

VOM BODENSEE ZUM ZÜRICHSEE

KAFFEEFAHRT

Von Ufer zu Ufer fahren Schiffe. Und Mountainbiker. Zwischen dem Bodensee und dem Zürichsee eine exzellente Marathon-Strecke mit umwerfendem Panorama. Besonders reizvoll ist die Route, wenn man sie in zwei Tagen in Angriff nimmt.





höheren Lagen verleiht der Kulisse eine besondere Note. Auf dem Gupf hat nun auch der Gasthof geöffnet – Kaffeepause Nummer zwei kommt zum Zug.

Einen Cappuccino später nimmt das Auf und Ab seine Fortsetzung, wir erreichen Ortschaften wie Rehetobel, Trogen, Bühler und schliesslich das Bilderbuch-Städtchen Appenzell. Es vergeht dabei kein Meter, ohne dass die Felsflanken des Säntis über uns ragen. Warum bloss haben die Japaner, Inder oder Chinesen diese Ecke der Schweiz noch nicht für ihre Europa-Schnellbleiche entdeckt? Appenzell ist eine Art kitschiges Heimatmuseum in Echtgrösse. Eigentlich perfekt für Nostalgie-Romantiker, wie sie viele der Weither-

gereisten sind. Die Platzhirsche in Appenzell sind bis heute aber deutschsprachige Senioren. Mit Reisebussen werden sie auf Kaffeefahrten hergekartt und spazieren in Heerscharen durch den Dorfkern. Wir ergreifen die Flucht und verabschieden uns in Richtung der Hundwiler Höhi, dem heutigen Tagesziel. Den erhofften Kaffee-Stopp lassen wir sausen.

Das Strässchen windet sich den Berg hoch, vorbei an prächtigen Bauernhöfen mit den typischen Appenzeller Malereien an den Fassaden. Der Aufstieg geht schliesslich über in einen Forstweg, wird immer steiler, und die letzten Meter werden wir gar zu einer kurzen Schiebepassage benötigt.

Noch steht die Frühsommersonne hoch am Himmel – perfekt für die nächste und vorerst letzte Kaffeepause. Jetzt lassen wir es erst mal gemütlich angehen. Auf der Hundwiler Höhi ist die heutige Etappe geschafft. Das einfache Berghaus dient nach Sonnenuntergang als Nachtlager. Wenn immer möglich suchen wir während mehrtägigen Touren ein Bett hoch oben auf einem Berg. Denn die Abend- und Morgenstunden haben in der Höhe ihren besonderen Reiz. Das gilt speziell für die Hundwiler Höhi, welcher der Säntis genau gegenüber liegt. Der Berg hat uns den ganzen Tag je nach Perspektive einen anderen Charakter gezeigt. Am Morgen hat er aus der Ferne noch

eine majestätische Figur abgegeben. Jetzt wirkt er aus der Nähe fast bedrohlich. Die senkrechten Felstürme wirken unbezwingbar. Wie eine überdimensionierte Troitzburg ragt er aus der lieblich hügeligen Wald- und Wiesenlandschaft. Als wolle er die hiesige Idylle vor Gefahren hinter seinem Rücken schützen – vor den Österreichern vielleicht.

Aufstieg-Abfahrts-Gesetz

Der zweite Tag der Ostschweiz-Durchquerung steht an. Ein Blick auf die Karte verrät, dass heute der Singletail-Anteil wesentlich höher sein wird. Gleich die ersten Meter bringen dies zum Ausdruck. Durch einen doppelten Espresso gestärkt,

geht es in die Abfahrt nach Urnäsch. Wer hier schlaftrunken in den Trail steuert, liegt schneller im Blumenmeer, als ihm lieb ist. Nicht selten führen Routen in dieser Region unbefestigt über eine Wiese. Nur ein paar Wegmarkierungen bestätigen, dass man richtig unterwegs ist. Uns plagt das schlechte Gewissen der verantwortungsbewussten Mountainbiker, die Fahrten quer über eine Wiese unterlassen. Doch bei trockenen Verhältnissen bieten solche Streckenabschnitte Fahrspass erster Klasse. Heute früh liegt noch eine feine Schicht Tau auf den Gräsern, was einen sensiblen Einsatz der Bremsen fordert. Die doppelte Ladung Koffein vom Frühstück kommt uns da gerade recht.

