Ausgabe Nr. 06 | 2026

hochhinaus

DAS MAGAZIN FÜR DEN HOCHSCHWARZWALD



Ein Ziel, viele Weitblicke

Tipps für unterwegs
Ob auf dem Rad oder zu Fuß: Das sind die besten Touren

Zämme was bewege
Junge Hochschwarzwälder und ihre inspirierenden Geschichten

Kleine Aufrührer
Wie Kinder Schwarzwälder Küche erlernen

BADEPARADIES
SCHWARZWALD
Titisee



Willkommen im Paradies

ERLEBE IM BADEPARADIES SCHWARZWALD AN 365 TAGEN IM JAHR URLAUBSFEELING PUR!

Mehr Infos und Ticketbuchung über die neue BLUPHORIA-App oder unter **badeparadies-schwarzwald.de**

AUSGABE 06

Willkommen!



Welche Aktivität steht für euch im Urlaub im Mittelpunkt? Egal, ob Radfahren, Wandern, Ski- oder Snowboardfahren: Im Hochschwarzwald seid ihr richtig! Es gibt viele Wege, auf denen man die einzigartige Natur in unserem Mittelgebirge erleben und genießen kann. Ein paar Ideen dafür stellen wir euch in der neuen Ausgabe von „hoch hinaus“ vor. Wir präsentieren die schönsten Wanderrouten für Abenteurer und Themenwege für Familien, graveln ganz cool von See zu See und fahren mit der Feldbergbahn ins Wintersportparadies. Extra Tipps für Bewegung und Erholung bekommt ihr außerdem von erfahrenen Spitzensportlern, die in der Region für die nächste Medaille trainieren. Für goldene Stunden zwischen Wiesen, Bergen und Wäldern …

Der Hochschwarzwald hat aber noch viel mehr zu bieten als großartige Aussichten: seine Menschen und ihre Kultur. Ein Teil davon ist die Fastnacht. Die kommt mal närrisch-bunt daher, mal schaurig-schön wie bei der Walpurgisnacht in Löffingen. 28 Hexen schwingen sich in der Dunkelheit auf die Besen, um ihr Recht auf Fasnet dem Teufel abzutrotzen. Ein Spektakel mit gut 100 Jahren Geschichte, das von engagierten Leuten wie Hexenchef Benjamin Hofmeier bewahrt wird. Wir stellen im Magazin noch mehr überzeugte Schwarzwälder vor. Egal, ob man wie Sängerin Magdalena Ganter aus Hinterzarten abends auf den großen Bühnen steht oder wie Bäcker Andreas Beha aus Titisee-Neustadt frühmorgens in der Backstube: Beide wollen „zämme was bewege“, sich dafür einsetzen, dass Kultur und Tradition jetzt und in Zukunft lebendig und zeitgemäß bleiben.

Zum Kulturgut der Region gehört auch die Schwarzwälder Kulinarik. Beim neuen Projekt „Schlemmerbande“ erhalten Kinder von zehn bis zwölf Jahren unter der Anleitung von Profiköchen Einblick in den Restaurantalltag – und lernen gleichzeitig, wie man sich bewusst und gesund ernährt. Wir haben bei einem der Kurse den Nachwuchsköchen in die Töpfe geschaut – und natürlich noch zwei leckere Rezepte für euch zum Nachkochen mitgebracht …

Wir wünschen euch viel Spaß beim Lesen, Erleben und Genießen!

Euer Hochschwarzwald-Team

Titelfoto und Foto auf dieser Seite: Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Inhalt



06

Touren, Tipps und Termine – alles rund ums Radfahren im Hochschwarzwald!

Glück erfahren

Ob mit Rennrad, Gravel- oder Mountainbike: Der Hochschwarzwald ist ein Paradies für Radler! Wir nehmen euch mit auf die schönsten Touren, zu den sportlichsten Events und besten Einkehrmöglichkeiten der Region. So seid ihr 2026 immer auf dem richtigen Weg

16

Fitness im Freien

Der Hochschwarzwald ist Heimat der Spitzensportler. Radprofis, Langstreckenläuferinnen und Triathleten verraten, wie man die Wege, Berge, Wälder und Seen der Region optimal für das eigene Training nutzen kann



Fotos: Hochschwarzwald Tourismus GmbH, High Five Kollektiv, Jasmin Fehninger

30
Ausflug mit kleinen Bienen
Kinder für das Wandern begeistern: Das geht mit kindergerechten Pfaden wie dem Bienenlehrpfad Via Apis in Bonndorf. Wir drehen mal eine Runde …

36
Auf abenteuerlichen Pfaden
Mittelgebirge, aber oho: Wir stellen die spektakulärsten Trails im Hochschwarzwald vor. Alpin, abenteuerlich, verwunschen: Hier findet jeder Wanderer seinen Lieblingsabschnitt!

