

# Reiseinformationen Zugspitzregion

Lesen Sie auch den Artikel über die Zugspitzregion,

Ausgabe September 2009

**REISE-INSPIRATIONEN**

*Entdecken - Erleben - Genießen*



Insel im Staffelsee © Das Blaue Land

## Die Zugspitzregion – Eine Wanderwelt wartet auf ihre Entdeckung

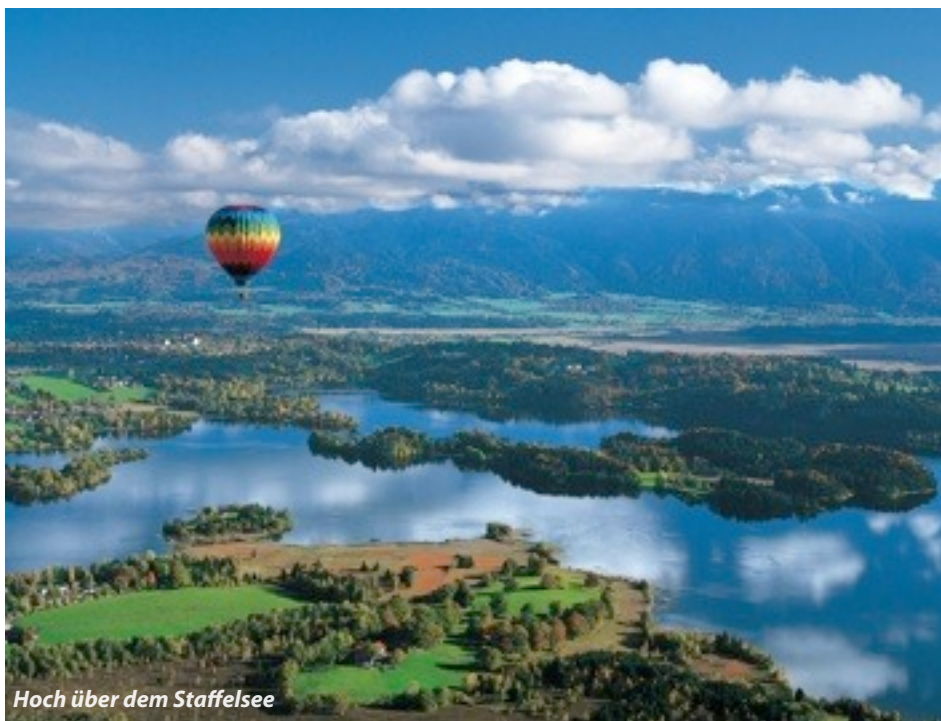
Waghalsige Kletterpartien, hochalpines Gipfel-Glück, genussvolle Streifzüge oder Angesicht in Angesicht mit dem Abenteuer Klamm – die Zugspitz-Region mit ihren vier Talschaften bietet eine Wander-Welt voller Natur-Wunder und traumhafter Touren: Am Fuße von Deutschlands höchstem Berg erschließt sich ein gigantisches, über 1.200 Kilometer langes Wegenetz. Wer hier die Wanderschuhe schnürt, gelangt in wildwüchsige Landschaften mit Wasserfällen, felsigen Kaskaden und idyllischen Ufern, die zum spontanen Bad in glasklaren Gebirgsflüssen verführen. Abenteuer und Wagemutige zieht es eher auf die Berge, die sich mächtig um die Zugspitze gruppieren: Dort reizen Höhenwege und Klettersteige, die selbst Köhner vor Herausforderungen stellen.

Durch die Berge graben sich zahlreiche wilde Klammern und Schluchten – viele davon sind mit Steigen und Tunneln für Besucher erschlossen. In Garmisch-Partenkirchen lockt die Partnachklamm zu einem Spaziergang der besonderen Art: Links

und rechts ragen die Felsen bis zu 80 Meter steil in den Himmel. Von oben stürzen kleine Wasserfälle herab, die im Winter als gefrorene Eissäulen bizarre Skulpturen bilden. Besuchern erschließt sich die Eiswelt der Partnachklamm auf geführten Fackelwanderungen. Wer sich dagegen ins wilde Höllental begeben möchte, hat hierzu nur im Sommer Gelegenheit: Die Schlucht im Nachbarort Grainau, durch die sich das Gletscherwasser der Zugspitze gräbt, ist von Mai bis Oktober zugänglich.

