zum Abschluss, steht dann „SWR1 Pop & Poesie in concert“ auf dem Programm. Alles auf dem Marktplatz des kleinen Markdorf.

17. BIS 20. JUNI



Foto: Hans Klaus Techt/APA/dpa





Foto: Polizei Baden-Württemberg

MANNHEIM

UNGEWOHNTE PERSPEKTIVE

Welche Bilder entstehen dort, wo Öffentlichkeit endet und Einsatz beginnt? Um solche Fragen geht es bei der Ausstellung „Polizeifotografie – Vor und hinter der Absperrung“, die ab dem 8. November im Raum für Fotografie der Reiss-Engelhorn-Museen Mannheim (REM) zu sehen ist. Wenn Polizisten fotografieren, dann geht es nicht um Kunst. Sie sichern auf ihren Bildern Beweise, dokumentieren Tatorte oder ihren Einsatz. Oder sie nutzen ihre Fotos in den sozialen Medien. Einen künstlerischen Anspruch haben sie nicht. Und doch sind sie den REM eine Ausstellung wert. Weil die Fotos eine „eindringliche Bildsprache und visuelle Kraft“ entfalten.

8. NOVEMBER BIS 27. JUNI 2027

VILLINGEN-SCHWENNINGEN

TOPACTS IM DRUCKZENTRUM

Das „Sommersound VS“ ist aus den Festivalkalendern nicht mehr wegzudenken. Vom 31. Juli bis 2. August wird das Gelände des Druckzentrums Südwest in Villingen-Schwenningen wieder zum Festivalgelände. Drei Abende, drei Open-Air-Konzerte: Los geht’s am Freitag mit Wincent Weiss. Der südafrikanisch-deutsche Sänger steht nach 2022 bereits zum zweiten Mal in Villingen auf der Bühne und verspricht Besuchern eine Sommerparty unter freiem Himmel. Am folgenden Tag rocken Uriah Heep das Druckzentrum. Über fünf Jahrzehnte nach ihrer Gründung gibt die Rockband noch immer weltweit Konzerte. Auf Abschiedstournee nach mehr als 60 Jahren im Scheinwerferlicht ist derweil Schlagerstar Howard Carpendale. Er verspricht ein einmaliges Erlebnis voller Emotionen und Musik.

31. JULI BIS 2. AUGUST

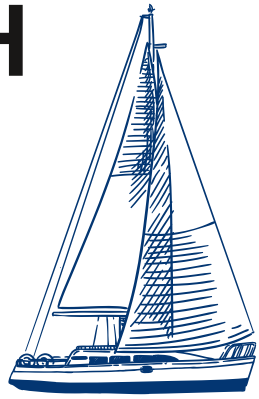


Foto: Dominik Beckmann



Foto: Marc Eich

WALD RAUSCH *entdeckt*





KONSTANZ

SEGEL SETZEN

Während der internationalen Bodenseewoche blickt die Segelwelt auf Konstanz. 1.000 Segler auf rund 150 Yachten werden erwartet, um bei Wettkämpfen auf dem Wasser gegeneinander anzutreten. Interessierte können die Regatten von Zuschauerschiffen oder von Land aus beobachten. Apropos: Auch dort, beim Konstanzer Altstadthafen, ist einiges geboten. So können sich Besucher auf die Wassersport- und Bootsausstellung sowie das bunte Treiben auf dem maritimen Markt freuen – mit Yacht-Zubehör, Freizeitbekleidung und ausgewählten Lifestyle- und Wellness-Produkten. An drei Abenden stehen zudem „Konzert und Party“ auf dem Programm.

29. BIS 31. MAI

TITISEE-NEUSTADT

GROSSE SPRÜNGE

Nach dem Winter ist vor dem Winter – da kann der Sommer im Südwesten noch so schön sein. Deshalb blickt Titisee-Neustadt schon jetzt auf den Dezember. Zwischen dem 11. und 13. des Monats soll wieder, wie zuletzt 2024, die internationale Skisprungwelt an der Hochfirstschanze Station machen. Auf dem Programm stehen jeweils zwei Einzel-Weltcups der Frauen und Männer sowie ein Super-Team-Wettbewerb der Männer. Der Ticket-Vorverkauf läuft längst. Tausende Zuschauer sollen miterleben können, wie Weltklasse-Sportler große Sprünge machen. Weitere Infos gibt es unter weltcupskispringen.com. Jetzt hoffen wir einfach, dass es im Dezember auch genug Schnee für Wintersport in Titisee-Neustadt gibt.

11. BIS 13. DEZEMBER



Foto: MTK/Frank Müller



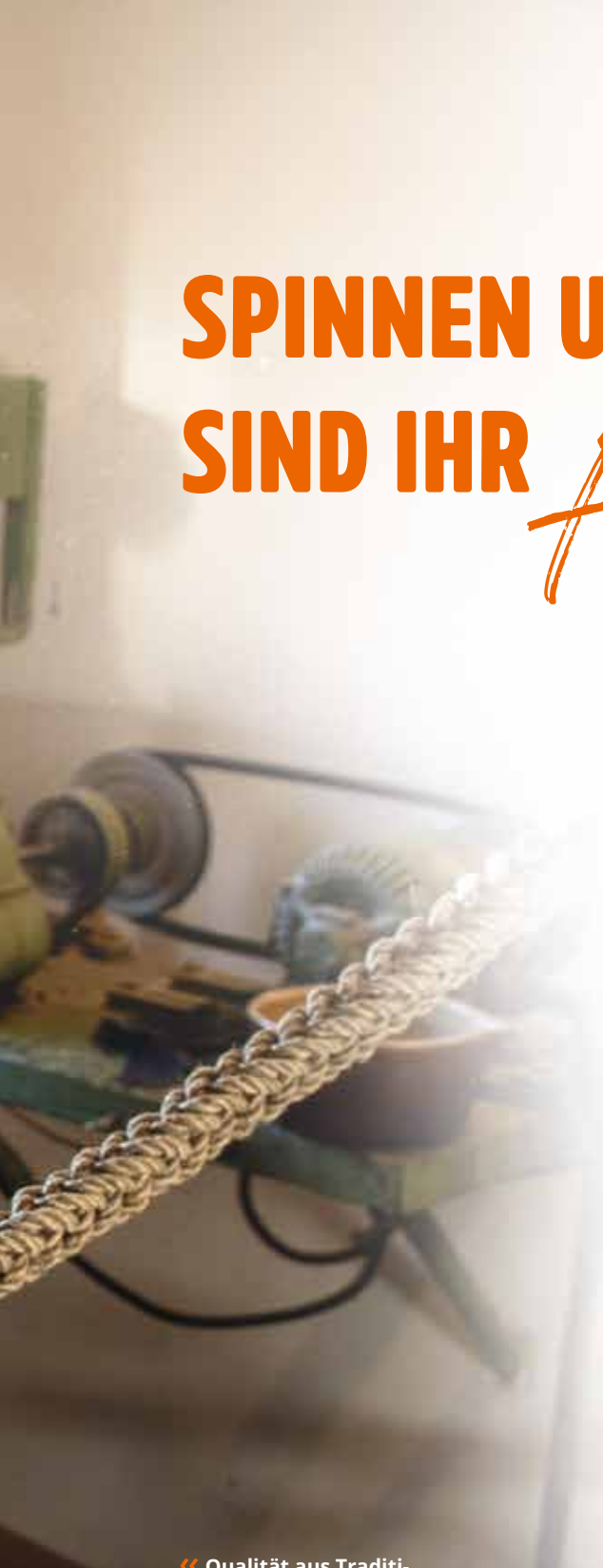
SEITE 14: AM SEIL HÄNGEN Sophie Muffler hält ein altes Handwerk am Leben. **SEITE 20: ZURÜCK ZU DEN WURZELN** Oliver Wnuk und sein Verhältnis zu Konstanz. **SEITE 26: BETON MIT DEM BLEISTIFT** Die Illustratorin Oljanna Haus. **SEITE 30: QUICKIE** Wenn Namen alles sagen.



VON GERHARD HERR | BILDER: JERÔME HERR

SPINNEN UND AM RAD DREHEN SIND IHR *Handwerk*

Abseilen ist nicht ihr Ding. Und schon gar nicht, wenn's um ihre Arbeit, den Beruf und das Bewahren von Traditionen geht. Sophie Muffler hat täglich mit dicken und dünnen, aus Hanf, Sisal, Flachs oder Kunststofffasern gedrehten Seilen zu tun. In der fünften Generation ihrer Familie und als beste Seiler-Gesellin Deutschlands sorgt die Stockacherin für frischen Wind im seltenen Handwerk der Seiler und Netzmacher.



« Qualität aus Tradition: Seit 1879 flechten die fünf Generationen der Familie Muffler nun schon Seile und Netze. Sophie Muffler ist allerdings die einzige Frau in der Firmengeschichte und eine der ganz wenigen Frauen, die in den noch existierenden 80 Betrieben im Land arbeitet.

„Die Tochter spinnt, und der Papa dreht am Rad, so einfach ist das bei uns", sagt Sophie Muffler mit einem schelmischen Lächeln und streicht über die blau-weiß gestreifte Seemannsbluse. Frau muss auch in der historischen und an Krabbenfischer-Romantik erinnernden Arbeitskleidung perfekt aussehen, bevor sie mit dem Spinnen der dünnen Hanffäden beginnt, so wie vor ihr schon vier Generationen Männer der Mufflers. In der mittlerweile zum Seilermuseum umgestalteten Werkstatt unterm elterlichen Wohnhaus gehörten vor Jahren noch das Spinnen und Flechten, das Herstellen von langen Seilen an der Seiler- oder Reeperbahn zum Tagesablauf. Sophie und ihr Vater Bernhard fertigen hier, lediglich unterstützt von den mittlerweile zu Museumsstücken gewordenen Maschinen, immer noch klassische Handlaufseile oder dicke Seile für Kinderschaukeln. Vor allem aber entstehen hier ganz traditionell die kunstvoll geflochtenen Karbatschen, mit denen die Narren in der schwäbisch-alemannischen Fastnacht durch die Gassen ziehen und es richtig krachen lassen. Eine besonders schöne davon ist Sophies Gesellenstück, mit gedrechseltem Holzgriff und besonders ohrenbetäubendem Knall, wenn die Peitschenspitze mit Überschall die Luftteilchen trennt und diese dann eben wieder laut knallend zusammenklatschen.

Aus einem Bündel Flachs wachsen dünne Seile

Zu Beginn der Peitschenproduktion hat die junge Frau vom Vater das gut zwei Kilo schwere Bündel mit den vorsortierten und parallel liegenden Flachsfasern um den Bauch gebunden bekommen. In der sich schnell bildenden feinen Staubwolke immer rückwärtsgehend, spinnt sie jetzt die Garne für das spätere Seil zusammen und achtet auf das regelmäßige Nachfließen der Fasern.

Ihr Vater flechtet derweil die an der gusseisernen Muffler-Maschine, die sein Onkel Hermann in den 1920er-Jahren entwickelt hatte, festgemachten acht Litzen kunstvoll im Quadrat ineinander. So entsteht die zum Ende hin immer dünner

werdende Peitsche. Jeder schnelle Griff des Seilermeisters sitzt. Die dreieinhalb Meter lange Peitsche wird immer länger. Immer kunstvoller zaubern Bernhard Mufflers Finger das Geflecht, während Sophie die Fasern durch den Spinnlappen gleiten und so ebenfalls fast magisch zusammenwachsen lässt.

Die Peitschen, die historisch aus der ungarischen Karbatsche, einer Rinderpeitsche, stammen und über Vorarlberg ihren Weg in den schwäbisch-alemannischen Raum gefunden haben, wurden erstmals 1766 als Instrument der Fastnachtszunft Überlinger Hansele und sogar im 14. Jahrhundert im Pfullendorfer Raum erwähnt.

„Ja, ich hab' schon ein bisschen Hornhaut an den Händen, Handcreme hilft dagegen wenig. Und lackierte Fingernägel wären auch die falsche Entscheidung", lacht Sophie Muffler, während sie immer noch am Spinnen ist. Sie liebe es, mit den Händen zu arbeiten, kräftig anzupacken – und habe gerade deshalb diesen Beruf gewählt und sich damit als einzige Seilerin in die 145-jährige Firmen- und Familiengeschichte eingeschrieben. Dabei ist sie sich der großen Verantwortung bewusst. An ihren Seilen hängen nicht nur Kinderschaukeln, sondern auch teils tonnenschwere Maschinen. Mit ihnen werden auch Holzstämme aus dem Wald gezogen oder Schiffe sturmsicher festgebunden. Reißen dürfen diese Seile auf keinen Fall. Ganz in die Fußstapfen des Vaters treten und die Bodenseeseilerei übernehmen will sie demnächst mit ihrer Schwester Helena, die studierte Wirtschaftsingenieurin ist.

Von der Zuckerbäckerin zur Kunst-Seilflechterin

Also wurde ihr der Beruf doch in die Wiege gelegt? Schon als Kinder haben Sophie, ihr Bruder und die drei Schwestern „unten im Laden" mit Hüpfseilen gespielt, sich in die ausgestellten Hängematten gelegt oder dem Vater beim Flechten zugeschaut. Das hat sie geprägt. Mit anderen Zielen vor Augen hat die damals 17-Jährige nach der Realschule in Überlingen die Ausbildung zur Konditorin begonnen. Acht Wochen nach der Gesellenprüfung war's aus mit Tortenbau und Zuckerbäckerei: Sophie begann ihre zweite Lehre beim väterlichen Seilermeister.



Funktioniert noch immer und wird auch benutzt: die vom Vater Bernhard Muffler als Gebrauchtmaschine angeschaffte Seilschlagmaschine, mit der die industrielle Fertigung in der Bodenseeseilerei begann. »



Die drei Lehrjahre, in denen Sophie bundesweit gerade mal eine von 15 Auszubildenden war, waren für sie auch „Wanderjahre" durch sieben Betriebe, gepaart mit monatelangem Blockunterricht. Dadurch wollte sie die vielen Materialien und Herstellungsarten sowie unterschiedliche Arbeitsweisen kennenlernen.

Seile fürs Bühnenbild im Zürcher Schauspielhaus

In der ältesten Seilerei der Schweiz von Martin Benz in Winterthur stellte Sophie Muffler sogar Schiffsrequisiten für das Schauspielhaus Zürich her und baute dafür einen Segelmast samt handgefertigten Tauen. Benz hat ihr aber auch beigebracht, wie man von Hand die Hanfnetze knüpft. Danach arbeitete sie in der Seilerei von Ossi Berger im Kanton Solothurn und lernte, wie man Schutz- und Fangnetze mit oder ohne Knoten für Baustellen, Skipisten und Tennisplätze herstellt. In Elzach im Schwarzwald erfuhr sie mehr über die schwere Arbeit im Umgang mit Drahtseilen für Kräne oder für die Winden und Seilzüge der Waldarbeiter kennen. Eine Hamburger Seilerei war neben einer im badischen Brühl die letzte Station. Zwischendurch besuchte sie in mehreren Blöcken insgesamt vier Monate lang die einzige Berufsschule fürs Seilerhandwerk im oberfrän-



« Schoten und Fallen nennt man, je nach Verwendungszweck, die Seile für den Wassersport.



kischen Münchberg. Im Juli 2022 hat sie die Ausbildung mit „Sehr gut“ abgeschlossen und wurde als einzige Seilerin im Bereich der Handwerkskammer Konstanz Kammer- und Landessiegerin.

Danach flatterte Post mit der Einladung zur Bundesfeier in der Augsburger Schwabenhalle ins Haus. Bayerns Ministerpräsident Markus Söder überreichte Sophie Muffler die Urkunde und den Pokal für die beste Seilergesellin des Jahres 2022 in Deutschland. „Meine Gesellenprüfung war halt unter den Guten einen Hauch besser“, sagt sie noch heute bescheiden zu dieser Ehre. Sie hat einfach die männliche Konkurrenz am Seil runtergelassen. Damit nicht genug: Zwei Tage vor der Verleihung im Dezember 2022 hat sie die zweite von vier Klausuren für die Meisterprüfung geschrieben. Erst als Seilermeisterin darf sie gemeinsam mit ihrer Schwester das Geschäft übernehmen. Um aber auch in Sachen Business bestens vorbereitet zu sein, hat sie zuletzt zwei Mal in der Woche abends die Schulbank für das Diplom der Betriebswirtin gedrückt.

Moderner Maschinenpark für High-Tech-Seile

Zeitsprung: In einer Halle im bunt gemischten Gewerbegebiet, zwischen Autohäusern, Imbisswagen, einer Küchenausstellung und einem Forschungscampus, befinden sich seit 2008 die moderne Produktion und der Laden der Seilerei und Flechterei Muffler. „Die steht genau dort, wo meine Zielgruppe, die Wassersportler, auf dem Weg zum Bodensee vorbeifährt“, sagt der Seniorchef. Im Geschäft gibt es die unterschiedlichsten Seile, die man aus Natur- und Kunstfasern herstellen kann. Aber am Ende jedes Seils knüpfen Sophie und Bernhard Muffler und ihre Mitarbeiter noch immer Schlaufen – die sogenannten Tauschen oder Augen – zum Festmachen dran oder eben dicke Knoten, je nach Anspruch der Kundschaft.

In einer Ecke neben den modernen Maschinen parkt noch immer eine alte Seilschlagmaschine. Mit ihr hat Bernhard Muffler die industrielle Ausrichtung der Firma mitbegründet. Damit werden auch heute noch bis zu 2.000 Meter lange Seile hergestellt.

Hinter einer schweren und den Lärm isolierenden Eisentür stehen die mit dünnen Fäden verbundenen Maschinen und

albmerino®
Wohlfühlprodukte aus Biosphärenwolle


100% regionale Wolle
Besuchen Sie uns :
Mo bis Fr ..... 10.00 - 18.00 Uhr
Samstag ..... 10.00 - 14.00 Uhr
FLOMAX NATURMODE GmbH
Braikeweg 6
72813 St. Johann-Gächingen
Kostenloser Katalog
Telefon 07122 8279795
oder im Onlineshop
www.flomax.de

produzieren täglich rund um die Uhr 35.000 Meter Seile, überwiegend für Anwendungen in der Industrie. Wie in einem übergroßen Bienenhaus arbeiten diese laut surrend vor sich hin. Dicke Ohrschützer sind hier Pflicht – und offene Augen außerdem. Ständig kontrolliert Sophie die sich schnell drehenden Spulen: „Das ist das Schönste am Seilmachen: zu sehen, wie aus einem neu gelieferten, dünnen Garn durch Fachen, Zwirnen und Verflechten ein dickes Seil entsteht." Dann komme noch eine geflochtene Einlage, die Seele, dazu. Ein einfaches Seil hat mehrere Arbeitsschritte und Garne, als man denkt. So sei ein Seil mit Kernmantelgeflecht ideal, um Boote festzumachen. „Gelernt habe ich während meiner Ausbildung auch, wie man die Dicke und die Lasten, die solche Seile aushalten und für die sie geprüft werden müssen, genau berechnet", sagt Sophie Muffler.



« Im Betrieb entstehen auch die kunstvoll geflochtenen Karbatschen – jene Peitschen, mit denen die Narren während der Fasnet das typische Knallgeräusch erzeugen.

Zwischendurch greift sie in die Kiste und spannt eine neue Spule mit bunten Fäden ein. „Zugegeben, es kommt schon mal vor, dass mir eine Kiste mit Garnen oder eine große Spule mit Seil zu schwer ist, aber dann kann ich ja auf die Hilfe meiner Kollegen zählen."

Um kräftig zupacken zu können, aber auch als Ausgleich, geht sie regelmäßig nach Feierabend ins Fitnessstudio: „In der Konditorei musste ich doch auch die 25-Kilo-Säcke selbst tragen, das geht eigentlich schon." Kraftarbeit in der Muckibude, im Sommer Segeln auf dem Bodensee, immer noch das Backen für Freunde. Hat Sophie Muffler noch ein weiteres, kräftezehrendes Hobby? „Wir sind eine sehr musikalische Familie, ich liebe meine Klarinette", zeigt sie in der Wohnung auf ihr Instrument. Weil man als junge Stockacherin, zudem aufgewachsen an der Kirchhalde, nicht nur Wert auf den traditionellen Beruf legt, ist sie während der Fastnacht in der Tracht der Alt-Stockacherin unterwegs.

Doch auch die Pflege und der Betrieb der alten Maschinen im Museum und der hochmodernen in der Bodenseeseilerei im Gewerbepark sind Sophie Muffler ein Herzensanliegen. Denn gerade die Verbindung von traditioneller Handarbeit und High-Tech-Maschinen fasziniert sie besonders: „Seiler und erst recht Seilerin ist ein ganz spezieller und sehr vielseitiger Beruf, den nicht jeder ausübt, den man aber auch leben muss. Ich finde, diesen Beruf soll man wieder mehr in die Welt bringen."

DIE REEPERBAHN VOM BODENSEE

Knappe 50 Meter zieht sich die Seilerbahn von Bernhard Muffler entlang der Stockacher Altstadtmauer. Auf dieser Reeperbahn des Südens kann man sich zwar nicht nachts um halb eins amüsieren wie auf St. Pauli, dafür aber das Arbeiten und die historischen Werkzeuge des Seilerhandwerks kennenlernen. „Im Norddeutschen ist der Seiler eben der Reepschläger, daher kommt der Name Reeperbahn", erklärt der Seilermeister in seinen Führungen.

Im von ihm aufgebauten und 2016 als „Lebendige Werkstatt" eröffneten Seilermuseum samt Café will er zudem ein Stück Kulturgeschichte Stockachs zeigen und die Besucher das Arbeiten von vier Generationen der Familie, aber auch deren Geschichte miterleben lassen. Die Reeperbahn, mit der in den 1950er- und 1960er-Jahren täglich Seile für die Landwirtschaft gedreht wurden, wird heute noch für die Produktion von Handlaufseilen und für Vorführzwecke genutzt. An der in den 1920er-Jahren gebauten „Spinnmaschine der Zukunft" werden noch immer Seile gesponnen und gedreht.

Illustrationen, Fotos und Filme zeigen auch, wie die ersten Seile um 4.000 v. Chr. hergestellt und benutzt wurden, wie die Seilerfamilie arbeitete und wie die moderne Produktion der High-Tech-Seile abläuft.

INFO

Seilermuseum
Kirchhalde 1
78333 Stockach
Telefon 07771-4545
www.seilermuseum.de

AOK

Unser Beitrag:
Top-Leistungen.

Immer die AOK, die du brauchst.

Jetzt von starken Leistungen und fairen Beiträgen profitieren:
immer-was-du-brauchst.de

Handelsblatt
Beste Krankenkassen
Kunden-Service EXZELLENT
2025
AOK Baden-Württemberg
Im Test: 69 Krankenkassen
GKV-Qualitätsrating
13.11.2025
DFSI RATINGS

FOCUS MONEY
Ausgezeichnete LEISTUNGEN
Ausgabe 07/2025
Deutschlands größter Krankenkassen-Vergleich

€uro
NACHHALTIG BESTE KRANKENKASSE
REGIONAL GEÖFFNET
Ausgabe 08/2025

Jetzt wechseln!



GESUNDNAH

AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse.

RWK - 02/26 - Foto: AOK BW



Vorgestellt

Oliver K. Wnuk
(*1976 in Konstanz) machte sein Abitur an der Geschwister-Scholl-Schule Konstanz. Er absolvierte eine Schauspielausbildung und wirkte seit 1997 in mehr als 130 Film- und TV-Produktionen mit. Zudem ist er als Autor für das Theater und das TV tätig und hat mehrere Bücher geschrieben – darunter auch Kinderbücher. Für seine ehemalige Lebensgefährtin Yvonne Catterfeld schrieb er Songtexte.
Infos und Termine in der Region unter:
www.oliverwnuk.de

DAS LEBEN IST EIN GESTALTUNGSSPIELRAUM

Zwischen Seeufer und Altstadtgassen, dort, wo der Bodensee an klaren Tagen ein mediterranes Ambiente verströmt, entstehen Geschichten oft ganz nebenbei. Konstanz ist ein Ort, an dem man innehält – vielleicht, weil hier das Leben weniger laut sein muss, um spannend zu sein.

TEXT: NICOLA REIMER

Auch Oliver Wnuk kennt diese leisen Zwischentöne. Als Schauspieler und Autor bewegt er sich zwischen Humor und Melancholie, zwischen Alltag und den großen Fragen dahinter. Bekannt wurde der gebürtige Konstanzer vor allem durch Serien und Kinofilme wie „Stromberg“ oder die Krimi-Serie „Nord, Nord, Mord“. Pointenreiche und polarisierende Charaktere reizen ihn künstlerisch besonders. Im Gespräch mit WALDRAUSCH erzählt er von Heimat, seiner Leidenschaft zum Beruf und davon, wie es hinter den Kulissen der Schauspielbranche aussieht.

OLIVER WNUK UND DER BODENSEE

Oliver, Du bist in Konstanz geboren und aufgewachsen, hast lange im pulsierenden Berlin gelebt. Was macht für Dich das Leben am Bodensee aus?
Es gibt so Orte, an denen man sich wie unter einer Glocke befindet, Orte, an denen man das Gefühl hat, dass es nicht wichtig ist, ob man das aktuelle Weltgeschehen verfolgt. Man fühlt sich näher bei sich, ohne den Drang zu verspüren, sich den Kopf über das aktuelle Zeitgeschehen zu zerbrechen oder eine Positionierung einnehmen zu müssen. Das hat durchaus einen Vorteil – aber auch immense Nachteile. Konstanz und Sylt sind solche Orte.

Obwohl Du mittlerweile in Oberbayern lebst, bist Du noch oft in Konstanz.
Na ja, in Oberbayern „zu leben“, so kann man das nicht wirklich sagen, denn ich bin gut zwei Drittel des Jahres unterwegs. Aber dort stehen zumindest meine Sachen. Und in Konstanz versuche ich seit Jahrzehnten, jede ein bis drei Jahre in irgendeiner Form kulturell tätig zu werden.

Zudem arbeitest Du aktuell an dem Projekt „wir_jetzt_hier“. Worum geht es da?
Das Projekt ziehe ich mit Jugendlichen der Konstanzer Geschwister-Scholl-Schule auf. Aus den Gesprächen mit den Jugendlichen, was sie bewegt, welche Sorgen, Träume und Wünsche sie haben, kreiere ich Texte und ein Programm, das musikalisch von der Bodenseephilharmonie und einem großen Chor begleitet wird. Am Ende werden dann fast 150 Akteure auf der Bühne stehen. Wir begeben uns damit auf einen sehr intensiven Weg, der für alle Beteiligten spannend ist.

Du selbst warst Schüler der Konstanzer Geschwister-Scholl-Schule.
Ja, und ich habe dort das erste Mal die Bühne erlebt. Das hat mein Leben verändert. Daher ist es mir wichtig, den Jugendlichen einen Raum zu schaffen, in dem sie sich selbst entdecken und künstlerisch ausprobieren können und sich Gehör verschaffen. Das generationsübergreifende Projekt wird von der Mentor Stiftung Deutschland, deren Botschafter ich bin, veranstaltet.

Die Stiftung ist auf der Blumeninsel Mainau beheimatet. Wie kam es dazu, dass Du Botschafter der Stiftung geworden bist?
Bettina Gräfin Bernadotte und ich sind im gleichen Alter, unsere Wege haben sich schon in der Jugend gekreuzt und wir stehen seit vielen Jahren in Kontakt. Die Gründerin der Stiftung ist Ihre Majestät Königin Silvia von Schweden, die ich schon einige Male im Rahmen meiner Arbeit getroffen habe. Die Aufführungen werden am 7. und 8. Oktober dieses Jahres im Bodenseeforum Konstanz sein und die Königin hat vor, zu kommen.

Foto: Carsten Koall dpa


Foto: Britta Krehl ZDF dpa

„AUF EIN WORT“
OLIVER WNUK IN DER SCHNELLFRAGERUNDE

Die Rolle, die mich beruflich am meisten weitergebracht hat …
war Romeo und Julia. Romeo war meine Aufnahmerolle an der Schauspielschule.

Mein Plan B zum Schauspiel …
gab es nicht.

Text sofort drauf oder Last-Minute-Lerner?
Altersbedingt bin ich zum kurzfristigen Lernen übergegangen (lacht).

Perfektionist oder Improvisationstalent?
Dazwischen.

Die Rolle, die mich am meisten gefordert hat …
die wartet noch auf mich.

Den roten Teppich …
vermeide ich tunlichst.

Handy aus oder immer erreichbar?
Immer erreichbar.

Social Media ist für mich …
ein Suchtmittel.

Serien schauen oder Bücher lesen?
Spielen und schreiben.

Zuhause kochen oder Essen gehen?
Zwangsläufig Essen gehen, weil ich selten zuhause bin.

Ein perfektes Wochenende ist für mich …
in Verbindung zu sein.

Mein Lieblingsort zum Abschalten …
ist mein Auto auf langen Fahrten.

Meine Zeit in Berlin war für mich …
mein halbes Leben, das lässt sich nicht in wenigen Worten beschreiben.

Wer nach Konstanz kommt, der sollte unbedingt …
durch die Niederburg gehen und in einem der Weinkeller einkehren.

Glücklich bin ich, wenn …
ich die Antwort auf diese Frage habe.

OLIVER WNUK: DER SCHAUSPIELER UND DIE NORDSEE

Auch wenn Du viel, viel mehr machst, bist Du den meisten als Schauspieler bekannt. In der Dauerbrenner-Serie „Nord, Nord, Mord“ verkörperst Du den Kommissar Hinnerk Feldmann. Wie darf man sich einen Drehtag vorstellen?
Das hängt von der Jahreszeit ab, in der wir drehen. Im Winter fangen wir an, sobald es hell wird, denn wir können wegen des Lichts nur bis nachmittags arbeiten. Das heißt dann um vier Uhr aufzustehen, um sechs in der Maske zu sitzen, da Drehbeginn meist um 8 Uhr ist. Die Drehtage, bei starkem Wind und straff getaktet, sind anstrengend. Abends müssen wir uns auf den nächsten Tag vorbereiten, lernen unsere Texte. Für Privatleben oder abendliches gemeinsames Feiern mit dem Drehteam bleibt da kaum Raum.

Ist Sylt schon ein bisschen Heimat für Dich?
Das kann man so sagen. Ich beziehe für die Dreharbeiten immer ein Haus und war in meinem ganzen Leben – außer in Konstanz – noch nie so lange an einem Ort wie auf Sylt.

Wie viel Mitspracherecht hast Du, die Rolle zu gestalten?
Wir können die Rollen nicht neu erfinden, und die Autoren schreiben sie uns mittlerweile auf den Leib. So, wie Feldmann agiert, ist das teilweise auch auf meinem Mist gewachsen. Je mehr Ecken und Kanten eine Rolle hat, desto anspruchsvoller wird meine Aufgabe als Schauspieler. Alles andere würde mich langweilen und ich wäre wahrscheinlich schon ausgestiegen. Wir gehen jetzt mit der Serie in das 17. Jahr, hatten zuletzt eine Einschaltquote von fast 10 Millionen, und das Sylter Ermittlerteam gehört somit zum Wohnzimmer vieler Zuschauer.



Foto: Stephan Rabold MadeFor Film dpa

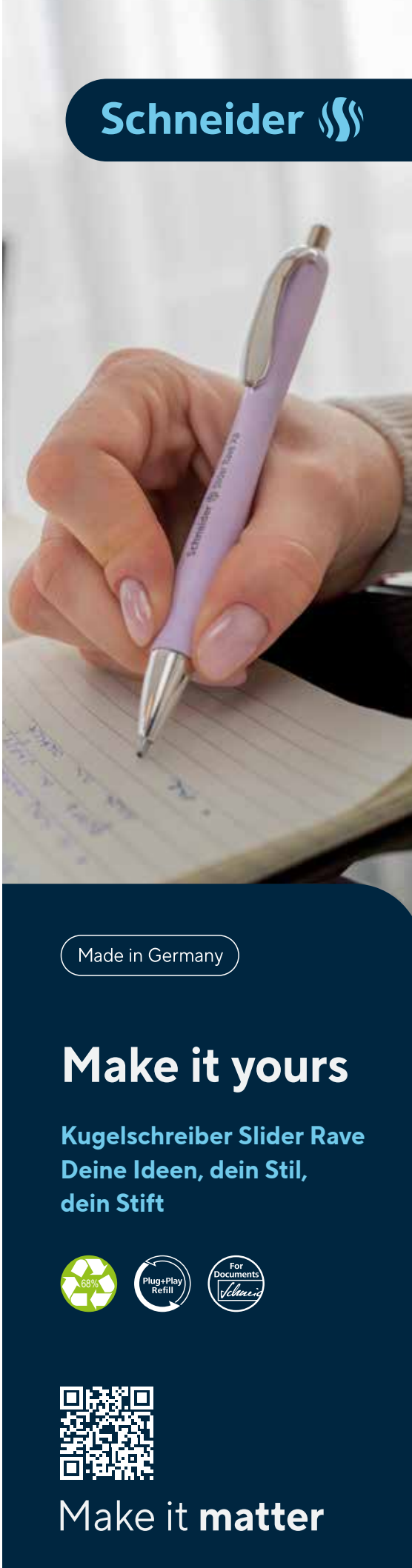


Foto: Manju Sawhney ZDF dpa

« Bekannt wurde Oliver Wnuk vor allem mit seinen Rollen in den TV-Sendungen „Stromberg" und „Nord, Nord, Mord".

