

**EXTRA: DEUTSCHLANDS SCHÖNSTE WANDERWEGE 2026**

www.wandermagazin.de

# wander magazin

wandern genuss natur erleben



## VOLLE KRAFT NATUR

*Kraftplätze in Oberstdorf*

**NATIONALPARK & CO.:**

*Die Extraption Natur in Rheinland-Pfalz*

**FAMILIEN-HÜTTENTOUR**

*in den Schweizer Alpen*

**Über die Alpen jenseits der Massen**



**100  
SEITEN  
EXTRA**



**8** HARDHELL-JACKEN IM TEST  
TROCKEN BLEIBEN

**8** PROFI-TIPPS  
NATURFASERN – EINSATZ & PFLEGE

Winter 2025/2026  
Nr. 229 7,20 EUR

Österreich 8,10 EUR  
BeNeLux 8,50 EUR  
Schweiz 12,70 CHF  
Italien 9,70 EUR

## WINTER Wandern

**SICHER WANDERN**  
mit und ohne Schnee

**WINTERWEITWANDERN**  
Seefeld (Tirol)

**ZWISCHEN TAL UND GIPFEL**  
Tannheimer Tal (Tirol)

## WANDERN IM MOOR

**5** Tourentipps  
Geestland

**6** Tourentipps  
Irland



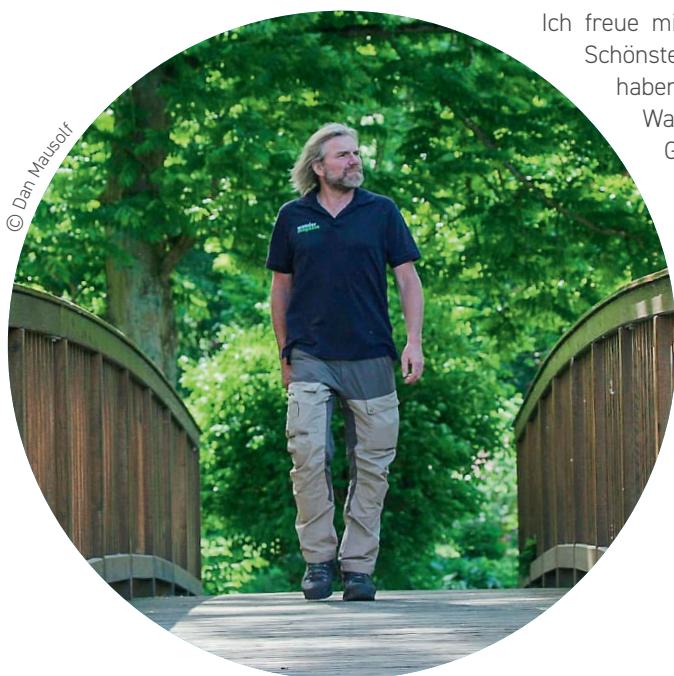
# Natur ist unsere Kraftquelle

Ich weiß ja nicht, wie das bei Ihnen so ist, liebe Leserinnen und Leser, aber ich hatte noch nie eine Leidenschaft für Smartphones. Auf meinem Smartphone nutze ich lediglich vier Apps, beim Joggen höre ich auf meinen Körper, Online-Spiele langweilen mich und auf Wanderungen nutze ich Systemkamera und Outdoor-GPS-Gerät. Kurzum: der fast schon bemitleidenswert geringe Speicherplatz meines betagten Smartphones war längst nicht erschöpft und auch der Akku hielt. Und dann: Parkplatz ergattert, Brötchentüte, Tasche, Post, Wasserflasche in den Händen – und das Smartphone, das beim Hantieren mit dem Autoschlüssel zu Boden ging.

Warum ich Ihnen das erzähle? Weil ich beim Kauf eines neuen Smartphones mit App-Empfehlungen versorgt wurde: Digital Wellbeing, Quality Time, Offtime, Social Hope, Less Screen Time. Vielleicht erwartete der fürsorgliche Verkäufer ein zustimmendes „Oh, das ist ja toll!“ oder ein verzücktes „Das muss ich haben!“, jedoch beschränkten sich meine Antworten auf müde „Mhhh ...“ und „Aha ...“.