Wer die alpenländische Natur in ihrer reinsten Form entdecken möchte, sitzt

in den Ammergauer Alpen im wahren Sinne des Wortes an der Quelle. Inmitten des größten, zusammenhängenden Naturschutzgebietes in Bayern sprudelt das glasklare Wasser aus dem Boden, sammelt sich in kleinen Becken und schwillt im weiteren Verlauf zur rauschenden Ammer an, die dem Gebirge seinen Namen und der Region eine unverwechselbare Landschaft beschert. Von den Quellen der Ettaler Flur aus schlängelt sich der Strom durch Ober- und Unterammergau, vorbei an Saulgrub und Bad Bayersoien. Links und rechts erstreckt sich ein



Hoch über dem Staffelsee

Wanderwegenetz, das auf die umliegenden Berge führt oder in die Weiten des wilden Ammergebirges. Mit dem Maximiliansweg, der Bodensee und Berchtesgadener Land verbindet, führt einer der längsten Fernwanderwege Europas durch diese Region.

Zudem schlängeln sich zahlreiche Tourenvarianten durch die ursprüngliche Landschaft mit ihren schattigen Wäldern, felsigen Schluchten, glasklaren Seen und Flussufern. Ein ganz besonderes Naturschauspiel bilden die Schleierfälle, die über moosige Felsen herabstürzen, wobei sich Kalk an den Blättern, Ästen und Gesteinen abla-

gert – wie ein sanfter Schleier, der sich leise rauschend über den Fels legt. Das Spektakel erreicht man auf reizvollen Strecken von Saulgrub und Bad Bayersoien aus. Wer Kultur- und Natur-Genuss verbinden möchte, gelangt auf den ausgeschilderten Wegen zum Ludwig-Schloss Linderhof oder zum Kloster Ettal, in dessen unmittelbarer Nähe die Wanderer sich in der Schaukäserei mit regionalen Köstlichkeiten stärken können.

Landschaftliche Leckerbissen warten auch im benachbarten Blauen Land: Neben Staffelsee, Riegsee, Froschhau-

ser See und der lieblichen Flusslandschaft der Loisach lockt hier das Murnauer Moos, die größte noch intakte Moorlandschaft der europäischen Alpen. In diesem einzigartigen Naturschutzgebiet wachsen rund 1.000 verschiedene Farne, Moose und Pflanzen und viele der über 4.000 Tierarten, die das Feuchtgebiet beheimatet, gelten als vom Aussterben bedroht. Knabenkraut, leuchtend

blaue Schwertlilien, knallgelbe Trollblumen, Enziane, Orchideen und zahlreiche weitere Gewächse verwandeln die Landschaft je nach Jahreszeit in ein prächtiges Farben-Meer, das schon zahlreiche berühmte Künstler inspirierte. Franz Marc, Gabriele Münter, Alexej von Jawlensky und Wassily Kandinsky verewigten das Murnauer Moos bereits in expressionistischer Art auf den Leinwänden. Die Maler, die dem Blauen Land seinen Namen gaben und die Region um Murnau zu ihrer Wahlheimat erkoren, schlossen sich vor knapp 100 Jahren zur berühmten Künstlergruppe „Der blaue Reiter“ zusammen.

## Geographie & Lage

### Höhe über N.N.

600 bis 2.962 Meter

### Größe der Region

ca. 835 Quadratkilometer

### Entfernung vom Flughafen

(Garmisch-Partenkirchen)