Feldmann ist mit seiner Übergriffigkeit ein polarisierender Charakter. Neben Kritikern gibt es auch „Meckerer" – gerade im Netz. Wie gehst Du damit um?
Wenn es keine Kritik, sondern eine Beleidigung ist – und dann noch auf meinem persönlichen Facebook-Profil –, dann stellt sich mir die Frage: Was für eine Motivation steckt dahinter, dass sich jemand abends um 22 Uhr auf Social Media begibt, um mich privat zu beleidigen? Was ist bei diesem Menschen falsch gelaufen? Ich spiele eine Rolle nach Drehbuch und Regieanweisung. Wem es nicht gefällt, der hat eine Fernbedienung und kann einfach ausschalten. Ich denke, es ist ein gesellschaftliches Phänomen, dass Menschen sich auf der Suche nach der eigenen Identität immer krasser verhalten, sich von anderen geradezu gewalttätig abgrenzen, um sich selbst zu spüren.

Roter Teppich, Blitzlichtgewitter, das klingt nach einem glamourösen Leben. Viele Kolleginnen und Kollegen beklagen jedoch, dass die Bedingungen immer schwieriger werden.
Na ja. Schätzungsweise haben wir in Deutschland circa 30.000 Schauspielende. Laut Statistik des Bundesverbands Schauspiel verdienen etwa 50 Prozent davon um die 15.000 Euro brutto. Pro Jahr! Natürlich gibt es diejenigen, die mehr verdienen und einige wenige Spitzenverdiener. Wie in anderen künstlerischen Branchen auch, ist es wahnsinnig schwierig, von dem Durchschnittseinkommen leben zu können. Und die Situation wird immer schwieriger. Ein wenig Hoffnung liegt in der Ankündigung, dass die GEZ-Gebühren ein wenig angehoben werden sollen – gleichwohl spürt man von allen Seiten einen politischen und populistischen Gegenwind. Viele Filmschaffende haben in den letzten Jahren



ihren Job aufgegeben, weil Deutschland als Drehort zu teuer geworden ist und – das muss man wirklich sagen – anderen Ländern, in denen es beispielsweise Steuervergünstigungen gibt, meilenweit hinterherhinkt.

Darum ist es wichtig, vielseitig aufgestellt zu sein?
Es ist mir schon vor 30 Jahren bewusst gewesen, nie auf nur ein Pferd zu setzen.

OLIVER WNUK, DER AUTOR

Du bist unter anderem auch als Autor tätig. Bücher, Kinderbücher, Drehbücher, Kolumnen für die Frankfurter Rundschau – auch hier zeigst Du ein breites Spektrum.
Das Leben ist ein Gestaltungsspielraum, der ausgefüllt werden möchte. Schreiben ist der Gegenpart zum Spielen und komplementiert mein künstlerisches Schaffen.

„Besser wird's nicht", so lautet der Titel Deines neuesten Buches, das Anfang des Jahres erschienen ist. Das klingt ebenso resigniert wie befreiend – wie interpretierst Du das selbst?
Genau so. Man schaut, was als Nächstes kommt, will raus aus einer Situation, rein in die nächste, ohne sich gewahr zu sein, was gerade in diesem Moment alles da ist. Und darum geht es in dem Buch. Ich habe keine konkrete Botschaft. Das Buch ist kein Ratgeber, sondern die Einladung, gemeinsam über bestimmte Themen nachzudenken, die uns beschäftigen. Ich präsentiere auch keine Lösungen, sondern es geht darum, zu berühren und auf unterhaltsame Art und Weise Raum zu schaffen, sich eigene Gedanken über Themen zu machen.

Aktuell befindest Du Dich mit dem Buch auf Lesetour.
Ja, ich selbst finde Lesungen meist langweilig, daher ist die Veranstaltung eine autobiografische Lese-Show, in der ich nie zur Ruhe komme. Es geht um Liebe, Freundschaft, Heimat, darum, welchen Plan B es im Leben geben könnte. Es geht um Fragen, auf die ich keine Antwort habe, mit denen sich jedoch die Zuschauer identifizieren können. Ich erzähle über Privates, ohne unangenehm intim zu werden. Es wird Momente geben, in denen herzhaft gelacht werden kann, sowie Momente, in denen einem vielleicht das Lachen im Hals stecken bleibt.

Mit Deinem Buch gibst Du viel von Deiner Persönlichkeit preis.
Ich denke, es gibt kaum etwas Unangenehmeres, als Primat-Befindlichkeiten auf der Bühne auszuleben. Ich sehe mich selbst als Dienstleister, dessen Aufgabe es ist, zu unterhalten – bestenfalls zu berühren. Wenn das passiert, habe ich meine Aufgabe erfüllt.



TOURDATEN 2027

05.03.27	Feuchtwangen - Stadthalle Kasten
06.03.27	Luzern - Kleintheater
10.03.27	Basel - Fauteuil
12.03.27	Plauen - Malzhaus
14.03.27	Wittenberg - Phönix Theaterwelten
16.04.27	Nidderau - Buchmesse Main-Kinzig
27.09.27	Zürich - Theater am Hechtplatz
14.11.27	Karlsruhe - Tollhaus
15.11.27	Stuttgart - Renitenztheater
19.11.27	Markdorf - Wirtshaus a. Gehrenberg
20.11.27	Geislingen a. d. Steige - Rätsche
04.12.27	Singen - Gems

Die Live-Veranstaltungen sind bisher fast alle ausverkauft.
Die Leute kommen nicht wegen der Literatur zu mir, sondern weil sie mich aus dem Fernsehen kennen. Sie gehen dann am Ende des Abends mit etwas heim, mit dem sie nicht gerechnet haben – und oft ergeben sich tolle Gespräche. Mit eigenen Texten auf der Bühne zu stehen, ist immer etwas ganz Besonderes. Ich mag das!

Die Illustrationen stammen von Tobias Vogel, bekannt als @kriegsundfreitag, und hauchen dem Buch zusätzlich Leben ein. Wie kam es zu der Zusammenarbeit?
Wir haben uns auf Instagram gesehen. Er mochte mich und seine Cartoons haben mich wirklich abgeholt. Wir sind in Kontakt getreten, und weil seine Cartoons eins zu eins zu meinen Texten passen, habe ich ihn schließlich gefragt, ob er Lust hätte, mit mir zusammen ein Buch zu machen.

Es gibt auch einen gemeinsamen Podcast.
Ja, den kann man auf allen Plattformen hören. Jeden Mittwoch starten wir eine neue Folge, in der wir uns einem Kapitel aus dem Buch widmen.

Würdest Du Dich als tiefsinnigen Menschen beschreiben?
Was denkst Du?

Ja, je länger wir sprechen, desto mehr glaube ich das. Ein schöner Kontrast zu den Figuren, die Du meist spielst.
Der Clown ist in der Regel erst dann gut, wenn er Tragik mit sich herumträgt.

Fragen: Nicola Reimer

HOLZ-DENKMAL-FENSTER

Tradition bewahrt, Zukunft integriert

Holz-Denkmal-Fenster sind wahre Meisterwerke der Handwerkskunst. Sie erfordern höchste Präzision und eine besondere Liebe zum Detail. Ziel ist es, historische Fenster denkmalgerecht zu rekonstruieren und gleichzeitig mit modernster Technik auszustatten, um exzellenten Wärme-, Schall- und Einbruchschutz zu garantieren. Jede anspruchsvolle Sanierung eines denkmalgeschützten Gebäudes erfordert individuelle Lösungen und kreatives Handeln – immer mit einem feinen Gespür für das Besondere.

Die Flügelansichten müssen filigran und schmal bleiben, während die Wetterschenkel ganz ohne Wartungsfuge auskommen müssen. Eine Vielzahl von stilgerechten Zierprofilen sorgt dafür, dass die Reproduktion so originalgetreu wie möglich gelingt. Dezente, klassische Farben und harmonische Proportionen betonen die zeitlose Eleganz und bewahren den Charme vergangener Epochen.

- Schlanke Profile mit Charakter
- Effektiver Schutz gegen Wind und Wetter
- Wärme bleibt drinnen
- Spürbarer Schallschutz
- Langlebig gebaut
- Historisch korrekt bis ins Detail
- Vielfältig gestaltbar
- Einzelanfertigung möglich



KNEER · SÜD FENSTER

Wohnen mit Weitblick

Designed in Germany

Süd-Fensterwerk GmbH & Co. Betriebs-KG
Rothenburger Straße 39 • 91625 Schnelldorf
Tel. +49 (0)7950 / 81-0 • E-Mail info@suedfenster.de

kneer-suedfenster.de


SONNE UND
UND BETON
UND BETON
UND BETON
UND BETON

DER BETON BRINGT ALLES INS ROLLEN

Oljanna Haus hat geschafft, wovon viele Künstler träumen: Sie illustrierte gemeinsam mit Comedian und Autor Felix Lobrecht die Graphic Novel „Sonne und Beton“. Aufgewachsen im beschaulichen Heiligenberg am Bodensee, lebt die 27-Jährige seit 2022 in Berlin. Im Interview spricht sie über Kunst, Herkunft, Hochhäuser – und den Mut, die eigene Leidenschaft zum Beruf zu machen.

TEXT: MARTINA HOFFMANN

Liebe Oljanna, ein Post auf Twitter Deiner Zeichnung zum Roman „Sonne und Beton“ von Felix Lobrecht hat alles ins Rollen gebracht. Wie fühlt es sich denn an, wenn eine solche Größe der deutschen Comedy-Szene auf einmal ein ganzes Buch bei Dir anfragt?
Es war ein sehr surrealer Moment. Es war der erste Lockdown während der Corona-Zeit, ich habe fast keine Menschen mehr gesehen außer meiner Familie. Und plötzlich kam dann so eine Nachricht – das war richtig verrückt, aber hat mir auch super viel Vorfreude auf die kommende Zeit gegeben.

Hast Du noch Kontakt zu Felix Lobrecht?
Wir haben Kontakt, sehen uns aber sehr wenig, obwohl wir in der gleichen Stadt wohnen. Berlin ist natürlich sehr groß und er ist auch immer sehr beschäftigt. Aber wir supporten einander bei unseren künstlerischen Tätigkeiten. Felix ist ein treuer Unterstützer meiner Kunst – auch bis heute und auch mit den anderen Medien.

Im Sommer 2020 warst Du das erste Mal in der Gropiusstadt in Berlin-Neukölln, wo der Roman spielt. Wie sehr unterscheidet sich denn diese Gegend von Deiner Heimat am Bodensee?
Das sind sehr große Gegensätze: Ich bin in einem kleinen Dorf aufgewachsen und kannte dort jede Ecke – kein Haus war höher als 20 Meter. Wenn ich das mit Gropiusstadt vergleiche, dann erinnert mich das viel mehr an Tiflis, die Hauptstadt von Georgien. Meine Mutter ist Georgierin und deshalb habe ich dort viele Sommer verbracht. Daher kannte ich die großen Hochhäuser, und Gropiusstadt hat mir dann gezeigt: Wow, das gibt es in Deutschland ja auch.

Und wie hat dieses kleine Dorf, Deine Heimat, Deinen Blick auf urbane Themen wie in „Sonne und Beton“ geprägt?
Ich glaube, dass die Kindheit von Lukas, dem Protagonisten des Romans, und mir sehr, sehr anders war. Aber ich glaube auch, dass Jugendliche im Allgemeinen oft das Gleiche erleben und Dinge, die in dem Roman passieren, auch in einem Dorf oder in einer kleineren Stadt vorkommen können, sodass ich da schon auch vieles wiedererkannt habe und eigene Erinnerungen da waren – aber eben an einem anderen Ort.

Fühlst Du Dich nach dieser intensiven Beschäftigung von eineinhalb Jahren bis zur Veröffentlichung der Graphic Novel mit der Gropiusstadt in irgendeiner Weise verbunden?
Ich fühle mich nicht unbedingt verbunden, aber ich habe eine Ästhetik in diesem Ort gefunden. Ich finde diese Häuser architektonisch sehr interessant und habe mich natürlich auch damit auseinandergesetzt, weshalb die Häuser dort so weit außerhalb von Berlin gebaut wurden und dass das eigentlich Wohnungen für die Arbeiterklasse sein sollten und was bis heute daraus geworden ist. Ich war 2020 das erste Mal dort und kann daher keine Vergleiche ziehen, weiß also nicht, wie sehr sich die Stadt vielleicht auch seit Felix‘ Kindheit verändert hat. Aber ich habe für mich das Schöne darin gesehen.







Ein gutes Team: Oljanna Haus und Autor Felix Lobrecht beim Signieren von „Sonne und Beton"

Du hast die Entstehung der Graphic Novel als lebensverändernd beschrieben. Was hat sich in Deinem Alltag seither verändert?
Sehr viel. Aber die größte und nachhaltigste Veränderung ist, dass ich das erste Mal den Mut hatte, Kunst zu meinem Beruf zu machen und meine Werke mit anderen Menschen zu teilen, dahinter zu stehen und stolz auf das zu sein, was ich gemacht habe. Das hat dann auch vieles andere ins Rollen gebracht.

Bezeichnest Du Dich denn als Künstlerin oder als Zimmerin?
Ich bezeichne mich eher als Künstlerin, weil es das Zimmerin-Dasein für mich miteinschließt. Handwerkskunst ist auch eine Kunstform. Die Lehre zur Zimmerin habe ich 2022 abgeschlossen und studiere jetzt Bildende Kunst auf Grundschullehramt.

Wie entstehen zu einem Text Bilder in Deinem Kopf?
Ich glaube, ich habe einfach ein sehr bildliches Vorstellungsvermögen und ich kann mir gar nicht vorstellen, dass eine Person etwas liest und nicht diese Bilder im Kopf hat. Als ich den Roman von Felix gelesen und dann noch das Hörbuch gehört habe, waren einfach schon Bilder da, die beim genaueren Skizzieren des Buches auch gleichgeblieben sind – wie ein Film, der vor meinen Augen abläuft.

Die Sprache in „Sonne und Beton" ist vom durchaus auch mal gewaltvollen Straßenjargon Neuköllns geprägt. Hat das die Art Deiner Zeichnungen beeinflusst?
Ich denke, Felix hat das sehr realistisch beschrieben und ich habe die Zeichnungen so gut es geht an seine Texte angepasst. Wäre die Sprache anders, würden auch der Text und die Bilder nicht mehr so gut harmonieren.

Du sprichst jetzt Hochdeutsch. Bist Du mit einem Dialekt großgeworden?
Nein, eigentlich nicht. Meine Eltern kommen beide nicht aus Baden-Württemberg. Meine Mutter stammt aus Georgien, mein Vater kommt eigentlich aus Nordrhein-Westfalen, und deswegen habe ich immer Hochdeutsch geredet. Vor allem während der Ausbildung bin ich aber natürlich schon mit dem Schwäbischen in Kontakt gekommen und verstehe den Dialekt auch. Was ich heute ab und zu noch sage, ist „gell", aber das war es dann auch schon.

Zurück zu Deiner Kunst: 270 Seiten Zeichnungen auf dem iPad lassen sich schwer mit der fotorealistischen Ölmalerei vergleichen, die Du auf die Leinwand bringst und auch auf Instagram zeigst. Wie erklärst Du Dir, dass Du beides kannst?
Ich glaube, die Überschneidung der Bilder, die ich gemalt habe, und der Illustration ist, dass beides unfassbar zeitintensiv und detailgetreu ist. Ich habe eine Liebe zu so einem detaillierten Handwerk, egal in welcher Form. Was meine Kunst dann vielleicht auch ausmacht, ist das Durchhaltevermögen und die Disziplin. So viele Seiten Zeichnungen brauchen einiges an Ausdauer und große fotorealistische Bilder auch. Nicht, dass ich das so gut kann, aber ich genieße das sehr. Deswegen sehen meine Arbeiten vielleicht so aus.

Eine Bilderserie, die Du gemalt hast, heißt Mutterland. Was verbindest Du mit dem Begriff?
Eigentlich genau das, was es sagt, also das Land meiner Mutter, Georgien. Ein Ort, an dem ich unfassbar viel Zeit, meine ganzen Sommerferien verbracht habe und wo meine Familie, meine Großeltern sind. Das ist ein Teil von mir, auch wenn ich in einem schwäbischen kleinen Dorf aufgewachsen bin. Ich wollte das auch in den Bildern ausdrücken und diesen Teil von mir der Welt zeigen.

Ist Georgien also auch Heimat für Dich?
Ja, ist es, auch wenn ich dort nicht geboren bin und dort auch nie länger als drei Monate gelebt habe. Ich kenne mich da so gut aus, ich habe so enge und schöne Beziehungen zu den Menschen vor Ort. Ich glaube, da, wo Familie ist, ist auch irgendwie Heimat.

Welche Projekte planst Du für die Zukunft?
Gerade genieße ich das physische Malen auf Leinwand oder auf Holz. Ich möchte während meines Studiums gerne die Chance nutzen, mich auszuprobieren, probieren, was ich noch nicht kann. Illustrationen laufen gerade nebenbei im kommerziellen Rahmen, aber bei meinen Bildern arbeite ich gerade daran, eine Serie an Gemälden aufzubauen und viel auszustellen. Es macht mir richtig viel Freude, die Kunst nicht nur auf Social Media zu teilen, sondern auch mit echten Menschen im realen Leben.

Könntest Du Dir vorstellen, nochmal eine Graphic Novel zu machen und wenn ja, mit wem?
Da gibt es verrückte Ideen: Delia Owens hat das Buch „Der Gesang der Flusskrebse“ geschrieben – ein richtig fantastisches Buch. Als der Film rauskam, durfte ich den Umschlag des Buchs mit zwei Ölbildern illustrieren. Und da haben wir schon mal gesagt, dass wir mal eine Graphic Novel mit Ölbildern machen, wenn wir ganz viel Zeit und Lust haben. Das wäre natürlich wahnsinnig, aber es ist ein Traum von mir.

KUGEL SAUNA



— SAUNEN, GARTEN-SAUNEN, INFRAROT,
DIREKT VOM PROFI IM SAUNABAU —



Vereinbaren Sie noch heute Ihren Beratungstermin: **Tel. +49 (0) 7054 56 00**



Beratung und Ausstellung:
Kreuzgasse 10 · 72218 Wildberg-Schönbronn
info@kugel-sauna.de · www.kugel-sauna.de



Im Quadrat

Wenn Namen alles sagen

Etliche Städte im Südwesten tragen Beinamen. Poetische wie „Stadt der Liebe“ sucht man dabei vergeblich. Dafür ist oft klar, was Sache ist.

Sag mir, wie Du heißt, und ich sag Dir, wer Du bist. Oder? Für so manche Stadt mit einem Beinamen gilt das tatsächlich. Da gibt es so klingende wie „Stadt der Liebe“, „Ewige Stadt“ oder zumindest Elbflorenz. In Süddeutschland ist man da weniger poetisch. Dafür ist klar, wer gemeint ist. Mannheim etwa trägt den Beinamen Quadratestadt. Ein Blick auf die Landkarte zeigt, wieso: Die Innenstadt besteht aus 144 dieser Kästchen. Sie wurde aus militärischen Gründen und um den Idealen der Renaissance zu entsprechen so geplant. Moderner ist da das „Monnemer Quadrat“, ein Haferriegel. Den gibt’s zeitweise allerdings nur als „Monnemer Klage-Riegel“ wegen eines schwelenden Rechtsstreits mit einem Schokohersteller, der ebenfalls auf Quadrate setzt – und in der Schokoladenstadt Waldenbuch daheim ist.

Planungstechnisch geht es Karlsruhe ähnlich wie Mannheim. Auf dem Reißbrett entstanden, sollten vom Turm des Karlsruher Schlosses als zentralem Punkt 32 Alleen wie Sonnenstrahlen wegführen. Von oben betrachtet, sieht das aus wie ein Fächer. So kam die Fächerstadt zu ihrem Namen. Nicht allzu weit entfernt liegt die Goldstadt Pforzheim. Der Name ist geblieben, auch wenn die goldenen Zeiten der Schmuck- und Uhrenindustrie längst vorbei sind.

Flussaufwärts, der Nagold entlang, kommt Calw. Das ist bekannt als Hesse-Stadt. Dabei war die Beziehung zwischen ihr und ihrem berühmtesten Sohn nicht immer einfach. Hermann Hesse fühlte sich in dem pietistisch-strengen Städtchen eingeengt, zugleich hing sein Herz an ihm. Hesse selbst nennt Calw in seinen Erzählungen Gerbersau. Doch die Zuneigung Gerbersaus ist wankend: Noch vor etwa 60 Jahren scheitert die Idee, ein Gymnasium nach dem Literaturnobelreisträger zu benennen, fast am Widerstand im Gemeinderat. Zum Glück gibt es Liebe auf den zweiten Blick. Die sorgt dafür, dass seit Februar 2025 die Hermann-Hesse-Bahn in Richtung Stuttgart verkehrt und Verbindungen zur S-Bahn der Landeshauptstadt schafft.

Apropos Verbindungen: In Villingen-Schwenningen sind die noch immer nicht allzu eng. Die baden-württembergischen Doppelstadt ist seit 1972 eins, will es aber so richtig nicht werden. Ob‘s daran liegt, dass Villingen badisch und Schwenningen württembergisch ist? Oder dass die eine historisch-reizend, die andere eher industriell geprägt ist? Oder sind gar die bis heute unterschiedlichen Telefonvorwahlen schuld? Wer weiß.

Eins wissen wir sicher: Den Beinamen älteste Stadt Baden-Württembergs trägt Rottweil. Die hat bald 2.000 Jahre auf dem Buckel. Vielleicht muss man VS angesichts solcher Zahlen einfach noch ein bisschen Zeit lassen, sich aneinander zu gewöhnen. Bei Hermann Hesse und Calw hat’s ja auch geholfen.



SEITE 32: KRAFT TANKEN Magische Gipfel und tiefe Schluchten. **SEITE 41: KOLUMNE** Mein Leben mit Monsieur. Folge 32. **SEITE 42: WASSER IN DER STADT** Die Freiburger Bächle. **SEITE 46: SÜDDEUTSCHE FESTKULTUR** Beim Hausherrenfest in Radolfzell wird es bunt. **SEITE 50: OHNE BODENKONTAKT** Drei traumhafte Hängebrücken im WALDRAUSCH-Land. **SEITE 52: REISE IN DIE VERGANGENHEIT** Der faszinierende Campus Galli. **SEITE 58: ZEITREISE** Die Gôgen. **SEITE 60: FREUDENSTADT** Stadtleben, Genuss und Natur. **SEITE 66: QUICKIE** Vom Drunter und vom Hoch-Hinaus.

Auf den Höhen

BELCHEN – DER BERG DES SONNENGOTTES

Kein Berg ist göttlicher als der 1.414 Meter hohe Belchen. Die Anbetungsstätte des Keltengottes Belenos, was so viel wie „der Strahlende“ bedeutet, übt eine magische Faszination aus. Den Kelten dienten die Belchen-Berge im Schwarzwald, dem Schweizer Jura und in den Vogesen als astronomisches Kalendersystem und vermutlich als megalithischer Sonnentempel, auf denen Anbetungsfeiern abgehalten wurden. Der dritthöchste Schwarzwaldgipfel beeindruckt mit seinem fantastischen Panorama, den knorrigen Weidbuchen und felsigen Steilhängen. Hier lebt – einzigartig in Deutschland – der Lumbricus badensis, der badische Riesenregenwurm, ein Überbleibsel aus der letzten Eiszeit.

Gipfel: Zum Gipfel geht es bequem mit der Belchengondel, **www.belchen-seilbahn.de**, oder zu Fuß auf dem Genießerpfad Belchensteig.

Start/Ziel: Wiedener Eck // **Wegstrecke:** 15 Kilometer, 675 Höhenmeter Auf- und Abstieg // **Einkehrmöglichkeiten:** Belchenhaus an der Bergstation, täglich geöffnet ab 10 Uhr, Gasthof Belchen-Multen **www.belchen-multen.de**

Belchenhotel Jägerstüble **www.belchenhotel.de**





KRAFTORT NATUR: ABSCHALTEN, *auftanken*

Magische Gipfel, versteckte Wasserfälle, tiefe Schluchten. An diesen Kraftorten könnt Ihr Energie tanken und zur Ruhe kommen

TEXT UND FOTOS: BIRGIT-CATHRIN DUVAL



Auf den Höhen

HERZOGENHORN – DER MIT DEM HÖCHSTEN GIPFELKREUZ

Er ist unbestritten der König unter den Schwarzwaldbergen. Mit seinem filigranen Gipfelkreuz und dem felsigen Plateau stiehlt das 1.415 Meter hohe Herzogenhorn sogar dem Feldberg die Show. Wer den Bernauer Hausberg erklimmt, darf sich stolz ins Gipfelbuch eintragen, sich auf der Himmelsliege räkeln und die grandiosen Alpenblicke genießen. Das 13 Meter hohe Gipfelkreuz ist übrigens ein Versprechen, das der Förster Artur Schweizer einlöste – als Dank für unfallfreies Bäumefällen in einem schier unzugänglichen Waldstück am Berg.

Start/Ziel: Vom Skilift Hofeck in Bernau-Hof gelangt man in drei Kilometern und 500 Höhenmetern Aufstieg direkt zum Gipfel. Zurück über die Krunkelbachhütte, ab dort führen mehrere Wege zurück nach Bernau // **Einkehrtipp:** Landgasthof Bergblick in Bernau-Dorf: **www.bergblick-bernau.de**

Infos zu Bernau:
www.bernau-schwarzwald.de



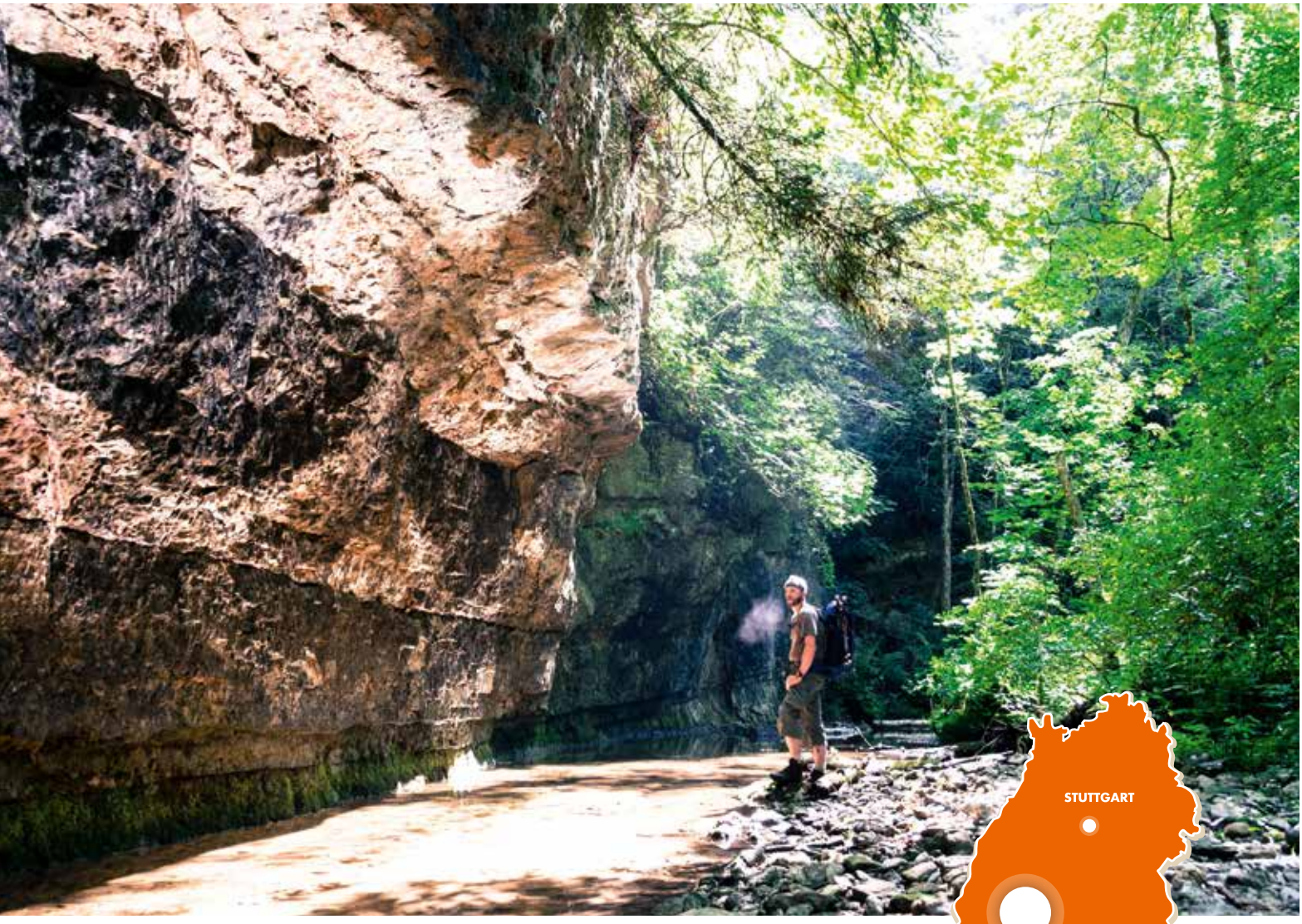
Kraftort Schlucht

HEISSBACHSCHLUCHT KLEINES WIESENTAL

Versteckt, verwunschen, verwildert – in der Heißbachschlucht öffnet sich eine wundersame Welt, wie geschaffen für eine meditative Wanderung. Es gluckert, plätschert, rauscht und sprudelt. Zwischen mit Moos bewachsenen Felsen, Steinen und Bäumen rauscht der Wildbach der Köhlgartenwiese zu Tal. Das Grün der Bäume, der feucht-waldige Geruch von Moos, Laub und Pilzen, der würzige Duft von Nadelbäumen und das Rauschen des Wassers besänftigen die Sinne und erden auf wohltuende Weise. Über Steine, Stege, Treppen und Brücken führt der Pfad tiefer in die Schlucht. Hier ein Rinnsal, dort sammelt sich das Wasser in einem Gumpen. Die Schlucht lädt ein zum Verweilen und zum Staunen über die wilden Kräfte der Natur.



Start/Ziel: Wanderparkplatz Heißbachschlucht direkt an der L140 zwischen Wies und Tegernau, alternativ beim Gasthaus Hirschen in Sallneck // **Wegstrecke:** Länge ca. 4,5 Kilometer
Einkehrtipp:
Gasthaus Hirschen, Sallneck
www.hirschen-sallneck.de



Kraftort Schlucht

DSCHUNGELFEELING IM GRÖSSTEN CANYON DEUTSCHLANDS

Wer einmal wie Indiana Jones auf Entdeckertour gehen will, der ist in der Wutachschlucht am richtigen Ort: Auf einem Pfad über Stege und Leitern kann man hinab zum Ufer der Wutach steigen. Geologisch betrachtet hat die Natur ein Meisterwerk geschaffen: Im Laufe vieler Millionen Jahre hat es die Wutach mit ihrem wilden Wasser aus den weichen Muschelkalkfelsen geformt. Am Dietfurt-Wasserfall tropft das Wasser wie ein feenhafter Schleier aus einem mit dichtem Moos bewachsenen Felsen. Überall wuchert es üppig grün. Abenteuer pur, wenn sich der Pfad am Ufer an bizarren Felsformationen entlangschlängelt.

Die Wutach ist der letzte ungezähmte Wildfluss, der in den deutschen Mittelgebirgen fließt. Jedes Jahr verändern Hochwasser und Bergstürze die Schlucht, was immer wieder zu Sperrungen und Umleitungen führt. Und bei all den vielen Nebenschluchten – Rötenbachschlucht, Gauchachschlucht, Engeschlucht, Lothenbachklamm – und Wanderwegen kann man schnell den Überblick verlieren. Tipp: An einer geführten Wanderung teilnehmen und dabei einiges über die geschützten Pflanzen und Tiere im Naturschutzgebiet Wutachschlucht lernen. Hier leben über 500 verschiedene Schmetterlings-, 1.200 Pflanzen- und 100 Vogelarten.

Start: Wanderparkplatz Wutachmühle // **Ziel:** Wanderparkplatz Schattenmühle // **Wegstrecke:** ca. 12,5 Kilometer, Aufstieg 230 Höhenmeter, 130 Höhenmeter Abstieg. **Kondition:** Gutes Schuhwerk und Trittsicherheit erforderlich, bei Regen und nach Regenfällen besser meiden.

Infos und Wegeinformationen:
www.wutachschlucht.de

NEUES ENTDECKEN, ERINNERUNGEN SCHAFFEN!







Das Europa-Park Erlebnis-Resort bietet Abwechslung und Spaß für Jung und Alt

2026 verspricht ein spannendes Jahr in Deutschlands größtem Freizeitpark: Mit über 100 Attraktionen und Shows, landestypischer Architektur und authentischer Küche ist der Europa-Park das ideale Ausflugsziel für die ganze Familie. In den europäischen Themenbereichen sind jede Menge Action und Adrenalin angesagt. Mit dem Multi Launch Coaster „Voltron Nevera powered by Rimac“ erwartet die Gäste ein weltweit ausgezeichnetes Achterbahn-Highlight. Für spritzigen Fahrspaß und eine kleine Abkühlung sorgen an heißen Tagen Wasserachterbahnen wie „Poseidon“ und „Atlantica SuperSplash“. In direkter Nachbarschaft befindet sich mit Rulantica außerdem eine einzigartige Wasserwelt, die zu jeder Jahreszeit fantastischen Wasserspaß im Innen- und Außenbereich bietet. Die sechs parkeigenen 4-Sterne (Superior) Hotels und die Silver Lake City runden den Kurzurlaub im Europa-Park Erlebnis-Resort ideal ab.

Bienvenue, Monaco! Herzlich willkommen, Sally! Ahoi, Snorri!

