

Christine Gruber

WAN
DERN
FÜR DIE
SEELE





Christine Gruber

Wandern für die Seele
in und um
Wien

20 Wohlfühlwege

Droste Verlag

ALLE WANDERUNGEN AUF EINEN BLICK



TOUR 1: UNBERÜHRTE AU

7

Runde durch die Untere Lobau

8 km | 4 Hm | 2 Std. | Rundweg



TOUR 2: GRÜNE OASE

15

Erholsame Praterrunde

11 km | 4 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



TOUR 3: TIERE UND RUINEN

25

Besuch im Naturpark Sparbach

8 km | 220 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



TOUR 4: PARK MAL ZWEI

35

Von Pötzleinsdorf aufs Hameau

11,2 km | 399 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 5: ÜBER DEN WOLKEN

45

Durch den Naturpark Hohe Wand

8,2 km | 203 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



TOUR 6: WIEN VON OBEN

53

Rauf auf den Hermannskogel

7 km | 269 Hm | 2 Std. | Rundweg



TOUR 7: HOCH HINAUS

61

Wanderung zur Jubiläumswarte

6,7 km | 226 Hm | 2 Std. | Rundweg



TOUR 8: IM FÖHRENWALD

71

Burg Mödling und Husarentempel

8,2 km | 303 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



TOUR 9: WIEN KULINARISCH

79

Durch die Innere Stadt

10,1 km | 37 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



TOUR 10: IM DOPPELPACK

91

Leopolds- und Kahlenberg

11,1 km | 287 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 11: WEINIDYLLE

Langenzersdorf bis Stammersdorf

9,5 km | 195 Hm | 3 Std. | Strecke

101



TOUR 12: SISSIS SPUREN

Durch den Lainzer Tiergarten

12,8 km | 372 Hm | 3,5 Std. | Rundweg

111



TOUR 13: ROMANTISCHE BURG

Einmal um den Kalenderberg

6,4 km | 156 Hm | 2 Std. | Rundweg

121



TOUR 14: DURCH DIE WÜSTE

Malerische Tour in Mannersdorf

6,4 km | 118 Hm | 2 Std. | Rundweg

131



TOUR 15: BUNT GEMISCHT

Vom Kur- in den Vergnügungspark

10,8 km | 129 Hm | 3 Std. | Rundweg

139



TOUR 16: GESCHICHTE PUR

Auf Zeitreise am Tempelberg

6,3 km | 269 Hm | 2 Std. | Rundweg

149



TOUR 17: FRISCHES DUO

Von Liesing auf den Wienerberg

11 km | 55 Hm | 3 Std. | Strecke

159



TOUR 18: WASSER, MARSCH!

Einmal um die Alte Donau

11,1 km | 4 Hm | 3 Std. | Rundweg

167



TOUR 19: WIENS DSCHUNGEL

Runde durch die Obere Lobau

6,6 km | 70 Hm | 2 Std. | Rundweg

175



TOUR 20: AB ANS WASSER

Eine große Neue-Donau-Runde

13,3 km | 11 Hm | 3,5 Std. | Rundweg

183



**Blick auf die
Obere Alte Donau**

Liebe Wohlfühlwanderinnen und -wanderer,

Wien mag auf den ersten Blick nicht wie ein klassisches Wanderziel wirken. Doch die österreichische Bundeshauptstadt weiß mit idyllischen Aulandschaften, sanften Weinbergen, erfrischenden Gewässern und beeindruckenden Aussichtspunkten zu überzeugen. Schnell hat man beim Wandern vergessen, dass man sich in einer Stadt mit knapp zwei Millionen Einwohnern befindet.

Aber auch ein Blick über die Stadtgrenze hinaus lohnt sich. Im Wiener Becken lädt vor allem der Wienerwald zum Entdecken ein. Hier sind die Wandermöglichkeiten schier unendlich und es erwarten Besucher romantische Burgen, kühle Wälder und eine beeindruckende Tier- und Pflanzenwelt. Außerdem sind auch das Leithagebirge oder die Gutensteiner Alpen einen Wanderausflug wert.

Der Fokus der 20 vorliegenden Wanderungen liegt auf Entschleunigung, Genuss, Erfrischung und Entspannung. Die Touren sind ein bunter Mix aus kurzen und längeren Strecken, die meisten von ihnen sind auch für Familien geeignet. Eines haben alle Wanderungen gemeinsam: viele kraftspendende Ruheoasen und herrliche Naturerlebnisse.

Ich wünsche Ihnen viele schöne Glücksmomente beim Wandern in meiner Wahlheimat und hoffe, Sie sind ebenso von der Vielfalt in und um Wien beeindruckt wie ich!

