

# mei DAHOAM

◆ DAS HEIMAT-MAGAZIN FÜR DAS BAYERISCHE OBERLAND ◆

FÜR SIE KOSTENLOS!

## LEBEN AUF DER ALM

DER ALLTAG EINER SENNERIN



**FRÜHLINGSLUST!**  
KULINARISCHE BLÜTEZEIT

**LIEBLINGSPLÄTZE**  
EIN LITERARISCHER STREIFZUG DURCHS OBERLAND

**DER BAIRISCHE TROUBADOUR**  
LIEDERMACHER JAN WANNEMACHER IM PORTRÄT





# RICHARD STRAUSS TAGE 2024

1.-11.6.

## GARMISCH PARTENKIRCHEN

### 11 TAGE MUSIK INMITTEN DER BERGWELT SÜDBAYERNS

SINFONIEKONZERTE, OPER, KAMMERKONZERTE,  
LIEDMATINÉE, MEISTERKURS GESANG, FÜHRUNGEN  
VILLA STRAUSS, HECKELPHON-SYMPIOSIUM U.V.M.

MIT EDDA MOSER, GÜNTHER GROISSBÖCK, RÉMY BALLOT,  
CAMILLA NYLUND, HELMUT DEUTSCH, PILSNER PHILHARMONIE,  
OPERNSTUDIO DER UNIVERSITÄT MOZARTEUM SALZBURG,  
ANGELIKA PROKOPP SOMMERAKADEMIE DER WIENER PHILHARMONIKER



[www.richard-strauss-tage.de](http://www.richard-strauss-tage.de)

TICKETS: [www.gap-ticket.de](http://www.gap-ticket.de), [www.muenchenticket.de](http://www.muenchenticket.de)



## IM KLOSTERMAIER ZUHAUSE SEIN. WIRKLICH.

Unser familiengeführtes Hotel und Restaurant in Icking – in unmittelbarer Nähe zu Wolfratshausen – bietet Ihnen als Gast das absolute Rundum-Wohlfühl-Paket: vom Frühstück bis zum Abendmenü, vom Wellnessbereich bis zur Terrasse mit Alpenpanorama, vom Parkplatz hinterm Haus bis zum praktischen S-Bahn-Anschluss direkt nach München.

Klostermaier Hotel & Restaurant, Mittenwalder Straße 9, 82057 Icking, [www.klostermaier.bayern](http://www.klostermaier.bayern)



### *Liebe Leserinnen und Leser,*

„Machgeschichten“, so heißt der Porträt-Podcast unserer Autorin Melanie Brüggemann über Menschen, die „einfach mal gemacht haben“. In ihren Beiträgen gibt sie dem Hörer Einblicke in spannende Erfahrungen, Sichtweisen und Lebensgeschichten von Menschen, die ihre Komfortzone verlassen haben, die sich Dinge getraut und an sich geglaubt haben, auch wenn andere es nicht getan haben. Im Rahmen der Recherchen hat Melanie auch Martina Fischer kennengelernt, die seit 13 Jahren (zehn davon

alleine!) jeden Sommer für vier Monate als Sennerin auf der Alm arbeitet. Wie Martina sich diesen Traum – trotz vieler Abers – erfüllt hat und wie ihr Alltag auf dem Berg aussieht, lesen Sie ab Seite 26.

Haben auch Sie eine ganz persönliche „Machgeschichte“? Oder träumen Sie davon, etwas zu tun, was andere vielleicht als verrückt empfinden? Bei meinem Mann und mir ist es der Wunsch, als digitale Nomaden im Wohnmobil quer durch Europa zu reisen. Obwohl das heutzutage – vor allem nach Corona – eigentlich kein besonders exotischer Gedanke mehr ist, trifft diese Idee in meinem Umfeld teilweise auf Unverständnis. „Was wird mit euren Jobs, der Rente?“, „Bist du sicher, dass euch ein so kleiner Raum zum Leben langt?“, „Meinst du nicht, dass ihr euch auf die Nerven gehen werdet?“, sind nur einige der Fragen, die dabei auf mich einprasseln. Ich glaube, wenn die Zeit reif ist, dann bleibt einem gar nichts anderes übrig, als „einfach zu machen“, wenn es einem mit der Erfüllung des persönlichen Herzenswunsches ernst ist. Denn es wird immer jemanden geben, der anders darüber denkt.

Auch unsere Autorin Susanne Böllert hat ihre Komfortzone verlassen, indem sie innerhalb von drei Wochen vom erprobten Mountainbike auf das Rennrad umsattelte, um den Sellaronda Bike Day quer durch die Dolomiten zu bestreiten. Vom Auf und Ab ihrer Gefühle in der Trainingsphase und während der Fahrt über 53 Kilometer und 1.650 Höhenmeter berichtet sie ab Seite 10. Wer nach dieser Geschichte selbst Lust verspürt, sportliche Hürden mit dem Bike zu meistern, bekommt ab Seite 14 Trainingstipps vom Profi-Radler Alexander Steffens.

Einer, der zwar nicht in der Ferne, sondern quasi vor der eigenen Haustür seinem Traum folgte, ist Liedermacher Jan Wannemacher aus Münsing. Er wagte mitten in der Pandemie einen beruflichen Neustart als Singer-Songwriter und bereut diese Seelenentscheidung bis heute keinen Tag. 70 Auftritte im Jahr 2023 sprechen für sich. Seine ganz persönliche „Machgeschichte“ lesen Sie ab Seite 42.

Einen Frühling voller Ideen und Elan wünscht Ihnen Ihre

SANDRA JOHNSON, Chefredakteurin



## Bett zu niedrig? Pflege zu Hause? Vorsorge fürs Alter?

**Höhenverstellbare Bettsysteme ...**  
... für leichtes Aufstehen aus dem eigenen Bett



Das Besondere an Homematic ist die motorische Höhenverstellung der gesamten Liegefläche. So erreicht man mühelos eine bequeme Aufstehposition. Einfach und sicher.

Ihre  
Fachberatung bei:  
Dorfplatz 6  
83671 Benediktbeuern  
Tel. 08857/215 oder  
www-betten-stern.de



## INTERESSANTES OBERLAND

### Gut zu wissen:

Aktuelles aus den vier Landkreisen

06

## FREIZEIT

### Ein Blick über die Grenze: der Sellaronda Bike Day

Volksradtag durch die Dolomiten

10

### In der Ruhe liegt die Kraft!

Trainingstipps vom Profi-Radler

14

### Der mit dem Grün tanzt

Im Gespräch mit Head-Greenkeeper  
Thorsten Cramer

16

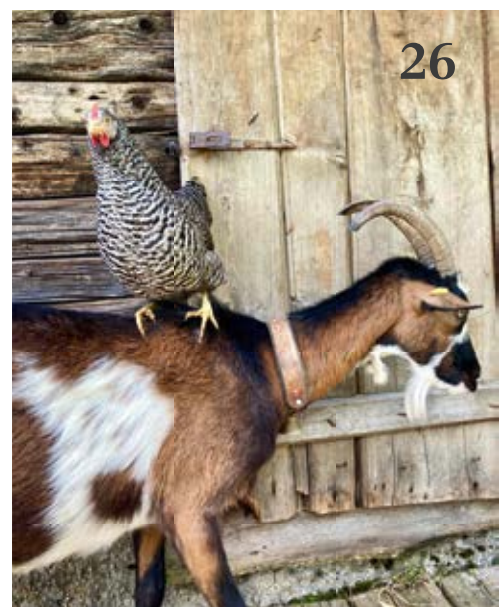


## Frisches Bio-Rindfleisch von Gut Schwaigwall – ein gutes Stück Qualität

- Bio-Rindfleisch aus gesicherter Herkunft
- besonders zartes und schmackhaftes Fleisch
- artgerechte Mutterkuhhaltung wie im Lehrbuch
- anerkannter Biobetrieb mit EU-Zertifikat
- auf Wunsch auch Lieferservice
- Verkauf in ca. 10 kg Mischpaketen.



Gut Schwaigwall  
Familie Fuchs, Schwaigwall 4, 82538 Geretsried  
Tel. 081 71-1 76 04, Mail: info@gut-schwaigwall.com  
www.gut-schwaigwall.com





## GENIESSEN

### Frühlingslust in Maigrün

Saisonale Feste und Köstlichkeiten

20

## BESSER LEBEN

### Was der Berg dich lehrt

Leben auf der Alm

26

### „Wurms Seife Tee Fass“

Mehr als nur ein Erlebnis für die Nase

32

### Kunstvoll. Visionär. Inspirierend

Magische Momente in  
Sissinghurst Castle Garden

34

## KULTUR

### Der bairische Troubadour

Liedermacher Jan Wannemacher im Porträt

42

### Erlesenes Oberland

Neue Bücher mit Geheimtipps der Autorinnen  
und Autoren

44

### Lesens- und Sehenswert

Buch- und Filmtipps aus der Redaktion

48

### Veranstaltungstipps

Unbedingt vormerken

52

### Aufstand der Frühaufsteher

Die DAHOAM-Kolumne

57

## STANDARDS

### Editorial

03

### Impressum

58



Landgasthof  
**Fischbach**  
- seit 1932 -

*Immer einen Ausflug Wert ...*

Familie Steingruber      Fischbach 48      Tel.: 0 80 41 / 48 17  
Landgasthof Fischbach      83646 Wackersberg      www.gasthaus-fischbach.de

museum  
werdenfels

DAS LANDKREISMUSEUM  
GARMISCH PARTENKIRCHEN

„... die Welt  
ins Bildhafte  
zu reißen...“

Georg Grasegger (1873-1927)  
Die Wiederentdeckung eines  
expressionistischen Bildhauers

16.3. - 3.11.2024

Links: Georg Grasegger, Tauwetter, Holz, 1918; rechts: Brutalität, Muschelkalk, 1912  
© Archiv Grasegger | Gestaltung: Andrea Sorg

www.museum-werdenfels.de



## Von der Wiese in den Topf und auf den Teller

→ Beim Kräuter-Erlebnis-Urlaub im Tölzer Land stehen Riechen, Schmecken und Fühlen im Mittelpunkt. Naturcoach Irmi Fröhlich vermittelt nicht nur altes Kräuterwissen, sondern auch moderne Zubereitungskunst. Von Bärlauch-Sushi über Gin Tonic mit Pimpernelle bis zu Grillspießen aus Schafgarbenstängeln – die Vielfalt ist groß. Bei einem Wochenende auf der Alm erfährt man nicht nur, welche schmackhaften Kräuter am Wegesrand wachsen, sondern auch, wie man sie richtig zubereitet. Regionale Köstlichkeiten, wie Waldhimbeertee oder Kräuterlimonade, geben einen Vorgeschmack auf die reiche Natur der Kräuter-Erlebnis-Region Tölzer Land. Die Almwiesen bieten einen wahren Schatz an natürlichen Wirkstoffen. Ein achtsames Pflücken ist erforderlich, um diese kostbaren Geschenke der Natur zu erhalten.

Das Abenteuer „Kochen auf der Alm“ zeigt, dass es nicht nur darum geht, Kräuter zu ernten, sondern auch um ihre bewusste Auswahl und schonende Verwendung.

[www.toelzer-land.de/](http://www.toelzer-land.de/)

[kraeuter-erlebnisregion.de/](http://kraeuter-erlebnisregion.de/)

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



FOTO: IRMI FRÖHLICH

## Tölzer Veg – jetzt ganzjährig erlebbar

→ Gesunder Lifestyle und Genuss: Der Tölzer Veg bietet seit mehr als zehn Jahren gleichermaßen für Touristen wie Einheimische eine breite Palette an verschiedenen Ernährungs-, Entspannungs- und Bewegungsangeboten. Eine Neuerung gibt es dieses Jahr: Statt wie sonst im Frühjahr und Herbst zur veganen Auszeit an der Isar zu animieren, ist das Programm jetzt ganzjährig erlebbar. Das Ziel ist aber das gleiche geblieben: Die Teilnehmenden sind dazu eingeladen, Neues auszuprobieren und sich schrittweise einem gesunden und bewussten Lebensstil zu nähern. Zum Beispiel bei den Kochkursen, die in die Geheimnisse des Fermentierens oder der ayurvedischen Küche einweihen. Atem- und Klangmeditation, tibetisches Heil-Yoga oder Aroma-Yoga mit ätherischen Ölen können helfen, im Alltag zu entspannen. Das Kurs- und Workshop-Angebot ist so unterschiedlich wie die Bedürfnisse des Einzelnen, so dass für jede und jeden etwas dabei ist – unabhängig vom Alter und den Vorkenntnissen.

[www.bad-toelz.de/toelzerveg](http://www.bad-toelz.de/toelzerveg)



FOTO: SHUTTERSTOCK

INFORMATION

GERETSRIED

SUDETENLAND

SCHLESIEN

DONAUSCHWABEN

SIEBENBÜRGEN

# MUSEUM

DER STADT  
GERETSRIED

... DIE EINFACH  
ANDERE GESCHICHTE

**Öffnungszeiten**  
Montag geschlossen  
Di, Mi, Fr bis Sonntag  
14.00 – 16.00 Uhr  
Do 17.00 – 19.00 Uhr

Graslitzer Straße 1  
82538 Geretsried Tel.  
081 71/62 98 161  
[www.geretsried.de](http://www.geretsried.de)



## Großes Blöken im Blauen Land

FOTO: BEZIRK OBERBAVERN, ARCHIV FLM GLENLEITEN, FOTO BÄCKFEM GLENLEITEN



→ Ein besonderes Highlight findet am 28. April 2024 im traditionsreichen Freilichtmuseum Glentleiten, dem größten seiner Art Südbayerns, statt. Hier im Blauen Land wird das renommierte „Große Blöken“ im Rahmen des Glentleitner Schafstags veranstaltet. Bei diesem einzigartigen Ereignis prämiiert die Arbeitsgemeinschaft Farbiges Bergschaf die schönsten Tiere ihres Verbands aus über 100 Schafen von etwa 25 Züchtern und Schafhaltern, um schließlich den Bayernchampion zu küren. Zu sehen sind verschiedene Schafrassen, die einst im Alpenraum weit verbreitet waren. Außerdem können die Besucherinnen und Besucher unter anderem der Spinnerin und der Filzerin über die Schulter schauen, eine Schafschur miterleben und verschiedenste Produkte vom Schaf erwerben. Eine Veranstaltung, die Jung und Alt gleichermaßen begeistert.

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

## Florian Klotz wird neuer Hüttenwirt der Brunnsteinhütte

→ Ab Mitte Mai wird der gelernte Forstwirt die beliebte Unterkunft für Wanderer auf 1.523 Metern Höhe übernehmen. Barbara und Hans-Peter Gallenberger übergaben dem 30-Jährigen nach 42 Jahren den Schlüssel der Hütte, die oberhalb der Hängebrücke über die Sulzleklamm und unterhalb des Mittenwalder Klettersteigs liegt. Florian Klotz kann zimmern und spengeln.



FOTO: PRIVAT

Er ist selbst leidenschaftlicher Bergsteiger und – wie sein Vorgänger – Bergwachtler. Obendrein kennt er die gemütliche Hütte „in- und auswendig“. Schließlich half er den alten Wirtsleuten in den letzten zwölf Jahren regelmäßig. Klingt nach einer Idealbesetzung. Der Respekt vor seiner neuen Aufgabe ist groß. Es gilt vieles zu wuppen: 38 Schlafplätze, Einkauf, Personal, die Küche, die große Sonnenterrasse, dazu Reparaturen an der Hütte und den Wegen rundherum. Die drei DAV-Prädikate „So schmecken die Berge“, „Mit Kindern auf Hütten“ und „Umweltgütesiegel“ möchte er auch gerne behalten. Deshalb wird Klotz, im Gegensatz zu den Gallenbergers, vorerst keine Tiere neben der Hütte halten. Worauf er sich am meisten freut? „Auf das neue Team am Brunnstein und, wenn beim Aufsperrn alles reibungslos läuft.“

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

**TOSC**ANNA  
GENUSSVOLL LEBEN



**SPEZIALITÄTEN  
AUS ITALIEN!**  
EUROPÄISCHE SOMMELIER  
AUSGEWÄHLTE WEINE  
GESCHENK-ARRANGEMENTS

Ausgewählte, sorgsam hergestellte Produkte für Genießer, die man in einem Supermarkt um die Ecke vergebens suchen würde, bringen ein Stück italienische Lebensart auch in Ihre Küche und in Ihre Genusswelt!



TOSCANNA GENUSSVOLL LEBEN  
AUGUST-MORALT-STRASSE 3  
83646 BAD TÖLZ  
TEL. 08041 / 79 40 94

ÖFFNUNGSZEITEN: MI 9:00 – 12:00 H,  
DO & FR 9:00 – 12:00 UND 15:00 – 18:00 H  
SA 9:00 – 12:00 H  
UND NACH TELEFONISCHER VEREINBARUNG

## Bahnabenteuer im Oberland: 13 Erlebnistouren mit dem Deutschlandticket

→ Die Alpenregion Tegernsee Schliersee, mit 18 Bahnhöfen und effizientem S- und Regionalbahnanschluss, ist perfekt für entspannte Erkundungen des Oberlands mit dem Deutschlandticket. Mit 13 Touren präsentiert die Region Wanderungen, kulinarische Highlights und Gipfelüberschreitungen. Kulturelle Entdeckungen bietet der Stadlberg bei Agatharied mit Rundweg, Einkehrmöglichkeiten auf der Stadlbergalm und einer Destilleriesichtigung bei Lantenschammer. Familienfreundliche Ausflüge versprechen Spaß mit großen Spielplätzen, erfrischenden Badeplätzen und aufregenden Aktivitäten wie Rodeln und Klettern am Oedberg oder Kletterabenteuern im „KletterZ“ in Weyarn. Die Bahnreise ermöglicht spannende Bergüberquerungen von einem Bahnhof zum anderen, wie die malerische Taubenbergüberschreitung von Warngau nach Darching oder die abwechslungsreiche Route von Hausham nach Schliersee über die Gindelalmschneid. Auch die Strecke zwischen Tegernsee und Schliersee bietet verlockende Optionen, zum Beispiel die Tour nach Neuhaus am Schliersee mit Gipfelsammeln auf Pfliegeleck, Riederstein, Rohrkopf und Baumgartenschneid.

[www.tegernsee-schliersee.de/mit-der-bahn-in-die-berge](http://www.tegernsee-schliersee.de/mit-der-bahn-in-die-berge)



FOTO: DIETMAR DENGER

## Reisen mit dem MVV im Landkreis Miesbach



FOTO: DIETMAR DENGER

→ Der Landkreis Miesbach ist jetzt ein vollwertiges Mitglied des MVV! Für Einheimische, Urlauber und Abenteuerlustige eröffnet sich ein nahtloses Nahverkehrsnetz. Die Gästekarte bietet kostenlose Fahrten mit Bussen, der BRB und der Wendelstein-Ringlinie – jetzt sogar auf der Schiene! Übernachtungsgäste kommen in den Genuss zusätzlicher Vorteile. Die MVV-Erweiterung ermöglicht einheitliche Tickets im gesam-

ten Gebiet und passt perfekt zur „Mit der Bahn in die Berge“-Kampagne der Alpenregion Tegernsee Schliersee. Der neue MVV-Faltplan bietet eine klare Übersicht und ist in allen Tourist-Infos im Landkreis Miesbach erhältlich.

[www.regionalentwicklung-oberland.de/mvv-beitritt-des-landkreises-miesbach/](http://www.regionalentwicklung-oberland.de/mvv-beitritt-des-landkreises-miesbach/)



## Lothar-Günther Buchheim: Kunstmarktlegende im Fokus



FOTO: JULIA WEIMER

→ Am malerischen Starnberger See gelegen, öffnet das Buchheim Museum seine Türen für einen faszinierenden Blick in die Kunstgeschichte



FOTO: BUCHHEIM MUSEUM

und ihre Hintergründe. Die Studio-Ausstellung vom 16.03. bis 16.06.24 präsentiert nicht nur den Sammler und Händler Lothar-Günther Buchheim (1918–2007) als Akteur des Kunstmarktes, sondern entführt die Besucher auch in die fesselnde Welt der Provenienzforschung – eine systematische Spurensuche zur Herkunft von Kunstobjekten und Kulturgütern.

