

Andrea & Harald Hesse

WANDERUNGEN  
FÜR DIE  
SEELE

Wohlfühlwege

Chiemgau

DROSTE





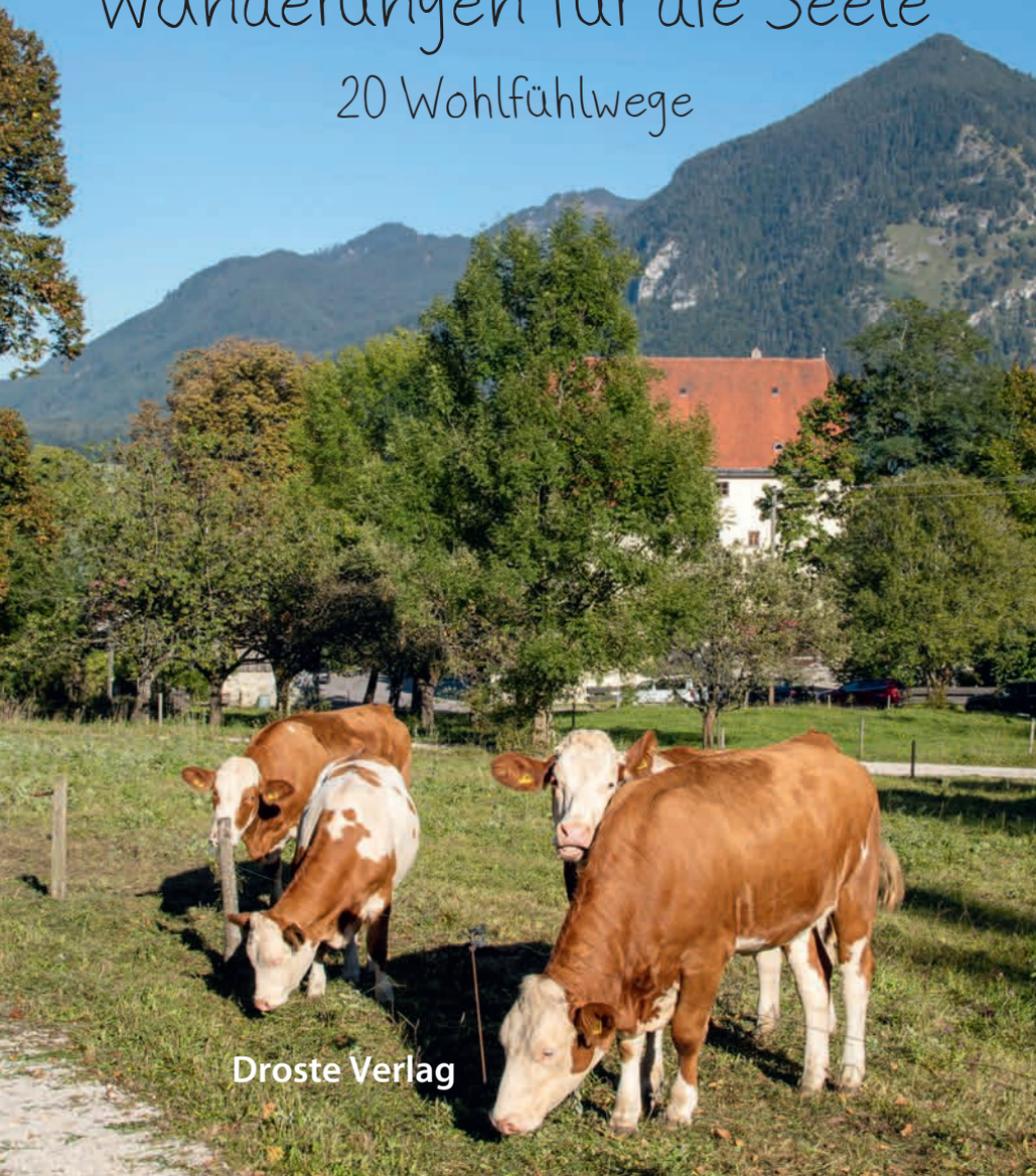
Andrea & Harald Hesse

# Chiemgau

Wanderungen für die Seele

20 Wohlfühlwege

Droste Verlag



# ALLE WANDERUNGEN AUF EINEN BLICK



## **TOUR 1: WO REIHER RUHEN**

7

Im Delta der Tiroler Achen

7,8 km | 10 Hm | 2 Std. | Rundweg



## **TOUR 2: SCHMUGGLERWEG**

15

Durch die Entenlochklamm

9,7 km | 280 Hm | 2,5 Std. | Strecke



## **TOUR 3: KÄLTETER SEE**

23

Zum Frillensee und seinem Moor

7,3 km | 160 Hm | 2 Std. | Rundweg



## **TOUR 4: FRUCHTBARE ERDE**

33

Rund ums Erlstätter Römerland

9,7 km | 130 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 5: GRUNDLOSER SEE**

41

Vom Lienzinger Filz zum Uferweg

15,1 km | 80 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 6: BURGRUINE KLING**

51

In und um Schnaitsee herum

11,1 km | 220 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 7: WIE AUF WOLKEN**

61

Ewigkeitsweg im Kendlmühlfilz

8 km | 10 Hm | 2 Std. | Rundweg



## **TOUR 8: UNTERM GIPFELGRAT**

71

Von der Kampenwand ins Priental

10,1 km | 921 Hm | 3 Std. | Strecke



## **TOUR 9: GENUSS AM FLUSS**

81

Gemütlich unterwegs an der Alz

6,4 km | 60 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 10: BERG UND TAL**

89

Zu den Grassauer Almen

9,4 km | 430 Hm | 2,5 Std. | Rundweg

-  **TOUR 11: WENDELSTEIN-BLICK** **97**  
Am Samerberg zur Dandlbergalm  
5,7 km | 130 Hm | 1,5 Std. | Rundweg