40
Über den Wolken
Wenn im Tal der Nebel hängt, locken die Berge mit Sonnenschein. So genießt ihr die Inversionswetterlage in vollen Zügen …





22
Gesichter des Schwarzwalds
„Zämme was bewege“ wollen viele junge Hochschwarzwälder. Wir stellen zwei von ihnen vor: Sängerin Magdalena Ganter und Bäcker Andreas Beha

44
Besuch auf dem Feldberg
Die Feldbergbahnen bringen jedes Jahr hunderttausende Wintersportler auf die Piste. Eine Fahrt auf den Höchsten – und ein Spaziergang durch seine Geschichte

54
Närrisches Treiben
Besuch bei der Walpurgisnacht in Löffingen: 28 Hexen steigen in die Hölle, um ihr Recht auf Fastnacht zu verteidigen …

58
Früh übt sich
Beim Projekt Schlemmerbande lernen Kinder gesunde Zutaten kennen und kochen mit erfahrenen Köchen aus dem Hochschwarzwald leckere Gerichte. Ein Gewinn für beide Seiten



Hochschwarzwald

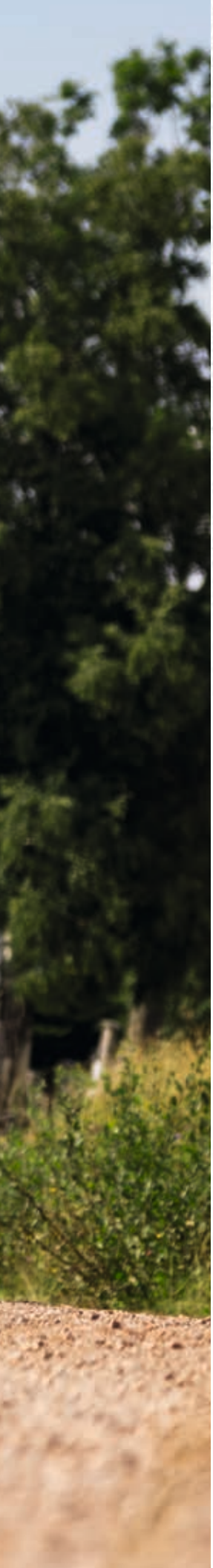
Viel Spass beim Entdecken wünscht euch euer Hochschwarzwald-Team!

NOCH EIN HINWEIS, LIEBE LESERINNEN UND LESER: Die Ferienregion Hochschwarzwald erkennt die Vielfalt der geschlechtlichen und sexuellen Identitäten an und engagiert sich für eine gendergerechte Sprache. Wenn in diesem Magazin bei Personenbezeichnungen auf eine typografische Sichtbarmachung aller Gender-Identitäten verzichtet wird, so geschieht dies ausschließlich zugunsten einer höheren Lesefreundlichkeit.



Zwischen Höfen und Seen

Die Rundtour „Seenreicher Gravelgenuss“ führt über 38,18 Kilometer und 791 Höhenmeter an den bekanntesten Seen des Hochschwarzwaldes vorbei: Schluchsee, Windgfällweiher und Titisee. Wer mag, macht einen Abstecher zum Feldsee. Dazu laden jede Menge Höfe und Getränkestationen zu Pausen bei einem Vesper mit regionalen Erzeugnissen ein.



Strampel dich selig!

Blauer Himmel, die Sonne scheint – aber eigentlich fast zu heiß für eine Fahrradtour? Im Hochschwarzwald warten Strecken mit maximaler Abkühlung. Nicht nur für Gravelbiker …

TEXT: JANNIK JÜRGENS • FOTOS: RÉMY VROONEN

Über dem Häuslebauernhof vor dem Feldberg türmen sich Gewitterwolken auf. Oben sehen sie aus wie Blumenkohl, rund und leuchtend weiß, doch unten schimmern sie blau und schwarz, ein untrügliches Zeichen für einen bevorstehenden Schauer. Wir trinken das Radler aus, das wir uns am Getränkebrunnen genehmigt haben, springen auf die Gravelbikes und sprinten Richtung Fürsatzhöhe. Bloß weg vom drohenden Gewitter.

