

das AH & OH im allgäu

Das **Oberallgäu** macht es einem nicht leicht. Auf ein überschwängliches **Ah** folgt garantiert ein ernüchtertes **Oh**. Denn die Trails sind mal flowig, mal garstig, die Anstiege mal moderat, dann wieder sausteil. *Für E-Mountainbiker im Prinzip ein Traumterrain*, vorausgesetzt, man weiß, wo es langgeht.



e

Er haue gerade auf Zaunpfähle ein, schreibt Max die Woche vor unserer geplanten Allgäu-Erkundung. Ich zucke zusammen. Das macht er nicht wirklich?!

Klar, er hatte schon berichtet, wie es ihn nerve, dass sich ihm auf jeder Tour gefühlt hundert Gatter und Zäune in den Weg stellen. Max Schumann ist Profi-Biker und Weltenbummler. Er ist daran gewöhnt, sein Rad auch mal schultern zu müssen, ob auf Abenteuer-Trip in Nordkorea oder auf der Hausrunde in seiner Allgäuer Wahlheimat. Doch als E-Mountainbike-Frischling macht Max der Gewichtszuwachs zu schaffen. Aber deshalb gleich Zäune zusammenhauen? „Wieso?“, antwortet er. Es mache ihm Spaß, und er helfe gerne. Es wird noch einige WhatsApps brauchen, bis sich die Lage klärt: Max reißt die Zäune nicht ein – er stellt sie auf ...

Die Sache mit dem Allgäu ist die: Es macht einem nichts einfach. Im Allgäu folgt auf ein überschwängliches, langgestrecktes Ah garantiert ein ernüchtertes, stumpfes Oh (und für uns Biker auch manchmal ein Aua). Einen Haken gibt es hier immer. Die südlichste Spitze Deutschlands lässt sich nicht weichzeichnen oder schönkämmen. Sie ist schroff, und sie ist ehrlich. Die spektakuläre alpine Landschaft bringt steile Anstiege und blockige, bockige Trails mit sich. Wer sich an den vielen Alphütten erfreut, der muss als E-Mountainbiker bedenken, dass die meisten davon ohne Strom auskommen. Und wer sich an dem hübschen Braunvieh weidet, der muss sich mit den Fladen an den Waden (und Wangen) und den vielen Zäunen im Weg arrangieren.

Als wir die Woche darauf an der warmen, 300 Jahre alten Holzwand der Gschwendner Alpe lehnen und auf den Kaiserschmarrn warten, poppt das Missverständnis wieder auf. Max schwenkt seinen Arm stolz über die von ihm frisch eingezäunte Weidefläche. Seine Freundin Ines Thoma ist nicht nur eine der weltbesten Enduristinnen, sondern auch die beste Freundin von Hüttenwirtin Laila. Während Max das Jungvieh im Zaum hält, hilft Ines ab und an als Bedienung aus. Wie gerufen tritt sie aus der urigen Alpe und platziert Käskuchen und Kaiserschmarrn vor genau den richtigen Leuten: vor uns.

Die feinen Speisen haben wir uns ernsthaft verdient. Die Runde, die sich Ines und Max zum Auftakt rausgepickt haben, ist exemplarisch für das Allgäu: ein genüsslicher Auftakt durch Wald und über Wiesen mit sanften Anstiegen und schmalen Trails. Der Wirt der Rothenbrunn Alpe bei Immenstadt grüßt fröhlich, sein Gatter hat er mit einer biker-freundlichen Lücke gerüstet. Kaum sind wir hindurchgeschlüpft, grüßt uns ein Hund schnüffelnd und schwanzwedelnd, während sein Frauchen uns auf dem spaßigen Pfad höflich durchwinkt. Ah!



Max und Ines haben gut Lachen. Die beiden alten BIKE-HASEN entdecken als E-MTB-Frischlinge das Oberallgäu neu. Frisch ist auch der **KAISERSCHMARRN** auf der alten Alpe Gschwenderberg.