Natürlich finde ich es gut, wenn auf solche technischen Möglichkeiten hingewiesen wird. Dass es aber ganz offensichtlich solcher Hilfsmittel bedarf, damit Menschen von einem kleinen Bildschirm auch mal wieder aufblicken, stimmt mich sehr nachdenklich. Wenn alleine schon dieses Wegschauen als „Digital Wellbeing“ und „Social Hope“ angepriesen wird, ja was ist dann erst ein Spaziergang? Oder eine Wanderung, vielleicht sogar über mehrere Tage?

Es ist das (Wieder-)Entdecken der Natur als unerschöpfliche Kraftquelle. Aus eigener Erfahrung weiß ich genau, wie sehr der bewusste Aufenthalt in der Natur die eigene Widerstandsfähigkeit stärkt. Dafür benötige ich keine App, vielmehr den Ausschalter am Smartphone – und das Wandermagazin in der Hand.



Ich freue mich sehr, Ihnen das beiliegende Special „Deutschlands Schönste Wanderwege 2026“ zu präsentieren. Auch in diesem Jahr haben wir wieder jede Menge Inspiration für entspannende Wandermomente gesammelt und für Sie zusammengestellt. Getreu dem Motto „wer rastet, der rostet“, geht unsere beliebte Publikumswahl auch 2026 an den Start. Ab März sind Sie dann wieder aufgerufen, für Deutschlands Schönsten Wanderweg abzustimmen – darauf freuen wir uns!

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Entdecken ihrer natürlichen Kraftquellen – hier und draußen.

Ihr Wandermagazin-Chefredakteur  
Thorsten Hoyer

*Für diese Produktion wurde ausschließlich zertifiziertes Recyclingpapier verwendet. Der Druckprozess erfolgte nach den strengen Regeln des Blauen Engel in der zertifizierten Druckerei Dierichs Druck+Media GmbH & Co. KG, Kassel.*

# INHALT

- 3 Editorial  
4 Inhalt  
5 **Kolumne** von Axel Gundolf: Volle Kraft Natur – die ideale Hilfe für die Denkarbeit  
6-25 **Magazin:** Wandermagazin vor Ort - Rückblicke und Ausblicke, Wanderevents 2026, z. B. EURORANDO 2026 im Erzgebirge sowie XXL-Wanderevents und Destinationen zum Wandern in Moorgebieten  
26-27 **Der Wanderforscher:** Einfach nur schön!?  
98 Vorschau, Impressum

## 28-57 Schwerpunkt: Volle Kraft Natur

**Rheinland-Pfalz** – Die Extrapolition Natur (28-29), **Kur- und Heilwald Lahnstein** – Wohltat Wald (30), **Montenegro** – Natürliche Vielfalt auf kleinem Raum (31)\*, **Deutschland zu Fuß entdecken: Oberstdorf** (32-39), **In vier Ländern über die Alpen** – Vom Kleinwalsertal in den Vinschgau (40-45), **Nepali Highway, Schweiz** – Highway to heaven (46-51), **Camino San Vili, Trentino** – Natur und Kultur in Harmonie (52-57)

## 58-87 Wanderziele

**Wanderziel Winter Glitzernde Pfade im Tannheimer Tal** (58-59), **Winterwanderland auf dem Hochplateau** – Neuer Winterweitwanderweg in Seefeld (Tirol) (60-65), **Winterwandern in Österreich** – Wintersonne & zertifizierte Winterwanderwege (66-67), **Paradies für Schneebgeister** – Lech Zürs, Vorarlberg (68), **Wintergenuss abseits der Pisten** – Großarltal, Nationalpark Hohe Tauern (68), **Best of Winter** – Die besondere Kraft der winterlichen Natur (70-71), **Wanderziel Bliessteig Hoyer macht Strecke** (72-77), **Wanderziel Moor Moorwandern durch Geestland und Umgebung** – mit 4 Tourentipps und Buchtipp (78-79), **Stadt Geestland:** Urlaub, Gesundheit & Moor (80)\*, **Moore & „Mehr“ in zwei Naturparken** – Bourtanger Moor - Veenland & Hümmeling (82-83)\*, **Irisch Moor** – Moorerlebnisse in Irland und Nordirland (84-85), **Wanderziel Wales** – Croeso y Gymru – Tourentipp exklusiv vom Conrad Stein Verlag (86-87)

## 88-97 Ausrüstung

Aufgefallen & Ausgefallen (88-89), Praxistest **Hardshell-Jacken zum Wandern, 3-lagig • bis 450 €** (90-91), **Know-how Passform:** Wem passt schon One Size? (92-94), **Schnelltest: Devold Explorer Hooded Jacket:** Kuschelalarm (95), Ralf Stefan weiß Rat: **Naturfasern – Funktion und Pflege** (96-97)



## Neue Alpenüberquerung

Immer auf der Suche nach neuen Pfaden über die Alpen ist Georg Pawlata. Seiner neuen Variante abseits der Massen ist Autorin Stefanie Ball gefolgt. Die Route verläuft zwischen Kleinwalsertal und dem Vinschgau.