Fotograf Rémy und ich haben heute die drückend heiße Rheinebene hinter uns gelassen, um im Hochschwarzwald Abkühlung zu suchen. Von Freiburg aus sind wir mit der Höllentalbahn nach Hinterzarten gefahren. Die Räder fanden bequem Platz, und dann haben wir unsere Gravel-Tour gestartet. Dabei wollen wir die schönsten Seen des Hochschwarzwaldes besuchen und in manchen davon auch schwimmen gehen. Ganz einfach geht das, wenn man der knapp 40 Kilometer langen Tour „Seenreicher Gravelgenuss“ folgt. Schnell die GPS-Daten auf das Smartphone geladen; ab dem Bahnhof Hinterzarten folgen wir erst einmal der gelb-blauen Radbeschilderung – es kann losgehen!

Mit einem Gewitter haben wir allerdings nicht gerechnet. Regenjacken haben wir auch nicht dabei. Doch fürs Erste scheint die Gefahr gebannt. Die dunklen Wolken hängen wie festgetackert auf der Hochebene und auf unseren Rädern entfernen wir uns Meter für Meter von ihnen. Bevor wir den ersten See des Tages erreichen, sind schon einige urige >



Gute Aussichten
Wer im Hochschwarzwald Fahrrad fährt, kann sich auf Abwechslung freuen: Seen, Hügel, Wiesen, Wälder – und jede Menge sympathische Begegnungen auf dem Weg!

> Schwarzwaldhöfe zu sehen. Den Menschen, die hier leben und arbeiten, ist es zu verdanken, dass die Landschaft im Hochschwarzwald so offen und abwechslungsreich ist. Noch ein Bonus: An vielen dieser Höfe kann man sich mit kühlen Getränken oder einem Vesper aus regionalen Produkten versorgen.

Gleich am Ortsrand von Hinterzarten, an einem steilen Anstieg, treffen wir bei einem ersten Stopp auf Wolfram Tritschler. Er bewirtschaftet zusammen mit seiner Frau Boba und fünf Kindern den Kesslerhof. Tritschlers Gesicht ist vom Wetter gegerbt. Eigentlich will er schnell zu den Schafen, doch dann nimmt er sich Zeit für einen kleinen Plausch. Er erzählt von den drei Kälbern, die neugierig ihre Köpfe durchs Gatter stecken. Sie heißen Joshi, Milla und Ella.

Und Ella hat eine besondere Geschichte: Nach ihrer Geburt am 14. April 2025 wollte Ella nicht aufstehen. Sieben Tage lang lag sie auf dem Boden. Tritschler hatte bereits den Tierarzt gerufen, um das Kalb einschläfern zu lassen. Doch just am Ostermontag stand Ella plötzlich auf. Die Auferstehung zu Ostern – ein kleines Kuhwunder.

„Am Automaten am Hof könnten wir uns Heumilch zapfen. Doch wir haben kein Kleingeld dabei. Daran werden wir bei unserer nächsten Tour denken!“

Wir lassen Tritschler zu seinen Schafen ziehen. Am Automaten könnten wir uns zur Stärkung Heumilch zapfen. Doch wir haben kein Kleingeld dabei. Beim nächsten Mal werden wir daran denken.

Über eine schmale Straße gelangt man zum nächsten Bauernhof, dem Mathislehof der Familie Lützow. Im Verkaufsraum steht eine Theke mit Hartkäse, Schnittkäse, Weichkäse und Frischkäse. Alle Käsesorten sind zu empfehlen, insbesondere aber der zwölf Monate gereifte Vorderwälder Alt. Die Verkäuferin erklärt uns nebenbei, warum die Käseproduktion im Hochschwarzwald selten ist. Früher herrschte Realteilung. Die Höfe wurden beim Erbe auf alle Berechtigten aufgeteilt. Was zwar gerecht war, jedoch auch dazu führte, dass die landwirtschaftlichen Flächen immer kleiner wurden. Für die Käseproduktion braucht man jedoch viele Kühe und entsprechend große Flächen.