Die Frage, wo man mit einer solchen Recherche beginnt, hat keine einfache Antwort. Ein wesentlicher Aspekt der Forschung sind die Erwerbungsquellen, die präzise dokumentieren, wo, wann und von wem ein Kunstobjekt seinen Besitzer wechselte. Diese Informationen sind von entscheidender Bedeutung für die Aufdeckung von NS-Raubkunst.

Papierarbeiten aus dem Provenienzforschungsprojekt „Zeichnungen & Aquarelle der ‚Brücke‘-Künstler“, unterstützt vom Deutschen Zentrum Kulturgutverluste, werden in Beziehung zu ihren Erwerbungsorten, meist Auktionshäusern, gesetzt. Anfangs fehlten Inventarbücher, doch Auktionskataloge und handschriftliche Notizen aus der Privatbibliothek der Buchheims ermöglichten erste Provenienzrekonstruktionen. Mit Unterstützung der Archive der Auktionshäuser wurden diese weiter ausgebaut.

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

Jubiläum  
25 Jahre  
Chakrablüten  
Essenzen

Für Erstkäufer  
halten wir ein  
Geschenk bereit



## Chakrablüten Essenzen Homöopathie



Ratgeber – Zeitschrift – Seminare  
Online-Shop: [lage-roy.de](http://lage-roy.de)

Jetzt: Direktverkauf in Murnau

LAGE & ROY VERLAG  
CHAKRABLÜTEN ESSENZEN MANUFAKTUR

Waldstraße 6 · 82418 Murnau-Westried  
T. 08841-4455 · Fax 4298 Mo.-Do. 8-16 Uhr, Fr. 8-15 Uhr

## Brandschutz Ammertal

**Peter Würsch**  
Kaminkehrermeister

**Verkauf / Wartung  
von Feuerlöschern**



Tel. 088 22/94 96 36  
Steinbachergasse 11  
82487 Oberammergau  
[peter-Wuersch@t-online.de](mailto:peter-Wuersch@t-online.de)







**UMSATTELN** FÜR DEN  
**SELLARONDA BIKE DAY**  
IN DEN **DOLOMITEN**



FOTO: FREDDT PERNISCHKEK





„53 Kilometer, 1.650 Höhenmeter und vier legendäre Pässe: kein Thema mit dem E-Bike. Wer sich auspowern möchte, nimmt das Rennrad.“ Zack! Der Trigger war gesetzt. Dafür hatte die harmlose Beschreibung im Presse-reisen-Programm nach Alta Badia gereicht. Denn natürlich würde ich mich auspowern, sollten doch die anderen „kein Thema haben“ und mit dem E-Bike den *Sellaronda Bike Day* in den Dolomiten bestreiten. Einen Haken hatte die Sache allerdings: Als eingefleischte Mountain-Bikerin bin ich zwar regelmäßig in vielen Bikeparks Bayerns, Österreichs und der Schweiz sowie auf den Trails Mallorcas, Gran Canarias oder Italiens unterwegs. Dank 180 Millimetern Federweg, einem üppig breiten Lenker und Stollenreifen für die optimale Traktion schrecken mich besonders auf der bewaldeten Endmoräne zwischen Ammersee-Ostufer und Kloster Andechs direkt vor meiner Haustür längst kein Schotterstück und kein Wurzeltrail mehr. Auf einem Rennrad saß ich hingegen noch nie.

## 53 Kilometer, 1.650 Höhenmeter und vier legendäre Pässe

### Wieso ich für die Challenge in den Dolomiten Mountainbike gegen Rennrad eintauschte

TEXT SUSANNE BÖLLERT

Freilich wird der *Sellaronda Bike Day*, der zweimal im Jahr internationale Radsportfans in die Regionen Trentino-Südtirol und Venetien lockt, als Volksradtag ohne Wettbewerbscharakter bezeichnet und ist 2006 extra für diejenigen eingeführt worden, die bei der berühmten Profi-Veranstaltung *Maratona dles Dolomites-Enel* kein Losglück hatten. Jedes Jahr bewerben sich für das Zeitrennen im Juli rund 30.000 Rennradfahrer aus allen Kontinenten, doch nur 8.000 ergattern eine Startnummer. Aber auch der „kleine Bruder“ der *Maratona* hat's in sich und führt Serpentine für Serpentine über die vier Dolomitenpässe Gardena, Sella, Pordoi und Campolongo. Insgesamt knapp 1.650 Höhenmeter mit einer Durchschnittssteigung von bis zu 7,9 Prozent schnurstracks hochstrampeln? Für eine im mäßig bergigen Alpenvorland lebende, Shuttle-verwöhnte Downhill-Aficionada ist das alles andere als eine verlockende Vorstellung.

Völlig unklar auch, wie sich so ein federleichtes Rennrad mit den dünnen Teerschneidern und diesem gebogenen Lenker verhält, an dem die Bremsen ganz woanders sitzen als beim Mountainbike. Bilder von in sich verkeilten Peloton-Fahrern und ihren verbogenen Rädern tau-





FOTO: NIKOLAJ HOLZACH

chen vor meinem inneren Auge auf. Dazu die nackte Haut, die der Asphalt blutig schürft, statt gut gepolstert mit Schonern, Brustpanzer und Fullface-Helm auf weichem Waldboden zu landen?

Eins ist klar: Ohne Training geht hier nix. Gerade einmal drei Wochen bleiben fürs Umsatteln. Die Entscheidung fürs Rennrad („wer sich auspowern möchte...“, Sie wissen schon) war recht spontan gefallen. Ein Leihbike ist flugs besorgt und auch die erste Trainingssession auf dem Rennrad rasch absolviert. Mit ernüchterndem Fazit: Für die Ammersee-Umrandung von Herrsching über Stegen, Utting und Dießen habe ich mit zwei Stunden Fahrzeit ganze 35 Minuten länger gebraucht, als der rennraderprobte Freund normalerweise fährt, der mir heute charmant seinen Windschatten gespendet hat. Der ungewohnt gestreckten Sitzhaltung habe ich außerdem üble Nackenschmerzen zu verdanken. Zurückgelegte Steigung: lächerliche 250 Höhenmeter. Versuch zwei wenige Tage später: Herrsching-Andechs-Pähl, Pähl-Andechs-Herrsching. Versuch drei: Mit atemberaubendem Blick auf die gesamte Alpenkette, die sich scharf wie eine Schablone vor dem blauen Himmel abzeichnet, geht's von Herrsching nach Tutzing am benachbarten Starnberger See und retour. 644 Höhenmeter. Toll! Fehlen ja nur noch knapp 1.000! Nicht mehr leise, sondern ziemlich laute Verzweiflung packt mich, gepaart mit ersten Selbstbeschimpfungen: „Wie bin ich großenwahnsinnige Kuh auf so eine hirnamputierte Idee gekommen? Andere Midlife-Krisen-Muttis versenken sich in veganes Kochen und Yin Yoga! Ich werde grandios scheitern, ich unfittes Großmaul!“



FOTO: NIKOLAJ HOLZACH

**Die Autorin im Sellaronda-Bike-Day-Trikot. Die ersten Höhenmeter das Grödnerjoch hinauf gehen noch easy vom Pedal**

**Beim Aufstieg zum Passo Sella verdunkeln sich kurzzeitig Laune und Himmel**

**Die Begegnung mit einem Handradfahrer lehrt wiederum Demut**



FOTO: NIKOLAJ HOLZACH

Immer wieder haben sich unter die Teilnehmer der *Maratona dles Dolomites-Enel* italienische Radrenngrößen wie Vincenzo Nibali oder Filippo Pozzato und sogar der fünffache Tour-de-France-Gewinner aus Spanien Miguel Indurain gemischt. Die Internet-Recherche zwischen den Trainingseinheiten stärkt Zuversicht und Selbstvertrauen auch nicht gerade. Profi-Sportler anderer Disziplinen wie der Skifahrer Christof Innerhofer oder Biathletin Dorothea Wierer, beide aus Südtirol, haben die sieben Pässe der „Königin unter den Langstreckenrennen Europas“ ebenfalls bezwungen, lese ich weiter und auf [www.maratona.it](http://www.maratona.it) ist vermerkt: Die absolute Bestzeit der Frauen seit Beginn der *Maratona* im Jahr 1987 hat Rennradprofi Samantha Arnaudo im Juli 2023 eingefahren: 5 Stunden und 5 Minuten für krasse 4.230 Höhenmeter auf 138 Kilometern. Kunststück mit den 40 Kilo, die die piemontesische Fahrerin auf die Waage bringt, denke ich voller Neid. „Das ist beim *Sellaronda Bike Day* anders, da starten Senioren, Familien mit Kindern, ja sogar Tandems. Ganz entspannt, kein Gegeneinander, kein



FOTO: NIKOLAJ HOLZACH



Gerangel um die beste Zeit, vielmehr ein Miteinander in der wunderbaren Natur der Dolomiten.“ So würde mich am Vorabend meiner Challenge Nicole Dorigo, PR-Chefin der Ferienregion Alta Badia, aufzubauen versuchen.

Doch noch läuft der Countdown. Das Training in der Heimat wird noch mal intensiviert. Insgesamt sollte ich in 18 Tagen sieben Touren bewältigen, besonders erwähnenswert vielleicht: die zwei schweißtreibenden Tage, an denen ich jeweils dreimal hintereinander den Aufstieg zum Hohen Peißenberg hinter mich bringe. Das ist recht zackig und trotz aller Schönheit des oberbayerischen Pfaffenwinkels irgendwann ein wenig repetitiv. Doch nach den zweiten 1.134 Höhenmetern auf 42 Kilometern in 2 Stunden 40 ohne Zitteranfalle unterhalb der markanten Rundfunkantenne macht sich endlich die Gewissheit breit: „Du schaffst das.“

Und jetzt rollt's! Immer im Angesicht des beeindruckenden Sellastocks aus hellgrauem Kalkstein, der wie die gesamten Dolomiten einst unter dem Meeresspiegel lag, kurbeln wir hinauf. Die Passstraßen sind von 8.30 Uhr bis 16 Uhr für den Autoverkehr gesperrt. So sind wir seit unserem Start in Corvara morgens um neun ungestört in der wahrhaft beeindruckenden Natur Alta Badias unterwegs, die Stimmung ist so friedlich und entspannt wie angekündigt. Auf Zeit fährt hier niemand. Man will sie genießen, diese für ihre außergewöhnliche Schönheit bekannte Strecke mitten im Dolomiten UNESCO Welterbe, die ab dem Passo Gardena Alta Badia verlässt und ins Grödnertal abtaucht, um anschließend auf dem Passo Sella nicht mehr südtirolerisch, sondern trentinisch zu werden. Ab Passo Pordoi, dem mit 2.239 Metern höchsten Punkt der Sellaronda, werden wir in Venetien unterwegs sein, bevor wir auf dem 1.875 Meter hohen Campolongo nach Alta Badia zurückkehren. Ins Keuchen um uns herum mischen sich Gelächter und Scherze, auf Ladinisch, Italienisch, Deutsch, aber auch Englisch und Holländisch. Wir sind viele – an die 10.000, die meisten auf dem Rennrad, einige auf dem E-Bike. Das ist im Gegensatz zur *Maratona dles Dolomites* ja erlaubt. Mein persönlicher Held ist mit dem Handbike unterwegs. Ihm fehlen die Unterschenkel.

„Man wird süchtig danach“, versichert uns Ingrid Wagner, als sie mit ihrem Mann auf dem Passo Gardena kurz verschnauft. Die 64-Jährige hat die ersten 590 Höhenmeter ab Corvara lässig mit ihrem Mountainbike absolviert, während sich Richard Wagner bei Steigungen von bis zu 13 Prozent lieber auf den Motor seines E-Bikes verlässt. Nein, trainieren würde sie im Vorfeld eigentlich nicht, beschämt mich die knapp 20 Jahre ältere Krankenschwester aus Kelheim, sie sei ja fit. Zum vierten Mal ist das Ehepaar beim Bike Day



FOTO: SUSANNE BÖLLERT

**Termine:** Sellaronda Bike Day am 6. Juni 2024 sowie am 14. September 2024. Alle Infos auf [www.sellarondabikeday.com](http://www.sellarondabikeday.com)

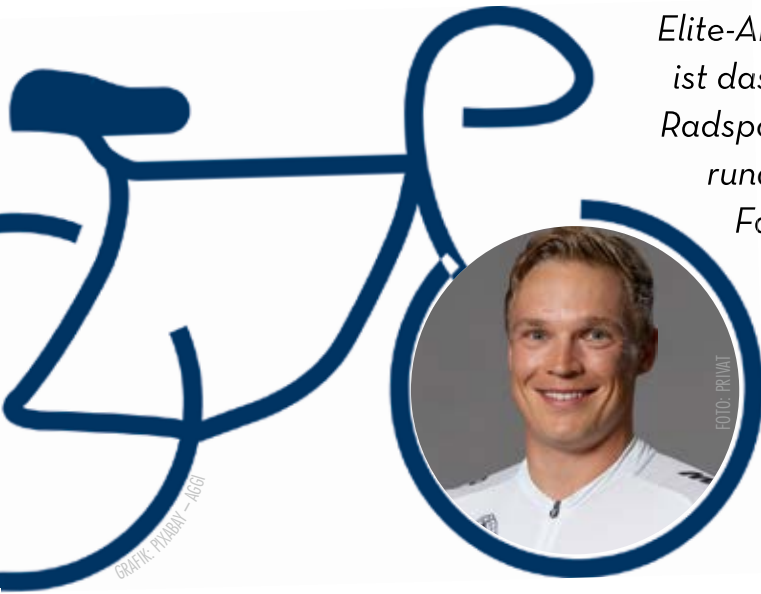
dabei. Nur im September 2022, da hätten sie abgebrochen, sagt Ingrid: „Da hat's so geschneit, dass hier oben eine richtige Winterlandschaft war.“

Heute ist es trocken und sonnig, aber kühl. Perfektes Bikewetter. Unter mir zeichnet sich der Schatten meiner Füße und Pedale ab, die sich heben und senken, heben und senken. Die Beine halten, der Tritt ist gleichmäßig, auch Atem und Puls bleiben unter Kontrolle. Ein bisschen stolz auf mich stürze ich mich in die Abfahrten. Gesprenkelter Asphalt fliegt mir entgegen, die Windjacke knattert vorlaut und mit jedem km/h steigt die Euphorie. Nach 3 Stunden und 49 Minuten ist es geschafft. Das Rennrädchen und ich haben die Sellaronda bezwungen. Ob aus dem Federgewicht und mir doch mehr wird als eine kurze Affäre? Zumal mich beim Abendessen im Gourmetrestaurant *Stua dla Lâ* in Badia ein unerwartetes Angebot ereilt: Pressekarten und damit ein sicherer Startplatz für die *Maratona dles Dolomites* am 7. Juli. Was soll ich sagen? Der Trigger ist platziert. ◆

**Auf geht's auf den Passo Pordoi, die vielleicht härteste Strecke der Sellaronda. Tapfer lächelt dieser Fahrer noch, während im Hintergrund Langkofel und Plattkofel ihre Spitzen in den Wolken verstecken**

# IN DER RUHE LIEGT DIE KRAFT!

## TRAININGSTIPPS VOM PROFI-RADLER



*Elite-Amateur Alexander Steffens (30) aus Dießen ist das Zugpferd des im Jahr 2020 gegründeten Radsportvereins AS Cycling Team, der Menschen rund um den Ammersee für das gemeinsame Fahrradfahren gewinnen möchte. Egal, ob alt, jung, mit oder ohne Handicap. Die meisten der um die 130 Mitglieder sitzen so wie Steffens selbst im Rennradsattel, vereinzelt sind auch Mountainbiker am Start*

INTERVIEW SUSANNE BÖLLERT



Alexander Steffens, gelernter Sport- und Fitnesskaufmann und bei TQ-Systems für die Firmenfitness zuständig, ist seit der Saison 2017/2018 in der Radsportszene unterwegs. Seine Karriere als Bundesliga-Triathlet hatte er nach einer schweren Knieverletzung kurz zuvor beenden müssen. Derzeit wartet er auf einen Profivertrag als Rennradfahrer.

Alex' Sieg 2018 in Ljubljana auf der Granfondo-Strecke, die Teil der UCI Granfondo World Series ist, bedeutete den Durchbruch für den gebürtigen Starnberger. Auf 156 Kilometern mit 1.800 Höhenmetern hatte Steffens einen neuen Streckenrekord aufgestellt. 20 bis 30 nationale und internationale Lizenzrennen, Meisterschaften und Marathons reißt der Rennfahrer pro Jahr ab. Im Interview gibt er Tipps, wie sich auch jemand, der deutlich gemächlicher durch die Gegend radelt, auf eine echte sportliche Herausforderung optimal vorbereiten kann.

**Alex, was rätst du Hobbysportlern, wenn sie zum ersten Mal ein Rennen oder einen Marathon fahren wollen?**

Grundsätzlich müssen sie entscheiden, ob sie durchkommen und Spaß haben wollen oder ob sie dabei auch eine bestimmte Zielzeit erreichen wollen.

**Nehmen wir an, es geht nur darum, Spaß zu haben und wohlbehalten ans Ziel zu kommen.**

Auch in dem Fall sollte man früh genug anfangen zu trainieren. Also mindestens acht Wochen vorher, besser sind zwölf für eine Strecke wie die Sellaronda. Bei längeren Strecken wie dem Ötztaler Marathon mit 227 Kilometern Länge braucht man circa ein Jahr für die Vorbereitung. So hat man genug Zeit, um sich mit dem Rennrad und mit sich selbst richtig auszukennen. Einerseits geht es natürlich um die Ausdauer. Trainingseinheiten von zwei bis drei Stunden sind dafür empfehlenswert. Aber neben dem Grundlagentraining sollte man sich auch früh genug an Steigungen wagen.

**Also immer nur um den Ammersee fahren reicht nicht?**

Nein, man sollte auch mal in die Berge fahren. Vorarlberg eignet sich dafür gut. Da gibt es schöne Routen, und es lassen sich gut Höhenmeter machen. Ganz wichtig für ein gutes Intervalltraining ist es, die Herzfrequenzregel zu beherzigen. Also für Grundlagentraining auf 60 bis 70 Prozent der maximalen Herzfrequenzleistung zu fahren. Die Faustregel ist: Von 220 das Lebensalter abziehen. Bei einem 40-Jährigen wären wir also bei einem Puls von 180. Davon 65 Prozent sind 117.



Für ein effektives Intervalltraining dürfen es dann auch mal über zehn Minuten 80 bis 90 Prozent sein, also ein guter 140er-Puls. Bei trainierten Personen weicht die Faustregel natürlich ab, und eine Leistungsdiagnostik für genaue Trainingszonen ist empfehlenswert.

#### Welchen Fehler sollte man unbedingt vermeiden?

Zu schnell zu fahren. Gerade am Anfang. Da gilt: In der Ruhe liegt die Kraft. Jeder Sportler muss sein Herz-Kreislauf-System erst einmal an die neue Belastung gewöhnen. Darum empfehle ich auch, maximal fünf Tage die Woche zu trainieren und zwei zu pausieren. Das könnte so aussehen, dass man Dienstag und Mittwoch kleinere Feierabendrunden dreht, Donnerstag aussetzt, am Freitag und am Wochenende längere Touren fährt und am Montag wieder pausiert.

#### Macht es Sinn, noch andere Sportarten neben dem Fahrradfahren zu praktizieren?

Gerade wenn man einen Bürojob hat und viel sitzt, sollte man ausreichend dehnen. Das Stretching kann einer Verkürzung des Hüftbeugers und der hinteren Oberschenkelmuskulatur vorbeugen. Als Athletiktraining bieten sich Kniebeugen, Liegestütze und der Unterarmstütz an. Der stabilisiert die Körpermitte, die beim Rennradfahren von großer Bedeutung ist.

#### Auch der Nacken wird durch die fast schon liegende Position auf dem Rennrad beansprucht, gerade wenn es lange bergab geht. Hast du da auch einen Tipp?