-  **TOUR 12: MOOS UND BERGE** **107**  
Unterwegs im Bergener Tal  
5,4 km | 90 Hm | 1,5 Std. | Rundweg
-  **TOUR 13: STILLE MOORSEEN** **115**  
Durchs Schnaitseer Seenland  
8,4 km | 80 Hm | 2,5 Std. | Rundweg
-  **TOUR 14: DES KÖNIGS WÄLDER** **123**  
Auf der Herreninsel im Chiemsee  
7km | 82 Hm | 3 Std. | Rundweg
-  **TOUR 15: BERG UND DEICH** **133**  
Rund um den Tiroler-Achen-Damm  
5,7 km | 70 Hm | 1,5 Std. | Rundweg
-  **TOUR 16: IM LATSCHENFELD** **141**  
Burghamer Filz bei Seebruck  
9,2 km | 40 Hm | 2,5 Std. | Rundweg
-  **TOUR 17: SEEONER LAND** **151**  
Kloster-, Brunnen- und Griessee  
6,4 km | 60 Hm | 2 Std. | Rundweg
-  **TOUR 18: SEEN UND MOORE** **165**  
Eggstätt-Hemhofer Seenplatte  
9,7 km | 50 Hm | 2,5 Std. | Rundweg
-  **TOUR 19: SCHWINGRASENMOOR** **173**  
Rundgang um den Falkenstein  
9,2 km | 50 Hm | 2 Std. | Rundweg
-  **TOUR 20: ROMANTIC AVENUE** **183**  
Rundweg um den Tinninger See  
7,2 km | 80 Hm | 2 Std. | Rundweg



# Liebe Seelenwanderer,

der Chiemgau ist ein Wanderparadies, wie es im Buch steht. Geografisch erstreckt er sich in einem 25-Kilometer-Radius durch das Traunsteiner und Rosenheimer Land. Sein Herz ist der Chiemsee, von Einheimischen liebevoll Bayerisches Meer genannt. Seine hügelige Landschaft ist von saftigen Wiesen, grünen Wäldern, naturnahen Mooren und Seen geprägt. Zugleich ist dieses Juwel mit Alpenpanorama einer der touristischen Hotspots in Deutschland, sein Wegenetz zählt zu den größten und bestausgebauten.

