

Lisa und Wilfried Bahn Müller



# RADEL DICH GLÜCKLICH *Chiemgau*

26 erholsame Radtouren



BRUCKMANN

Lisa und Wilfried Bahn Müller

**RADEL DICH**



**GLÜCKLICH  
Chiemgau**

**26 erholsame Radtouren**

Exklusiv für Sie als Leser:

**MIT GPS-DATEN  
ZUM DOWNLOAD**

unter: [gps.bruckmann.de](https://gps.bruckmann.de)



**BRUCKMANN**

# INHALT

Tourenüberblick

Radel dich glücklich – im Chiemgau

Gut vorbereitet auf Tour

## CHIEMGAU

- 1 STADT, LAND, FLUSS**  
Von Rosenheim zum Hofstätter See
- 2 SIMSSEE AM TOR IN DEN CHIEMGAU**  
Rund um Riedering
- 3 MARE E MONTE – DAS BESTE VON BEIDEN**  
Über die Ratzinger Höhe zum Simssee
- 4 AUF UND AB AM SAMERBERG**  
Von Nußdorf nach Törwang
- 5 AUF DEM PRIENTALRADWEG INS BERGTAL**  
Von Frasdorf ins Sachranger Tal
- 6 GOTISCHE FRESKEN UND CHIEMGAUER SACHERL**  
Über Urschalling und Frasdorf nach Bernau
- 7 INS WEITLÄUFIGE NATURSCHUTZGEBIET**  
Einmal um die Eggstätter Seenplatte
- 8 DAS GRÖSSTE HOCHMOOR SÜDBAYERNS**  
Von Grassau in die Kendlmühlfilzen

- 9 MIT BERGBLICK DURCHS ACHENTAL  
Ab Grassau nach Schleching
- 10 ZWISCHEN MOOREN, VOGELSCHAU UND BERGBLICK  
Vom Grabenstätter Schloss bis Bergen
- 11 VON KAPELLE ZU KAPELLE  
Von Grabenstätt nach Traunstein
- 12 AUF DEN SPUREN UNSERER URAHNEN  
Um Seebruck herum
- 13 ROUTE INS GLÜCK  
Am Chiemsee-Nordufer entlang
- 14 VON KUNST UND KLOSTER ZUM BIER  
Rund um Seeon
- 15 ÜBERRASCHENDE AUSSICHTEN  
Von Obing nach Norden
- 16 VON A NACH B - ALTENMARKT UND BAUMBURG  
Entlang der Alz nach Trostberg
- 17 AUF DEN SPUREN DES WEISSEN GOLDES  
Von Siegsdorf nach Traunstein
- 18 ZUM STAUNEN, FREUEN UND GLÜCKLICHSEIN  
Rund um Ruhpolding
- 19 PANORAMATOUR MIT ZEIT FÜR MEHR  
Einmal rund um Inzell

## RUPERTIWINKEL

### 20 ALTE SCHLACKENHÖFE UND EIN KLOSTER

Um Teisendorf

### 21 DIE PERFEKTE BADE-RADL-TOUR

Rund um den Waginger See

### 22 ZWISCHEN PICKNICKPLATZ UND BADESPASS

Die Tachinger-See-Runde

### 23 ZWEI BURGEN AN EINEM FLUSS

Von Burghausen nach Tittmoning

### 24 DURCH DEN MALERISCHEN RUPERTIWINKEL

Ab Laufen über Schönram

### 25 EISENBAHNWELTEN UND EIN NATURJUWEL

Von Freilassing ins Ainringer Moor

### 26 GRENZÜBERSCHREITEND GLÜCKLICH

Ab Freilassing nach Salzburg

Register

Impressum



Am Weg zur Ratzinger Höhe, **Tour 3**

## Piktogramme erleichtern den Überblick

 Leicht

 Mittel

 Schwer

 Fahrzeit

 Weglänge

 Höhenunterschied

 Einkehr

 Kindergeeignet

 Sehenswürdigkeiten

 Viel Sonne

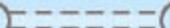
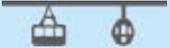
 Bademöglichkeit

 Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln

## Zeichenerklärung zu den Tourenkarten

 Tour

 Tourenvariante

	Richtungspfeil
	Ausgangs-/Endpunkt der Tour
	Bahnlinie mit Bahnhof
	S-Bahn
	Tunnel
	Seilbahn, Gondelbahn
	Bushaltestelle
	Parkmöglichkeit
	Hafen
	Autofähre
	Personenfähre
	Flugplatz
	Kirche/Kloster
	Kapelle
	Burg/Schloss
	Ruine
	Wegkreuz
	Denkmal
	Turm
	Leuchtturm
	Windpark
	Windmühle
	Mühle



Hotel, Gasthof, Restaurant



Jausenstation



Schutzhütte, Berggasthof (Sommer/Winter)



Schutzhütte, Berggasthof (Sommer)



Unterstand

Grillplatz



Jugendherberge



Campingplatz



Information



Museum



Bademöglichkeit



Bootsverleih



Sehenswürdigkeit



Ausgrabung



Kinderspielplatz



schöne Aussicht



Aussichtsturm



Wasserfall



Randhinweispfeil



Maßstabsleiste

# TOURENÜBERBLICK

## Tour



Tour	Icon 1	Icon 2	Icon 3	Icon 4	Icon 5	Icon 6	Icon 7	Icon 8	Icon 9	Icon 10
1 ● Von Rosenheim zum Hofstätter See	3.00	35,0	250	●		●		●	●	
2 ● Rund um Riederling	2.30	22,0	250	●	●		●	●		
3 ● Über die Ratzinger Höhe zum Simssee	3.30	33,0	500	●		●	●	●	●	
4 ● Von Nußdorf nach Törwang	4.00	30,0	550	●		●		●	●	
5 ● Von Frasdorf ins Sachranger Tal	3.30	34,0	350	●		●				
6 ● Über Urschalling und Frasdorf nach Bernau	2.40	28,0	350	●	●	●	●	●	●	
7 ● Einmal um die Eggstätter Seenplatte	3.00	34,0	200	●	●			●	●	
8 ● Von Grassau in die Kendlmühlfilzen	2.30	20,0	100	●	●	●				●
9 ● Ab Grassau nach Schleching	3.15	30,5	280	●		●		●	●	
10 ● Vom Grabenstätter Schloss bis Bergen	2.15	25,0	250	●	●	●	●	●	●	●
11 ● Von Grabenstätt nach Traunstein	3.00	30,0	350	●		●	●			●
12 ● Um Seebruck herum	2.30	21,0	200	●	●	●	●	●		

13	●	Am Chiemsee- Nordufer entlang	3.00	29,0	120	●	●	●	●	●
14	●	Rund um Seeon	2.15	20,0	150	●	●	●	●	●
15	●	Von Obing nach Norden	2.50	26,0	250	●		●	●	●
16	●	Entlang der Alz nach Trostdorf	2.00	20,5	120	●	●	●	●	●
17	●	Von Siegsdorf nach Traunstein	1.50	17,0	150	●	●	●	●	●
18	●	Rund um Ruhpolding	2.00	22,0	300	●		●	●	●
19	●	Einmal rund um Inzell	1.30	15,5	100	●	●	●		
20	●	Um Teisendorf	1.50	17,0	100	●	●	●	●	●
21	●	Rund um den Waginger See	2.00	22,0	100	●	●	●	●	●
22	●	Die Tachinger- See-Runde	2.00	20,0	100	●	●	●	●	●
23	●	Von Burghausen nach Tittmoning	4.00	42,0	400	●		●	●	●
24	●	Ab Laufen über Schönram	3.15	37,0	300	●		●	●	●
25	●	Von Freilassing ins Ainringer Moor	2.00	19,0	120	●	●	●	●	●
26	●	Ab Freilassing nach Salzburg	3.00	34,0	80	●		●	●	●

● Leicht

● Mittel

	Schwer
	Fahrzeit in Std.
	Länge in km
	Höhenunterschied in Hm
	Einkehr
	Kindergerecht
	Sehenswürdigkeiten
	Viel Sonne
	Bademöglichkeit
	Öffentliche Verkehrsmittel

# RADEL DICH GLÜCKLICH – IM CHIEMGAU

**Wer hat Lust auf einen Tag an der frischen Luft?** In freier Natur? Wer möchte bei einer entspannten Radtour durch traumhafte Landschaften seine Nervenbahnen mit Glückshormonen fluten? Neues entdecken und dabei zu sich selbst kommen? Wir sind dabei!

