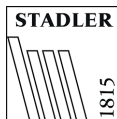


Bodensee- berge

90 Tourentipps – Wanderungen und Anstiege auf die Berge rund um den Bodensee

- ▶ Mehr als 170 Gipfelziele zwischen Hegau, Linzgau, Bodensee, Ostschweiz, Bregenzerwald und Westallgäu
- ▶ Mit allen zertifizierten Premiumwanderwegen der Bodenseeregion



Inhaltsverzeichnis

Informationen zum Gebrauch	4–9
Impressum	256

Zwischen Hegau, Bodensee und Linzgau **10**

■ Homburg und Kirnberg	12
■ Bodanrück und Mühlsberg	14
■ Sipplinger Berg	16
■ »Krebsbachputzer«	18
■ »Aacher Geißbock« – Dornsberg	20
■ Witthoh	22
■ Höwenegg	24
■ Neuheuen – »Stettener Panoramaweg«	26
■ Napoleonseck – »Alter Postweg«	28
■ »Wannenbergtour«	30
■ Mehrtagestour: »Hegauer Vulkan Tour«	32
■ Hewensteig	36
■ Hohentwieler	38
■ »Grenzgänger« – Rauenberg	40
■ »Albertine Steig« – Schienerberg	42
■ Schienerberg (Langenmoos)	44
■ Stammerberg	46
■ Blumberger Pforte	48
■ Randen Überschiebung	52
■ »Bergtour Höchst«	56
■ »Bermatinger Waldwiesen«	60
■ »GuckinsLand« – Gehrenberg	62
■ Heiligenberg (Amalienhöhe)	64

WESTALLGÄU **66**

■ Pfänder und ■ Hirschberg	68
■ Riedholzer Kugel durch den Eistobel	72
■ Schwarzer Grat und Sonneneck	74
■ Nagelfluhgrat – vom Falken zum Hochhäderich	78
■ Nagelfluhgrat – vom Hochgrat zur Rohnehöhe	82
■ Sipplingerkopf	86
■ Renkknie und ■ Feuerstätterkopf	90
■ Piesenkopf	94
■ Riedberger Horn und ■ Besler	96

ALPENRHEINTAL UND BREGENZERWALD **100**

■ Staufen und ■ Bocksberg	102
■ Hohe Kugel über Treiet	104
■ Hochälpelekopf	106
■ Hittisberg	108
■ Winterstaude über Hasenstrick	110
■ Gopfberg	114
■ Mörzelspitze und Alpkopf	116
■ Hoher Freschen von Laterns, ■ Hohe Matona, ■ Gerenfalben	120
■ Damülser Rundtour (über die Blanken zur Sünser Spitze)	126

■ Damülser Mittagsspitze von Mellau	130
■ Kanisfluh-Holenke	132
■ Mehrtagestour über die Blanken und den Dornbirner First	134
■ Mehrtagestour rund um den Hohen Ifen	140

TÖSSTALER BERGE UND TOGGENBURG 146

■ Schauenberg und Röhrlitobel	148
■ Hörnli über Grat	152
■ Schnebelhorn	154
■ Libinger Runde aufs Chrüzegg	156
■ Tweralpispitz und Höchhand	158
■ Wilkethöchi	160
■ Chüemettler	162
■ Speer über Nordwandsteig	164
■ Goggeien	168

Churfirsten 170

■ Leistchamm	172
■ Glatthamm, ■ Nägelisberg, ■ Schären, ■ Wart	174
■ Selun, ■ Frümssel	175
■ Brisi, ■ Zuestoll, ■ Schibenstoll	177
■ Gamserrugg und Hinterrugg	178

APPENZELLERLAND UND ALPSTEIN 180

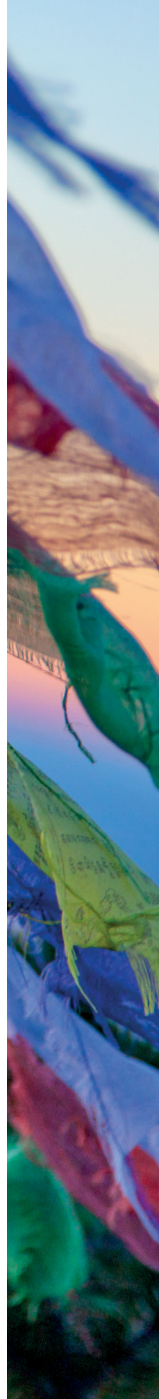
■ Hochhamm	182
■ Hundwiler Höhi	184
■ Gäbris und Sommersberg	186
■ Höch Hirschberg	188
■ Kronberg und ■ Spitzli	192
■ Spicher und Hochalp	194
■ Hinterfallenchopf durchs Ofenloch	196
■ Stockberg und ■ Neuenalpispitz	200
■ Lütispitz	202
■ Schafwisspitz	204
■ Silberplatten	206
■ Wildhuser Schafberg	208
■ Altmann	211
■ Schäfler	212
■ Marwees	216