Den Mathislehof gibt es seit 1708. Hier ziehen 14 Milchkühe als Ammenkühe Kälber auf. Die behornten Vorderwälder Rinder grasen auf der Weide. Wir verlassen den Hofladen und schwingen uns auf die





Holla, so viele Heidelbeeren! **Von Juli bis August ist die beste Zeit zum Beerennaschen. Wer Rad fährt, braucht Vitamine!**

Räder. Nach einer kurzen Abfahrt beginnt die Schotterstrecke. Am Wegesrand liegen Baumstämme, der Waldboden ist mit Moos bedeckt. Ein paar Minuten weiter erreichen wir den Mathisleweiher, einen der kleineren und eher unbekannten Seen im Hochschwarzwald. Zu Unrecht! Er liegt zwischen Tannen- und Fichtenwäldern, Felsen säumen sein Ufer. Wo auch Schilf und Sumpfgräser wachsen. Man erreicht ihn nur zu Fuß oder mit dem Fahrrad. Ein Geheimtipp.

Das Wasser ist kühl, vor allem, wenn man in die Mitte des Weihers schwimmt. Ich lege mich auf den Rücken, halte die Luft an und lasse mich treiben. Wie tief ist der Weiher wohl? Zieht vielleicht ein Wels unter mir seine Kreise? Falls ja, lasse ich ihn in Ruhe und er mich auch. Eine Libelle surrt vorbei und ich würde gerne länger bleiben. Doch wir haben noch andere Seen auf dem Programm.

Das Wasser hat den Schweiß vom Körper gespült, die Haut fühlt sich weich an. Als wir am Ufer trocknen, halten drei ältere Damen mit ihren E-Bikes an. Sie setzen sich auf eine Bank und beraten, wie es weitergehen soll. Der Emil-Thoma-Weg mit dem E-Bike? „Kein Problem“, sagt die eine. Es sei viel zu heiß in der Sonne, sagt die andere. Dann müsse man wieder fahren, der Wind kühle ab, sagt die dritte. Rémy schlägt ihnen vor, in den Weiher zu springen. In den Fahrradklamotten? Die drei lachen nur. Bevor sie losfahren, erzählt die älteste Dame, dass sie bis zu ihrem 76. Geburtstag ohne Motor Fahrrad gefahren sei. Das E-Bike hat sie sich nun redlich verdient.

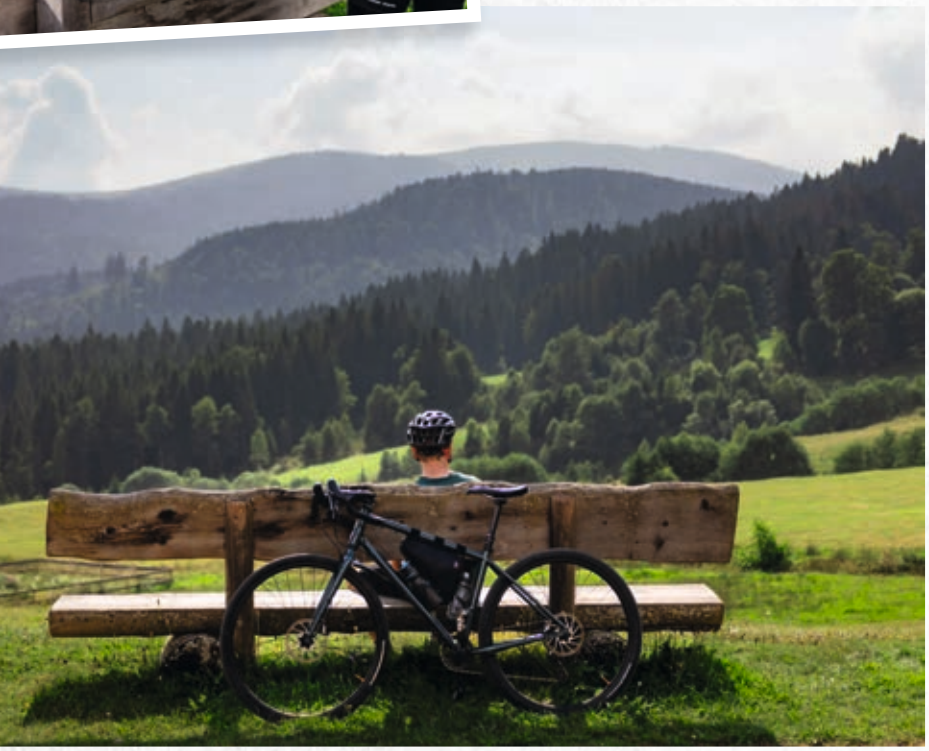
Hinter dem Weiher fahren wir durch einen Heidelbeerwald. Spinnennetze glitzern in der Sonne, Moose und Beeren bilden ein Bett, in das ich mich am liebsten hineinlegen möchte. Wir folgen einem breiten Wanderweg, um wieder auf die offizielle >