## Familien-Hüttentour in der Schweiz

Spaß beim Kraxeln im Geröll und Übernachten in gemütlichen Kojen – Autorin Stéphanie Souron berichtet über ihre Mehrtagestour auf dem Nepali Highway in der Schweiz mit ihrer siebenjährigen Tochter.



## 100 Seiten Extra: Deutschlands Schönste Wanderwege 2026

Damit auch 2026 kein Mangel an Ideen für Wanderungen herrscht, gibt es in diesem Special jede Menge Inspiration – von kurzen Wander-Auszeiten über Tagestouren bis hin zu Mehrtages-Hideaways ist alles dabei. Natürlich auch die Siegerwege der jüngsten Publikumswahl „Deutschlands Schönster Wanderweg“.

\* Advertorial

# Volle Kraft Natur – die ideale Hilfe für die Denkarbeit

Von Axel Gundolf

Es ist kalt, obwohl die Sonne von einem strahlend blauen Himmel scheint. Immer wieder lenken mich die Ausblicke auf die schottischen Highlands davon ab, mich auf den vereisten Weg zu konzentrieren. Ein Wanderer kommt mir entgegen, der den Aufstieg zum Gipfel des Ben Lomond noch vor sich hat. Nach einem freundlichen Gruß schauen wir auf die atemberaubende Landschaft, und der Mann sagt den schönen Satz: „This is where you go to leave your stress in the car.“

Zwei Stunden später sitze ich wieder in meinem Mietwagen. Auf meinem Handy: zwölf neue Sprachnachrichten. Hat mein Stress wirklich nur im Auto auf mich gewartet? Nicht ganz. Die Sprachnachrichten sind von mir selbst, an mich selbst. Ich habe die Angewohnheit, mir auf diese Art unterwegs Gedanken zu notieren, mit denen ich später noch arbeiten möchte. Offenbar war der kreative Teil meines Gehirns in den letzten Stunden besonders produktiv, obwohl ich doch gar nicht nachdenken, sondern die Wanderung genießen wollte.

Wer viel wandert, wird davon nicht überrascht sein. Es gibt unzählige Studien, die zeigen, wie positiv sich das Gehen im Grünen auf uns auswirkt. Wandern verbessert unseren Fokus und die Fähigkeit zur kreativen Problemlösung. Stresssymptome werden reduziert und das Gefühl von Selbstwirksamkeit gestärkt, sogar schon bei einzelnen Wanderungen. Die Vielfalt der Natureindrücke hat nachweislich einen positiven Effekt auf unser Wohlbefinden. Doch eigentlich brauchen wir diese Studien gar nicht, denn wir wissen das alles auch so. Dieses intuitive Wissen ist Jahrtausende alt und weltweit in Mythen verankert. Moses, der Buddha, Parsifal – sie alle wanderten durch die Welt und fanden Erkenntnis und Erleuchtung. Diogenes prägte den Ausdruck „Solvitur Ambulando“: Die Lösung entsteht beim Gehen.

Wenn wir aber doch wissen, wie viel besser wir beim Wandern denken können, warum passiert nahezu 100 % unserer Denkarbeit immer noch in geschlossenen Räumen? Die Antwort liegt in unserer industriellen Kultur, die sich entschieden hat, das „Schöne“ davon zu trennen, was „sinnvoll“ ist. Wandern in der Natur ist einfach zu schön, als dass es sich dabei um sinnvolle Arbeit handeln könnte.

Manager wissen aus Kreativseminaren, dass gute Ideen eher draußen entstehen als in Konferenzräumen. Und dennoch bestehen Unternehmen auf Präsenz in Büros, die leider oft menschenfeindlich gestaltet sind. Natürlich kann niemand seine komplette Büroarbeit beim Wandern erledigen – aber Teile davon sehr wohl. Ideenfindungen, Mitarbeitergespräche, Konfliktklärungen und Strategieüberlegungen lassen sich bestens auch im gemeinsamen Gehen erledigen. Der kombinierte Effekt aus Ortswechsel, körperlicher Aktivität und Natur bringt frische Gedanken, mentale Klarheit und neue Lösungen. Es gibt eben Situationen, in denen es egal ist, ob der Schreibtisch zu Hause oder im Büro steht: Manchmal ist der Schreibtisch selbst das Problem.

