

Joachim Burghardt

Rund um München

Vom Dachauer Land bis ins Alpenvorland

60 Touren mit GPS-Tracks



ROTHER | **WANDERFÜHRER**

Joachim Burghardt

Rund um München

Vom Dachauer Land bis ins Alpenvorland



Die Kirche Sankt Leonhard bei Dietramszell.

Vorwort

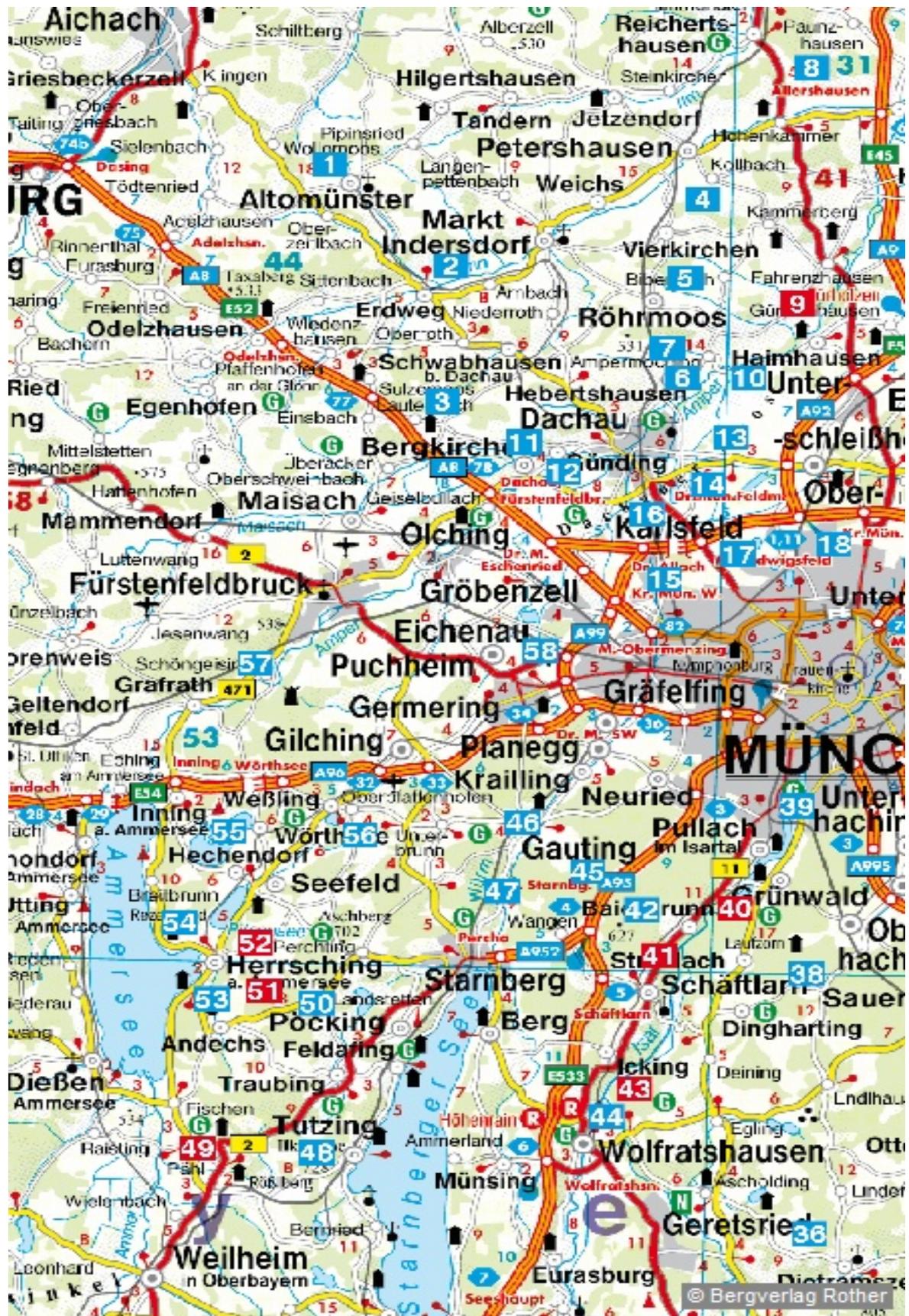
Wandern rund um München – lohnt sich das denn? Natürlich! Flüsse, Bäche und Seen, urtümliche Auwälder und ausgedehnte Forstgebiete, Wiesen und Felder, Niedermoore und Steilhänge, weite Ebenen und sanfte Hügel warten darauf, entdeckt zu werden; zudem laden Kleinstädte und Bauerndörfer, Wallfahrtskirchen, Klöster und Schlösser zu einem Besuch. Dieser Wanderführer zeigt Ihnen, wie Sie all das zu Fuß kennenlernen können.