München: 120 Kilometer

Innsbruck: 60 Kilometer

## Wer gehört dazu?

**Alpenwelt Karwendel** (Krün, Mittenwald, Wallgau)

**Ammergauer Alpen** (Bad Bayersoien, Bad Kohlgrub, Ettal, Oberammergau, Unterammergau, Saulgrub-Altenau)

**Das Blaue Land** (Eglfing, Großweil, Murnau, Riegsee, Schwaigen-Grafenaschau, Seehausen, Spatzenhäuser, Uffing)

**Zugspitzland** (Eschenlohe, Farchant, Garmisch-Partenkirchen, Grainau, Oberau, Ohlstadt)

## Sportmöglichkeiten im Sommer

### Wanderwege

1.221 Kilometer

### Radwege

1.071 Kilometer

### Mountainbike-Strecken

939 Kilometer

Bike-Park Oberammergau

### Klettern

Hochseilgärten in Farchant, Grainau und Bad Bayersoien, Klettergärten in Oberau und Garmisch-Partenkirchen, Klettersteige in Garmisch-Partenkirchen (Alpspitze „Ferrata“), Mittenwalder Klettersteig

### Weitere Aktivitäten

Angeln, Barfuß-Parcours, Beachvolleyball, Bergsteigen, Golf (18-Loch-Platz in Oberau, 9-Loch-Platz in Wallgau), Gleitschirmfliegen, Kanufahren, Nordic Walking, Paragliding, Rafting, Reiten, Rudern, Schaukäserei Ettal, Segeln, Sommerstockbahn, Surfen, Tennis, Spielbank Garmisch-Partenkirchen



Slackline im Hochseilgarten Mittenwald

## Sportmöglichkeiten im Winter

### Langlaufloipen

658 Kilometer

König-Ludwig-Lauf am 06./07. Februar 2010

### Geräumte Winterwanderwege

390 Kilometer

### Rodel-Highlights

Naturrodelbahn (1100 Meter lang), Rodelbahnen von 600 Meter bis 4,5 Kilometer Länge, internationales Hornschlittenrennen am Dreikönigstag in Garmisch-Partenkirchen, Eurocup Hornschlitten in Unterammergau

### Sonstiges

Curling, Eisstockschießen, Gäste-Biathlon, Pferdeschlittenfahrten, Schneeschuhwandern, Schlittschuhlaufen

### Alpin-Ski

#### Dauer der Ski-Saison

November bis Mai (Zugspitz-Gletscherskigebiet)

#### Höhenlage

600 bis 2.720 Meter

## Veranstalter & Aktivitäten

### Meditationsweg Ammergauer Alpen

Der Meditationsweg Ammergauer Alpen führt von der Wieskirche, einer der schönsten Rokokokirchen Süddeutschlands, bis zum Schlosspark

Linderhof. Die Gesamtstrecke über 85 Kilometer ist durch 15 Einzelstationen unterteilt. An jeder Station stehen Stehle mit meditativen Texten, die zur Besinnung einladen. [www.brennendes-herz.de](http://www.brennendes-herz.de)

Den Meditationsweg kann man selber beschreiten oder über die Webseite der Ammergauer Alpen geführte Wanderungen als Pauschalen buchen. [www.ammergauer-alpen.de](http://www.ammergauer-alpen.de)

### Natur-gegen-Stress Seminare (Alpha-Zustand)

Das Training findet meist draußen in der Natur statt. Im Seminar werden Entspannungstechniken erlernt, die jeder einzelne erleben kann. Wer die Techniken einmal erlernt hat, kann sie jederzeit und an jedem Ort anwenden.

Joachim Renz

[renz@natur-stress.de](mailto:renz@natur-stress.de)

[www.natur-stress.de](http://www.natur-stress.de)

### Bogenschießen & Waldexkursionen

Beim Bogenschießen lernt man, mit der ältesten Waffe der Menschheit umzugehen. Konzentration, Koordination zwischen Hand und Auge und das Vertrauen in ein Stück Holz stehen hier im Mittelpunkt.

Im Rahmen der Waldprojekte gibt es diverse Bausteine wie zum Beispiel Schneeschuhwandern, Waldexkursionen mit Informationen zum Ökosys-

tem Wald oder aktiv als Teilnehmer an einem Schutzwald-Sanierungsprojekt teilnehmen.

