

Silke Kohlmann

WAN
DERN
FÜR DIE
SEELE



In und um
Freiburg
DROSTE





Silke Kohlmann

Wandern für die Seele
in und um

Freiburg

20 Wohlfühlwege

Droste Verlag

ALLE WANDERUNGEN AUF EINEN BLICK



TOUR 1: ÜBER DER STADT

7

Von Freiburg auf den Schlossberg

9,6 km | 230 Hm | 3 Std. | Rundweg



TOUR 2: AUF WEIDEPFADEN

17

Vom Glottertal ins Föhrental

6,8 km | 290 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



TOUR 3: IN DIE EISZEIT

27

Zum Nonnenmattweiher

6,7 km | 220 Hm | 2 Std. | Rundweg



TOUR 4: BEIM REHBRUNNEN

37

Durch den Freiburger Stadtwald

12 km | 340 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 5: WILDER WALD

47

Auf dem Felsenweg bei Oberried

9,1 km | 340 Hm | 3 Std. | Rundweg



TOUR 6: SCHAU INS LAND!

55

Vom Hausberggipfel ins Tal

12 km | 980 Hm | 4 Std. | Strecke



TOUR 7: ZAUBERHAFTES TAL

65

Von Buchenbach zum Lindenberg

11,2 km | 390 Hm | 3,5 bis 4 Std. | Rundweg



TOUR 8: GIPFELGLÜCK

73

Hoch auf den Hinterwaldkopf

17,6 km | 940 Hm | 6,5 Std. | Rundweg



TOUR 9: HIMMLISCH WEIT

83

Vom Wildtal zum Streckereck

18,4 km | 630 Hm | 6 Std. | Rundweg



TOUR 10: MÄRCHENHAFT

93

Vom Waldsee nach St. Valentin

11,5 km | 500 Hm | 4,5 Std. | Strecke

-  **TOUR 11: SCHWARZWALD PUR** **103**
 Hinauf zur Stollenbacher Hütte
 12 km | 490 Hm | 4,5 Std. | Rundweg
-  **TOUR 12: TIERISCH SCHÖN** **113**
 Von Hof zu Hof in Geiersnest
 7,6 km | 290 Hm | 2,5 Std. | Rundweg
-  **TOUR 13: NEUE BLICKWINKEL** **123**
 Höhenrunde bei St. Ulrich
 7,3 km | 320 Hm | 2,5 Std. | Rundweg
-  **TOUR 14: WIE IM SÜDEN** **131**
 Auszeit am Tuniberg
 7,6 km | 90 Hm | 2 Std. | Rundweg
-  **TOUR 15: VOLLER LEBEN** **139**
 Auf den Schönberg
 8,3 km | 340 Hm | 3 Std. | Rundweg
-  **TOUR 16: WEITE ERLEBEN** **147**
 Hoch über dem Elztal
 12,5 km | 280 Hm | 4 Std. | Rundweg
-  **TOUR 17: FELSEN & FLUTEN** **155**
 Durch die Ravennaschlucht
 17 km | 870 Hm bergab; 440 Hm bergauf | 6 Std. | Strecke
-  **TOUR 18: WILD & WUNDERBAR** **167**
 Zum Zweribachwasserfall
 14,6 km | 440 Hm | 5 Std. | Rundweg
-  **TOUR 19: IM AUENWALD** **175**
 Naturschutzgebiet Taubergießen
 15,5 km | 30 Hm | 4 Std. | Rundweg
-  **TOUR 20: ZUM VERLIEBEN** **183**
 Wiedener Weide und Stampfbachtal
 11,4 km | 520 Hm | 4,5 Std. | Rundweg



Sonnenuntergang am Gschwendle

Liebe Wanderfreunde,

mitten in der trubeligen Stadt starten und innerhalb kürzester Zeit einen stillen Glücksort im Wald, eine sonnige Weide oder einen herrlichen Aussichtsfelsen erreichen – von Freiburg aus ist das kein Problem.