Angesprochen fühlen dürfen sich Wanderer, die das ganze Jahr hindurch unterwegs sein möchten, Freunde von stadtnahen Feierabendrunden und ausgedehnten Spaziergängen durch die heimische Kulturlandschaft, Senioren und Familien auf der Suche nach unschwierigen Touren ohne viele Höhenmeter, Nordic Walker und Trailrunner, Naturliebhaber und Ausflügler, Stadtmüde und Erholungssuchende. Aber auch all diejenigen, die angesichts von Verkehrsstau und überfüllten Hütten über Alternativen zu einer Bergtour nachdenken und sich auf einer 25-km-Runde mal tüchtig die Beine vertreten wollen, sind hier richtig. Für mich persönlich war die Arbeit an diesem Wanderführer ein begeisterndes und lehrreiches Unterfangen, das mir auf weit über tausend Gehkilometern unzählige schöne Momente beschert hat – gute Gedanken beim Gehen, Begegnungen mit Hasen, Rehen und Wildschweinen, Sonnenuntergänge, Seeblicke, Bergpanoramen und vieles mehr.

Im stetig wachsenden, pulsierenden Großraum München mit seinen über 3 Millionen hochmobilen Einwohnern kann man sich, von wenigen Ausnahmen abgesehen, zwar keine unberührte, menschenleere Wildnis mehr erwarten. Dennoch dürfen Sie sich mit diesem Buch überraschen lassen, wie viel Natur, wie viel Stille, wie viel Weite vor den Toren der großen Stadt noch immer erfahrbar, nein: erwanderbar ist. Die Freiheit, als Wanderer das Land zu durchstreifen, ist unerhört und großartig. Wandern ist ein Einspruch gegen das Diktat der Uhren und der Motoren. Es stärkt den Körper, schärft die Sinne, erfrischt den Geist und erfreut das Herz. Ich kann nur raten: Machen Sie sich auf den Weg und gewinnen Sie zu Fuß neue Freiräume!

Dachau, im Winter 2021/22

Joachim Burghardt





Allgemeine Hinweise

Symbole und Abkürzungen

	mit Bahn/Bus erreichbar	†	Wegkreuz, Bildstock
	Einkehrmöglichkeit	↑	Burg, Schloss, Ruine
	für Kinder geeignet) (Brücke
	Ort mit Einkehrmöglichkeit	⌘	Picknickplatz
	Einkehrmöglichkeit unterwegs	🗨️	Aussichtsplatz / Aussichtsturm
	Bus- bzw. Bahnanschluss	🚲	Windrad
	Schiffsanlegestelle	🌊	Wasserfall
	eingerrichteter Parkplatz	🌊	Quelle, Brunnen
	Kirche, Kapelle, Kloster	WP	Wegpunkt

© Bergverlag Rother

Tourenausswahl

Bei der Auswahl der Touren habe ich selbstverständlich einige beliebte und schon oft beschriebene »Klassiker« berücksichtigt. Ein Großteil der Wanderungen stellt hingegen das Ergebnis eigener Recherchen dar und wurde – oftmals im Laufe mehrerer Begehungen – individuell erarbeitet. Dabei habe ich mich, wo immer möglich, am »klassischen Wanderer« orientiert, der naturbelassene Wegstrecken und schmale Pfade schätzt und die Nähe viel befahrener Straßen möglichst meidet. Bei nur einer einzigen Tour ist der Rückweg mit dem Hinweg identisch, alle anderen sind Rundwanderungen oder Streckenwanderungen von A nach B. Viel Wert wurde zudem auf die Erreichbarkeit der Touren mit öffentlichen Verkehrsmitteln gelegt: Beinahe alle Wanderungen lassen sich auch ohne Auto durchführen.

Strecke, Höhendifferenz und Gehzeit

Hauptkriterium bei den Anforderungen einer Tour im Münchner Umland ist die Strecke, die zurückgelegt werden muss. Dieses E-Book enthält 14 kurze Wanderungen bis einschließlich 10 km Länge, 21

Wanderungen von 10 bis 15 km Länge, 15 Wanderungen von 15 bis 20 km Länge und acht ausgedehnte Wanderungen mit über 20 km Länge. Bitte beachten Sie auch die Varianten, die bei vielen Touren angegeben sind: Durch sie ist oftmals eine Verkürzung oder Verlängerung einer Route möglich. Die insgesamt zu überwindenden Höhenunterschiede im Aufstieg wie auch im Abstieg sind bei jeder Tour angegeben. Das Maximum der zu bewältigenden Aufstiegs- und Abstiegshöhenmeter bei einer Tour liegt bei rund 300 Höhenmetern (Touren »Im oberen Isental« und »Hechendorf – Andechs (1)«).