Die Nackenschmerzen sollten nach ein paar Wochen Training vergehen, man gewöhnt sich an die Position. Aber wer dauerhaft Rennrad fahren möchte oder Probleme mit dem Nacken hat, sollte unbedingt eine Radvermessung vornehmen und das Bike genau auf seinen Körper einstellen lassen.

#### Noch ein Wort zur richtigen Ernährung?

Grundsätzlich kann man alles essen, was man möchte. Stellt man aber seine Ernährung um, sollte man das nicht erst kurz vorher machen. Die Woche vor dem Rennen dann noch mal kohlenhydratreich essen und am Vortag eine Stunde locker fahren. Bei den Rennen selbst ist es ganz wichtig, alle 20 bis 30 Minuten einen Kohlenhydratriegel zu essen oder ein Gel zu sich zu nehmen. Zucker ist einfach der wichtigste Energiestoff, um einen Hungerast zu vermeiden. Außerdem: viel trinken! Und zwar Iso-Drinks statt Wasser.



FOTO: PRUNVIM.SE

#### So ein Radrennen ist dennoch eine ganz schöne Belastung für den Körper, oder?

Ja, deshalb sollte man sich auch genügend Zeit für das Training nehmen und herausfinden, was der Körper am besten verträgt, also etwa welches Gel für mich am besten geeignet ist. Oder welche Sitzposition ideal ist. Sorgt man aber dafür, sich während des Trainings immer optimal zu verpflegen und dem Körper immer genug Energie zuzuführen, kann das Immunsystem sogar gestärkt daraus hervorgehen. ♦

Der Moment, in dem sich auch das härteste Training auszahlt: Alexander Steffens jubelt auf der Ziellinie

Genießen Sie unsere wechselnden  
*Spezialitätenwochen*  
mit saisonalem Bezug wie z.B.

- Fonduewochen
- Glühwein-Hüttenromantik in der Weihnachtszeit
- Fischwochen von Aschermittwoch bis Karsamstag
- Kräuter- und Spargelwochen
- Mediterrane Wochen uvm...

Hausgemachte Kuchen, Torten, Windbeutel und Speiseeis

**Durchgehend warme Küche!**  
Mo/Di Ruhetag - an allen bayerischen Feiertagen geöffnet!

LANDGASTHAUS  
**Fischerwirt**  
in Schlehdorf am Kochelsee

*herzlich, ehrlich, regional*



Der mit dem **Grün** tanzt





*Es summt und brummt auf dem Bergkramerhof. Hier vergnügen sich Spieler, Ball und Biene gleichermaßen auf den Bahnen. „Artenschutz mit Leidenschaft“ lautet das Motto auf etwa 80 Hektar des gesamten Areals, denn Golf und Natur sind eng miteinander verbunden. Auf weniger als der Hälfte dieser Fläche fliegen Bälle über Fairways, werden geschippt, geputtet und abgeschlagen. Der Rest? Ein Paradies für bedrohte Bienen, Schmetterlinge und andere Insekten*

**INTERVIEW** BIRGIT WERNER



Im Gespräch mit Thorsten Cramer, Fachagrarwirt, Head-Greenkeeper und gelernter Gärtner, erfahren wir, wie auf dem Bergkramerhof Wolfratshausen in Zeiten des Klimawandels Sport und Artenschutz erfolgreich miteinander verbunden werden, um neue Lebensräume für Tiere und Pflanzen zu schaffen und zu erhalten.

**Damit Golfen Spaß macht, bedarf es einer speziellen Platzpflege durch den Greenkeeper. Idealerweise ohne Pestizide. Funktioniert das?**

Natürlich. Bei uns geht Golfspaß und umweltfreundliche Pflege Hand in Hand. Herzblut, Intuition und Fingerspitzengefühl sind gefragt, da oft nur ein kleines Zeitfenster für die richtige Pflegemaßnahme bleibt. Am Bergkramerhof verzichten wir schon aus eigener Überzeugung auf Pestizide. Außerdem ist es behördlich vorgeschrieben. In meiner Rolle setze ich auf organisch-mineralische Düngemittel, Kompost und Biostimulanzien wie nützliche Mikroorganismen für einen gesunden Rasen. Gleichzeitig optimieren wir Bewässerung und Bodenbelüftung, fördern die langfristige Gesundheit von Platz und Rasen und minimieren den Einsatz chemischer Substanzen. Als Head-Greenkeeper nutze ich innovative Methoden und verbinde Golfspaß mit einem umweltbewussten Platzmanagement.

GRAPHIC: BIRGE PRADNY – BIANCOARDIK · GRAPHIC: GOLFSPELER PRADNY – NO LONGER HERE

Reif für den  
Bergkramerhof?

Starten Sie jetzt mit einer  
Wechselmitgliedschaft.

Entdecken Sie den perfekten Mix aus  
Sport • Erholung • Gemeinschaft



**1.484 Euro**

plus 18-Loch-Gratis-Greenfee  
im Wert von 60 Euro

Bergkramerhof 1 · 82515 Wolfratshausen · T: 081 71 – 419 10  
info@bergkramerhof.com · www.bergkramerhof.com



**Kleines Bild links:**  
Mechanische  
Unkrautentfernung  
mit einem  
Rasenstriegel

**Kleines Bild rechts:**  
Beregnung wird  
durch Messtechnik  
ermittelt

### **Stimmt es, dass Golfplätze schwierig für die Umwelt sind? Wie geht der Bergkramerhof mit dieser Herausforderung in Bezug auf die Pflege um?**

Vorurteile über umweltschädliche Golfplätze beruhen oft auf Unkenntnis der Pflegepraktiken. Mit weniger als 1 % Golfspielern in Deutschland ist dies nachvollziehbar. Doch Golfplätze sind laut Dr. Andre Baumann, ehemaliger Umweltstaatssekretär, nicht das Problem, sondern Teil der Lösung. Der Deutsche Golfverband setzt sich seit 30 Jahren aktiv für den Naturschutz auf Golfplätzen ein. Wassernutzung wird kontrovers diskutiert, aber es existieren klare Regeln. Der Bergkramerhof optimiert derzeit seine Beregnungsanlage und nutzt moderne Messtechnik. Mit der Anmeldung bei „Golf & Natur“ streben wir weitere Schritte für eine noch umweltfreundlichere Gestaltung unseres Platzes an.

### **Was bedeutet das Programm Golf & Natur?**

Dieses Projekt des Deutschen Golf Verbandes motiviert und begleitet Golfanlagen aktiv bei der Integration umweltfreundlicher und nachhaltiger Praktiken. Der besondere Fokus liegt dabei auf Naturschutz,

Pflege der Landschaft, nachhaltigem Betrieb, Sicherheit am Arbeitsplatz und Umweltmanagement auf Golfplätzen. Entwickelt in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Naturschutz, benennt der Entwicklungsplan konkrete Maßnahmen und Zeitrahmen, die in der Umsetzungsphase realisiert werden. Die Zertifizierung durch die Deutsche Gesellschaft zur Zertifizierung von Managementsystemen (DQS) bildet den Abschluss dieses Prozesses. „Golf & Natur“ präsentiert somit eine ganzheitliche Strategie zur ökologischen Aufwertung von Golfanlagen und zu ihrer langfristigen nachhaltigen Gestaltung.

### **Wie können wertvolle Lebensräume abseits oder zwischen den Spielbahnen genutzt werden, um dem Artenrückgang entgegenzuwirken?**

Glatthafer-Talwiesen sind eine der vielfältigsten Lebensräume für Vögel und Insekten, mit bis zu 50 Pflanzenarten auf nur 25 Quadratmetern. Um dem Rückgang der Artenvielfalt entgegenzuwirken, pflegen wir diese wertvollen Bereiche zwischen den Spielbahnen durch extensive Nutzung. Charakteristische Pflanzen wie Wiesen-Pippau, Wiesen-Storch-





FOTO: PRIVAT

Ohne Profis wie Head-Greenkeeper Thorsten Cramer geht gar nichts auf dem Golfplatz

schnabel, Wiesen-Klee, Margerite, Wiesen-Bocksbart, Glockenblume, Flockenblume, Wiesen-Labkraut und Rote Lichtnelke prägen diese Flächen. Wasserflächen, offene Bodenstellen, Totholz und Insektennisthilfen schaffen zusätzliche Lebensräume oder unterstützen die Vermehrung bestimmter Arten. Ein durchdachter Pflegeplan sichert Ruhe- und Überwinterungsflächen in ausgewählten Bereichen der Golfplätze.

**Welche Anpassungen sind erforderlich, um dem Klimawandel zu trotzen?**

Hitzeperioden und Extremwetter nehmen immer mehr zu. Im Greenkeeping gewinnen praxisnahe Themen wie die Umstellung auf hitzetolerante Gräser an Bedeutung, die wenig Wasser benötigen. Die Optimierung der Bewässerungssysteme sowie die Nutzung von gespeichertem Regenwasser sind dabei zentral. Bei der Golfplatzplanung sollte Starkregen berücksichtigt werden, und schmalere Spielbahnen könnten Ressourcen schonen. Es gibt zahlreiche Anpassungsmöglichkeiten, die individuell umgesetzt werden können.

**Die neueste Innovation auf dem Bergkramerhof ist der Einsatz von Mährobotern. Ist das auch ein Beitrag zum Umweltschutz?**

Ja, Mähroboter auf Golfplätzen gelten als nachhaltige Lösung. Auf dem Bergkramerhof setzen wir auf Akkutechnologie zur Emissionsreduktion. Regelmäßige Mährobotereinsätze fördern dichteres Gras, erschweren Unkrautwachstum und verringern den Bedarf an chemischer Unkrautbekämpfung. Moderne Technologien zur Datenerfassung und -analyse helfen, den Pflegebedarf präzise zu steuern und den Ressourceneinsatz effizienter zu gestalten.

[www.bergkramerhof.com](http://www.bergkramerhof.com) ◆

# Schäftlerner KONZERTE



2024

- 4. Mai: Bach, Strauss, Haydn
- 8. Juni: Honegger, Haydn, Schubert
- 6. Juli: Barocker Zauber auf historischen Instrumenten
- 21. September: Mozart, Bottesini, Schubert
- 12. Oktober: Beethoven, Mozart

Orchester der Schäftlerner Konzerte, Ltg.: Michael Forster

Abos jederzeit erhältlich

Tickets: [www.muenchenticket.de](http://www.muenchenticket.de)  
 Abos und Infos: [kontakt@schaeftlerner-konzerte.de](mailto:kontakt@schaeftlerner-konzerte.de)  
 Förderkreis Schäftlerner Konzerte e.V., Tel. 08171/4330-0  
[www.schaeftlerner-konzerte.de](http://www.schaeftlerner-konzerte.de)



## Antikmarkt Galerie · Hausflohmarkt

Glas, Porzellan, Zinn, Dekoration, Bilderrahmen, Möbel und Mehr  
 Altes – Schönes – Nützliches – Wechselnde Ausstellung

Im Scharwinkel 3 · 83646 Bad Tölz  
 Nach telefonischer Vereinbarung: 0171 6270 216



# Frühlingslust

## IN MAIGRÜN

Wussten Sie, dass Maigrün ein genormter Farbton ist? Unter der nüchternen Bezeichnung RAL 6017 entspricht er den frischen, zarten Birkenblättern. Die sind übrigens nicht nur essbar, sondern köstlich als zarter Frühlingsalat, genauso wie viele andere Wildkräuter, die dazu noch überaus gesund sind. Frühlingslust bedeutet also: raus in die Natur, mit dem Rad zum Biergarten und zu den vielen Festen und Veranstaltungen, die jetzt in überbordender Fülle geboten werden

TEXT HEIKE HOFFMANN



**DEN FRÜHLING FEIERN**

Auch wenn's hierzulande manchmal noch schneit am ersten Mai: Der Maibaum wird aufgestellt! Es ist das erste Frühlingsfest im Dorf. Und eine ernste Sache, denn zunächst muss ein passender, möglichst stattlicher Baum gefunden und geschlagen werden. Manchmal ist er naturbelassen, oder er wird festlich in den bayerischen Landesfarben gestrichen. Vor allem, wenn er länger stehen darf, wie in Aying. Hier wird 2024 wie alle fünf Jahre der Maibaum direkt vor dem Brauereigasthof aufgestellt – ganz traditionell mit Scherstangen und Muskelkraft. Dazu gibt's selbstverständlich Bier und gute Speisen für Leib und Seele – bayerisch-traditionell im Ayinger Bräustüberl oder anspruchsvoll, fein und dennoch regional im Brauereigasthof Aying.

Doch nicht nur in Aying, sondern im ganzen Oberland wird der Beginn der warmen Jahreszeit gefeiert. Das Freilichtmuseum Glentleiten empfängt Besucher von Josefi im März bis Martini im November und eröffnet mit dem „Glentleitner Museumsfrühling“ das bunte Programm. Genießt außerdem auf die „Glentleitner Genusszeit“ am 14. April hingewiesen, und natürlich wird am 1. Mai auch dort ein Maibaum aufgestellt. Die Angebote des Freilichtmuseums sind so vielfältig und spannend, dass es sich lohnt, eine Saisonkarte zu erwerben.

Für Gartenbegeisterte lockt auch die Glentleiten am 16. Juni mit dem „Tag der offenen Gartentür im Tölzer Land“ und bietet heimische Kräuter- und Gemüsesorten an. Das „Ismaninger Kraut“ oder den Kopfsalat „Altöttinger Groß-Kopfada“ könnte man auch im Ayinger Garten finden. Beim Wirtsgartenfest am 7. Juni gibt hier der Gärtner Philipp Baumgärtel jede Menge Tipps. An Pfingsten pilgern Blumenfans nach Bad Tölz – dort finden vom 17. bis 20. Mai die Rosentage statt.

[www.aying.de](http://www.aying.de) / [www.glentleiten.de](http://www.glentleiten.de) / [www.rosentage.de](http://www.rosentage.de)



FOTO: AYINGER

**Freilichtmuseum Glentleiten – von der Tanke bis zur Alm**



Historische Mühlen, Werkstätten und Bauernhöfe samt Gärten und Tieren entdecken und sich an der Tankstelle in die 60er Jahre versetzt fühlen. In der Seilerei mithelfen, dem Wetzsteinmacher über die Schulter blicken, sich an der Kugelbahn vergnügen und bei schönem Ausblick unser selbstgebräutes Bier probieren – das alles könnt Ihr an der Glentleiten! [www.glentleiten.de](http://www.glentleiten.de)



Freilichtmuseum  
**Glentleiten**



**BAD TÖLZ**

**TÖLZER  
OSTER  
MARKT**

Täglich von  
11 bis 18 Uhr in  
der Marktstraße  
(außer Karfreitag)

**22.03.–01.04.  
2024**

Stadt Bad Tölz  
Referat für Tourismus und Kultur  
Max-Höfler-Platz 1, 83646 Bad Tölz  
Tel. 08041 7867-0  
[info@bad-toelz.de](mailto:info@bad-toelz.de), [bad-toelz.de](http://bad-toelz.de)

Scan mich!





## MICHELINSTERN IN MAIGRÜN

Tobias Franz ist Küchenchef des Brauereigasthofs Aying. Unter seiner Leitung erhielt das Restaurant den „Grünen Stern“ für nachhaltige Gastronomie.

### Wie wichtig ist „Natur“ in Ihrer Küche? Wie wichtig Produkte aus der Region?

Bei unseren Gerichten muss man einfach merken, dass man in Aying ist, das heißt, wir verwenden heimische Produkte, aus der eigenen Jagd, zunehmend aus unseren eigenen Gewächshäusern. Wir verlassen uns auf die langjährige und gute Partnerschaft mit unseren Lieferanten, denen Qualität und die Herstellung bester Produkte genauso wichtig sind wie uns. Dabei ist Regionalität bei uns kein herauszustellendes Merkmal, sondern eher eine Selbstverständlichkeit.

FOTO: CARINA PILZ

Die schöne  
Maienzeit:  
Frühlingsfeste  
begrüßen den  
Wonnemonat

Tobias Franz kocht  
nachhaltig köstlich

Wilde Kräuter  
aus der Natur –  
im Brauereigasthof  
Aying entstehen  
daraus edle Speisen



FOTO: AVINGER



FOTO: AVINGER



FOTO: HEIKE HOFFMANN



FOTO: HEIKE HOFFMANN



**Zum Gasthof in Aying gehört ein Garten – wandern da auch Zutaten direkt in die Küche?**

Oh ja, Salate und Kräuter müssen in der jeweiligen Saison nicht mehr zugekauft werden. Frischer geht's also nicht. Zudem hat unser Gärtner Philipp Baumgärtel eine große Leidenschaft für alte, seltene Gemüsesorten wie Haferwurzeln, Mairübchen, bunte Karotten ... Dadurch entsteht eine ungeahnte Geschmacksvielfalt zur Freude der Gäste.

**Was sind Ihre Lieblingsprodukte?**

Ich mag einfach so vieles gern, alles zu seiner Zeit, aber besonders gern hab' ich Wildkräuter.

**Warum Wildkräuter?**

Weil die einfach alles auf einmal sind. Nussig, bitter, frisch, eine gewisse Schärfe haben. Auch bei den Wildkräutern gilt: Durch natürliches Wachstum erhält man ganz andere Aromen und den ursprünglichen Genuss des eigentlichen Produktes, und dann braucht's eigentlich gar nicht mehr viel zu einem guten Gericht.

**Hätten Sie einen Frühjahrs-Kochtipp für unsere Leser?**

Im Sinne der Nachhaltigkeit möchten wir das gesamte Produkt verarbeiten. Im Frühjahr gibt es herrlich frischen Sellerie, Kohlrabi oder verschiedene Rüben. Aus deren Schalen lässt sich hervorragend Gewürzpulver herstellen. Einen besonderen Geschmack und eine wunderschöne Farbe hat das „Rote-Rübe-Gewürzpulver“ (siehe Rezept auf Seite 24).

**NACHHALTIG KÖSTLICH**

Nachhaltig kochen bedeutet erstens: Die Zutaten für die Gerichte stammen soweit es geht aus der Region und sind ohne den Zusatz von chemischen Substanzen entstanden. Die gute Nachricht für verzweifelte Gärtner lautet: „Unkraut“ kann man einfach aufessen, sollten sich Löwenzahn oder Wegerich im Beet ansiedeln wollen. Eine leckere Möglichkeit dafür bietet das Rezept für einen Wildkräutersalat auf Seite 25. Im Frühling wartet die Natur mit einer Fülle und Vielfalt an essbaren Wildkräutern auf, die aufgrund ihrer Bitterstoffe reinigen, entschlacken, voller Vitamine sowie vieler anderer gesunder Pflanzenstoffe sind und dabei köstlich schmecken.

Die zweite Regel für nachhaltiges Kochen heißt: Egal ob die Lebensmittel vom Tier stammen oder pflanzlichen Ursprungs sind – so viel wie möglich verwerten! So kann man zum Beispiel die Schalen von vielen Gemüsen zu Köstlichkeiten verwandeln, sofern sie biologisch angebaut wurden. Wichtig hier: Vor dem Schälen sollten die Gemüse sauber geschrubbt und unschöne Stellen weggeschnitten werden. ♦



Entdecken Sie unser buntes  
Veranstaltungsprogramm  
für Wolfratshausen!