Zwischen Rheintal und Schwarzwald gelegen, ist die Stadt ein perfekter Ausgangspunkt für Wanderungen von ganz unterschiedlicher Charakteristik. Wir schlendern auf bequemen Wegen durch die Weinberge oder tauchen in die Auenwälder des Altrheins ein. Wir schlängeln uns durch enge Schluchten oder wandern auf felsigem Pfad. Wir erklimmen steile Anstiege, erobern hohe Gipfel und genießen wunderbare Weitblicke. Manche Touren fordern unsere ganze Kraft, andere lassen uns vollkommen entschleunigen.

Wir lassen den Alltag weit hinter uns, wenn wir mit der Seilbahn auf den Schauinsland schweben oder vom Kybfelsen auf die Stadt hinunterschauen, wenn wir tief in die Ravennaschlucht eintauchen oder auf dem Gipfel des Hinterwaldkopfs ungeahnte Weiten erleben. Es gibt so viel zu entdecken – in und um Freiburg. Also, Wanderschuhe angezogen, und los geht's!

Viel Freude dabei wünscht
Silke Kohlmann



NATUR-INFO



KULTUR-INFO



TOUREN-/EVENT-INFO



GENUSS-INFO

- 
- A person with a backpack is seen from behind, standing on a dirt path and looking over a city. The city features a prominent tall, spire-topped church. The scene is set against a clear blue sky with a bright sun in the upper left corner, casting long shadows on the ground. A green text box is overlaid in the upper left quadrant.
- * 9,6 Kilometer
 - * 230 Höhenmeter
 - * 3 Stunden
 - * Rundweg

Aussicht vom Kanonenplatz

Über der Stadt

Von Freiburg auf den Schlossberg



Wir beginnen unsere Tour an einem der schönsten Plätze Freiburgs, am **Oberlindenplatz**. Eine 250 Jahre alte Linde beschattet ihn, vom Brunnen schaut sanft die Madonnenfigur mit dem vergoldeten Lilienstab herunter und wir wenden unseren Blick dem Schwabentor mit seinem zierlichen Glockentürmchen zu. Das **Schwabentor** ist – neben dem Martinstor – eines der beiden noch erhaltenen Stadttore aus dem Mittelalter – jener Zeit, als eine mächtige Wehranlage Freiburg vor Eindringlingen schützte.

Wir gehen vom Brunnen in Richtung des Tores, steigen davor links die Treppe nach oben und gelangen über die viel befahrene Straße hinweg zum Schlossberg. Hier geht es nun ordentlich bergauf. Ein gepflasterter Weg führt uns Kehre um Kehre höher hinauf. Eine erste Verschnaufpause gönnen wir uns am **Kastaniengarten ①**, der bereits einen wunderbaren Blick über die Türme und Dächer der Stadt bietet. Eine Einkehr in den Biergarten behalten wir uns fürs Ende unserer Runde auf. Jetzt wollen wir den Schlossberg erobern. Weiter führt unser Weg bergan, mal in engen Kehren, mal auf steilen Treppen. Aber Erholung naht. Dann nämlich, wenn wir den **Kanonnenplatz ②** erreichen, der schon ein ganzes Stück höher über der Stadt liegt – und ein unvergleichliches Panorama bietet. Die Stadt breitet sich unter uns aus, stolz streckt sich das **Freiburger Münster** empor. Von hier aus lässt sich die ganze Schönheit des gotischen Turms am besten bewundern. Im Gegenlicht zeichnet sich die Silhouette der durchbrochenen Turm-



Eine Legende verlieh dem Schwabentor seinen Namen. Einst soll ein schwäbischer Kaufmann mit Fässern voller Geld durch das Tor gekommen sein, um das schöne Freiburg zu kaufen. Als er die Fässer aber öffnete, fanden sich nur Steine darin: Seine Frau hatte das Geld heimlich ausgetauscht.



