

Nationalpark Kalkalpen:

Auf die Almen mit dem Rad, auf die Gipfel zu Fuß

Am Radweg durch die Große Schlucht

Die einsamen Waldgebiete des Reichraminger Hintergebirges und der markante Felskamm des Sengsengebirges bilden die Kernzone des Nationalparks Kalkalpen. Zahlreiche Almen, die nach Rodungen nach einer großen Käferkatastrophe Anfang 1920 entstanden sind, gab es vor allem im Reichraminger Hintergebirge. Die wenigen noch heute bewirtschafteten Almen sind fast alle mit dem Bergrad zu erreichen. Das eröffnet lohnende Möglichkeiten zu kombinierten Bike- & Hike-Touren. Mit dem Mountainbike auf die Almen, mit den Bergschuhen auf die Gipfel. Belohnt wird man mit köstlichen Almschmankerln und Produkten aus der Nationalparkregion. Wer es gewohnt ist, mit Radschuhen zu fahren, wird Bergschuhe im Rucksack mitnehmen. Mit einem leichten Bergschuh kann man sowohl die Rad- als auch die Bergtour machen. Wir haben beide Varianten probiert und variieren je nach Anforderung.

Große Schlucht – Triftsteig und Anlaufalm

Diese Tour ist zu einem Klassiker geworden. Sie bietet von der Fahrt entlang des Großen Baches bis zur Kombination mit Triftsteig und Anlaufalm viele Möglichkeiten. Kein Wunder, dass an schönen Wochenenden der

Mountainbike-Abstellplatz vor der Anlaufalm überfüllt ist.

Am Ausgangspunkt dieser Tour in der ehemaligen Holzfällersiedlung Brunnbach bei Großraming steht neben dem Parkplatz eine alte Lokomotive der Waldbahn. Auf der Trasse der 1971 eingestellten Waldbahn rollt man zuerst den Pleißbach entlang bis zu dessen Einmündung in den Großen Bach. Jetzt kommt einer der schönsten und spektakulärsten Abschnitte, sozusagen das Herz des Reichraminger Hintergebirges. Vor dem ersten Tunnel führt ein kurzer Fußweg hinunter zum Blick in die Große Klause, einen engen Felsdurchbruch, wo einst unter härtesten Bedingungen Holz geschwemmt wurde.

Immer steiler und höher werden die Wände. Tunnel, die dank Solarzellen beleuchtet sind, ermöglichen, dass hier heute Radler fahren können. Vor dem zweiten Tunnel beginnt der Triftsteig, ein Klettersteig, der nicht hinauf, sondern in etwa fünf Metern Höhe über dem Fluss entlang führt und eine Vorstellung von den einstigen Arbeitsbedingungen bei der Holzschwemme ermöglicht. Beim Schleierfall endet der Triftsteig, und man erreicht wieder die Forststraße. Auf dieser geht man durch ins-

gesamt vier Tunnel zurück zum abgestellten Rad. Es empfiehlt sich, eine Taschenlampe mitzunehmen.

Bald ist die Abzweigung zur Anlaufalm erreicht. Links weg über eine Brücke und dann gleich wieder links führt die Forststraße hinauf zur Alm. Es geht ohne Umschweife zur Sache: 500 Höhenmeter Anstieg in einem Stück! Erst kurz vor der Alm wird es flacher, und man rollt entspannt einer ausgiebigen Rast entgegen. Von der Alm hat man die Möglichkeit, über Almwiesen und durch Wald den Hausberg der Anlaufalm, den Hochkogel, zu besteigen.

Für den Weiterweg fährt man zunächst zurück zur letzten Kreuzung und von dort weiter zum Hirschkogelsattel. Rasant geht es dann hinab zum Ausgangspunkt.

Wer eine kleine zusätzliche Herausforderung sucht, fährt bei der ersten Abzweigung als Alternativroute die Straße hinauf unter den Hochkogel und von dort teilweise steil hinab zum Gasthaus Stonitsch in Brunnbach. Dafür sollte man eine halbe Stunde zusätzlichen Zeitaufwand einplanen.

Ausgangspunkt: Brunnbach bei Großraming
Charakteristik: Landschaftlich einzigartige Tour auf guten Forststraßen; die gesamte



Die Auffahrt zur Schaumbergalm ist gut beschildert.