**KULTUR**  
JAHRESPROGRAMM 2024

**PUR**

- 8.3. STEFANIE BOLTZ
- 8.3. / 11.3. NEUE PHILHARMONIE
- 16.3. JEREMIAS PESTALOZZI
- 26.3. SINFONIETTA ISARTAL
- 19.4. POETRY SLAM APRIL
- 4.5. WEN-SINN YANG
- 29.6. IMPALA RAY
- 7.7. SOMMER POETRY SLAM
- 13.7. PHIL. ORCHESTER ISARTAL
- 19.7. CONSTANZE LINDNER
- 13.9. LACH & SCHIESS ENSEMBLE
- 19.9. SOMMERNACHTSTRAUM
- 27.9. HANNAH-WEISS GROUP
- 27.9. CLARA SCHUMANN
- 11.10. CHRIS GALL
- 12.10. NOCHE DE TANGO
- 18.10. STEPHANIE LOTTERMOSER
- 25.10. DJANGO ASÜL
- 16.11. JENNERWEIN
- 23.11. LOISACHT. BAUERNBÜHNE
- 30.11. GEORG ARZBERGER
- 8./9.11. BLUES FESTIVAL
- 4.12. WINTERREISE
- 14.12. THE HOT STUFF JAZZ BAND



**VERKAUFSSTELLEN**

**Tourist-Info**  
Untermarkt 10  
82515 Wolfratshausen  
Tel. (08171) 214-206  
Mi / Fr / Sa 10 – 16 Uhr  
Do 10 – 17 Uhr  
So 14 – 17 Uhr

**Reisebüro Hecher**  
Fasanenweg 3  
82538 Geretsried  
Tel. (08171) 98120

**Tourist-Information  
Bad Tölz**  
Max-Höfler-Platz 1  
83646 Bad Tölz  
Tel. (08041) 786715

**M München  
T Ticket**  
Tel. (089) 54818181  
www.muenchenticket.de



FOTO: HEIKE HOFFMANN

## UNKRAUTNUDELN

Zunächst die Kräuter kurz blanchieren und möglichst viel Flüssigkeit herauspressen, dann fein hacken und pürieren.

Mehl in eine Schüssel geben, eine Mulde hineindrücken. Eier verquirlen und mit dem Kräuterpüree hineingeben. Mit den Händen oder dem Knetbalken einen geschmeidigen Nudelteig kneten. In Folie gewickelt ca. 1 Std. ruhen lassen.

Nun dünn ausrollen, die Teigplatte mit etwas feinem Grieß bestreuen, aufrollen und mit einem großen Messer zu Bandnudeln schneiden. Alternativ mit einer Nudelmaschine zu Bandnudeln verarbeiten.

- 400 g Mehl
- 3 Eier
- 2–3 Handvoll Wildkräuter  
(z. B. Giersch, Brennessel,  
Löwenzahn, Bärlauch)
- feiner Grieß zum Arbeiten

## ROTE-RÜBE- GEWÜRZPULVER

Von den jungen Bete-Pflanzen kann man alles verwerten. Blätter und Stiele lassen sich wie Spinat zubereiten, und die kleinen Knollen müssen auch nicht geschält werden. Sind sie größer, bereitet man ein Gewürzpulver aus den Schalen zu.

Schalen trocknen – entweder auf der Fensterbank in der Sonne oder im Backofen auf einem Backblech bei ca. 50 °C. Die getrockneten Schalen im Haushaltsmixer mit Salz und ein wenig Zucker pulverisieren.

Man kann die getrockneten Schalen in einem Schraubglas aufbewahren und so lange sammeln, bis eine vernünftige Menge fürs Mixen zusammenkommt. Oder man hobelt eine ganze rote Bete dazu und trocknet sie mit den Schalen.

Das Pulver würzt Nudelteig und Risotto, Suppen oder Smoothies.



FOTO: HEIKE HOFFMANN

- Schalen von roter Bete/roter Rübe
- Salz, Zucker



## WILDKRÄUTERSALAT MIT BLÜTEN-BALSAMICO

Blütenblätter von Gänseblümchen und Löwenzahn mit dem Essig verrühren und etwas ziehen lassen. Alle anderen Zutaten dazugeben und gut verrühren.

Die Wildkräuter verlesen, waschen und trockenschleudern. Die Blüten reinigen und möglichst nicht waschen. Mit dem Dressing vermengen.

- 2 Handvoll Wildkräuter  
(z. B. Spitzwegerich, Löwenzahn,  
Bärlauch, Vogelmiere)
- 2 EL milder Essig  
(z. B. Weißweinessig, Apfelessig)
- 1 EL Holunderblütensirup
- 1 TL Hagebuttenpulver
- 4 EL Blütenblätter  
(z. B. von Gänseblümchen  
oder Löwenzahn)
- 4 EL gutes Salatöl
- Salz, Pfeffer



## GRILLKÄSE MIT LÖWENZAHNKNOSPEN

Etwas Olivenöl in eine ofenfeste Form geben, darauf den Grillkäse legen und bei 180°C ca. 15 Min. backen. Löwenzahnknospen in einer Pfanne mit etwas Olivenöl braten, mit Sherry ablöschen und über dem Grillkäse verteilen. Auf Wildkräutersalat anrichten.

- 4 Grillkäse
- 1 Handvoll Löwenzahnknospen
- Olivenöl, Sherry

FOTO: HEIKE HOFFMANN

## Handwerk, Tradition und Genuss im Bierdorf Aying



Brauereigasthof Hotel Aying  
Zornedinger Straße 2  
85653 Aying  
T: 08095 90650



Ayinger Privatbrauerei  
Münchener Straße 21  
85653 Aying  
T: 08095 880



Ayinger Bräustüberl  
Münchener Straße 2  
85653 Aying  
T: 08095 1345





WAS DER **BERG**  
DICH LEHRT

Leben auf der Alm



*Es ist 5.30 Uhr in der schlichten kleinen Almhütte auf 1.600 Metern Höhe über dem Spitzingsee im Mangfallgebirge. Einen Wecker braucht Martina Fischer nicht. Sie wird vom immer heller werdenden Tageslicht geweckt, das wärmend durch das alte Holzfenster der Hütte fällt*

**TEXT** MELANIE BRÜGGEMANN

Ihre Katze Maunzi hat es sich wie jeden Tag auf dem Fensterbankerl gemütlich gemacht. Denn wenn für Martina ein langer Tag mit viel körperlicher Arbeit beginnt, geht die Katz' nach einer langen Nacht der Mäusejagd schlafen. Das ist jeden Tag so. Ein lieb gewordenes Ritual. Martina ist Sennerin. Vier Monate im Jahr arbeitet sie für einen Bauern aus dem Tal dort oben auf dem Berg, um seine Tiere zu versorgen und das weitläufige Almgebiet zu pflegen. Auf dem Berg gibt es immer etwas zu tun: Vieh versorgen, Hütte und Stall putzen, melken, käsen, schwenden – also Unkraut von den Weiden entfernen –, Brunnen und Zäune kontrollieren. Und sich selbst versorgen. Selten ist der Tag vor Einbruch der Dämmerung zu Ende. Dann fällt sie müde, aber zufrieden und glücklich in ihr Bett, das den Wolken so nahe ist und über dem der Sternenhimmel so viel heller scheint als unten im Tal. Sie genießt die Stille – oder das meditative Läuten der Kuhglocken aus der Ferne.



FOTO: MARTINA FISCHER

FOTO: MARTINA FISCHER

# *Familienbad* **ISARWELLE**



Großes Hallen-Schwimmbecken  
Wildwasser-Strudel im Außenbereich  
Erlebnisbecken mit Luftperl-Liegen · Kleinkinderbecken  
Liegewiese mit Panorama-Aussicht · Kiosk

**Täglich kostenloser Eintritt  
mit der Gästekarte PLUS!**  
Mit der Lenggrieser Gästekarte **30% Ermäßigung**  
auf alle Eintritte (außer Mehrbadekarten).





FOTO: FRANK BAUER



FOTO: USA JANSEN



FOTO: MARTINA FISCHER

**Immer in Gesellschaft:** Martina liebt den Umgang mit ihren Tieren

**Pflanzenkraft:** Der Wacholder zählt zu Martinas Lieblingspflanzen

**Kuschelzeit:** Huhn Henriette frisst der Sennerin gerne aus der Hand

**Naturapotheke:** Pflanzenvielfalt auf der Alm



FOTO: MARTINA FISCHER

### ALLEIN, ABER NICHT EINSAM

Zehn Jahre lang war Martina jedes Jahr im Sommer allein auf dem Berg. Allein. Aber nie einsam. Denn Einsamkeit, sagt sie, gibt es viel mehr in der lauten, hektischen Stadt, wo keiner mehr den anderen kennt. Sie ist dort oben nie einsam, denn sie hat die Tiere (derzeit 140 Rinder, 18 Ziegen, 8 Hühner, 2 Ponys, 3 Hasen und eine Katze) und seit zwei Jahren ihren Partner Andi an ihrer Seite. Auch der Almbauer oder Freunde kommen regelmäßig auf einen Ratsch und eine leckere Brotzeit mit feinem, selbstgemachtem Zie-

genkäse und frischem Brot vorbei. Dafür packen sie für Martina frisches Obst, Gemüse und auch die ein oder andere Tafel Schokolade in ihre Rucksäcke, denn das darf oben auf dem Berg nicht fehlen.

Täglich ist sie mehrere Stunden auf den rund 140 Hektar Weidefläche unterwegs, um jedes der ihr anvertrauten Tiere mindestens einmal am Tag zu sehen und nach dem Rechten zu schauen. „Das Wohl der Tiere steht über allem. Über deinem Hunger, über deinem Schlaf. Du läufst so lange, bis du jedes Tier gesehen hast und weißt, dass es ihm gut geht.“ Und das bei



jedem Wind und Wetter. Oft ist der Nebel so dicht, dass man sich auch als erfahrene Sennerin schwertut, alle Tiere ausfindig zu machen. Dann ist sie auf das helle Geläut der Glocken angewiesen, um die Kühe und Ziegen wiederzufinden, die wie in Watte eingehüllt sind.

Nicht jedes Jahr geht alles glatt. Manchmal stürzt ein Tier ab oder verletzt sich schwer. Ein Verlust für den Bauern, aber auch für Martina, die zu jedem Tier eine besondere Beziehung aufbaut. Dies zu ertragen und als „Kreislauf des Lebens“ zu akzeptieren, musste sie im Lauf der Jahre lernen. Umso mehr freut sie sich jedes Mal, wenn sie am Ende der Almsaison den Almabtrieb „krönen“ kann: Mit selbstgemachten Seidenblumen, Almrausch, Latschenkiefer und Wacholder wird das Vieh für den Abstieg ins Tal geschmückt. Das geschieht aber nur, wenn keines der Tiere zu Schaden gekommen ist. So will es die Tradition.

### REDUKTION AUF DAS WESENTLICHE

Die Monate auf der Alm sind gelebte Reduktion auf das Wesentliche. Auf ihrer derzeitigen Hütte gibt es ein kleines Solarpanel zum Aufladen des Handys und der Stirnlampe. Alle Lebensmittelvorräte wie Mehl, Zucker, Nudeln und Reis werden von Martina und ihrem Partner mit der Kraxn, einem einfachen alten Tragegestell aus Holz, hinaufgetragen. Zaunmaterial, Futtermittel und die Getränke für die alljährliche Bergmesse, die den Höhepunkt des Almsommers darstellt, werden vor dem Almauftrieb mit dem Heli hochgeflogen. Die ehemalige Krankenschwester und Wildpflanzenexpertin Martina Fischer findet oben am Berg so vieles, was ihren Speiseplan bereichert: Brennnessel, Löwenzahn, Baumblätter, Fichtenspitzen, Schwammerl, Beeren und natürlich klares frisches Quellwasser. Sie schwört auf die vitalisierende Kraft des Wacholders und liebt es, barfuß durch die Almwiesen und über die Schotterwege zu laufen und von der Kraft der Natur zu profitieren. Es braucht für sie nicht viel, um glücklich zu sein.

Von diesem „Leben in zwei Welten“ hat sie schon lange geträumt. Bereits in jungen Jahren, wenn sie auf dem Berg war und die Zufriedenheit, „diese Beseeltheit“ der Sennersleut' gesehen hat, wie sie es ausdrückt, wollte sie das auch selbst einmal erleben. „Das war pure Intuition, die sich da gemeldet hat.“ Doch der Alltag stand der Realisierung des Traumes im Weg. Und viele Abers. Die fordernde Arbeit als Krankenschwester, der alte Hof in einem kleinen Dorf im Chiemgau mit großem Obstgarten, die Pflege von zwei Angehörigen bis zu deren Tod. Ganz zu schweigen von ihrem Arbeitgeber, der nicht unbedingt begeistert gewesen wäre, vier Monate auf sie verzichten zu müssen. Scheinbar alles

# Wurms

Seife - Tee - Fass

Am Mühlbach 7 - 82442 Saulgrub

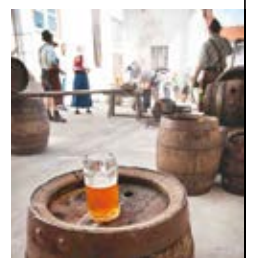
Obermarkt 35 - 82418 Murnau



KLOSTERBRÄUSTÜBERL  
REUTBERG



... was braucht man mehr ...



KLOSTERBRÄUSTÜBERL  
REUTBERG GMBH  
[www.klosterbraeustueberl-reutberg.de](http://www.klosterbraeustueberl-reutberg.de)

KLOSTERBRAUEREI  
REUTBERG E.G.  
[www.klosterbrauerei-reutberg.de](http://www.klosterbrauerei-reutberg.de)







FOTO: FRANK BAUER



FOTO: MARTINA FISCHER



FOTO: MARTINA FISCHER

(Oben links) Gaumenfreuden auf der Alm: selbstgebackenes Brot mit Dost, dem „Berg-Oregano“

(Oben rechts) Feine Butter aus Fichtenspitzen und Berg-Thymian



FOTO: FRANK BAUER



FOTO: MARTINA FISCHER



FOTO: MARTINA FISCHER

(Mitte) Gepflückte Vitamine: Wildkräuter und Wildblumen

(Unten links) Martinas selbst hergestellter Ziegenfrischkäse

(Unten rechts) Der Klassiker: Brot mit Berg-Schnittlauch und Blüten

(Ganz unten) Neben Kräutern, Beeren und Samen sind Steinpilze ein Hochgenuss

schien dagegen zu sprechen. Doch nach einem schweren Unfall im Jahr 2003 war die Sehnsucht präsenter denn je, denn das Leben hatte ihr gezeigt, dass es auch ganz schnell vorbei sein kann. Und dass man nichts, schon gar nicht seine großen Träume, auf die lange Bank schieben sollte.

„Man kann es nie allen recht machen“, gibt Martina zu, „aber wenn du etwas wirklich von Herzen machen willst, wird sich ein Weg finden – oder zumindest ein guter Kompromiss.“ Oft meint es das Leben gut mit einem. Wie bei Martina, die unerwartet von ihrer Freundin den Tipp für eine Almstelle bekam. Und nach einem zweistündigen Gespräch in der Stube der Bauernfamilie war alles klar. Sie geht auf die Alm. Zum allerersten Mal. Sie erinnert sich noch gut daran, wie aufgeregt sie war, bevor sie sich in dieses Abenteuer stürzte. Wie sie immer wieder die Packliste durchgegangen ist. Wie sie sich von Anni, einer alten Bäuerin, noch ein paar Tipps und Tricks für die Käseherstellung und das Handmelken geben ließ. Die wichtigsten Grundlagen brachte sie bereits mit: Umgang mit Kühen, Nervenstärke, körperliche Belastbarkeit und medizinische Kenntnisse – hilfreich für die Tiere, aber auch für sich selbst.

Die Anspannung und der Respekt vor der Aufgabe waren da, aber auch diese innere Sicherheit, dass sie es schaffen würde. Wie ein Urvertrauen in sich selbst: „Ich wusste, wenn es jemand vor mir geschafft hat, dann schaffe ich es auch“, erzählt sie.

### ALLTAG AUF DER ALM

Ein Arbeitstag am Berg ist nicht mit dem normalen Leben im Tal zu vergleichen. Man ist losgelöst, ja zeitlos. Man braucht keine Uhr, auf die man schaut. Mit den Tieren lebt man im heilsamen Rhythmus der Natur. Trotzdem gibt es feste Aufgaben, die jeden Tag erledigt werden müssen. „Gerade am Anfang hatte ich große Schwierigkeiten, meinen Rhythmus zu finden und mich nicht so extrem stressen zu lassen“, erinnert sie sich. Sie versuchte so weiterzumachen, wie sie es vom Leben im Tal gewohnt war. Durchziehen, Zähne zusammenbeißen, immer im Einsatz sein. Sich keine Pause gönnen. Je produktiver man ist, desto mehr ist man wert. Ein paar Wochen ging das gut, dann kam die totale Erschöpfung, denn das Leben auf der Alm verlangt dem Körper einiges ab. Stundenlange harte Arbeit bei Wind und Wetter, eine andere Ernährung. Und das Wort „fertig“ gibt es nicht, denn es ist immer etwas zu tun. Doch Martina Fischer merkte schnell, dass sie nicht nur auf ihre Tiere achten muss, sondern auch auf sich selbst. Denn wenn sie ausfällt, ist es schwer, spontan einen Plan B zu finden.

Es hat gedauert, bis sie ihre Abläufe, ihre kleinen Rituale zur Selbstfürsorge gefunden hat. Heute lau-



tet ihr Motto: „Zeit hat man nicht. Zeit nimmt man sich.“ Und so vergeht selten ein Tag, an dem sie sich nicht, nachdem sie den Ofen angeheizt hat, um heißes Wasser zu bekommen, für einige Minuten in aller Ruhe auf die Bank vor der Hütte setzt, in die Ferne schaut und in der klaren Bergluft ihren Kaffee genießt. Eine Ruhe, der sie im ersten Sommer auf der Alm nur selten Raum gegeben hat. „Es ist interessant“, sagt sie, „viele sehnen sich nach Stille, aber die meisten von uns weichen ihr aus.“

### TIEFE VERBUNDENHEIT MIT DER NATUR

Was sie jedes Jahr wieder auf den Berg treibt? Die Kraft der Berge. Die tiefe Verbundenheit mit der Natur und den Tieren. Das Spüren der Elemente. Das braucht sie wie die Luft zum Atmen. „Kaum wieder im Tal, zieht es mich nach wenigen Tagen schon wieder die Berge hoch – weil ich sie ja noch nicht lang genug hatte“, lacht Martina. Doch genau diese Verbindung mit der Natur ist es, die ihr Energie und Kraft gibt. „Ich kann nur jedem raten, viel mehr in die Natur zu gehen. Sich diese Zeit ganz bewusst zu nehmen und sich dabei auch ab und zu die Schuhe auszuziehen, um sich im wahrsten Sinne zu erden. Das tut Körper und Seele einfach gut.“

Zwölf Sommer ist Martina schon auf dem Berg. Sie hat gelernt, für sich selbst einzustehen und ihrer Intuition zu folgen. Ihre Erfahrungen und Erlebnisse hat sie in ihren Büchern *Die Alm. Ein Ort für die Seele* und *Auf der Alm und im Tal – Glücklich leben als Selbstversorger* sowie in ihrem neuen Buch *Meine Wildkräuter* zusammengefasst. Wenn sie nicht auf der Alm ist, gibt sie ihr Wissen und ihre Erfahrungen in Lesungen und Vorträgen weiter.

Wenn man mit ihr spricht, möchte man gar nicht aufhören zuzuhören, so spannend sind ihre Ansichten. Und manchmal möchte man gar nicht glauben, dass das die Weisheit einer „Best Agerin“ ist und nicht die einer sehr alten Frau. „Ich möchte einfach Licht in die Herzen der Menschen bringen“, sagt sie und ihre Augen strahlen. Martina Fischer – eine Frau, die inspiriert und Lust macht, den eigenen Weg zu finden und mit ganzem Herzen zu gehen. ◆

### INTERVIEW IM PODCAST

Mehr über Martinas Leben als Sennerin erfahren Sie in dem ausführlichen Interview mit ihr im Podcast unserer Autorin „Machgeschichten – Der Podcast über Menschen, die einfach mal gemacht haben“ (<https://linktr.ee/machgeschichten>) und auf Martinas Webseite [www.martina-fischer-alm.de](http://www.martina-fischer-alm.de).