Ihre Christine Gruber 



NATUR-INFO



KULTUR-INFO



TOUREN-/EVENT-INFO



GENUSS-INFO

- 
- 8 Kilometer
 - 4 Höhenmeter
 - 2 Stunden
 - Rundweg

**Willkommen im
Nationalpark**

Unberührte Au

Runde durch die Untere Lobau



Am Rande von Wien, entlang des nördlichen Ufers der Donau, befindet sich die zum Nationalpark Donau-Auen gehörende **Lobau**. Das 22 Quadratkilometer große Gebiet ist ein beliebtes Ziel für Radfahrer, Wanderer und Spaziergänger. Während sich in der Oberen Lobau (siehe Erfrischungstour 19) landwirtschaftlich genutzte Flächen, Wildbadeplätze und Lagerwiesen finden, ist die Untere Lobau naturbelassener und etwas weniger frequentiert. Hier liegen wichtige Rückzugsgebiete vom Aussterben bedrohter Tier- und Pflanzenarten, einigen davon begegnet man mit etwas Glück bei einer Wanderung.

Ausgangspunkt für unsere Rundwanderung ist der Parkplatz beim **Uferhaus Staudigl 1**. Wir folgen der Forststraße geradeaus und finden uns bereits nach wenigen Metern unter dem dichten Blätterdach des Waldes. Sofort ist es etwas stiller und kühler und wir vergessen, dass wir uns am Rande einer Großstadt befinden. Dieser Straße folgen wir für knappe 2 Kilometer. Immer wieder blitzt auf der rechten Seite hinter den Bäumen das kühle Nass des **Eberschüttwassers 2** durch. Hier leben Karpfen, Hechte, Welse, Zander und einige weitere Fischarten sowie Würfelnattern und zahlreiche Enten, deren Laute uns begleiten.

Nach 900 Metern macht der Weg eine Biegung nach links und wir kommen linker Hand an einer saftig grünen Wiese vorbei. Rechts streben große Laubbäume in die Höhe. Wir folgen dem Weg weiter und tauchen nun ganz in die Lobau ein. Hier wird uns klar, wie viele Grüntöne es gibt, gleicht doch kein Blatt und



*Bis 1745 war die **Lobau** kaiserliches Jagdgebiet, 1905 wurde sie als wichtiges Stück des „Wald- und Wiesengürtels“ zum Schutzgebiet erklärt. Seit 1918 ist die Obere Lobau im Besitz der Stadt Wien, die Untere Lobau gehört der Republik Österreich.*



Auszeitour 1



Eberschüttwasser

kein Strohalm dem anderen. Aber auch die bunten Blüten der Pflanzen, die sich am Wegesrand finden, ziehen unsere Blicke auf sich.

Nachdem wir dem Weg für 2 Kilometer gefolgt sind, treffen wir auf eine Kreuzung und halten uns hier rechts. Der Weg führt über die **Kreuzgrundtraverse**, an dessen rechter Seite sich das Eberschüttwasser und an der linken Seite das Mittelwasser befindet. Wir erhaschen einen Blick auf ein paar Frösche, die sich auf Steinen sonnen, sowie Libellen unterschiedlicher Größen. Auch Europäische Sumpfschildkröten, Bisamratten, Reiher und Teichhühner lassen sich hier manchmal beobachten. Wie fast alle Gewässer in der Unteren Lobau sind das Eberschüttwasser sowie das Mittelwasser von einem dicken Schilfgürtel umgeben.

Wir gehen geradeaus weiter und halten uns an der nächsten Kreuzung ebenfalls wieder rechts. Wir verlassen kurz den Wald und gehen über eine Wiese, auf der Sanddorn und Robinien sowie mehrere kleine Büsche wachsen. Nach wenigen Minuten aber wird



Für die Seele

Wir tauchen ein in die unberührte und romantische Aulandschaft der Unteren Lobau. Dabei wandern wir durch grüne Wälder und an blauen Wassern vorbei.

der Weg wieder von Bäumen gesäumt. Zu den bereits bekannten Laubbäumen gesellen sich nun markante Föhren. Nach 300 Metern biegen wir links ab und folgen dem Weg, der uns jetzt geradewegs zum **Hubertusdamm** ③ führt. Hierbei handelt es sich um einen Hochwasserschutzdamm, der die Lobau von der Donau trennt. Dem war nicht immer so. Vor der Donauregulierung am Ende des 19. Jahrhunderts wurde die Lobau von Donauwasser durchströmt. Mit der Regulierung wurde sie fast völlig von der oberflächlichen Wasserversorgung abgeschnitten. Gräben und feuchte

Hubertusdamm





Auszeitour 1

Senken verraten heute noch, wo früher Flussarme verlaufen sind.