Die angegebene Gehzeit ist als reine Gehzeit zu verstehen, die allenfalls kurze Schau- oder Orientierungsstopps beinhaltet, nicht aber ausgedehntere Pausen. Sie entspricht einer Gehgeschwindigkeit von rund 4 km/h auf breiten, flachen Wegen und etwas weniger auf verschlungenen oder steilen Pfaden. Um den tatsächlich benötigten Zeitaufwand vom Ausgangs- bis zum Zielpunkt zu ermitteln, ist daher in der Regel ein individuell unterschiedlicher Betrag von ca. 10 bis 50 % (mit Kindern und bei langen Pausen auch mehr) zur angegebenen Zeit dazuzurechnen. Bei etwas flotterem Tempo oder ohne Pausen kann die angegebene Zeit aber auch eingehalten oder unterboten werden.



Nach
Oberbiberg & Sauerlach

Ortschaft
Zeltenhausen
Gemeinde Oberbiberg
Bgl. Bezirksamt Wolfrats
H. Amtsgericht hausen
H. Rentamt
Hauptmeldamt München

100m
100m
100m



Landwirt-
schaftlicher
Verkehr frei



Wichtig
Wasserschutz
Gebiet

Wegfindung und Orientierung

Nur wenige Wanderrouten dieses E-Books sind vor Ort deutlich markiert und/oder ausgeschildert. Bei den meisten Touren kann man sich nicht darauf verlassen, vor Ort »geführt« zu werden, sondern muss sich mithilfe der Wegbeschreibung und einer Wanderkarte (plus gegebenenfalls eines GPS-Geräts) selbst orientieren. Wer vom Wandern in den Alpen gewohnt ist, im Gelände immer nur dem deutlichen Pfad, den zahlreichen Farbmarkierungen und an Verzweigungen den Wanderschildern folgen zu müssen, ohne während der Wanderung die Routenbeschreibung zu lesen, wird sich also umgewöhnen müssen. Denn in der vom Menschen fast vollständig erschlossenen, geformten und bebauten Kulturlandschaft ist der Wanderer inmitten unzähliger Wege, Straßen, Abzweigungen, Schilder aller Art und Gebäude unterwegs und kann den »richtigen« Wegverlauf meist nicht aus der Landschaft heraus ersehen; Markierungen und Wanderschilder sind, sofern überhaupt vorhanden, oft schwer zu finden. Das hat immerhin auch einen Vorteil: Oft gibt es nicht nur eine einzige mögliche Route – mit der Karte lassen sich unterwegs auch Varianten zur beschriebenen Tour finden. Wer sich mit der Orientierung schwertut, kann über die Verwendung eines GPS-Geräts nachdenken, denn mithilfe der herunterladbaren GPS-Tracks kann jede Tour dieses E-Books nachgewandert werden. Aber auch ohne GPS-Gerät helfen die GPS-Tracks dabei, die Tour am Computer vorzubereiten und sich vorab ein Bild vom Routenverlauf zu machen. Mein Tipp: Laden Sie sich die GPS-Tracks herunter, speichern Sie sie auf Ihrem Rechner und lassen Sie sie online im »Bayernatlas« anzeigen (kostenlos und ohne Installation eines Programms unter www.bayernatlas.de, dort im Menü unter »Erweiterte Werkzeuge« -> »KML/GPX Import«). Nun sehen Sie den GPS-Track der gewünschten Tour als farbige Linie in der amtlichen Karte, können sogar zwischen verschiedenen Maßstäben und auch der Luftbild-Ansicht hin und her wechseln und erhalten so eine gute Vorstellung vom Verlauf der Tour.



»Wegweiser« auf dem Peretshofer Rundweg.

GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte

Zu diesem E-Book stehen auf der Internetseite des Bergverlag Rother (gps.rother.de) GPS-Daten und die Koordinaten der Ausgangspunkte zum kostenlosen Download bereit.