Ab 2026 erweitert Monaco als 18. europäischer Themenbereich den Europa-Park. Rund um die Achterbahn „Silver Star“ erleben Gäste mediterranes Flair mit eleganter Architektur, Yachthäfen, kulinarischen Highlights und einer exklusiven Autoausstellung aus der Sammlung von S.D. Fürst Albert II. Bereits in der vergangenen Saison begeisterte die „Winter Zirkus Revue“ in Kooperation mit dem Internationalen Zirkusfestival von Monte-Carlo.

Zum Saisonstart eröffnet Food-Creatorin Sally mit „Sallys Café“ ihr erstes eigenes Café im isländischen Themenbereich, direkt im blue fire Dome. Außerdem feiert Maskottchen Snorri im „Magic Cinema 4D“ sein Leinwanddebüt im neuen Film „SNORRI 4D – Catch Me If You Candy“ – ein humorreiches 4D-Abenteuer für die ganze Familie.

Ganzjähriges Wasservergnügen

In der Wasserwelt Rulantica erwartet Besucher das ganze Jahr über Wasserspaß mit über 50 Rutschen und Attraktionen – darunter ein großes Wellenbecken, das Wasser-Karussell „Tønnevirvel“, die Outdoor-Rutschenwelt „Svalgurok“ (Mai – September) und Europas größte Speed-Rutsche „Vikingløp“. Der neue Outdoor-Pool „Svømmepøl“ sowie ein exklusiver Sauna- und Wellnessbereich sorgen zusätzlich für Entspannung.

Westernträume in der „Silver Lake City“

Die „Silver Lake City“ wächst zur lebendigen Westernstadt: Ab Juni 2026 eröffnet die „Riverside Western Lodge“ mit 119 Zimmern. Gäste erwarten außerdem eine eigene Brauerei, die „Wild Horse Bar“, der „Silver Lake Saloon“, die neue „Diner Station“, Mini-Golf und Lagerfeuerromantik. Für Action sorgt YULLBE GO mit Virtual-Reality-Erlebnissen.

Himmlische Nächte in den Europa-Park Hotels

Sechs parkeigene 4-Sterne (Superior) Hotels bieten vielfältige Übernachtungsmöglichkeiten – von nordisch bis mediterran thematisiert. Pools, Kinder-Wasserbereiche sowie großzügige Wellness- und Spa-Landschaften laden zum Erholen ein. Mit „Eatrenalin“ erwartet Gäste zudem ein außergewöhnliches Fine-Dining-Erlebnis für alle Sinne.



Wildes Wasser

ZWERIBACHWASSERFÄLLE

Von einer Hochfläche an der Südflanke des mächtigen kantigen Kandelgebirges stürzt sich der Hirsch- und Zweribach durch ein enges, wildes Tal hinab. Dem wilden Gewässer folgend führt der Pfad über Steintreppen und steile Felsstufen tiefer in die Waldwildnis. In mehreren Kaskaden stürzt der Zweribach-Wasserfall von den Felswänden herab, perlt und sprüht, bildet feine Nebel, in denen Regenbogenfarben leuchten. Das Wasser donnert, gurgelt, zischt, Wassertropfen hängen wie glitzernde Perlen an Felsen, Moosen und Ästen. Es ist herrlich erfrischend, die Tröpfchen auf der Haut zu spüren und die energetische Kraft des Wassers hautnah zu erleben! Die Wanderung führt durch Bannwald und ist nur mit entsprechender Trittsicherheit und Kondition zu empfehlen.

Start/Ziel:
Hotel Engel
Obersimonswald

Wegstrecke:
Lange und schwere Tour mit 12 Kilometern und 450 Höhenmetern // alternativ Wanderparkplatz beim Haldenhof (2 km) oder Wanderparkplatz Potsdamer Platz.

Infos:
www.zweitaelerland.de









KRAI-WOOG-GUMPEN

Mit seinen dunklen Wäldern und wilden Schluchten von Murg, Wehra und Alb ist der Hotzenwald eine gleichsam verwunschene wie magische Gegend. Einer dieser Orte liegt tief verborgen im Schwarzenbächletal. Der Krai Woog Gumpen entpuppt sich als feenhafter Ort in dichter Waldwildnis. Auf dem 7-Moore-Weg zur Gletschermühle flirrt das Licht durch Laub- und Tannenwipfel. Die Luft ist gesättigt vom blumig-herben Duft der Wiesenkräuter. Vom Krai-Woog-Gumpen rauscht das Wasser kraftvoll hinab. Die weiße Gischt erinnert an feines Engelshaar. Der Name stammt aus dem Alemannischen und bedeutet so viel wie „laut rauschender Wasserfall, der in ein Becken springt“. Etwas oberhalb des Wasserfalls befindet sich die Gletschermühle, ein großes, ausgehöhltes Felsbecken, das erst 1952 entdeckt wurde.

Start/Ziel: Wanderparkplatz Steinernes Kreuz Herrischried. Dem Wegweiser 7-Moore-Weg (gelbe Raute) folgen //
Wegstrecke: ca. 8,5 Kilometer.
Infos: www.hotzenwald-schwarzwald.de





KETTERER BIER
Ketterer sind netterer.
Hell. Auf. Begeistert.
Einmalig weich, mild und süffig – unfiltriert und in Bio-Qualität. Jetzt probieren!
ZERTIFIZIERTE SLOW BREWING SPITZENQUALITÄT
BIO nach EG-Öko-Verordnung
www.kettererbier.de



Mystische Felsen

SIEBENFELSEN YACH

Am Fuß des Rohrhardsbergs, wo der Yachbach entspringt, befindet sich eine der rätselhaftesten Steinformationen im Schwarzwald. Auf einer Waldlichtung ragen sieben aufeinandergeschichtete Felsbrocken in den Himmel. Handelt es sich um einen keltischen Sonnentempel, ein Fruchtbarkeitssymbol oder ist es schlicht nur eine Wollsackverwitterung, die auf natürlichem Wege entstanden ist? Man erzählt, es sei ein keltischer Sonnentempel gewesen, eine dem Sonnengott Belenos geweihte Stätte. Angeblich sei noch heute die Energie zu spüren. Als ich den Siebenfelsen fotografierte, tauchte die Sonne den Felsgiganten in goldenes Licht – als hätte Belenos persönlich seinen Gruß gesandt.

Zum Siebenfelsen gelangt man auf kürzestem Wege über Yach und den Schänzlehof, Parken kann man oberhalb auf einem Waldparkplatz.

Infos: www.zweitaelerland.de





Tipps von BeWild-Guide Birgit-Cathrin Duval

Unsere Autorin Birgit-Cathrin Duval ist Journalistin, Fotografin und Naturparkführerin und BeWild-Guide. Sie ist Autorin der Bücher „Kraftorte im südlichen Schwarzwald“, „Gipfeltouren Südschwarzwald“ und „Schwarzwald – Der Süden. 50 Mikroabenteuer zum Entdecken und Genießen“.

BeWild – bewusst im Lebensraum Wild

Wenn wir in der Natur unterwegs sind, sollten wir uns bewusst machen, dass wir uns im Lebensraum von Wildtieren aufhalten. Sie brauchen einen Platz, an dem sie ungestört sein können und Nahrung finden. Deshalb auf markierten Wegen bleiben, Hunde an der Leine führen und unterwegs auf laute Unterhaltungen verzichten. Auch wenn wir unterwegs keine Tiere sehen und sie vermeintlich nicht stören – sie riechen und hören uns lange, bevor wir ihren Weg kreuzen. Tiere in freier Wildbahn zu beobachten, zählt zu den schönsten Naturerlebnissen. Einfach einmal ruhig sitzenbleiben und beobachten, was sich in der Umgebung tut – am besten mit einem Fernglas ausgerüstet. Auf diese Weise lassen sich Gämsenherden, Vögel und Nagetiere ungestört beobachten.

Mein Tipp: Eine Tour mit dem Feldberg- oder Wutachranger, Biosphären-Guide oder Naturparkgästeführer unternehmen, bei dem man vieles über die Natur und Wildtiere erfährt.

Weitere Informationen:

naz-feldberg.de

naturpark-suedschwarzwald.de

biosphaerengebiet-schwarzwald.de

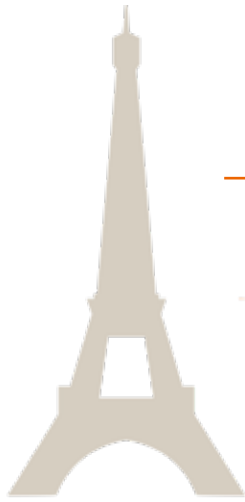


Mein Leben mit Monsieur

In unserer „cuisine“ influenzt nur der Franzose



Silke und Francois Thiercy schütteln und rühren Seite an Seite im WALDRAUSCH-Land.



Klick, klack, zack: Einmal das Internet aufgemacht, schon ploppen Kochshows, Influenzer und Menschen, die gerade mal einen Herd einschalten können, auf und beschwören den heiligen Gral der Kochkunst. Die meisten können es und ja, Madame schaut sehr gerne mal bei Backqueen Sally rein. Ihr eifere ich gerne nach und träume von Enkelkindern, die ich bebacken kann. Das dauert aber laut unserer „enfants“ noch einige Jahre, in denen ich üben kann – und das ist wohl gut so. Meine Ergebnisse sind nämlich eher schief wie der Turm von Pisa und werden von Monsieur auch nur ungern verköstigt, da Italien nun eben nicht Frankreich ist.

Jüngst hatte die Influenza unseren Haushalt im Griff. Zuerst fällte es unseren Sohn, der die Bazillen aus der Schule importierte. Ihm folgte mein schniefender Vater nach, der mit seinen stolzen 85 Jahren und mit 37,5 Grad Innentemperatur der veritablen Seniorengrippe erlag. Es hustete, es tropfte aus der Nase. Und richtig, auch Monsieur wurde dahingerafft. Männergrippe, pardon: „la grippe des messieurs“, Sie wissen schon, meine Damen. Einzig Madame trotzte den Viren. Es wollte sich kein Husten und kein Röcheln einstellen. Auch die Temperatur blieb stabil. Kopfschmerzen? Nö. Kratzen im Hals? Nicht doch!

Warum? Très simple. Sehr einfach. Monsieur hatte die Tiefkühltruhe bestens bestückt. Da fanden sich hausgemachte Saucen aus besten Kalbsknochen, für die Ewigkeit gelagerte „congelierte“ Galettes, also die angeblich gesunden Crêpes aus Buchweizenmehl, sowie steinhart gefrorene Meeresfrüchte aller Art. Habe ich die gegessen, während die Herren vor sich hinsiechten und mein Monsieur nach seinem „président Macron“ wimmerte? Non.

Ich habe den Patienten ausgetrickst. Mein Vater und mein Sohn standen nach drei Tagen wieder senkrecht, Monsieur bevorzugte die Waagerechte und ging im Fieberwahn mehrfach die Strecke zwischen unserer WALDRAUSCH-Heimat und seinem Geburtsort durch, wo er – ein kleines Picknick inbegriffen – zeitnah der französischen Erde übergeben sein wollte.

„Non!“ Mit mir nicht. Und so grub ich aus dem Tiefkühlfach meines Stamm-Supermarktes ein fettes Suppenhuhn aus und erinnerte mich an Marlene Dietrich. Deren Biographie hatte ich Lichtjahre vor dem Zusammentreffen mit Monsieur verschlungen. Sie war Deutsche, so wie ich, wollte aber in Frankreich leben – so wie ich, gäbe es unser WALDRAUSCH-Land nicht. In ihren Memoiren ist auch „das“ Hühnersuppen-Rezept schlechthin vermerkt. Damit brachte sie dereinst auch die legendäre Edith Piaf wieder auf die Füße Größe 35 und damit zu deren Hochzeit mit ihrer „grande amour“, dem Boxer Marcel Cerdan. Die Brautschuhe schnürte die Diva der Chansonniere dereinst übrigens selbst passend auf die winzigen Füßlein.

Sie wollen gesund leben wie mein Monsieur? Ich verrate Ihnen das Geheimrezept: Knoblauch. Ganz viel Knoblauch. Dann ist das mit dem Küssen vielleicht grenzwertig, aber als WALDRAUSCH-Menschen reißen wir sowieso Grenzen ein. Bon appetit!

Silke Thiercy



Freiburger Bächle

EIN EINZIGARTIGES GEWÄSSER



Wer an Freiburg denkt, denkt automatisch auch an das Freiburger Münster. Das Wahrzeichen der Schwarzwaldmetropole wurde um das Jahr 1200 im romanischen Stil begonnen und bis zum Jahr 1513 im gotischen Stil fertiggestellt. Seit jeher prägt die 116 Meter hohe Kirche das Stadtbild. Doch ein anderes Wahrzeichen, welches das Stadtbild fest im Griff hat, ist noch älter: Die Rede ist von den Freiburger Bächle, die sich auf einer Länge von mehr als 15 Kilometern durch die Alstadt schlängeln – teils für alle sichtbar an der Oberfläche, teils unterirdisch. Es scheint, als ob die kleinen Flüsse schon immer da gewesen sind.

Das Revier der Bächleputzer

Einer, der die Freiburger Bächle genau kennt, ist Alain Stockmayr, besser bekannt als „Stocky der Bächleputzer“. Er ist seit mehr als 15 Jahren unterwegs und sorgt mit drei Kollegen täglich dafür, dass das Flussbett der kleinen Kanäle sauber bleibt. Sie befreien es von Algen, Moos und Schlamm – und allem anderen Unrat und Müll, der sich dort so ansammelt. Bewaffnet mit einem Besen und einem Haken, macht sich Stocky auf den Weg durch sein Revier. So läuft er täglich mehrmals das Kanalsystem ab. Da kommen schon mal zehn bis 15 Kilometer zusammen. Im Herbst, wenn sich Laub an der Stellfalle sammelt, kann es auch mal mehr sein. „Dann müssen wir da mehrmals hochlaufen und das Laub entfernen“, erklärt Alain Stockmayr.

Die Freiburger Bächle schlängeln sich seit mehr als 800 Jahen durch die Alstadt. Einst Wasserversorgung, später Löschwasser, heute Stolperfalle für Touristen – so vielfältig wie ihr Einsatzgebiet sind auch die Geschichten rund um die Bächle selbst.

TEXT UND FOTOS:
ALEXANDER BLESSING

Beim täglichen Ablaufen der Bächle macht er mit dem Besen das Flussbett sauber. Unterstützt werden die Bächleputzer dabei von kleinen Helfern. In warmen Monaten finden Flohkrebse den Weg in die Bächle. „Die nehmen uns dann gut ein Drittel der Arbeit ab“, erklärt Stocky. Sie befreien das Wasser von Algen-Nahrung und behindern damit deren Wachstum. Der Metallhaken dient Stocky dazu, die vielen Gullideckel und Abdeckungen zu öffnen. Auch dort muss kontrolliert werden, ob kein Müll den Lauf des Wassers blockiert. Und dort werden mittels Klappen die Rohre durchgespült.

Neben Glasscherben, Essensresten und Klamotten hat Stocky während seiner Zeit schon so manchen kuriosen Fund gemacht: „Es war auch mal ein Ehering dabei. Dann versuchen wir die Besitzer ausfindig zu machen“, sagt Stocky. Einer alten Dame konnten die Bächleputzer einen besonderen Gefallen tun. „Der Dame ist ihre Brille ins Bächle gefallen. Sie hatte Glück, dass sich der Bügel der Brille an einer Klappe verhakt hat und wir sie so retten konnten. Das hat die Dame na-

türlich riesig gefreut“, blickt Stocky auf diese nicht alltägliche Rettungsaktion zurück.

Neben ihrer Tätigkeit als Saubermänner sind die Bächleputzer auch für die Touristen da. „Wir sind für alle sichtbar und werden deshalb oft angesprochen“, erzählt Stockmayr. Die häufigste Frage, die ihm dabei gestellt wird: „Wo ist das Münster?!“ Andere wollen wissen, wo das Rathaus ist. „Ich wurde auch schon gefragt, wo die Freiburger Bächle sind“, sagt Stocky und muss dabei lachen. Aber er und seine Kollegen geben natürlich gerne Auskunft. Das gehöre schließlich zu ihrem Beruf dazu. Sie sind ja täglich in der Altstadt unterwegs und kennen sich bestens aus. Es ist auch eine schöne Abwechslung, da man immer mit neuen Leuten in Kontakt kommt.

Dass er an dem Nebenjob als Fremdenführer, der fleißig Auskunft gibt, Spaß gefunden hat, merkt man ihm an. Deshalb bietet er auch seit Oktober 2021 spezielle Bächle-Touren an. Immer montags um 16 Uhr nimmt er interessierte Touristen, aber auch Freiburger, mit und zeigt ihnen das Wassersystem der Altstadt. Dabei bekommt man Einblicke in die Arbeit der Bächleputzer, die so einzigartig wie die Bächle selbst ist – und erfährt spannende Geschichten rund um das Gewässer. Stets mit im Gepäck: Besen und Haken.



655 KM
LANG IST DAS WASSERVERSORGUNGSNETZ IN FREIBURG

≈

CA. 7 KM
LANG IST DAS HISTORISCHE STADTBÄCHLENETZ

Bächle werden zum Leben erweckt

Was den einen als Arbeitsplatz dient, ist längst zur Attraktion für Touristen und Einheimische geworden. Füße abkühlen, spazieren oder Pause machen – in den warmen Sommermonaten laden die Bächle Jung und Alt zum Verweilen ein. Viele Geschäfte nutzen das Wasser mittlerweile als zusätzliche Ausstellungsfläche oder zum Platzieren von Kundenstoppern. Auch die Gastronomie integriert die Bächle an vielen Stellen in ihre Außenbereiche. Essen und Trinken an, um und über dem Wasser sind so in der Freiburger Altstadt möglich.

Übrigens, wer in Freiburg zu Besuch ist, sollte wachsam sein. Denn laut einer badischen Saga muss jeder, der aus Versehen ins Bächle „dappt“, eine Freiburgerin oder einen Freiburger heiraten.





« Alain Stockmayr kümmert sich seit mehr als 15 Jahren als Bächleputzer um die „Freiburger Bächle" – und um so manchen Touristen.





Oberlinden, Kinder im Bächle
Stadtarchiv Freiburg, M 75-1, K. 5

SEIT WANN GIBT ES DIE BÄCHLE?

Über den genauen Ursprung gibt es in den Schriften und Urkunden zwar keine präzisen Daten, die Vermutungen der Stadthistoriker beziehen sich aber auf die Gründung der Stadt im Jahr 1120. Zum ersten Mal erwähnt wurden die Wasseranlagen im Jahr 1220. Man geht davon aus, dass die Erbauung des Gewerbekanals und die Einrichtung der Stadtbächle eng miteinander verbunden sind. Heute sind die Freiburger Bächle nicht mehr aus der Altstadt wegzudenken, aber ihre Funktion hat sich über all die Jahre verändert.

WOZU DIENTEN SIE URSPRÜNGLICH?

Anfangs dienten die Bächle zur Wasserversorgung und als Schmutzwasserkanäle, um Freiburg sauber zu halten. Das Abwasser wurde dann für die Bewässerung der Wiesen genutzt. Im Mittelalter dienten die Bächle als stadteigenes Löschwasser – mit Erfolg, denn größere Brände sind aus dieser Zeit nicht überliefert.

Am 27. November 1944 fanden die Bächle ein letztes Mal zu ihrer ursprünglichen Bedeutung zurück. Nach dem Luftangriff auf Freiburg durch die Alliierten war die Wasserversorgung in der Innenstadt weitgehend zusammengebrochen – ohne das Löschwasser der Bächle wären wohl weit größere Teile der historischen Altstadt den Bränden zum Opfer gefallen.

WAREN SIE SCHON IMMER IN IHRER HEUTIGEN FORM ANGEORDNET?

Neben der Funktion hat sich auch die Position der Bächle verändert: Als sie im Laufe des 19. Jahrhunderts mit der Einführung eines Kanalsystems ihre praktische Funktion verloren hatten und gleichzeitig durch den rasanten Anstieg der Bevölkerung auch der Verkehr zunahm, wurden die Bächle von der Mitte der Gassen und Straßen an die Ränder versetzt. Heute ist das nur noch in der Marktgasse zu sehen – dort verläuft das Bächle noch in der Mitte.

Die Entwicklung des Autoverkehrs nach 1945 hat bis in die 1960er-Jahre insbesondere in engen Straßen und Gassen zur Überdeckung von Teilbereichen der Bächle geführt. Sie sind so teilweise aus dem Stadtbild verschwunden. Die Einrichtung der Fußgängerzone in der Innenstadt ab 1969 gab einen neuen Impuls zur Herstellung der modernen Bächle. Hauptsächlich in der Kaiser-Joseph-Straße und Bertoldstraße dienen die Bächle als Abgrenzung zwischen der Stadtbahn und dem Fußgängerbereich. In anderen Bereichen wurden alte Bächle wieder geöffnet oder in alter Lage neu gebaut.

WOVON WERDEN DIE BÄCHLE GESPEIST?

Das Wasser kommt früher wie heute aus der Dreisam. Ein Teil des Wassers wird von der Dreisam in den Gewerbekanal umgeleitet. Vom Gewerbekanal läuft das Wasser dann in den eigenen Bächlekanal, an dem sich auch die Stellfalle befindet, mit der man den Wasserstand in den Bächle regeln kann, damit dieser immer gleichmäßig bleibt. Je nach Bächlelauf gibt es auch zusätzliche Schieber, mit denen man den Wasserfluss von einem Bächle ins andere regulieren kann. Das natürliche Gefälle von insgesamt acht Metern sorgt dann dafür, dass das Wasser vom Osten in den Westen der Innenstadt fließen kann.

ANZEIGE





Wenn sich der Sommer seinem Höhepunkt nähert und die Gassen des charmanten Bodenseestädtchens Radolfzell in warmes Licht taucht, beginnt eine Zeit, der Einheimische wie Gäste gleichermaßen entgegenfiebern: Dann steht alles im Zeichen des traditionsreichen Hausherrenfestes. Kaum ein anderes Fest vermag Geschichte, Lebensfreude und süddeutsche Festkultur so stimmungsvoll miteinander zu verweben.


Foto: Kuhnle und Knödler

SOMMERGLANZ AM BODENSEE:

Warum das Radolfzeller Hausherrenfest zu den schönsten Stadtfesten des Südens zählt

VON: NICOLA REIMER

Jedes Jahr, am dritten Wochenende im Juli, wird in Radolfzell das Hausherrenfest gefeiert. Das Event, das sich als wahrer Besuchermagnet erweist, schaut auf eine fast 300-jährige Geschichte zurück. Seinen Ursprung findet das Fest in einem jahrhundertealten Gelübde und ist Ausdruck von Dankbarkeit und Gemeinschaftssinn. Bereits seit dem Jahr 1725 ehren die Radolfzeller Bürgerinnen und Bürger die drei Schutzpatrone ihrer Stadt: Theopont, Senesius und Zeno. Was einst aus tiefer Verbundenheit der Bürger entstand, verwandelt die Stadt jeden Sommer in eine lebendige Bühne aus Musik, Erlebnis und Begegnungen. Zwischen Seeufer und den historischen Fassaden der Altstadt wird Tradition nicht nur bewahrt, sondern zu einem rauschenden Fest. Wer das Hausherrenfest besucht, darf nicht nur in die Historie eintauchen, sondern entdeckt gleichzeitig die Radolfzeller Herzlichkeit und Lebensfreude.

Blick in die Geschichte

Bischof Radolt von Verona brachte im Jahr 830 die Reliquien der Heiligen Märtyrer Theopont und Senesius in seine Niederlassung Cella Ratoldi, aus der sich die Stadt später entwickelte. Im Jahr 1052 kamen die Reliquien des heiligen Bischof Zeno hinzu. Durch die Aufbewahrung der heiligen Güter entwickelte sich Radolfzell zu einem der wichtigsten Wallfahrtsorte des gesamten Bodenseegebiets. Ein Erlebnis ist die Prozession am Hausherrensonntag, bei der die Reliquien der drei Schutzpatrone durch die festlich geschmückte Altstadt getragen werden.

Von Tradition und blumengeschmückten Booten: die Mooser Wasserprozession

Am frühen Morgen des Hausherrenmontags verwandelt sich der Zeller See seit über 200 Jahren in eine farbenprächtige Kulisse. Im Rahmen der Mooser Wasserprozession rudern zahlreiche Pilgerinnen und Pilger in üppig mit Blumengirlanden geschmückten Booten von Moos nach Radolfzell, um an eine jahrhundertealte Tradition zu erinnern. Seinen Lauf nahm dieser Brauch im Jahr 1796, als eine verheerende Viehseuche in Süddeutschland grassierte. Damals machten sich die notleidenden Mooserinnen und Mooser auf den Weg von der Halbinsel Höri nach Radolfzell, um die drei heiligen Hausherren um Schutz zu bitten. Nachdem sie von der Viehseuche verschont blieben, gelobten die Menschen, alljährlich am Hausherrenmontag zu den Reliquien der Hausherren zu pilgern.



Fotos: Thomas Niedermüller

Im Jahr 1926 wurde die Pilgerreise erstmals als Wasserprozession durchgeführt.

In Radolfzell werden die Boote von Repräsentierenden der Stadt Radolfzell, der örtlichen Geistlichkeit, der Stadtkapelle sowie vielen Schaulustigen empfangen und in einer feierlichen Prozession zum Münster ULF – Unserer Lieben Frau – geleitet. Dort endet die Wallfahrt mit dem „Mooser Amt". Die Mooser Wasserprozession ist ein traditioneller Akt – ebenso bewegend wie schön!

Das Hausherrenfest – ein Anker im Veranstaltungskalender der Stadt

Viele Radolfzellerinnen und Radolfzeller, die es im Laufe ihres Lebens in die Ferne gezogen hat, kehren an diesen Tagen zurück in die Heimat. Ursprünglich rein christlicher Natur, bereichern mittlerweile viele weltliche Aspekte das Fest. Beim Radolfzeller Hausherrenfest wird nicht nur gefeiert: Hier wächst Gemeinschaft, entstehen Begegnungen und werden Verbindungen neu belebt. Organisiert wird das Event vom Radolfzeller Kulturbüro. Doch ohne die zahlreichen lokalen Vereine, die das Rahmenprogramm und die Bewirtung an der Mole und der Seepromenade aktiv gestalten, und unzählige Stunden ehrenamtlicher Arbeit wäre das viertägige Programm in diesem Umfang kaum möglich.

Und so ist das Radolfzeller Hausherrenfest jene seltene Gelegenheit, bei der Reisende nicht bloß Zuschauer bleiben, sondern Teil einer jahrhundertealten Feiergemeinschaft werden. Ein Sommermoment, der neugierig macht, verbindet und bestimmt noch lange nachklingen wird.

TIPP:
PERSPEKTIVWECHSEL

Sowohl der stimmungsvolle Gondelkorso mit Feuerwerk am Sonntagabend des Hausherrenfestes als auch die feierliche Mooser Wasserprozession am Montagmorgen lassen sich nicht nur vom Land aus, sondern auch auf dem See (mit)erleben. Fahrten sind unter anderem bei den Bodensee-Schiffsbetrieben buchbar sowie von der Halbinsel Höri aus über „Schiffahrt Lang". Wer etwas ganz Besonderes und die Stille des Sees noch intensiver genießen möchte, der bucht eine Fahrt mit der „HELIO". Die Solarfähre HELIO, die direkt am Bootssteg neben dem Restaurant Strandcafé auf der Halbinsel Mettnau ablegt, gleitet flüsterleise über das klare Wasser des Bodensees. Das Fest vom Logenplatz aus zu genießen, ist garantiert ein unvergessliches Erlebnis!





DAS PROGRAMM VOM 17. BIS 20. JULI 2026

Am Freitag, 17. Juli, ehren die Kindergärten der Kirchengemeinde St. Radolt die Heiligen Hausherren in einer Prozession, die um 17 Uhr am Pavillon im Stadtgarten startet.



Am Samstag, 18. Juli, läuten lautstark Böllerschüsse und die Glocken des Radolfzeller Münsters um 17 Uhr den Beginn des Radolfzeller Hausherrenfests ein. Am Abend wird das Fest offiziell durch Oberbürgermeister Simon Gröger eröffnet, ehe das Jugendblasorchester der Musikschule Radolfzell zum Galakonzert einlädt.

Der Hausherrensonntag startet um 6 Uhr mit Böllerschüssen. Um 8 Uhr stimmen das Läuten der großen Hausherren-Glocke und der musikalische Morgenruf der Turmbläser auf den Festtag ein, ehe um 9 Uhr das feierliche Hausherrenamt unter freiem Himmel auf dem Marktplatz gefeiert wird. Im Anschluss zieht die Prozession mit den kostbaren Reliquien unter der musikalischen Begleitung der Stadtkapelle durch die Radolfzeller Innenstadt.



Ab 11.30 Uhr öffnen die Stände der Radolfzeller Vereine an der Uferpromenade und dem Konzertsegel. Danach heißt es: Zeit für Begegnungen und Kulinarik bei Livemusik. **Ab 20 Uhr wird das Bodenseeufer zur Party-Meile**. Wenn am späten Abend ein Gondelkorso und das Segeldefilee über den See ziehen, kann man die Spannung fast spüren, denn alle warten darauf, dass das **eindrucksvolle Feuerwerk** die Nacht über dem Bodensee in ein buntes Lichtermeer verwandelt.



Der Hausherrenmontag beginnt um 8.15 Uhr mit der traditionellen **Mooser Wasserprozession**. Nachdem die blumengeschmückten Boote an der Radolfzeller Mole eingetroffen sind, wird im Radolfzeller Münster das Mooser Hochamt gefeiert. Im Anschluss bewirten noch einmal rund um das Konzertsegel die Vereine die Besucher und laden bei Live-Musik zu einem gemütlichen Hock ein. Am Nachmittag findet das Kinder- und Familienprogramm statt. Und wer immer noch nicht genug vom Feiern unter freiem Himmel hat, der bekommt noch einmal die Gelegenheit, die Festtage bei Musik und Tanz am Seeufer ausklingen zu lassen.

Weitere Infos unter: www.kulturbuero-radolfzell.de

ANZEIGE



Genießen Sie exzellentes Essen und entspannte Atmosphäre direkt am Bodenseeufer. Das Strandcafé-Team verwöhnt Sie auf der Sonnenterrasse, bevor Sie mit dem Solarboot HELIO lautlos in den Sonnenuntergang gleiten.

Restaurant Strandcafé
Strandbadstraße 102
D-78315 Radolfzell
T. 0 7732 / 151-1650
www.strandcafe-mettnau.de

Solarfähre HELIO
Reservierungsanfragen,
Tickets und Infos
Tel. + 49 173 95 378 490
www.strandcafe-mettnau.de/de/solarfaehre-helio



EINZIGARTIGE AUSBLICKE

Hängebrücken bringen Besucher hoch hinaus, ganz ohne beschwerlichen Aufstieg. Sie bieten unvergessliche Eindrücke von der Landschaft und verleihen beim Spaziergang das Gefühl, zu schweben. Ein solches Staunen ist dank der WILDLINE in Bad Wildbad, der BLACKFORESTLINE in Todtnau und der NECKARLINE in Rottweil garantiert.



Bild: Alex Kijak

1 WILDLINE

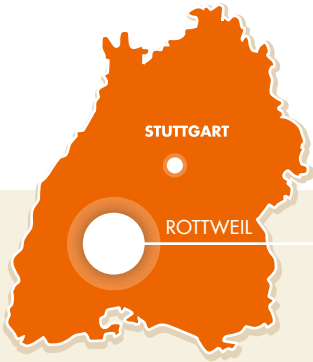
Die WILDLINE ist die einzige Hängebrücke in Europa mit einer nach oben gewölbten Rundung. Dank ihrer Lage auf dem Sommerberg bietet sie Besuchern einen Blick über mehr als 100 Jahre alte Tannen hinweg in den wildromantischen Schwarzwald mit seinen Bergen. In fast 59 Metern Höhe erleben Besucher Nervenkitzel pur und spüren den Wind im Gesicht, während sie sich auf den 380 Meter langen Marsch zum anderen Brückenende begeben. Ein Bonus: Der Sommerberg bietet eine Vielzahl an Ausflugszielen, Erlebnissen und Wanderwegen für die ganze Familie, die sich wunderbar mit einem Besuch der WILDLINE verbinden lassen.

Wildline
Heermannsweg 100
75323 Bad Wildbad
www.wildline.de



Bild: Ralf Graner

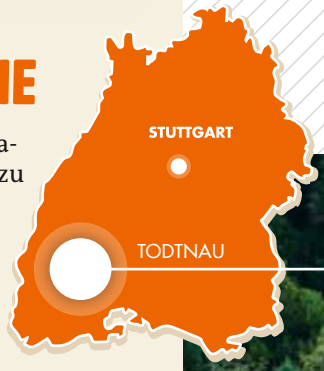
2 NECKARLINE



Die NECKARLINE ist nicht nur dank ihrer beachtlichen Höhe von bis zu 60 Metern auf einer Länge von 606 Metern beeindruckend. Besonders macht sie auch ihre S-Form: Sie steigt zunächst zur Mitte hin an und läuft dann sanft abfallend in Richtung der Rottweiler Stadtmauer aus. So verbindet die erst Ende April eröffnete NECKARLINE mit ihrer einzigartigen Wölbung die beiden anderen Hängebrücken miteinander. Gleichzeitig prägt sie das Stadtbild von Rottweil nachhaltig, während sie einen beeindruckenden Ausblick auf die älteste Stadt Baden-Württembergs und ihren berühmten Testturm bietet.