Der Autor: Axel Gundolf ist Organisationsentwickler, Trainer und Coach beim Elementar-Institut ([www.elementar-institut.de/outdoor-coaching](http://www.elementar-institut.de/outdoor-coaching)). Neben klassischer Unternehmens- und Personalentwicklung bietet er auch Intensiv-Coachings beim Wandern an. Er lebt mit seiner Familie in München und arbeitet nicht nur im Büro, sondern auch gerne in den Bergen Bayerns und Tirols.



© Axel Gundolf

# wander magazin vor Ort



Janina Seiler und Jarle Sänger am Wandermagazin-Stand  
auf der OutdoorWelt  
Fotos © Wandermagazin

Gleich eine ganze Reihe von Events und besonderen Wanderungen standen beim Wandermagazin im Spätsommer und Herbst 2025 an. Wir haben Leserinnen und Leser sowie Follower unserer digitalen Kanäle getroffen, mit Kooperationspartnern Veranstaltungsformate umgesetzt, die das Wandern und Inspirationen für Outdoorerlebnisse in unterschiedlichste Regionen tragen, wertvolle Ausrüstungstipps im Gelände sammeln dürfen und den 35. Jahrestag der deutsch-deutschen Wiedervereinigung mit einer Tour am Grünen Band gefeiert. Gleichzeitig freuen wir uns auf das kommende Jahr – wenn vieles davon in die nächste Runde geht und neue Ideen realisiert werden sollen, z. B. eine Fototour durch in der Schweiz, bei der wir uns auf Mitmacherinnen und Mitmacher freuen – sehen Sie selbst. (ae)

## AUGUST 2025 OutdoorWelt Köln

Eine Bühne fürs Wandern. Nach dem erfolgreichen Start im Jahr 2024 haben wir mit der OutdoorWelt Köln am 30. und 31. August 2025 erneut gezeigt, wie viel Potenzial die Bühne für Wander- und Outdoortourismus mitten im Rheinland hat. Der Funke für die Premiere vor einem Jahr war die Reaktion auf eine spürbare Lücke: Mit dem Wegfall der TourNatur in Düsseldorf, einst die erste und einzige reine Wander- und Trekkingmesse im Land, fehlte

eine Veranstaltung, die Wandernden, Radfahrenden und Naturinteressierten die Möglichkeit bietet, sich direkt bei Touristikerinnen, Regionen und Ausrüstern zu informieren. Auch der Caravan Salon in Düsseldorf konnte diese Lücke nicht wirklich füllen.

### Über 50 Aussteller

...

**weiter lesen in der Wandermagazin Ausgabe 229**



Oberstdorf

# IM REICH DER URKRÄFTE

von Jarle Sänger



oben:  
Der Untere Gaisalpsee

Fotos © Jarle Sänger

Wenn die Natur ihre Urkräfte entfesselt, dann ist Oberstdorf im südlichsten Zipfel von Deutschland ihre Bühne. Hier, wo klare Bergluft in die Täler sinkt und das Wasser in ungezähmten Kaskaden talwärts stürzt, wo Sonne und Nebel einander jagen und die Erde in mächtigen Felswänden gen Himmel wächst, offenbart sich ein Schauspiel der Elemente. Es zischt, rauscht, dampft und lodert. Inmitten dieser gewaltigen Kräfte suche ich das Gleichgewicht. Zwischen Ruhe und Bewegung, zwischen Mensch und Natur. Es ist eine Weile her, dass ich hier war, und einige Gipfel stehen noch immer auf meiner Liste. Zeit für eine Rückkehr.



## > JARLE SÄNGER

Jarle Sänger erkundet die Bergwelt von Oberstdorf, erlebt die Urkräfte der Natur zwischen Wasser, Erde und Himmel und findet heraus, was diese Landschaft mit ihren Glücks- und Kraftorten so einzigartig macht. Dabei erfährt er, wie sehr sich Glück, Bewegung und Achtsamkeit in den Bergen verbinden und wie die Natur im Zusammenspiel und Kampf erschafft, was wir Menschen demütig bestaunen.