Auszeitour 1



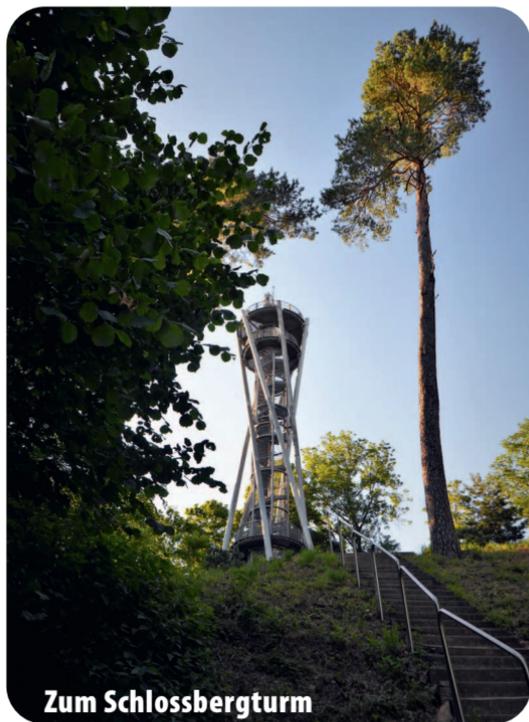
1218 ging die Herrschaft über Freiburg an die Grafen von Urach, die sich nun Grafen von Freiburg nannten. Das Verhältnis zwischen Herren und Bürgern war geprägt von Streitigkeiten über finanzielle Leistungen der Stadt. Dies führte mehrmals zu Kämpfen. 1366 zerstörten die Freiburger das Schloss mit Kanonen.

spitze ab. Besonders schön ist das, wenn die untergehende Sonne den Himmel orangerot färbt. Dann ist der Kanonenplatz oft voll von Menschen, die diesen grandiosen Blick genießen. Es lohnt sich also unbedingt, den Kanonenplatz auch zur Stunde des Sonnenuntergangs noch einmal aufzusuchen.

Wir wenden uns nun in westliche Richtung, steigen weiter den Berg hinauf und dem Höhepunkt, dem Schlossbergturm, entgegen. Wir umrunden die **Ludwigshöhe**, auf der vor fast 1000 Jahren der Zähringer Herzog Berthold II. das Castrum de Friburch errichtete, auch Burghaldenschloss genannt, das dem Schlossberg seinen Namen gab. Den Zähringern folgten die Grafen von Freiburg, die Habsburger und schließlich die französischen Besatzer, welche die Burg im 17. Jahrhundert in die Befestigungsanlage der Stadt einbezogen. Noch heute zeugen die Ruinen

der barocken Gemäuer, der 1906 erbaute Bismarckturm und der Kanonenplatz von dieser bewegten Geschichte.

Unser Pfad zieht sich nun durch einen wunderbaren Wald, Schilder mit dem stilisierten **Schlossbergturm** ③ weisen den Weg – bis wir auf eine Treppe stoßen, die uns geradewegs zum Fuß des Turmes führt. Mit seinen mächtigen gedrehten Stahlstützen scheint er sich über uns geradezu in den Himmel zu schrauben. Jetzt heißt es, Zähne zusammenbeißen: 153 Stufen führen die Wendeltreppe hinauf auf den 33 Meter hohen Aussichtsturm. Sie zu überwinden ist alle Mühe wert. Denn knapp 200 Meter oberhalb von



Zum Schlossbergturm



Für die Seele

Wir besteigen den Schlossberg, genießen einen grandiosen Blick über die Türme und Dächer der Stadt und kehren am Ufer der Dreisam ins Zentrum zurück.



Blick über die Stadt

Freiburg bietet sich uns von hier ein umwerfender Blick über die Stadt hinweg ins Rheintal und die Vogesen und in die grünen Täler der Schwarzwaldausläufer. Apropos Grün: Von hier oben erkennen wir, dass sich Freiburg völlig zu Recht „Green City“ nennt. Überall strecken sich kräftige Baumkronen empor, ziehen sich Alleen wie grüne Bänder durch die Stadt.

Berauscht von diesem einzigartigen Ausblick steigen wir hinunter und gelangen wieder in den herrlichen Wald des Schlossbergs. Zunächst wandern wir auf einem breiten, von kräftigen Laubbäumen gesäumten Weg westwärts, später über schmalere Pfade zum Wegpunkt **Rote Hütte**. Von hier aus folgen wir



Auf dem Schlossberg

dem Querweg Freiburg-Bodensee mit seiner rot-weißen Raute auf gelbem Grund nach **St. Ottilien**.