Passwort: **447103zPk**

3. Auflage E-Book

Sämtliche GPS-Daten wurden vom Autor mittels GPS-Gerät oder digitalen Karten erfasst. Verlag und Autor haben die Tracks und Wegpunkte nach bestem Wissen und Gewissen überprüft. Dennoch können wir Fehler oder Abweichungen nicht ausschließen, außerdem können sich die Gegebenheiten vor Ort zwischenzeitlich verändert haben. GPS-Daten sind zwar eine hervorragende Planungs- und Navigationshilfe, erfordern aber nach wie vor sorgfältige Vorbereitung, eigene Orientierungsfähigkeit sowie Sachverstand in der Beurteilung

der jeweiligen (Gelände-)Situation. Man sollte sich für die Orientierung auch niemals ausschließlich auf GPS-Gerät und -Daten verlassen.



Raus aus der Stadt!

Wanderkarten

Es ist empfehlenswert, den Routenverlauf nicht erst am Ausgangspunkt einer Wanderung, sondern bereits bei der Vorbereitung zu Hause mit Wegbeschreibung und einer detaillierten topografischen Karte zu studieren. Die besten (wenn auch nicht immer exakten und aktuellen) Karten sind die amtlichen topografischen Karten des Bayerischen Landesamts für Digitalisierung, Breitband und Vermessung (www.ldbv.bayern.de).

Die Karten der Reihe UK50 (Umgebungskarte im Maßstab 1:50.000) decken jeweils ein großes Gebiet ab und bieten eine gute Übersicht; Details und kleinere Wege sind aufgrund des Maßstabs jedoch nur teilweise verzeichnet. Die Karten der Reihe ATK25 (Amtliche Topografische Karte im Maßstab 1:25.000) bieten ein deutlich

genaueres Kartenbild und sind zur Orientierung unterwegs sehr gut geeignet, decken jedoch jeweils nur einen kleinen Ausschnitt des Wandergebiets rund um München ab. Welche Kartenblätter verwendet werden können, ist im Kartenverzeichnis nachzulesen. Aber auch in der kostenlosen Online-Version (www.bayernatlas.de) in den Maßstäben 1:50.000, 1:25.000 und 1:10.000 leisten die amtlichen Karten wertvolle Dienste. Ergänzend dazu kann die Verwendung des Online-Kartenwerks OpenStreetMap (www.openstreetmap.de) sinnvoll sein, das zwar keine gute Geländedarstellung bietet, jedoch einige Pfade beinhaltet, die in der amtlichen Karte nicht verzeichnet sind. Sie können diese kostenlosen Online-Karten mit einem Smartphone natürlich auch unterwegs nutzen. Demgegenüber bieten klassische Papierkarten den Vorteil einer großräumigen Übersicht und sind nicht auf Stromversorgung und Netzempfang angewiesen.

Kartenverzeichnis

Im Folgenden sind alle Kartenblätter mit der Angabe aufgelistet, für welche Touren sie verwendet werden können.



Eine gute Wanderkarte ist das A und O der Orientierung.

Umgebungskarten 1:50.000:

- UK50-40 München Nord und West: Touren 1–7, 9–26, 47 (teils), 58, 59, 60
- UK50-34 Pfaffenhofen a. d. Ilm – Neuburg-Schrobenhausen: Tour 8
- UK50-42 München Ost: Touren 20, 21 (teils), 25–33, 38
- UK50-41 Ammersee – Starnberger See: Touren 35–46, 47 (teils), 48–57
- UK50-53 Mangfallgebirge: Touren 34–36

Amtliche Topografische Karten 1:25.000:

- ATK25-M10 Markt Indersdorf: Touren 1, 2
- ATK25-M11 Petershausen: Touren 4, 5, 8, 9
- ATK25-M12 Freising: Touren 22–24, 25 (teils)

- ATK25-N10 Fürstenfeldbruck: Touren 3, 11, 59 (teils), 60
- ATK25-N11 München-Nord: Touren 6, 7, 10, 12–21, 47 (teils)
- ATK25-N12 Garching b. München: Touren 20, 21, 25 (teils), 26, 28, 30 (teils)
- ATK25-N13 Erding: Touren 27, 29
- ATK25-O9 Ammersee: Tour 55
- ATK25-O10 Starnberg: 46 (teils), 47 (teils), 48, 51–54, 56–58, 59 (teils)
- ATK25-O11 München-Süd: Touren 39–43, 46 (teils), 47 (teils)
- ATK25-O12 Vaterstetten: Touren 32, 38
- ATK25-O13 Ebersberg: Touren 30 (teils), 31
- ATK25-P10 Starnberger See: Touren 49, 50
- ATK25-P11 Wolfratshausen: Touren 37, 44, 45
- ATK25-P12 Holzkirchen: Touren 33, 35, 36
- ATK25-P13 Rosenheim: Tour 34



Schilderwald.