Kraft des Wassers, das sich seit Jahrtausenden seinen Weg in die Tiefe fräst. Und während ich mir den Weg nach oben bahne, wird das Gurgeln allmählich zum Donnern, der Boden vibriert, feine Sprühnebel hängen in der Luft. Die Steine sind dunkel vom Regen der vergangenen Tage, doch das Wasser, es kracht, es spritzt, es lebt. In Kaskaden schießt es über Felsbrocken hinweg, schäumt über moosbewachsene Stufen, verschwindet in dunklen Gumpen, um weiter unten mit neuer Wucht hervorzubrechen. Über Stege und schmale Brücken führt der Weg immer tiefer in diese Welt des Wassers. Es riecht nach feuchter Erde, nach Farn, nach Fels. Leitern, glitschig vom Sprühregen, überwinden kleine Steilstufen. Auf einer Brücke stehend, lehne ich mich an das Geländer und schaue hinab in den brodelnden Bach. Ich spüre die kalte Luft, die aus der Schlucht heraufzieht und mir unmissverständlich klar macht, wer hier das Sagen hat. Ein Ort, der Demut lehrt und von den ungezähmten Naturgewalten der Berge zeugt.

### > MYSTISCHE STIMMUNG

...

**weiter lesen in der Wandermagazin Ausgabe 229**



eine erste Tour beginnt am späten Nachmittag unweit von Oberstdorf in Reichenbach. Die Regenfront der ersten Tageshälfte ist endlich vorübergezogen, doch noch immer hängt ein grauer Schleier über den Alpen. Es ist still, menschenleer. Gerade einmal drei Fahrzeuge stehen auf dem Parkplatz am Rande von Reichenbach. Gebrochen wird die Stille nach einigen Metern nur vom Rauschen tief unten im Bergwald, wo die ersten Schilder zum Gaisalptobelweg weisen. Die noch dumpfe Geräuschkulisse kündet von der ungebändigten



*5 Tage auf dem neuen  
Winterweitwanderweg in Seefeld*

# WINTER- WANDER- LAND auf dem Hochplateau

*Text und Fotos: Janna Kamphof*

*Sonnige Kulisse zum  
Winterwandern und Langlauf  
bei der Wildmoosalm*





**Stell dir vor: Knirschender Schnee unter deinen Wanderschuhen, gefrorene Bäche und unberührte Lichtungen, die in der Wintersonne glitzern. Genau das erlebe ich auf dem neuen, sternförmigen Winterweitwanderweg in Seefeld in Tirol. Fünf Etappen durch die Winterlandschaft – und danach bequem zurück in die Unterkunft. Ein besonderes Erlebnis für alle, die weitwandern mögen.**

Winterwandern? Mag ich. Weitwandern? Auch. Winterweitwandern? Klingt spannend. Die Region Seefeld in Tirol hat den Einstieg ins Winterweitwandern leicht gemacht: Der Seefelder Hochplateau Winterweitwanderweg umfasst fünf Etappen zwischen 8 und 16 km Länge mit moderaten Höhenmetern. Dank der Gästekarte geht's nach jeder Tour kostenlos mit Bus oder Bahn zur Unterkunft zurück. Übernachten kann man somit entspannt in einer Unterkunft und nach jeder Etappe dorthin zurückkehren. Weitwandern light, könnte man es nennen.

erst eine halbe Stunde unterwegs bin. Weiter geht es über die Seepromenade in den Wald, wo heuer wenig Schnee liegt, aber die Wintersonne scheint. Die Route führt dann über den Leithener Wiesenweg durch offenes Gelände nach Auland und zur Sportalm, wo ich eine längere Pause mit Apfelstrudel einlege. Dabei beobachte ich die Skipiste. Seefeld hat einige kleine Skigebiete, die perfekt für AnfängerInnen, GenussfahrerInnen und Familien sind. Kein lautes Remmidemmi, einfach gemütlich.

#### **Etappe 1: Rundwanderung von Seefeld über Reith nach Leiten und zurück**

Die erste Etappe der Seefelder Hochplateau Winterweitwanderung beginnt am Bahnhof Seefeld und führt zunächst durch den charmanen Ortskern zum Wildmoossee. Der gefrorene See mit seiner glitzernden Schneedecke und den Bergen im Hintergrund sieht so idyllisch aus, dass ich eine kurze Pause mache, auch wenn ich

**oben:**  
Kaum aus Seefeld  
gestartet und gleich  
im winterlichen Wald

...