Neckarline
Bockshof, Lorenzgasse
78628 Rottweil
www.neckarline.de

3 BLACKFORESTLINE



Diese Aussicht ist einfach spektakulär und normalerweise nicht zu bekommen: Die BLACKFORESTLINE führt über die Todtnauer Wasserfälle und eröffnet damit nicht nur in die Ferne einen einmaligen Blick, sondern auch nach unten. Sie ist sozusagen das Gegenstück zur WILDLINE: Sie wölbt sich nach unten.

Mit 450 Metern ist sie die mittlere der drei Brücken-Schwestern. Dank der Lage über den Wasserfällen schwebt sie beachtliche 120 Meter über dem Boden, auch wenn der Startpylon mit 16 Metern Höhe der kleinste ist. Auch der Besuch der BLACKFORESTLINE lässt sich wunderbar mit einer Wanderung durch die schöne Region verbinden. Außerdem findet regelmäßig Events rund um die Hängebrücke statt.

Blackforestline
Außer Ort 38 | 79674 Todtnau
www.blackforestline.de



Bild: Michel Corona

Advertorial



Julien Journeau ist ein Zeitreisender.

Als Teil von „Campus Galli“ in Meßkirch (Kreis Sigmaringen) verbringt er einen großen Teil seines Lebens im Mittelalter und arbeitet an einem Projekt mit, das Geschichte anders als je zuvor erlebbar macht.

Von Jasmin Cools



Mittendrin im Mittelalter

Früher wollte Julien Journeau Schüler im Klassenzimmer für Geschichte begeistern, stattdessen ist er jetzt von April bis Oktober täglich bei Wind und Wetter im frühmittelalterlichen Leinengewand draußen, forscht und packt mit an – und ist damit Teil von etwas, das die Begeisterung für Geschichte auf ganz besondere Art weckt.

Seit 2022 ist der studierte Historiker Teil von „Campus Galli“ – als Museumspädagoge, Forscher und als Handwerker. Auf der Baustelle bauen Handwerker und Ehrenamtliche mit Mitteln des neunten Jahrhunderts ein Kloster auf Grundlage des St. Galler Klosterplans. Bei Julien Journeau laufen dabei Theorie und Praxis zusammen. In der Winterpause widmet er sich der Forschung und Recherche – ein wichtiger Teil der Arbeit, denn Authentizität ist ein entscheidendes Merkmal von „Campus Galli“. Historische Quellen sind die Leitschnur dafür, wie die Handwerker – ob Zimmerer, Steinmetz, Küfer, Schmied oder Töpferin – bei ihrer Arbeit vorgehen können: mit begrenzten Mitteln, ohne modernes Werkzeug, ohne Maschinen, ohne Google. „Alles, was wir tun, muss belegbar sein“, fasst Julien zusammen. Dabei stoße man immer wieder an Grenzen und komme nicht weiter, müsse dann kreativ werden und andere Lösungen finden, erklärt er. Das sei oft langwierig und manchmal frustrierend, es zwinge aber auch zum Umdenken. „Das ändert dein ganzes Mindset.“

Wer bei „Campus Galli“ arbeite, dem falle erst so richtig auf, wie modern heutzutage auch beim Handwerk vorgegangen werde. „Entsprechend dauert es eine Weile, bis man sich auf das Werkzeug und das Material einlässt“, weiß Julien, der nicht nur als Geschichtsvermittler und Forscher arbeitet, sondern auch in der mittelalterlichen Weberei Textilien herstellt. „Man muss sich vom Material leiten lassen. Das Werkstück gibt vor, wie man damit umzugehen hat. Da lässt sich nichts erzwingen“, sagt er. Was ihn das gelehrt habe? „Den Blick zu ändern und den Perfektionismus abzulegen.“ Etwas Gutes zu erschaffen und es einfach so zu lassen. „Ich gehe mittlerweile an vieles im Leben deutlich entspannter heran“, sagt er.

Zeit in einer anderen Relation

Eine der häufigsten Fragen der Besucher an die Handwerker sei, wie lange sie für eine Arbeit brauchen. „Zeit spielt in unseren Köpfen heutzutage eine so große Rolle“, sagt Julien. Dabei gehe es bei „Campus Galli“ nicht darum, schnell zu sein, sondern zu (er)leben und zu lernen.





Seit 2013 wird an dem karolingischen Klosterbauprojekt nach Bauplänen aus dem 9. Jahrhundert gearbeitet. ››

Für ihn ist es nicht schwer, für „Campus Galli“ das Jetzt hinter sich zu lassen. Anders sei das bei den Freiwilligen, die eine oder zwei Wochen mithelfen. In den ersten Tagen spüre man deren Verlangen noch, einen Blick aufs Smartphone zu werfen. Doch irgendwann verschwinde das, und sie ließen sich voll und ganz auf das Projekt ein. „Viele sagen danach, wie gut ihnen das getan hat, wie sie das entschleunigt hat“, erzählt Julien. Auch das ist ein großer Effekt, den „Campus Galli“ hat: „Man lebt hier mit allen Sinnen, nimmt viel mehr wahr.“ Umso schöner sei es, der „Mühle“ des Alltags zu entkommen und in die kleine „Campus Galli“-Welt eintauchen zu dürfen.

„Es dauert es eine Weile, bis man sich auf das Werkzeug und das Material einlässt.“

Auch die Kleidung ist ein Faktor, der dabei hilft, die Jetzt-Zeit hinter sich zu lassen. Das beobachte er häufig bei den freiwilligen Helfern: „Mit der Kleidung verändert sich ihr Gang“. Die fast knielangen Tuniken der Männer und die langen Kleider der Frauen würden die Träger dazu zwingen, ihre Bewegungen anzupassen. Ganz hinter sich lassen kann man die Jetzt-Zeit dann aber doch nicht. Bei aller Authentizität steht Sicherheit an erster Stelle. Hilfsmittel wie Schutzbrillen und Sicherheitsschuhe sind ebenso unverzichtbar wie Smartphones – für Notfälle und die Kommunikation im Arbeitsalltag. Die verschwinden aber, sobald Besucher auf das Gelände strömen.

Praktische Geschichtsvermittlung

Als Museumspädagoge bereitet es Julien Journeau übrigens die größte Freude, wenn er seine Begeisterung für Geschichte auf die Besucher übertragen kann, „wenn der Funke überspringt und ich das Leuchten in den Augen des Gegenübers sehe“. Zum Beispiel, wenn Kinder beim „Mitmachmittwoch“ beobachten, wie er mit historischen Mitteln Feuer entfacht, davon fasziniert sind – und es kurz darauf selbst schaffen. Warum ihm Geschichtsvermittlung so wichtig ist? „Wir können aus der Vergangenheit viel lernen“, sagt Julien. Vor allem, dass keine Epoche nur gut oder schlecht war, sondern jede ihre eigenen Besonderheiten





« Mitmachen ausdrücklich erwünscht: Der studierte Historiker Julien Journeau bringt Kindern das Leben und Arbeiten im Mittelalter näher.

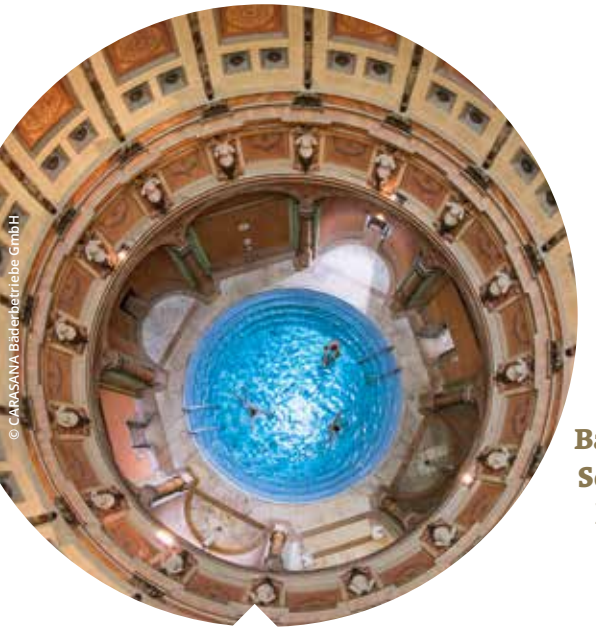


hatte. So sei das Mittelalter keine so düstere und barbarische Zeit gewesen, wie ihm häufig nachgesagt werde, sagt er. Typische Mythen, die ihm immer wieder begegnen, betreffen etwa die Pest und die vermeintlich schlechte medizinische Versorgung. „Dabei gab es nicht die eine, sondern viele Pestepidemien, und die Medizin war gar nicht so schlecht für den damaligen Stand der Zeit. Wir neigen dazu, bei Einzelaspekten und -schicksalen zu generalisieren und diese auf ganze Epochen zu übertragen“, sagt der 37-Jährige. Das Mittelalter sei auch kein Rückschritt gewesen. Das seien „Fake News“, die in der Zeit um 1500 erzählt worden seien, um selbst fortschrittlicher zu wirken. „Eine Geschichte, die sich nun immerhin schon seit vielen Hundert Jahren hält“, merkt Julien schmunzelnd an. Weder damals noch heute gibt es also einen Grund, überheblich zu sein: „Wir sind nur die, die danach kommen, ein Rädchen im Lauf der Zeit.“

Leben mit der Natur

Übrigens lernen nicht nur die Besucher einiges, auch als Mitarbeiter bei „Campus Galli“ – rund 50 Festangestellte gibt es, etwa die Hälfte davon Handwerker, außerdem etwa 15 Freiwillige pro Woche – verstehe man jeden Tag ein bisschen mehr, wie die Gesellschaft im frühen Mittelalter funktioniert hat. Er habe hier mehr über die Epoche gelernt als im Geschichtsstudium, sagt Julien. In einem seien sich die Mitarbeiter bei aller Begeisterung für die Vergangenheit aber einig: „Im Mittelalter leben? Nein danke“, sagt der 37-Jährige, der ursprünglich aus Rottweil kommt, lachend. Schnelle Kommunikation, Heizung und fließend Wasser sind auch für ihn nicht mehr wegzudenken. Das spüre man ganz besonders bei schlechtem Wetter. Aber genau das – jeden Tag mit jedem Wetter zu leben mit dem selbst hergestellten Leinengewand am Leib – erde auch unglaublich. Man fühle sich sehr mit der Natur verbunden. „Und ich habe eine neue Ehrfurcht vor dem Handwerk entwickelt. Dinge mit den eigenen Händen zu erschaffen und zu sehen, welche Zeit diese überdauern können, ist einfach beeindruckend.“ Geschichte zu leben bedeutet also letztlich wohl vor allem eines: den Moment bewusst wahrzunehmen und die kleinen Wunder des Alltags neu zu schätzen.

Weitere Info:www.campus-galli.de


© CARASANA Bäderbetriebe GmbH

Zeitreise vor der Haustür

Arbeiten wie die Menschen im Mittelalter, römische Badekultur erleben oder speisen, wie die Ritter es einst taten: Schwarzwald, Bodensee und die Region bieten viele Möglichkeiten, in vergangene Zeiten einzutauchen und Geschichte hautnah zu (er)leben.

1. Baden wie die Römer:

Das geht am besten im Friedrichsbad in Baden-Baden. Das im Renaissance-Stil erbaute Gebäude mit seinem prächtigen Kuppelsaal gibt es seit 1877, und es bietet einen unvergesslichen Einblick in jahrhundertealte Badetraditionen. Das Baden-Badener Thermalwasser enthält übrigens mehr als 3.000 gelöste Mineralstoffe. **Zu beachten beim Besuch:** Nur mittwochs und samstags wird im Friedrichsbad Badekleidung getragen, an allen anderen Tagen gilt: textilfrei.

Weitere Info:
www.friedrichsbad.eu

2. Arbeiten wie im Mittelalter:

Auf der Klosterbaustelle „Campus Galli" in Meßkirch entsteht Tag für Tag ein Stück Mittelalter: Handwerker und Ehrenamtliche schaffen mit den Mitteln des 9. Jahrhunderts ein Kloster auf Grundlage des St. Galler Klosterplans. **Bis 24. Oktober kann die Baustelle von Dienstag bis Sonntag jeweils von 10 bis 18 Uhr besucht werden.** Auch Führungen werden angeboten. Wer selbst mit anpacken will, körperlich fit, gut zu Fuß, mindestens 16 Jahre alt ist und mindestens sechs Tage dabei sein will, der kann Teil des „Campus Galli"-Teams werden und mitarbeiten.

Weitere Info:
www.campus-galli.de

3. Speisen wie die Ritter:

Das ist beispielsweise im Ritterkeller in Aulendorf möglich. Dabei gibt es verschiedene Menüs zur Auswahl – auch für Vegetarier und Veganer. Die Gäste bekommen aber nicht nur Speisen serviert, sondern auch spannende Informationen rund um das Leben im Mittelalter. Außerdem findet **freitags und samstags ein großes Rahmenprogramm** statt, zu dem zum Beispiel die „Giftprobe" (die Verkostung der Speisen) und Auftritte von Feuerkünstlern zählen. Im dazugehörigen Hotel Arthus kann außerdem übernachtet werden.

Weitere Info:
www.ritterkeller.de

4. Mittelalterliches Spektakel erleben:

Das kann man bei den **Horber Ritterspielen vom 19. bis 21. Juni.** Neben den Ritterturnieren, bei denen sich Ritter mit Tjost, Ringstechen, Schwertkampf und wagemutigen Stunteinlagen rasante Schaukämpfe liefern, gibt es auch einen **Mittelaltermarkt** mit mehr als 100 Markt- und Handwerksleuten, die ihre Waren feilbieten – vom Glasmaler bis zum Wahrsager. Im Ritterlager am Neckarufer wird Besuchern außerdem ein Blick in das Alltagsleben vor rund 500 Jahren gewährt. Neben musikalischen Einlagen und Ritterspielen für Kinder gibt es noch vieles mehr zu entdecken.



Weitere Info:
www.ritterspiele.info



5. Feuer machen wie in der Steinzeit:

Das ist im **Pfahlbaumuseum Unteruhldingen**, dem ältesten archäologischen Freilichtmuseum Deutschlands, möglich. Dabei kann man die hölzernen Pfahlbauerhäuser erkunden und Wissenswertes über das Leben vor 6.000 und 3.000 Jahren erfahren. Als Mitmachangebot gibt es den **Steinzeitparcours**, bei dem man verschiedene Arbeiten aus der Steinzeit selbst ausprobieren kann.

Weitere Info:
www.pfahlbauten.de



BURG Hohenzollern

Geschichte(n) mit majestätischer Aussicht

Ob bei strahlendem Sonnenschein oder Regenwetter – die Burg Hohenzollern ist zu jeder Jahreszeit einen Besuch wert. Sie begeistert mit majestätischen Ausblicken ebenso wie mit spannenden Einblicken hinter dicken Mauern.

Schon vor rund 1.000 Jahren bewiesen die Grafen von Zollern Weitblick, als sie ihre Burg auf dem markanten Zollerberg errichteten, der sich genau zwischen Stuttgart und Bodensee erhebt. Die steilen Hänge machten Angreifern das Leben schwer, während die erhöhte Lage eine fantastische Rundumsicht bot – strategisch wie landschaftlich ideal.

Aus der einst kleinen Festung entwickelte sich das Stammhaus der Familie Hohenzollern, aus der schwäbische Grafen und Fürsten, Markgrafen und Kurfürsten zu Brandenburg, die preußischen Könige und sogar die deutschen Kaiser hervorgingen. Die heutige Burg ist bereits die dritte Anlage auf dem Berg und wurde nach Zerstörung und Verfall ihrer Vorgängerinnen aus dem 11. und 15. Jahrhundert von 1850 bis 1867 wieder errichtet.
Heute ist vom einstigen Säbelrasseln nichts mehr zu hören. Stattdessen erobern täglich friedliche Besucher aus aller Welt den Stammsitz der Hohenzollern-Dynastie und genießen den weiten Blick über die nach ihr benannte Region Zollernalb – bei klarer Sicht sogar bis zum 100 Kilometer entfernten Feldberg.

!NFO

Online-Tickets und Infos:
Burg Hohenzollern
Information
72379 Burg Hohenzollern
Telefon 07471.2428
www.burg-hohenzollern.com

Unterstützt von der kostenlosen Burg-App und hilfsbereitem Personal erkunden die Besucher ganz entspannt und im eigenen Tempo prunkvolle Räume wie etwa den Grafensaal oder die Schatzkammer, in der unter anderem die legendäre Tabaksdose ausgestellt ist, die Friedrich dem Großen einst das Leben rettete. Zudem stehen die beiden Burg-Kapellen offen sowie die Kasematten inklusive Waffenkammer.

Für das leibliche Wohl sorgt das Burg-Restaurant mit regionalen Spezialitäten. Bei schönem Wetter lockt zudem einer der schönsten Biergärten der Region – Kuchen, Torten und das hauseigene Preußens Pilsener inklusive. Wer die Burg richtig genießen möchte, sollte mindestens zwei bis drei Stunden einplanen.

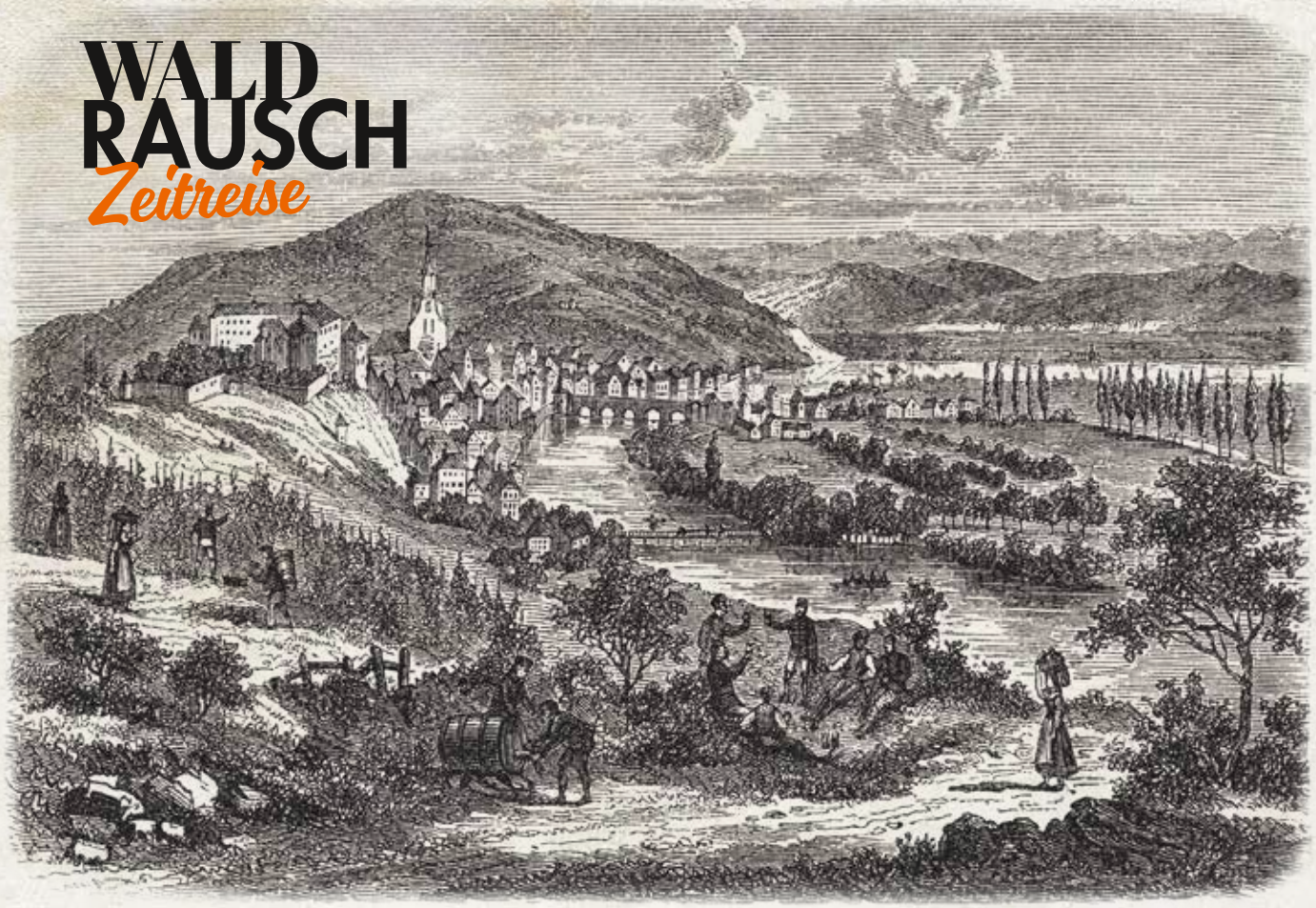
Veranstaltungen 2026

- **9. + 10. Mai:** Restauratoren-Wochenende
- **2. Juli:** Englisches Open-Air-Theater
- **21. + 22. August:** Open-Air-Kino
- **19. + 20. September:** Höfisch & heldenhaft
- **10. + 11. Oktober:** Hohenzollern-Tage



Advertorial

WALD RAUSCH
Zeitreise



Die Gôgen

Oben und unten im mittelalterlichen Tübingen



Wir schreiben das Jahr 1598. Ganz Tübingen ist von Weinbergen umgeben. Ganz Tübingen? Wenn es nach den Künstlern Georg Braun und Franz Hogenberg auf ihrem Kupferstich aus dem genannten Jahr geht: Ja!

TEXT: PETER FLAIG

Sogar da, wo es topographisch gar nicht möglich wäre, wachsen auf dem Kunstwerk Weinreben. „Wo du nur hinschaust, wächst herrlicher Wein“, schrieb schon 64 Jahre davor der wohl aus Tübingen stammende Autor Johannes Pedius Tethinger.

Das mit dem „herrlich“ ist aber so eine Sache. Klimatisch eignet sich Tübingen nur bedingt dafür, edle Tropfen für die Kehle reifen zu lassen; die aus den Trauben hergestellten Produkte dürften also eher „Semsakrebsler“ gewesen sein: Hauptsache, es knallt, promilletechnisch gesehen.

Doch im Mittelalter hatte man keine große Wahl, was man werden wollte. Man musste schauen, wie man seinen Lebensunterhalt verdient. Und während sich Tübingen zur gleichen Zeit aufmachte, immer bedeutendere Universitätsstadt zu werden und in der Oberstadt die Oberschicht zu beherbergen, fristeten in der Unterstadt die Weinbauern, die sogenannten Gôgen, ihr ärmliches Dasein.

Georg Braun und Franz Hogenberg zeigen den Widerspruch auf ihrem Stich: Da die arbeitenden Gôgen in ihren Reben, auf der anderen Seite die tanzende Oberschicht, die sich mit dem berauschenden Produkt dieser Arbeit vergnügt.

Dieser sich vertiefende Widerspruch hat zu den legendären Gôgenwitzen geführt, die die zwei unterschiedlichen Welten aufeinanderprallen lassen: Hier der bodenständige, derbe und unverblümte Gôg, dort der verkopfte Intellektuelle.

Ein Beispiel:
Ein Gôg und ein Professor der Philosophie kommen ins Gespräch. „Womit beschäftigen Sie sich eigentlich den ganzen Tag?“, will der Gôg wissen. „Oh!“, erwidert der Professor,


Foto: CStorz

« Ein bescheidener Weinanbau, wie in Unterjesingen bei Tübingen, ist geblieben.


Foto: Sina Ettmer

Das oppulente Tübinger Rathaus wurde im Jahr 1435 erbaut. Die Illustration zeigt die Salzstadelgasse in Tübingen. »

„ich beschäftige mich mit den drei großen Fragen der Menschheit: Woher komme ich? Wer bin ich? Wohin gehe ich?“ Der Gôg lacht. „Das haben wir gleich: Ich komme aus der Madergass‘, ich bin Weingärtner, und jetzt gehe ich ins Mayerhöfle, ein Viertele trinken.“

Ob so eine Unterhaltung überhaupt hätte stattfinden können, sei dahingestellt: Die Universitätsangehörigen, die seit der Gründung der Uni 1477 nach Tübingen strömten, konnten das Schwäbisch der Gôgen kaum verstehen. Zwischen Gôgen und Akademikern und damit zwischen Unterstadt und Oberstadt entwickelte sich eine immer stärkere Trennung. Doch im Gegensatz zu Ostfriesenwitzen, die die karikierten Norddeutschen des Öfteren als kleingeistig oder gar geistig minderbemittelt beschreiben, haben die in bitterer Armut lebenden Gôgen mehr Bezug zur Realität als die Intellektuellen aus der begüterten Oberstadt. Analog zu ihrem herben Wein, der oft zu sauer war, um ihn zu trinken, werden die Gôgen als die wahren Realisten dargestellt – im Gegensatz zur „denkenden“ Oberschicht.

Noch ein Beispiel:
Ein Fremder steht vor dem Tübinger Rathaus und bewundert den schönen Bau. „Wie viele Beamte arbeiten denn da drin?“, möchte er wissen. Ein Gôg antwortet: „Vielleicht d’Hälfte.“

Dass Tübingen sich doch nicht so sehr für Weinbau eignet, zeigt sich in der immer weiter reduzierten Weinanbaufläche, die ihren Tiefstand 1918 erreicht. Dafür war natürlich der Erste Weltkrieg verantwortlich, aber auch das Klima: Seit 1906 standen mehrere Ausfalljahre zu Buche – das konnten sich die Gôgen nicht leisten. Doch das war nur das Ende der Fahnenstange. Die ungeeigneten Böden und die viel zu kleinen Anbauflächen ließen eine Produktion hochwertiger Weine nicht zu – aber die verbesserten Transportwege brachten ebendiese Produkte aus anderen Regionen nach Tübingen. Und die Gôgen mussten sich nach anderen Einkunftsquellen umsehen – wie sogar das Leeren von Abortgruben.

Da half den Tübinger Unterstadtbewohnern auch ihr Ruf als raue, aber tüchtige, bodenständige und clevere Zeitgenossen wenig. Was bleibt, ist ihr Vermächtnis in den Gôgenwitzen, wo sie den durchgeistigten Oberstädtern zeigen, was Realismus ist.


Illustration: clu

Wie noch einmal hier:
Der Pfarrer kommt an einen Gartenzaun im Hasengässle, sieht der Besitzerin beim Unkrautjäten zu und bewundert die bunte Blumenpracht: „Wie schön es hier blüht, mein Kind! Da hat der liebe Gott wirklich etwas ganz Wunderbares geschaffen!“ Die Frau antwortet mit frommem Gesicht und charmantem Lächeln: „Ach, Herr Pfarrer! Sie hätten mal sehen sollen, wie das ausgeschaut hat, als der liebe Gott hier noch ganz allein geschafft hat!“

INNEN STADT, AUßEN WILD!

HERZLICH WILLKOMMEN







Advertorial

Freudenstadt überrascht – mit einer Mischung aus Stadtleben, Genuss und Natur, die man so im Schwarzwald kaum erwartet. Innen Stadt, außen wild – und genau das macht einen Ausflug hierher so besonders.

Der Mittelpunkt von Freudenstadt ist einzigartig: Rund um den größten Marktplatz Deutschlands spielt sich das Leben ab.

Unter den charakteristischen Arkaden reihen sich liebevoll geführte Geschäfte, individuelle Boutiquen und moderne Concept-Stores aneinander. Persönliche Beratung, besondere Sortimente und das entspannte Flanieren gehören hier einfach dazu – und selbst bei Regen ist man dank der Arkaden trockenen Fußes unterwegs.

Auch kulinarisch hat der Marktplatz viel zu bieten. In Cafés, Bars und Restaurants genießen Besucher Schwarzwälder Spezialitäten ebenso wie internationale Küche. Ein Glas Wein mit Tapas, traditionelle schwäbische Maultaschen oder ein Stück original Schwarzwälder Kirschtorte – hier wird jeder fündig, satt und glücklich.

Mitten auf dem Platz sorgen 50 Wasserfontänen für lebendige Atmosphäre und eine erfrischende Pause an warmen Tagen. Wer genauer hinsieht, entdeckt außerdem die spannende Geschichte der Stadt: Die ungewöhnliche Winkelbauweise der Stadtkirche, das Stadtmuseum mitten auf dem Marktplatz und der schachbrettartige Aufbau der Stadt erzählen von der besonderen Stadtplanung der Renaissance.

Ein Tag in Freudenstadt

Der Tag beginnt mit einem Bummel unter den Arkaden des größten Marktplatzes Deutschlands. Ein kurzer Stopp im Café, ein paar besondere Entdeckungen in kleinen, inhabergeführten Geschäften – und das Lachen von Kindern im Ohr, die durch die Wasserfontänen mitten auf dem Platz tanzen.



Am Nachmittag geht es hinauf auf den Kienberg. Vom Friedrichsturm schweift der Blick weit über die Dächer Freudenstadts und hinaus in die urigen Wälder des Schwarzwalds.



Am Abend laden leckere Food-Spots in der Stadt zum Genießen und Verweilen ein.



Unser Tipp:
Die passende Führung rechtzeitig auf www.freudenstadt.de/themenfuehrungen buchen und mit einem Stadtbummel oder Café-besuch kombinieren.

FREUDENSTADT ENTDECKEN

Stadtführungen mit Erlebnisfaktor

Wer die Stadt wirklich kennenlernen möchte, schließt sich einer der vielfältigen Führungen von Freudenstadt Tourismus an. Aus allen Blickwinkeln wird die Stadt dabei erlebbar – aus Sicht des Stadtgründers, eines Schwarzwaldmädels oder auf Spurensuche mit der ganzen Familie.

HERZOG-FRIEDRICH-TOUR

Geschichte wird hier lebendig und unterhaltsam erzählt.
Bei dieser klassischen Stadtführung begegnen Besucher dem Stadtgründer persönlich: Herzog Friedrich von Württemberg führt – stilecht im historischen Kostüm – durch die Stadt und erzählt von der Entstehung Freudenstadts, von mutigen Ideen der Renaissance und vom Leben im Schwarzwald vor über 400 Jahren.

FREUDENSTADT ZUM ANBEISSEN

Genuss trifft Stadtgeschichte bei dieser kulinarischen Themenführung.
Während eines gemütlichen Rundgangs durch die Innenstadt warten mehrere kulinarische Stationen – von regionalen Spezialitäten bis zu süßen Schwarzwaldklassikern. Zwischendurch erfahren die Teilnehmer spannende Geschichten über Freudenstadt, seine Bewohner und seine Traditionen.

FREUDENSTADT ERLEBEN

Veranstaltungshighlights 2026

Auf dem Marktplatz und in der Stadt ist das ganze Jahr über etwas geboten. Märkte, Feste und Veranstaltungen sorgen für eine lebendige Atmosphäre.

Highlights auf und um den Marktplatz

05	**13.05.**	Maimarkt
	23.05.	Ein-Jahr-Nachher-Fest Tal X mit Community Run vom Marktplatz
	24. 05.	Naturpark-Bauernmarkt
	30.–31. 05.	Kunsthandwerkermarkt
06	**4.–7. 06.**	Hamburger Fischmarkt
07	**4.–5.07.**	Stadtfest
	7.–12.07.	Beach-Volleyball-Turnier
	23. 07.	Jakobimarkt
	31.07.	Sommernachtsshopping
08	**8.–9.08.**	Töpfermarkt
	15.–16.08.	Street-Food-Festival
09	**10.–11.10.**	Kunsthandwerkermarkt mit verkaufsoffenem Sonntag
12	**3.–20.12.**	Weihnachtsmarkt

Dazu kommen ein hochkarätiges **Theaterprogramm im Kurhaus** sowie das **Open-Air-Event Kulturgarten vom 7. bis 30. August im Kurgarten** und die neue **Weinkulinarik auf dem Kienberg am 5. September.**

Unser Tipp:
Alle Veranstaltungen sind auf www.freudenstadt.de/events zu finden.



Unser Tipp:
Nach der Wanderung einkehren im neuen Restaurant Frickert Kienberg und die Aussicht genießen.

VOM MARKTPLATZ DIREKT INS GRÜNE

Der Freudenstädter Hausberg Kienberg

Nur wenige Minuten vom Marktplatz entfernt beginnt eine kleine Auszeit in der Natur. Der Kienberg Freudenstadt ist der Hausberg der Stadt – und ein perfektes Ziel für einen Spaziergang oder eine kleine Wanderung.

Ein besonderes Highlight ist der Friedrichsturm. Wer die Stufen hinaufsteigt, wird mit einem beeindruckenden Panorama belohnt: Die Stadt liegt einem wie ein Schachbrett zu Füßen, rundherum breitet sich die Schwarzwaldlandschaft aus. Rund um den Kienberg gibt es noch viel mehr zu entdecken: Die Liegewiese mit Kneippbecken ist eine echte Ruhe-Oase. Ganz in der Nähe liegen der Minigolfplatz, der duftende Rosenweg und der Skulpturenpfad. Wanderwege durch schattige Wälder führen zum Beispiel zur Großvatertanne, eine der eindrucksvollsten Tannen der Region.





TAL X – DAS NEUE ERLEBNIS IM GRÜNEN

Mit dem charmanten Freudenstädter Bähnle lassen sich Marktplatz, Kienberg und der Erlebnisraum Tal X bequem miteinander verbinden.

Das ehemalige Gartenschaugelände hat sich zu einem lebhaften Tal mit schönen Genussplätzen und historischen Erinnerungen entwickelt.

Hier warten große Abenteuer-Spielplätze, spektakuläre Röhrenrutschen und spannende Walderlebnispfade auf Groß und Klein. Die idyllischen Forbachgärten und viele Plätze zum Entspannen und Entdecken säumen das Tal, das Natur, Bewegung und Spiel perfekt miteinander verbindet.