Säntis 220

■ Säntis von der Schwägalp	222
■ Säntis von der Ebenalp	224
■ Säntis von Wasserauen	226
■ Säntis über den Lisengrat	230
■ Mehrtagestour quer durch den Alpstein	232

FÜRSTENTUM LIECHTENSTEIN 238

■ Fürstensteig und Drei Schwestern	240
■ Schönberg	244
■ Galinakopf	246
■ Naafkopf über den Fürstin-Gina-Weg	248
■ Rappenstein	252



Informationen zum Gebrauch

Alle Touren in diesem Wanderführer sind mit verschiedenen Angaben versehen, um die Wahl der richtigen Wanderung zu erleichtern.

Gehzeiten

Die Gehzeiten orientieren sich an durchschnittlich trainierten Wanderern und basieren auf ca. 350 Hm im Aufstieg, ca. 500 Hm im Abstieg und ca. 4 km Horizontalf Entfernung pro Stunde. Kommen technische Schwierigkeiten hinzu, etwa Klettersteige oder Schneefelder, kann sich die Zeit entsprechend erhöhen. Pausen sind nicht in der Zeitangabe enthalten.

Anforderungen

So unterschiedlich sich die Berge rund um den Bodensee zeigen, so vielfältig sind auch die Anforderungen an ihre Besteigung. Die Palette reicht vom gemütlichen Spaziergang bis zur technisch anspruchsvollen Bergtour. In diesem Führer sind die Wege nach Schwierigkeit farblich markiert. Als Basis dient die Skala für Bergwanderungen des Schweizer Alpen-Clubs, angepasst für Wanderungen am Bodensee:

T1 Wanderwege. Das Gelände ist flach oder leicht geneigt, keine Absturzgefahr. Markierung in der Schweiz: gelb, im Allgäu und in Vorarlberg: gelb-weiß^(*).

T2 Wanderweg mit durchgehender Trasse. Gelände teilweise steil, Absturzgefahr nicht ausgeschlossen. Orientierungsvermögen notwendig. Markierung in der Schweiz: gelb oder weiß-rot-weiß, im Allgäu und in Vorarlberg: gelb-weiß^(*).

T3 Schon mehr Bergtour denn Wande-

rung. Eine Wegspur ist nicht zwingend vorhanden. Wegabschnitte können mit Fixseilen gesichert sein. Exponierte Stellen mit Absturzgefahr, Geröllflächen, weglose Schrofen können vorkommen. Markierung in der Schweiz, im Allgäu und in Vorarlberg: weiß-rot-weiß^(*).

T4 (Hoch)alpine Steige. Eine Wegspur ist nicht mehr zwingend vorhanden, abschnittsweise werden die Hände zum Vorwärtskommen benötigt. Das Gelände ist bereits recht exponiert: heikle Grashalden, Schrofen. Eventuell müssen einfache Firnfelder gequert werden. Leichte Klettersteige. Markierung in der Schweiz, in Bayern und Vorarlberg: weiß-blau-weiß^(*).

T5 Oft weglos. Einzelne einfache Kletterstellen bis I/II (nach UIAA). Exponiert. Anspruchsvolles Gelände mit steilen Schrofen und heiklen Firnfeldern mit Ausrutschgefahr. Wenn markiert, dann in der Schweiz, im Allgäu und in Vorarlberg: weiß-blau-weiß^(*).

Eine zweifarbige Angabe (z.B. **T2**) symbolisiert den Übergang zur nächsthöheren Schwierigkeitsstufe.




^(*)Die Wanderwege in Baden-Württemberg sind nicht in Schwierigkeiten eingeteilt/markiert.

Orientierung – Wo bin ich?