Abfahrt Nummer zwei ist nicht ganz so einfach zu erreichen wie die erste. Das anfänglich harmlose Bergsträsschen ab Urnäsch verwandelt sich in einen knackig steilen Forstweg hoch zum Hochhamm. Es scheint ein physikalisches Gesetz zu sein: Je besser die Abfahrt, desto härter zuvor der Aufstieg. Der Trail über den Bergrücken in Richtung Hemberg bestätigt diese Regel. Der Pfad bedarf keiner ausserordentlichen Fahrkünste und ist schnell und flüssig zu fahren. Da bleibt auch die Musse für die Landschaft erhalten. Im Hintergrund gesellen sich unterdessen die eigenartig runden Churfürsten zum Säntis und weit im Hintergrund glauben wir bereits den Zürichsee zu sehen.



Fast hätten wir unsre gestrige Tradition der wiederkehrenden Kaffeepausen vergessen, als in Bächli ein kleines Gasthaus wie gerufen kommt. In unserer farbigen Sportbekleidung werden wir um diese Uhrzeit skeptisch gemustert. Hier trägt man dunkelgrüne Rukka-Jacken mit Gummistiefeln, und statt eines Helms eine schwarze Zipfelmütze. Zwei Welten treffen aufeinander, die sich im Kaffee wieder finden.

Fulminante Schlussstrecke

Das Gesetz des harten Aufstiegs für eine lohnende Abfahrt bestätigt sich später auf dem Weg hoch zum Köbelisberg erneut. Nach einem gemütlichen Zwi-

schenstück ist der Schlusssaufstieg über eine Wiese so steil, dass wir das Bike bereits nach wenigen Metern neben uns herschieben. Doch die Abfahrt ist der Mühe Lohn: Der kleine Pfad nach Wattwil gehört zu den besten Abschnitten auf unserer Tour durch die Ostschweiz. Anfänglich noch etwas steil, führt der Weg später mit einer leichten Neigung durch den Wald. Fast mühelos gleiten wir durch die feinen Kurven, weichen ab und zu einer Wurzel aus und suchen die flüssigste Linie zwischen den Bäumen hindurch. Wahrlich ein Prachtsweg.

In Wattwil kommt es erneut zum Test des Aufstiegs-Abfahrts-Gesetzes. Das Strässchen hoch in Richtung Chrüzegg

gibt sich anfänglich harmlos – bis es unverhofft in eine gnadenlos steile Betonrampe übergeht. Alle zehn Meter spielen wir mit dem Gedanken, den Aufstieg zu Fuss fortzusetzen – und versuchen uns dann aber trotzdem auf dem Rad zu halten. Aufgeben ist keine Option. Die Folge des Kraftakts: saure Beine, roter Kopf und schwerer Atem. Dafür ist jetzt der Zürichsee ins Blickfeld geraten. Im Vergleich zum Bodensee wirkt dieser wie ein bedeutungslos läppisches Provinzgewässer. Für uns ist er hingegen die Gewähr, dass es nun bloss noch bergab geht. Das Ziel ist in Sichtweite.

Stimmt die aufgestellte Regel, muss nach dem steilen Beton-Aufstieg nun eine

Abfahrt folgen, die sich gewaschen hat. Voller Vorfreude biegen wir in den Singletrail ein, der kurz darauf durch ein Drehkreuz unterbrochen wird. Ein flüssiger Abschnitt wird wenig später durch eine unfahrbare Treppe unterbrochen, und schliesslich zwingt uns auch noch eine giftige Rampe vom Rad. Dieser Abschnitt der ersehnten Abfahrt ist für Mountainbiker ein Spiessrutenlauf voller lästiger und unnötiger Hindernisse. Gebaut hat den Weg die Armee, aber wohl kaum eine Division Fahrradfahrer. Eine gelangweilte Pionier-Truppe hat sich hier im Bau unterschiedlicher Wegformen geübt. Der Zürichsee hat nun an Grösse zugelegt, und auf einem Prachts-Trail kurven wir ihm

entgegen. Ein Serpentinweg schmiegt sich schliesslich zu einer Häusergruppe runter, und auf kleinen Wegen kommen wir dem Ziel zügig näher.

Für die letzten Meter stechen wir in ein wildromantisches Tobel und träumen bereits der nächsten Kaffeepause entgegen, als wir uns urplötzlich an einer dicht befahrenen Hauptstrasse in einem Industriequartier wiederfinden. Es ist die schlagartige Rückkehr in die Zivilisation.