Advertorial

FREUDENSTADT BEWEGT

Wer Bewegung liebt, findet in Freudenstadt viele Möglichkeiten, aktiv zu werden.

ADVENTURE GOLF – SCHWARZWALD IM MINI-FORMAT

Eine besonders unterhaltsame Attraktion ist der Adventure-Golfplatz in Freudenstadt.

Auf einer rund 3.500 Quadratmeter großen Anlage warten 18 individuell gestaltete Bahnen, die Sehenswürdigkeiten Freudenstadts und typische Schwarzwaldmotive spielerisch nachbilden: Es geht über kleine Brücken, vorbei an Waldtieren oder sogar über den größten Marktplatz im Mini-Format.

Die Bahnen sind zwischen 15 und 25 Meter lang und sorgen für echtes Golfgefühl – ganz ohne Vorkenntnisse. Gespielt wird mit Puttern auf naturnahem Grün, wodurch Adventure Golf deutlich abwechslungsreicher ist als klassisches Minigolf. Gemütliche Ruhezonen, Pavillons und ein Biergarten mit Kaffee, Eis und Snacks machen den Ausflug perfekt.



Unser Tipp:
Freunde oder Familie herausfordern und anschließend im Biergarten den Sieger feiern. Infos vorab auf www.adventure-golf-freudenstadt.de

WASSERSPASS UND ENTSPANNUNG IM PANORAMA-BAD

Badespaß und Wellness vereint das Panorama-Bad Freudenstadt – ein echtes Highlight für alle Generationen.

Hier erwarten Besucher ein großes Sportbecken, ein Rutschenturm mit Turbo- und Black-Hole-Rutsche und ein 5-Meter-Sprungturm. Eine spektakuläre Kletterwand und ein warmes Außenbecken mit Blick auf die Schwarzwaldlandschaft begeistern Jung und Alt. Der Vitalbereich mit vier Grotten und großem Vitalbecken sowie die Saunalandschaft bieten Wärme und Entspannung.

Ob Familienausflug, sportliches Training oder entspannter Wellnesstag – im Panorama-Bad findet jeder seinen Lieblingsaktivität.

Unser Tipp:
Nach ein paar sportlichen Bahnen im Wasser den Tag in der Sauna oder im warmen Vitalbereich ausklingen lassen.
Infos vorab auf www.panorama-bad.de





NATURERLEBNIS mit Weitblick

AUSSEN WILD

Wandern auf dem Kniebis

Freudenstadts höchster Stadtteil Kniebis ist ein echtes Wanderparadies. Hier treffen stille Wälder, Hochmoore und spektakuläre Ausblicke aufeinander – perfekte Bedingungen für Naturgenuss und Bewegung.

HEIMATPFAD – GESCHICHTE UND NATUR ERLEBEN

Der Heimatpfad ist ein familienfreundlicher Rundweg von etwa 10 Kilometern. Auf gut begehbaren Wegen laden Infotafeln dazu ein, Flora, Fauna und die Geschichte der Grenzregion Baden und Württemberg zu entdecken. Kinder wie Erwachsene können hier auf Entdeckungsreise gehen und kleine Überraschungen am Wegesrand finden.

KLOSTERSTEIG & ELLBACHSEEBLICK

Für Wanderer, die ein wenig Herausforderung suchen, führt der Klostersteig durch Wälder, lichte Hochmoore und vorbei an historischen Spuren. Höhepunkt ist die Aussichtsplattform Ellbachseeblick: Ein atemberaubender Blick auf den geheimnisvollen Ellbachsee und die Schwarzwaldhügel belohnt jeden Schritt.

Unser Tipp:

Wanderung, Aussicht und Einkehr kombinieren – so wird Wandern auf dem Kniebis zum perfekten Tagesausflug.

Alle Touren auf www.freudenstadt.de/wandertouren

Advertorial



Einfach spitze

Vom Drunter und vom Hoch-Hinaus

Baden-Württemberg treibt es in vielen Bereichen auf die Spitze – egal ob im Schwarzwald, auf der Alb oder in der Sterneküche. Einen Spitzenplatz in Ulm sind wir aber los.

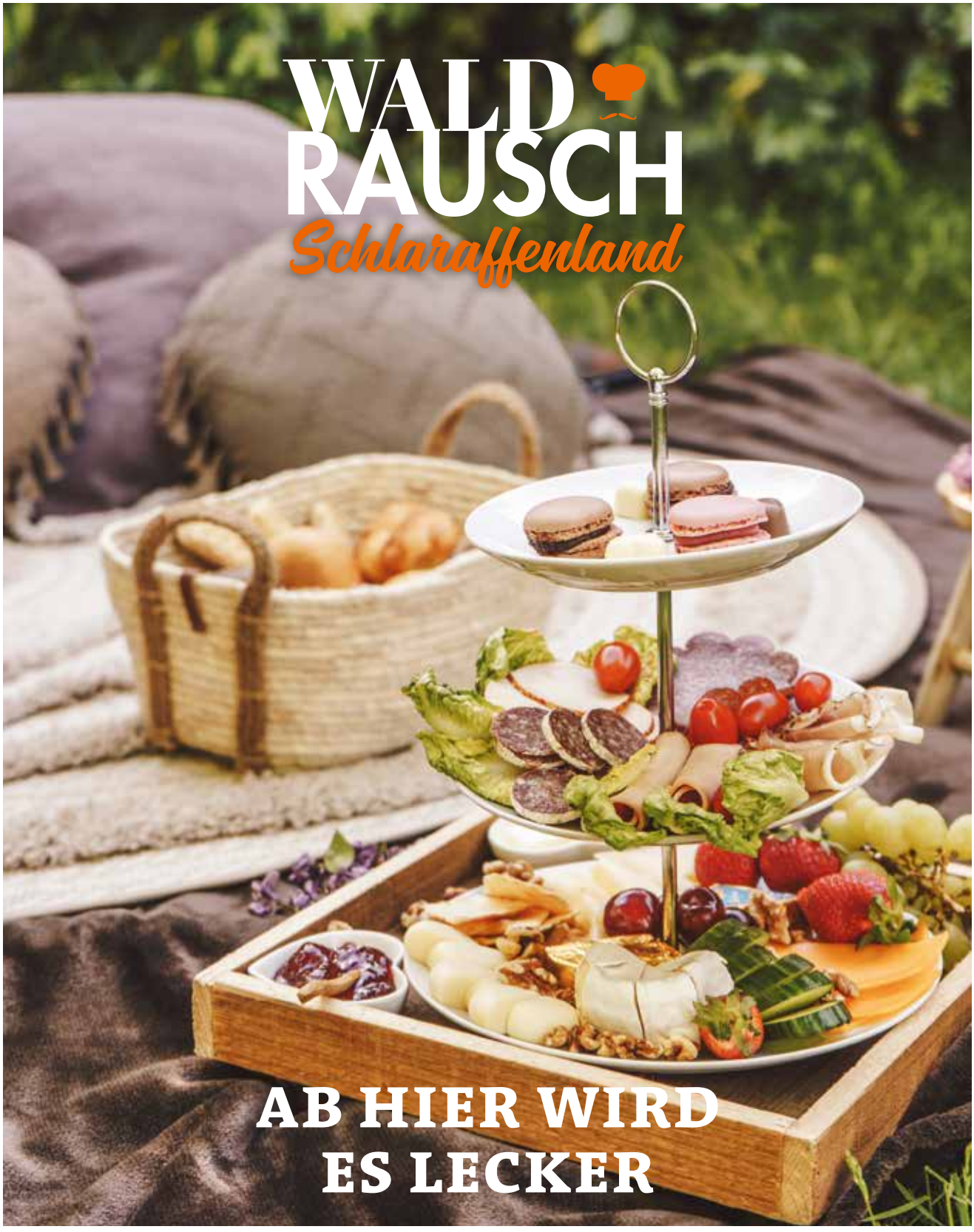
Bei der Lebenserwartung ist Baden-Württemberg spitze. Männer werden im Südwesten durchschnittlich 79,9 Jahre alt, Frauen 84,1. Das ist Platz eins unter allen Bundesländern. Die Zahlen beziehen sich laut Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung auf Jungen und Mädchen, die in den Jahren 2022 bis 2024 geboren sind.

Ob es mit der Spitzenküche bei uns zusammenhängt? Höher ist die Dichte der Sternerestaurants nämlich momentan nur noch in Bayern. Allein in Baiersbronn befinden sich zwei von bundesweit zwölf Drei-Sterne-Restaurants. Neben Spitzenköchen gab es dieses Jahr angesichts der Landtagswahl auch etliche Spitzenkandidaten. Beim Ergebnis ging es dann Spitz auf Knopf zu, zumindest zwischen Grün und Schwarz.

Einmal spitze, immer spitze ist der Feldberg. Mit seinen 1.493 Metern übertrifft ihn kein anderer Mittelgebirgsgipfel in Deutschland. Die Schwäbische Alb ist ebenfalls ganz oben mit dabei: Auf dem Heuberg im Kreis Tuttlingen gibt es die Region der zehn Tausender – lauter Alb-Spitzen, die mehr als 1.000 Meter hoch sind. Der Lemberg ist mit seinen 1.015,7 Metern unübertroffen. Die Alb indes punktet noch in einem ganz anderen Bereich mit Spitze. Mey und Comazo, Hermko oder con-ta: alles Unterwäsche-Marken von der Schwäbischen Alb. Wer sich die Sache mit der Alb-Spitze etwas näher anschauen möchte, dem ist ein Besuch im Maschenmuseum in Albstadt zu empfehlen. Dort gibt es schon mal Sonderführungen zur Geschichte der Unterwäsche – Infos über „Stehbrunzhosen“, enge Korsetts und praktische Feinrippwäsche inklusive.

Weniger intim ist dagegen die Tatsache, dass der Südwesten auch in Sachen Käpsele spitze ist. „Nach wie vor führt Baden-Württemberg mit 15.494 Patentanmeldungen (plus 5,7 Prozent) das Ranking der deutschen Bundesländer mit großem Abstand an“, informiert das Deutsche Patent- und Markenamt mit Blick auf 2024. Den Spitzenplatz nimmt dabei seit 17 Jahren in Folge die Robert Bosch GmbH ein (2024: 4.496 Patentanmeldungen).

Zum Abschluss gibt es leider einen Spitzentitel, der uns nach 135 Jahren abhandengekommen ist. So lange hatte das Ulmer Münster den höchsten Kirchturm der Welt. 1890 vollendet, ragt der Münster-Turm 161,53 Meter in die Höhe. Das war bis Oktober 2025 einsame Spitze. Bis auf den Christus-Turm der Sagrada Família das untere Element des Turmkreuzes montiert wurde. Der zentrale Turm der Basilika in Barcelona war damit 162,91 Meter hoch und das Gotteshaus neuer Spitzenreiter. Eine Spitze muss an dieser Stelle indes erlaubt sein: In Zeiten von Kränen und modernen Baumaschinen hält sich die Spitzenleistung in Grenzen.



SEITE 68: HAUTE DECK-CUISINE Die besten Picknick-Plätzchen. **SEITE 76: HOPFEN & WALZ** Bier-Wandertipps vom Experten. **SEITE 84: FRISCHER FISCH** Eine Schwarzwaldforelle kommt auf den Tisch. **SEITE 92: SALLYS BACKWELT** Mit einem Nuss-zopf fing alles an. **SEITE 98: QUICKIE** So schmeckt der Süden.



AUF DIE DECKEN, FERTIG, LOS

Endlich sind sie wieder in greifbarer Nähe, die warmen Frühlingstage und die lauen Sommernächte. Wie wäre es mit einem Picknick – mit allem, was dazugehört: ein zünftiges Vesper, erfrischende Getränke, leckere Salate, ein guter Tropfen und was Süßes zum Abschluss? Jetzt noch ein lauschiges Plätzchen finden, und es kann losgehen. Wir verraten Euch die schönsten Picknick-Hotspots in der Region, bei denen man den Korb samt Inhalt praktischerweise gleich mitbuchen kann.

TEXT: ALICJA BIENGER



Schwarzwald

Es plätschert am Bächle

Die Bächle gehören zu Freiburg wie der Eiffelturm zu Paris: Gemächlich plätschern sie schon seit dem 12. Jahrhundert durch die Gässle der Altstadt und erfreuen Jung und Alt besonders an heißen Sommertagen. Gespeist werden sie durch das Wasser der Dreisam, die durch die Zähringerstadt fließt. Die Freiburger lieben ihre Bächle so sehr, dass seit einigen Jahren immer wieder dazugehörige Events veranstaltet werden, so etwa das Bächleboot-Rennen. Seit einiger Zeit bietet die Eventagentur Freiburgerleben, die auch offizieller Partner der Stadt Freiburg ist, **Bächle-Picknick-Events** an, die jedes Jahr an mehreren Terminen angeboten werden. Dann heißt es: Familie und Freunde zusammentrommeln, Korb buchen, abholen und sich ein schönes Plätzchen an einem der Bächle sichern. Der „Korb" ist eigentlich ein Bierträger der lokalen Brauerei Ganter und wird mit allerlei regionalen Spezialitäten gefüllt, entweder vegetarisch („Guzele") oder mit Wurst und Fisch („Bächleputzer").

Angeboten werden auch Familienkörbe inklusive einer Flaschenpost für die Kinder. Das Picknick findet bei jedem Wetter statt.

Infos zu den kommenden Terminen unter freiburgerleben.de



Bauerngarten trifft englische Gartenkunst

Wer ein Picknick im **„Moosbach Garden"** in Nordrach bucht, kauft ein paar Stunden exklusive Ruhe gleich mit dazu: Damit es nicht zu voll wird, sind die Picknickplätze auf zwölf Gäste beschränkt. Auf dem liebevoll gestalteten Gelände findet trotzdem jeder ein lauschiges Plätzchen. Zwölf unterschiedlich gestaltete Gartenräume warten darauf, entdeckt zu werden. Im Picknickkorb findet Ihr eine große Auswahl regionaler und hausgemachter Spezialitäten, auf Wunsch auch vegetarisch.

www.moosbach.garden





Picknick und Theater

Sommer heißt im Schwarzwald auch **„Schwarzwälder Genusssommer“**. Dann startet eine Reihe von Veranstaltungen, die Gaumen und Sinne gleichermaßen verwöhnen, wie es auf der Homepage heißt. Picknick-Fans, vor allem die mit Kindern, sollten sich besonders den 31. Juli vormerken: An diesem Tag spielt das Regionentheater in Lenzkirch „Das Sams“, während man selbst gemütlich auf der Wiese sitzt und die Leckereien aus dem dazugehörenden Picknickkorb verspeist. Im Laufe des Frühjahrs und Sommers kommen weitere Veranstaltungen hinzu; die Termine auf der Internetseite werden laufend aktualisiert.

Infos unter www.hochschwarzwald.de

Very british im Schwarzwald

Ein sieben Hektar großer Landschaftspark in englischem Stil, in dem vor allem Rosen ihre ganze Pracht entfalten: Ein Ausflug zum Landhaus Ettenbühl ist wie ein Kurztrip nach Großbritannien. Mehr als zwanzig Themengärten laden zum Verweilen und Flanieren ein, und in jeder Jahreszeit gibt es viel zu entdecken. Noch intensiver genießen lässt sich die Blütenpracht bei einem Picknick im Schatten von Bäumen und Blumen. Zur Auswahl stehen sechs Picknick-Variationen, von „Teatime“ über „Chill in the garden“ bis zum veganen „Wildflowers“, jedes mit einer Auswahl kulinarischer Spezialitäten wie etwa original englischen Scones, verschiedenen Salaten, Sandwiches, Käse, Gemüse und süßen Leckereien. Für Familien mit Kindern gibt es ebenfalls ein eigenes Angebot.

Infos unter www.landhaus-ettenbuehl.de



Uriger Hof mit Aussicht

Zwischen Freiburg und dem Schauinsland befindet sich der beschauliche Ferienort Horben. Hier liegt in idyllischer Randlage der **Schwarzwaldbauernhof „Steinmühle“**, der genau so aussieht, wie man sich einen typischen Schwarzwald-Bauernhof vorstellt: auf einer Alm, umgeben von Wäldern und Wiesen, auf denen Pferde, Rinder und Ziegen grasen. Wer eine Wanderung in die Gegend unternimmt, sollte unbedingt ein Picknick einplanen. Praktisch, dass die „Steinmühle“ den dazugehörigen Picknick-Rucksack anbietet, in dem sich viele Leckereien finden, die alle aus der Region oder direkt vom Hof stammen: Brot- und Wurstspezialitäten, Käse, Obst, Chutneys und selbstgebackene Quiches. Dazu gibt es erfrischen-



de Getränke. Einfach online Termine festlegen, Rucksack abholen (direkt am Hof oder an der Talstation der Schauinslandbahn), ein lauschiges Plätzchen suchen und genießen. Wer gerne etwas über die heimische Kräutervielfalt erfahren möchte, kann zusätzlich zum Picknick-Rucksack eine geführte Kräuterwanderung buchen.

Infos unter
www.schwarzwald-picknick.de



ANZEIGE



25 Jahre Haus der Natur am Feldberg

So macht Naturschutz wirklich Spaß!

Interaktive Ausstellung

Der Feldberg ist der höchste Berg des Schwarzwalds und hervorragend erreichbar mit dem Auto oder mit Bus und Bahn.

Bei jedem Wetter lohnt sich ein Besuch der ganzjährig geöffneten Multimedia-Ausstellung im Haus der Natur. Und hier heißt es nicht etwa „Anfassen verboten“, sondern „Bitte unbedingt anfassen!“ Zahlreiche interaktive Elemente bieten die Möglichkeit, sich je nach Interesse mit den angebotenen Themen zu beschäftigen.

Humor ist Trumpf

Und das macht richtig Spaß, denn in der Ausstellung gibt es keine trockene Information, sondern viel zu lachen. Das humoristische Highlight der Ausstellung und schon ein Klassiker ist der „Talking Ranger“. Auf höchst lustige Weise beantwortet er die Lieblingsfragen der Feldberg-Besucher. Auch an der Klimastation oder im „Virtuellen Geschichtsbuch“ gibt es spannende, unterhaltsam verpackte Infos.

Seit 25 Jahren schon ...

... ist das Haus der Natur ein Anziehungspunkt für Feldberg-Gäste. Weit über eine Million Besucherinnen und Besucher haben sich in der Ausstellung humorvoll informieren lassen, 350.000 junge und alte Menschen haben an einer der 14.500 Veranstaltungen des Naturschutzzentrums teilgenommen.

Unterwegs am Feldberg

Ein ganz besonderes Erlebnis ist eine geführte Tour durch das Naturschutzgebiet Feldberg, das größte und vielleicht vielseitigste in Baden-Württemberg. Die gut ausgebildeten Guides des Naturschutzzentrums zeigen die Highlights entlang des Weges, und wissen eine Menge Spannendes und Amüsantes zu berichten.

Da geht es um die Hinterlassenschaften der eiszeitlichen Gletscher oder um Fleisch fressende Pflanzen, um die Besonderheiten der Lawinenbahnen am Feldberg oder ganz spezielle Lebewesen im geheimnisumwitterten Feldsee, um die Lebensweise der Auerhühner oder auch um die Frage, wieso eigentlich Kühe auf die Wiesen dürfen, die Menschen aber auf den Wegen bleiben müssen.

Für Kinder und Erwachsene ...

... ist ein Besuch im Haus der Natur spannend und informativ. Und bei allen Angeboten des Naturschutzzentrums am Feldberg gilt: Naturschutz macht Spaß!

Öffnungszeiten und Infos

Geöffnet zwischen Mai und November täglich 10 –17 Uhr, im Winter montags geschlossen.

Freier Eintritt an jedem 25. eines Monats!

Tel. +49 (0)7676 / 9336-30
www.naz-feldberg.de
naturschutzzentrum@naz-feldberg.de

25 JAHRE Haus der Natur

Schwäbische Alb







Dinner auf knapp 750 Meter Höhe

Rund um die Burg Hohenneuffen lässt sich nicht nur ausgiebig wandern – der Uracher Wasserfall befindet sich in unmittelbarer Nähe –, sondern auch schlemmen. **Die Gaststätte auf der Burg bietet leckere Menüs an, verleiht aber auch üppig gefüllte Picknickkörbe.** Der Platz wird arrangiert und mit Decke, Kissen und mehr ausgestattet – perfekt für ein romantisches Dinner unter freiem Himmel mit atemberaubender Aussicht auf die Schwäbische Alb.

Weitere Infos: www.hohenneuffen.de

Picknick- statt Schlosswiese

Am 14. Juni verwandelt sich die Wiese vorm Schloss Messkirch in eine riesige Picknick-Location. Schnappt Euch Decken oder Liegestühle und lauscht der Live-Musik von TÖFFs Rappelkiste, mit Musik für Kinder und Familien, der Band Lemony Rug – verträumter Indie Pop mit folkigen Momenten – und der Band Monotape mit Retrosound der 60er- und 70er-Jahre. Eine Anmeldung ist nicht nötig, Verpflegung gibt's vor Ort. Die Veranstaltung findet nur bei gutem Wetter statt.

Remstal

Wein-Brunch im Weingut

Schlemmen wie Gott in Frankreich: Inmitten der Weinberge im idyllischen Remstal fühlt man sich tatsächlich ein wenig ins genusserprobte Nachbarland versetzt, nur dass man hier keine Landesgrenze überwinden muss. Es reicht, beim Weingut Singer & Bader einen Picknickkorb zu ordern, der mit allem bepackt ist, was das Genießerherz begehrt: regionale Spezialitäten in Bio-Qualität, dazu eine Flasche Biowein des traditionsreichen Winzerbetriebs. Jetzt gilt es nur noch, ein passendes Plätzchen zu finden – vielleicht bei einer kleinen **Wanderung durch die Weinberge?** Je nachdem, ob Ihr Euer Picknick in der Vinothek in Korb oder im Weingut Stetten abholt, bieten sich unterschiedliche Touren an; eine Wanderkarte gibt's zum Picknickkorb dazu.

Übrigens: Das Weingut veranstaltet regelmäßige Freiluft-Events rund um den Wein, beispielsweise geführte Kräuter- und Weinwanderungen oder Touren mit dem Oldiebus.

Infos und Termine unter www.singer-bader.de

SACKMANN Hotel
est. 1927

TRÄUMEN. ERLEBEN. GENIESSEN.

Ihr 4 Sterne Urlaubsrefugium für unvergessliche Schwarzwalderlebnisse.
Abwechslungsreiche Momente der Verwöhnung versprechen wir mit unserem vielfältigen Restaurantangebot.
Unsere ausgezeichnete und kreative Küche unterstreicht das gemütliche Beisammensein für Ihre persönliche Feier.



FINDEN SIE IHR WUNSCH-ARRANGEMENT





Panorama-Hütte

GEMÜTLICH IST MEIN DING!

Lebensfreude pur

auf der schönsten Sonnenterrasse des Murgeltals.
Die atemberaubende Aussicht und Natur laden zum Verweilen ein.
Bei uns heißt es Genießen und Entspannen.







SACKMANN
WANDERHOTEL

Urlaub mitten im Schwarzwald

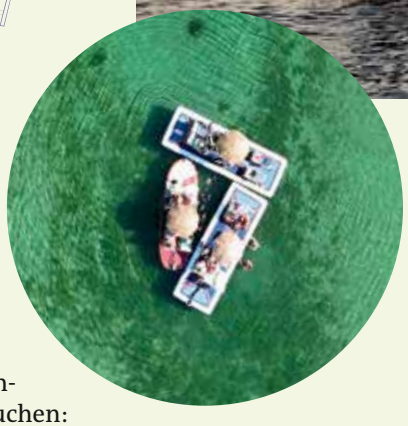
Aktivurlaub im 3 Sterne S Hotel Löwen bedeutet Urlaub fürs Herz. Familiäres Wanderhotel mit feinster Kulinarik. Genießen Sie die idyllische Lage inmitten des Wanderparadies Nordschwarzwald.



Sackmann Genusshotel • Pearls by Romantik | Murgtalstraße 602 | 72270 Baiersbronn | Tel: 07447/289-0 | Email: reservierung@hotel-sackmann.de
www.hotel-sackmann.de | www.sackmanns-panorama-huette.de | www.sackmanns-wanderhotel-loewen.de







Bodensee: Picknick mitten auf dem See

Am östlichen Bodensee kann man ein ganz besonderes Picknickerlebnis buchen: **Die Surfschule Wasserburg verleiht XXL-SUP-Boards, also Stand-up-Paddle-Boards, auf denen bis zu sechs Personen bequem Platz finden – inklusive Picknickkorb, Liegestühlen und Sonnenschirm.** Einfach Korb buchen – enthalten sind unter anderem hausgemachte Salate, Antipasti und frisches Gemüse, Brötchen und Getränke –, auf den See hinauspaddeln, ein ruhiges Plätzchen suchen und ankern. Nach dem Schlemmen könnt Ihr Euch direkt mit einem Sprung in den kühlen See erfrischen.

www.surfschule-wasserburg.de



Rucksack und Tourenvorschläge

Ihr liebäugelt mit einem Picknick am Bodensee, kennt Euch aber in der Region nicht aus und wisst auch nicht, wo die schönsten Plätze sind? Dann nichts wie hin nach Überlingen: In der Tourist-Information erhaltet ihr nicht nur **Tourenkarten und Tipps für außergewöhnliche Picknickplätze**, sondern könnt den dazugehörigen **Picknick-Rucksack gleich mitbuchen**. Auswählen könnt Ihr aus den Varianten klassisch (Wurst und Käse), vegan, vegetarisch oder familienfreundlich.

www.ueberlingen-bodensee.de



Vintage-Fans aufgepasst:

In Immenstaad am Bodensee könnt Ihr ein romantisches Picknick im Boho-Style am Seeufer genießen. Neben einem liebevoll mit Sitzissen, Decken und Deko arrangierten Platz – je nach persönlicher Vorliebe könnt Ihr zwischen mehreren Gestaltungskonzepten wählen, etwa „White Dreams“, „Sea love“ oder „Dark Sunset“ – erwartet euch ein auf eure Wünsche abgestimmtes Dinner, das ihr je nach Anlass auch für die Ewigkeit festhalten könnt: Ein Foto-Shooting kann gleich mitgebucht werden. Ideal für Heiratsanträge, Hochzeitstage oder Junggesellenabschiede.
Bei schlechtem Wetter kann das Picknick auch kurzfristig im Indoor-Bereich stattfinden.

www.bohosee-picnic.de

Service für Dich

MARKTPLATZ IM SÜDEN

Haus am Kurpark

Schömberg / Schwarzwald

Das Retro-Themen-Zimmer-Hotel

Café K im Glücksgarten

Schömbergs schönstes Gartencafé





Parkstraße 13, 75328 Schömberg, 07084-92780, www.hotel-hausamkurpark.de

Romantik beginnt mit Rosen ... und endet mit Dessert.

Jakobs Hoflädle



Blumen & regionale, hochwertige Genießer-Produkte an einem Ort.

Persönlich im Laden oder 24/7 im Selfstore.

HOF ROSENFELD FARM TO TABLE

Helga`s Blumenlädle

2 Läden an einem Ort: 78727 Oberndorf, Rosenfelder Str. 8

Oberndorf a.N. – der zentrale Mittelpunkt

Bezahlbarer Wohnraum bei hohem Freizeitwert und bester Infrastruktur mit kurzen Wegen in den Großraum Stuttgart, auf die Schwäbische Alb, in den Schwarzwald und an den Bodensee.

Seit 50 Jahren Ihre Immobilien-Experten vor Ort.



WOHLSCHIESS IMMOBILIEN GMBH

78727 Oberndorf · Kronenstr. 8
Telefon 07423/5555
www.WohlschiessImmobilien.de
info@wohlschiessimmobilien.de

Schauen Sie doch mal in unserem Werksverkauf vorbei oder shoppen Sie entspannt in unserem Online-Shop!



Landmetzgerei Heinzelmann

Werksverkauf:
78737 Fluorn-Winzeln
Hauptstraße 23
07402/92004-48

Hauptzentrale:
78737 Fluorn-Winzeln
Rainweg 2
07402/9303-0

Online-Shop:
www.landmetzgerei-heinzelmann.de

Reparatur-Annahme

elna & PFAFF Nähmaschinen



Stoffe • Kurzwaren • Wolle

Claudia's Nähzentrum

Claudia Flaig · 78727 Oberndorf · Hauptstr. 29
Tel. 07423/4816 · www.claudias-naehzentrum.de

Wandern mit Barfußschuhen

Natürliches Gehen neu erleben



Robust und wasserabweisend!

SCHUHHAUS Seidel

Service auf Schritt und Tritt
78727 Oberndorf · Hauptstraße 1
Telefon 07423/3126

Besuchen Sie unseren Online-Shop auf www.schuhhaus-seidel.de



Rund um Bier

Baden-Württemberg liegt bei der Anzahl der Brauereien auf dem zweiten Platz. 2024 gab es laut Statistischem Bundesamt 1.459 Braustätten deutschlandweit, die meisten (598) davon in Bayern. In Baden-Württemberg waren es 2024 immerhin 203 Brauereien, im drittplatzierten Nordrhein-Westfalen 138.

Touren zum AusproBieren

Von Jasmin Cools

Die Region zu Fuß erkunden und eine gelungene Wanderung mit einem kühlen Bier ausklingen lassen – was gibt es Schöneres? Autor und Biersommelier Peter Stokman ist in erster Linie leidenschaftlicher Bierliebhaber. Zum Wanderer wurde er eher per Zufall. In seinem Buch verrät der Experte seine schönsten Bier-Wandertouren im Schwarzwald – und lässt jetzt auch die WALDRAUSCH-Leser daran teilhaben.



1.656 unterschiedliche Biere: So viele hat Peter Stokman schon probiert – zumindest, seit er 2018 angefangen hat, per App Buch zu führen. Der gebürtige Niederländer kennt sich mit dem Gerstensaft also bestens aus. Erst recht, seit er sich 2022 zum Biersommelier weitergebildet hat. Die Idee, die ihn zum Autor machte und in den Schwarzwald brachte, kam ihm übrigens während der Corona-Zeit.

Seit 2016 lebt Peter Stokman in der Schweiz. Als die Pandemie kam, wurde er von der Firma, in der er als Leiter im Bereich Produktentwicklung arbeitete, in Kurzarbeit geschickt. Plötzlich hatte der zweifache Familienvater deutlich mehr Freizeit – und entschloss sich dazu, tiefer ins Thema Bier einzutauchen. Er eignete sich zunehmend mehr Wissen an und entwickelte die Idee eines Reisebuchs über Bier entlang des Rheins. Als er sich damit bei einem Verlag vorstellte, hatte dieser allerdings ganz andere Pläne mit dem sympathischen 59-Jährigen. Gesucht war jemand, der die Buch-Serie zum Thema Bierwandern in Baden-Württemberg weiterführen sollte. Stokman sagte sofort „Ja“ und arbeitete ab Mitte 2023 an seinem Buch: „Bierwandern Schwarzwald – Die erfrischendste Art, den Schwarzwald zu entdecken“, das im März 2025 erschienen ist.

Peter Stokman betrieb intensive Recherchen und erkundete die Region, um 40 abwechslungsreiche Routen zu kreieren, die an einer Brauerei oder einem Gasthaus enden, in denen der Biergenuss besondere Freude verspricht. Und die galt es natürlich auch, auf Herz und Nieren zu prüfen. So machte sich Peter Stokman, der vorher eigentlich nie ein begeisterter Wandersmann gewesen war, auf den Weg über Stock und Stein. Rund 600 Kilometer legte er dabei zurück, machte unzählige Fotos und verkostete natürlich auch die Biere, die am Ende der Route warteten. „Der letzte Teil war das Einfachste daran“, erzählt er lachend. Der Nebeneffekt: Er lernte den Schwarzwald hautnah kennen und lieben. Zuvor hatte er diesem auf dem Weg von seinem Wohnort Rheinfelden aus in die Niederlande nur wenig Aufmerksamkeit geschenkt und kannte ihn vor allem als den Ort, den seine Eltern für ihre Hochzeitsreise gewählt hatten. Und er entdeckte viele Orte, die ihm besonders gut gefielen, etwa Bad Wildbad und Calw.

Was nun das Bier angeht, so schwärmt er zum einen vom „Amelius Dunkel“ von „Kämmerle Bräu“, das er in Triberg probieren konnte, zum anderen

Rund um Bier

Das wahrscheinlich teuerste Bier, das jemals verkauft wurde, war eine Flasche Löwenbräu Lager aus dem Jahr 1937. Sie wurde bei einer Auktion in Großbritannien 2009 für umgerechnet rund 11.000 Euro ersteigert und soll den Absturz des Zeppelins Hindenburg am 6. Mai 1937 nahe New York überlebt haben.

vom belgischen Bier der Brauerei St. Alphonse nahe Breisach. Fünf Mal führte das Bierwandern Peter Stokman über die Grenze: dreimal ins Elsass und zweimal in die Schweiz. Überhaupt gehören Trappistenbiere aus Belgien zu Peter Stokmans Favoriten – ob Dubbel, Tripel oder Quadrupel, wie man die Starkbierstile nennt. Aber auch zu einem Irish Stout mit seinen ausgeprägten Röstnoten sagt er nicht Nein. Die Bierwelt habe sich durch die Craft-Beer-Bewegung aus den USA in den letzten 40 Jahren stark gewandelt. So sei vielen alten Biersorten neues Leben eingehaucht worden, sagt er. Weil einige Craft-Biere allerdings nicht die Kriterien des deutschen Reinheitsgebots erfüllen, sei die Bier-Vielfalt in Deutschland ein Stück weit eingeschränkt, bedauert der Biersommelier. Andererseits schätzt er die großartige deutsche Brautradition und die hohe Qualität, auf die man zu Recht stolz sei.

