

Raphaela Moczynski

WAN
DERN
FÜR DIE
SEELE



Wohlfühlwege

Berchtesgadener Land

DROSTE



Raphaela Moczynski

Berchtesgadener Land

Wandern für die Seele

20 Wohlfühlwege



Alle Touren auf einen Blick



AUSZEITEN

- | | |
|---|-----------|
| 1 Von Bach zu Bach | 7 |
| Quer durchs Lattengebirge
10 km 820 Hm 4 Std. Rundweg | |
| 2 Bartgeierreich | 17 |
| Von Hintersee zur Halsalm
6,6 km 430 Hm 3 Std. Rundweg | |
| 3 Zum Zauberwald | 27 |
| Wimbachklamm und Hintersee
14,5 km 520 Hm 5,5 Std. Rundweg | |
| 4 Alles in Bewegung | 37 |
| Durchs Klausbachtal zur Litzlalm
11,8 km 580 Hm 4 Std. Strecke | |
| 5 Bergwiesenzauber | 45 |
| Der Königsweg am Jenner
11,2 km 300 Hm 4 Std. Strecke | |



WEITBLICKE

- | | |
|--|-----------|
| 6 Höhenluft | 55 |
| Gipfelsammeln am Predigtstuhl
7,2 km 330 Hm 3,5 Std. Strecke (hin und zurück) | |
| 7 Wie der Kaiser | 65 |
| Maximilians-Reitweg
12 km 295 Hm 3,5 Std. Strecke | |
| 8 Aussichtsreich | 73 |
| Auf die Kneifelspitze
6,5 km 450 Hm 3 Std. Rundweg | |
| 9 Watzmann junior | 83 |
| Auf den Grünstein
7,7 km 580 Hm 3 Std. Rundweg | |





GENUSS

- 10 Genusswanderung** 93
Auf dem Högl
13,2 km | 390 Hm | 5 Std. | Rundweg
- 11 Im Kuhhimmel** 103
Almerlebnisweg Ramsau
11,6 km | 685 Hm | 4,5 Std. | Rundweg
- 12 Zum Windbeutelbaron** 113
Carl-von-Linde-Weg
12,5 km | 470 Hm | 4 Std. | Rundweg



ENTSCHLEUNIGUNG

- 13 Spuren des Salzes** 123
Ramsauer Soleleitungsweg
11 km | 70 Hm | 3 Std. | Strecke (hin und zurück)
- 14 Badespaß** 131
Durchs Nonner Land zum Thumsee
12,2 km | 420 Hm | 4 Std. | Rundweg
- 15 Alte Meister** 139
Malerwinkl-Rundweg
5,7 km | 200 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



ERFRISCHUNG

- 16 Stürzende Fluten** 147
Vom Königssee zum Röthbachfall
8 km | 270 Hm | 3 Std. | Strecke (hin und zurück)
- 17 Schwimmendes Holz** 155
Königsseer Fußweg
8 km | 160 Hm | 2,5 Std. | Strecke
- 18 Wasserreich** 163
Auf Umwegen zur Weißbachschlucht
11,6 km | 440 Hm | 4,5 Std. | Rundweg
- 19 Eng wird's** 173
Aschauer Klamm
14,2 km | 445 Hm | 5 Std. | Rundweg
- 20 Wildes Wasser** 183
Durch die Almbachklamm
7,8 km | 400 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



Liebe Wanderer und Berggeherinnen,

Watzmann, Königssee und Nationalpark Berchtesgaden – dieses Trio macht das Berchtesgadener Land für alle Wanderbegeisterten zu einem **Sehnsuchtsort**. Auf ausgewählten Touren führe ich Sie hinauf auf Almen und Gipfel mit unvergesslichen Panoramablicken, zu klaren Bergseen, zu rauschenden Wasserfällen und in enge Schluchten. Dort tauchen wir in ein von der Natur geschaffenes Gesamtkunstwerk ein, in eine geradezu magische Welt.

Naturgewalten wie Muren oder Bergstürze führen uns im Nationalpark die zerstörende, aber zugleich auch **schöpferische Kraft der Natur** vor Augen. In allem wohnt ein Neuanfang: So auch in den vom Bergwald zurückeroberten Felssturzgebieten, die mit ihren mit Moos überzogenen Felsen an Zauberwälder erinnern.