Das Oh folgt dann am Friedhof, am Rand von Immenstadt. So hoch ist das Immenstädter Horn gar nicht, es knackt nicht einmal die 1500 Meter. „Aber es ist,“ grinst Ines, „wie fast alles im Oberallgäu steil bis sausteil.“ Auf das Steigbachtal trifft eher letzteres zu. Selbst mit Motorunterstützung rücken wir nach vorne und lehnen uns gen Lenker. 700 Höhenmeter konstante Kletterei, gespickt mit 25-prozentigen Steigungen. Für Ines war das früher Traumtrainingsgelände. Damals, als sie als erfolgreiche CC-Fahrerin noch Rampen liebte, die die Oberschenkel zum Zucken und die Lungen nach Pfeifen bringen. Die 30-jährige nickt und schüttelt den Kopf gleichzeitig. „Das waren noch Zeiten ...“ Über die Jahre hat sie mehr und mehr Gefallen am Bergab gewonnen. Heute bevorzugt sie ein „Höhenmeter-Tiefenmeter-Verhältnis von 1:2 oder besser 1:3“. Das ist allerdings eine Rechnung, die ohne Shuttle nur schwer aufgeht. Aber mit dem E-MTB lässt sich nun sowieso alles ganz anders kalkulieren. Jetzt geht es für Ines darum, die Sache mit dem Balkenhaushalten zu perfektionieren.

Gut 800 Höhenmeter haben wir durchgetreten, als der Wald sich öffnet und unseren Horizont erweitert. Das Hochplateau auf der Rückseite des Gschwender Horns gibt den Blick frei auf die Nagelfluh-Berge. Hübsche Alpen sprenkeln sich auf die sattgrünen Wiesen, an denen die schönste Kuhrasse der Welt, das Allgäuer Braunvieh, gelassen rupft. Bilderbuchidyllischer geht es wohl kaum, vor allem auch, weil sich in diesem Landstrich ein sanfter Wiesen-Trail legt. Doch das Allgäu wäre nicht das Allgäu, würde der flowige Pfad ewig so dahingehen. Die Steinchen wachsen sich zu Brocken aus, die Wurzeln bäumen sich zu Toren auf, durch die man eine kleine Sau treiben könnte. Der Leib wird geschüttelt, der Federweg ausgereizt, das E-MTB-Gewicht schiebt – und man selbst auch das eine oder andere Mal. Ines und Max sind jauchzend im Wald verschwunden. Man schließt aber easy wieder zu ihnen auf – Gatter sei Dank.

Dann liegt sie vor uns, die Gschwender Alpe. Braungebrannt ruht sie hier seit über drei Jahrhunderten auf der weiten Weide und denkt sich nix. Unten im Tal strahlt der Alpsee, der größte Natursee des Allgäus. Eine Landschaft zum Hineinlegen und eine Alpe zum Einkehren. Ines versichert einmal mehr, dass es hier „die schönsten Kühe und die süßesten walisischen Schwarznasenschafe gibt – und Hennen für die Eier“. Die Eirer landen im Kaiserschmarrn, den niemand anders als die Chefin selbst zubereiten darf.

Laila hat einiges zu tun heute. Ines verschwindet, um sie zu unterstützen, während Max seine Wahlheimat sehr passend charakterisiert: „Ich mag einfach, dass du hier noch viele Originale findest. Hier ist eben nicht alles auf Hochglanz poliert.“ Er hat recht. Mal abgesehen von den Hot Spots mit ihren Kulissen – man denke nur an Neuschwanstein! – ist das Allgäu sehr ursprünglich. Abseits der touristischen Zentren und speziell der Aufstiegsanlagen, sitzen auf den Hütten mehr Einheimische als Auswärtige. Die Ortschaften sind auch in den Zwischensaisons nicht ausgestorben. Das Allgäu inszeniert sich nicht. So muss man es nehmen, wie es kommt, mit all seinen harten und all seinen schönen Seiten. Eine sehr schöne Seite ist übrigens der Kaiserschmarrn auf der Gschwender Alpe.