Traumhafte Waldpfade im dichten Grün führen uns an den Ort, an dem die der heiligen Ottilie geweihte Kapelle steht. Nach einer Legende aus dem 10. Jahrhundert war die heilige Odilia als Tochter eines elsässischen Herzogs blind zur Welt gekommen. Da der Vater das Mädchen töten wollte, gab die Mutter es in ein Kloster, wo es getauft wurde und auf wundersame Weise das Augenlicht erlangte. Odilia kehrte nach Hause zurück, wurde aber erneut vom Vater verstoßen. So suchte sie Zuflucht in einer Höhle – und die soll sich hier im Freiburger Musbachtal befunden haben. Das können wir nun glauben oder nicht, heute steht an dieser Stelle jedenfalls ein wunderschönes Kirchlein, das im Innern herrliche Fresken beherbergt und eine Felsengrotte, deren Quelle Augenleiden lindern soll.

Gleich neben der Kapelle geht es zwar weltlicher, aber ebenso wunderbar zu: Im Waldrestaurant **St. Ottilien** ④ können wir unter herrlichen Kastanienbäu-



men Platz nehmen und die regionale Küche mit italienischen und spanischen Einflüssen genießen. Ob bei einem Käseteller mit Röstzweischgensenf, Wildkräutersalat mit Gambas und Aioli oder einer Falafel mit geröstetem Blumenkohl – hier findet jeder sein Gaumenglück.

Wunderbar verwöhnt gehen wir nun das lauschige Musbachtal hinab und gelangen auf dem Stationenweg zur Ottilienwaldhütte mit dem schönen Grillplatz. Weiter geht es bergab, bis wir schließlich den Wald verlassen und das Dreisamtal erreichen. Wir nehmen den nächsten Pfad, der uns an den Uferweg führt und erreichen das Stück der **Dreisam 5**, in dem sie im renaturierten Bett mehr Raum hat als im Zentrum der Stadt. An dieser Stelle finden sich Schotterbänke, an denen es sich herrlich sitzen und entspannen lässt. Gleich darauf erreichen wir den Sandfangweg, wo geräumige Gumpen zum Bad in den Fluten einladen. Auf dem Dreisamuferweg wan-



Auszeit am Fluss

An der Dreisam



Von Freiburg auf den Schlossberg



dern wir stadteinwärts – mal durch die Wiesen, mal unter dem prächtigen Dach der Bäume. Und immer wieder ruht unser Blick auf dem Flusslauf: Ein paar Enten ziehen vorüber, herabhängende Zweige streifen die Wasseroberfläche, vom gegenüberliegenden Ufer klingt Gitarrenspiel herüber. Die Dreisam ist einer der Orte der Stadt, an dem sich Junge und Junggebliebene am Abend einfinden, um sich ein flussgekühltes Feierabendbier zu gönnen, den mitgebrachten Grill anzuwerfen oder einfach nur zu sitzen und zu plaudern.