Salz, das weiße Gold, spielt im Berchtesgadener Land eine bedeutende Rolle; auch wir wandern ein Stück auf der alten Trasse der historischen Soleleitung. Ergänzend lohnt sich der Besuch der Nationalparkhäuser, des Salzbergwerks Berchtesgaden und der Saline Reichenhall.

Kulinarisch bietet die Region nicht nur eine frisch gezapfte Maß Bier, sondern auch alle **Klassiker der bayerischen Küche**. Auf den Almen ist das Angebot etwas bescheidener, aber genauso köstlich. Was gibt es Schöneres, als vor einem Kaser mit Panoramablick würzigen Almkäse auf duftendem Brot zu verkosten?

Berg heil und eine erlebnisreiche Zeit im Berchtesgadener Land wünscht Ihnen



Ihre Raphaela Moczynski 





Von Bach zu Bach

Quer durchs Lattengebirge

„Steter Tropfen höhlt den Stein“: Dieses Sprichwort erleben wir wahrhaftig an zwei Bergbächen, die eindrucksvolle Schluchten in das Lattengebirge gegraben haben. Beide Bäche begeistern mit Gumpen (Becken), in denen sich das herabstürzende Wasser sammelt, ehe es durch schmale Rinnen zur nächsten Gumpen rauscht.

Wir starten am **Wanderzentrum Bayerisch Gmain**, an dem wir auf Tafeln Informationen zum Lattengebirge und Eckdaten zu unserer Wanderung vorfinden. Die Alpentalsstraße im Rücken nehmen wir den **Gmainer Rundweg** und den **Alpgarten-Speik-Rundweg (Nr. 6)** nach rechts. Durch lichten Wald führt ein Forstweg taleinwärts, der bald in einen Pfad übergeht und hinunter zum **Wappach** (Wappbach) leitet, an dem an heißen Sommertagen Wanderer in den einladenden Gumpen Abkühlung suchen. Wir queren den Bach und folgen dem verwurzelten **Alpgartensteig** bachaufwärts. Leicht ansteigend wandern wir neben dem Bach durch lichten Wald. Bald schon bewegen wir uns deutlich oberhalb des Bachs; der stark verwurzelte Pfad verläuft kurz durch einen **Buchenwald**. Nach links blicken wir hinab in die Alpgartenschlucht, aus der wir den Bach deutlich gurgeln hören, ihn aber nicht sehen können. Zurück am Wasser lässt der Blick auf den von steilen Felswänden gesäumten Talschluss Vorfreude aufkommen.

Wir queren den **❶ Fallersteiner Graben**, an dem der Pfad extrem schmal, aber mit einem Fixseil gut gesichert ist. Von einem Metallsteg aus sehen wir unter uns die teilweise



*Mit dem Wasser aus **Weißbach** und **Wappach** wurden über die Alpgarten-Wasserleitung die riesigen Räder im Brunnenhaus der Alten Saline in Bad Reichenhall angetrieben und die städtischen Trinkwasserbrunnen befüllt.*



Kilometer: 10

Höhenmeter: 820

Stunden: 4

RUNDWEG



Toni-Michl-Marterl

nur wenige Zentimeter breite Gesteinsrinne. Wir durchwandern ein weiteres Buchenwäldchen und halten uns an der nächsten Weggabelung links. Wir erreichen erneut den **Wappach**, über den ein Metallsteg führt. Während der Bach oberhalb der Brücke gemütlich über Steine plätschert, zwingt er sich unterhalb durch einen engen, ausgewaschenen Kanal.

Am anderen Ufer halten wir zur Orientierung an der nächsten Weggabelung. Links führt der Alpgarten-Rundweg in 30 Minuten zurück zum Parkplatz, wir aber folgen dem Wegweiser „Eichelberg-Rundweg (über Toni-Michel-Steig)“ nach rechts. Der **Toni-Michl-Steig** verläuft am Osthang des Albgartengrabens. Er ist abschnittsweise sehr schmal und kurzzeitig auch etwas ausgesetzt, worauf ein Schild zu Recht hinweist. Auf dem verwurzelten Pfad wandern wir weiter durch den herrlichen Bergwald bergauf, in dem im Frühsommer kleine Alpenveilchen blühen. Bald verlassen wir den Wald, freuen uns über den freien Blick zum Predigtstuhl und wandern höhenparallel durch den Hang.