Weil wir unsere Seelen aber nicht strapazieren, sondern streicheln und verwöhnen wollen, haben wir 20 Touren ausgewählt, auf denen wir uns großenteils abseits überlaufener Pfade bewegen. Tatsächlich waren wir auf vielen unserer Trips über weite Strecken allein unterwegs!

Auf unseren Wanderungen gibt es viel zu entdecken und zu erleben. Wir genießen die betörende Ruhe in Hochmooren, die verwunschene Abgeschlossenheit eines Grundlosen Sees, die tragende Kraft von Schwingrasen und die faszinierende Schönheit des Achentaler Stilllebens. Natürlich haben wir auf den Wanderungen neben der Seelenkost das Leibeswohl nicht aus dem Auge verloren: Unsere Einkehrtipps, zumeist mit regionaler und möglichst saisonaler Küche, waren für uns durch die Bank eine Gaumenfreude.

Also: Frischauf!

Andrea & Harald Hesse



NATUR-INFO



KULTUR-INFO



TOUREN-/EVENT-INFO



GENUSS-INFO

- 
- \* 7,8 Kilometer
  - \* 10 Höhenmeter
  - \* 2 Stunden
  - \* Rundweg

**Blick auf die Kampenwand**

# Wo Reiher ruhen

## Im Delta der Tiroler Achen



Nichts in der Welt hat Bestand. Auch der Chiemsee nicht. Jahr für Jahr verlandet er ein wenig mehr. Der Hauptarm des Flussdeltas der Tiroler Achen schiebt sich bis zu 25 Meter jährlich in den See. Ein Prozess, der nicht aufgehalten werden kann. Davon wollen wir uns auf unserer Wanderung ein Bild machen. Die relativ kurze Tour, mit unglaublich schönen Naturerlebnissen, führt über Wege und Pfade, die vor wenigen Hundert Jahren noch unter Wasser standen.

Los geht's am Parkplatz (P 9) gegenüber vom Hafengelände Feldwies. Daneben verläuft ein schmaler Pfad, schon nach wenigen Metern beidseitig von 2 Meter hohen Schilfröhrichtfeldern gerahmt. Danach gehen wir an einem Birkenstreifen entlang. An dessen Ende kommt es zu einer für Mensch und Tier gleichermaßen überraschenden Begegnung mit zwei Rehen. Sie schauen uns zunächst erstaunt an, nehmen dann sogleich Reißaus ins nahe Unterholz. Über Wiesen hinweg, die nach Süden einen herrlichen Blick auf die Kampenwand und die Chiemgauer Alpen erlauben, stoßen wir im Ortsteil Seethal auf eine Querstraße (**See-thal**). Der folgen wir nach links und gehen nach wenigen Metern, unmittelbar neben dem **Haus** mit der **Nummer 18**, nach rechts durch eine kleine Senke – das Bett eines früheren Deltaarms der Tiroler Achen. So kommen wir zur 1889 nach dem Vorbild der Felsengrotte von Lourdes errichteten **Fischerkapelle 1**.

Hier wenden wir uns erneut nach links auf die Straße **Baumgarten**. An dem Abzweig mit der Schulbus-haltestelle gehen wir rechts und durchqueren den



*Der Chiemsee verlandet langsam, aber sicher. Vor rund 10.000 Jahren nahm er eine Fläche von rund 300 Quadratkilometern ein, heute nur noch 80 Quadratkilometer. Experten schätzen die noch verbleibende Lebensdauer des Chiemsees auf 7000 bis 8000 Jahre.*



# Auszeitour 1



Hof in Lachsgang



Fischerkapelle



Das Mündungsdelta der Tiroler Achen ist als nahrungsreiche Ruhezone ein wichtiges Rast- und Überwinterungsgebiet für Vögel. Im Sommer halten sich hier 3000 Tiere auf, winters 30.000. Zum Schutz der einzigartigen Lebensräume herrscht in der Kernzone des Naturschutzgebiets Betretungsverbot.

Ortsteil Baumgarten. Wir passieren einige Höfe, darunter die Brennerei Maier sowie ein von der Wilden Rebe fast komplett zugewachsenes Haus. Zum Herbst hin wird es sicherlich ein wunderschönes Bild abgeben, wenn sich sein Blätterkleid scharlachrot bis purpurrot färbt.