„Direkt unangenehm ist es ja nicht, das E-Biken“, stellt Max am nächsten Tag fest. Die Forststraße hinauf zum Ofterschwanger Horn führt so idyllisch wie knackig durch den Wald. Max spielt ein wenig herum mit den Unterstützungsstufen. Ines drückt die Rampen im Eco-Modus und mahnt zur Sparsamkeit: Es werden rund 1500 Höhenmeter zusammenkommen heute, und Lademöglichkeiten gebe es erst, wenn es schon zu spät sein könne. Das Allgäu schafft es schnell, den Puls nach oben zu treiben.



Kuh-Knigge

Im Allgäu prägt das Braunvieh die Landschaft. Den Tieren gegenüber ist eine gewisse Vorsicht geboten – aus Rücksicht auf die Tiere und zur Sicherheit für einen selbst. Das heißt:

- ✘ Die Tiere nicht durch laute Geräusche und schnelle Bewegungen aufschrecken. Wenn Ihr eine Weide mit Kühen quert, absteigen und schieben.
- ✘ Haltet stets ausreichend Abstand. Die Bikes nicht durch die Herde oder zu dicht an den Kühen vorbeischieben, sondern weiträumig und ruhig umgehen.
- ✘ Nicht streicheln. Vor allem nicht Kälber! Muttertiere können schützend reagieren und auf Euch losgehen.





Sie wollen nur spielen: Ines und Max beim Surfen durch die heimische Baumwelt. Aber Obacht: Der Bildstöckle-Trail ist eine Ausnahme, denn die meisten Pfade sind auch von Wanderern frequentiert und erfordern seitens der Biker entsprechende Rücksicht.

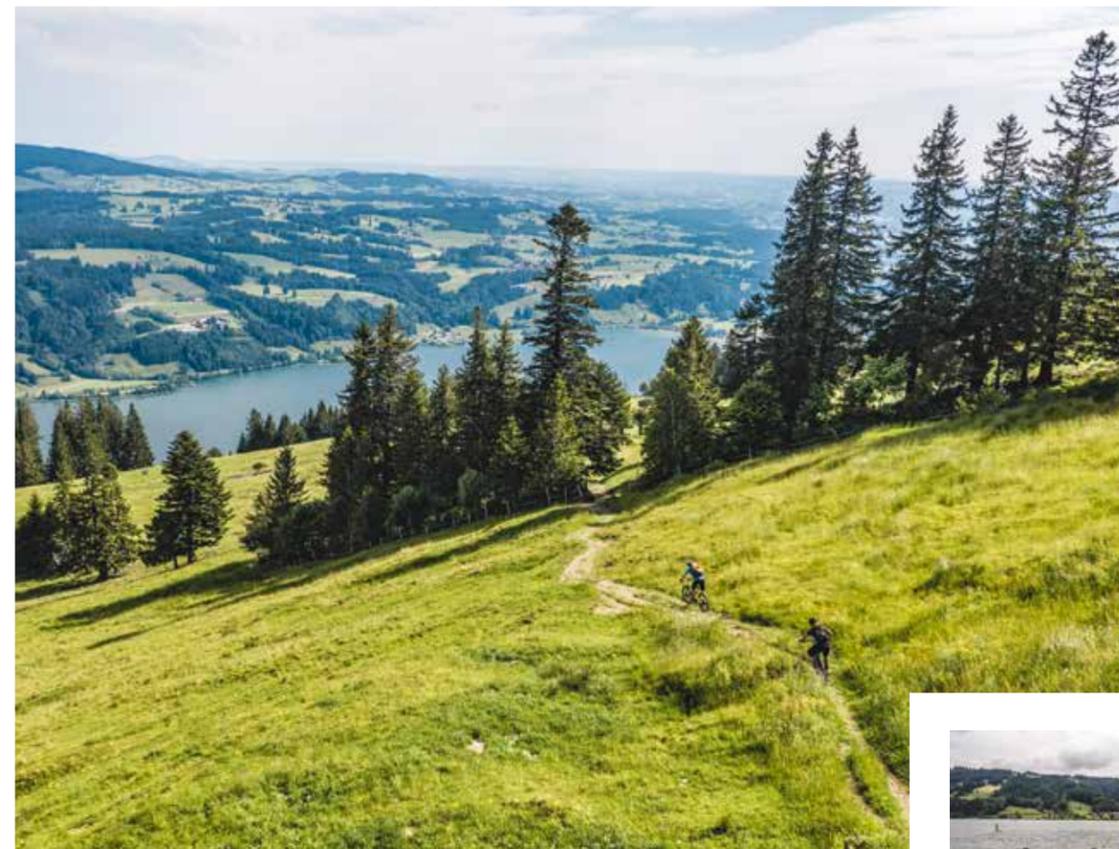
Wie Ines hat auch Max ganz frisch das E-MTB für sich entdeckt. Sein Sponsor Santa Cruz hat diese Saison sein erstes E-MTB auf den Markt gebracht, und nun erkundet Max Neuland. Der 32-jährige ist einer der entspanntesten Typen der deutschen Bike-Szene, aber auch einer der neugierigsten und abenteuerhungrigsten. Er stammt ursprünglich aus Aachen, wo die Hügel selten über 300 Meter klettern. Aber mit dem BMX tricksen wie die anderen, das interessierte ihn nicht recht. „Da kommst du ja nicht von der Stelle. Und ich wollte doch Dinge sehen.“ Schon als Teenie begab er sich auf Trail-Jagd, probierte jeden Weg aus, schleppte sich aus Sackgassen wieder zurück, nur um den nächsten Abzweig zu probieren. Zum Studium kam er nach München und für Ines 2013 ins Allgäu. Früher fuhr Max recht erfolgreich Enduro-Rennen, aber ihm fehlte der Ehrgeiz. „Das Drumrum, die Länder und Landschaften haben mich mehr interessiert als die Rennen. Erlebnis vor Ergebnis.“