Technische Schwierigkeit

Eine eher geringe Rolle spielt im meist flachen Umfeld Münchens die technische Schwierigkeit einer Wanderung, also die Steilheit, Ausgesetztheit oder Unwegsamkeit des Wegverlaufs. Die Touren dieses E-Books sind in zwei Schwierigkeitsstufen eingeteilt: leicht (blau) und mittelschwer (rot). Schwierige Touren (schwarz) sind in diesem E-Book nicht enthalten.

Leicht: Keine nennenswerten technischen Schwierigkeiten. Die Tour verläuft durchgehend auf einfach begehbaren Wegen, die aber unter Umständen schmal und teilweise undeutlich sowie von Wurzeln überwachsen sein können.

Mittel: Die Tour beinhaltet auch besonders steile, rutschige, ausgesetzte oder unwegsame Stellen, die für normal sportliche und bewegliche Wanderer problemlos zu bewältigen sind, aber für ängstliche, gehbehinderte oder sehr ungeübte Personen sowie für Kleinkinder ein Hindernis darstellen können. Nässe, Schnee oder Eis können die Schwierigkeiten der betreffenden Passage deutlich erhöhen. Konzentration und vorsichtiges Gehen sind erforderlich. Weist eine Tour auch nur einen kurzen derartigen Abschnitt auf, wird sie als mittelschwer bewertet. Die meisten mittelschweren Touren dieses E-Books würden in einem Umfeld mit generell höheren Anforderungen, z. B. in vielen Bergwanderführern, noch als leicht gelten.



Wurzelweg bei Andechs.

Gefahren und Widrigkeiten

Beim Wandern rund um München sind kaum natürliche Gefahren zu beachten. Kreuzottern (die einzige giftige Schlangenart in Bayern) und Wildschweine ziehen sich in der Regel sofort zurück, wenn sich Wanderer nähern, und stellen keine Gefahr dar, solange man ihnen nicht gezielt nachstellt oder sie an versteckten Orten aufstöbert. Die Kuh- bzw. Stierweide auf Tour 36 ist vorsichtig und am besten ohne Hund zu überqueren; wie bei den Wildschweinen gilt auch hier: von den Jungtieren unbedingt fernhalten!

Bei starkem Wind können herabfallende Äste gefährlich werden, bei einem Gewitter sollte man sich nicht auf freiem Feld oder unter einzeln stehenden Bäumen aufhalten, und nach Starkregen ist das Baden in Flüssen gefährlicher und unhygienischer als sonst.

Weiters ist die Borreliose- und FSME-Infektionsgefahr durch Zeckenbisse zu nennen; das Absuchen der Haut nach Touren mit viel Pflanzenkontakt ist empfehlenswert. (Anmerkung: Nur der Landkreis

Fürstenfeldbruck sowie das Stadtgebiet München zählen – Stand: April 2021 – nicht zu den FSME-Risikogebieten, alle anderen Landkreise im Tourengebiet dieses E-Books hingegen schon.)

Auch wenn keine nennenswerte Absturzgefahr besteht, ist auf schmalen und wurzelreichen Pfaden konzentriertes Gehen geboten, denn auch kleinere Ausrutscher oder Stolperer können zu ernsthaften Verletzungen führen. Die Hauptgefahr beim Wandern im Umlands Münchens aber dürfte der Straßenverkehr sein. Besonders bei schlechten Licht- und Sichtverhältnissen sollten Sie auf Straßen hohe Vorsicht walten lassen.

Zu den weiteren möglichen Unannehmlichkeiten zählen Orientierungsprobleme, die meist nur Zeit kosten, im Extremfall aber auch zur Gefahr werden können: Einmal sind mein Tourenpartner und ich an einer undeutlichen Stelle versehentlich auf einen Trampelpfad abgebogen, der uns mitten in ein überschwemmtes Moorgebiet führte. Die Sonne ging gerade unter – und wenn wir nicht rechtzeitig den Entschluss zur Umkehr getroffen hätten, hätten wir wenig später bei Dunkelheit in einem Sumpf festsitzen können. Falls in so einer Situation keine Lampe im Rucksack und der Handyakku leer ist, wird es mindestens ungemütlich. Daher: Wenn man sich wirklich einmal verläuft, bitte weder in Panik verfallen noch sich stur durchs Unterholz kämpfen, sondern zum letzten bekannten Punkt zurückgehen und neu orientieren!