Das Europäische **Alpenveilchen** (Cyclamen) wird etwa 15 Zentimeter hoch. Jeder Stängel, der nur durch Wasserdruck aufrecht gehalten wird, trägt eine Blüte.



Links von uns erhebt sich eine **Felswand**, wir queren kleine Einschnitte. In kurzen Kehren geht es zwischen den Latschen bergauf, wobei wir uns immer mehr der Felswand nähern. Der schmale Weg zieht nach rechts und plötzlich stehen wir vor einer kniffligen Passage: Der Pfad folgt einer wasserführenden Tiefenlinie, die Felsen sind durch das Fließwasser vermoost und rutschig.

Der Steig leitet uns immer höher und gewährt uns Blicke nach Süden und Westen: Vor uns der Talschluss unterhalb von Predigtstuhl, Hochschlegel, Schreck und Dreisesselberg, rechts auf der anderen Talseite die Wände des Spechtenkopfs. Abenteuerlich geht es weiter auf einer schmalen Rippe, die aus nicht viel mehr als unserem Pfad besteht, links und rechts fallen die mit Latschen bestandenen Hänge steil ab. Trittsicher sollte man sein, es sind aber letztlich nur ein paar Meter, dann wird der Weg wieder einfacher. Nach der Aufregung sind wir froh, dass wir wenig später den Aussichtspunkt mit dem **2 Toni-Michl-Marterl** erreichen. Talauswärts blicken wir auf Piding und den Berg Rücken des Högl; taleinwärts rückt der Predigtstuhl immer näher, sogar die Fahne der Schlegelalm ist zu sehen.

Nochmals geht es über einen kleinen, recht schmalen Grat auf eine Felskuppe zu. Dort können wir auf einer **Bank** eine Pause einlegen, ein Gutteil der Höhenmeter ist geschafft und der Tablick ist eindrucksvoll. Neben der Bank umrunden wir dank einer Metalltreppe problemlos eine Felskuppe. Wir folgen weiter dem Bergpfad, der nun in schattigen Buchenwald eintaucht. Obwohl wir hoch über dem Bach wandern, begleitet uns nach wie vor sein leises Rauschen.

Was für ein Genuss, an einem heißen Sommertag in die Kühle des Bergwalds einzutauchen! Umgefallene Stämme in allen Stadien des Verfalls säumen rechts und links den Weg, hellgrün leuchtet das Blattwerk im

Für die Seele

Uns begleitet das Rauschen der Bergbäche, in denen wir uns herrlich erfrischen können.



Toni-Michl-Steig



Sonnenlicht. Der Weg dreht nach links, das Rauschen des Bachs verstummt schließlich. Der schmale Pfad kreuzt einen **Murstrich**. Die Wegbauer haben sich Mühe gegeben, schwierige Passagen zu entschärfen, und so geht es nun über eine Metallleiter einen Felsabsatz hinauf. Auf Augenhöhe blüht hier im Frühsommer der Almrausch: Das hat man wahrlich nicht alle Tage. Durch Latschen erreichen wir erneut den **Bergwald**.

Nach der abwechslungsreichen und etwas abenteuerlichen Wanderung durch den Alpgartengraben nehmen wir jetzt die Querung des Lattengebirges in Angriff. Durch hohen Buchenwald erreichen wir eine **Weggabelung**, an der es rechts zum Dreisesselberg geht. Wir folgen geradeaus dem Wegweiser Richtung Wanderparkplatz und **Eichelberg**. Nun beginnt der Abstieg ins Weißbach- und Speiktal. Zunächst laufen wir einen Geländeeinschnitt aus, umwandern eine Felsrippe und queren grasbewachsene, teils steile Hänge auf einem schönen Waldpfad, der uns zu einer **3 Aussichtsbank** führt. Ein 180-Grad-Blick lässt uns bis nach Salzburg schauen. An Lärchen vorbei fällt der Pfad weiter ab und leitet zurück in den Bergwald.