Treffpunkt Anlaufalm

Almschmankerln



Türkentulpe



Rückkehr zur Schüttbauernalm

Strecke ist markiert, die Tunnel sind beleuchtet, am Triftsteig sind Schwindelfreiheit und Trittsicherheit notwendig.

Zeiten & Höhen: 3 Std. reine Fahrzeit, 42 km, 840 Hm, Triftsteig: 1,5 Std. Gehzeit hin und zurück, Hochkogel: 45 Min. Gehzeit hin und zurück
Streckenverlauf: Brunnbach (522 m)–Maieralm (406 m)–Abzweigung zur Anlaufalm (596 m)–Anlaufalm (982 m)–Hochkogel (1157 m)–Hirschkogelsattel (890 m)–Hochkogelstraße (970 m)–Gasthaus Stonitsch (520 m)

Einkehr: Anlaufalm, geöffnet bis Mitte Oktober, Gasthaus Stonitsch

Karten: Kompass Nr. 70, Radkarte Nationalpark Kalkalpen

Infos: www.nationalparkregion.com

Schüttbauernalm und Bodenwies

Schöne Almwiesen, ein anregender Steig hinauf zur großen Aussicht über die Waldberge und zum Abschluss ein einladender Almgasthof – auf dieser Tour am Ostrand des Reichraminger Hintergebirges bleiben keine Wünsche offen.

Auf der Hausbauernhöhe an der Straße zwischen Hengstpass und Altenmarkt findet man die Abzweigung zur Schüttbauernalm. Auf Asphalt geht es zunächst hinauf zum Schüttbauern. Hier beginnt die gescho-

terte Almstraße, die bis ins Almgelände der Schüttbauernalm führt. Auf der gleichmäßig ansteigenden Strecke findet man schnell den Rhythmus und erreicht, meist durch Waldregionen fahrend, in einer guten Stunde die schön gelegene Hütte. Hier beginnt der Anstieg auf den schon sichtbaren Gipfel der Bodenwies, die wir überschreiten wollen. Entlang der Markierung strebt man über Almwiesen zunächst der Menauernalm entgegen, wendet sich dann nach Süden und wandert durch Waldgelände hinauf zum Sandgatterl. Der Weg wird alpiner, und immer dem Kammverlauf folgend geht es höher bis zum allmählich flacher werdenden Gipfelrücken. Mitten durch bunt blühende Bergwiesen führt der Steig zum Gipfelkreuz. Über die walddreichen Kuppen des Hintergebirges schweift der Blick weit hinaus ins Tote Gebirge. Ein bizarres Bild bieten beim Abstieg eine Reihe dürrer, oft geknickter Baumstämme. Tief unten liegt die Menauernalm, die man in einem weiten Bogen und zuletzt einer Forststraße folgend wieder erreicht. Bald darauf sitzt man zufrieden auf der Terrasse der Schüttbauernalm und blickt hinauf zum bestiegenen Gipfel. Gschmackige Gerichte aus regionalen Produkten werden angeboten.

Die Wahl fällt schwer, die Abfahrt mit dem Rad umso leichter.

Ausgangspunkt: Hausbauernhöhe zwischen Unterlaussa und Altenmarkt

Charakteristik: Gleichmäßig steigende Fahrt auf der Schotterstraße zur Schüttbauernalm, einige steilere Abschnitte am Anstieg zur Bodenwies, herrliche Rundblicke

Zeiten & Höhen: 1,5 Std. reine Fahrzeit, 10 km, 500 Hm; Wanderung auf die Bodenwies: 2,5 Std. Gehzeit hin und zurück, 500 Hm

Streckenverlauf: Hausbauernhöhe (510 m)–Schüttbauernalm (1070 m)–Bodenwies (1540 m)

Einkehr: Schüttbauernalm, geöffnet von Anfang Mai bis Ende Oktober, Mo. und Di. Ruhetag

Karten: Kompass Nr. 70, Freytag & Berndt Nr. 51
Infos: www.nationalparkregion.com

Ebenforst- und Schaumbergalm mit Trämpl

Zwei herrliche Bike- & Hike-Touren führen mitten im Nationalpark Kalkalpen zu bewirtschafteten Almen und Gipfeln am Trämpl. Dieser steht zwischen Ebenforst- und Schaumbergalm, dem jeweiligen Ziel der Radauffahrten.