Heute begleitet er Ines so oft es geht auf der Enduro World Series. 150 Tage im Jahr sind sie unterwegs – 2020 werden es deutlich weniger sein. Ein Virus zeigt uns unsere Grenzen auf. Dank Corona sind die beiden vermehrt in der Heimat unterwegs – und das vermehrt mit E-MTB. Ines räumt ein: „Ich hätte nie gedacht, dass es mir so viel Spaß macht, aber es ist perfekt. Wir sind ja recht erkundungslustig, und mit Motor kannst du tief in die Täler fahren und nach neuen Strecken suchen – und viel Bike & Hike machen wir auch.“

Oben am Ofterschwanger Bergrücken angekommen reicht der Blick tief in die Allgäuer Alpen hinein. Die bestehen größtenteils aus

„Sturköpfen, Hörnle und Hörnern“, wie Ines zusammenfasst. Gegenüber steigert es sich vom Sonnenkopf über den Schnippenkopf zum Entschenkopf und vom soften Sonthofener Hörnle zu den stattlichen Rubi-, Nebel- und Fellhörnern. „Jedes Tal,“ meint Max, „hat hier seinen eigenen Charakter. Jeder Bergrücken, jeder Gipfel sieht anders aus. Und ich mag es, wenn es steil und schroff aufsteigt. Wenn mit dem Rad Schluss ist, dann steigst du einfach zu Fuß weiter auf.“

Für uns geht es aber erst einmal bergab und das auf einem traumhaften, komplett zaunfreien Trail bis ins einsame Ostertal. Max schaltet den Motor aus, „um die Kühe besser bimmeln zu hören“ – wir wissen, er muss sparen. Der Anstieg zur Höllritzer Alpe ist nämlich nicht nur steil, sondern teilweise auch schön verblockt. Mit dem Bike macht er null Spaß, mit dem E-MTB sehr viel. Max grinst: „Wie gesagt, direkt unangenehm ist es ja nicht, das E-Biken.“ Uns wird der Saft nicht ausgehen. Er reicht noch auf die Alpe, der Motor trägt uns weiter über ein wunderschönes Hochmoor und über einen grandiosen Panorama-Trail mit Blick auf den Grünten, den Wächter des Allgäus. Er schiebt uns auch unten im Gunzesriedertal nochmals den Gegenhang bergan, wo ein zapfiger Pfad wartet. Zurück in Sonthofen verschwindet der letzte Balken. Perfekt gehaushaltet! Eins sollte hier jedem E-Mountainbiker klar sein: Abschalten kann man im Oberallgäu erst am Ende der Tour.