**weiter lesen in der Wandermagazin Ausgabe 229**



# DER BLIESSTEIG

Text und Fotos:  
Thorsten Hoyer

1



Ich muss gestehen: Das Saarland ist der weiße Fleck auf meiner Deutschlandwanderkarte. Allerdings radelte ich einmal von Blieskastel ins französische Sarreguemines. 15 Jahre dürfte das her sein und Sarreguemines ist mir aufgrund der Promenade entlang der Saar sowie einem Hauch von Savoir-vivre in Erinnerung geblieben. Diese Kunst, das Leben zu genießen, kommt der saarländischen Feststellung „Hauptsach' gudd gess – gschafft hann mir schnell!“ gleich. Ich finde das durchaus sympathisch, und als ich vom Bliessteig hörte, nahm ich mir vor: Dieser 106 km lange Wanderweg sollte meinen weißen Fleck farbig werden lassen. Was zu diesem Zeitpunkt allerdings noch nicht klar war: dass der Weg 2025 die Publikumswahl „Deutschlands Schönster Wanderweg“ in der Kategorie Mehrtagestouren gewinnen würde.

## EINE RICHTUNGSFRAGE

Im Südosten des Saarlandes befindet sich mit dem Bliesgau eine von offenen Grünflächen und Äckern geprägte Kulturlandschaft, die sich über Jahrhunderte durch das Zusammenwirken von natürlichen und menschlichen Einflüssen entwickelt hat. Auch wenn im Bliesgau der Wald zumeist auf den Höhenzügen zu finden ist:

Gemessen an der Bodenfläche ist das Saarland eines der waldreichsten Bundesländer. Ich bin überrascht! Natürlich weiß ich um die wirtschaftlichen Veränderungen, die das Saarland in den vergangenen Jahren zu bewältigen hatte, dennoch habe ich ein von Kohle- und Stahlindustrie geprägtes Bild im Kopf.

Wie bei zertifizierten Wanderwegen üblich – und ein solcher ist der Bliessteig –, ist der Weg in beide Richtungen markiert. In welche Richtung wandere ich? In der

...

**weiter lesen in der Wandermagazin Ausgabe 229**



# Moorwander

## durch Geestland und Umgebung

*Ein Gastbeitrag von Ulrich Tholl*

Hoch im Nordwesten zwischen Weser und Elbe, Bremerhaven und Cuxhaven liegt die junge Stadt Geestland. Als eine der größten Flächenstädte Deutschlands vereint sie 24 Ortschaften zwischen Wattenmeer und Wingst auf einer Fläche, die eiszeitlich zu Geest- und Moorlandschaften gestaltet wurde. Kulturhistorische Orte und frühzeitliche Grabstätten verteilen sich in den Wäldern und Heidegebieten. Die dörfliche Struktur vieler Ortschaften weist auf die landwirtschaftliche Prägung des Lebens über viele Jahrhunderte hin, in denen die Nutzung und Gestaltung von Mooren und Forstgebieten die Landschaften verändert haben und dies auch heute durch klimatische Herausforderungen immer noch tun. Die Nähe zur Nordsee bestimmt das Klima und eröffnet die Möglichkeit, die Schönheit des Wattenmeers zu erkunden. Hinter den Deichen erstreckt sich die Weite der Landschaft mit sanften Hügeln, vielfältigen Waldgebieten und großflächigen Mooren, die teils unberührt den Zugvogelschaaren Rastplätze bieten oder Spuren von früherer Nutzung als

oben:  
Bad Bederkesa liegt  
am Schifffahrtsweg  
Elbe-Weser

Fotos, soweit nicht  
anders gekennzeichnet:  
© Ulrich Tholl

...

**weiter lesen in der Wandermagazin Ausgabe 229**



Ulrich Tholl  
© Angela Tholl



# PRAXISTEST

von Dr. Ulrike Poller  
und Dr. Wolfgang Todt

Hardshell-Jacken zum Wandern  
(3-lagig • bis 450 €)



TESTSIEGER

Schöffel und Ternua

## Die Kandidaten:

### 300 bis 500 g:

- Fjällräven Bergtagen Light Eco Shell 3L Jacket
- Mammut Dukan Guide HS Hooded 3L
- Montane Ceto Lite Jacket 3L
- Schöffel Jacket Style Cascata 3L
- Vaude Croz Alpine 3L Jacket

### über 500 g:

- Columbia Northwest Explorer 3L Omni Tech
- Halti Kajana 3L DX Regenjacke
- Ternua Klimmer Jacket