Der Chiemgau und der Rupertiwinkel gehören zu den schönsten Landschaften Deutschlands. Meistens denkt man beim Chiemgau an den Chiemsee mit der Herreninsel. Allerdings hat der Chiemsee, auch Bayerisches Meer genannt, noch unzählige Geschwister. Größere und kleinere Seen und Weiher, die den besonderen Reiz der Region ausmachen. Diese Landschaft wurde vor allem durch die gewaltigen Gletschermassen der letzten Eiszeit geformt. Dabei entstanden viele Toteisseen, die ganzen Kolonien an seltenen Tieren und Pflanzen ein Zuhause bieten. Dazu gehören die Eggstätter Seenplatte, der Tüttensee oder der Griessee.

Ein weiteres Eiszeitrelikt sind die vielen Moore und Filzen. Egal, ob die Kendlmühlfilzen bei Grassau, das Bergener Moos, die Schönramer Filzen, das Grabenstätter oder Ainringer Moos oder eines der vielen Feuchtbiotope, alle sind auf ihre Art einzigartig und immer eine Radtour wert.

Die Gebietsbezeichnung Rupertiwinkel bezieht sich übrigens auf den Heiligen Rupert, den ersten Bischof von Salzburg, der um 650 bis 718 lebte. Bis 1803 war das Land ein Teil des Erzstifts Salzburg. Erst 1810 fiel der Rupertiwinkel an das

Königreich Bayern. Eine Grenze im Osten ist durch die Salzach und den Übergang nach Österreich definiert. Im Süden bildet Piding die Linie zum Berchtesgadener Land, während sich im Westen der Übergang in den Chiemgau im Landkreis Traunstein fließend vollzieht.

John F. Kennedy, der 35. Präsident der Vereinigten Staaten von Amerika, hat es einmal treffend beschrieben: »Nichts ist vergleichbar mit der einfachen Freude, Rad zu fahren.«

In diesem Sinne wünschen wir glückliche und unvergessliche Radtouren

*Lisa und Wilfried Bahn Müller*





**Farbtupfer am Chiemsee**

# GUT VORBEREITET AUF TOUR

Alle in diesem Buch beschriebenen Radausflüge sind Rundtouren. Sie wurden nach rein subjektivem Ermessen in die Kategorien »leicht - mittel - schwer« unterteilt. Selbstverständlich empfindet das jeder Radfahrer anders. Aber der Leistungsbogen der 26 Touren ist eher einfach, was Länge, Höhenmeter und somit Kondition betrifft, sodass die Touren allesamt gut zu meistern sind. Viele nützliche und allgemeine Tipps rund ums Fahrradfahren stehen auf der Homepage des Allgemeinen Deutschen Fahrradclubs ([www.adfc.de](http://www.adfc.de)). Wir wollen nur die für uns wichtigsten Hinweise erklären.

## FAHRZEITEN UND HÖHENANGABEN

Für die Tourensteckbriefe haben wir uns um genaue Recherche bemüht. Bei den Zeitangaben gehen wir von einer Durchschnittsgeschwindigkeit von ca. 10 km/h aus. Auf ebener Strecke geht es etwas schneller voran, bei Steigungen entsprechend langsamer. Bitte planen Sie genügend Zeit für Pausen, Einkehr- oder Besichtigungsstopps ein, diese wurden von uns nicht berücksichtigt! Außerdem sollten Sie unbedingt vorher die aktuellen Öffnungszeiten von Sehenswürdigkeiten oder Ruhetage von Gaststätten überprüfen! Viele der Touren eignen sich auch für Familien mit Kindern, die sicher Fahrrad fahren können.