Beide Routen beginnen am Parkplatz Scheiblingau. Zur Schaumbergalm geht es an der Krümmen Steyrling entlang hinein in



Auf der Langfirst-Runde bei der Dörfmoaralm

den Bodinggraben. Vorbei am bewirtschafteten Jagdhäusl und dem etwas oberhalb stehenden Jagdschloss folgt man der Schotterstraße, die bei einem Parkplatz bald zu steigen beginnt. Die Auffahrt ist gut beschildert, und nach 1,2 km erreicht man die Abzweigung, die nach links zur Schaumbergalm weist. Angenehm steigt die Forststraße an, einige Male verleiten die Tiefblicke hinab zu den Häusern im Bodinggraben zu einem kurzen Stopp. Die vor einigen Jahren neu erbaute Almhütte auf der Schaumbergalm liegt auf einem sonnigen Platz inmitten ausgedehnter Almwiesen, die weit hinauf bis zu den Hängen des Trämpl reichen. Nun geht es zu Fuß weiter: Am Wanderweg steigt man erst über Almwiesen, dann durch Wald hinauf Richtung Gipfel. Am Übergang vor dem Gipfelanstieg mündet auch der Weg, der über die Almwiesen der Ebenforstalm heraufführt. Auf dem im oberen Teil etwas steiler werdenden Steig gelangt man hinauf zum großen Blick über das Hintergebirge und die Felsberge des Sengsengebirges.

Für die Fahrt zur Ebenforstalm legt man zuerst etwa 800 Meter auf der Straße Richtung Molln zurück, überquert auf einer Brücke die Steyrling, und am Messererhäusl vorbei erreicht man nach einem flachen Wiesenstück bald die ersten Steigungen.

Kehre um Kehre windet sich die Forststraße höher. Erste Blicke ins schluchtartige Tal und ins Sengsengebirge werden frei. Nicht weit nach einer Jagdhütte, bei einer Linkskurve, bleibt man geradeaus und folgt einem Karrenweg, bis man zum markierten Wanderweg aus dem Bodinggraben kommt. Eine kurze Schiebestrecke trennt die Berg radler noch vom Sattel, und nach einem Überstieg und einer kurzen Abfahrt über die Almwiesen kommt man zur Ebenforstalm. Nach einer vorzüglichen „Goaskasjans“ sollte man sich die Gipfeltour auf den Trämpl nicht entgehen lassen und eventuell noch weiter über den Luchsboden auf den Alpstein (1443 m) wandern.

Die Rückfahrt von den beiden Almen ins Tal erfolgt jeweils auf der Anstiegsroute.

Ausgangspunkt: Parkplatz Scheiblingau, Breitenau bei Molln

Charakteristik: Schöne Almtouren, beschilderte Auffahrt zur Schaumbergalm und Ebenforstalm, kurze Schiebestrecke vor der Ebenforstalm, jeweils markierter Wanderweg zum Gipfel des Trämpl, kurze Felspassage am Gipfelaufbau des Alpsteins; der Weg aus dem Luchsboden zur Ebenforstalm ist zwar nicht markiert, aber leicht zu finden.

Zeiten & Höhen: Fahrzeit zur Schaumbergalm:

2 Std., 16 km, 550 Hm; Fahrzeit zur Ebenforstalm: 2,5 Std., 19 km, 600 Hm; Fußweg auf den Trämpl: 1,5 Std. Gehzeit hin und zurück, 300 Hm

Streckenverläufe: Parkplatz Scheiblingau (588 m)–Schaumbergalm (1140 m)–Trämpl (1424 m)

Parkplatz Scheiblingau (588 m)–Ebenforstalm (1105 m)–Trämpl (1424 m)

Einkehr: Schaumbergalm, bewirtschaftet von Mitte Mai bis Ende September, Ebenforstalm, geöffnet von Mitte Mai bis Mitte Oktober, Jagdhäusl im Bodinggraben

Karten: Rad-Übersichtskarte Nationalpark Kalkalpen, Kompass Nr. 70

Infos: www.nationalparkregion.com

Langfirsttrunde mit Wasserklotz und Hengstpass

Ein würziges Steirerkasbrot, dazu ein erfrischendes Glas gspritzten Most und zum Abschluss ein köstlicher Bauernkrapfen. Die Einkehr auf der Egglalm, eine der schön gelegenen Almen rund um den Hengstpass, macht den Genuss auf dieser Rundtour vollkommen.