FOTO: DIETMAR BEYER

# „WURMS SEIFE · TEE · FASS“

## – mehr als nur ein Erlebnis für die Nase

*Die Seifenmanufaktur Wurm in Saulgrub ist mehr als eine Produktionsstätte. Es ist ein Ort, an dem Düfte Geschichten erzählen und Traditionen weitergeführt werden. Wer den Laden der Wurms betritt, taucht ein in eine einzigartige Wohlfühlwelt*

TEXT BIRGIT WERNER



Dicht an dicht liegen die mit viel Herzblut gefertigten Naturseifen in den Regalen und sind mehr als nur Reinigungsprodukte. Sie sind duftende Begleiter durch die Jahreszeiten: von Ringelblume, Lavendel und Rose im Frühling bis zu Zimt, Orange und Nelken im Winter. Mit ihrer Duftpalette fangen sie auf subtile Weise den Charakter jeder Jahreszeit ein. Eine Seife sticht besonders wegen ihrer dunklen Farbe hervor: die Moorseife. Mit ihrem erdigen Duft nach würzigen Bergkiefern erinnert sie an heimische Wälder und Moore.

Die treibende Kraft hinter allem ist Veronika Wurm, ausgebildete Floristin und Mutter von fünf Kindern. Während eines Urlaubs in Frankreich entdeckte sie ihre Passion für handgemachte Seifen. „Für mich gleicht die Seifenherstellung der Gestaltung eines Kunstwerks. Jede Seife ist ein Unikat und erzählt ihre eigene Geschichte“, schwärmt Veronika. Die Produktion leitet ihr Sohn Michael, ein gelernter Schreiner, der

sein handwerkliches Geschick in die Fertigung einfließen lässt. „Unsere Produkte folgen dem ‚Wurm’schen Reinheitsgebot‘ – palmölfreie, vegane und kalt gerührte Seifen –, nach strengen Richtlinien zertifiziert“, erklärt er stolz. Dass hier alles authentisch und nachhaltig produziert wird, können Besucher in der gläsernen Schauseiferei mit eigenen Augen erleben. „Es ist uns wichtig, dass alle sehen, wie viel Liebe und Handarbeit in unseren Produkten steckt. Es ist ein Prozess, den wir gerne teilen“, betont Michael.

Neben handgefertigten Naturseifen aus pflanzlichen Ölen gibt es im Laden auch Essige, Öle und Liköre aus dem Fass sowie Weihrauche aus Bayern und über 250 Sorten Tee. Unabhängig davon, ob es sich um Seife oder Tee handelt, legen die Wurms großen Wert auf Regionalität, wie beim selbstgemischtem Hörnleblick-Tee, der überwiegend das enthält, was in der Umgebung wächst. Das Thema Nachhaltigkeit spielt ebenfalls eine große Rolle. Aus Ausstechresten



von Formseifen entstehen zum Beispiel Duschkugeln. Die Produkte werden in Papiertüten verpackt, und so manche Kunden bringen ihre eigenen Behältnisse mit – eine Praxis, die von den Wurms genauso begrüßt wird wie individuelle Wünsche. Veronika arrangiert die feinen Waren auf sympathische und empathische Weise zu Geschenken mit einer persönlichen Note, während in Michaels Seifenmanufaktur die Wünsche der Kunden sogar 3-D-Formen annehmen können.

Besonders beliebt ist das „Tee-Eckerl“, geführt von Carolina Dürr, der Freundin des ältesten Sohns der Familie. Carolina betont die regionale Verbundenheit: „Wir setzen stark auf Regionalität, sei es bei unseren Lieferanten, unserem Tee oder den hausgemachten Köstlichkeiten.“ Im „Tee-Eckerl“ kann man nicht nur aus 250 Teesorten wählen, sondern auch vor dem Kauf den Teegenuss zelebrieren. „Wenn ein Kunde unseren Tee probieren möchte, erhält er heißes Wasser in der Eisenkanne und den gewünschten Tee im Sieb, den er sich dann selbst brüht“, erklärt Carolina. Die Zufriedenheit der Kunden steht bei Wurms an erster Stelle. „Wir möchten, dass jeder Kunde, der bei uns war, ein positives Erlebnis mit nach Hause nehmen kann. Sei es das Miterleben der Seifenherstellung, die gemütliche Atmosphäre im ‚Tee-Eckerl‘ oder die Freude über ein individuelles Geschenk“, sagt Alfred Wurm, Geschäftsführer und Ehemann von Veronika.

Übrigens sind alle Lieferanten der Manufaktur aus der näheren Umgebung: Schönegger Käse-Alm, Frank Feinkost Bad Kohlgrub, Dinzler Kaffeerösterei, Bäckerei Komm Ettal, Schaukäserei Ettal, Eier Michaela Weingand, Metzgerei Haller.

[www.seife-wurm.de](http://www.seife-wurm.de)



FOTO: DIETMAR DENGEL

**Veronika Wurm und Sohn Michael: ein kreatives Duo. Inspiriert von der Natur, entstehen ihre besten Produktideen**

Frische Frühstücksemeln aus Meisterhand!

[www.baecerei-komm-ettal.de](http://www.baecerei-komm-ettal.de)



FOTO: WURMS SEIFE TEE FASS



FOTO: DIETMAR DENGEL





# KUNSTVOLL. VISIONÄR. INSPIRIEREND

## Magische Momente in Sissinghurst Castle Garden

*Gestalten zwei charismatische Persönlichkeiten, die unterschiedlicher nicht sein könnten, einen Garten wie Sissinghurst, entsteht ein ikonisches Meisterwerk der Gartenkunst. Seine außergewöhnliche Struktur, die künstlerische Anmutung und seine emotionale Tiefe machen ihn so besonders. Die Anlage verkörpert die kreativen Visionen ihrer Schöpfer und die fesselnde Geschichte ihrer Liebe, ihrer Leidenschaften und ihrer individuellen Persönlichkeiten*

**TEXT** BIRGIT WERNER

Mit seinen zehn abgeschlossenen Gartenräumen, formellen Strukturen und üppigen Pflanzungen ist Sissinghurst Castle ein lebendiges Kunstwerk, das Generationen von Besuchern fasziniert. Der Garten erzählt von einer reichen Geschichte, der Liebe zur Natur und zeitloser Schönheit.

Als die exzentrische Schriftstellerin Vita Sackville-West und ihr Ehemann Harold Nicolson, ein Diplomat, 1930 das heruntergekommene Sissinghurst Castle in der Grafschaft Kent erwerben, befand sich der dazugehörige Garten in einem erbärmlichen Zustand. Doch davon ließ sich das

illustre Paar nicht abhalten. Über die Jahre verwandelten sie das Anwesen in den wohl bedeutsamsten und bekanntesten Garten der englischen Gartengeschichte. Heute gilt er als wegweisend für die moderne Gartenkunst. Die konträren Persönlichkeiten des charismatischen Paares, die sich in Sissinghurst harmonisch vereinen, verleihen dem etwa fünf Hektar großen Garten seinen einzigartigen Charme. In den unterschiedlichen Arealen, getrennt durch hohe, gerade geschnittene Eibenhecken, zeigen sich deutlich die individuellen Vorlieben ihrer Schöpfer: formale Strukturen bei Harold und eine freiere, fast chaotische Ästhetik bei Vita.





### DER ROSENGARTEN: SYMMETRIE UND CHAOS

Mit ihrem Hang zur Romantik hegte Vita eine besondere Vorliebe für alte Rosensorten mit gefüllten Blüten, auch wenn diese nur einmal im Jahr, von Ende Juni bis Anfang Juli, ihre volle Pracht entfalten. Die sinnliche Duftfülle und die üppige Blütenpracht dieser Rosenarten faszinierten sie. Gleichzeitig schätzte sie deren Persönlichkeit, Anmut, Charme und Bescheidenheit. Im speziell angelegten Rondell-Garten erfährt die Würdigung dieser Rosensorten eine ganz eigene Inszenierung.

Unter den seltenen Sorten stechen besonders die karminrote „William Shakespeare“ oder die aus dem 18. Jahrhundert stammende alte Damaszenerrose „Celsiana“ hervor, mit kleinen Büscheln halb gefüllter zartrosa Blüten und gelbgoldenen Staubgefäßen. Die klare Geometrie des Rondells, umrandet von Wegen und Buchsbaumhecken, sollte ursprünglich das betörend duftende, blühende Chaos der Rosen in geordnete Bahnen lenken. Was jedoch nicht wirklich gelang. Heute präsentieren sich die Beete in einer opulenten Fülle, die sich weit von der anfänglichen formellen Strenge entfernt hat.



## Seestube Riegsee

*Das freundliche Lokal am Campingplatz ist schon lange kein Geheimtipp mehr. Einheimische wie auch Gäste fühlen sich auf der herrlichen Sonnenterrasse – nur ein paar Schritte vom Ortsrand entfernt, direkt am See gelegen – pudelwohl.*

*Hier ist ja auch jeder willkommen: der Gast vom Campingplatz ebenso wie Ausflügler. Von der Terrasse hat man einen Blick über den See bis ins Wettersteingebirge und zur Zugspitze – ein Traum!*

### Seestube Riegsee am Campingplatz

Monika Schlegel  
Seestraße 21, 82418 Riegsee, Tel. 08841-2677  
[www.seestube-riegsee.de](http://www.seestube-riegsee.de)

### Öffnungszeiten:

Montag und Dienstag Ruhetag  
in der Vor- und Nachsaison.  
Bei schlechtem Wetter auf Anfrage.

[www.seestube-riegsee.de](http://www.seestube-riegsee.de)





Hecken, aber auch alte Backsteinwände, an denen sich Kletterrosen, Wein und Clematis emporranken, umgeben den Garten. Zwischen den vorwiegend in Rosa und Pink blühenden 600 Rosen, die sich überall verteilen, entfalten sich Lavendel und andere Sommerstauden, die die Blütezeit des Gartens verlängern.

*„Rosen sind die eigentliche  
Essenz von Sissinghurst“*

(Tim Richardson)

Die dicht gepackten Beete, bestehend aus Duftwicken, Indianernesseln, Männertreu, Taglilien und Ziertabak, geben dem Garten einen romantischen und fast mythischen Touch. Die Begleitpflanzen sind nur Statisten, die ausgewählt wurden, um sich harmonisch neben den Rosen zu präsentieren, denn die Rose ist der Star.

#### **DER COTTAGE-GARTEN: BLUMENWIRRWARR UND HARMONISCHE PRACHT**

Wer diesen Garten besuchen möchte, wird ihn nicht sofort finden. Liegt er doch irgendwie versteckt, still und völlig abgeschlossen. Kein Wunder, war er doch Vita und Harolds privater Bereich. Eigentlich ist er auch kein richtiger Cottage-Garten. Er drückt nur die Liebe des Paares zum Landleben aus. Viel passender ist sein zweiter Name „Garten des Sonnenuntergangs“.

Vita wollte einen Garten in einer „Symphonie aus all den wilden Sonnenuntergangsfarben, eine Art west-

lichen Himmel nach einem stürmischen Tag“ (Tim Richardson). In kunstvoll angelegten Beeten treffen „heiße Farben“ von Nelkenwurz, Löwenmäulchen, Kapuzinerkresse und Stiefmütterchen auf auffallende Formen von Goldgarben, Sonnenröschen, Fackel- und Taglilien. Die Besonderheit dieser stillen Oase liegt nicht nur in der Farbenpracht von lebhaften Rottönen über zarte Pastelltöne bis hin zu kräftigen Blautönen, sondern auch in der geschickten Kombination von Formen und Texturen. Kletterpflanzen ranken sich an den Mauern hoch, während akkurate Hecken und Eiben den Garten strukturieren. Die scheinbare Unordnung ist das Ergebnis einer durchdachten Gestaltung, die die natürlichen Wuchsformen der Pflanzen nutzt und gleichzeitig eine ästhetische Brillanz erzeugt.

*„Der Cottage-Garten sollte  
unablässig leuchten und eine Oase  
für die Farben sein, die Vita im  
übrigen Garten sparsam einsetzte“*

(Tim Richardson)

#### **DER WEISSE GARTEN: SCHLICHTE ELEGANZ**

Vita liebte die Nacht. Inspiriert von ihrer besonderen Vorliebe für weiße Blumen im Mondschein, träumte die Exzentrikerin davon, einen eigenen Garten zu besitzen, der nur mit Pflanzen gefüllt wäre, die in reinem Weiß erstrahlen. Und so gestaltete sie im Jahr 1939



den Weißen Garten und damit einen der ersten Gärten seiner Art. Er ist bis heute ein Meisterwerk der Eleganz und Raffinesse. Umgeben von geschwungenen Buchsbaumhecken erstreckt er sich terrassenförmig und präsentiert eine reine, weiße Farbpalette. Die Umsetzung dieses ungewöhnlichen Vorhabens gelang Harold und Vita auf konsequente Weise. Harold ersann die Architektur des Abschnitts mit geometrischen Buchshecken, während Vita ihn mit weißem Blauregen, Lupinen, Kletterrosen, Nachtviolen, Allium und Feinstrahl füllte. Besonders im Frühling wird den Besuchern die erstaunliche Wirkung der monochromen Beetgestaltung mit nur einer einzigen Farbe ersichtlich.

*„Der wohl berühmteste Garten der Welt, ein traumhafter Ort, der in Grün, Grau und Silber ebenso schimmert wie in Weiß“*

(Tim Richardson)

Die scheinbare Schlichtheit der ausschließlich weißen Blütenauswahl ist genau das eigentlich Meisterhafte. Fingerhüte, Pfingstrosen, Lilien, Glockenblumen und Storchschnabel bilden eine harmonische Einheit, wobei die unterschiedlichen Formen und Strukturen der Blüten in den Vordergrund treten. Das Spiel von Licht und Schatten verleiht dem Garten zu jeder Tageszeit eine zauberhafte Atmosphäre.

## VERLOSUNG

Tim Richardson nimmt die Leserinnen und Leser mit auf eine Tour durch die einzelnen Gartenräume von Sissinghurst und erläutert ihre historische Planung und Gestaltung. Wandeln Sie durch den berühmtesten englischen Garten und erleben Sie, wie die Visionen von Vita Sackville-West und ihrem Mann Harold Nicolson blühende Gegenwart geworden sind! Das Buch hat 224 Seiten, ist im Gerstenberg Verlag erschienen und kostet 36 Euro.



Wir verlosen 2 Exemplare unter [verlosung@dahoam-verlag.de](mailto:verlosung@dahoam-verlag.de)  
(Stichwort: Sissinghurst). Einsendeschluss: 10.05.2024

# OACH FESTIVAL

23.-25. AUGUST 2024

OPEN AIR 2024  
IM NATURFREIBAD EICHMÜHLE  
BAD TÖLZ

Fr., 23. August 2024



Sa., 24. August 2024



## TICKET-VVK

Stadtwerke Bad Tölz  
[eventim.de](http://eventim.de) & [muenchenticket.de](http://muenchenticket.de)

MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON







FOTO: JPIVAGAY – PRINTEDOEK

Er beherbergt eine Vielzahl von Pflanzen von majestätischen Rosenbüschen über schneeweiße Lilien bis hin zu filigranen Schneeglöckchen – jede Pflanze wurde sorgfältig ausgewählt, um die weiße Farbpalette in Textur, Form und Duftnote zu bereichern und eine harmonische Balance zu schaffen. Die durchdachte Anordnung von Blumenbeeten, Laubengängen und romantischen Nischen schafft einen Ort der Kontemplation und Entspannung. Von Frühling bis Herbst entfaltet der Garten eine ständig wechselnde Pracht, die die Sinne belebt und die Seele berührt.

Die Faszination von Sissinghurst Castle Garden geht nicht nur von seiner ästhetischen Anziehungskraft aus, sondern auch von seiner historischen Bedeutung. Er spiegelt die Liebe zur Natur und den Geist einer Ära wider, die von kulturellen Umbrüchen und kreativem Aufschwung geprägt war. Jedes Jahr besuchen etwa 200.000 Menschen den Landsitz in Kent, um auf den Spuren von Harold Nicolson und besonders Vita Sackville-West zu wandeln. Heute liegt Sissinghurst unter der Obhut des National Trust, der sicherstellt, dass der Garten in seiner ursprünglichen Form bewahrt bleibt ([www.nationaltrust.org.uk](http://www.nationaltrust.org.uk)). Ein Team von zehn Gärtnern pflegt das Erbe des ungewöhnlichen Paares. ♦



Wir beraten Sie gern.  
V.l.n.r.: Frau Gerg, Frau Veicht, Frau Potzler,  
Frau Künzel-Kirschner, Frau Linner, Frau Eckstein



15 Jahre

**STOFF-CREATIV**

in Bad Tölz

**Dirndl-Stoffe**

für Dirndl, Schürzen und Tücher

**Trachten-Stoffe**

feine Wollstoffe und Leinen  
für Röcke und Jacken

**Jersey-Stoffe**

für Kinder und Erwachsene  
in riesiger Auswahl

**Deko-Stoffe**

für Fenster, Türen, Eckbänke,  
Kissen, Stores, Bistros und  
Übergardinen

**Zutaten**

Futterstoffe, Fäden, Spitzen,  
Knöpfe, Vlieseline und vieles mehr ...

**Jubelwochen**

vom 2. April bis 20. April 2024

**20%**  
auf alle Stoffe

Salzstraße 12 · 83646 Bad Tölz  
Tel. 08041 · 7960493

Öffnungszeiten:

Di. – Fr. 9 – 18 Uhr · Sa. 9 – 13 Uhr  
Montags geschlossen



# Tipps für die Anlage eines Weißen Gartens

**Auswahl der Pflanzen:** Die Auswahl weiß blühender Pflanzen ist entscheidend. Rosen, Pfingstrosen, Lilien, Phlox, Astilben und Schneeball sind nur einige Beispiele. Achten Sie darauf, Pflanzen mit unterschiedlichen Blühzeiten zu wählen, um kontinuierlich Blüten zu haben.

**Struktur schaffen:** Verwenden Sie niedrige Buchsbaumhecken oder andere niedrige Strukturelemente, um Form und Ordnung zu schaffen. Terrassenförmige Anordnungen können die visuelle Tiefe erhöhen.

**Akzente setzen:** Überlegen Sie, welche Akzente Sie setzen möchten. Weiße Gartenmöbel, Steinfiguren oder Wasserelemente können dem Garten eine zusätzliche Dimension verleihen.

**Pflege und Kontinuität:** Ein Weißer Garten erfordert sorgfältige Pflege, um die Reinheit der Farben zu bewahren. Kontinu-

ierliche Pflege, regelmäßiges Gießen und gezielte Düngung sind wichtig.

**Licht und Schatten nutzen:** Achten Sie darauf, wie das Sonnenlicht den Garten durchflutet. Das Spiel von Licht und Schatten ist entscheidend für die visuelle Wirkung eines Weißen Gartens.

**Persönliche Note hinzufügen:** Gestalten Sie Ihren Weißen Garten nach Ihrem Geschmack. Fügen Sie persönliche Elemente hinzu, um dem Garten Ihre eigene Note zu verleihen.

Das Anlegen eines Weißen Gartens erfordert Geduld und Sorgfalt, aber die Belohnung ist ein zeitloser Raum, der Ruhe und Schönheit ausstrahlt. Lassen Sie sich von der Simplität des Weißen Gartens von Sissinghurst inspirieren und schaffen Sie Ihren eigenen Rückzugsort der Eleganz.

**EOBERLAND**  
www.eoberland.de

Sie suchen im Oberland nach einer einfachen, günstigen und nachhaltigen Möglichkeit ein Auto in Ihrer Nähe zu mieten? Kein Problem, mit EOBERLAND Carsharing können Sie ganz bequem rund um die Uhr ein Elektrofahrzeug leihen und nach der Nutzung einfach wieder an unserer Ladestationen parken.