Katharina Brändlein  
[info@foersterliesl.de](mailto:info@foersterliesl.de)  
[www.foersterliesl.de](http://www.foersterliesl.de)

### **Wandern mit einer Klimatherapeutin**

In den Bergen um Garmisch-Partenkirchen herum wird eine heilklimatisch Bewegungstherapie angeboten. Indikationen sind Erschöpfungszustände, Burn-Out, Gewichtsregulierung, Herz-Kreislauf-, Stoffwechsel- und Bewegungsapparaterkrankungen, sowie Probleme mit der Haut oder den Atmungsorganen. „Wandern mit dem Klimatherapeuten“ wird im Sommer jeweils dienstags und donnerstags von Garmisch-Partenkirchen Tourismus angeboten. Die Gäste werden hierbei für den eigenen Rhythmus sensibilisiert, um das für sie richtige Tempo zu ermitteln. Zudem vermittelt die Klimatherapeutin Basiswissen zum Thermoregulationstraining. Zentrale Rolle spielt der Zusammenhang von Temperatur, körperlicher Anstrengung und Kleidung, die Hautoberfläche sollte immer kühl sein.

[info@zugspitz-region.de](mailto:info@zugspitz-region.de)  
[www.zugspitz-region.de](http://www.zugspitz-region.de)



Der Alpenhof Murnau arrangiert Golfpakete

### **Unterkünfte**

#### **Forsthaus Graseck**

Graseck 4  
82467 Garmisch-Partenkirchen  
Tel. +49-8821-943 240  
Fax +49-8821-55 700  
[info@forsthaus-graseck.de](mailto:info@forsthaus-graseck.de)  
[www.forsthaus-graseck.de](http://www.forsthaus-graseck.de)

#### **Riessersee Hotel Sport & Spa Resort**

Riess 5  
82467 Garmisch-Partenkirchen  
Tel. +49-8821-758-0  
Fax +49-8821-758-123  
[info@riessersee-hotel.de](mailto:info@riessersee-hotel.de)  
[www.riessersee-hotel.de](http://www.riessersee-hotel.de)

#### **Parkhotel Bayersoien am See**

Am Kurpark 1  
82435 Bad Bayersoien  
Tel. +49-8845-120  
Fax +49-8845-9695  
[info@parkhotel-bayersoien.de](mailto:info@parkhotel-bayersoien.de)  
[www.parkhotel-bayersoien.de](http://www.parkhotel-bayersoien.de)

#### **Alpenhof Murnau**

Ramsachstrasse 8  
82418 Murnau am Staffelsee  
Tel. +49-8841-491-0  
Fax: +49-8841-491100  
[info@alpenhof-murnau.com](mailto:info@alpenhof-murnau.com)  
[www.alpenhof-murnau.com](http://www.alpenhof-murnau.com)

#### **Hotel Garni Gästehaus Sonnenbichl**

Klausnerweg 32  
82481 Mittenwald  
Tel. +49-8823-92230  
Fax: +49-8823-5814  
[info@sonnenbichl-mittenwald.de](mailto:info@sonnenbichl-mittenwald.de)  
[www.sonnenbichl-mittenwald.de](http://www.sonnenbichl-mittenwald.de)

### **Reiseliteratur-Tipp**

#### **Rother Wanderführer Zugspitze**

Rund um die Zugspitze: Mit Ammergauer Alpen und Werdenfelser Land. 50 ausgewählte Tal- und Höhenwanderungen rund um Oberammergau, Garmisch-Partenkirchen, Mittenwald, Ehrwald, Leutasch und Seefeld.  
Autor: Dieter Seibert  
Verlag: Bergverlag Rother (Juni 2009)  
ISBN: 978-3763342648  
Preis: 12,90 €  
Wanderführer kaufen auf [www.amazon.de](http://www.amazon.de)  
auf [www.buch.de](http://www.buch.de) (inkl. Miles & More)

### **Links & Infos**

#### **Tourismusgemeinschaft Zugspitz-Region**

Richard-Strauss-Platz 1a  
D-82467 Garmisch-Partenkirchen  
Tel. +49-8821-180 484  
Fax +49-8821-180 485  
[info@zugspitz-region.de](mailto:info@zugspitz-region.de)  
[www.zugspitz-region.de](http://www.zugspitz-region.de)

Zur Zugspitz-Region gehören:

#### **Ammergauer Alpen**

Eugen-Pabst-Str. 9  
82487 Oberammergau  
Tel.: +49-8822-922 740  
Fax: +49-8822-922 745  
[info@ammergauer-alpen.de](mailto:info@ammergauer-alpen.de)  
[www.ammergauer-alpen.de](http://www.ammergauer-alpen.de)