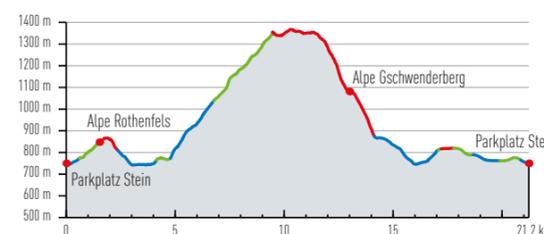
Auch wenn das nächste Gatter nicht lange auf sich warten lassen wird, der Trail von der Gschwender Alpe zum Alpsee entlockt einige Jauchzer – weitere folgen dann beim Eintauchen in den größten Natursee des Allgäus. Der verspricht eine frische Abkühlung, leckere Einkehrmöglichkeiten oder ein entspannendes Ausgleichstraining auf dem SUP.



1

ZUR ALPE GSCHWENDERBERG

Die Tour führt steil hinauf in die Hörnerwelt zwischen dem Immenstädter Hausberg namens Mittag und dem Alpsee. Unterhalb der Burgruine von Stein taucht man schnell ab in ein Wäldchen. Auf Forstwegen und Trails geht es vorbei an der idyllisch gelegenen Alpe Rothenfels (bewirtschaftet und biker-freundlich), durch die älteste Stadt des Oberallgäus hindurch und über einen netten Weg zum Friedhof. Ab jetzt geht es durchgehend für etwa 700 Höhenmeter bergauf. Die steile Rampe zum Auftakt lässt schon erahnen, was einem bevorsteht.



— Straße — Radweg — Schotter — Waldweg — Trail

TOUR-DATEN
Distanz 21,2 km
Bergauf 894 hm
Fahrzeit netto 2:00 h

BEDARF
Fahrtechnik schwer
Kondition mittel
Akku 1 x 500 Wh

Berühmt-berüchtigt ist der Weg als Trainingsstrecke für ambitionierte Transalp-Fahrer – aber mit dem E-MTB wandelt sich die Schinderei in strammen Spaß.

Oben auf dem Hochplateau angekommen öffnet sich der Blick ins Westallgäu und den Naturpark Nagelfluhkette. Hier beginnt der Trail hinab zur Alpe Gschwenderberg: Er startet wunderschön über Wiesen, wird dann aber schwerer und schwerer mit mächtigem Wurzelwerk und groben Steinbrocken. Durschschnaufen und Arme ausschütteln kann man dann auf der malerisch gelegenen Alpe. Der abschließende Trail beginnt wieder entspannt, wird zum Finale aber nochmals ein wenig ruppig und feucht. Vom Weiler Gschwend rollt man in einem Auf und Ab zurück nach Stein.



Auf und über Stock und Stöckle geht es häufig im Oberallgäu. Hier das Bildstöckle oberhalb von Sonthofen. Nach dem steilen Grünten (rechts nicht mehr im Bild) ein entspannter Gipfel – aber bei den Locals ein besonders beliebter, denn er hält den abwechslungs- und spaßreichen Bildstöckle-Trail (unten) bereit.