Des Weiteren ist mit folgenden Eventualitäten zu rechnen: starker Verwuchs von Pfaden (z. B. mit Brennesseln und nassem Gras), Auto-, Traktoren- oder Fluglärm, matschige oder überschwemmte Wege, Wegsperrungen wegen Baumfäll- oder Bauarbeiten, Bremsenattacken und Mückenschwärme, Jauchegeruch, Funklöcher ohne Handyempfang – und irgendjemand wurde auch schon mal von einem fliegenden Golfball getroffen ... Keine Sorge, das muss alles nicht so schlimm kommen – es geht nur darum, zu verstehen: Eine Wanderung im Umfeld Münchens ist trotz aller »Harmlosigkeit« immerhin eine Nummer größer als ein Spaziergang durch den Englischen Garten.



Ein Gewitter zieht über Bergkirchen herauf.



Ausrüstung und Kleidung

Wanderungen rund um München erfordern keine spezielle Ausrüstung. Je nach Länge der Tour, Wegbeschaffenheit, Einkehrmöglichkeiten und Wettervorhersage wird man allerdings die Kleidung und das Marschgepäck etwas variieren. Vor allem bei längeren Touren sollten mit dabei sein: ausreichend Getränke und etwas zu essen, eine dem Wetter angepasste, bequeme Kleidung, je nach Jahreszeit und Wetter Sonnenschutz (Hut, Creme, Brille) und/oder Schutz gegen Kälte und Wind (Handschuhe, Mütze), ein aufgeladenes Mobiltelefon, eine gute Wanderkarte und dieses E-Books. Weitere hängt von Ihren individuellen Bedürfnissen und Gewohnheiten ab: eine zusätzliche leichte Jacke, Wechselwäsche, GPS-Gerät, Kompass, Stirnlampe, Wanderstöcke, Sitzkissen, Fotoausrüstung, Tier- und Pflanzenbestimmungsführer, Fernglas, Regen- oder Sonnenschirm, Gamaschen, Grödel/Spikes (bei Vereisung), Erste-Hilfe-Set mit Blasenpflastern, Deodorant ...

Beim Schuhwerk ist von der Trekkingsandale bis zum Bergstiefel alles möglich – je nach Wetter, Wegbeschaffenheit und persönlicher Vorliebe. Fast alle Touren dieses Guides habe ich mit Multifunktions-Outdoor-Halbschuhen durchgeführt, die fester als Laufschuhe, aber leichter als Wanderstiefel sind.

Ausgangspunkt und Anfahrt

Jede Tour beginnt entweder an einer Haltestelle, die mit S-Bahn, Bus, U-Bahn, Regionalbahn oder Straßenbahn erreichbar ist, oder, wenn es gute Gründe für eine Anreise mit dem Auto gibt, an einem Parkplatz. Auch bei den Touren, die an einer Haltestelle beginnen, können Sie natürlich mit dem Auto anreisen, allerdings werden hier keine Informationen zu Parkmöglichkeiten gegeben, denn in fast allen Fällen ist es in der Regel problemlos möglich, in der Nähe der Haltestelle einen Parkplatz zu finden. Bei Streckenwanderungen von A nach B spielen die öffentlichen Verkehrsmittel ihre ganze Stärke aus, da man

vom Zielpunkt einfach mit einer anderen Linie wieder nach Hause fahren kann, ohne wegen des geparkten Autos auf die Rückkehr zum Ausgangspunkt angewiesen zu sein. Rundwanderungen, deren Ausgangs- und Zielpunkt identisch sind, können selbstverständlich auch an einem anderen als dem angegebenen Punkt begonnen und beendet werden – je nachdem, von wo aus und wie Sie anreisen. Bei der Anfahrt mit dem Auto ist zu beachten, dass auf den Straßen rund um München vor allem im Berufsverkehr, zu Ferienbeginn und -ende sowie bei schönem Wetter am Wochenende hohes Verkehrsaufkommen herrscht. Um Stress und Stau zu vermeiden, ist es meist empfehlenswert, die Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu wählen.

Auskünfte über Fahrpläne und Preise finden sich im Internet unter www.mvv-muenchen.de oder (bei den Touren außerhalb des MVV) www.bahn.de.



Zu Fuß über die A 8 bei Palsweis.