Ein Bier muss übrigens nicht seinem persönlichen Geschmack entsprechen, um gut zu sein, betont Peter Stokman. Er legt großen Wert auf Objektivität. Wichtig sei, dass es die Kriterien der jeweiligen Biersorte erfülle. So dürfe ein Pils beispielsweise nicht extrem bitter schmecken. Abgesehen davon gebe es Fehler, die beim Brauprozess entstehen können. Denn bei der Gärung werden viele chemische Stoffe freigesetzt. „Dann kann das Bier zum Beispiel nach Stinktier oder Schwefel riechen“, erklärt Peter Stokman. Auch eine falsche Lagerung könne dazu führen. „Bei Bier kann man einiges falsch machen.“

Rund um Bier

Am 23. April wird der Tag des Deutschen Bieres gefeiert. An diesem Tag im Jahr 1516 wurde das Reinheitsgebot verkündet: Seitdem gehört ins deutsche Bier nur Wasser, Malz, Hopfen und Hefe. Trotz langer Brautradition landen die Deutschen im Rennen um den Titel in Sachen Bierkonsum allerdings nicht auf dem ersten Platz: Europameister 2024 waren die Tschechen mit fast 130 Litern pro Kopf. In Deutschland wurden lediglich 88,8 Liter pro Kopf konsumiert.

Bei acht Bier ist Schluss

Und wie verkostet man so ein Bier richtig? Der Experte erklärt’s uns. Mehr als sechs bis acht Biere sollten nicht verkostet werden, rät er. „Danach schmeckt man keinen Unterschied mehr.“ Zwischendurch hilft Wasser beim Neutralisieren. Und man sollte mit dem Bier beginnen, das am wenigsten intensiv schmeckt. Auch zu kalt darf es nicht sein. „Zwölf bis 13 Grad sind ideal für die Aromen“, meint Peter Stokman. Das Glas sollte an die Biersorte angepasst werden. Belgisches Bier beispielsweise schmecke aus einem Kelch am besten. Bei einer Verkostung kommen meist 15-Milliliter-Gläser zum Einsatz. Für den Biersommelier beginnt die Arbeit aber schon vorher: mit dem Betrachten der Flasche oder Dose und dem Studieren des Etiketts – vor allem bezüglich des Alkoholgehalts und der Ingredienzien. Ein weiteres wichtiges Indiz:



HIRSCH
PRIVATBRAUEREI SEIT 1782

FEEL FREEDA



HIRSCH FREEDA ALKOHOLFREI
FÜR ALLE, DIE NOCH VIEL VORHABEN.

WWW.HIRSCHBRAUEREI.DE

das Geräusch beim Öffnen. Denn das gibt Aufschluss über den Kohlensäuregehalt. Und dann natürlich der optische Eindruck: Ist das Bier klar oder trüb? Verschwindet der Schaum gleich, oder bleibt er am Glas hängen? Danach geht's um den Geruch: Lassen sich Braufehler feststellen? Welche Aromen gibt es? Riecht das Bier blumig, fruchtig oder malzig? Und beim Probieren heißt es dann: langsam trinken und – was bei der Weinprobe wohl ein No-Go wäre – unbedingt herunterschlucken. Denn hinten an der Zunge lasse sich die Bitterkeit am besten wahrnehmen, weiß der Niederländer.

Rund um Bier

Zumindest eines der stärksten Biere der Welt kommt aus Deutschland: „Schorschbock – world's strongest beer" vom Schorschbräu in Gunzenhausen hat 57 Volumenprozent. Nur 100 Liter gibt es davon im Jahr. 40 Milliliter kosten um die 36 Euro.

Die Kombination macht's

Ins Schwärmen gerät Peter Stokman, wenn er von den Kombinationsmöglichkeiten von Bier und Speisen erzählt. Und er vermag es, die so zu beschreiben, dass man den Geschmack beinahe schon auf der Zunge hat. Bei der richtigen Kombination kann sich der Geschmack intensivieren, erzählt er. So passt zu einem Rauch-Bier aus Bamberg beispielsweise geräucherter Speck. „Als säße man am Lagerfeuer", beschreibt Peter Stokman das Geschmackserlebnis. Überhaupt: Ein Geschmack sei dann gut, wenn er Erinnerungen wecke – „das ist wie eine Bibliothek im Kopf." Eine seiner Lieblingskombinationen: ein belgisches Tripel mit einem älteren Gouda oder auch Gorgonzola. Der Alkohol neutralisiere das Fett ein bisschen, und der Käse erhalte einen nussigen, karamellartigen

DONAUESCHINGEN

BIEREMPFEHLUNG: PREMIUM PILSNER





Die Wanderung rund um Donaueschingen verbindet Natur, Ausblicke und regionale Kultur auf besonders abwechslungsreiche Weise.
Gleich zu Beginn führt der Weg durch offene Feldlandschaften stetig bergauf zur **Amalienhütte** ❶ auf dem Schellenberg, die mit einem schönen Blick nach Süden belohnt. Anschließend prägen ruhige Abschnitte entlang von Breg und Brigach die Tour – begleitet vom leisen Fließen der beiden Quellflüsse der Donau.
Ein markanter Orientierungspunkt ist der Blick auf eine kleine **Kaskade in der Berg** ❷, die sich von der nahen Brücke aus besonders gut genießen lässt. Danach führt die Strecke weiter durch Wiesen und Wälder bis zur **Eichbuckhütte** ❸, die sich ideal für eine kurze Pause eignet und den nächsten Abschnitt einleitet. Immer wieder wechseln sich schattige Waldwege mit offenen Passagen ab und sorgen für eine angenehme Mischung. Im Stadtzentrum lässt sich der **Musikantenbrunnen** und das **Rathaus im böhmischen Barockstil** ❹ bewundern. Ein weiteres Highlight ist die **Donauquelle** ❺, der symbolische Ursprung der Donau und ein bedeutendes Kulturdenkmal. Den genussvollen Abschluss bildet das **Fürstenberg Bräustüble**. In gemütlicher Atmosphäre erwarten euch regionale Spezialitäten und frisch gebrautes Bier aus der traditionsreichen Fürstenberg-Brauerei.



START:
BAHNHOF DONAUESCHINGEN

ZIEL:
FÜRSTENBERGER BRÄUSTÜBLE

SCHWIERIGKEITSGRAD:
MITTELSCHWERE WANDERUNG

LÄNGE: **18,9 KM**

GEHZEIT: **4 STD. 35 MIN**

AUFSTIEG: **254 M**

ABSTIEG: **253 M**

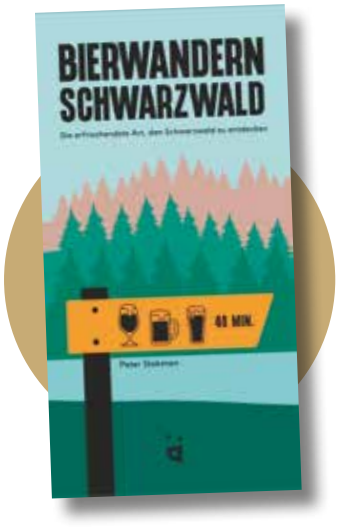
Geschmack, schwärmt er. Eine sichere Bank seien ein Helles und eine Brezel, hat beides doch die gleichen Grundzutaten. Ein Geheimtipp vom Profi ist das Imperial Stout mit zehn bis zwölf Volumenprozent in Kombination mit einem sehr jungen Doppelrahmkäse, „den man fast löffeln kann". Das tiefdunkle Bier mit der intensiven Röstnote in Kombination mit dem cremigen Käse, „das schmeckt wie ein richtig guter Cappuccino direkt aus Italien", verspricht Peter Stokman.

Er organisiert übrigens nicht nur Verkostungen, er braut auch sein eigenes Bier. Dabei experimentiert er mit der Lagerung in Holzfässern aus Whiskybrennereien. Außerdem will er demnächst die Prüfung zum „Beer Judge" ablegen und als Juror zu internationalen Bierwettbewerben reisen. Aber auch dem Autoren-Dasein bleibt Peter Stokman treu. Er arbeitet bereits an seinem nächsten Buch. Das Thema: Leadership in Brauereien.

Weitere Info: bypeer.eu

Rund um Bier

Bierbrauen waren früher vor allem Frauensache – und das bis ins 16. Jahrhundert. Das Handwerk zählte zu den hauswirtschaftlichen Tätigkeiten. Schon bei den Ägyptern waren Frauen für die Herstellung des Bieres verantwortlich, wie etwa eine Grabfigur aus dem Jahr 2160 vor Christus zeigt. Bierbrauerinnen gab es aber offenbar schon viel früher: So soll in einer der ältesten Gesetzessammlungen der Welt im alten Mesopotamien von Bierbrauerinnen die Rede sein.



Zum Buch:

Mit Karten, detaillierten Höhenprofilen und anderen nützlichen Informationen führt Biersommelier Peter Stokman in „Bierwandern Schwarzwald" über Stock und Stein abseits der touristischen Hotspots zu Brauereien, die auch bei Einheimischen beliebt sind.

Das Buch ist im Helvetiq-Verlag erschienen, hat 272 Seiten und kostet 22 Euro.

ANZEIGE





HORNBERG

BIEREMPFEHLUNG: KETTERER EDEL



Rund um Hornberg erwartet Euch eine Wanderung, die Natur, Geschichte und Genuss auf besonders abwechslungsreiche Weise erlebbar macht.
Gleich zu Beginn führen Euch ruhige Wege durch Wälder und offene Landschaften mit schönen Ausblicken ins Gutachtal. Ein erster markanter Punkt ist die historische **Markgrafenschanze** ❶, ein ehemaliger Verteidigungsort mit Infotafeln und weiter Aussicht.

Im weiteren Verlauf wartet mit der **Burg Hornberg** ❷ ein echtes Highlight: Die eindrucksvolle Ruine thront über der Stadt und bietet weite Blicke über die Täler von Gutach, Reichenbach und Haslach. Der Abstieg führt Euch direkt in die charmante Altstadt mit ihren Fachwerkhäusern.

Auch kulturell ist die Tour besonders: Die Geschichte des „Hornberger Schießens" ist hier allgegenwärtig und wird im Sommer lebendig aufgeführt.

Den genussvollen Abschluss bildet die Familienbrauerei M. Ketterer mit einem traditionell gebrautem und erfrischendem Bier.



START: BAHNHOF HORNBERG

ZIEL: FAMILIENBRAUEREI KETTERER

SCHWIERIGKEITSGRAD: SCHWERE WANDERUNG

LÄNGE: 8,3 KM

GEHZEIT: 3 STD. 50 MIN

AUFSTIEG: 573 M

ABSTIEG: 570 M

ALPIRSBACH

BIEREMPFEHLUNG: KLOSTER STARKBIER

Die Wanderung rund um Alpirsbach verbindet Schwarzwaldnatur mit lebendiger Brautradition.
Startpunkt ist das eindrucksvolle **Kloster Alpirsbach** ❶, von dem aus der Weg durch die historische Altstadt hinaus in die Landschaft führt. Im **Naturschutzgebiet Glaswiesen** ❷ erlebt Ihr weite, ruhige Flächen und typische uriger Natur, bevor Ihr mit der **Karlsquelle** ❸ einen markanten Orientierungspunkt erreicht. Immer wieder öffnen sich schöne Blicke ins Kinzigtal. Ziel der Tour ist der **Brauerei-Gasthof Löwen-Post**, wo Ihr Euch mit regionaler Küche und einem frisch gebrautem Alpirsbacher Klosterbräu belohnen könnt.
Tipp: Ein Besuch der Brauereimuseums bringt Euch traditionelle Kunst des Alpirsbacher Bierbrauens näher.







START: BAHNHOF ALPIRSBACH

ZIEL: BRAUEREI GASTHOF LÖWEN-POST

SCHWIERIGKEITSGRAD: LEICHTE WANDERUNG

LÄNGE: 8,3 KM

GEHZEIT: 1 STD. 45 MIN

AUFSTIEG: 174 M

ABSTIEG: 171 M

Alpirsbach

VIEL DRIN. VIEL DRAUSSEN. FEEL GOOD.

Alpirsbach – idyllisch im Nordschwarzwald, am Eingang des romantischen Kinzigtals gelegen, ist ein idealer Ausgangspunkt für Urlauber, die Natur, Kultur und Genuss miteinander verbinden möchten. Vor allem Wanderfreunde, Kulturliebhaber und Biergenießer kommen hier voll auf ihre Kosten.



Bild: Stadt Alpirsbach

Das kulturelle Herz der Stadt schlägt rund um das **Kloster Alpirsbach**, das bereits 1095 erstmals urkundlich erwähnt wurde. Die romanische Klosteranlage fasziniert mit ihrer klaren Architektur und besonderen Atmosphäre. Besucher können das Kloster im Rahmen von Führungen entdecken oder im Klostermuseum in die Geschichte eintauchen.



Bild: Matthias Zizelmann

KULTUR IM KLOSTER

Ein besonderer Höhepunkt im Jahresverlauf sind die **Kreuzgangkonzerte**, bei denen klassische Musik in der einzigartigen Akustik der Klostermauern erlebbar wird. Ebenso beliebt ist das **Subiaco Open-Air-Kino**, das Filme unter freiem Himmel im historischen Kreuzgarten zeigt. Veranstaltungen wie das **Gässlefest** verwandeln die historische Marktstraße in eine lebendige Festmeile mit regionaler Küche, Musik und geselligem Beisammensein.

BIERGENUSS

Ein absolutes Highlight für Genießer ist die **Brauwelt der Alpirsbacher Klosterbräu**. Die traditionsreiche Familienbrauerei braut seit 1880 ihre charaktervollen Biere und bietet Besuchern Einblicke in die Kunst des Bierbrauens – inklusive Verkostung. Bierkultur wird hier zum Erlebnis und ist eng mit der Geschichte der Stadt verwoben.





Bild: Stadt Alpirsbach

AKTIV UNTERWEGS

Für **Aktivurlauber** eröffnet sich rund um Alpirsbach eine abwechslungsreiche Landschaft mit zahlreichen Wanderwegen. **Der Flößerpfad** entlang der Kinzig begeistert die ganze Familie mit malerischen Ausblicken auf das Kinzigtal, während der **Qualitätswanderweg „Sagenhaftes Alpirsbach“** Natur und Geschichte verbindet.

Ob inspirierende Kulturmomente, traditionsreiche Biererlebnisse oder ausgedehnte Wanderungen durch die Schwarzwaldlandschaft: Alpirsbach verbindet Geschichte, Genuss und Natur zu einem vielseitigen Reiseziel mit besonderem Charme.

!NFO

Stadt-Info Alpirsbach
Krähenbadstraße 2
72275 Alpirsbach
www.alpirsbach.de

Advertorial



In einem Bächlein helle
Da schoss in froher Eil
Die launische Forelle
Vorüber wie ein Pfeil.
Ich stand an dem Gestade
Und sah in süßer Ruh
Des muntern Fisches Bade
Im klaren Bächlein zu. (...)

CHRISTIAN FRIEDRICH DANIEL SCHUBART (1739-1791)

HEUTE KOMMT

FISCH AUF DEN *Tisch*

Die Forelle und der Schwarzwald: Das ist eine Kombination wie Topf und Deckel, wie Wein und Käse, wie Ying und Yang. Die Zucht hat hierzulande eine lange Tradition, und längst hat sich die Region als gute Adresse für Fischliebhaber einen Namen gemacht.

Wir verraten Euch, was die Schwarzwaldforelle ausmacht, wo Ihr frischen Fisch direkt vom Züchter bekommt und worauf man beim Kauf und Zubereitung achten sollte.

VON ALICJA BIENGER



© Zordel



© Zordel

Unzählige Bäche, sauerstoffreiches Wasser, natürliche Bachverläufe und genügend Nahrung: Bachforellen finden im Schwarzwald ideale Lebensbedingungen vor. Kein Wunder, dass der beliebte Speisefisch seit Jahrhunderten in der Region auf den Tisch kommt. Ihre Beliebtheit wurde der Bachforelle vor mehr als hundert Jahren deshalb beinahe zum Verhängnis: Aufgrund von Überfischung nahmen die Fischbestände drastisch ab, sodass erste Fischereivereine gegründet wurden, die nicht nur für den Fischbesatz sorgten, also die Vermehrung der Fische, sondern sich auch vielerorts dafür einsetzten, dass die Gewässer und damit der Lebensraum der Forellen nicht verunreinigt wurden, etwa durch die Industrie. Gegen Ende des 19. Jahrhunderts begann man auch mit der Zucht der Forelle, wobei die ursprünglich aus den USA stammende robustere Regenbogenforelle sich nach und nach durchsetzte.

Apropos USA: Schon der US-Schriftsteller Ernest Hemingway, der in den frühen 1920er-Jahren mit seiner Ehefrau den Schwarzwald besuchte und in einem Triberger Hotel nächtigte, schätzte die Region vor allem für ihren Fischreichtum. In einem Text, den er für den „Toronto Star" im November 1923 schrieb, ist zu lesen, dass er dabei auch selbst – illegalerweise – zur Angel griff: „Eines Tages – wir kamen von Triberg und hatten uns einen steilen Berghang hinaufgeschunden, bis wir den Kamm erreichten, sahen wir den Schwarzwald unter uns in alle Richtungen dahinwogen … Wir kamen am oberen Ende des Tales heraus. Ein schöner Forellenbach floss durch das Tal, kein Bauernhof in Sicht. Ich steckte die Angelrute zusammen, und während meine Frau unter einem Baum am Abhang saß und Wache hielt in beiden Richtungen des Tales, fing ich vier ordentliche Forellen, jede ungefähr dreiviertel Pfund …"

Heute ist der Begriff „Schwarzwaldforelle" eine gesetzlich geschützte Marke. Sie wiegt mindestens 200 Gramm, ihr Fleisch ist fest und weiß bis rötlich. Bei der Zucht müssen strenge Vorgaben eingehalten werden, um die Qualität zu gewährleisten, etwa die stetige Frischwasserzufuhr in den Zuchtbecken, die für einen hohen Sauerstoffgehalt und eine niedrige Wassertemperatur sorgt und damit für ein langsames und gesundes Wachstum der Tiere.

Servicetipps vom Profi

Woran erkenne ich die Qualität eines Fisches?

„Die Frische erkennt man an den klaren Augen, am glänzenden Schleim und roten Kiemen", erläutert Oliver Felbrich von der Forellenzucht Zordel im Eyachtal. „Das Fleisch sollte fest sein." Im Betrieb verkaufe man nur **tagesfrische Ware**; selbst der Räucherfisch sei frisch, weil er über Nacht eingelegt werde. Im Gegensatz dazu sei Fisch aus dem Einzelhandel aufgrund der teils langen Transportwege meist schon einige Tage alt.



Fotos: Rayon Photography



Die zahlreichen Zuchtbetriebe im Schwarzwald betreiben ihre Unternehmen teilweise seit Generationen und können auf eine große Stammkundschaft vertrauen. Einer von ihnen ist die Fischzucht Zordel in Neuenbürg bei Pforzheim, wo alles vor mehr als 60 Jahren mit einem selbst ausgehobenen Teich seinen Anfang nahm.

Vom Ausflugsziel zum Global Player

Auch Großes beginnt im Kleinen. Wenn dieser Leitsatz auf jemanden zutrifft, dann auf Familie Zordel, die im idyllischen Eyachtal in Neuenbürg bei Pforzheim eine Forellenzucht in dritter Generation betreibt. Was einst ein reines Freizeitvergnügen für die Familie des Firmengründers werden sollte, ist heute ein Unternehmen mit rund 120 Mitarbeitenden und sechs Betrieben deutschlandweit, das sich auch international einen Namen gemacht hat und weit über die Region hinaus für seine qualitativ hochwertigen Produkte bekannt ist, vor allem für die frischen Forellen, die im klaren Wasser der Eyach aufgezogen werden.

Doch der Reihe nach. 1959 hebt der Schreibmaschinenmeister Hans Zordel in der Nähe seines Hauses eigenhändig einen Teich aus. Er sucht einen ruhigen Freizeitausgleich zu seinem Alltag. Es dauert nicht lange, da fragen die ersten Wanderer und Urlauber, die zufällig vorbeikommen, nach den fangfrischen Forellen, die im Teich leben. Hans Zordel wittert eine Geschäftsidee: Er beginnt, seinen Fisch an den Wochenenden zu verkaufen, doch schon bald übersteigt die Nachfrage das Angebot. Im Laufe der folgenden Jahre kommen weitere Zuchtweiher hinzu sowie eine Hütte, in der die Forellen geräuchert und verarbeitet werden. 1995 übernimmt Sohn Andreas den Betrieb und optimiert diesen, indem er ihn technisch aufrüstet und das heutige Verkaufsgebäude, in dem sich auch die Imbiss- und Schlachträume befinden, errichten lässt. Doch der gelernte Kfz-Mechatroniker hat noch andere Ideen, wie sich der langjährige Mitarbeiter Oliver Felbrich erinnert: „Wir brauchten damals einen Lastwagen für den Lebendfischtransport, es gab so etwas aber nirgends auf dem Markt zu kaufen. Also baute er einfach selbst einen." Das sprach sich schnell herum, und schon bald wurden die Spezialfahrzeuge mit Sauerstoff und Lebendfischbehälter von Züchterkollegen und Vereinen aus der Region



Servicetipps vom Profi

Wie lässt sich frischer Fisch am besten lagern?

„Grundsätzlich kann man frischen Fisch immer für rund **drei Monate einfrieren**", erläutert der Fachmann. Noch besser schmeckt er allerdings frisch: „**An der kältesten Stelle im Kühlschrank**, in der untersten Box für Fleisch- und Fischprodukte, wo es maximal **1 Grad Celsius** kalt ist, hält sich frischer Fisch problemlos drei bis vier Tage", sagt Oliver Felbrich.



Foto: © Nils Ohlendorf_Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Servicetipps vom Profi

Wie bereitet man den Fisch zu?

„Ich empfehle, den Fisch vor dem Grillen oder Dünsten in Mehl und Gewürz zu wenden, und zwar im Verhältnis zwei zu eins. Dann braucht es kein Ei oder keine Panade mehr. Drei Minuten in die Pfanne, fertig", sagt Oliver Felbrich. Gut geeignet sei beispielsweise das speziell von Zordel entwickelte Fischgewürz mit Zitronenpulver, Senfmehl und Kräutern, „ein echter Allrounder". Auch Saucen passen gut zu Fisch, entweder eine leichte Kräuter-Sahne-Sauce oder ein Dip, beispielsweise mit Honig und Senf, der besonders gut zu geräuchertem Fisch schmeckt. Traditionell harmoniert ein gekühlter Weißwein gut mit Fisch, etwa ein Riesling oder Grauburgunder. Aber auch Rotwein kann den Geschmack eines deftigen gegrillten Fischgerichtes gut hervorheben.

nachgefragt – bis hin zu Betrieben in Russland und Libyen, die der Familienbetrieb aus dem Eyachtal fortan belieferte. Die Entwicklung und der Bau von Spezialfahrzeugen für den schonenden Fischtransport sind mittlerweile zum zweiten unternehmerischen Standbein geworden.

Inzwischen hat mit Lisa und Maximilian Zordel die dritte Generation den Betrieb übernommen – und das, obwohl beide Enkel des Firmengründers ebenfalls Quereinsteiger sind. So hat Lisa Zordel, Jahrgang 92, eigentlich Dienstleistungsmarketing studiert; ihr Bruder Maximilian, geboren 1997, ist gelernter Kraftfahrzeugtechnikermeister. Trotzdem bringen beide ihr Wissen mit ins Familienunternehmen ein und haben trotz Quereinstiegs den Fischwirtschaftsmeister gemacht – jeweils mit Auszeichnung, wie Oliver Felbrich betont. Sowohl für Lisa Zordel als auch für ihren Bruder war es nie eine Frage, ob sie den Betrieb eines Tages übernehmen würden: „Wir sind hier aufgewachsen, wir kennen es nicht anders", schildert die junge Frau. Für sie ist es ein Traumberuf: „Ich liebe meine Arbeit sehr", schwärmt sie. „Man ist täglich an der frischen Luft, man sieht jeden Tag, was man geschafft hat und wie man mit dem, was man herstellt, die Leute glücklich machen kann."



Servicetipps vom Profi

Was sind die idealen Begleiter zu Fisch?

Zu Fisch passen Kartoffeln besonders gut, egal ob Pell-, Salz- oder Bratkartoffeln oder auch Kartoffelsalat. „Das hängt natürlich vom persönlichen Geschmack ab", schränkt Oliver Felbrich ein. „Ich selbst esse zu einer Forelle Müllerin am liebsten einen hausgemachten Kartoffelsalat, auch grüner Salat passt gut. Die Forelle ist im Übrigen eines der gesündesten Lebensmittel überhaupt, sofern man sie nicht in Buttersauce ertränkt", fügt er hinzu.

Denn inzwischen beschränkt sich die Fischzucht Zordel nicht mehr nur auf frische Forellen und Räucherfisch. Das Portfolio ist im Laufe der Jahrzehnte stetig gewachsen und umfasst heute mehr als 200 Produkte – von fertigen Filets über Eingelegtes und Saucen bis hin zu speziellen Gewürzmischungen, mit denen sich der Fisch verfeinern lässt. Vor einiger Zeit haben Zordels sogar eine Maschine angeschafft, die die Gräten entfernt und den Fisch dabei im Ganzen belässt – „ein Highlight im Imbiss", wie Oliver Felbrich betont, und besonders bei jüngeren Kunden beliebt, die mit dem Entgräten häufig etwas überfordert seien. Der Imbiss sei übrigens als Ausflugsziel sehr beliebt, ebenso wie die Teiche, an denen Kinder die Forellen mit Spezialfutter füttern könnten, und der Angelteich, wo Angelfreunde und solche, die es werden wollen, ihren eigenen Fisch fangen können. Auch das ist Großvater Zordel zu verdanken, der trotz allem „Schaffa", wie es auf gut Schwäbisch heißt, nie den Freizeitgedanken aus den Augen verloren und so ein kleines Paradies geschaffen hat – für seine Nachkommen und die Menschen aus der Region.

#made by Heimat®



25% Individuell
abgestimmte Konzeption

25% Ehrliches Handwerk

25% Herzlichen Kontakt

25% Schwarzwälder
Naturverbundenheit

100 % Schwarzwald
Küchen Bad Dürrheim

Schwarzwald
Küchen

Bad Dürrheim Gewerbegebiet

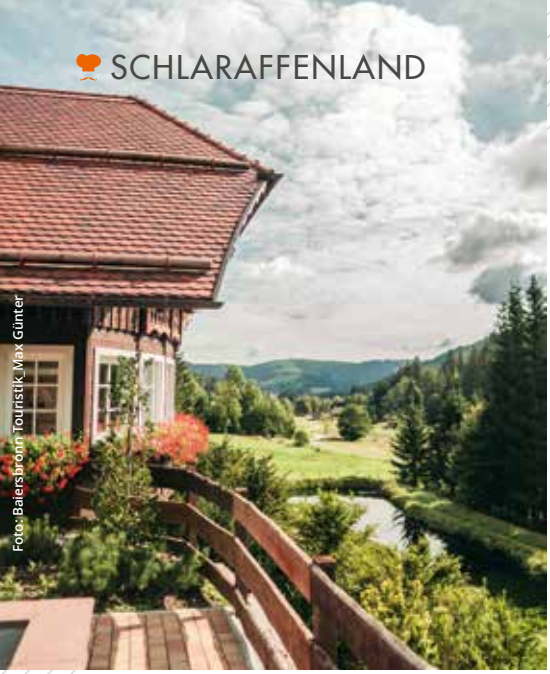


Foto: Baiersbronn Touristik_Max Günter

RESTAURANTS UND HOFLÄDEN

Buhlbach:

Forellenhof Buhlbach

Forellenfilet aus dem Buchenrauch mit frischem Brot, eine Suppe mit Forellenklößchen und Maultaschen von der Lachsforelle oder die klassische Forelle „Müllerin“ mit Mandelbutter: Im mehrfach ausgezeichneten „Forellenhof“ in Buhlbach der Familie Bareiss (Baiersbronn) treffen traditionelle Schwarzwald-Küche und Haute Cuisine aufeinander. Der Fisch wird vor Ort gezüchtet und auch direkt im Hofladen vermarktet.

www.bareiss.com/forellenhof-buhlbach

Todtnau:

Hotel Waldfrieden

Chefkoch Volker Hupfer legt viel Wert auf natürliche und regionale Zutaten. Das Restaurant bezieht seine Forellen und den Saibling tagesfrisch von der Forellenzucht Tress in Lauchingen. Eine Spezialität sind beispielsweise gebratene Forellenfilets mit schäumender Mandelbutter, Zitrone und Gemüse (saisonal wechselnde Speisekarte).

www.derwaldfrieden.de

Titisee:

Seehotel Wiesler

Küchenchef Klaus-Günther Wiesler, Junior-Chef Tim Wiesler und ihr kreatives Küchenteam servieren frisch interpretierte Klassiker der Schwarzwälder Küche und andere Spezialitäten. Wechselnde Speisekarte.

www.seehotel-wiesler.de

Freiamt:

Schwarzwälder Lachsfischräucherei „Glut & Späne“

In Freiamt nördlich von Freiburg pflegt Michael Wickert nach traditionell Schwarzwälder Rezeptur das alte Handwerk des Kalträucherns und entwickelt es weiter. Seine Spezialitäten gibt es täglich im Selbstbedienungs-Hofladen in Freiamt zu kaufen. Darunter sind kalt geräucherter Premiumlachs und, je nach Saison, ganze Räucherforellen (Wälderforellen) sowie geräucherte Lachsforellen- und Saiblingsfilets.

www.glutundspaene.de

Freiamt:

Gasthaus Forellenstüble

Frisch, bodenständig, regional lautet das Motto des in dritter Generation geführten Familienbetriebs, der fangfrische Forellen aus eigener Zucht serviert. Es werden auch Gerichte zum Mitnehmen angeboten.

www.forellenstueble.de

Grafenhausen:

Hotel & Gasthof Tannenmühle

Die Tannenmühle ist vor allem für ihre ausgezeichneten Forellenspezialitäten aus eigener Zucht bekannt und wird unter anderem im Aral Schlemmer Atlas und dem Guide Michelin sowie im „Feinschmecker“ in der Liste der Top 400 Fisch-Restaurants geführt. Chefkoch Lorenz Baschnagel serviert fangfrische Spezialitäten wie Variationen vom geräucherten Forellenfilet und Forellenfilets klassisch, paniert oder als orientalische Variante mit Currysauce.

www.tannenmuehle.de

Schiltach:

Forellenzucht Eulersbacher Hof

Im Eulersbacher Tal in Schiltach werden Forellen schon seit den 1950er-Jahren gezüchtet. Im Hofladen können die frischen küchenfertigen Fische oder Räucherfisch direkt erworben werden.

Aichhalden:

Landgasthaus Aichhalder Mühle

Zwischen Schiltach und Aichhalden liegt mitten im Wanderparadies mittlerer Schwarzwald der Landgasthof Aichhalder Mühle, wo man fangfrische Forellenspezialitäten genießen kann. Serviert werden unter anderem „Forelle Müllerin“ und „Forelle Blau“ mit Salzkartoffeln.

www.aichhalder-muehle.de

Alpirsbach:

Forellenzucht Lohmühle

Im Lohmühlebachtal züchtet der studierte Agraringenieur Joachim Schindler Forellen nach alter Tradition. 1994 übernahm er den Betrieb, der bereits in zweiter Generation geführt wurde. Die Anlage umfasst 30 Teiche und bietet hervorragende Bedingungen für die Forellenzucht. Im Hofladen werden die fangfrischen Fische sowie Forellenkaviar verkauft.

www.forellenzucht-lohmuehle.de



Foto: © Nils Ohlendorf_Hochschwarzwald Tourismus GmbH









Zutaten für 2 Personen

LACHSFORELLENFILET AUF BUCHENHOLZ GEGRILLT

1 Lachsforellenfilet (küchenfertig) ca. 250g
Zordels Gewürzmischung, Salz oder Pfeffer
nach Bedarf Zwiebelringe oder Knoblauch
1 Scheibe Zitrone als Garnitur
1 Grillbrett Buche

1. Grillbett mindestens 1 Stunde in Wasser einlegen. Bei Bedarf kann auch Weißwein oder Orangensaft hinzugegeben werden.

2. Grill auf mittlere Temperatur vorheizen. Grillbrett ca. 5 min. ohne Grillgut auf den Grillrost legen.

3. Danach Lachsforellenfilet würzen, bei Bedarf mit Zwiebeln oder Knoblauch belegen und auf das Grillbrett legen. Bei indirekter Hitze ca. 30 min. garen. Am besten empfiehlt sich ein Grill mit Deckel zur optimalen Rauchentwicklung.

4. Alternativ kann der Backofen als Grillersatz dienen (ca. 20 min. bei 180°C im vorgeheizten Ofen).

5. Grillbrett nach dem Auskühlen beidseitig mit klarem Wasser und einer Bürste reinigen, sodass es mehrfach verwendet werden kann.

FORELLE IM SILBERMANTEL GEFÜLLT MIT ZWIEBELN

1 entgrätete Forelle (küchenfertig) ca. 450g
ca. 15-30g Zordels Gewürzmischung
ca. 50g geschnittene Zwiebeln
1 Stück stabile Alufolie
etwas Zitrone & Brot

1. Forelle auf die Alufolie legen, außen und innen mit Gewürz bestreuen.

2. Bauch der Forelle mit Zwiebeln füllen.

3. Alufolie fest zuwickeln und an den Seiten einschlagen. **Vorsicht:** Das Gewürz sollte nur im Bereich der Forelle sein. Wenn das Gewürz überall auf der Folie verteilt ist, verbrennt die Folie schnell.