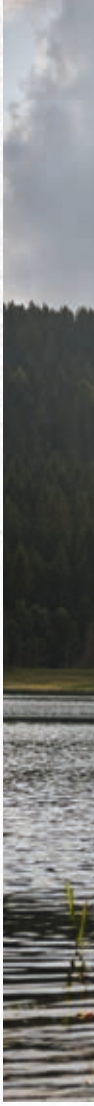




Die Kirsche auf der Torte
Zeit zum Einkehren! Beim Raimartihof am Feldberg gibt es Schwarzwälder Kirschtorte und mehr. Wer mit dem E-Bike unterwegs ist, findet hier eine Ladestation. Schließlich kann nach den ganzen Höhenmetern nicht nur der Fahrer eine Stärkung gut gebrauchen …

Wer zwischendurch Durst bekommt, findet am Wegesrand im Hochschwarzwald immer wieder Getränkebrunnnen für eine Pause





> Gravelroute zu gelangen. Der steile Anstieg bringt uns ins Schnaufen. Die Sonne brennt, doch die nasse Fahrradhose und der Fahrtwind spenden Kühle.
Kurz vor dem Häuslebauernhof öffnet sich die Landschaft, der Feldberg kommt in Sichtweite. Wald und Weiden wechseln sich ab. Wir haben das Gefühl, durch Kanada zu fahren.

Nachdem wir per Zwischensprint dem Gewitter entkommen sind, rollen wir über Lochrütte und Rinken zum Raimartihof. Ein paar Meter weiter wartet der Feldsee. Doch weil dort vor 25 Jahren das unter Naturschutz stehende Stachelsporige Brachsenkraut entdeckt wurde, ein sensibler Unterwasserfarn, ist Schwimmen verboten. Die Wirtin Claudia Andris erzählt, dass sie in ihrer Jugend oft in den See gesprungen sei, als es noch erlaubt war. Schade, dass es nun nicht mehr geht. Aber Andris hat eine Alternative: „Wenn es richtig heiß wird, springen meine Söhne in den Brunnentrog."
Andris erzählt, dass Gewitter nur selten am Raimartihof abregnen. „Meist gehen sie am Schluchsee oder in Hinterzarten nieder, aber nicht bei uns im Tal." Neben dem Spielplatz hat die Familie eine Leiter der Länge nach aufgestellt, an der sich



Einfach mal abkühlen
An heißen Tagen bietet der „Seenreiche Gravelgenuss“ gleich mehrere Seen für eine Badepause

Fahrräder aufhängen lassen. An dieser Leiter befinden sich auch zehn Steckdosen, mit denen E-Biker ihre Akkus kostenlos laden können. Nur das Ladegerät müssen sie selbst mitbringen. Das scheint sich herumgesprochen zu haben. „Im Hochsommer kommen 80 Prozent unserer Gäste mittlerweile mit dem E-Bike“, sagt Andris. Über dem Feldberg grummelt es. Wir essen das Stück Schwarzwälder Kirschtorte auf und fahren weiter. Der steinige Weg steigt steil an, Bäche rauschen vom Seebuck herunter, es geht durch Bannwald. Nach einigen Höhenmetern queren wir die Passstraße auf dem Feldberg.

Nachdem wir am Caritashaus vorbeigefahren sind, genießen wir die Aussicht ins Menzenschwander Tal. Eiszeitliche Gletscher haben es einst geformt. Wir freuen uns auf die rauschende Abfahrt zum Schluchsee, der nach ein paar schnellen Kurven in der Sonne glänzt. Das Gewitter hat sich verzogen, Adrenalin strömt durch den Körper und nach wenigen Minuten stehen wir am Ufer des Sees. Ein Sprung, und schon wieder sind wir in einer anderen Welt.

Vom Schluchsee aus geht es parallel zu den Bahngleisen in Richtung Windgfällweiher. Die Zeit verging schneller als gedacht und so wird der Weiher der letzte Schwimmstopp auf unserer Tour. Die meisten Menschen sind bereits gegangen oder sitzen im Restaurant nebenan. Der Weiher liegt einsam da, kleine Wellen kräuseln sich auf der Oberfläche und dann ist es fast still. Ich atme tief ein und springe vom Bootssteg in den beinahe schwarzen See. So lässt sich ein Sommertag aushalten!