2

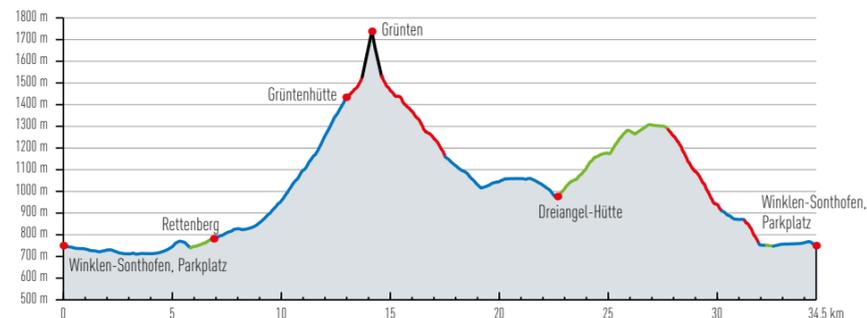
GRÜNTEN: DIE WÄCHTER-TOUR

Der Grünten bildet den Auftakt zu den Allgäuer Alpen und reckt sich vor Sonthofen so prominent empor, dass man ihn den Wächter des Allgäus getauft hat. Dabei ist er mit seinen 1738 Metern gar nicht so hoch und dank Sendemast auch gar nicht so schön – aber durchaus ein besonderer Charakter. Steil hinauf geht es vorbei an der Bernardi-Brauerei über die Alpe Kameregg auf viel Asphalt bis zur Grünthütte. Dann wechselt es in einen groben, verblockten Weg schnurstracks Richtung Gipfel. Man fährt, so weit es eben geht und lässt dann die E-MTBs stehen, um zu Fuß die letzten 100–150 Höhenmeter zum Gipfel aufzusteigen. Der alleinstehende Grünten präsentiert ein wirklich gewaltiges 360°-Panorama: weit hinein ins Flachland, hinüber bis zum Säntis in der Schweiz und über die Allgäuer Alpen hinweg bis zum Zugspitzmassiv.

TOUR-DATEN
Distanz 20,4 km
Bergauf 1526 hm
Fahrzeit & Hike
netto 3:00 h

BEDARF
Fahrtechnik schwer
Kondition mittel
Akku 1 x 500 Wh

Hinter der Grünthütte zirkelt ein feiner Trail hinab Richtung Südwesten und Starzlachklamm. Über eine Forststraße geht es entspannt zur Dreieckshütte. Hier heißt es, erst einkehren, dann abzweigen und nochmals bergauf zum Bildstöckle. Dort wartet schließlich einer der Allgäuer Trail-Klassiker schlechthin: Der namensgleiche Bildstöckle-Trail geht mal flowig, häufig wurzelig, so ziemlich durchgehend spaßig zurück bis nach Sonthofen.



— Straße — Radweg — Schotter — Waldweg — Trail

3

SCHWARZER GRAT

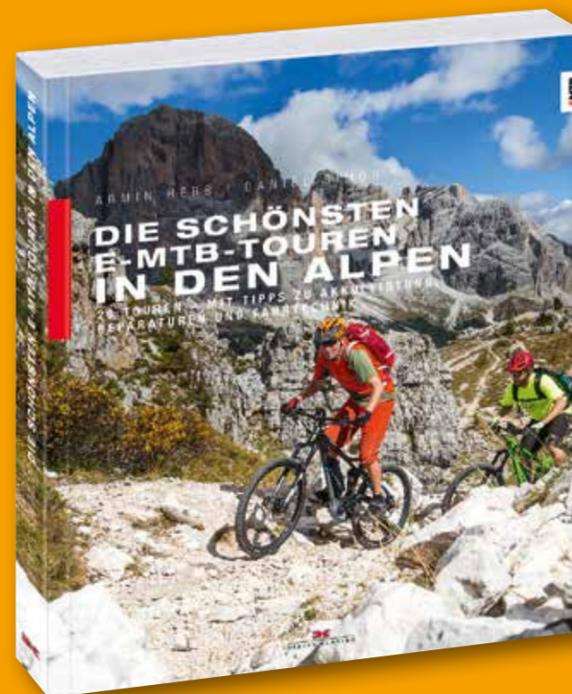
Auch wenn der Vergleich im Allgäu einen Aufschrei hervorrufen mag, aber die Voralpenhügel zwischen Immenstadt und Kempten haben Mittelgebirgscharakter. Weniger steil geht es hier auf weniger hohe Berge. So muss man etwas schmunzeln, wenn man auf dieser Runde mit dem Schwarzen Grat auf 1118 Meter den höchsten Punkt Württembergs erklimmt. Zwischen Isny und Buchenberg bikt man nämlich von einem Bundesland ins nächste. Wer aus dem Schwäbischen kommt, startet in Isny. Wer von der bayerischen Seite einsteigen möchte, kann das am Eschacher Weiher. Auf dem Höhenrücken Adelegg geht es durch dichten Wald bis zum Schwarzen Grat. Nach dem Wurzelpfad hat man ab der Wenger Alpe (Einkehr!) und vor allem auch am Eschacher Weiher eine sensationelle Aussicht. Über Wiesenwege und Pfade geht es nach Wengen und weiter über Schotter auf den Sonneck-Grat. Zur Altrauchburg führt ein steiler, teils technischer Trail. Nach Isny geht es dann auf Asphalt.