Kurz darauf, während in uns noch die Freude über einen mit Tausenden von gelben Früchten behangenen Mirabellenbaum nachklingt, biegen wir an einer Kreuzung links ab und folgen dem Wegweiser Richtung **Beobachtungsturm** und **Nikolauskapelle**. An einem Abzweig unterrichtet eine Informationstafel über das vor uns liegende Wiesenbrütergebiet. Es liegt innerhalb des Naturschutzgebietes Mündung der Tiroler Achen. Hier haben einige Vogelarten wie der Große Brachvogel mit seinem langen gebogenen Schnabel,



## Für die Seele

Das Delta der Tiroler Achen ist eine in Mitteleuropa einzigartige Naturlandschaft. Unsere Wanderung bietet eine seltene Gelegenheit, diese zu erleben.

das Braunkehlchen, der Kiebitz und der Wachtelkönig ihre letzten Rückzugsgebiete gefunden. Alle Besucher werden gebeten, den Weg ganzjährig nicht zu verlassen, woran wir uns natürlich genauestens halten, um die ohnehin gefährdeten Tiere nicht auch noch zu stören und aufzuschrecken.

Weiter geradeaus treffen wir wieder auf jenes Bett eines alten Deltaarms, das wir bereits in Seethal gequert haben. Wir wandern rechts durch den Weiler **Heinrichswinkel**, entlang an Maisfeldern und Streuwiesen mit solitären Bäumen und einigen Scheunen. Linker Hand treffen wir auf eine mächtige Eiche, zu deren Füßen eine Sitzbank steht. Wir legen eine kleine Rast ein, um das fulminante Bergpanorama in vollen Zügen zu genießen. Es herrscht absolute Stille, die Luft ist erfüllt vom angenehmen Duft frisch gemähten Grases.

Wir setzen unseren Weg fort und erreichen den Hof in Lachsgang. Ein Schild weist uns darauf hin, dass wir uns von nun an im **Naturschutzgebiet Mündung der Tiroler Achen** bewegen.

Wir gehen über einen befestigten Kiesweg, der auf beiden Seiten von dichtem Schilf gesäumt ist. Rechts fällt der Blick über die Rispen hinweg auf den Chiemsee, den wir das erste Mal auf unserer Wanderung zu Gesicht bekommen. Auch eine Sandbank sehen wir, auf der wir unzählige kleine weiße und schwarze Tupfer erkennen, die sich als Hunderte von Vögeln entpuppen.

An einem kleinen Auenwald zweigt ein schmaler Weg nach rechts ab. Über ihn erreichen wir den von





## Auszeitour 1

Schilf umgebenen **Beobachtungsturm Lachsgang ②**, den wir über die Holzterrasse betreten. Von der erhöhten Plattform aus haben wir einen einmaligen Blick auf die Westseite des Achendeltas. Mehrere Infotafeln geben Auskunft über den See und seine Vogelwelt. Wir erkennen mehrere Sandbänke, dichten „Urwald“ und jede Menge Wasservögel, darunter Graugänse, Schwäne, Möwen und Kormorane. Da auch ein Fernglas vorhanden ist, können wir die gefiederten Freunde in ihrer Ruhezone gut beobachten. Völlig ungestört putzen sie sich, staksen mit ihren Beinen durchs Wasser und stochern mit ihren Schnäbeln im Schlick nach Nahrung. In einiger Entfernung ragt ein dicker Stamm aus dem Wasser, auf dem ein weißer Reiher ein ausgiebiges Sonnenbad zu nehmen scheint. Faszinierende Vogelwelt!