10 Minuten später erreichen wir einen **Sattel**. Links ginge es in 1:15 Stunden zurück nach Bayerisch Gmain, wir entscheiden uns indes für die längere Variante über den Speikbach. Doch davor machen wir noch einen Abstecher zum Eichelberg. Ein Pfad führt rechts an einem **Marterl** vorbei, auf dem wir nach wenigen Metern den **4 Aussichtspunkt unterhalb des Eichelbergs** erreichen, den aber nur trittsichere Bergeherer erklimmen sollten. Oben sehen wir eine exponiert gebaute Bank neben dem Gipfelkreuz.

Zurück am **Sattel** steigen wir in vielen Kehren durch die grasbewachsenen Hänge in angenehmem Gefälle bergab und genießen zwischendurch den Blick auf Salzburg. Wer Wanderstöcke dabei hat, tut sich hier leichter. Je tiefer wir kommen, desto dunkler wird auch der Wald, bald ist auch das Rauschen eines Bachs



Speikbach

zu hören. Es geht nun nochmals steil bergab. Durch einen hallenartigen Buchenwald erreichen wir den Wegweiser „Alpgarten-Speik-Rundweg“. Wir halten uns geradeaus (Weg Nr. 4) und wandern zunächst einige Meter bachaufwärts, erst dann queren wir den **5 Weißbach** auf Steinen. Kurz geht es am Weißbach entlang abwärts, dann wechseln wir ins Tal des Speikbachs. Durch Buschwerk sind schon schemenhaft die Steilwände zu sehen und das Rauschen des Bachs wird zunehmend lauter.

Wir queren einen Höhenrücken und erreichen den **6 Speikbach**. Hier sitzt an heißen Sommertagen schon der eine oder andere in Badesachen auf einem der Steine im Bachbett und kühlt sich die Füße. Über große und kleine Felsen, Kies- und Sandbänke zieht es uns geradezu magisch neben dem Bachlauf hinauf, denn dort sehen wir im Talschluss eindrucksvolle Erosionsformen. Das Wasser des Speikbachs hat fantastische Felsäulen aus einer Rippe herausgearbeitet. Wir erreichen eine teilweise eingestürzte **Geschiebesperre** und steigen hoch zum **7 oberen Bachbett**. Je höher wir klettern, desto stärker steigt zwischen den steilen Felswän-



den die Steinschlaggefahr. Es gilt also, Vorsicht walten zu lassen, und so lassen wir von einem sicheren Standort die Bergszenerie auf uns wirken, drehen dann um und steigen auf der anderen Bachseite hinab. Auch hier faszinieren uns immer wieder die ausgewaschenen Rinnen und Gumpen.

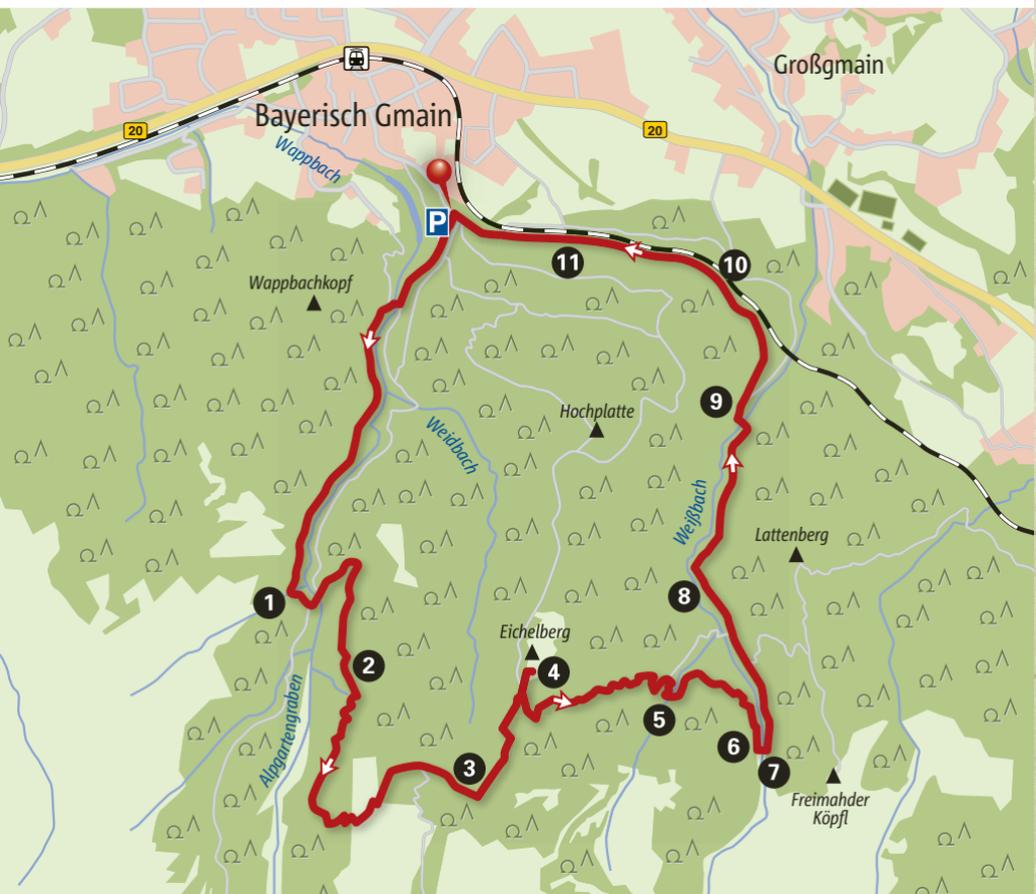
An der **Weggabelung**, an der es rechts zum Freimahder Köpfl geht, steigen wir zum Bach ab und folgen am **Abzweig zur Brücke** (Speik-Weißbach-Rundweg) einem Wurzelpfad leicht bergauf. Dann geht es wieder bergab und links von uns mündet der Speikbach in den Weißbach ein, dessen Steinmauern schon über 100 Jahre alt sind. An heißen Sommertagen ist es herrlich kühl im Wald und so freuen wir uns auf den schattigen **8 Picknickplatz** am Bach, von dem aus wir dem Rauschen, Plätschern und Gluckern des Wassers lauschen können.