4. Zubereitung auf dem Grill: 10-15 min. mehrmals auf dem Grill wenden. Die letzten Minuten mit der Naht nach oben liegen lassen, sodass der leckere Saft nicht ausläuft.

5. Alternativ: Zubereitung im Backofen: ca. 20-25 min. im vorgeheizten Backofen mit der Naht nach oben bei 180-200°C garen. Forellen mit Gräten benötigen ca. 5-10 min. länger.

GEGRILLTE LACHSFORELLEN-FILETS IN WOOD WRAPS

2 Lachsforellenfilets (küchenfertig) à 200g
2 Wood Wraps + Schnüre
Zordels Gewürzmischung
Zitronen nach Bedarf

1. Wood Wraps & Schnüre für 45-60 min. in Wasser einweichen. Papiere mit etwas beschweren, sodass diese unter Wasser bleiben.

2. Bauchlappen der Filets abtrennen, mit Gewürzmischung bestreuen. Nach Bedarf Zitronen in Scheiben schneiden und Filets damit bedecken oder zum Schluss damit garnieren.

3. Papier zusammenrollen & zuschnüren. Auf dem vorgeheizten Grill etwa 15 Minuten grillen. Vorsicht, dass es nicht verbrennt! Regelmäßig wenden.

4. Reichen Sie als Beilage unseren hausgemachten Kartoffelsalat oder beliebige Beilagen wie Brot oder Salat.



Fotos: Sallys Welt



SALLY backt sich ihre Welt

Saliha „Sally“ Özcan wirkt wie die nette Freundin von nebenan, dabei ist sie eine der erfolgreichsten Foodbloggerinnen Europas. Millionen Follower schauen ihr beim Backen zu. Mit Fleiß, ihrer sympathischen Art und Bodenständigkeit hat sie ein großes Unternehmen aufgebaut.

Von Verena Parage

Mit einem Nusszopf fängt alles an. 500 Gramm Mehl, 80 Gramm Zucker, ein Ei, ein Viertelliter lauwarme Milch, 80 Gramm weiche Butter, ein Würfel Hefe – zerbröckelt – und ein Teelöffel Salz. Mehr braucht es nicht für „den superleckeren Nusszopf“, den sie backt und sich dabei filmen lässt. Das war 2012. 14 Jahre später ist Saliha Özcan, genannt Sally, die erfolgreichste Foodbloggerin Deutschlands, wenn nicht gar Europas, Unternehmerin, Café-Betreiberin und Bestsellerautorin. 1,3 Millionen Follower hat „Sallys Welt“ bei Instagram, 2,2 Millionen sind es bei YouTube. Alles wegen ihres Nusszopfs. Manchmal, da muss sie sich kneifen, um es zu glauben. „Vor allem in stillen Momenten, wenn ich alleine in der Küche stehe oder spätabends noch ein Rezept teste.“ Dann denke sie sich manchmal: „Das alles hat wirklich mit einem einfachen Backvideo angefangen.“

Youtube als digitales Klassenzimmer

Es sei wie beim Backen selbst, meint Sally. „Man startet mit ein paar Zutaten, gibt Zeit dazu, Geduld und ganz viel Herz. Und irgendwann wächst etwas, das größer ist, als man es sich je vorstellen konnte.“ So wurde aus dem unbeholfenen ersten Video, gedreht aus der Leidenschaft fürs Backen heraus und dem Wunsch, ihr Wissen weiterzugeben, der erste Schritt in Richtung „Sallyconvalley“.

YouTube ist für Saliha Özcan, eigentlich Grundschullehrerin, ein digitales Klassenzimmer, wo Dinge anschaulich erklärt werden. Das funktioniert auch beim Backen, Schritt für Schritt. Einen Businessplan? Das Ziel, ein Unternehmen zu gründen? An so etwas verschwendet sie bei ihrem Nusszupfvideo noch keinen Gedanken.

Sally heiratet früh und wird jung Mutter zweier Töchter. Eine ist bereits auf der Welt, als sie mit ihrem YouTube-Kanal loslegt. Mit Fleiß und kreativen Rezepten startet sie online schnell durch. Ihre wohl wichtigste Zutat allerdings ist ihre sympathische Art: Wer Sally beim Backen und Kochen zuschaut, der hat das Gefühl, er steht mit einer Freundin in der Küche.

„Sallys Welt“ wächst und wächst. Saliha Özcan tritt im Fernsehen auf und grillt für einen Radiosender mit Koch Johann Lafer. Der schwärmt in einer Doku: „Da stimmt die Person, die Ausstrahlung und der Inhalt.“ Und sie gründet einen Online-Shop für Messbecher, Bleche und Backmischungen; inzwischen sind es mehr als 2.000 Produkte. 2020 eröffnet die Unternehmerin in Mannheim einen Laden.

Was sich nicht ändert: Sie bleibt in Waghäusel (Kreis Karlsruhe). „Hier bin ich aufgewachsen“, sagt Sally – in einer großen Familie. Die Eltern sind türkische Einwanderer, und die Tochter spricht wie so viele in Waghäusel Dialekt. Den versteckt sie auch nicht. In ihrer Heimatstadt baut die junge Frau ihr „Sallyconvalley“, ihr Unternehmen, auf. Am Firmensitz steht sie in der Studioküche, ihr Team filmt, fotografiert und

postet Social-Media-Beiträge. Dort werden Produkte für den Online-Shop entwickelt, und Sally empfängt prominente Bekannte. Mit „The BossHoss“ etwa grillt und kocht sie. Und sie entwickelt ein Format, in dem sie Küchen einrichtet, darunter die von Ross Anthony: „Pimp My Kitchen.“ Daneben veröffentlicht sie Rezeptbücher. 2025 geht sie mit ihrer Back- und Kochshow auf Tour durch Deutschland.

Das Backen erdet sie

Die Ideen gehen der 37-Jährigen nicht aus. Sie nimmt sie „aus dem Alltag mit meinen Kindern, aus meiner Kindheit und Familienerinnerungen, aus Gesprächen mit meiner Community und aus Reisen und Restaurantbesuchen“. Am meisten Spaß macht ihr dabei das Entwickeln – „wenn aus Zutaten etwas Neues entsteht und es jeder zu Hause nachbacken kann“. Auch wenn die Arbeit oft genug fordernd und anstrengend sei: Den Spaß daran hat sie nie verloren. „Ich kann kreativ sein und genau das tun, was ich liebe“, erklärt Sally. Das Backen erde sie, gebe ihr gleichzeitig Ruhe und Energie.



Vorgestellt

Saliha „Sally“ Özcan kommt am 24. August 1988 als eines von fünf Geschwistern in Bruchsal zur Welt. Sie wächst in Waghäusel (beides Landkreis Karlsruhe) auf. Bis heute ist sie dort zu Hause. Nach dem Abitur 2008 studiert Sally Grundschullehramt.

2012, noch während des Studiums, veröffentlicht sie ihr erstes Back-Video auf YouTube. „Sallys Welt“ wächst, und sie gibt ihren eigentlichen Beruf auf. Zu den Backrezepten gesellen sich mit der Zeit Kochrezepte und -videos. Bei ersten TV-Auftritten, etwa 2013 in der ZDF-Kochshow „Topfgeldjäger“, wird Sally bekannt. Sie startet ihren Online-Shop, erhält eine Sendung bei Vox („Sally backt“) und veröffentlicht ihr erstes Rezeptbuch für Kinder.

Inzwischen gibt es neun Bücher. Zudem gründet sie eine Stiftung, unterstützt unter anderem die Kinderhospizarbeit und die Stiftung Lesen. Ihren badischen Dialekt versteckt sie bei ihrer Arbeit genauso wenig wie ihre türkischen Wurzeln: Immer wieder veröffentlicht sie auch türkische Rezepte. Ihr Highlight 2026 ist die Eröffnung von „Sallys Café“ im Europa-Park in Rust.

Authentizität ist ihr wichtiger als Perfektion, sagt die 37-Jährige, als es um ihren Dialekt geht. Aber das trifft in „Sallys Welt“ auch auf viele andere Dinge zu: Wenn sie ihre Wohnung umdekoriert, eine Torte für eine gute Freundin backt oder vor der Kamera ihren Drogerieeinkauf auspackt, dann ist das das normale Leben, an dem sie ihre Follower teilhaben lässt. Dazu gehört auch die Trennung von ihrem Mann Ende 2023. Auch damit geht Sally offen um. In einer Dokumentation beschreibt sie diese Veränderung als unternehmerischen Befreiungsschlag. Dass sie längst an der Spitze eines mittelständischen Unternehmens steht? Sally bleibt, wie sie ist: bodenständig und sympathisch. Den Mut, immer Neues zu wagen, schöpft sie aus ihrer Erfahrung und dem Vertrauen in ihr Team. Und wieder sagt sie, es sei wie beim Backen: „Manchmal muss man etwas wagen und darauf vertrauen, dass es gelingt.“

Die Arbeit geht nicht aus. „Aber ich habe gelernt, Prioritäten zu setzen.“ Das bedeutet trotz aller Internetpräsenz, immer wieder bewusst offline zu sein – „öfter, als man denkt“, meint sie. Sie entscheide auch sehr bewusst, was sie im Internet zeige und was privat bleibe.

Ende März erfüllt sie sich einen lang gehegten Traum. Zur Saison-Eröffnung im Europa-Park eröffnet dort ihr erstes Café – „ein echtes Herzensprojekt und mein absolutes Highlight in diesem Jahr!“ Zum Auftakt steht Saliha Özcan hinter der Theke, macht Fotos mit Fans und schreibt Autogramme. Unermüdlich und nahbar wie immer. Ihre Familie, ihr Team und das Backen und Kochen sorgen dafür, dass sie nicht abhebt: „Teig holt einen immer zurück auf den Boden.“

!INFO @sallyswelt | www.sallyswelt.de

Crumble Cookies mit Himbeerglasur

„Crumble hat einen festen Platz in meinem Herzen“, sagt Sally. „Butter, Zucker und Mehl, ganz schlicht, kombiniert mit der leichten Säure von Beeren. Das ist für mich Backen pur. Unkompliziert, ehrlich und einfach herrlich.“ Deshalb teilt sie mit uns ihr „Crumble Cookies“-Rezept.

Vorbereitung

Heize den Ofen auf 180 °C O/U vor und belege zwei Lochbleche mit Backfolie.

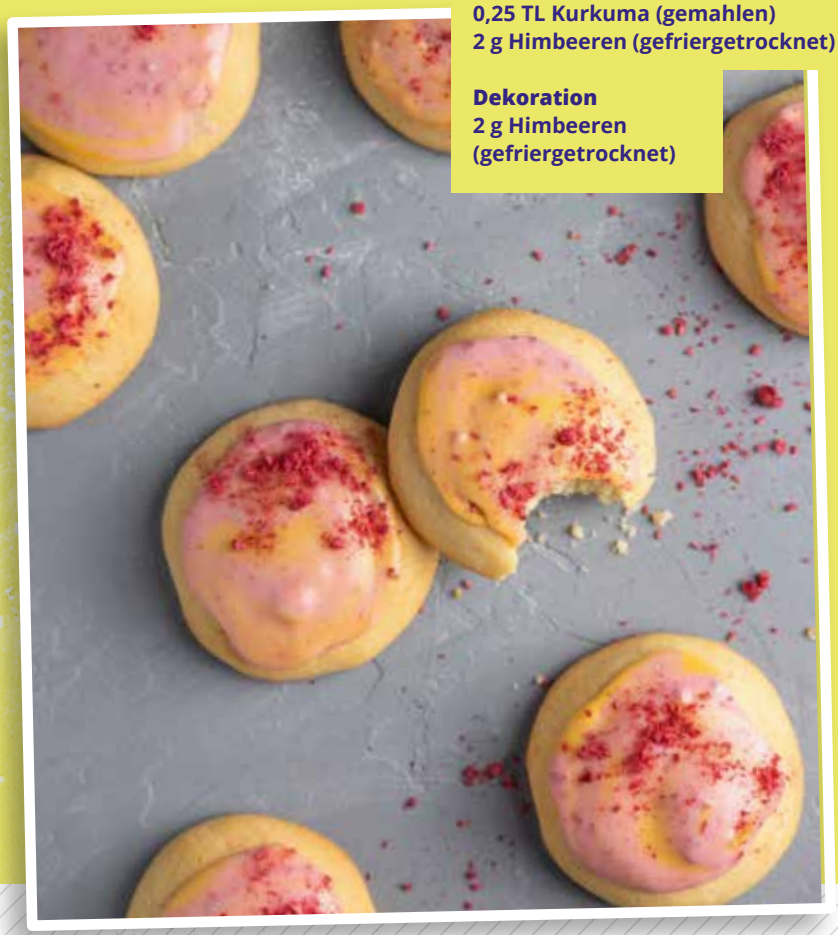
Teig

Vermische das Mehl mit dem Backpulver und stelle die Zutaten kurz zur Seite.
Verrühre alle anderen Zutaten in einer großen Schüssel kurz, bis alles homogen ist. Achte darauf, keine Luft einzuschlagen. Rühre das Mehl bei kleinster Stufe kurz ein, bis alles verbunden ist.

Cookies
300 g Mehl
1 TL Backpulver
100 g Butter (sehr weich)
60 g Öl
100 g Zucker
15 g Puderzucker
1 Ei
0,25 TL Salz
1 TL Vanilleextrakt
0,5 TL Zitrone (Abrieb)

Frosting
40 g Frischkäse
125 g Puderzucker
0,5 Zitrone (Saft)
0,25 TL Kurkuma (gemahlen)
2 g Himbeeren (gefriergetrocknet)

Dekoration
2 g Himbeeren (gefriergetrocknet)





Cookies formen und backen

Stich den Teig mit einem großen Portionierer ab. Forme die Teigportionen zu Kugeln und lege sie mit ausreichend Abstand auf die Bleche. Backe die Bleche nacheinander im vorgeheizten Ofen bei 180 °C O/U für etwa 10-12 Minuten. Nimm sie aus dem Ofen, lasse sie 2-3 Minuten auf dem Blech und anschließend auf einem Abkühlgitter erkalten.

Frosting

Verrühre den Frischkäse mit dem Puderzucker und Zitronensaft zu einem zähflüssigen Frosting. Gib die Hälfte davon in eine zweite Schüssel und färbe sie mit Kurkuma ein. Färbe die andere Hälfte mit zerdrückten, gefriergetrockneten Himbeeren ein.

Dekoration

Gib abwechselnd jeweils einen Teelöffel Frosting auf die kalten Kekse und marmoriere sie mit dem Löffel leicht.

Zerbrösle die gefriergetrockneten Himbeeren zwischen den Fingern und verteile sie über dem Frosting.

Viel Spaß beim Nachmachen!
Deine Sally

Schmeck den Süden Gastronomen Baden-Württemberg

regional, saisonal, genial!

Genießen Sie Baden-Württemberg von seiner köstlichsten Seite – und unterstützen Sie dabei unsere heimische Landwirtschaft.

Wer Baden-Württemberg kulinarisch entdecken möchte, kommt an den „Schmeck den Süden"-Gastronomen nicht vorbei. Rund 270 Betriebe tragen dieses Qualitätssiegel, das für Regionalität, Frische und authentischen Geschmack steht. Die Idee dahinter: Jeder Gast genießt nicht nur regionale Spezialitäten, sondern unterstützt mit seinem Besuch auch die heimische Landwirtschaft.

Genuss im Zeichen der Löwen

Die teilnehmenden Restaurants verpflichten sich zu klaren Kriterien. Gerichte mit dem Löwen-Symbol werden ausschließlich mit Zutaten aus Baden-Württemberg zubereitet. Fleisch stammt von Tieren, die hier aufgewachsen, gemästet und verarbeitet wurden. Fische kommen aus heimischen Gewässern, Gemüse und Salate aus regionalem Anbau. Selbst die Getränkekarte spiegelt die Vielfalt des Landes wider. Für diese Transparenz werden die Betriebe



Foto: Walter Bauhofer.

Advertorial

regelmäßig geprüft und können bis zu drei Löwen als Auszeichnung erhalten.



Online finden Sie alle teilnehmenden Betriebe auf www.schmeck-den-sueden.de und in der App Natürlich. VON DAHEIM

Die Heimat schmecken

Was macht den Besuch so besonders? Es ist das Gefühl, Heimat zu schmecken. Ob schwäbische Klassiker, kreative Neuinterpretationen oder saisonale Spezialitäten – hier wird Regionalität nicht nur versprochen, sondern gelebt. Die Gemeinschaft der Gastronomen wurde sogar als Genussbotschafter ausgezeichnet und zeigt, wie gut Baden-Württemberg schmeckt.

Schmeck den Süden
— Genuss außer Haus —
Baden-Württemberg

Inzwischen setzen immer mehr Kliniken, Kitas, Schulmensen und Küchen der Betriebsgastronomie auf die regionale Vielfalt der Erzeugnisse und geprüfte Herkunft von Lebensmitteln aus Baden-Württemberg – im Projekt „Schmeck den Süden"-Genuss außer Haus.

Als Arbeitgeber ist man sich hier seiner Verantwortung gegenüber den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern bewusst. Denn eine ausgewogene Ernährung wirkt sich positiv auf das allgemeine Wohlbefinden aus. Durch die Verwendung von frischen und qualitativ hochwertigen regionalen Lebensmitteln tragen Sie aktiv zur Gesundheitsförderung und Krankheitsprävention bei. Außerdem steigert die Betriebsgastronomie das Gemeinschaftsgefühl und die soziale Interaktion.

Alle teilnehmenden Gemeinschaftsverpfleger: www.schmeck-den-sueden.de/sds-genuss-ausser-haus/

Die Löwen:

Ein Löwe bedeutet, dass mindestens drei Gerichte ausschließlich mit regionalen Zutaten zubereitet werden.

Zwei Löwen bedeuten, dass mindestens sechs Gerichte mit regionalen Zutaten zur Wahl stehen.

Drei Löwen bedeuten, dass 90 Prozent des Angebots auf der Karte aus der Region stammen, dass der Betrieb die Auszeichnung „Haus der Baden-Württemberger Weine" erhalten hat und ein geprüftes Qualitätsmanagement nachweisen kann.



Tauchen Sie ein in die Welt des guten Geschmacks – und entdecken Sie die kulinarische Vielfalt in Baden-Württemberg!

Damit Sie diese kulinarische Reise selbst erleben können, gibt es den Genussführer 2026 – kostenlos und mit allen ausgezeichneten Restaurants auf einen Blick.

Bestellen Sie Ihr Exemplar einfach per E-Mail an **sds@dehogabw.de** oder online unter **www.dehogabw.de/genussfuehrer2026**



Für alle, die Genuss verschenken möchten

Der Genussgutschein ist die perfekte Idee für Feinschmecker. Erhältlich über die gleiche Bezugsquelle.

Download, Bestellmöglichkeiten und alle Infos zur Teilnahme für Gastronomen und Gemeinschaftsverpfleger unter

www.dehogabw.de/sds



Küchen-Diplomatie

So schmeckt der Süden

Flädlesuppe, Gaisburger Marsch, Schupfnudeln, Filderkraut und Schäufele: Was sich liest wie die Speisekarte eines gut-bürgerlichen Gasthauses in Baden-Württemberg, ist die Internetseite der Landeszentrale für politische Bildung. Wenn die sich mit Essen beschäftigt, dann ist klar: Nicht nur Heimat, auch Politik geht gern mal durch den Magen. Im vergangenen Dezember beispielsweise richtete König Charles III. auf Schloss Windsor ein Staatsbankett für Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier und dessen Frau Elke Büdenbender aus. Und was war Teil des Menüs? Ein Schwarzwald-Martini. Der eigens kreierte Cocktail sollte „mit einer Kombination aus Schokoladen-Martini und Kirschbrandy an eine klassische Schwarzwälder Kirschtorte erinnern", berichtete damals die FAZ. Dafür erhielten die Windsors als Gastgeschenk unter anderem einen Korb mit Glühwein und Christstollen.

Dass auch Spezialitäten aus dem Südwesten hervorragende Geschenke für hohen Besuch sind, erlebte übrigens bereits Charles' Mutter, die Queen. Elizabeth weilte 1965 zum Staatsbesuch in Deutschland und machte dabei einen Abstecher zur Verwandtschaft in Hohenlohe. Der Bürgermeister von Langenburg überreichten ihr bei diesem Anlass original Langeburger Wibele. Die alten Aufnahmen, wie der Schultes der Queen in breitestem Denglisch „se Wibele" schenkt, sind legendär.

Politik geht durch den Magen. Deshalb serviert der englische König schon mal Schwarzwald-Martini und der deutsche Bundespräsident Gaisburger Marsch.

Fast so gut wie „se Wibele" klingen „se Wergele". Wergele ist einer der Namen, die im Südwesten für Schupfnudeln, auch Bubenspitzle genannt, kursieren. Ob der baden-württembergische Ministerpräsident die gerne mal auftischen lässt, wenn er Gäste empfängt, lässt sich zwar nicht herausfinden. Dafür ist bekannt, dass Jan-Göran Barth, der Koch des Bundespräsidenten, bei hohem Besuch im Schloss Bellevue in Berlin schon mal Gaisburger Marsch servierte und für den französischen Präsidenten Emmanuel Macron Spätzle-Rhabarber-Törtchen zubereitete.

Man könnte sagen: So schmeckt der Süden – und das nicht nur der Politprominenz. Unter dem Motto haben sich etwa 275 baden-württembergische Gastronomen zusammengeschlossen, um „se ...", pardon „The Länd" kulinarisch zu präsentieren. Sie setzen auf Regionalität, und wer den Süden schmecken will, kann im jährlichen Genussführer teilnehmende Restaurants entdecken. Außerdem finden sich auf www.schmeck-den-sueden.de Rezepte zum Selberkochen – darunter übrigens gleich drei mit Schupfnudeln als Beilage. Für deren Herstellung braucht es nicht mehr als 500 Gramm Kartoffeln, 400 bis 500 Gramm Weizenmehl, ein bis zwei Eier und eine Prise Salz. Das wiederum weiß auch die Landeszentrale für politische Bildung. Weil Politik wirklich durch den Magen geht.

WALD RAUSCH

Rausch



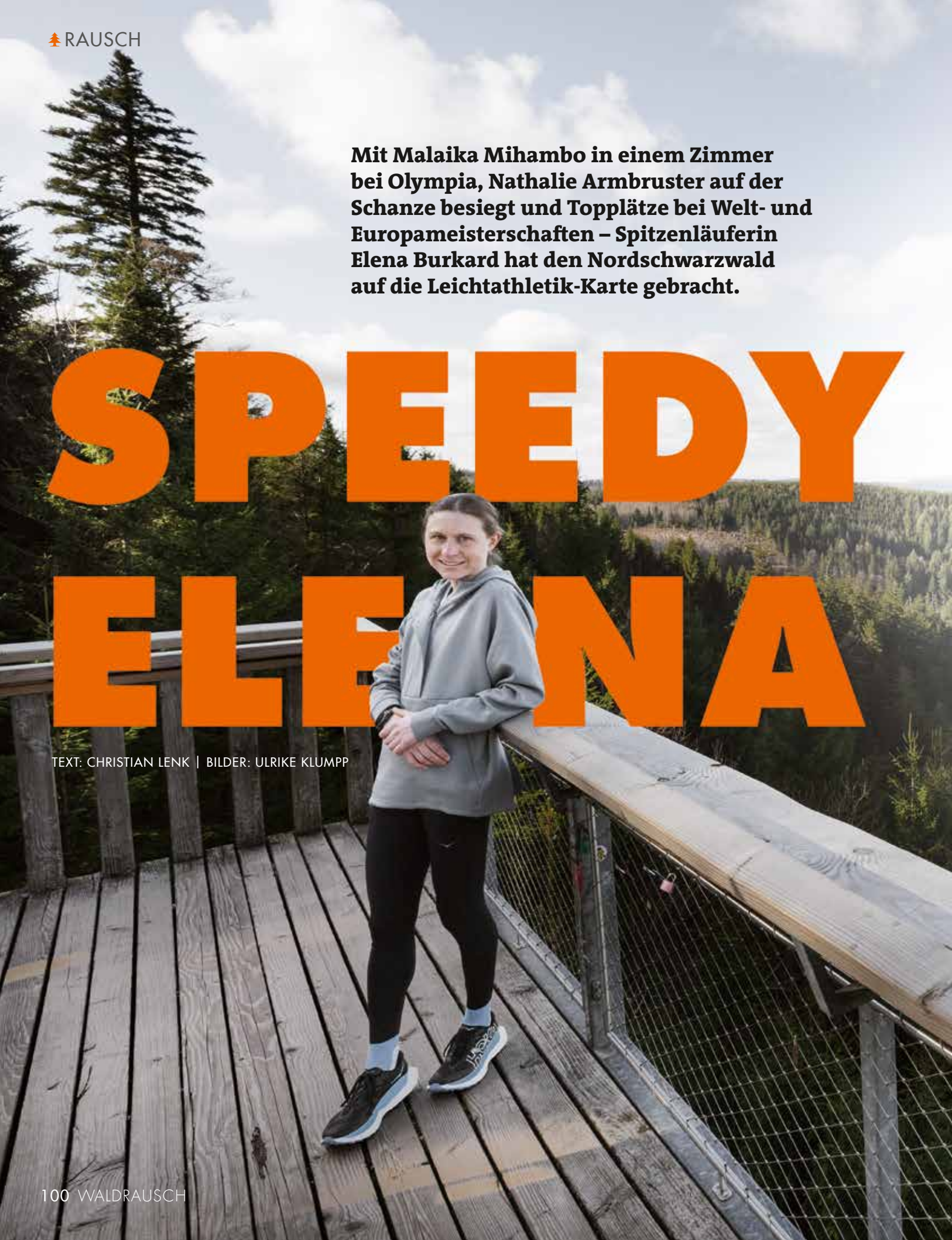
DIE AKTIVEN SEITEN DER REGION

SEITE 100: WELTSPITZE Elena Burkard rennt allen davon. **SEITE 106: VOM KNIEBIS NACH GANZ OBEN** Nathalie Armbruster kämpft um Olympia. **SEITE 111: SPEEDY PETE** ... schwätzt Schwäbisch. **SEITE 112: FUNNY FACTS** Die Schwaben. **SEITE 114: QUICKIE** Stuttgart erlebt 2006 ein Sommermärchen.

Mit Malaika Mihambo in einem Zimmer bei Olympia, Nathalie Armbruster auf der Schanze besiegt und Topplätze bei Welt- und Europameisterschaften – Spitzenläuferin Elena Burkard hat den Nordschwarzwald auf die Leichtathletik-Karte gebracht.

SPEEDY ELENA

TEXT: CHRISTIAN LENK | BILDER: ULRIKE KLUMPP



DIE SCHNELLSTE FRAU DES NORDSCHWARZWALDS

Baiersbronn ist in der Sportwelt normalerweise nur durch seine Wintersportler bekannt. Doch mit Elena Burkard kommt eine der vielseitigsten deutsche Läuferinnen aus der Gemeinde im Murgtal. Seit mehr als 15 Jahren ist die mittlerweile 34-Jährige in der deutschen Spitze vertreten. Doch ihre Karriere war keine gradlinige, denn wie auch rund um ihre Heimatgemeinde Baiersbronn gab es bei Elena Burkard neben vielen Höhen auch tiefe Täler.

Angefangen hat alles bei der Leichtathletik-Abteilung des SV Mitteltal-Obertal. Ihr damaliger Trainer Frank Möhrle stellte damals schnell fest, dass die junge Frau wenig mit der „allgemeinen Leichtathletik-Grundausbildung“ anzufangen wusste. Das Mädel wollte nicht werfen oder springen, es wollte einfach rennen. Und so legten die beiden bereits damals den Grundstein für eine Lauf-Erfolgsgeschichte sondergleichen.

Im ersten B-Jugend-Jahr scheiterte die damals 16-Jährige noch an der 800-Meter-Norm für die baden-württembergischen Meisterschaften. Das weckte ihren Ehrgeiz: Im Jahr darauf war sie dabei. Von diesem Moment an begann sich allmählich die Topathletin herauszukristallisieren. Erste gute Ergebnisse stellten sich auf den längeren Strecken ein, und 2010 lief die Baiersbronnerin bereits 38:46 Minuten auf zehn Kilometer. Das blieb nicht unbemerkt. Es gab erste Gespräche mit dem Athletengemeinschaft LG farbtex Nordschwarzwald, und am 10. Februar 2010, an ihrem 18. Geburtstag, absolvierte Elena Burkard ihren ersten Dauerlauf mit einigen der damals fast ausschließlich schnellen Jungs der LG farbtex.

Auf Erfolgskurs

Der Anschluss an die Trainingsgruppe von Jörg Müller zeigte schnell Wirkung. Bei den deutschen U20-Meisterschaften in Ulm holte Elena Burkard mit Platz drei über

3.000 Meter ihre erste Einzelmedaille auf nationaler Ebene, und im Dezember gelang ihr sogar der Sprung ins Aufgebot der deutschen Nationalmannschaft für die Crosslauf-EM im portugiesischen Albufeira. Silber in der Mannschaftswertung krönte Elena Burkards ersten Auftritt auf internationaler Ebene.

Elena Burkard steigerte sich in den folgenden zwei Jahren auf allen Strecken. Die Scouts der University of San Francisco wurden auf sie aufmerksam und holten Elena Burkard ins Uni-Team nach Kalifornien, wo sie die kommenden fünf Jahre neben ihrem Chemie-Studium nahezu unter Profibedingungen trainieren konnte. Bis 2015 pendelte sie zwischen Rennen in den USA und der Heimat, dann folgte eines der Tiefs.

Nach einem Ermüdungsbruch im Schienbein trainierte Elena Burkard viel auf dem Fahrrad – und stürzte schwer. Unter anderem musste ein komplizierter Ellenbogen-Bruch operiert werden, und der Arm blieb in der Folge sehr lange steif. Eine erneute Operation beim Teamarzt der San Francisco Giants stand zur Debatte. „Ich habe aber beschlossen, dass es das fürs Laufen tut, wie es ist," erzählt Elena Burkard und schmunzelt. 2017 gelang ihr ein tolles Comeback. In den USA reihte sich Bestzeit an Bestzeit, und zurück in der Heimat folgte Platz 4 bei den deutschen Meisterschaften über 1.500 Meter. Ihr Meisterstück lieferte Burkard im Dezember bei der Crosslauf-Europameisterschaft, bei der sie einen sensationellen fünften Platz belegte und international von sich reden machte.

2018 stellte sich Elena Burkard einer neuen Herausforderung. Im August stand die Heim-EM im Berliner Olympiastadion an – das klare Saisonziel. Und mit Coach Jörg Müller kreisten die Gedanken um die 3.000 Meter Hindernis – schließlich hatten die Nordschwarzwälder mit Katrin Engelen als deutsche Meisterin 2003 eine echte Pionierin in ihren Reihen. Das Experiment glückte, und am 12. Au-



Bis zu Olympia hat es Elena Burkard gebracht – mit Beharrlichkeit und der Kunst, sich bis aufs Äußerste quälen zu können. ››





gust lief Elena Burkard im Berliner Olympiastadion auf Rang sechs in Europa.

Während sie im Cross regelmäßig Topplatzierungen und Titel sammelte, folgte im Sommer 2020 mit dem deutschen Meistertitel über 3.000 Meter Hindernis der wohl größte Coup Elena Burkards. Dabei ließ sie Europameisterin Gesa-Felicitas Krause nicht den Hauch einer Chance. Corona machte dann kurz einen Strich durch die Olympia-Rechnung, doch die Sommerspiele wurden aufs Jahr 2021 verschoben – und es sollte das Jahr von Elena Burkard werden.

Über 1.000 und 3.000 Meter und über 3.000 Meter Hindernis ließ sie absolute Weltklassezeiten folgen und durfte im August 2021 als erste Leichtathletin aus dem Kreis Freudenstadt zu den Olympischen Spielen. Dort war sie Zimmerkollegin von Malaika Mihambo, die sich damals



im Weitsprung den Olympiasieg holte. Eigentlich ein gutes Omen, doch zu jeder Topform gehört auch immer das nötige Quäntchen Glück. Und das fehlte der mittlerweile in Dietersweiler lebenden Deutschen auf der olympischen Bühne. Als Sechste im dritten und letzten Vorlauf verpasste sie den Finaleinzug unter die besten 15 der Welt denkbar knapp. Weitere Highlights folgten, unter anderem bei der Cross-EM, wo sie mit dem Nordschwarzwälder Teamkollegen Jens Mergenthaler in einer Millimeterentscheidung die Bronzemedaille als Vierte nur um Haaresbreite verpasste.

Die Kämpferin

Doch dann zogen dunkle Wolken am Sportlerhimmel auf. Anfang 2023 begab sich die erfolgreiche Läuferin mit Depressionen in ärztliche Aufsicht. Kaum waren diese Probleme im Griff, riss ihr beim Meeting in Strasbourg die Plantarsehne. Elena Burkard ließ sich nicht unterkriegen, stieß im Cross wieder in die europäische Spitze vor, doch als 2024 klar war, dass es dieses Mal nicht mit einem Start bei Olympia klappen würde, brach Elena Burkard die Saison ab und begab sich erneut von Juli bis September in psychologische Obhut.

In dieser Phase machte sie ihre psychischen Probleme erstmals öffentlich, und trotz ihrer bis dahin stattlichen Liste an Erfolgen auf internationaler und nationaler

„DER WALD GIBT MIR IMMER DAS GEFÜHL VON SICHERHEIT UND GEBORGENHEIT; EGAL ZU WELCHER TAGES- ODER NACHTZEIT UND AUCH EGAL BEI WELCHEM WETTER."