TOUR-DATEN
Distanz 52,6 km
Bergauf 1293 hm
Fahrzeit netto 4:00 h

TECHNIK
Fahrtechnik mittel
Kondition mittel
Akku 1 x 500 Wh



VOLLE LADUNG ALPEN



Bike-Touren, die nur mit Training möglich waren, sind mit dem E-MTB nun auch für Gelegenheitsfahrer realisierbar: Über gut fahrbare Almwege sowie sanfte Trails führen die Touren durch grandiose Berglandschaft zu urigen Hütten und Berggasthöfen. Tipps zu Bike-Verleih und Hotels, Akkuleistung, Ausrüstung und Fahrtechnik, GPS-Daten und Roadbooks zum Nachfahren sowie Übersichtskarten und Höhenprofile.

€ 29,90 [D] • ISBN 978-3-667-10927-9

REVIER-GUIDE ALLGÄU



LINKS: Man sieht sich! Auf den Bildstöcke-Trail oberhalb von Sonthofen verirren sich selten Wanderer, dafür umso mehr Locals. Und mehr und mehr von ihnen sind auf dem E-Mountainbike unterwegs – so wie Ines und Max.

UNTEN: Die Bike & Hike-Runde auf dem Grünen wartet auf mit zwei soliden Anstiegen, zwei feinen Trails und zwei hervorragenden Einkehren. Entsprechend strahlt Max beim finalen Cappuccino in der Rösterei Beans in Sonthofens Fußgängerzone.



Deutschlands Südspitze

Das Oberallgäu schiebt sich als Keil zwischen Tirol und Vorarlberg. Für Biker besonders geeignet sind die vorgelagerten Hörner und Köpfe zwischen Immenstadt und Sonthofen, ebenso das Hügelland weiter nördlich.