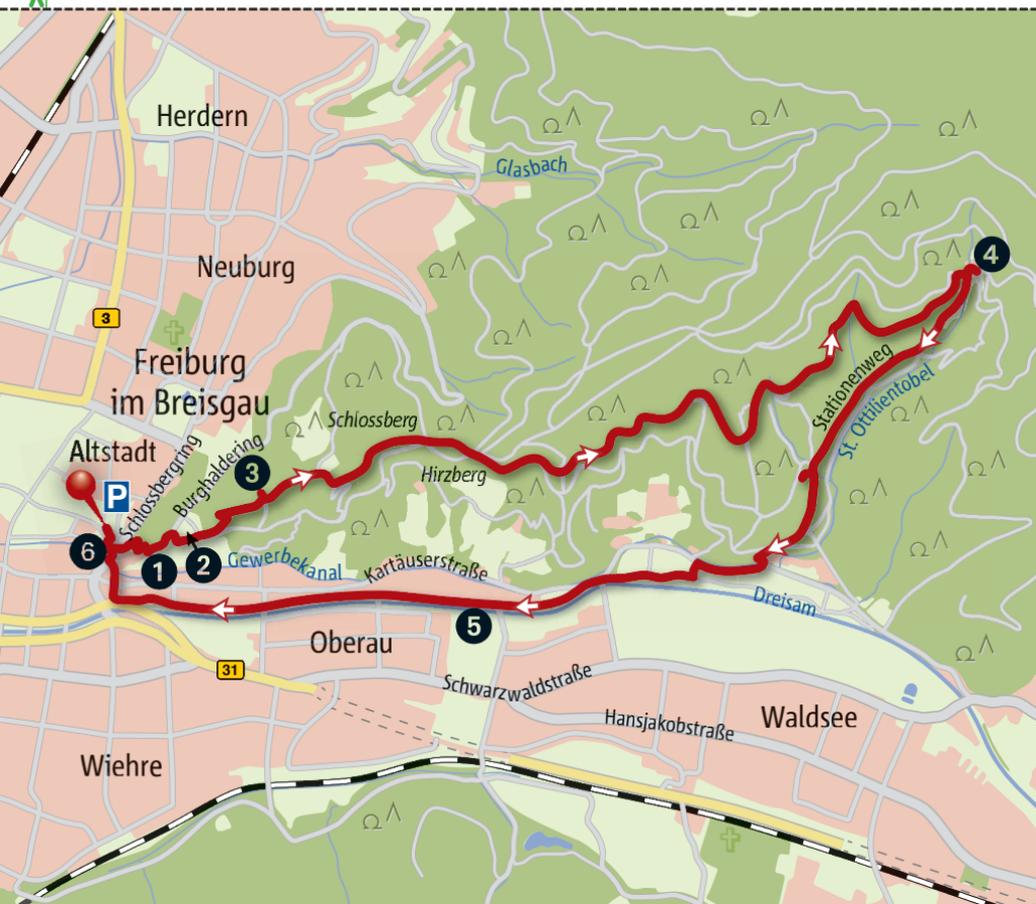


Auszeitour 1



Zwischen Schwabentor und Oberlindenplatz liegt das Gasthaus Zum roten Bären, welches zu Deutschlands ältesten Gasthäusern zählt. Gemeinsam mit anderen historischen Gebäuden der Altstadt und dem Oberlindenplatz steht das Gebäude unter Denkmalschutz.

Entspannt erreichen wir schließlich das Stadtzentrum, steigen an der Leo-Wohleb-Brücke die Stufen zur Straße hinauf und erreichen bald wieder das **Schwabentor 6**. Nun gehen wir darunter hindurch – nicht ohne an der Mauer die kleine steinerne Figur des Dornausziehers zu suchen. Er ist wohl um 1250 während des Torbaus angebracht worden und diente vermutlich dazu, die Freiburger vor den Gefahren jenseits ihres Stadttors zu warnen. Wohlbehalten in die Stadt zurückgekehrt, haben wir nun die Qual der Wahl, was eine gemütliche Einkehr betrifft. Wir entscheiden uns dafür, noch einmal die wenigen Meter zum **Kastaniengarten** hinaufzusteigen, um im vielleicht schönsten Freiburger Biergarten ein kühles Radler und den herrlichen Blick über die Stadt zu genießen.





Entspannung ★★★★★

Genuss ★★★★★

Romantik ★★★★★



WIE & WANN:

Mittelschwere Wanderung auf leicht begehbaren Wegen. Beste Wanderzeit von April bis November. Im Sommer auch als Feierabendwanderung mit Einkehr geeignet.

HIN & WEG:

Auto: Schlossberggarage, Schlossbergring 14, 79098 Freiburg im Breisgau (GPS: 47.993917, 7.855345)
ÖPNV: Straßenbahnlinie 1 bis Oberlinden

ESSEN & ENTSPANNEN:

Kastaniengarten ① Schlossbergring 3, 79098 Freiburg im Breisgau, Tel. (07 61) 3 27 28, www.greiffenegg.de
Waldrestaurant St. Ottilien ④ Kartäuserstraße 135, 79104 Freiburg im Breisgau, Tel. (07 61) 6 32 30, www.st-ottilien.com

ENTDECKEN & ERLEBEN:

Kanonenplatz ②
Schlossbergturm ③
Dreisam ⑤
Schwabentor ⑥ Oberlinden 25, 79098 Freiburg im Breisgau