Spätestens wenn es draußen trüb und feucht wird, gehört eine wasserdichte und dampfdurchlässige Jacke zur Wanderausstattung. Diesmal haben wir strapazierfähige 3-Lagen-Jacken ausgewählt, die zum Teststart im Mai 2025 maximal 450 € kosteten. Die insgesamt acht Kandidaten sind nach ihrem Gewicht in zwei Gruppen eingeteilt.

das gelingt, ist auch von der Imprägnierung abhängig. Ist diese nicht mehr gut (Regen perlt nicht mehr ab), muss der Schweißdampf auch noch durch den außen anhaftenden Wasserfilm, was oft nur teils gelingt. Das gleiche gilt für Schmutz. Daher also darauf achten, dass die Hardshell-Oberfläche möglichst sauber und gut imprägniert ist.

### Wichtige Eigenschaften einer Hardshell

Neben der Wasserdichtigkeit ist das „Abdampfen“ die wichtigste Hardshell-Eigenschaft. Dies wird landläufig als „atmungsaktiv“ bezeichnet, korrekt ist es „dampfdurchlässig“ und so wichtig, weil der – größtenteils in Wasserdampf verwandelte – Schweiß durch die Funktionskleidungsschichten weg von der Haut transportiert wird und durch die Membrankleidung nach außen dringen soll. Wie gut

...

weiter lesen in der **Wandermagazin Ausgabe 229**

# VORSCHAU

AUSGABE 230  
ERSCHEINT AM 13. MÄRZ 2026

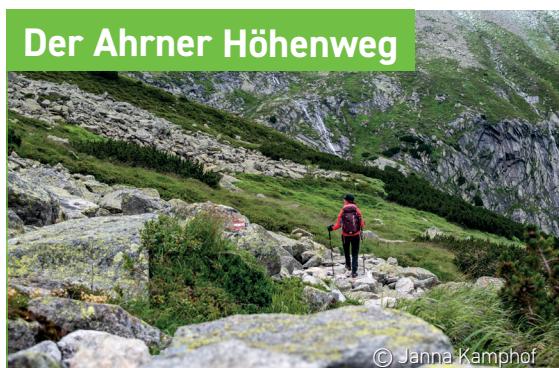
## Entdeckung der Einsamkeit



© Robin Hartmann

Unser Autor erzählt vom Karstwanderweg im Südharz: von Relikten des Bergbaus ebenso wie von geschützter Natur, von Treffen mit Persönlichkeiten, die sich für die Region einsetzen, und warum er sich dort wie ein Entdecker gefühlt hat.

## Der Ahrner Höhenweg



© Janna Kamphof

Wir machen Strecke: Die wilde Seite Südtirols hat unsere Autorin auf dem Ahrner Höhenweg erlebt. Hochalpine Landschaften, Begegnungen mit Murmeltieren, Kühen und Gämsen sowie gemütliche Hüttenübernachtungen inklusive.

## AUSSERDEM (AUSZUG)

**Frühlingsgefühle:** Lohnende Touren und Regionen für die neue Wandersaison

## Extra: Die Schönsten Radwege 2026

Ideen zur Trend-Kombi „Bike & Hike“ und viele ausführliche Tourentipps zum Radfahren in unterschiedlichsten Regionen.

Änderungen vorbehalten!

# IMPRESSUM

## wander magazin

Wandermagazin – das Magazin für Wandern – Genuss – Natur – Erleben  
Nr. 229 – Winter 2025/2026 – 41. Jahrgang – ISSN 0178-1677 – VDZ 30366

Der Gesamtauflage liegt das Special „Deutschlands Schönste Wanderwege 2026“ bei.

Einer Teilaufgabe liegt die Broschüre „Reisen in die Naturparke 2026“ vom Verband Deutscher Naturparke e. V. bei. Wir bitten um freundliche Beachtung.

### Verlag, Redaktionsanschrift:

OutdoorWelten GmbH, Theaterstr. 22, 53111 Bonn, Tel. 0228/28 62 94-80, Fax -99, post@outdoor-welten.de, www.outdoor-welten.de, HRB 23232 Amtsgericht Bonn, Steuernummer 205/5733/1642, USt-IdNr. DE314842611

**Herausgeber:** Michael Sänger, saenger@outdoor-welten.de

**Geschäftsführer:** Ralph Wuttke, wuttke@outdoor-welten.de

**Chefredakteur:** Thorsten Hoyer (th), Tel. 0228/28 62 94-90, hoyer@outdoor-welten.de

**Redaktion:** Andrea Engel (ae), Ricarda Große (rg), Annabelle Gummersbach (ag), Merlin Kiesel (mk), Svenja Walter (sw), Marieke Wist (mw)