Idyllisch beginnt diese Tour im Salztal bei Windischgarsten. Immer entlang des munter sprudelnden Bächleins geht es zuerst noch auf der asphaltierten Salzastraße, bis man nach rechts den Beginn der Forst-



Wegkreuzung Haslersgatterl



Neugierige Almbewohnerin vor dem Hengstpass

straße auf den Wurbauerkogel erreicht. Angenehm steigt die Straße in einigen Kehren an, bis sie auf einem kleinen Sattel in einen breiten Weg übergeht. Kurz geht es abwärts, dann leicht ansteigend bis zu den Wiesen auf der Höhe des Wurbauerkogels. Auf Asphalt fährt man weiter hinauf Richtung Muttling. Bei einer Kapelle hält man sich links, und auf der steiler werdenden Schotterstraße erarbeitet man sich nach und nach die Kreuzung beim Haslersgatterl, einem Übergang hinein ins Hintergebirge. Man folgt dem grünen Radschild Richtung Hengstpass. Zunächst sind noch einige Höhenmeter aufwärts zu absolvieren, ehe man gemütlich zu den Almen unter dem Langfirst hinüberrollt. Nur eine kurze Steigung erwartet die Berg radler noch vor der Hansalm, und bald darauf ist die Dörfmoaralm erreicht. Hier beginnt die Wanderung, die

zunächst zum Ahornsattel und von dort in steilerem Waldgelände auf den Wasserklotz-Gipfel führt. Herrlich ist der Blick über die Waldeinsamkeit des Hintergebirges, und auch die Haller Mauern und das Tote Gebirge präsentieren sich eindrucksvoll.

Rasant geht die Abfahrt hinab zur Hengstpassstraße, die bei der Zickerreith-Alm erreicht wird. Weiter fährt man das kurze Stück hinauf zur Passhöhe, von der man bald darauf Richtung Egglalm abzweigt. Der Weg hinab in die Innerrosenau ist steil und ruppig. Man erreicht die Straße in die Innerrosenau und auf dieser die Hengstpassstraße, auf der man zurück bis zum Ausgangspunkt radelt.

Ausgangspunkt: Windischgarsten, Parkplätze entlang der Salzastraße

Charakteristik: abwechslungsreiche, nicht

beschilderte Rundtour auf geschotterten Forststraßen und breiten Wegen, steiler Karrenweg von der Egglalm in die Innerrosenau, lange entspannte Abfahrt auf der Straße zurück nach Windischgarsten

Zeiten & Höhen: 2 Std. 45 Min. reine Fahrzeit, 32 km, 820 Hm; Wanderung auf den Wasserklotz: 2 Std. Gehzeit hin und zurück, 500 Hm

Streckenverlauf: Windischgarsten Salzastraße (608 m)–Haslersgatterl (1154 m)–Dörfmoaralm (1199 m)–Wasserklotz (1505 m)–Hengstpass (958 m)

Einkehr: mehrere Almen, Jausenstationen und Gasthäuser entlang der Strecke

Karte: Kompass Nr. 70

Text und Fotos von Sabine Neuweg und Alois Peham



Sabine Neuweg und Alois Peham
Genuss-Biken in Oberösterreich
Radwandern – Mountainbiking – Bike & Hike
Paperback, 168 Seiten, Trauner Verlag, 14,90 €

In diesem Buch wird die ganze Vielfalt des Radlandes Oberösterreich dargestellt. Entlang der Flüsse locken romantische Radwege, vom Böhmerwald bis zum Dachstein gibt es eine große Zahl abwechslungsreicher Mountainbikestrecken. Als Draufgabe findet man auch schöne Bike- & Hike-Touren.

Insgesamt werden 40 Bikerouten vorgestellt. Neben genauen Streckenbeschreibungen mit allen Daten und Fakten gibt es zu jeder Tour eine Karte und ein Höhenprofil. Herrliche Bilder machen Lust auf vergnügliche Radausfahrten. Erhältlich im Buchhandel und unter oon-buecher@nachrichten.at

KOMPASS

Die schönsten Plätze vor der Haustüre