**Raiten bei Unterwössen über der Achen, [Tour 9](#)**

## Glückskategorien

---

Die Radtouren in diesem Buch sind in vier Rubriken unterteilt und entsprechend farblich gekennzeichnet: »Tour für die Sinne«, »Tour der Stille«, »Tour für den Genuss« sowie »Tour mit Kultur« – je nachdem, welche ganz besonderen Glücksmomente im Vordergrund stehen. Viele der Radrunden erfüllen natürlich sogar mehrere Kriterien; in diesen Fällen wurde das aus Autorensicht wichtigste Merkmal verwendet.

### **Tour für die Sinne**

Diese Strecken kann man intensiv mit allen Sinnen erleben. Dazu steigt man am besten vom Fahrrad und erlebt ein paar Momente des Innehaltens, um die Schönheit, Geräusche und Gerüche einer bunten Blumenwiese zu genießen, das Gefühl von taunassem Gras unter den Füßen

zu spüren oder sich an einem Bach oder See zu erfrischen. Man kann zwitschernden Vögeln lauschen oder einfach nur auf einen der vielen Chiemgauer Seen blicken und das Glitzern des Wassers genießen. Das Rezept zum Glücklichein ist einfach!



### Tour der Stille

Einsame, unbekannte Wege abseits des Trubels, auf denen nur wenige Radfahrer unterwegs sind, stehen hier im Mittelpunkt. Wer hier fährt, kann viel Ruhe genießen – und das fast ganz allein.



### Tour für den Genuss

Radfahren heißt auch genießen! Dazu verführen lauschige Biergärten, urige Wirtshäuser mit lokalen Spezialitäten, nette Dorfcasés mit hausgemachten Kuchen, gemütliche kleine Geheimtipps und regionale Produkte aus einladenden Hof- und Klosterläden. Aber auch Tipps für besonders schöne Picknickplätze sind ein Genussfaktor der Touren.



### Tour mit Kultur

Auf Kunst und Kultur liegt das Hauptaugenmerk bei diesen Fahrradtouren. Manche kulturelle Highlights sind das Ziel, andere wiederum liegen am Wegesrand. Klöster, Kirchen, Museen und Städte locken zu einer genauen Besichtigung und schärfen das Bewusstsein für die Gegend und ihre Geschichte.



### RAD- UND WANDERKARTEN

Zur Wegfindung reichen die Karten im Buch zusammen mit der Wegbeschreibung im Text aus. Wer aber die Touren verlängern oder abkürzen will, dem hilft zur Orientierung eine zusätzliche Rad- bzw. Wanderkarte. Wir haben sehr gute Erfahrungen mit den Kompass-Karten gemacht, die noch dazu den Vorteil bieten, dass sie fast überall erhältlich sind.

### EINKEHR/VERPFLEGUNG

An Einkehrmöglichkeiten herrscht kein Mangel. Verhungern oder gar verdursten muss in Bayern niemand. Wir haben bei jeder Tour einen entsprechenden Tipp angegeben. Nicht immer gibt es durchgehend warme Küche, und manche Gaststätten öffnen erst gegen Abend. Deswegen nehmen wir grundsätzlich reichlich zu trinken mit und packen zumindest einen Apfel, Durchhaltekekse, Studentenfutter oder einen Müsliriegel ein. Manchmal schmecken auch das selbst mitgeführte Picknick oder die eigene Brotzeit am besten.