**Autorinnen und Autoren dieser Ausgabe:** Stefanie Ball, Ralf Stefan Beppler (rsb), Andrea Engel (ae), Ricarda Große (rg), Axel Gundolf, Thorsten Hoyer (th), Janna Kamphof, Bettina Pabel, Dr. Wolfgang Todt und Dr. Ulrike Poller (wt, up),

Prof. Dr. Heinz-Dieter Quack, Ingrid Retterath, Jarle Sänger (js), Stéphanie Souron, Ulrich Tholl, Svenja Walter (sw), Verena Weißé, Marieke Wist (mw)

**Layout:** Olga Koch, koch@outdoor-welten.de,

Stanislav Zilkowski, zilkowski@outdoor-welten.de

**Produktion:** OutdoorWelten GmbH, Tel. 0228/28 62 94-80

**Titelbild:** Unterer Gaisalpsee, Oberstdorf, Allgäu © Jarle Sänger

**Wenn Sie Anregungen zur Aktualisierung und Ergänzung haben, dann mailen Sie bitte diese an post@outdoor-welten.de – vielen Dank!**

### Mediaberatung und Anzeigen:

Janina Seiler, Tel. 0228/28 62 94-87, seiler@outdoor-welten.de

Monika Mittendorf, Tel. 0228/28 62 94-86, mittendorf@outdoor-welten.de

Sonja Lindemann, Tel. 0228/28 62 94-85, lindemann@outdoor-welten.de

### Kundenservice:

Ute Warisch und Nathalie Anhäuser, Tel. 0228/28 62 94-80, Fax -99, post@outdoor-welten.de

**Bezugsbedingungen:** Jahresabo (4 x Wandermagazin und 2 x OutdoorWelten) derzeit zum Vorteilspreis von 29,90 € (statt 42,60 €) in D (EU-Ausland 40 €, weltweit 58 €) – beachten Sie die Eigenwerbung in diesem Heft. Preise inkl. Porto und Versandspesen.

### Aboverwaltung:

AVZ GmbH, Torstr. 6/2, OG, 10119 Berlin, Tel. 030/42 80 40-40, Fax -42



### Vertrieb/Handel:

PARTNER Medienservices GmbH

Julius-Hölder-Str. 47

70597 Stuttgart

info@partner-medienservices.de

www.partner-medienservices.de

### Einzelheft und Abo, auch als E-Paper



www.united-kiosk.de/Wandermagazin/

Wandermagazin gibt es auch auf folgenden Portalen als E-Paper:



www.myreadit.com



www.de.readly.com

© OutdoorWelten GmbH, Bonn, 2025. Nachdruck – auch auszugsweise – nur mit Genehmigung des Verlages und mit Quellenangabe statthaft. Für unverlangt eingesandte Manuskripte keine Gewähr. Rückporto bitte beilegen. Keine Ansprüche im Falle höherer Gewalt. Gerichtsstand für alle Streitigkeiten aus der Verbreitung oder Erstellung ist für beide Teile Bonn.

**Haftungsausschluss für Tourentipps:** Für Änderungen im Wegverlauf, in der Markierungs- und Wegweisungssystematik, für Änderungen von Öffnungszeiten und Telefonnummern etc., die nach dem Redaktionsschluss erfolgt sind, können wir keine Haftung übernehmen. Liegt das Scouting bzw. die Veröffentlichung länger als 12 Monate zurück, sollten Sie sicherheitshalber auch die zuständige Auskunftsstelle nach zwischenzeitlichen Änderungen fragen. Bitte geben Sie uns zu allen Abweichungen und Änderungen Ihr persönliches Feedback. Danke! Die Benutzung der Tourentipps geschieht stets auf eigenes Risiko. Soweit gesetzlich zulässig, übernehmen wir keine Haftung für etwaige Unfälle und Schäden.

**Druck:** Dierichs Druck+Media GmbH & Co.KG, Frankfurter Str. 168, 34121 Kassel, www.ddm.de



[www.blauer-engel.de/uz195](http://www.blauer-engel.de/uz195)

- ressourcenschonend und umweltfreundlich hergestellt
- emissionsarm gedruckt
- hauptsächlich aus Altpapier

JG2

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet



RECYCLED

Papier aus  
Recyclingmaterial  
FSC® C007359