Den in den Karten rot eingezeichneten Wegen (blau sind Alternativstrecken) sind markante oder für die Orientierung wichtige Wegpunkte **1** (z.B. besondere Naturszenen, Gasthäuser, wichtige Wegkreuzungen) im Beschreibungstext



△ Wegweiser der Schweizer Wanderwege am Aescher (Ebenalp).

zugeordnet. Gesicherte Wegabschnitte und Klettersteige sind mit  gekennzeichnet. Die Anfangspunkte der Touren sind mit  signalisiert, Ziele von Streckenwanderungen mit . So lässt sich das Gelesene leicht in die Karte übertragen. Zudem sind diese Wegepunkte auch in den Onlinekarten gesetzt.

Onlinekarten

Alle beschriebenen Touren stehen als digitale Karten online zur Verfügung. Die Links öffnen im Wanderportal von Outdooractive und sind mit aktuellen Bildern, Höhendiagrammen und wichtigen Tourdaten dargestellt. Für alle Touren stehen topografische Karten mit eingezeichneter Route zum Download und Ausdrucken sowie GPX-Daten zur Verfügung. Über den QR-Code an jeder Route kommt man unterwegs einfach und direkt zur jeweiligen Tour mit allen wichtigen Daten zur Orientierung.



Wanderkarten

Ergänzend zu den Onlinekarten empfehlen sich die topografischen Landeskarten der Schweiz, Blätter 5014 (St. Gallen-Appenzell) und 5015 (Toggenburg-Sarganserland), die Freizeitkarten 510, 511 und 530 des LVA Baden-Württemberg und das praktische Kartenset »Vorarlberg« aus dem KOMPASS-Verlag.

Wandersaison

Der Bodensee ist ein Ganzjahreswandergebiet. Liegt zu viel Schnee in den Bergen, wird am See oder im Alpenvorland gewandert. In den hohen Bergen der Ostschweiz, im Westallgäu und im Bregenzerwald ist in der Regel von Mai/Juni bis Oktober/November Wandersaison. Im Hochsommer muss besonders in der zweiten Tageshälfte mit teils starken Gewittern gerechnet werden. Schnee kann es vor allem am Säntis auch im Sommer geben. In den teils steilen Grasbergen kann es bei Regen oder Schneefall schnell heikel werden.

Wetterauskünfte

Für die Schweiz und den Bodensee:

www.srf.ch/meteo

www.meteoschweiz.ch

Für Vorarlberg:

www.vol.at

www.zamg.at

und bei den **Alpenvereinen**:

Deutscher Alpenverein (DAV)

www.alpenverein.de

Alpenwetterauskunft: ☎ +49 89 295070

Österreichischer Alpenverein (ÖAV)

www.alpenverein.com

Regionalvorhersage: ☎ 0900 911566-81

Schweizer Alpen-Club (SAC)

www.sac-cas.ch

Liechtensteiner Alpenverein (LAV)

www.alpenverein.li

Im Notfall

112 ist die europaweit gültige Notrufnummer. In der Schweiz kann die Bergrettung direkt über **1414** erreicht werden. In Österreich ist der Bergrettungsnotruf **140**. Sollte kein Mobilfunkempfang bestehen oder keine Hütte in der Nähe sein, kann das **alpine Notsignal** abgesetzt werden: sechs akustische oder optische Zeichen pro Minute mit jeweils einer Minute Unterbrechung. Die Antwort erfolgt mit drei Signalen pro Minute.

Hütten/Unterkunftshäuser

In den Bergen am Bodensee gibt es eine Vielzahl von Alpenvereinsstütten, privaten Berggasthäusern, Vesperstuben und bewirteten Almen. Für Übernachtungen ist besonders im Hochsommer (auch für Alpenvereinsmitglieder) eine Reservierung empfehlenswert. Zu jeder Tour

▷ Nach dem Aufstehen auf der Alp Mesmer im Alpstein.

▽ Markierung »alpine Route« (blau-weiß) im Alpstein (oben) und Bregenzerwald (unten).





findet sich zumindest eine Auswahl an relevanten Einkehrmöglichkeiten und Unterkunftshäusern an der Wegstrecke. Besonders in der Nebensaison sind Alpenvereinschütten und bewirtete Almen aber oft geschlossen.