Profil anlegen



App laden



Führerschein  
validieren



Losfahren



# WO AUTOTRÄUME WAHR WERDEN

FOTOS: AUTOHAUS AUTOMEO



## INFO

### **AutoMeo AG / Showroom**

Murnauer Str. 46  
82438 Eschenlohe

Tel.: 08841/6 08 22 31  
Mobil: 0160/982 55 40 5  
Fax: 08841/6 08 22 39

**[www.automeo.de](http://www.automeo.de)**



Sascha Kostic



*Vertrauen und exzellenter Rundum-Service – wer in Seehausen am Staffelsee, einer malerischen Gemeinde im bayerischen Landkreis Garmisch-Partenkirchen, Luxusautos fährt, kennt AutoMeo*

TEXT BIRGIT WERNER



Das Autohaus hat sich einen Ruf als zuverlässiger Partner für den An- und Verkauf von hochwertigen Gebrauchtfahrzeugen wie Porsche, Mercedes-AMG, Bentley, Land Rover, Audi sowie von Oldtimern erarbeitet. Qualität, Transparenz und eine vertrauensvolle Abwicklung sind keine bloßen Versprechen, sondern die Grundpfeiler, auf denen AutoMeo aufbaut. „Absolute Kundenzufriedenheit ist für uns oberstes Gebot“, beschreibt Geschäftsführer Sascha Kostic die Philosophie. „Unsere Kunden erhalten beim Kauf eines neuen oder gebrauchten Fahrzeugs nicht nur detaillierte Informationen über den aktuellen Zustand, sondern auch eine umfassende Geschichte“, betont er. „Dieser Fokus auf Information und Aufklärung gewährleistet, dass unsere Kunden entsprechende Entscheidungen treffen können.“

Das Autohaus hebt sich nicht nur durch seine Fahrzeugauswahl hervor, sondern auch durch einen umfassenden Service. Werkgutachten und professionelle Fahrzeugaufbereitung

sorgen dafür, dass sich jedes Fahrzeug in makellosem Zustand präsentieren kann. TÜV-Vorführung und Zulassungsservice werden dem Kunden abgenommen, um den Autokauf stressfrei zu gestalten. Auch bei Finanzierung oder Leasing kann man sich auf maßgeschneiderte Empfehlungen verlassen.

Der exklusive Hol- und Bring-Service, der die Kunden vom Flughafen oder Bahnhof direkt ins Autohaus bringt, unterstreicht zusätzlich das Engagement von AutoMeo, seinen Kunden ein sorgenfreies Fahrerlebnis zu bieten. „Es geht nicht nur darum, Autos zu verkaufen, sondern um die Erfüllung automobiler Träume. Jeder Kunde ist einzigartig, und wir nehmen uns viel Zeit, um seine Wünsche zu verstehen und zu erfüllen“, erklärt Sascha Kostic. Im Gespräch mit ihm wird deutlich, dass das Autohaus nicht nur die Gegenwart, sondern auch die Zukunft im Blick hat. Geplante Initiativen im Bereich nachhaltiger Mobilität und innovative Vertriebswege werden in den kommenden Jahren das Angebot erweitern.





# Der bairische Troubadour: **JAN WANNEMACHER**

*Seine Fan-Gemeinde wächst. Ganz langsam, aber beständig. Und genauso mag er es auch. Der Münsinger Liedermacher nimmt sich bewusst Zeit, seine Bekanntheit auszubauen. Das erinnert ein bisschen an den Indianer-Häuptling, der nicht mit dem „Feuerross“ (Eisenbahn) fahren wollte, weil er Angst hatte, sein Körper könne schon irgendwo angekommen sein – ohne seine Seele*

**TEXT** BETTINA SEWALD

**W**er bereits bei einem Konzert von Jan Wannemacher war, der weiß: Hier geht ohne Seele nichts! Hatte er als Studio-Musiker und Sänger schon durchaus Erfolg, tut er auf der Bühne seit 2021 das, was er am liebsten mag: Mit seinem Publikum seine Musik feiern. Die Entscheidung, mitten in der Pandemie als hauptberuflicher Singer-Songwriter einen beruflichen Neustart zu wagen, kam unter anderem durch eine familiäre Veränderung. Der 33-Jährige ist bei Wasserburg a. Inn aufgewachsen, lernte schon als Kind Gitarre und komponierte mit 17 bereits erste eigene Songs. „Aber ich habe mich nicht getraut, Musik zu studieren“, erzählt er ganz frei von der Leber weg, und weiter: „Musik, das war für mich erst mal nur ein Hobby oder Zubrot.“

Er studierte BWL, auch bis zum Ende: „Obwohl ich immer gedacht habe: ‚Was mach‘ ich da?‘“ Parallel jobbte er bei Filmproduktionen, begann zu singen. Unter anderem einen Werbesong für die *Apotheken Umschau*. Doch 2016 starb sein Vater, und Jan Wannemacher stieg in den elterlichen Betrieb ein. Bis 2020 arbeitete er an der Seite seiner Mutter in Ottobrunn im Sanitätshaus: „Diese Zeit hat mich geprägt! Ich hatte tolle Begegnungen, habe viel gelernt und auch miterlebt, wie einsam insbesondere ältere, kranke Menschen sein können.“ Aber nach vier Jahren sei es Zeit gewesen, den Laden zu übergeben. Die Zeichen standen auf Neubeginn, sagen wir mal Teil 1. Mit seiner

Ehefrau Carmen zog er nach Münsing auf einen Bauernhof. Und hier nahm die berufliche Neuausrichtung ihren Lauf.

Wie es sich für einen Dichter gehört, begann alles mit einem großen Leid! Denn Bauernhof bedeutete Heu – und damit kam der Heuschnupfen. „Das ist ja eigentlich die Hölle, wennst als Allergiker dahin gehst, wo’s besonders schlimm wird“, erinnert er sich lachend. Im schlimmsten hochallergischen Leidensdruck (der bei Polizeikontrollen schon zu scheinbar „verkifften“ Missverständnissen geführt hat) schrieb er dann das Lied vom „Heuschnupfa“. Es musste raus. Quasi aus der Nase und in zweierlei Hinsicht ins beziehungsweise aufs Papier. Und das unbedingt in Mundart: „Nach allem, was ich ausprobiert habe, wurde mir schnell klar, dass ich mich im Bairischen am wohlsten fühle.“ Es passe für ihn perfekt, sei – ähnlich wie Englisch – weniger hart als Hochdeutsch. Sein „Heuschnupfa“ kam beim Publikum gut an. Nicht nur bei Allergikern. Mit einer Visitenkarte, die er auf eine Packung Papiertaschentücher drucken ließ, und einem unterhaltsamen Video, das der Liedermacher mit seiner Band produzierte, wurden erste Medien auf ihn aufmerksam.

Der junge Vater eines kleinen Sohnes dachte sich: „Ich probier mein Glück und springe ins kalte Wasser.“ Es folgten weitere Titel auf seiner im Frühjahr veröf-



fentlichten EP „Oa Quartl“, die erfrischend direkt vom Obandeln oder vom „Soiz in da Suppn“ und dem Herbst erzählen. Poetisch und lebensnah. Jan Wannemacher produziert Musik, die zum Mitsummen und Nachsinnen einlädt. Die alles ein bisschen freundlicher macht. Das tut gerade in der heutigen Zeit der Seele gut. Im Jahr 2023 hatte er bereits 70 Auftritte auf Festivals, bei Straßenfesten und auf Weihnachtsmärkten.

Konzerte sind für ihn Interaktion. Ein neueres Lied von ihm handelt zum Beispiel vom Scheitern. Der bairische Troubadour erinnert sich: „Ich habe es bei einem Konzert gespielt.“ Im Anschluss sei eine Frau auf ihn zugekommen und habe erzählt, wie sehr sie das Lied berührt habe, nachdem sie gerade eine Scheidung durchgemacht hatte. „Das sind die Momente, die mich berühren“, sagt Jan Wannemacher. Er ist überzeugt: „Das Publikum ist genauso wichtig wie der Künstler – nur zusammen entstehen diese einzigartigen Momente auf Konzerten –, sonst könnte ich ja zu Hause vorm Spiegel bleiben und für mich alleine singen.“ Für dieses Miteinander gefällt ihm eine kleine Bühne (vorerst) besser als die ganz große Bühne: „Das würde mich vielleicht überfordern. Ich wachse gern mit meinen Aufgaben und möchte die Fahrt genießen, anstatt an allem nur vorbeizuraschen.“ Wo er als Nächstes Halt macht, findet man neben Videos und interessanten Inhalten unter [www.janwannemacher.de](http://www.janwannemacher.de). ♦



**Live-Termine (bis Redaktionsschluss) von Jan Wannemacher sind:**

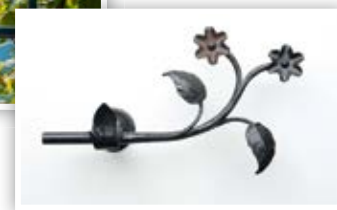
- 04.05.24 Beim Hubbi - Kramerwirt in Hemhof (Bad Endorf)
- 06.06.24 Stroblwirt - Oberhausen
- 07.06.24 Finkennest - Schonstett
- 29.06.24 Altstadtfest - Mühldorf a. Inn

Mehr Infos unter [www.janwannemacher.de](http://www.janwannemacher.de)



**ALBRECHT**  
KUNSTSCHMIEDE

Treppen | Vorhangstangen | Schneeketten



**Inh. Thomas Albrecht**

Ammergauer Straße 17 · 82442 Saulgrub

Tel.: 088 45 / 757 24 02 · Fax: 088 45 / 757 24 03 · Mobil 0151 68 15 30 91

E-Mail: [thomas@kunstschmiede-albrecht.de](mailto:thomas@kunstschmiede-albrecht.de)

[www.kunstschmiede-albrecht.de](http://www.kunstschmiede-albrecht.de)



# Erlesenes Oberland

Neue Bücher mit Geheimtipps  
der Autorinnen und Autoren

*Manchmal könnte eine Reise durchs Oberland auch auf dem Sofa oder im Liegestuhl in der Frühlingssonne beginnen. Viele Autorinnen und Autoren lieben die Berge, die Seen, die abwechslungsreiche Naturlandschaft so sehr, dass sie die Kulisse für ihre Bücher sind. Hier suchen Kommissarinnen nach Spuren von Verbrechen, hier geht's um Kunst und Kultur. Andere verraten ihre Lieblingsplätze. Wir haben in soeben erschienenen Büchern nach spannenden, interessanten und sehenswerten Schauplätzen gesucht und sind fündig geworden*

**TEXT** HEIKE HOFFMANN



## LIEBLINGSPLÄTZE IN OBERBAYERN

Auf einen Streifzug durch ganz Oberbayern lädt der neue *Lieblingsplätze*-Band des Gmeiner Verlags ein. Gleich neun Autorinnen und Autoren verraten sozusagen die Crème de la Crème, die besten in verschiedenen Regionalbänden ausgesuchten Lieblingsplätze. Solche, die man wirklich unbedingt besuchen sollte, wo Bayern-Neulinge genauso staunen, wie Einheimische begeistert sind. Die Reise geht von München zu den Seen, vom Blauen Land nach Tölz, vom Tegernsee zum Chiemgau und bis ins Berchtesgadener Land: 79 zauberhafte Ausflugsziele, Gasthöfe und Hofläden, spannende Museen und Naturschauplätze zum Entdecken. In überarbeiteter zweiter Auflage erscheinen die *Lieblingsplätze*, die sich umfassend dem Tölzer Land, dem Tegernsee und dem Schliersee widmen.

[www.gmeiner-verlag.de](http://www.gmeiner-verlag.de)

## ZORNIGE SÖHNE IN DEN ALPEN

Nicola Förg dürfte inzwischen eine der dienstältesten Krimiautorinnen im Alpenraum sein; in inzwischen 15 Kriminalromanen gehen Irmi Mangold und Kathi Reindl auf Verbrecherjagd. Neben fesselnden Fällen und brisanten aktuellen Themen



erfahren ihre Leser viel über die Orte, die Landschaft und die Natur rund um das Hauptkommissariat Garmisch-Partenkirchen. Die Kommissarin wohnt in Schwaigen, am Rande des Murnauer Moores gelegen. Dies ist Mitteleuropas größtes intaktes Moor, ein Biotop mit rund 950 Pflanzenarten und seltenen Vögeln wie Wachtelkönig, Rohrschwirl, Bekassine oder Raubwürger. Dort und rund um Staffell-, Starnberger- oder Riegsee gibt es wunderbare Rad- und Wanderwege, auf denen man die Krimis nacherleben kann. Land, Berge und Almen sind „Kraftorte“ der Kommissarin. Das Feierabendbier schmeckt in der Kenzenhütte in den Ammergauer Alpen, der Braten im Restaurant Alpenblick in Uffing am Staffelsee und hausgebackener Kuchen im Café Habersetzer in Grafenaschau.

Das furiose Finale des neuen Falls führt am Gut Grasleiten vorbei, das Bio- und Erlebnisbauernhof ist. Dennoch ist der Hintergrund des neuen Falls diesmal kein Umweltschutzthema. *Zornige Söhne* beschäftigt sich mit der Kontroverse zwischen den Babyboomer-Jahrgängen (zu denen Irmi Mangold ebenso gehört wie Nicola Förg) und der sogenannten Generation Z.



Kräuter-Erlebnis-Region  
Entdecken Sie die Kraft der Kräuter



Ganzjährig Kräuterwanderungen,  
Führungen & Workshops

Kräuter-Erlebnis-Infos, Termine &  
Angebote: Tölzer Land Tourismus  
[www.kraeuter-erlebnis-region.de](http://www.kraeuter-erlebnis-region.de)



## Entspannen, entschleunigen, genießen...

Lassen Sie sich verwöhnen vor einer malerischen Kulisse auf unserer Terrasse oder in unseren liebevoll gestalteten Stuben.

Wir kochen frisch und saisonal, überwiegend mit regionalen Produkten.

Nutzen Sie auch unseren Liefer- und Abholservice.

Durchgehend warme Küche, Mittwoch Ruhetag



Bairawieser Straße 43 · 83664 Bad Tölz  
Tel. 0 80 41/96 65  
[www.walgerfranz.de](http://www.walgerfranz.de)





Das führt unweigerlich dazu, dass die junge Generation Kritik übt an den Boomern, die ihrer Meinung nach verschwenderisch nur aufs Materielle gesehen haben und eine reine Hedonisten-Generation waren! Und umgekehrt werfen die Boomer den Nachkommen vor, dass sie leicht von einem hohen Ross herunter lamentieren können, die Eltern haben ihnen ja auch eine starke mentale und materielle Basis geschaffen. Da ist schnell von der Wokeness die Rede und von der Faulheit, die man als Work-Life-Balance verbrämt. Das Thema polarisiert, sodass es sich im Buch trefflich morden lässt.

[www.kenzenhuette.de](http://www.kenzenhuette.de) / [www.seerestaurant-alpenblick.de](http://www.seerestaurant-alpenblick.de) / [www.cafe-habersetzer.de](http://www.cafe-habersetzer.de) / [www.grasleiten.de](http://www.grasleiten.de)

### DAS BLAUE LAND IM ROMAN

Die Autorin Heidi Grund-Thorpe liebt ebenfalls die Berge des Oberlands. Hier spielen ihre ersten beiden Romane an fingierten Orten. Ihr dritter hat einen konkreten Ort: Das Münter-Haus in Murnau. Hier lebte die Künstlerin Gabriele Münter von 1909 bis zu ihrem Tod 1962; nach sorgsamer Restaurierung ist es heute Museum.

Während der Renovierung des Häuschens ihrer Urgroßmutter Mali entdeckt die junge Nike Geheimnisse in ihrer Familiengeschichte. Mali lebte als alleinerziehende Mutter über fünfzig Jahre im Haus der Künstlerin. Als Nike fasziniert nachforscht, entdeckt sie in Malis Notizen

einen Hinweis auf ein Versteck wertvoller Gemälde des „Blauen Reiter“. Gabriele Münter selbst hat mehr als 2.000 Gemälde geschaffen. Während und nach dem Krieg tauschte sie Gemälde gegen Lebensmittel. Die Chance, dass das eine oder andere unentdeckte Kunstwerk in den alten Häusern im Ortskern auf dem Speicher oder im Keller lagert, ist nicht nur im Roman gegeben. Denn wirklich geschätzt haben damals nur wenige ihre Kunst. Möchte man Nikes Ausblick vom Haus ihrer Mutter nachempfinden, geht man am besten den „Drachenstich-Rundweg“, der am Murnauer Kulturzentrum beginnt. Das Münter-Haus liegt auf dem Weg, ebenso die beeindruckende Kottmüllerallee. Am Rande des Murnauer Mooses trifft man auf das „Ähndl“, ein im 8. Jahrhundert erbautes Kirchlein, und das gleichnamige gepflegte Gasthaus des ehemaligen Sternekochs Thilo Bischoff. Hier öffnet sich eine herrliche Aussicht auf das Murnauer Moos und die Alpen. Am Drachenstich trifft man auf eine wildromantische Schlucht mit einem kleinen Wasserfall.

Zum Wandern, passend zu den ersten beiden Romanen, lockt uns die Autorin nach Lenggries. Ein wunderschöner Familienwanderweg beginnt hinter Arzbach am Wanderparkplatz in der Längentalstraße und führt zur Kirchsteinhütte und der Längentalalm. Nach dem anfangs etwas steileren Anstieg geht es relativ flach im offenen Gelände mit malerischen Ausblicken weiter.

[www.dasblaueLand.de](http://www.dasblaueLand.de) / [www.muenter-stiftung.de](http://www.muenter-stiftung.de) / [www.aehndl.de](http://www.aehndl.de) / [www.kirchsteinhütte.de](http://www.kirchsteinhütte.de)



FOTO: © INGE OFENSTEIN



Wir verlosen je 3 Exemplare unter [verlosung@dahoam-verlag.de](mailto:verlosung@dahoam-verlag.de). Stichwort ist der Titel des gewünschten Buches bzw. der Zeitschrift. Einsendeschluss: 10.05.2024

Stefan Boes, Heike Hoffmann et al.: **Lieblingsplätze in Oberbayern: Orte für Herz, Leib und Seele**

Stefan Boes, Heike Hoffmann: **Tölzer Land - Tegernsee - Schliersee. Lieblingsplätze zum Entdecken**

Nicola Förg: **Zornige Söhne. Ein Alpen-Krimi**

Heidi Grund-Thorpe: **Die Töchter des Münterhauses**

**Edition KulturLand** ([www.edition-kulturland.de](http://www.edition-kulturland.de)). Das Magazin erscheint Ende März und Ende September, erhältlich an allen Bahnhöfen und im gut sortierten Buchhandel. Verlost wird die Ausgabe März 2024.

**VERLOSUNG**

FOTOS: LESERINNKARTE, BUCHTITEL, POLLING, STOA



**KULTUR IM OBERLAND**

Stefan Boes berichtet in seiner Halbjahreszeitschrift *Edition KulturLand* schon seit 1989 über das Kulturge-schehen rund um München. Dies umfasst Veranstaltungen ebenso wie Porträts und Reportagen. Er liebt das „gesegnete Land“, die *terra benedicta*, des Klosters Benediktbeuern, für das Karl der Große einst eine Arm-reliquie des heiligen Benedikt erwarb. Der Einfluss des Klosters reichte weit. Unter anderem legen die Kirchen-bauten von Kochel, Bad Heilbrunn, Walchensee und Jachenau sowie die Kapelle Heuwinkel von Josef Schmutzer bei Iffeldorf Zeugnis davon ab, darüber hin-aus auch Profanbauten wie das Klostrichterhaus und das alte Forstamthaus in Benediktbeuern, ein Bade- und Kurhaus in Bad Heilbrunn sowie in Kochel das Erholungsheim auf dem Aspenstein, die heutige Georg-von-Vollmar-Akademie. Der Benediktbeurer Bautrupp war stets ein reger. Neu renoviert präsentiert sich das Wohnhaus des Schriftstellers Ludwig Thoma (1867–1921), die „Tuften“, idyllisch oberhalb des Teger-nsees gelegen. Ein Besuch in Polling lohnt sich gleich doppelt: Ein Höhepunkt ist die im Jahr 2021 eröffnete Künstlersäulenhalle STOA169 nahe des Klosterorts. Man erreicht sie zu Fuß oder mit dem Rad, der Eintritt ist frei. Nach dem Kunstgenuss kann man sich im „Klosterwirt“ stärken, der 2024 in den renommierten Slow-Food-Genussführer aufgenommen wurde.