#### **Das Blaue Land**

Kohlgruberstr. 1  
82418 Murnau am Staffelsee  
Tel. +49-8841-6141-0  
Fax +49-8841-6141-21  
[touristinformation@murnau.de](mailto:touristinformation@murnau.de)  
[www.murnau.de](http://www.murnau.de)

#### **Alpenwelt Karwendel**

Dammkarstr. 3  
82481 Mittenwald  
Tel. +49-8823-33981  
[touristinfo@mittenwald.de](mailto:touristinfo@mittenwald.de)  
[www.markt-mittenwald.de](http://www.markt-mittenwald.de)

#### **Zugspitzland**

Schmiedeweg 10  
82496 Oberau  
Tel. +49-8824 - 83 05  
Fax +49-8824 - 88 90  
[info@zugspitzland.de](mailto:info@zugspitzland.de)  
[www.zugspitzland.de](http://www.zugspitzland.de)

#### **Naturdenkmal Partnachklamm**

[www.partnachklamm.eu](http://www.partnachklamm.eu)

#### **Das blaue Land**

[www.dasblauland.de](http://www.dasblauland.de)

#### **Garmisch-Partenkirchen**

[www.gapa.de](http://www.gapa.de)

#### **Ettal**

[www.ettal.de](http://www.ettal.de)

#### **Alpenwelt Karwendel**

[www.alpenwelt-karwendel.de](http://www.alpenwelt-karwendel.de)



Schleierfälle bei Saulgrub

### So funktioniert's:

Auf dem Reiseportal [www.reise-inspirationen.de](http://www.reise-inspirationen.de) finden Sie jede Menge Zusatzinfos sowie weitere Berichte über Reiseziele. Im Reiseinformations-Blatt sind viele Inhalte mit Webseiten verknüpft - einfach mal klicken:

Anzeigen - führen Sie zum jeweiligen Werbepartner

**Kaufen** - führt Sie zum Beispiel direkt zum jeweiligen Reiseführer bei Amazon oder Buch.de

Weitere Infos - hier gelangen Sie zu Webseiten oder Datenblättern für Reiseplanung & Vorbereitung

Links sind **rot & unterstrichen** - so sehen Sie weiterführende Links auf einen Blick.

### Impressum

Redaktion Reise-Inspirationen  
Schmid-Wildy-Weg 46  
81739 München

[redaktion@reise-inspirationen.de](mailto:redaktion@reise-inspirationen.de)  
[www.reise-inspirationen.de](http://www.reise-inspirationen.de)

Herausgeber: Tourism Unlimited e.P.  
Hoppe & Partner  
Journalisten, PR- und Marketingberater  
[www.tourism-unlimited.com](http://www.tourism-unlimited.com)

Registergericht:  
Amtsgericht München, PR 764  
USt.-ID: DE259674638

Redaktion:  
Herbert Brenke (hb), Christoph Hoppe (ch),  
Judith Hoppe (jh), Heidi Wahl (hw)

Inhaltlich Verantwortlich gemäß § 55 Abs. 2 RStV:  
Christoph Hoppe (Anschrift wie vorstehend)

Gestaltung & Layout:  
Tourism Unlimited, München

Anzeigen: Tourism Unlimited  
Anzeigenleitung: Judith Hoppe  
[werbung@reise-inspirationen.de](mailto:werbung@reise-inspirationen.de)  
Tel. +49-89-673 78 619  
Fax +49-89-673 78 620

Reise-Inspirationen erscheint monatlich.

Haftungshinweis  
Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten

Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

### Rechte

© Tourism Unlimited e.P., soweit nicht anders angegeben. Keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bilder, Dateien und Datenträger. Alle in diesem Magazin veröffentlichten Inhalte (Texte, Grafiken, Bilder, Layouts, usw.) unterliegen dem Urheberrecht. Jede weitere Nutzung bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung.

### Bildnachweis

Titelbild © Das Blaue Land  
S. 2 © Das Blaue Land  
S. 3 © Tourist-Information Mittenwald  
S. 4 © Alpenhof Murnau  
S. 5 © Ammergauer Alpen GmbH