Ausrüstungstipps

Je nach Jahreszeit, Wetterprognose und ausgewählter Tour braucht es unterschiedliche Ausrüstungen. Die Wanderungen am Bodensee und in den Voralpen können durchweg mit leichten Wanderschuhen und leichtem Gepäck begangen werden. Trotzdem sollte zumindest genügend Trinkwasser und Regenschutz in den Rucksack, auch wenn man meist genügend Gelegenheiten zum Einkehren und Unterstellen findet.

Für Touren ab Schwierigkeitswert T3 sind feste Bergschuhe mit Profilsohle und eine vollständige Ausrüstung notwendig. Dazu gehört neben der rich-

tigen Bergbekleidung auch Kleidung für Schlechtwettereinbrüche (bewährt hat sich das Zwiebelprinzip: Shirt und Pullover aus atmungsaktivem Material, Faserpelz oder Softshell, wind-, wasserfeste und atmungsaktive Überjacke, Berghose mit Zipp), Ersatzwäsche und genügend Proviant mit mindestens 1-2 Liter Flüssigkeit. Zudem Sonnenschutz (Brille, Hut, Creme, Lippenstift), ein Erste-Hilfe-Set, Taschenmesser, Handy und gegebenenfalls auch Teleskopstöcke. Für die gesicherten Steige dieses Buches (außer am Speer) ist kein Klettersteigset notwendig. Für Kinder kann aber ein Brustgurt mit kurzem Seil im steilen Gelände gute Dienste leisten. Lieber »overdressed« als in Gefahr!

Wer übernachten will, sollte zudem einen Hüttenschlafsack, eine kleine Taschenlampe, leichtes Waschzeug und entsprechend Proviant für die Anzahl der geplanten Tage dabei haben.

▽ Für jeden Zweck die richtige Ausrüstung.





△ Die Seilbahn Bezau bringt Wanderer auf die Niedere, ein hoch gelegener Startpunkt für die Tour zur Winterstaude.

Bergbahnen

Dank zahlreicher Bergbahnen lassen sich viele Touren im Auf- oder Abstieg abkürzen. Folgend sind die Wichtigsten mit Webseite aufgezählt.

Pfänder: www.pfaenderbahn.at

Säntis: www.saentisbahn.ch

Kronberg: www.kronberg.ch

Hoher Kasten: www.hoherkasten.ch

Ebenalp: www.ebenalp.ch

Goldingen: www.atzmaennig.ch

Toggenburg: www.bergbahnentoggenburg.ch für Alp Sellamatt, Iltios, Chäserrugg, Gamsalp, Gamplüt und Selun.

Hochgrat: www.hochgrat.de

Diedamskopf: www.diedamskopf.at

Damüls/Uga und **Mellau/Rosstelle:** www.damuels-mellau.at

Bus, Bahn und Schiff

Rund um den Bodensee kann das Auto eigentlich stehen bleiben. Die Anreise mit Bus und Bahn oder sogar Schiff kann (meist) direkt bis zum Ausgangspunkt erfolgen. Zur Tourenplanung eignen sich vor allem diese Adressen:

Eisenbahnen im Appenzellerland und im Toggenburg: www.appenzellerbahnen.ch und www.sob.ch

Postbus in der Schweiz: www.postbus.ch.

Linienbusse im Bregenzerwald und im Alpenrheintal: www.vmobil.at, im Linzgau: www.bodo.de und im Hegau: www.vhb-info.de

Schiffe auf dem Bodensee:

www.cms-schiffahrt.de,

www.bsb-online.com,

www.bodensee-personenschiffahrt.de





Zwischen Hegau, Bodensee und Linzgau

Am Bodensee sind in den letzten Jahren einige der besten Premiumwanderwege Deutschlands entstanden. Neben der schönen Landschaft und der reichen Kultur fasziniert auf fast allen Wanderungen die phänomenale Weitsicht über den Bodensee bis zu den Alpen. Diese »modernen Wanderwege«, zertifiziert vom Deutschen Wanderinstitut, zeichnen sich durch einen hohen Erlebnisfaktor, naturnahe Wegverläufe und optimierte Infrastruktur aus. Ein intensives Natur- und Kulturerlebnis ist wichtiger als das Ziel. Es lassen sich aber auch viele lohnende Wanderungen ohne Zertifikat finden.

»Hegauer Kegelspiel«

Zehn Premiumwanderwege ziehen aktuell durch die von Feuer, Wasser und Eis geformte Vulkanlandschaft am westlichen Bodensee. Sie führen durch den höchsten Weinberg Deutschlands zur größten Festungsrueine, erklimmen markante Einzelvulkane oder schleichen durch romantische Bachtäler.