[www.kloster-benediktbeuern.de/](http://www.kloster-benediktbeuern.de/)

[www.ludwig-thoma-haus.byseum.de/](http://www.ludwig-thoma-haus.byseum.de/)

[www.polling.de/](http://www.polling.de/) [www.klosterwirtpolling.de](http://www.klosterwirtpolling.de/)



FOTO: HEIKE HOFFMANN



**AB 4. APRIL IM KINO!**

**Andrea lässt sich scheiden**

Mit seiner zweiten Regiearbeit beweist Ausnahmetalent Josef Hader erneut, dass das Tragikomische die beste Abbildung dessen ist, was man Leben nennt.

Hier erzählt er von unverwirklichten Träumen, verpasstem Glück und schicksalhaften Begegnungen – eine scharfsinnig beobachtende Analyse einer Dorfgesellschaft und Plädoyer gegen jede Landlebensehnsucht.

**Ab 4.4.2024  
nur im Kino.**

Regie & Drehbuch: Josef Hader, mit Birgit Minichmayr, Josef Hader, Thomas Stipsits, Robert Stadlober, Maria Hofstätter, FSK 6, 93 Min.



Einfach mal  
abschalten und  
genießen im  
**monte mare**  
Schliersee



*Ihr Urlaub vor der Haustür*

**monte mare** Vitaltherme & Saunawelt  
Perfallstr. 4 · Schliersee  
[www.monte-mare.de/schliersee](http://www.monte-mare.de/schliersee)





## BUCHTIPPS

### EINFACH WAU! 100 REZEPTE FÜR DIE LIEBLINGS-LECKERLIS ALLER FELLNASEN

Klaus West (Flüstertipps) hat mit *Hunde-Leckerli: selber machen - aber richtig* fast 100 verschiedene Rezepte veröffentlicht, die sicher viele Hundeherzen höherschlagen lassen. Es gibt viel zu probieren: Von „Ausgestochen gut und von der Rolle“ über „Torten, Tarts und Muffins“, Eis, Smoothies (ja, auch die gibt es für die lieben Fellnasen), „Gummibärchen, Pralinen & Co“ und „Backmattenrezepten“ bis hin zur Rubrik „Aus dem Waffeleisen“ dürfen sich die Vierbeiner über besondere Leckereien freuen wie beim Kinderfasching! Der

57-jährige Hundefreund gibt darüber hinaus viele Tipps und Tricks zu Lagerung, Dörrmöglichkeiten etc. und steht per E-Mail seinen Lesern für Rückfragen und Anregungen zur Verfügung. Nicht zu vergessen: Das Rezeptbuch kommt zusammen mit einer Back- und einer Schleckmatte. Man merkt, dass der Autor auch in der Küche der Zweibeiner einige Erfahrung hat. Ausprobiert und von Hündin Ida für echt lecker befunden sind unter anderem die Leberwurst-Knochen. Es gab ein begeistertes „Wau!“

*Hunde-Leckerli* enthält zahlreiche farbige Abbildungen und Zeichnungen sowie eine hilfreiche Übersicht mit gesunden und (für Hunde) giftigen Nahrungsmitteln. Das Rezeptbuch ist erhältlich über [www.fluestertipps.de](http://www.fluestertipps.de), hat 202 Seiten und kostet 14,80 Euro.

Wir verlosen 3 Exemplare mit je 2 Backmatten (Stichwort: Hunde-Leckerli) unter [verlosung@dahoam-verlag.de](mailto:verlosung@dahoam-verlag.de).  
Einsendeschluss: 10.05.2024



FOTO: PR

### LITERARISCHE HOMMAGE AN ERICH KÄSTNER „DER GOLDHÜGEL“

Was für Thomas Mann der Zauberberg, war für Erich Kästner der Goldhügel. Naja, fast. Thomas Mann hat seinen Bildungsroman verfasst, nachdem ihm seine Frau von ihrem Aufenthalt in Davos berichtet hat. Erich Kästner erkrankte 1962 tatsächlich an Tuberkulose und wurde von den Münchner Ärzten zur Kur ins Schweizer Collina d'Oro geschickt. Er blieb dort fast zwei Jahre. Seinem bewegten (Liebes-) Leben setzte der Gymnasiallehrer Tobias Roller jetzt ein literarisches Denkmal. In *Der Goldhügel* verwebt Roller gekonnt Reales und

Erfundenes zu einem großartigen Roman-Debut. Hoch über dem Luganer See soll der alternde Schriftsteller genesen. Doch ohne den ins Zimmer geschmuggelten Whisky und der ein oder anderen heimlichen Zigarette ist weder seine Schreibkrise noch sein kompliziertes Privatleben zu ertragen. Was ein ebenso junges wie ehrgeiziges Fräulein dazu beiträgt und was beispielsweise Pony Hütchen dazu sagen würde? Selber lesen! Dieser originelle Roman ist quasi Pflichtlektüre im Kästner-Jahr: 125. Geburtstag am 23. Februar, 50. Todestag am 29. Juli. *Der Goldhügel* von Tobias Roller ist im Volk Verlag erschienen, hat 192 Seiten und kostet 22 Euro.

Wir verlosen 2 Exemplare (Stichwort: Goldhügel) unter [verlosung@dahoam-verlag.de](mailto:verlosung@dahoam-verlag.de).  
Einsendeschluss: 10.05.2024



FOTO: PR

### FÜR KLEINE ENTDECKER MURNAUER KENNENLERN- UND AUSMALBUCH FÜR KINDER

Die Murnauer Tourist Information präsentiert stolz ihr neuestes Produkt, das farbenfrohe Entdecker-Buch für Kinder und Familien. Die Idee dahinter ist, Murnau für junge Entdecker nicht nur interessanter, sondern auch erlebbarer zu machen. Das liebevoll gestaltete Büchlein, handlich und leicht, entführt Familien auf eine spannende und lustige Reise durch Murnau.

Die bunte Geschichte dreht sich um den kleinen Drachen Drax, Murnis Neffen, der auf einer geheimen Insel im Staffelsee lebt. Eines Tages beschließt Drax, nach Murnau zu fliegen, um an einer spannenden Kinderführung teilzunehmen. Das Büchlein beinhaltet eine interessante Geschichte, eine Vielzahl von bunten Illustrationen, knifflige Rätselfragen, kreative Ausmalbilder, unterhaltsame Malvorlagen von Punkt zu Punkt und eine rote Folie, die geheime Details enthüllt. Das Entdecker-Buch ist rundum „made in Murnau“, von der liebevollen Illustration über die kreative Gestaltung bis hin zum sorgfältig ausgearbeiteten Text und dem hochwertigen Druck.

Wer das Büchlein kauft, erhält auch noch ein Geschenk dazu: ein schönes Set bunter, kleiner Holzfarbstifte, damit die Kinder gleich mit dem Ausmalen loslegen können. Also, nichts wie los in die Tourist Information Murnau, denn nur hier ist das Booklet exklusiv für 6,90 Euro inklusive Holzfarbstifte erhältlich. Eine wunderbare neue Möglichkeit für Einheimische und Gäste, die Schönheit und Geschichten von Murnau spielerisch zu entdecken!



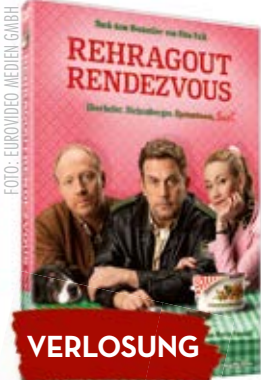
FOTO: PR



## FILMTIPPS

### REHRAGOUT-RENDEZVOUS

#### NACH DEM BESTSELLER-ROMAN VON RITA FALK



**VERLOSUNG**

„Was gibt's zum Essen?“ „Nix.“ Paukenschlag am Eberhofer-Hof: Die Oma (Enzi Fuchs) streikt! Nach gefühlt 2.000 Kuchen und noch mehr Schweinsbraten, Semmelknödeln und Kraut beschließt die Oma, sich der familiären Fürsorge zukünftig zu entledigen. Chaos pur! Papa Eberhofer (Eisi Gulp), Franz (Sebastian Bezzel), Leopold (Gerhard Wittmann) und Susi (Lisa Maria Potthoff) sollen doch

bitteschön endlich mal lernen, sich selbst zu versorgen. Ausgerechnet jetzt übernimmt Susi auch noch vorübergehend Niederkaltenkirchens Rathaus als stellvertretende Bürgermeisterin und reduziert mit ihrer neu gewonnenen Macht Franz' Posten kurzum auf halbtags, damit er sich künftig um Sohn Pauli kümmert. Diese Aktion touchiert die Eberhofer'sche Männlichkeit empfindlich. Zum Glück dauert es aber nicht lange, bis eine Krähe ein menschliches Ohr aufgabelt und sich ein eigentlich festgefahrener Vermisstenfall überraschend zu einem verzwickten Mordfall entwickelt, der Franz und Rudi (Simon Schwarz) als Ermittler-Dreamteam erneut in Höchstform vereint.

Wir verlosen 3 DVDs (Stichwort: DVD) unter [verlosung@dahoam-verlag.de](mailto:verlosung@dahoam-verlag.de).  
Einsendeschluss: 10.05.2024



### DIE HERRLICHKEIT DES LEBENS

1923: Dora Diamant (Henriette Confurius) und Franz Kafka (Sabin Tambrea) lernen sich zufällig am Ostseestrand kennen. Er ist ein Mann von Welt, sie aus dem tiefen Osten; er kann schreiben, sie kann tanzen. Sie steht mit beiden Beinen fest auf dem Boden, er schwebt immer etwas darüber. Aber als die beiden einander kennenlernen, wird alle Verschiedenheit einerlei. Auch wenn Kafkas Gesundheitszustand sich mehr und mehr verschlechtert, die gemeinsame Zeit lässt die beiden „Die Herrlichkeit des Lebens“ spüren.  
*Ab jetzt nur im Kino*



### Osteria Vita Nuova Rottenbuch

Inh. Massimiliano Chiesa & Claudio Mortire

Klosterhof 16 · 82401 Rottenbuch

Tel. 088 67 919 77 73

Mobil 015 20 / 674 76 54

E-Mail: [ilvignetedelprincipe@gmail.com](mailto:ilvignetedelprincipe@gmail.com)

Öffnungszeiten:

11.30 – 14.00 und 17.30 – 22.00 Uhr,  
Montag Ruhetag, Dienstag ab 17.30 Uhr

Private Feiern ab 25 Personen



**Staffelsee  
MUSEUM**

Seestr. 1

82418 Seehausen am Staffelsee

Tel.: 088 41 / 67 28 58

[info@staffelseemuseum.de](mailto:info@staffelseemuseum.de)

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

#### Kontakt zu Führungsanfragen:

Susanne Horak

Tel.: 088 41 / 62 97 89 (ab 18 Uhr)



**KATHARINA REINDL**  
STEUERBERATERIN

**Steuern.Einfach.Digital**



Ettaler Weg 9 - 82418 Seehausen am Staffelsee

Tel: 08841/7999471 - Mail: [office@reindl-steuern.de](mailto:office@reindl-steuern.de)

Web: [www.reindl-steuern.de](http://www.reindl-steuern.de)

**So kauft man Küche heute**

kein Studio • keine Personalkosten • Nr. 3 in Deutschland

*online*



DIE KÜCHE **D**IREKT.DE



Ein Unternehmen der Dross-Gruppe seit 1954!

Niederlassung: Vertriebsleitung Oberland

[ettl@dross-schaffer.com](mailto:ettl@dross-schaffer.com)

088 41 / 6 26 10 65 · 01 51 / 40 31 43 78

\*Personalvorteilskauf – Bestpreis Firmen/Behörden Mitarbeiter \*



# MURNAU

Ein Ort mit großer Geschichte



„Wenn ich doch nur wieder in Murnau sein könnte“, sagte einst der Weltliterat Ödön v. Horváth. Der Künstler Wassily Kandinsky schrieb 1910 an seine Lebensgefährtin Gabriele Münter: „Schließlich können wir nach Murnau fliehen – es ist ein Glück, so einen Schlupfwinkel zu besitzen“. Sie machten 1909–1914 Murnau zu ihrem Lebensmittelpunkt und gaben der Kunstgeschichte durch den Expressionismus hier die prägnante Wende. König Ludwig II. gefiel Murnau so gut, dass er auf der Insel Wörth im Staffelsee ein Schloss errichten wollte.

## „Wenn ich doch nur wieder in Murnau sein könnte“

Der damalige Insel-Besitzer gab diese aber nicht zum Verkauf frei, so dass Herrenchiemsee als neue Insel auserwählt wurde. Der weltberühmte Stummfilm Regisseur Wilhelm Friedrich Plumpe, welcher in den USA mit seinen Filmen wie „Nosferatu“ und „Faust“ Weltruhm erlangte, taufte sich nach einem Aufenthalt in Friedrich Wilhelm Murnau um.

James Loeb, Bankier aus New York, Mäzen und Antikensammler hätte in der ganzen Welt zuhause sein können, doch er wählte Murnau zur neuen Heimat und fand in Hochried bei Murnau seine letzte Ruhestätte. Stararchitekt aus München, Emanuel v. Seidl, tat es ihm gleich und erkor Murnau ebenfalls zu seinem Wohnsitz und lies auf seinem Grabstein auf dem Murnauer Friedhof „Uns gaben die Götter auf Erden Elysium“ eingravieren. Warum das Zitat aus einem Goethe Gedicht? Elysium – Das Paradies auf Erden. Für

E. v. Seidl war der „Seidlpark“ sein Garten Eden und für viele weitere Besucher, Auswanderer, Persönlichkeiten und Reisende. Caesars Spruch „Ich kam, sah, siegte“ könnte man auf Murnau umwandeln in: „Ich kam, sah, verliebte“ (mich).

Warum übt Murnau eine solche Faszination auf seine Besucher aus? Ist es die Kraft, welche vom Murnauer Moos ausgeht, dem größten zusammenhängenden Moosgebiet Mitteleuropas? Oder der unverwechselbare Blick auf die glitzernde Alpenkette mit dem höchsten Berg Deutschlands? Das blaue Licht, dem das Blaue Land seinen Namen zu verdanken hat?

Was auch immer jeden Einzelnen fasziniert – Murnau hat mit seiner Geschichte, seinen prägenden Persönlichkeiten, der herrlichen Natur, dem künstlerischen Erbe durch die Blauen Reiter und der pulsierenden Kultur jede Menge zu bieten.

## Gästeführungen

Auf einer Führung durch Murnau können Sie diese Geschichten hautnah erleben. Die Tourist Information Murnau bietet eine große Auswahl an Themenführungen zu genau diesen Bereichen. Um nur einige zu nennen: Naturführungen in Murnauer Moos, Auf den Spuren der Blauen Reiter, Der Weltliterat Ö. v. Horváth, Ortsführung zur Geschichte, Majestätische Ein- und Ausblicke über Berge, See und Moos, Murnau und E. v. Seidl. Speziell für Kinder gibt es eine Kinderführung „Große Gschichtn für kleine Entdecker“. Wer die Kinderführung lieber alleine mit der Familie machen möchte, kann in der Tourist Information das





FOTO: TOURIST INFO

druckfrische und wunderbare „Entdecker Buch“ erwerben. Es beinhaltet eine Kinderführung, viele Rätsel, Ausmalbilder und eine rote Folie, welche Geheimnisse offenbart.

Alle Gästeführungen können direkt auf der Homepage [www.tourismus.murnau.de](http://www.tourismus.murnau.de) unter der Rubrik „Erlebnisplattform“ gebucht werden. Alternativ sind die Mitarbeiter der Tourist Information gerne bei der Auswahl der richtigen Führung für Sie behilflich.

### Schloßmuseum Murnau

Den perfekten Tag in Murnau rundet ein Besuch im Schloßmuseum ab. Dies wurde zum 30. jährigen Jubiläum im Jahr 2023 komplett renoviert und erstrahlt nun in neuem Glanz. In den historischen Mauern kann alles Gehörte und Gesehene nochmals im Detail erlebt werden. Das Schloßmuseum ist ein Sammlungs- und Bewahrungsort der Murnauer Kunst- und Kulturgeschichte, sowie das kulturelle Gedächtnis des Ortes und seiner Bewohner. Hier befindet sich auch die einzige, weltweite Dauerausstellung des Schriftstellers Ö.v.Horvat. Eine wundervolle Hommage an Gabriele Münter, den Expressionismus und den Blauen Reiter sowie die Neukonzeption zur Ortsgeschichte. Hier finden auf wunderbare Weise Murnaus Exponate, Menschen und Geschichten unter einem Dach zueinander.

Lassen auch Sie sich davon verzaubern. Tauchen Sie ein in den pittoresken Markt und finden ihre eigene Faszination von Murnau a. Staffelsee.



FOTO: S. BAUER

Weitere Infos zur Region: **Tourist Information Murnau**

Untermarkt 13 · 82418 Murnau a. Staffelsee

Tel.: 08841/476-240 · [touristinfo@murnau.de](mailto:touristinfo@murnau.de)



[www.tourismus.murnau.de](http://www.tourismus.murnau.de)



# Wiskandt

Maler - Lackierermeister

08841 / 99 88 88 4

0173 / 45 70 3 70

wiskandt1@yahoo.de

- Fassaden
- Holzschutz
- Tapezieren
- Innenräume
- Bodenbeläge
- Dekorative Oberflächengestaltung

[www.maler-murnau.de](http://www.maler-murnau.de)

# Doleschal

Renault-Dacia Weilheim

Autohaus Doleschal GmbH & Co. KG

Am Weidenbach 2 · 82362 Weilheim  
Tel. 0881/92488-0 · Fax 0881/69182  
Werkstatt 92488-14 · Lager 92488-15  
E-Mail: [mail@autohaus-doleschal.de](mailto:mail@autohaus-doleschal.de)  
[www.autohaus-doleschal.de](http://www.autohaus-doleschal.de)

holz  
**steinsdorfer**  
Altenau im Ammental

Einfach stark in Sachen Holz!

Holzfachmarkt  
Säge- u. Hobelwerk

Telefon: 08845/703030  
Telefax: 08845/7030325  
E-Mail: [mail@holz-steinsdorfer.de](mailto:mail@holz-steinsdorfer.de)  
[www.holz-steinsdorfer.de](http://www.holz-steinsdorfer.de)



Böden-Decken-Wand-Gartenhölzer

## ROWA ASH



[www.rowa-ash.de](http://www.rowa-ash.de)

Boarischer Rock in Lederhose und ganz ohne Schlagzeug und 'Volksmusik' Klischee, so treffen wir die fünf ambitionierten Musiker aus dem Oberland. Musikalisch geht es durch verschiedene Stilrichtungen, ein buntes Potpourri von Blues, Rock, Jazz, Funk, Reggae, Ska, Soul, Swing – und auch Liedermacher Tradition wird mit akustischer Gitarre, Mundharmonika und Gesang bedient.

16.3.–3.11.24

AUSSTELLUNG



FOTO: MUSEUM WERDENFELS, ANTON BRANDL

Mit über 100 Exponaten nähert sich die Ausstellung „... die Welt ins Bildhafte zu reißen ...“ – Georg Grasegger (1873–1927) – Die Wiederentdeckung eines expressionistischen Bildhauers dem heute weitgehend vergessenen Künstler aus Partenkirchen an. Der Wahl-Kölner schuf ein ungemein vielfältiges Werk und beherrschte alle Techniken wie Materialien virtuos. Sein Werk umfasst Denkmäler und architekturgebundene Arbeiten für Kirche und Kultur, bemerkenswerte Bildnisse, Kleinskulpturen und Medaillen. Seine Figuren zeichnet eine ungeheure Spannung aus, die bis ins expressionistisch Überzeichnete reicht. Das Charakteristische der dargestellten Menschen, metaphorischen Köpfe oder Figuren aus Religion und Mythologie pointiert er in seiner detaillierten Ausarbeitung meisterhaft. Grasegger hält den zentralen Moment wie in einem filmischen Standbild fest. Mit Skulpturen aus Holz, Stein und Bronze, Modellen und Fotografien der Werke aus seinem Nachlass sowie einer Videoprojektion über drei Stockwerke entsteht in dieser Retrospektive im Museum Werdenfels in Garmisch-Partenkirchen erstmals ein umfassendes Bild von Leben und Werk des Bildhauers.