Wir rollen zum Bahnhof Schmerikon mit der fixen Absicht einer finalen Kaffeepause. Jetzt bloss keine Automatenbrühe, wie sie an Bahnhöfen nicht selten zu haben ist. Ein würdiger Abschluss ist gefragt. Und als ob jemand

unsere Gebete erhört hätte, steht am Seeufer ein Piaggio-Dreirad mit integrierter Kolbenkaffeemaschine. Was für ein Glück, was für ein Abschluss! Mit der Kaffeetasche in der Hand sitzen wir am Seeufer und freuen über die gelungene Route quer durch die Ostschweiz. Natürlich gibt es Routen mit knackigeren Singletrails, und natürlich könnte man die Route von Rorschach nach Schmerikon bei entsprechender Fitness auch in einem Tag runterspulen. Doch unsere Form der sportlichen Gemütlichkeit hat einen besonderen Reiz, nicht nur des Dufts frischen Kaffees wegen. 

Text: Walter Wyss Foto: Martin Bissig

KURZBESCHRIEB

Zwischen dem Bodensee und dem Zürichsee liegt eine der reizvollsten Landschaften der Schweiz. Sie liefert die perfekte Basis für eine eindrückliche Ostschweiz-Durchquerung mit dem Mountainbike.

HÖHEPUNKTE

- Panorama während der ganzen Strecke
- Abendstimmung auf der Hundwiler Höhi
- Abfahrt vom Köbelisberg nach Wattwil

TIPPS

- Marathon-Fahrer nehmen die Route als Training in einem Tag in Angriff.
- Tour kann auch nur abschnittsweise gefahren werden. Bahnhöfe gibt es in Appenzell, Urnäsch und Wattwil.
- In Rehetobel befindet sich ein Velo-Museum mit vielen historischen Fahrrädern. www.velomuseum-rehetobel.ch

STRECKE

Rorschach-Rosshüchel-Halten-Gupf-Wald-Trogen-Wissegg-Höchi Bueche-Bühler-Saul-Appenzell-Hundwiler Höchi-Urnäsch-Hochhamm-Bächli-Hemberg-Heiterswil-Hänsenberg-Köbelisberg-Wattwil-Obere Tweralp-Schwammegg-Köbelberg-Bezikon-Schmerikon

STARTORT

Rorschach

DISTANZ, HÖHENDIFFERENZ

- Total: 97 km, 4500 m
- 1. Tag: 43 km, 2400 m
- 2. Tag: 54 km, 2100 m

BESTE JAHRESZEIT

April–November

ANFORDERUNGEN BIKETECHNIK

■ ■ ■ ■

ANFORDERUNGEN AUSDAUER

■ ■ ■ ■

KARTEN/FÜHRER

- Swiss Singletrail Map Appenzellerland (Blatt 18), Toggenburg (Blatt 17) und Zürcher Oberland (Blatt 6), www.singletrailmap.ch

VERPFLEGUNG

- Sehr viele Verpflegungsmöglichkeiten entlang der Strecke
- Gasthaus zum Gupf, www.gupf.ch
- Gasthof Höchi Bueche
- Bergrestaurant Hundwilerhöhe, www.hundwilerhoehe.ch

- Gasthaus Hochhamm
- Bergwirtschaft Köbelisberg, www.koebelisberg.ch

BIKESHOPS

- Rorschach: Bischibikes; Meier Velos Motos
- Trogen: Ruckstuhl Velos-Motos
- Gais: Manser Velos-Motos
- Appenzell: Danis Velolade; Neff Zweirad; Streule Zweirad; Gollino Velohaus
- Urnäsch: Weiss Velos Motos
- Wattwil: Velo Speer; Gabathuler Velos & Motos; Risch Velos-Motos
- Schmerikon: Radbar; Gütis 2-Radshop; Zweiradcenter Stucki
- Ein Verzeichnis aller Bikeschops in der Schweiz gibt es auf www.ride.ch/shops

TOURISMUS-INFOS

- Ostschweiz Tourismus, Fürstenlandstr. 53, 9000 St. Gallen, Tel +41 71 274 99 00, info@ostschweiz.ch, www.ostschweiz.ch

LOKALE WEBSITES

- www.bike-appenzellerland.ch
- www.bikewelttoggenburg.ch
- www.feelfederweg.ch
- www.hundwilerhoehe.ch
- www.mountainbikeland.ch
- www.velomuseum-rehetobel.ch



Die Murmeltiertrails. Nur die Gastgeber und die Gäste der BikeHotels Südtirol wissen, wo man sie findet.