### Beach Bar Übersee



Wir kehren zurück auf den Weg, der sich von nun an zunehmend verjüngt und nach Norden sehr nah am Ufer entlangführt. Alle paar Meter lädt uns eine Sitzbank zum Verweilen ein und bietet somit weitere Möglichkeiten, das Achendelta, dieses faszinierende Naturjuwel, in Augenschein zu nehmen. Auf der schmalen Landzunge, vom einstigen Deltaarm vorgespült und aufgeschüttet, passieren wir die **Nikolauskapelle ③**, benannt nach dem Patron der Schiffsleute. Sie wurde 1808 erbaut, im Winter 1846/47 von aufbrechendem Eis zerstört und später wiedererrichtet. Sobald wir den äußersten Punkt des Achenzipfs, so heißt dieser Bereich des Schwemmlands, erreicht haben, beschreibt der Weg eine lang gezogene

Linkskurve und führt in gebührendem Abstand zum Uferbereich am Wiesenbrütergebiet vorbei bis zum Gaunerzipf. Wir gehen weiter auf dem Uferweg, der immer wieder Zugänge zum Westufer des Chiemsees



**Beobachtungsturm Lachsgang**



# Auszeitour 1



Das Strandbad Übersee bietet einen 800 Meter langen Naturstrand, ein Strandcafé, zwei Kioske und eine Beach Bar. Man kann Tischtennis, Beachvolleyball, Fußball und Schach spielen, die Kleinen finden einen schattigen Spielplatz vor.

öffnet und herrliche Ausblicke auf die gezackte Silhouette der Kampenwand gewährt. Sodann passieren wir einen öffentlichen Badestrand und später das umzäunte, 40.000 Quadratmeter große Gelände des **Strandbads Übersee 4**.

Unser Uferweg geht in der asphaltierten **Julius-Exter-Promenade** auf, die uns am Hochseilgarten **Übersee 5** und am **Hotel Chiemgauhof** mit der **Sundownerbar 6** vorbeiführt. Außerdem finden wir in diesem Bereich Verleiher von Kajaks und Stand-up-Paddles (SUP) sowie weitere Einkehrmöglichkeiten. So kommen wir zurück zum Hafengelände Feldwies, wo wir gestartet sind. Wir sind uns bewusst, dass der Chiemsee während unserer Tour schon wieder einen Hauch kleiner geworden ist.





Entspannungsfaktor ★★★★★

Genussfaktor ★★★★★

Romantikfaktor ★★★★★



## WIE & WANN:

Wiesenfad, wenig befahrene Straßen, Wirtschaftsweg und befestigter Uferweg; ganzjährig lohnend; im Winter Routenänderung zwischen dem Parkplatz und Seethal empfehlenswert: Zunächst die Seestraße wählen, gegenüber der Autobahnausfahrt Übersee nach links in die Straße Seethal einbiegen

## HIN & WEG:

Auto: Parkplatz P 9, Julius-Exter-Promenade, 83236 Übersee (GPS: 47.840064, 12.480952)  
ÖPNV: Ab Übersee Bf. Bus 9531 bis Dampfersteg (nur Sa., So.); oder ab Traunstein Bf. oder Übersee Bf. Bus 9509 bis Feldwies Abzweig Autobahn, ab dort ca. 700 m Fußweg zum Ausgangspunkt über Greimelstraße, Seestraße

## ESSEN & ENTSPANNEN:

**Sundownerbar** ⑥ Julius-Exter-Promenade 21, 83236 Übersee  
(neben dem Hotel Chiemgauhof), Tel. (0 86 42) 89 87-0, [www.sundownerbar.de](http://www.sundownerbar.de)

### Abseits der Route empfehlenswert:

**Gasthof-Restaurant Sonnenhof**, Seethal 43, 83236 Übersee, Tel. (0 86 42) 68 15,  
[www.sonnenhof-uebersee.de](http://www.sonnenhof-uebersee.de)

**Wirtshaus D'Feldwies**, Greimelstraße 30, 83236 Übersee, Tel. (0 86 42) 59 57 15,  
[www.wirtshaus-feldwies.de](http://www.wirtshaus-feldwies.de)

## ENTDECKEN & ERLEBEN:

**Fischerkapelle** ①

**Beobachtungsturm Lachsgang** ②

**Nikolauskapelle** ③

**Strandbad Übersee** ④ Julius-Exter-Promenade 31, 83236 Übersee, Tel. (0 86 42) 4 46

**Hochseilgarten Übersee** ⑤ Parker Outdoor, Julius-Exter-Promenade 23,  
83236 Übersee am Chiemsee, Tel. (0 86 42) 5 95 56 50, [www.parkeroutdoor.com](http://www.parkeroutdoor.com)