Einkehr

Bei jeder Tour sind, soweit vorhanden, ausgewählte Einkehrmöglichkeiten, in Einzelfällen auch etwas abseits der Route, genannt. Öffnungstage und -zeiten können saisonal und wetterbedingt variieren und sind daher nicht angegeben – bitte vorab selbst informieren! Mithilfe der Telefonnummer und Internetadresse des Lokals können Sie mit Ihrem Mobiltelefon auch von unterwegs Kontakt aufnehmen und einen Tisch reservieren. Mein Tipp: Viele Gasthäuser bieten auch Übernachtungsmöglichkeiten – warum also nicht mal eine Wanderung mit einem gemütlichen Abend inklusive Übernachtung in einer gutbürgerlichen Traditionsgaststätte ausklingen lassen? So wird die Tagestour zum genussvollen Kurzurlaub, und die historischen Zentren von Orten wie Altomünster, Dachau, Freising oder Wolfratshausen schaut man sich auch beim Spaziergang am nächsten Morgen gern nochmal an.



Da ist die Welt noch in Ordnung: Maibaum und Wirtshaus in Humbach

Kleiner Tourenratgeber

Vom richtigen Zeitpunkt ...

Wanderungen rund um München sind fast immer möglich: zu allen Jahres- und Tageszeiten, bei Kälte und bei Hitze, ja sogar bei Nieselregen, Nebel oder leichtem Schneefall – nur nicht bei starkem Regen oder Sturm. Besonders schön ist das Wandern freilich dann, wenn nicht nur angenehme Temperaturen herrschen, sondern auch das bunte Farbenspiel der Natur das Auge erfreut – das ist oft im Mai, im September und im Oktober der Fall.

Wenn die Sonne tief steht, also morgens, abends sowie im Winterhalbjahr den ganzen Tag über, ist das Licht warm, plastisch, angenehm und schafft gute Bedingungen zum Fotografieren. In der sommerlichen Mittags- und Nachmittagshitze kann das Wandern insbesondere in der schattenlosen Ebene sehr unangenehm sein, andererseits entfalten Badeseen und manche Einkehrziele wie der Waldbiergarten in Mariabrunn dann erst ihren ganzen Reiz.

Wichtig zu wissen: An beliebten Ausflugszielen wie Andechs, Mariabrunn, der Pähler Schlucht, der Ilkahöhe, dem Deininger Weiher, Kleinhöhenrain und an fast allen Seen ist an Schönwetterwochenenden und Feiertagen sehr viel los. Wer dem Trubel aus dem Weg gehen will, sollte antizyklisch, also zu früher Stunde, werktags oder auch mal bei »schlechtem« Wetter unterwegs sein.



Mohn und Gerste: Es wird Sommer!

... und der tieferen Dimension des Wanderns

Für den Erfolg und den Erlebniswert einer Wanderung sind oftmals weniger die Rahmenbedingungen wie Zeitpunkt und Wetter ausschlaggebend, sondern eher Faktoren wie die innere Einstellung, Stimmung und Erwartungshaltung, das Harmonisieren mit den Wanderpartnern, ein reibungsloser Ablauf, glückliche Begegnungen und Fügungen oder Missgeschicke und (mitgenommene) Konflikte. Nicht selten trifft man Ausflügler, die zwar bei bestem Wetter unterwegs sind, aber doch nur mit ihren Problemen beschäftigt zu sein scheinen und ihre Umgebung kaum wahrnehmen. Tatsächlich kann eine Wanderung der geeignete Rahmen sein, um beim Gehen etwas »in Bewegung zu bringen«, was einem keine Ruhe lässt, ein wichtiges Gespräch zu führen, sich über eine Sache klar zu werden. Andererseits bietet sich beim Wandern auch die Chance, für ein paar Stunden gerade eben nicht mit den Problemen des Alltags konfrontiert zu sein: Man darf zur Ruhe kommen, muss nicht pausenlos auf Uhr und Telefon

schauen und kann sich für die vielen schönen Impressionen des Wegs öffnen.

Ob man nun mit natur- oder heimatkundlichem Interesse auf Wandertour geht, ob man das Wandern unter sportlichen, gesundheitlichen, kulinarischen, spirituellen oder religiösen Aspekten betrachtet oder einfach nur aus Spaß an der Freud' drauflos marschiert – das bleibt natürlich jedem selbst überlassen, und keine Art ist per se besser als die andere. Es braucht jedenfalls keinen Hang zur Esoterik, um zu erkennen, dass das Wandern mehr ist als nur eine Fortbewegungsart. Der große bayerische Pädagoge, Essayist und Weitwanderer Josef Hofmiller (1872–1933) hat das mit folgendem Satz angedeutet: »Wandern ist eine Tätigkeit der Beine und ein Zustand der Seele.«

Touren mit Kindern

Es kann keine pauschale Regel aufgestellt werden, ab wann Kinder zum Wandern in der Lage sind und wie weit sie in welchem Alter gehen können. Das hängt immer davon ab, wie abwechslungsreich die Tour ist und wie wandererfahren, motiviert und gut gelaunt die Kinder sind. Bereits ein Vierjähriger kann, wenn er »einen guten Tag erwischt«, sich genügend Zeit lassen darf und sich nicht langweilt, eine Strecke von 10 km zurücklegen.