Wir biegen rechts auf den Hubertusdamm ab und haben nun zwei Möglichkeiten, diesem zu folgen: entweder oben auf der Dammkrone oder unten auf der asphaltierten Straße. Entscheidet man sich für den Weg auf der Dammkrone, kann man auf die Donauinsel, die Neue Donau sowie den Ölhafen Lobau hinübersehen. Wählt man die Straße, muss man sich diese mit vielen Radfahrern teilen, da hier ein beliebter Radweg entlangführt. Egal, für welchen Weg man sich entscheidet, zumeist ist es windig! Und da es auch keine Schatten spendenden Bäume gibt, empfiehlt sich auf diesem Abschnitt der Wanderung vor allem im Sommer eine Kopfbedeckung.

Wir folgen dem Damm nun für 2 Kilometer. Auf diesen kommen wir am **Schwarzen Loch** ④ und dem **Grundwasserwerk Lobau** vorbei. Hinter dem Damm

Schwarzes Loch



Donau-Oder-Kanal



befindet sich die **Anlegestelle des Nationalparkboots**. Donnerstags bis sonntags kann man mit diesem von der Salztorbrücke am Donaukanal in die Lobau fahren. Nach der Ankunft erhält man eine einstündige Schnupperexpedition durch die Au, ehe es mit dem Boot wieder zurück in die Stadt geht. Ein unterhaltsamer und zugleich informativer Ausflug für die ganze Familie!

Nach 2 Kilometern biegen wir an der großen Informationstafel über die Lobau rechts ab und tauchen wieder in den Wald ein. Wir lassen die Radfahrer nun erneut hinter uns und haben den dschungelartigen Wald der Lobau wieder fast für uns allein. Wir spazieren entlang des künstlich angelegten **Donau-Oder-Kanals 5**. Dieser teilt die Lobau in zwei Bereiche, die Obere und Untere Lobau, und hätte ursprünglich eine Wasserstraße von der Lobau bis Oberschlesien führen sollen. Das Projekt wurde aber, unter anderem wegen ökologischer Bedenken, nie realisiert.

Mehrere kleine Pfade führen hinunter zum Donau-Oder-Kanal und geben einen wunderschönen Blick auf das dunkelblau schimmernde Wasser frei. Hier finden sich auch zahlreiche kleine und vor



*Neben der Fahrt mit dem Nationalparkboot werden auch zahlreiche weitere **Erlebnisse** wie geführte Wanderungen oder Schlauchboot- und Kanutouren angeboten. Ziel ist es, den Nationalpark erlebbar zu machen und auf seine wichtige Bedeutung hinzuweisen.*



*Die Untere Lobau ist **Ramsar-Gebiet**. Die Ramsar-Konvention bezeichnet das Übereinkommen über Feuchtgebiete von internationaler Bedeutung, insbesondere als Lebensraum für Wasser- und Watvögel. Mitglieder sind verpflichtet, die Biotope zu erhalten.*



Auszeitour 1

Waldbrettspiel



allem romantische Plätze für Picknicks direkt am Wasser. Wir nehmen auf einem Baumstumpf Platz, lauschen dem Summen der Libellen und erfreuen uns in vollen Zügen an diesem idyllischen Ort. Wer das kühle Nass des Donau-Oder-Kanals genießen will, der findet am Nordende des Kanals einen geeigneten Wildbadeplatz.

Nachdem wir auf den Weg zurückgekehrt sind, folgen wir diesem immer geradeaus und erreichen nach einer knappen halben Stunde wieder unseren Ausgangspunkt, das **Uferhaus Staudigl**. Wer unterwegs kein Picknick gemacht hat, der kann sich im Uferhaus mit österreichischer Hausmannskost stärken und die ereignisreiche Wanderung Revue passieren lassen. 





Entspannung ★★★★★

Genuss ★★★★★

Romantik ★★★★★



WIE & WANN:

Asphalt, Forst- und Waldwege; ganzjährig begehbar

HIN & WEG:

Auto: Parkmöglichkeiten beim Uferhaus Staudigl, 2301 Groß-Enzersdorf
(GPS: 48.181408, 16.538086)

ÖPNV: Bus 26A bis Haltestelle Groß-Enzersdorf Busbahnhof, von dort circa 25 Minuten Fußweg zum Ausgangspunkt über Lobastraße; Bus 551 bis Haltestelle Groß-Enzersdorf Auvorstadt, von dort circa 15 Minuten Fußweg zum Ausgangspunkt über Auvorstadtgasse und Lobastraße

ESSEN & ENTSPANNEN:

Uferhaus Staudigl ❶ Lobastraße 85, 2301 Groß-Enzersdorf, Tel. +43 (22 49) 27 33

ENTDECKEN & ERLEBEN:

Eberschüttwasser ❷

Hubertusdamm ❸

Schwarzes Loch ❹

Donau-Oder-Kanal ❺