»Bodensee LandGänge«

Drei Premiumwanderwege am nördlichen Bodensee führen durch den Linzgau. Herrliche Waldwege und panoramareiche Wiesenpfade ziehen rund um den Gehrenberg, bis auf den Höchsten und durch die Bermatinger Waldwiesen. Wunderbare Plätze laden zum Ausspannen, Hinsetzen, Durchatmen, Augenschließen und Den-Geräuschen-der-Natur-Lauschen ein.

◀ Unterwegs am Schienerberg mit Blick auf Radolfzell und den Untersee.



T1 Über den Kirnberg zur Homburg

Auf den Wegen der Homburg kann man selbst an schönen Tagen noch einigermaßen alleine wandern und die Fernsicht von der Schildmauer der gleichnamigen Burgruine genießen.

Für den leichten Rückweg mit dem Nahverkehrszug »Seehäse« beginnt die Wanderung am **S** Bahnhof in Nenzingen. Zum Warmwerden wandert man den gelben Wanderwegmarkierungen folgend durch den Wald Bannholz ins benachbarte Orsingen, durchquert den Teilort der Doppelgemeinde und unterquert kurz darauf die A 98. So langsam darf man sich bereit machen für die Himmelsleiter. Vom Wanderparkplatz mit Grillplatz und Walderlebnispfad am Waldrand **1** führt eine lange Holztreppe überraschend steil in die Höhe. Oben angekommen, steigt man weiter bis zur folgenden Wegekreuzung und geht

dort (ohne Markierung) geradeaus weiter über den höchsten Punkt des Kirnbergs **2** hinweg zur nächsten querenden Forststraße. Hier findet man wieder gelbe Markierungen, hält sich links und wandert allmählich, an Höhe verlierend, zum Parkplatz Kirnberg **3**. Die Fortsetzung der Wanderung folgt dem die verstreut liegenden Homburghöfe verbindenden Asphaltsträßchen bis zu den Schlosshöfen, wo der Zugangsweg zur Burgruine Homburg abzweigt. Wer mag, kann ab der Homburger Kapelle noch einen Schlenker auf unmarkierten Forstwegen über den bewaldeten Rossberg **4** einlegen.



▲ Kirnberg (632 m)
Rossberg (640 m)
Homburg (635 m)

📍 **Start:** Nenzingen (Bahnhof)
🏠 **Ziel:** Radolfzell-Stahringen (Bahnhof)

Gehzeiten

>> Nenzingen – Kirnberg: 2.00 Std.
>> Kirnberg – Homburg: 1.45 Std.
<< Homburg – Stahringen: 0.30 Std.

🕒 **Anforderungen (ca. 300 Hm, 14,5 km, ca. 4.15 Std.)**
Sowohl der Aufstieg über die Himmelsleiter auf den Kirnberg als auch der Abstieg von der Homburg nach Stahringen gehen ordentlich in die Knie. Dazwischen wandert man auf Forstwegen und wenig befahrenen Nebensträßchen.

🍷 **Einkehrmöglichkeiten**
Direkt am Weg keine; Grillplätze am Wanderparkplatz Himmelsleiter und am Wanderparkplatz Kirnberg.



△ Phänomenale Rundumsicht als krönender Abschluss. Von der Schildmauer der Homburg fällt der Blick auf den Hegau sowie über Radolfzell und den Untersee zu den Alpen.

Die Geschichte der Burg der Herren von Homburg ⑤, einst Ministerialen des Konstanzer Bischofs, lässt sich bis ins 11. Jahrhundert zurückverfolgen. 1499 wurde die Burg während des Schweizer Kriegs ausgeraubt und niedergebrannt, anschließend jedoch vergrößert wieder errichtet. Zwischen 1565 und 1614 war die Burg rund 50 Jahre im Besitz der Herren von Bodman, ehe sie samt Stahringen an das Kloster St. Gallen fiel. 1642, gegen Ende des Dreißigjährigen Krieges, wurde die Homburg durch württembergische Truppen vom Hohentwiel zerstört. Seitdem stehen nur noch Ruinen. Der Abstieg nach Stahringen erfolgt über den als Homburg-Steig ausgeschilderten Pfad durch den Hangwald der Homburg hinab nach Stahringen und durch den Ort zum Bahnhof ⑤.