Bühne war das Medienecho nun deutlich größer als bei all ihren Titeln und Medaillen. Aber auch aus dieser Krise kam Elena Burkard gestärkt heraus. Beim „Hill Run" an der Ruhesteinschanze startete sie als Wiedereinstieg ohne Vorbereitung. Auch Nathalie Armbruster, der Topstar der Nordischen Kombination, nahm teil. Elena Burkard zeigte auch auf dem ungewohnten Terrain die Schanze hinauf, wie sehr sie leiden und sich quälen kann und besiegte ihre Kontrahentin aus dem Wintersport deutlich.

Wie stark dieser Auftritt zu werten ist, zeigte sich Monate später. Nathalie Armbruster gewann nämlich im Anschluss den Gesamtweltcup der Nordischen Kombination, und auch bei Hill-Run-Siegerin Elena Burkard sollte das Jahr 2025 ein ganz besonderes werden. Nach zweimal Silber in der Halle über 1.500 und 3.000 Meter legte sie mit Trainer Jörg Müller den Schwerpunkt auf längere Strecken.

Nach einem Höhentrainingslager in Kirgistan besiegte sie in ihrem ernsthaften Outing beim Bayer-Lauf in Leverkusen über 10 Kilometer auf der Straße ein Spitzenfeld mit einer sensationellen Bestzeit von 31:52 Minuten. Das brachte ihr die Nominierung zur Straßenlauf-EM im April ein, wo sie auf die Sekunde genau ihre Zeit bestätigte und sich mit Rang 10 nun auch in Europas Straßenlauf-Elite einen Namen machte.

Zudem holte sie Mannschafts-Silber mit der deutschen Frauenmannschaft.

Im Mai folgte der deutsche Meistertitel über 10.000 Meter auf der Bahn in unglaublich schnellen 31.40,79 Minuten – und das bei ihrem Debüt über diese Strecke auf der Bahn. In Wien blieb sie mit 14:56,87 Minuten erstmals unter 15 Minuten und stieß damit in die 5.000-Meter-Weltklasse vor. „Ich hätte nie geglaubt, dass ich in meinem Leben noch unter 15 Minuten laufen kann, das war schon auch für mich etwas ganz Besonderes," beschreibt sie diesen Moment.

Highlights einer Karriere

Nach ihrem Start bei den Weltmeisterschaften in Tokio schrieb sie im Dezember 2025 Leichtathletik-Geschichte. Nach 20 Jahren mit nur einer Strecke für die Frauen gab es bei der DM-Auflage 2025 wieder eine Mittel- und eine Langstrecke. Auch in früheren Jahren war es keiner Frau gelungen, beide Titel bei einer Meisterschaft zu holen – doch Elena Burkard machte dem ein Ende und sicherte sich auf beiden Strecken in überragender Manier die Goldmedaillen, bevor sie sich mit Platz 8 bei der Cross-EM auch im Gelände wieder ganz weit vorne in Europa zeigte.

2026 sieht alles danach aus, als würde Elena Burkard ihre Erfolgsgeschichte fortschreiben. Mit Platz 3 bei den deutschen Hallenmeisterschaften und Platz 2 bei den deutschen Zehn-Kilometer-Meisterschaften, nur drei Sekunden hinter ihrer Bestzeit aus dem letzten Jahr, ist Elena Burkard grandios in die neue Saison gestartet. Mit ihrem ersten Trainingslager auf dem afrikanischen Kontinent, in Südafrika, setzt sie von Mitte März bis Mitte April neue Reize.

Was war nun ihr persönliches sportliches Highlight? „Die Cross-EM 2017", kommt es wie aus der Pistole geschossen, „damals haben mir alle Bundestrainer geraten, verhalten anzulaufen. Mein Trainer Jörg ‚Jack' Müller und ich haben uns damals aber genau für das Gegenteil entschieden – ich laufe so lange vorne mit, wie es geht. Und mit Platz 5 bin ich dann erstmals in meiner Karriere ganz vorne in Europa mitgelaufen. Das hat mir gezeigt, dass ich zu Europas Spitze gehöre. Und es war eine Art Wendepunkt in meiner Karriere." Daneben vergisst Elena Burkard aber auch andere besondere Momente nicht: „Auch die 5.000 Meter unter 15 Minuten, mein deutscher Meistertitel über 10.000 Meter und Platz 6 über 3.000 Meter Hindernis bei der Heim-EM in München sind ganz besondere Momente in meiner Sport-Karriere."

TIPPS FÜR BESONDERE LAUFERLEBNISSE VON ELENA BURKARD





„Wenn ich mir was gönnen möchte, dann fahre ich zum Kniebis hoch und laufe über die Zollstockspur und den Wanderweg zum Schliffkopf. Die Aussicht ist atemberaubend, und man fühlt sich oben an der Schwarzwaldhochstraße so frei. Allerdings ist da am Wochenende natürlich viel los."

„Von Dietersweiler aus liebe ich das Waldstück rund um die alte Lautermühle. Ich liebe das Geräusch von Wasser. Es gibt keinen besseren Start in den Tag, als morgens dort vorbeizulaufen."



„Wenn ich mich nach Ruhe im tiefen Wald sehne, bin ich gerne zwischen Friedensbaum, einem markanten Mammutbaum, der Zimmerplatzhütte und Birkleshütte mit herrlichem Panoramablick ins Murgtal unterwegs. Dort gibt es auch viele kleine Pfade, auf denen man sich im besten Sinne zwischen den Bäumen verlieren kann."



FahrradCenter Singer in Villingen-Schwenningen



Fahrrad Center Singer

GmbH & Co. KG

www.fahrrad-singer.de

Schonacherstraße 14
78054 Villingen-Schwenningen
T: +49 (7720) 60040-10

Riesige Auswahl im größten Fahrradgeschäft der Region!

- Familiengeführtes Unternehmen
- Bekannt für ehrliche, sehr gute Beratung
- Auswahl auf 3500 qm Nutzfläche
- Mehr als 42 Marken im Sortiment
- Fachwerkstatt mit 11 Mitarbeitern
- Abhol- und Bring Service
- Leasing
- Kids-Training
- Sponsor von regionalen Rennveranstaltungen

DIE KÄMPFERIN VOM KNIEBIS

Nathalie Armbruster hat den Blick der Sportwelt auf Kniebis gelenkt – den kleinsten Stadtteil von Freudenstadt. Dort legte die 20-Jährige den Grundstein für ihre steile sportliche Karriere. Und für ihren Kampfgeist auch außerhalb von Schanze und Loipe.

TEXT: PETER FLAIG





Ein kleines Mädchen steht im Schanzenauslauf, ein Eurosport-Reporter hält ihr das Mikrofon vors Gesicht und fragt sie: „Was ist dein großer Traum, was willst du mal machen?“ Und das Mädchen antwortet: „Ich will zu Olympia. Mit der Nordischen Kombination.“

Das kleine Mädchen heißt Nathalie. Nathalie Armbruster aus Freudenstadt. Und die heute 20-Jährige hat dieses Video aus ihrer Kindheit per Instagram geteilt – zusammen mit einem emotionalen Statement an die Offiziellen des Internationalen Olympischen Komitees (IOC): „Hey @iocofficial, schaut euch doch mal unsere Weltmeisterschaften an! Wenn ihr unglaublich spannenden, einzigartigen und anspruchsvollen Sport wollt – hier seid ihr richtig.“

Mit Ehrgeiz an die Spitze

Kämpferisch ist sie, die nordische Kombiniererin aus dem Schwarzwald, denn Kämpfen gehörte schon immer zu ihrem Alltag. Ihr Aufstieg in die Weltspitze begann in Kniebis, dem höchstgelegenen Stadtteil Freudenstadts, wo sie beim dort ansässigen SV/SZ regelmäßig ihre Kilometer abspulte. Runde um Runde auf der dortigen Nachtloipe, auf Langlaufskiern oder mit Inlinern oder mit Skirollern: Ehrgeizig arbeitete sie von Kindesbeinen an daran, die Beste zu werden. Und am Ende der Saison 2024/25 war sie es auch. Gesamtweltcupsiegerin – ein berauschendes Gefühl. „Wow, was für ein Tag“, sagte sie völlig übermannt, „es ist immer noch ein bisschen surreal.“

„Sie hat es auf jeden Fall in sich“, sagt Bundestrainer Florian Aichinger über Nathalie Armbruster, „sie will bei allem, was sie macht, das Beste rausholen, ob es in der Schule ist oder im Sport – auch im gesamten Leben.“ Und so baute sie neben dem Sieg im Gesamtweltcup Anfang 2025 auch noch ihr Abi nebenbei – mit einem Schnitt von 1,0. „Ich bin Sportlerin. Ich bin ehrgeizig. Ich bin zielstrebig“, sagt sie. Und Papa Hans ergänzt: „Sie möchte immer relativ schnell alles können.“

Das ist das Elixier, aus dem Spitzensportlerinnen geschnitzt sind. Doch Nathalie Armbruster ist nicht nur eine herausragende Sportlerin, sie ist auch, wie sie selbst sagt, „ziemlich lebensfroh“. Sie liebt Tiere („besonders meine zwei Katzen und mein Kaninchen“) und ist Familienmensch durch und durch. „Ohne Papa geht nichts“, sagt Mama Susi, „der Papa ist der Fels in der Brandung.“ Und die Mama? „Sie ist meine allerbeste Freundin“, sagt Nathalie Armbruster, „sie ist schon meine Seelenverwandte.“



Bilder: Matthias Schrader



Bild: Hendrik Schmidt

„NIEMANDEM SOLLTE DIE MÖGLICHKEIT VERWEHRT WERDEN, SEINE TRÄUME ZU LEBEN, NUR WEIL ER EINE FRAU IST.“

Und so ist es bei jedem Erfolg, bei jedem Start im Weltcup für Nathalie Armbruster das Wichtigste, dass die Familie bei ihr ist. Und ob es der Sommer Grand Prix ist, den Nathalie Armbruster in ihrem super erfolgreichen Jahr 2025 gewonnen hat, oder die deutsche Meisterschaft – immer ist die Familie mittendrin statt nur dabei und macht für Nathalie Armbruster das Erlebnis unabhängig von Platzierungen perfekt.

Deshalb vergisst sie im Rausch des größten Erfolgs nie, was ihr wirklich wichtig ist im Leben: ihr Umfeld. So sprudelte es aus ihr nach dem Gesamtweltcupsieg 2025 heraus: „Ich möchte all den Menschen danken, die zu diesen Riesenerfolg beigetragen haben und ohne die das nicht möglich wäre, allen voran meinen Eltern. Zu meiner Familie gehört aber mittlerweile auch mein Freund, natürlich meine Oma. Zur erweiterten Familie die Familie Uhlich, die ja eigentlich mittlerweile Teil meiner Familie geworden ist. Tino, Christine und ihre beiden Jungs. Natürlich auch Joni Siegel, mit dem ich dieses Jahr nicht ganz so viel trainiert habe. Aber auch ein Klaus Faißt, der den Grundstein gelegt hat, dann ja auch meinem Team. Es hat unheimlich viel Spaß gemacht, mit denen unterwegs zu sein und die Welt zu bereisen, viel zu erleben, unvergessliche Momente zu erleben. Und auch unseren Bundestrainern, die da natürlich auch in einer völlig neuen Situation sind mit einer, die um den Gesamtweltcup mitgekämpft hat. Ja, danke den ganzen Sponsoren, den Unterstützern, den Ausrüstern, der Sporthilfe, den Technikern, die uns immer mit Raketen versorgt haben. Ich hoffe, ich habe niemanden vergessen.“

Das macht Nathalie Armbruster so sympathisch. Und schon geht es wieder zurück zum Kämpfen: Im Sommer 2026 entscheidet das IOC (schon wieder) über die Zukunft der Nordischen Kombination. „Ich kann sehr, sehr, sehr schlecht Ungerechtigkeiten ertragen“, sagt die 20-Jährige, „unsinnige Entscheidungen nachzuvollziehen, fällt mir auch sehr schwer.“ Und genau unter so einer „unsinnigen Entscheidung“ hatten die Kombiniererinnen im Februar 2026 zu leiden. Vier Jahre zuvor hatte das IOC den Kombi-Frauen das Startrecht im Gegensatz zu den Männern verwehrt – entgegen den



ERFOLGE:

Nordische Junioren-Ski-WM
2022 in Zakopane: Gold mit dem Mixed-Team, Bronze im Einzel

2023 in Whistler: Silber mit dem Mixed-Team, Silber im Einzel

Nordische Ski-Weltmeisterschaften
2023 in Planica: Silber im Einzel (Gundersen) und Silber mit dem Mixed-Team

2025 in Trondheim: Silber mit dem Mixed-Team

Weltcup
3 Weltcup-Siege in Seefeld (2) und Otepää
Gesamtweltcupsiegerin 2024/2025

Sommer Grand Prix
Gesamtsiegerin 2025

Deutsche Meisterschaften
Siegerin 2022, 2023 und 2025 im Einzel, 2024 und 2025 im Teamsprint

eigenen Statuten, die nur Sportarten zulassen, in denen Männer und Frauen starten. „Eine Sauerei", nannte das Nathalie Armbruster unverblümt, „niemandem sollte die Möglichkeit verwehrt werden, seine Träume zu leben, nur weil er eine Frau ist." Schließlich arbeiten die Frauen im Training genauso hart wie die Männer. „Es geht nicht nur darum, aus Gründen der Gleichberechtigung dabei zu sein", sagt Nathalie Armbruster, die Kämpferin, „sondern weil wir es verdienen."

Der olympische Traum

In vier Jahren will sie dann endlich dabei sein, wenn es in Courchevel um olympisches Edelmetall geht. Dafür hat sie auch in diesem Winter wieder viel Energie aufgebracht, um aller Welt die Ungerechtigkeit des IOC zu zeigen.

Wenn Nathalie Armbruster dann irgendwann einmal ihre Karriere beenden wird, dann will sie für ganz andere kämpfen: für die Jungs und Mädels in der Grundschule. „Ich glaube, dass Lehramt perfekt zu mir passt. Und ehrlich gesagt, glaube ich auch, dass ich bei den ganz Kleinen sehr gut aufgehoben bin. Man kann sie so wunderbar begeistern und ihnen so viel mit auf den Weg geben." Und damit für ihre Zukunft kämpfen.

IMPRESSUM

HERAUSGEBER UND VERLAG
SCHWARZWÄLDER BOTE
MEDIENGESELLSCHAFT MBH
Kirchtorstr. 14 · 78727 Oberndorf am Neckar
Geschäftsführung: Tim Hager, Carsten Huber
Verlagsleitung: Christian Saile

REDAKTION
SCHWARZWÄLDER BOTE
REDAKTIONSGESELLSCHAFT MBH
Kirchtorstr. 14 · 78727 Oberndorf am Neckar
Geschäftsführung: Tim Hager, Carsten Huber, Kirsten Wolf

CHEFREDAKTION
Peter Flaig und Arne Hahn (V.i.S.d.P.)

REDAKTIONSANSCHRIFT WALDRAUSCH
Kirchtorstr. 14 · 78727 Oberndorf am Neckar
Telefon: 07423/78-0
E-Mail: redaktion@waldrausch-magazin.de
WWW.WALDRAUSCH-MAGAZIN.DE

ART DIRECTION
Natascha Rachel

ANZEIGEN
SCHWARZWÄLDER BOTE
MEDIENVERMARKTUNG SÜDWEST GMBH
Kirchtorstr. 14 · 78727 Oberndorf am Neckar
Geschäftsführung: Tim Hager, Carsten Huber, Bernd Maier
Verkaufsleitung: Udo Sonnenberg
(Verantwortlicher für den Anzeigenteil)

VERTRIEB UND MARKETING
VERTRIEBS- UND MARKETINGLEITUNG
Jacqueline Umbrecht

LESERSERVICE
Telefon: 0800/780 780 5
E-Mail: service@waldrausch-magazin.de

DRUCK
westermann DRUCK | pva
Braunschweig

BILDQUELLEN:
COVERBILD: Timo Weide (KI-generiert)
PRODUKTFOTOS: Hersteller
AUSFLUGSTIPPS: Veranstalter

S. 4: Wnuk -Ralf Vennenbernd; S. 28: Lobrecht - dpa; S. 52 - 55: Campus Galli

istockphoto: S. 67 xsandra; S. 69 Oleg Lyfar; S. 76 Drazen_; S. 84 Godluz; S. 98 oxie99

Adobe Stock: S. 5: ljubaphoto; S. 30: ink drop; S. 31 Nikola Stojadinovic; S. 42: Isabela Campo; S. 43: katatonia; S. 45: christiane65; S. 58 ZU_09, Africa Studio; S. 112 1 113 New Africa, Atlas, Koch Studio, Lumos sp; S. 114 Coloures-Pic

Die Schwarzwälder Bote Mediengesellschaft mbH behält sich eine Nutzung ihrer Inhalte für kommerzielles Text- und Data-Mining (TDM) im Sinne von § 44b UrhG ausdrücklich vor. Der Erwerb einer TDM-Lizenz ist über das SB Archiv möglich.

DU WILLST NICHT LÄNGER WARTEN?
DANN FOLGE UNS AUF:

EINFACH MAL AUSPROBIEREN!

SOMMERTRAINING WIE NATHALIE ARMBRUSTER? KEIN PROBLEM. WER SCHON SKIROLLER SEIN EIGEN NENNT, KANN DIESE ROUTEN AUSPROBIEREN:

SKIROLLERSTRECKE (NACHTLOIPE) DES SV/SZ KNIEBIS

Länge: 2,4 km

Höhenunterschied: 100 Meter

Hier hat Nathalie Armbruster das Rollern, Skaten und Langlaufen von Iris Schmieder, der Vorsitzenden des SV/SZ Kniebis, gelernt. Nach den 2015 abgeschlossenen Baumaßnahmen ist es nun möglich, die gesamte Skirollerstrecke mit einer neu geschaffenen Abkürzung und einigen Verbreiterungen auf **völlig neuem Belag mit Skirollern und Inlinern zu befahren**. Ausgestattet ist die Nachtloipe sogar mit **Flutlicht**. Zur Finanzierung der Reinigungs- und Unterhaltskosten wird am Kassenautomaten eine **Tagesgebühr von 3 Euro** fällig.

SKIROLLERRUNDE BEI RADOLFZELL

Länge: 48 km

Höhenunterschied: 67 Meter

Schöner Belag ohne nennenswerte Steigung. **Die Route führt von Radolfzell nach Konstanz.** Im Zentrum heißt es: abschnallen und gehen.

WÜRTINGER STRÄSSLE BEI METZINGEN-GLEMS

Länge: 14,6 km

Höhenunterschied: 41 Meter

Start beim Wanderparkplatz hinter dem Gestüt Sankt Johann, sieben Kilometer der **leichten Strecke** folgen, umkehren und wieder zurück.

AM MAX EYTH SEE IN STUTTGART-MÜHLHAUSEN

Länge: 5,1 km

Höhenunterschied: 39 Meter

Der Beginn der leichten Trainingsstrecke liegt an der Kreuzung Arnoldstraße/Baltenstraße und führt entlang des Neckars. Die Anreise ist auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln möglich.



NEU HIER?

Wer noch keine Skiroller hat, das aber einfach mal ausprobieren will, für den bieten sich neben gewerblichen Angeboten auch Schnupperkurse bei Vereinen an.

DAV ULM BIATHLON

Skirollerkurse für Gruppen ab 4 Personen (ab 10 Jahre), Langlaufschuhe und Helm müssen mitgebracht werden.

Kosten für 2 Stunden:
35 Euro (inkl. Leihroller)

Biathlon: Schnuppern dreimal im Jahr für Kinder (Termine siehe Homepage) Sommerbiathlon von 14 – 99 jederzeit auf Anfrage.

Events für größere Gruppen auf Anfrage (ab 40 Euro/Person) 2 bis 3 Stunden, zum Spaß, als Teamevent oder Training

www.dav-ulm.de

NORDIC CENTER NOTSCHREI

Biathlonschnupperkurs im Sommer 66 Euro/Person (120 – 150 Min) – wahlweise zu Fuß, mit dem Mountainbike oder Skiroller (Vorerfahrung Skating Langlauf nötig).

Leihausrüstung: Skiroller, Schuhe, Stöcke, Helm und Schoner 22 Euro/Person Skiroller-Privatstunde auf Anfrage

www.nordic-schule-notschrei.de

WSV SCHÖMBERG (BEI CALW)

Biathlon: Die Gruppenanmeldung beträgt minimal 5 bis maximal 15 Personen. Einzelanmeldungen sind nicht möglich.

Kosten: pro Erwachsenem (ab 18 Jahre) 30,00 Euro, pro Kind (6 - 11 Jahre) 15,00 Euro, pro Kind (12 - 17 Jahre) 20,00 Euro, pro Familie (2 Erwachsene + eigene Kinder) 70,00 Euro

SPEEDY PETE...

... schwätzt Schwäbisch



Wenn ich wieder mal wie der Blitz durch die Gassen saue, dann machen meine Laufkumpel große Augen. Aber nicht wegen der Geschwindigkeit, die sich wohl nur für mich blitzschnell anfühlt, sondern wegen der Wortwahl. Sauen? Ja klar, ihr Hamballe, des isch Schwäbisch!

Das ist halt schon a Kuglfuhr mit den Nicht-Schwaben. Da wird mit mir schon in meinem (hochdeutschen) Zuhause 's Michele drieba, weil ich mal wieder das Teller gesagt habe – es hoißt halt 's Dällr, Allmachds Jenseids Gottes Dobblwegga noch einmal – oder weil ich wieder jemandem angerufen habe und nicht jemanden. Oder weil ich mich halt auf dem Sofa, wenn mir kalt ist, in da Debbich wickle – und den hebe ich nicht vorher vom Boden auf.

Wir Schwaben haben es schon nicht leicht. Selbst wenn wir versuchen, Hochdeutsch zu reden, joomrâd wieder ein Bachl über angeblich falsche Betonung. Leid, des hoißd halt Garrasch mit Betonung auf der letzten Silbe, genauso wie Birro auf dem i betont sein muss und das (und nicht der) Tunnell auf dem e! Sonst würde sich doch auch das bekannte Lied vom Tunnell (hinten betonen, ihr Subbadrialer!) zwischen Stuttgart und Bad Cannstatt gar nicht reimen, ihr Lällâbebbl:

Zwischa Schduagad und Canschdatt
do isch a Tunnell,
wemmr neifehrt, wird's dongl,
wemmr nausfehrt, wird's hell.

So isch's. Für Nicht-Schwaben wird es natürlich kompliziert, wenn die Betonung über den Wort-Sinn entscheidet. I kennd etz afanga mol afanga, konkret zu werden. Nur das zweite „afanga" (lang), betont auf dem ersten a, heißt anfangen. Das erste „afanga" (kurz), betont auf dem zweiten a, meint so ungefähr „langsam mal". Tja, Leute: Wenn Schwäbisch einfach wäre, däd's Hochdeidsch hoißa.

Wo mr's grad drvo hond: das schwäbische „däd". Selbst wenn sich ein Schwabe oder eine Schwäbin sinnloserweise den Dialekt komplett abtrainiert hat (wenn das überhaupt möglich ist fiar dia Lombaseggl), erkennt man ihn doch an seiner Höflichkeit. Denn da Schwob sagt id: „Wir fangen jetzt an!" Sondern: „Mir dädet etz afanga" (Uffbassd? „Afanga" vorne betont!). Denn es könnte ja sein, dass es dem Angesprochenen nicht ganz reinpasst. Und so sagt ein Hochdeutsch-Schwabe: „Wir würden jetzt anfangen." Oder: „Wir würden uns zum Laufen am Waldparkplatz treffen."

Legendär sind Konversationen wie diese: Statt „Ober, zahlen!" heißt es „I däd gern zahla." Und als Antwort kommt prompt nicht Kellnerin oder Kellner, sondern: „I däd glei zom Kassiera komma." Wenn es reinpasst.

Zum Training heute täte ich mich verabredet haben um Viertel Achte, da aber die Komiker neben mir, die immer noch große Glotzbebbel mached, weil wir über Hubbl und durch Drecklacha „sauet" und nicht laufen, rennen oder joggen, das wieder mal nicht verstanden haben mit der schwäbischen Uhrzeit, war es am Ende halt Drei noch Dreiviertel Achte. Kaasch nix macha. Grädich, also sauer, macht mich das schon lange nicht mehr. Ich bin's ja gewohnt.

So, jetzt müssen wir aber anandrnoch macha. Schließlich müssen wir nach dem Training noch dahin saua, wo es den Schwaben auch ganz besonders gern hinzieht: zom Schaffa.

WALD RAUSCH Funny Facts



Heute: ÜBER DIE SCHWABEN



WIEDERkehrENDES RITUAL

Ein Bild wie im Comic: Es ist Herbst, und Straßen und Rasenflächen sind voller Laub. Nur ein einziger Abschnitt des öffentlichen Gehwegs sieht aus wie geleckt. User Zellmi schreibt zu seinem Bild auf X: „I bin a g'scheidr Schwab." Und der hat eben Haus und Hof und Flur und Treppen – und das Trottoir – grundgereinigt. Große Kehrwoche – ein Fest für die Nachbarn, die es sich bei einem Viertele auf der Fensterbank bequem machen und kontrollieren, ob der Herr Maier aus dem zweiten Stock auch seinen Pflichten nachkommt. Und wenn nicht: einen Nörgelzettel unter das Kehrwochenschild an der Haustür des Betreffenden kleben. Dass die 1746 in Stuttgart eingeführte öffentliche (Kehr-)Pflicht Ende 1988 abgeschafft wurde, ficht sie nicht an: Kehrwoche ist ein schwäbisches Ritual. Und wer nicht spurt, kommt an den Pranger. Also: Ran an die Besen und Bürsten!

ZACK, ZACK!



Vom Heben und Halten

Eigentlich ist alles ganz einfach: Halten heißt im Schwäbischen heben und heben heißt lupfen.

DAS ENDE

Der schwäbische Dialekt verschwindet. Bald spricht ihn niemand mehr. Die Menschen sind entwurzelt, siedeln sich überall an und verlieren mit der regionalen Bindung auch ihre regionalen Idiome wie das Schwäbische. Es ist dem Untergang geweiht. Und die Politik tut ihr Übriges, um ihm den Garaus zu machen, denn die will die Sprache vereinheitlichen! Diese Sorge um das Schwäbische ist wohl begründet, schließlich werden wir durch die Eisenbahn immer mobiler – und dann haben wir auch noch einen zentral gelenkten Staat! Nichts Neues? Genau: Diese Sorge stammt aus dem Jahr 1871, als das Deutsche Reich gegründet wurde. Aber der schwäbische Dialekt ist immer noch da. Und die (unbegründete) Sorge um ihn auch.

Sprichwörtlich rund um die Welt

HEUTE SCHWÄBISCH:

"BACHA ISCH NED GSODDA!"

WÖRTLICH: GEBACKEN IST NICHT (IN WASSER) GEKOCHT.

BEDEUTUNG: MAN KANN NICHT ALLES ÜBER EINEN KAMM SCHEREN.





Wegwerfen?
NEIN DANKE!

Mit dem Wegwerfen und neu Anschaffen haben es die Schwaben nicht so ganz. Ehe sich ein Schwabe von einem Gegenstand trennt, muss er schon in den Gartenschredder gefallen und unrettbar und unreparierbar verloren sein, ansonsten „duad's des no", selbst wenn die notdürftige Rettung eine Rolle Klebeband erfordert, Reißverschlüsse ausgerissen sind oder die geliebte Geldbörse ins dritte Jahrzehnt ihrer Existenz geht. Angeblich sollen daran die Werte des Pietismus schuld sein. Es ist aber schön zu wissen, dass dieses Heft – in den Händen eines Schwaben – die kommenden Jahrzehnte überstehen wird.



DIE SCHWÄBISCHE ANATOMIE

HINTEN IST BEIM SCHWABEN DER BUGGL,
VORNE DER RANZA,
OBEN DER DÄTZ –
MANCHMAL GARNIERT MIT EIN PAAR
BAHWÄRDRSDÄFALA (BESONDERS GROSSE OHREN) –
UND UNTEN BEGINNT AN DER HÜFTE DER FUASS.

Warum die Schwaben keine Beine haben, ist noch Gegenstand wissenschaftlicher Untersuchungen, aber wenn dem Schwaben die Füße weh tun, kann er auch unter Knieschmerzen oder Oberschenkelproblemen leiden. Zur Beruhigung: Ein schwäbischer Arzt weiß das.

Weißer's Floraparadies

TIPP: Ein Erlebnis für die ganze Familie!

Das gemütliche Café, der Naturspielplatz, das Papageienhaus und der Streichelzoo lassen kleine und große Herzen aufblühen.



Ein ideales Ausflugsziel für die ganze Familie.
Perfekt für alle Pflanzen- und Tierliebhaber.

Gärtnerei Weißer's Floraparadies
Grünes erleben
Ihr Ausflugsziel bei Niedereschach

Niedereschacher Straße 26 | 78078 Schabenhausen
Telefon 07728/64 64 70
www.weissers-floraparadies.de

Die Open Air Highlights in Rastatt 2026!



Mi 01.07. Ehrenhof Residenzschloss



Do 02.07. Ehrenhof Residenzschloss



Sa 04.07. Ehrenhof Residenzschloss



So 05.07. Ehrenhof Residenzschloss



Fr 03.07. Ehrenhof Residenzschloss

Karten gibt es bei allen bek. VVK-Stellen und online auf www.eventim.de und www.provinztour.de

Die MITTELBADENER
Der RASTATTER – Der BADEN-BADENER



Im Freudentaumel

Stuttgart erlebt 2006 ein Sommermärchen

2026 findet wieder eine Fußball-WM statt. Vor 20 Jahren hatte das Turnier Deutschland ein Sommermärchen beschert – auch dank der involvierten Baden-Württemberger.

Vor 20 Jahren befand sich Deutschland im Fußballrausch. Bei der Heim-WM 2006 war „die Welt zu Gast bei Freunden“, und viele Fans fühlten sich tatsächlich so. Das kollektive Feiern dieses Fußballfests, die gelöste Stimmung allerorten, das Public Viewing und die vielen Fahnen überall: So was hatten nicht nur die ausländischen Fans, sondern auch die Republik noch nicht erlebt.

Im Südwesten war die Stimmung ebenfalls ausgelassen. Auf dem Stuttgarter Schlossplatz trafen sich bis zu 40.000 Fans, um die Spiele zu verfolgen. Manche wurden gar im Gottlieb-Daimler-Stadion – heute MHPArena – ausgetragen. Darunter das legendäre Spiel um Platz drei, bei dem die Nationalelf gegen Portugal auflief. Wir gewannen 3:1 und wurden, wenn schon nicht Turnier-Erster, immerhin Sieger der Herzen.

Nicht nur deshalb spielte der Südwesten beim Sommermärchen eine tragende Rolle. Nein, es ging schon los beim Trainergespann. Jürgen Klinsmann hatte die Elf übernommen. Der gebürtige Göppinger kam in seiner Jugend nach Stuttgart, weil der Vater eine Bäckerei in Botnang gekauft hatte. „Klinsi“ kickte bald bei den Stuttgarter Kickers, absolvierte aber dennoch eine Bäckerlehre im väterlichen Betrieb. Während der WM war er freilich mit anderem beschäftigt als mit Brezeln-Schlingen. Dabei hätten sie ihn daheim vermutlich brauchen können: Die Klinsmann-Brezeln gingen weg wie warme Semmeln, weil die Fans in Scharen zur Bäckerei pilgerten.

Mit dem Backen von kleinen Brötchen wollte sich der Bundestrainer derweil nicht zufriedengeben. An seine Seite hatte er sich deshalb einen weiteren Baden-Württemberger geholt: den Schwarzwälder Joachim Löw. Zwar verbannte das Duo den Karlsruher Oli Kahn aus dem Tor und ersetzte ihn gegen Jens Lehmann. Dafür gehörte noch Jens Nowotny, gebürtig im Landkreis Karlsruhe, zum Kader.

m Sommer 2026 ist wieder Fußball-WM, diesmal in den USA, Kanada und Mexiko. Der Bundestrainer ist inzwischen allerdings ein Bayer: Julian Nagelsmann hat die BaWü-Serie an der Spitze der Nationalelf unterbrochen. Er folgte 2023 auf den gebürtigen Heidelberger Hansi Flick, der den Posten 2021 von Jogi Löw übernommen hatte.

Dafür dürften im Team dieses Mal einige Baden-Württemberger mitmischen: Joshua Kimmich und Nico Schlotterbeck etwa oder Oliver Baumann und Pascal Groß. Und Klinsi zumindest ist seit Jahrzehnten in den USA zu Hause. Er ist also dabei, der Südwesten. Nur nicht in Sachen Brezel. Denn die Bäckerei Klinsmann hat seit geraumer Zeit geschlossen.

Spielscheune Unterkirnach

1000 m² Spielspaß in der Spielscheune – Perfekt bei jedem Wetter

SPIEL. SPASS. ACTION. BEI JEDEM WETTER GARANTIERT.
IDEAL FÜR KINDERGEBURTSTAGE.



Kleiner Ort. Große Abenteuer.



ENTDECKE AUSGEZEICHNETE ERLEBNISWEGE WIE
„WIE WOHNT WASSER?“ & „FAST NUR NATUR“

#ECHT UNTERKIRNACH

Unterkirnach – Luftkurort im Schwarzwald
Nur 8 km von Villingen entfernt.

FÜRSTENBERG!
FÜR UNS IM SÜDEN.



Bierkultur vom Ursprung der Donau.