## RADTYPEN

Wir sind die Strecken mit einem Touren- bzw. Trekkingrad gefahren. Ein robustes Citybike geht auch in Ordnung, ebenso ein Mountainbike. Dagegen ist ein Rennrad ungeeignet, da wir auch ab und an unebene Wege benutzen. Natürlich funktionieren die Touren bestens mit dem E-Bike. Sie sind allesamt eher kurz, sodass sie sich locker mit einem vollgeladenen Akku bewältigen lassen. Für den Notfall haben wir Aufladestationen angegeben, für die meisten muss man jedoch sein eigenes Ladegerät mitbringen. Unserer Erfahrung nach darf man seinen Akku fast in jedem Café oder Wirtshaus aufladen, wenn man dort einkehrt und vorher höflich fragt. Das Prinzip lautet: »Lademöglichkeit bei Verzehr.«

## AUSRÜSTUNG

Die Bekleidung ist natürlich von der Jahreszeit und vom Wetter abhängig. Gute Dienste erweist eine ausreichend gepolsterte Radhose. Sie schützt den Allerwertesten, ist elastisch genug, um jede Bewegung mitzumachen und gleichzeitig eng anliegend, damit sich die Hosenbeine nicht in der Kette verheddern. Wer sich in einer solchen Hose

unwohl fühlt, kann auch eine gepolsterte Fahrradunterhose tragen. Sehr bewährt hat sich Funktionswäsche als Oberbekleidung. Sie trocknet leicht und ist atmungsaktiv. Wegen der schattigen Waldwege packen wir auch im Sommer einen Pulli ein, gegen den Wind schützen Windstopper-Jacken. Sie lassen den Fahrtwind nicht durch, trotzdem schwitzt man in ihnen nicht wie z. B. unter einer reinen Regenjacke. Letztere erfüllt natürlich ihren Zweck an regnerischen Tagen, von denen Sie hoffentlich keinen einzigen erwischen!

Selbstverständlich eignet sich der Chiemgau ideal, um im Sommer in einem der zahlreichen Seen und einigen Flüssen schwimmen zu gehen. Deswegen nehmen wir Badesachen mit, inklusive einer kleinen Decke oder einem Handtuch als Unterlage. Weniger wichtig, aber ganz praktisch, sind Kamera, Sonnencreme, Brille gegen die Fahrtwindfliegen, Landkarten und Bestimmungsbücher für Flora und Fauna.

## SICHERHEIT

Auch beim Fahrradfahren gelten Regeln, die helfen, Unfälle zu vermeiden. Ein Fahrradhelm ist zwar nicht vorgeschrieben, sollte aber zur Pflichtausstattung gehören. Ebenso sollte man vor dem Start seine Ausrüstung und vor allem die Bremsen prüfen. Auch ein kleines Erste-Hilfe-Notfalltäschchen hat neben dem passenden Ersatzschlauch und der Luftpumpe (ohne Fahrradpumpe nutzt das beste Flickzeug nichts!) noch Platz im Rucksack oder in der Fahrradtasche.



### **Rosenheim, das Tor zum Chiemgau, [Tour 1](#)**

Im Herbst wird es früh dunkel. Falls Sie ein Fahrrad ohne funktionierende Beleuchtung besitzen, tragen Sie zumindest einen Fahrradhelm mit eingebauten Leuchtdioden oder beenden Sie vor Anbruch der Dunkelheit die Runde. Einige Streckenabschnitte erfordern verstärkte Rücksichtnahme – gegenüber anderen Fahrradfahrern, Wanderern oder der Natur. Niemand, dem der Erhalt der Landschaft am Herzen liegt, radelt abseits der Wege und Pfade querfeldein. Zur Sicherheit der Räder packen wir Fahrradschlösser ein. Es wäre schade, nach Besichtigungen oder der Hütteneinkehr ein böses Erwachen zu erleben.

**ANFAHRT**

Einige Ausgangsorte zu den Touren lassen sich mit der Bahn erreichen. Das ist umweltverträglicher und erspart die Blechlawine am Abend. Nur die Ausgangsorte zu den [Touren 2, 5, 12, 13, 15, 18, 19](#) sind nicht ohne eigenen Pkw zu erreichen.



**Bayerischer Löwe am Waginger See, [Tour 21](#)**





**Ruhpolding in den Chiemgauer Alpen, [Tour 18](#)**

# CHIEMGAU



**Im Tal der Tiroler Achen bei Schleching**