Kurz und abwechslungsreich sind zum Beispiel die Touren »Durch die Amperauen bei Günding«, »Echinger Lohe und Garchinger Heide«, »Schwabner Moos und Semptquelle«, »Im Kupferbachtal«, »Zur »Schönen Aussicht« in Kleinhöhenrain«, »Durch den Truderinger Wald«, »Grünwald – Georgenstein«, »Buchenhain – Hohenschäftlarn«, »Würmtal-Runde bei Mühlthal«, »Ilkahöhe und Deixlfurter See«, »Pähler Schlucht«, »Herrsching – Hörndl – Andechs«, »Am Weißlinger See«. Viele Touren lassen sich natürlich auch mit dem Kinderwagen meistern, wobei manchmal eine Änderung der Route nötig ist, um eine schwierige Passage zu umgehen. Es würde den Rahmen dieses Guides sprengen, bei allen Wanderungen detaillierte Hinweise und Alternativrouten für die Befahrung mit Kinderwagen zu geben, zumal manch eine(r) kein Problem mit einer kurzen Tragepassage hat,

während andere nur breite, völlig hindernisfreie Wege als kinderwagengerecht erachten. Definitiv nicht geeignet zur Befahrung mit Kinderwagen sind die Touren »Ampertal-Runde ab Jarzt«, »Durch die Amperauen bei Günding«, »Münchner Drei-Seen-Tour«, »Kirchseeon – Ebersberg«, »Im Kupferbachtal«, »Teufelsgraben und Mangfalltal«, »Mitterdarching – Fentberg«, »Grünwald – Georgenstein«, »Buchenhain – Hohenschäftlarn«, »Pupplinger Au, Eisweiher und Weiße Wand«, »Loisach-Mündung und Dorfner Höhe«, »Würmtal-Runde bei Mühlthal«, »Pähler Schlucht«, »Hechendorf – Andechs (1)«, »Hechendorf – Andechs (2)«, »Herrsching – Hörndl – Andechs« und »Herrsching – Breitbrunn«. Je nach Alter können Sie Ihr Kind auch mit dem Laufrad oder dem Fahrrad mitfahren lassen, während Sie wandern, oder es in der Kraxe mittragen – einfach mal ausprobieren!



Kinder spielen und wandern besonders gern im Wald.



© Joachim Burghardt

Gern gehen die Kinder voraus und kundschaften den Weg aus.

Touren mit Hunden

In vielen geschützten Gebieten besteht Leinenpflicht, teilweise gibt es auch generelle Hundverbote wie z. B. im Erholungsgebiet Oberndorf am Wörthsee zwischen 15.05. und 15.09. oder in der Garchingener Heide. Örtliche Hinweis- und Verbotsschilder sind zu beachten. Vom Betreten einer Kuh- bzw. Stierweide (z. B. bei Tour 36) mit Hund ist abzuraten, da Kühe beim Anblick von Hunden aggressiv werden können. Hundekot sollte mitgenommen und selbst entsorgt werden. Viele Wanderer und insbesondere Kinder empfinden es übrigens als unangenehm oder sogar furchteinflößend, unangeleiteten Hunden zu begegnen, die u. U. auf sie zustürmen und sie beschnuppern. Um Konflikte zu vermeiden, sollte man Hunde daher im Zweifelsfall immer an der Leine führen.

Schlechtwettertouren

Bei weniger gutem Wetter eignen sich kurze Touren am Wasser oder im Wald, deren Reiz nicht in der Fernsicht liegt. Paradebeispiele hierfür sind die Amperauen bei Günding (Tour 12), Wanderungen im Isartal (Touren »Unterhaching – Hinterbrühl«, »Grünwald – Georgenstein« und »Buchenhain – Hohenschäftlarn«), die Pähler Schlucht (Tour 50) und der Weißlinger See (Tour 57). Aber auch andere Touren können trotz schlechtem Wetter ein schönes Wandererlebnis bieten: Bei Nebel oder Nieselregen ist kaum jemand unterwegs, und die Landschaft wirkt besonders still und geheimnisvoll.