Auf einer **Steinbrücke** queren wir den Bach und blicken hinunter auf Sonnenanbeter und plantschende Kinder. Bei einer **Bank mit Marterl** geht es links wenige Meter hoch zu einem **9 Tafelrondell** zum Thema „**Geologie der Kalkalpen**“, wo wir auch eine mit einem geschnitzten Bartgeierkopf geschmückte Bank vorfinden.



AUSZEITEN 1

Zurück am **Marterl** wählen wir den linken Forstweg, der uns zu einem **10 „Wellnessplatz“** führt, an dem wir uns auf schräg aufgestellte Bretter legen können. Sie sind mit Vorschlägen für eine kleine Wellnesskur versehen: wie man sich mit Lächeln etwas Gutes tut, wie eine Blitz-Entspannung für den Körper bzw. die Augen funktioniert oder wie man mit dem Anhalten von Luft seine Atmung beruhigen kann. An einem **11 Tafelrondell** zum Thema **„Geschichte“** können wir wenig später unsere Gehirnzellen trainieren. Kinder werden sich über den kleinen Spielplatz zum Balancieren und Wasserplantschen freuen, die Erwachsenen über Alpenveilchen auf dem Weg zurück zum **Wanderparkplatz**. 



ALLES AUF EINEN BLICK



Entspannung 

Abenteuer 

Vielfalt 

WIE & WANN

Zumeist schattige Steige und Waldwege. Der Toni-Michl-Steig ist in Teilen etwas ausgesetzt, hier sind Trittsicherheit und Schwindelfreiheit notwendig. Beste Wanderzeit: Frühling bis Spätherbst.

HIN & WEG

Auto: Parkplatz Wanderzentrum, Alpentälstraße, 83457 Bayerisch Gmain
ÖPNV: Bahnhof Bayerisch Gmain (von dort über Obere Bahnhofstraße, Lattenbergstraße und Alpentälstraße zum Startpunkt, ca. 700 Meter)

ESSEN & ENTSPANNEN

Keine Einkehr an der Strecke, bitte an Rucksackverpflegung denken.

ENTDECKEN & ERLEBEN

- 1 Fallersteiner Graben
- 2 Toni-Michl-Marterl
- 3 Aussichtsbank
- 4 Aussichtspunkt unterhalb des Eichelbergs
- 5 Weißbach
- 6 Speikbach
- 7 Oberes Bachbett des Speikbachs
- 8 Picknickplatz
- 9 Tafelrondell „Geologie der Kalkalpen“
- 10 „Wellnessplatz“
- 11 Tafelrondell „Geschichte“