BIKE-REVIER SÜDTIROL MURMELTIER TRAILS

Dass Bergsteigen auch auf zwei Rädern möglich ist, das beweisen derzeit die ausgefallenen Touren der Bikeguides in den Südtiroler Bikehotels. Die Gastgeber sind meist drahtige Freaks, die ihr Territorium nach „atemberaubenden“ Routen erkunden. Kurt Resch, Bike-Hotelier und selbst Bikeguide, hat eine Spürnase für extreme Trails in den Dolomiten:

„Helm auf, Protektoren an! Ein kurzes Briefing über Technik und Verhaltenskodex! Dann kann's losgehen. Es ist noch stockfinster. Zunächst ist das Bike ein Schultergepäck. Wir müssen an Höhe ge-

winnen. Oben auf 2500 Meter eröffnet sich dann ein Bergpanorama mit Weltklasse. Silbrig glitzern die Felstürme in der Morgensonne. Unsere „Murmeltier-Trails“ sind weder auf Bikekarten eingezeichnet

noch über GPS-Daten auszuforschen. Wir fahren zu Tageszeiten, an denen man normalerweise nicht fährt und auf Strecken, die völlig untypisch sind für Biker. Die Aufstiegsanlagen stehen still, die Wanderer sind noch im Tal und die Bergwelt gehört den Tieren. Wir balancieren auf zwei Rädern zwischen den Felswänden, auf schmalen Steigen und an steilen Abhängen entlang über Steinplatten, Geröll oder Schneebänke. Der Adrenalinkick kommt dem des Kletterns gleich. Bei höchster Konzentration und guter Fitness werden diese hochalpinen Bike-Touren zu unbeschreiblichen sportlichen und emotionalen Erlebnissen, die süchtig machen.“

Alle RIDE-Leser finden weitere Urlaubserlebnisse der etwas anderen Art sowie Informationen zur Bikeregion Südtirol, den schönsten Trails und den Bikehotels auf

■ www.RIDE.bikehotels.it



BikeHotels
Südtirol

DEINE GASTGEBER



Alex Resch Goldene Krone Vital Bikehotel**** in Brixen, Eisacktal, Dolomiten
 ■ Enduro „End of Season“ mit den Gravity Girls: 28. bis 30.9.2012; ab 245 €
 ■ MountainBIKE Festival 2012 Paket: 30.9. bis 7.10.2012; ab 722 €
 ■ CAIDom-Freeride Paket: 4. bis 7.10.2012; ab 290 €



Kurt Resch Bikehotel Steineggerhof*** in Steinegg, Dolomiten
 ■ Mountainbikewochen im Juli, August und September: 15.7. bis 2.10.2012; ab 580 €
 ■ EVOC & Daniel Schäfer Singletrail Woche: 9. bis 16.9.2012; ab 705 €
 ■ Mountainbikewochen im Oktober: 3.10. bis 1.11.2012; ab 555 €



Martin Pirhofer Dolce Vita Hotel Jagdhof****s in Latsch, Vinschgau
 ■ Trailzauber für Fahrtechnik-Feen. For Ladies Only: 22. bis 29.9.2012; ab 1.136 €
 ■ Wer länger bleibt, biket günstiger: 7.7. bis 03.11.12; ab 1016 €
 ■ Fulminantes Saison-Finale: 4. bis 11.11.2012; ab 932 €



Luis Brunner Erica Wellness & Vitalhotel****s in Deutschnofen, Dolomiten
 ■ Bike & Wellnesskurzgenuss 3 oder 4 Tage: 2.7. bis 21.10.2012; ab 350 €
 ■ Bike & Wellnessgenusswochen mit Bikepauschale und Wellness inklusive: 2.7. bis 21.10.2012; ab 655 €
 ■ Bike & Yogawochen: 2. bis 9.9.2012, 30.9. bis 7.10.2012; ab 695 €



ROUTENDOWNLOAD: Die Tour kann als GPS-Track und als SwissMap-Ebene auf der Website von Ride bezogen werden. Damit lässt sich die Route auf ein beliebiges GPS-Gerät übertragen und in digitalen Landkarten anzeigen.
www.ride.ch/site/index.php/tour7644.html