Einkehr am Berg & im Tal

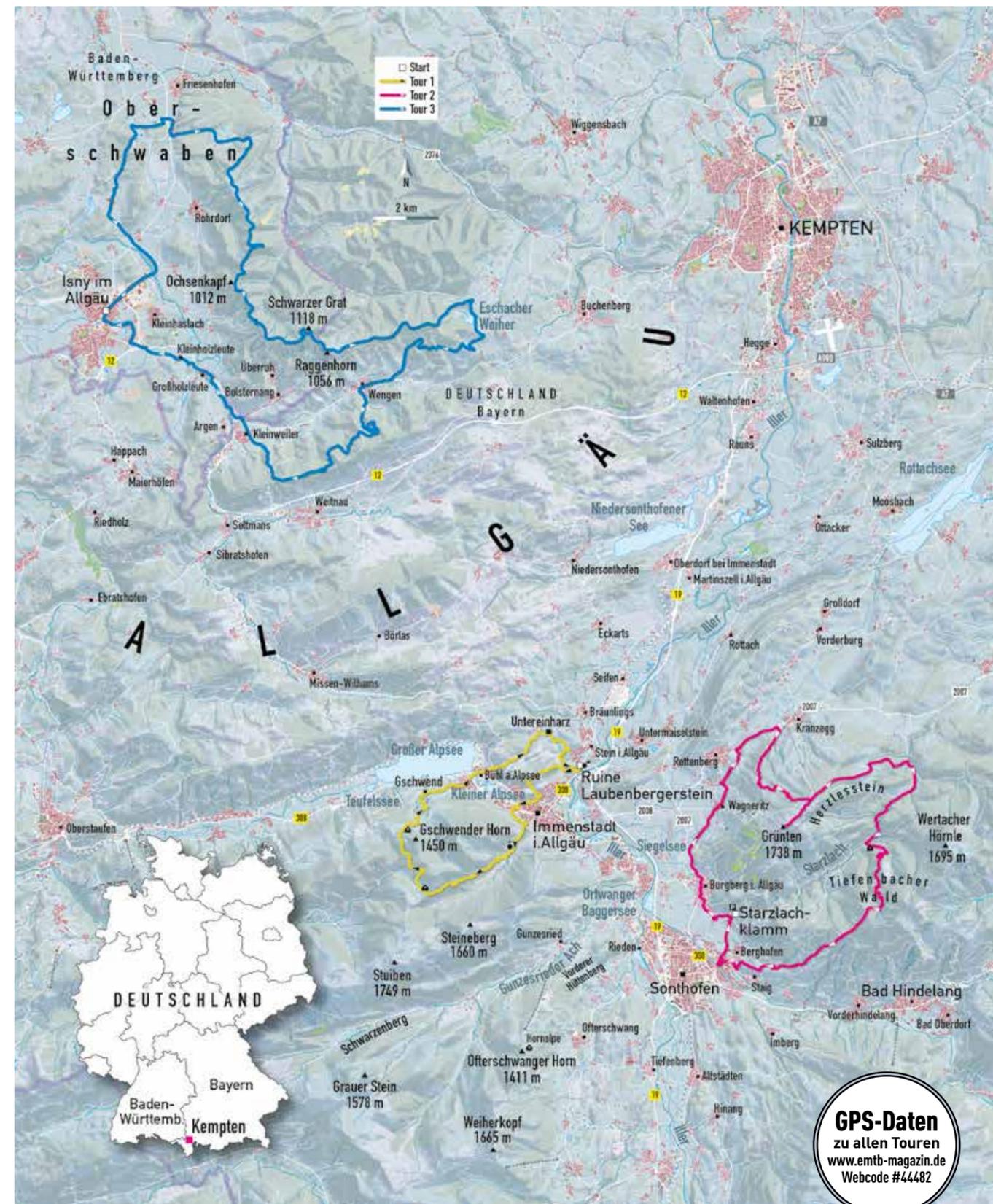
✘ Oberhalb des Alpsees liegt eine der schönsten Alpen des Allgäus, die Alpe Gschwenderberg. Die Getränke holt man sich selbst aus der Brunnenschänke, die Brotzeiten, Kuchen und den Kaiserschmarrn bekommt man serviert. alpegschwenderberg.de
 ✘ Die Macher vom Schiff sind Biker und Gastgeber mit Seele (und mit Faible fürs Meer). Man isst im Restaurant oder auf der Sonnenterrasse, trinkt an der Bar und schläft in 30 (selbst gebauten) Gästebetten. Illerstraße 26, 87544 Bihlerdorf. zumschiff.com
 ✘ Mitten in der Fußgängerzone von Sonthofen hat der junge Bäckermeister Lukas Galeta ganz frisch seinen Traum einer eigenen Rösterei (samt Café) realisiert. Beans Café & Rösterei, Hochstraße 9, 87527 Sonthofen. beans-roesterei.de

Übernachtung

Im EXPLORER-SPORTHOTEL bekommt das Bike seinen eigenen Spind im Eingangsbereich, wo es auch eine Werkbank samt Tools gibt. explorer-hotels.com
 Die OBERE MÜHLE liegt versteckt am Einstieg zum Hintersteiner Tal. Neben der Bio-Käserei und dem urigen Gasthaus kann man in individuellen Ferienwohnungen nächtigen. obere-muehle.de

Bike-Guiding

Nicki und Vossy von der BPI Bikeschool bieten E-MTB-Kurse und Touren mit Lerneffekt und Spaßgarantie. Blumenstraße 13, 87527 Sonthofen, 0177/5265819. bpi-bikeschool.de



Karte: infochart

GPS-Daten
zu allen Touren
www.emtb-magazin.de
Webcode #44482