[www.museum-werdenfels.de](http://www.museum-werdenfels.de)



1.5.24

## SOMMERFEST



FOTOS: TREASURED MOMENTS PHOTOGRAPHY

Ab dem 1. Mai wird es wieder bunt: Die „Kunstakademie EigenArt“ startet ihr Sommerprogramm mit einem großen Fest. Die Veranstalter laden Kunstinteressierte in die Parkvilla in Bad Heilbrunn ein. Es gibt Gelegenheit, die großzügigen Ateliers zu besichtigen, in einer Ausstellung Kunstwerke der rund 40 Dozenten der Akademie zu betrachten und mit den Künstlern sowie der Akademieleitung ins Gespräch zu kommen. Weitere Informationen zum Akademiefest und zu den Sommerkursen unter [www.kunstakademieeigenart.de](http://www.kunstakademieeigenart.de)



# 21. fürstenfelder gartentage



## 17.-20. Mai 2024

### Kloster Fürstenfeld - Fürstenfeldbruck

Neue Ideen für den Garten und das stilvolle Wohnen mit über 250 ausgesuchten Ausstellern

[fuerstenfelder-gartentage.de](http://fuerstenfelder-gartentage.de)

Veranstalter: Landschaftsarchitekturbüro Lohde, 82256 Fürstenfeldbruck  
Tel. 08141/530103, [info@lohde-landschaft.de](mailto:info@lohde-landschaft.de), [www.lohde-landschaft.de](http://www.lohde-landschaft.de)

*Herzlich willkommen...*

... in der Trattoria Sardegna, Ihrer exquisiten Adresse für authentische italienische Gaumenfreuden mitten in Oberammergau. Unser Restaurant vereint das traditionelle Flair eines klassischen italienischen Trattoria mit der Finesse sardinischer Spezialitäten. Tauchen Sie ein in eine kulinarische Reise, die alle Sinne anspricht.



**Trattoria Sardegna**

Bahnhofstraße 16 · 82487 Oberammergau  
Tel.: 088 22/86898 35 · Mobil: 01 74/1933 167



Vielen Dank  
für die gute  
Zusammenarbeit.

Wir gratulieren  
der Familie Weller  
zum gelungenen Projekt.



*kompetent & zuverlässig*  
[www.gerhauser-haustechnik.de](http://www.gerhauser-haustechnik.de)  
**HEIZUNG | SANITÄR | SOLAR**  
Gerhauser Haustechnik GmbH & Co. KG  
Am Mühlbach 11 | 82442 Saulgrub | Telefon: 08845 209

Alles Gute  
dem Gasthof  
zur Post Saulgrub.

**0157 587 317 26**

82442 Saulgrub  
Ammergauerstr. 11  
[cosminloredan80@gmail.com](mailto:cosminloredan80@gmail.com)

**Trockenbau**  
**Servicedienstleitung**  
**Hausmeisterdienst**  
**Laminatverlegung**  
**Sanierung**  
**Fliesen**



Wir gratulieren  
der Familie Weller  
zum schönen, neuen  
Gasthof/Hotel zur Post  
in Saulgrub.

Viel Erfolg und  
eine gute Partnerschaft.

Herzlichen Glückwunsch  
zum schönen, neuen Gasthof.

Viel Erfolg und  
eine gute Partnerschaft.

**V-MARKT**

V-Markt in 82442 Saulgrub · Am Mühlbach 1 · Tel. 08845-315

KALENDER

Redaktionstipps

10.5.24

## MUSIKALISCHE REVUE



FOTOS: QUINTONICS

Brexit is done? Mitnichten. So einfach lassen wir unsere komischen, exzentrischen, liebenswerten Briten nicht gehen. Mit Liedern, Sketchen und einem guten Schuss Hintergrundwissen gehen die QuinTONics in „Fool Britannia!“ den Fragen nach: Wie konnte es so weit kommen und wie geht es jetzt weiter? Warum sind so viele Briten Deutsche geworden? Wer hat uns das Ganze eingebrockt? Und wie sind sie überhaupt, die Briten? Zweisprachig, mit viel Musik, einigen erstaunlichen Antworten und jeder Menge Witz gehen sie der Sache auf den Grund.

[www.wirtshaus-zum-isartal.de](http://www.wirtshaus-zum-isartal.de)





10.–11.5.24

## KLEINKUNST-FESTIVAL

Das Tollhub-Festival auf Gut Hub in Penzberg bietet auch in diesem Jahr wieder ein abwechslungsreiches Programm. Am Freitagabend wagt Simone Solga mit ihrem Kabarettprogramm „Ist doch wahr!“ ihre ganz persönliche Revolution. Am Samstag freuen sich Groß und Klein



FOTO: DOMINIC REICHENBACH

auf den Tollhub-Familientag mit „Doctor Döblingers geschmackvollem Kasperltheater“ und zum Abschluss gibt es wieder das kleinLaut-Musikfestival mit regionalen Bands.

Weitere Infos zum Programm unter [www.kleinkunst-penzberg.de](http://www.kleinkunst-penzberg.de)

FOTO: PR

1.-11.6.24

## KLASSIKFESTIVAL



FOTO: DOMINIK STIXENBERGER

FOTO: PR

Die Richard-Strauss-Tage in Garmisch-Partenkirchen verwöhnen das Publikum mit Konzertereignissen der Sonderklasse an dem Ort, an dem Strauss lebte und die Inspiration für seine Meisterwerke schöpfte. Nicht nur das Publikum, sondern auch die Musiker fühlen diese besondere Atmosphäre des Festivals, bei dem man die Werkstattluft von Strauss spürt wie nirgends sonst. Als bayerisches Klassikfest führen die Richard-Strauss-Tage 2024 auch Werke des wenig bekannten Komponisten Heinrich Noren auf, der am Tegernsee lebte.

[www.richard-strauss-tage.de](http://www.richard-strauss-tage.de)

GP  
GASTHOF ZUR POST  
SAULGRUB



### Wir heißen Sie willkommen!

Der Gasthof zur Post in Saulgrub, ein gemütliches und traditionsreiches Hotel, wird Sie mit seiner einladenden Atmosphäre und seiner authentischen bayerischen Gastfreundschaft begeistern!

Ob Sie auf der Suche nach einem entspannten Wochenendausflug oder einem unvergesslichen Urlaub sind, unser Gasthof bietet Ihnen die perfekte Kombination aus Komfort, Entspannung und kulinarischen Genüssen.

Römerweg 1 • 82442 Saulgrub

WhatsApp: + 49 152 2393 4797

Tel.: 08845 7579 100 Mobil: 0 152 23 93 34 797

E-Mail: [info@saulgrub.com](mailto:info@saulgrub.com) [www.saulgrub.com](http://www.saulgrub.com)





# GANZJÄHRIG

## AUSSTELLUNG



Im Dezember 2023 wurde im Schloßmuseum Murnau die neu konzipierte Abteilung Ortsgeschichte eröffnet. Unter den Raumthemen „Wunderkammer“ und „Marktplatz“ finden Murnaus Exponate, Menschen und Geschichten zueinander.

In der „Wunderkammer“ wurden Objekte zusammengeführt, deren Entstehungsgeschichten eine Zeitspanne von mehreren tausend Jahren umfassen. Einen Stock höher im „Marktplatz“ stehen die Themen Murnaus im Vordergrund: Kurz gehaltene Informationen in Verknüpfung mit einer Übersichtskarte bilden hier den roten Faden. Die Besucherinnen und Besucher sind eingeladen, mit ihren ganz persönlichen Orts- geschichten zu diesem „Sammlungspool Museum“ beizutragen.

[www.schlossmuseum-murnau.de](http://www.schlossmuseum-murnau.de)



FOTOS: NIKOLAUS STEGLICH, STARNBERG

Herzlich willkommen im Gasthof Sonne in Seehausen, mitten in der Urlaubsregion „Blaues Land“, Oberbayern. Von unserem Haus an einem sonnigen Südhang am Ortsrand von Seehausen haben Sie einen herrlichen Blick auf das Alpenpanorama und zum Staffelsee, der in 10 Minuten zu erreichen ist.

Wir freuen uns auf Sie! Familie Klein

Gasthof Sonne · Bahnhofstr. 22 · D-82418 Seehausen am Staffelsee  
 Tel. +49(0)8841 - 91 69 kontakt@sonne-seehausen.de · www.sonne-seehausen.de



# Aufstand der Frühaufsteher

Während die Natur noch im Winterschlaf ruht, erwacht die Protestkultur im Januar 2024 wieder zum Leben. Mitten in die kaltnasse Stille hinein erschallen Signalhörner als kraftvolle Botschaft der bayerischen Landwirte, dass politisch etwas im Argen liegt in der rot-grün-gelben „Zeitenwende“-Republik. Der Aufstand der Frühaufsteher – exakt 500 Jahre übrigens, nachdem seinerzeit der „Große Deutsche Bauernkrieg“ im Schwarzwald seinen Anfang nahm – ist aber mehr als eine Revolte gegen Subventionskürzungen.

Der Bauer hat noch Prinzipien, und auch bei den jüngsten Bauernprotesten geht es ums Prinzip. Darum, dass es Menschen gibt, die sich im Interesse aller den Rücken krummbuckeln, sieben Tage die Woche, und dafür mit Skepsis gestraft werden – wegen der großen Traktoren und jeder Menge dummer Klischees über den Landwirt, weiterverbreitet von Leuten, die nie einen Stall von innen gesehen haben. Es ist eine Skepsis, die sich auch niederschlägt in immer neuen Vorgaben und Gesetzen, was vom Bauer – durchaus nachvollziehbar – als Gängelung und Grundmisstrauen in seine Arbeit und seinen Charakter gewertet wird. Die Ursprünge der Landwirtschaft reichen zurück bis in die Jungsteinzeit, als die Menschen vor 12.000 Jahren begannen, sesshaft zu werden. Ein evolutionärer Schritt und obendrein die Grundlage unserer Zivilisation. Doch was bedeutet das Bauersein heute noch, inmitten dieser Traktorenproteste? Was sagt es über die Zukunftschancen der deutschen Landwirtschaft aus, dass laut Agrarbericht allein zwischen 2010 und 2020 über 36.000 Betriebe gestorben sind?

Ich glaube, in einer Welt, in der der Klimawandel und die Ernährungssicherheit angesichts einer wachsenden Zahl an Erdenbürgern drängende Herausforderungen sind, sind unsere Bauern die ersten Verteidiger unseres

Planeten. Ihr Wissen über Bodenqualität, Anbauzyklen und traditionelle Praktiken ist tatsächlich der Schlüssel zu einer nachhaltigen Zukunft. Daher scheint es mir im Interesse aller zu sein, aufmerksam zu lauschen, wenn ein Bauer klagt über die Agrarpolitik der Bundesrepublik und der Europäischen Union.

Die Bauernaufstände im Mittelalter waren Ausdruck tief verwurzelter Unzufriedenheit und sozialer Ungerechtigkeiten. Im Jahr 2024 sind wir Luthers Prinzip vom Christenmenschen, der „ein freier Herr über alle Dinge und niemand untertan ist“, zwar deutlich näher als 1524. Das heißt aber nicht, dass es nicht auch heute Ungerechtigkeiten gibt, die zu Unzufriedenheiten führen. Der Bauer von heute „gehört“ zwar niemandem mehr, wie ein Werkzeug jemandem gehört. Aber dennoch muss er sich, unter anderem, weil er auf Subventionen angewiesen ist, der Bürokratie beugen. Völlig egal, ob eine Vorschrift aus Brüssel sinnvoll ist oder nicht. Oder ob ein Landwirtschaftsminister eine Idee auf dem Papier entwickeln lässt, die gut klingt, aber in der Praxis nicht funktioniert – oder der Landwirtschaft mehr schadet als nutzt.

In den vergangenen Jahren sind die Bauern vermehrt auf die Straßen gegangen, um gegen agrarpolitische Irrwege und unverhältnismäßige Herausforderungen der modernen Landwirtschaft zu protestieren. Nicht nur in Deutschland. Sie fürchten um die Zukunft ihrer Zunft, insbesondere der kleinen bis mittelgroßen Familienbetriebe. Und sie fordern jene Anerkennung ein, die sie durch ihre Arbeit und ihre Rolle für die Allgemeinheit verdienen. Ihre Sorgen sind nicht übertrieben. Die Landwirte haben gute Gründe und jedes Recht dazu, ihre Signalhörner erschallen zu lassen.

*Ben Krischke*



FOTO: PRIVAT

## ÜBER DEN AUTOR:

Ben Krischke ist Redakteur beim Politikmagazin Cicero. Er hat Journalistik in München studiert und arbeitete für verschiedene Zeitungen und Magazine. An dieser Stelle schreibt er regelmäßig über Themen aus Politik und Gesellschaft. Der gebürtige Memminger lebt in München.



Mitten in Grainau  
**Klein aber Fein**  
 Inhaber Herr Sprenger



**Regionale  
 Produkte  
 & Brotzeiten**

aus der  
 Waxensteinstraße 8  
 Tel.: 0 88 21 / 50 274  
 info@sprenger-getraenkemarkt.de

**Sie haben einen Fuhrpark? Wir  
 haben die kompetente Werkstatt.**

Unsere geschulten Mitarbeiter und modernste Ausrüstung garantieren  
 Ihnen hohe Qualität bei allen Arbeiten.

**Auto & Motorrad Sauer e.K.**  
 Weilheimer Straße 47 | 82418 Murnau a. Staffelsee  
 T 08841 1619 | www.ac-sauer.de



**Richard Schmitt**  
 Rechtsanwalt und Fachanwalt für Miet-WEG-Recht

**weitere Tätigkeiten:**

- Strafrecht / Bußgeldabwehr
- Schuldnerberatung / Insolvenz
- Forderungseinzug / -abwehr
- Familienrecht
- Unfallregulierung
- Erbrecht



Gabriele-Münter-Platz 4 (EG) · 82418 Murnau · Tel. 0 88 41 / 50 45 · Fax. 0 88 41 / 6 27 76 55  
[www.kanzlei-ra-schmitt.de](http://www.kanzlei-ra-schmitt.de)

**RAM**  
 KREATIV  
 Schreinerei für Maßarbeit in Holz

Schreinermeister Gottfried Ram · Dorfstr. 16a  
 82418 Aidling · Tel.-Werkstatt: 08847-1488  
 Email: info@ram-kreativ.de · www.ram-kreativ.de

## IMPRESSUM

**Chefredaktion:**

Sandra Johnson (V.i.S.d.P.)

**Mitarbeiter dieser Ausgabe:**

Susanne Böllert, Melanie Brüggemann, Heike Hoffmann,  
 Ben Krischke, Bettina Sewald, Birgit Werner

**Lektorat:**

Gabriele Ernst

**VERLAG:**

DAHOAM VERLAG

**Inhaber:**

Wolnzacher Anzeiger, E. Kastner KG

**Anzeigen:**

Stephanie Lacknermeier

Tel.: 0 80 41 / 77 893 · sl-advertising@gmx.de

Erich Ettl

Tel. 0 88 41 / 6 26 10 65 · ettl@dross-schaffer.com

Mick Schöne

Tel. 0 88 45 / 703 56 01 · schoene@dahoam-verlag.de

**Vertrieb:**

Peter Aschauer

**Leserbriefe:**

johnson@dahoam-verlag.de

**Gestaltung:**

Manja Hofmann

**Druck:**

Kastner AG,

Schloßhof 2-6, 85283 Wolnzach

**Verlagsanschrift:**

DAHOAM VERLAG

Schloßhof 2-6, 85283 Wolnzach

Telefon: 08442/9253-0

E-Mail: mail@dahoam-verlag.de

Internet: www.dahoam-magazin.de

**Copyright:** Nachdruck nur mit schriftlicher Genehmigung  
 der Redaktion. Für unverlangt eingesandte Bilder, Manu-  
 skripte, Waren keine Haftung.

Nachdruck, Aufnahmen in Online-Dienste und Internet,  
 Vervielfältigung auf Datenträger wie  
 z. B. CD oder DVD etc. nur nach schriftlicher Zustimmung  
 von DAHOAM VERLAG.

Die Datenverarbeitung im Rahmen unserer Gewinnspiele dient aus-  
 schließlich dem Zweck der Durchführung des Gewinnspiels und zur  
 Versendung der Gewinne. Die uns vorliegenden Daten werden grund-  
 sätzlich nicht an Dritte weitergegeben, es sei denn, die Weitergabe  
 ist für die Durchführung des Gewinnspiels oder die Versendung des  
 Gewinns erforderlich. Nach Beendigung des Gewinnspiels werden  
 Ihre im Rahmen des Gewinnspiels verarbeiteten Daten grundsätzlich  
 innerhalb von 30 Tagen gelöscht. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel  
 erklären Sie sich mit diesen Bedingungen einverstanden. Ein Wider-  
 ruf ist jederzeit unter mail@dahoam-verlag.de möglich.



# Ihr Energieversorger im Oberland



Die passenden Energielösungen von der 17er Oberlandenergie GmbH

Die Anforderungen unserer Kunden an uns sind vielfältig. Ihre Zufriedenheit ist unser oberstes Ziel, daher möchten wir Ihnen die passende Versorgung anbieten.

Unser Ziel ist es, Sie mit einer Ladestation für zu Hause, einer sogenannten Wallbox optimal beim tanken dahoam zu unterstützen.

Unkompliziert an unseren Ladestationen im Oberland 100% Ökostrom tanken? Kein Problem! Mit der 17er Ladekarte haben Sie deutschlandweit aktuell Zugriff auf etwa 10.000 Ladepunkte.

Wir bieten Photovoltaik-Anlagen für Einfamilienhäuser und Mehrparteienhäuser.

Alle Informationen finden Sie unter [www.17er.com](http://www.17er.com)



#StromMitHeimatgefühl



## Abenteuer Bergbau in der "Mutter aller Bergwerke"

Erleben Sie im Silberbergwerk Schwaz ein faszinierendes Abenteuer unter Tag und erfahren Sie, welche harte Arbeit die Knappen verrichten mussten, um an das begehrte Silber und Kupfer zu gelangen.

Im Bergwerk haben wir eine konstante Temperatur von 12°C und es herrschen heilklimatische Bedingungen! Allergenfreie Luft in Verbindung mit einer hohen Luftfeuchtigkeit bringen Linderung der Beschwerden bei Bronchialerkrankungen und für Asthmatiker!

Wenn Sie dem Regen, der Kälte oder Hitze entfliehen wollen, dann sind Sie bei uns richtig! Wir sind das ideale Allwetterausflugsziel!



### Öffnungszeiten:

Hauptsaison: Mai - September  
tgl. von 09:00 bis 17:00\* Uhr  
Nebensaison: Oktober - April  
tgl. von 10:00 bis 16:00\* Uhr  
(\*Beginn der letzten Führung)




Fahlerz



Restaurant







# 100 Jahre Strom aus Wasserkraft. Feiern Sie 2024 mit uns 100 Jahre Walchenseekraftwerk!

Im **100. Jahr** seines Bestehens wartet das Walchenseekraftwerk während des Jahres 2024 mit einem bunten **Veranstaltungsprogramm** auf. Ob Tage der offenen Tür, spannende Vorträge oder Ausstellungen – besuchen Sie unsere tagesaktuelle Website, es lohnt sich!



Auch 2024 findet vor der eindrucksvollen Kulisse des Info-Zentrums der **Musiksommer am Walchenseekraftwerk** statt. Sichern Sie sich ein ganz besonderes Open-Air-Konzernerlebnis! Im Hochsommer werden Sie sieben tolle Konzerte begeistern. Infos und Ticketverkauf: **[www.shop-kkk-lenggries.de](http://www.shop-kkk-lenggries.de)**

Erleben Sie hautnah wie aus der Kraft des Wassers grüner Strom wird und informieren Sie sich im **Info-Zentrum** Walchenseekraftwerk über alles rund um Wasserkraft. Altjoch 21, 82431 Kochel am See, T 0 88 51-77-2 25 [infozentrum.walchensee@uniper.energy](mailto:infozentrum.walchensee@uniper.energy)

Alle Informationen finden Sie unter:  
**[www.uniper.energy/de/walchenseekraftwerk](http://www.uniper.energy/de/walchenseekraftwerk)**

# uni per