Pässe- und Seen-Tour

Mit gut 1.500 Höhenmetern geht diese Tour ganz schön in die Beine. Dafür entschädigt sie Rennradfahrer mit Landschaften wie aus dem Bilderbuch: verträumte Schwarzwalddörfer, berühmte Seen, von eiszeitlichen Gletschern geformte Täler – und dazu Passstraßen zwischen Bergwiesen, auf denen die grasenden Kühe das Publikum geben. Von Titisee geht's zunächst gemütlich los. Zwischen Neustadt, Lenzkirch, Schluchsee und Menzenschwand stehen drei längere Anstiege an – ehe von Todtnau aus die Überfahrung des Feldbergpasses als krönender Abschluss wartet.

Bähnle-Radweg

Eine Strecke für Genießer und Familien: Ohne allzu große Steigungen führt der Bähnle-Radweg über 27 Kilometer von Neustadt nach Bonndorf. Seinen Namen trägt er nicht ohne Grund: Die Route verläuft auf einer alten Bahntrasse, auf der bis in die 70er-Jahre Züge unterwegs waren. Auf Asphalt und Feinschotter geht es durch stille Wälder, vorbei an ehemaligen Bahnhöfen und Bahnwärterhäuschen und sogar über ein historisches Viadukt. Unterwegs warten Ausblicke über die Wutach- und die Haslachschlucht – und schöne Rastplätze für ein Päuschen. Zurück geht's auf demselben Weg oder mit dem Zug ab Schluchsee.

Bikepark Todtnau

Hier geht's ab(wärts)! Mountainbiker, die auf Action stehen, können im Bikepark am Hasenhorn Steilkurven, Drops, Wellen und Sprünge nehmen und bei ihren Abfahrten das Adrenalin in den Adern spüren. Drei Trails stehen zur Verfügung, jeweils gut 2,5 km lang: Die schwierige „Downhill" wird auch für internationale Wettkämpfe und von Profis zum Training genutzt. Auf den anderen beiden Strecken kommen auch Anfänger auf ihre Kosten – und im besten Fall in den berüchtigten „Flow". Hoch geht's gemütlich mit dem Sessellift, runter dafür umso rasanter. Und nur mit der obligatorischen Schutzausrüstung!

Tour der Türme

Mit dem Gravelbike zu den schönsten Aussichtspunkten rund um Furtwangen: Die „Tour der Türme" führt über sonnige Höhenrücken und durch stille Täler, immer auf kleinen Sträßchen oder Wald- und Feldwegen. Highlights unterwegs sind der Brendgipfel mit Aussichtsturm, die Donauquelle, der 25 Meter hohe Stöcklewaldturm – und einige sympathische Gasthäuser und Vesperstuben, die sich bestens für eine kleine (oder große) Rast eignen. Die Tour ist in drei bis vier Stunden und somit auch als Feierabendrunde machbar. Den Blick Richtung Sonnenuntergang über der Rheinebene gibt's dann gratis dazu.



Noch mehr Tipps?
Weitere Touren und Adressen für Radler unter hochschwarzwald.de/radfahren

Foto: Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Auf die Räder!

Radfahrer finden im Hochschwarzwald unzählige Möglichkeiten für schöne Touren – ob ganz entspannt mit der Familie, sportlich auf dem Rennrad oder spektakulär im Downhill-Bikepark. Bei diesen vier Tipps aus unserer Redaktion ist für (fast) jeden Biker-Typ etwas dabei …



Gravel Rallye Black Forest
17. bis 19. Juli

Über die feinsten Kies- und Schotterwege der Region führen die Rundtouren der Gravel Rallye. Daneben wartet auf die Teilnehmer im Start- und Zielbereich in Feldberg-Altglashütten ein mehrtägiges Programm mit Barbecue, Livemusik, Testbikes und jeder Menge netten Leuten. Tickets: *gravel-rallye.com/black-forest*

Black Forest Ultra Bike Marathon
24. bis 26. Juli

Auch in diesem Jahr zählt der Ultra Bike mit seiner Langstrecke zum Hero UCI Marathon-Weltcup. Heißt: Neben tausenden Freizeit-Mountainbikern wird erneut die Weltelite um Lokalmatador Simon Stiebjahn im Hochschwarzwald erwartet. Vier Distanzen von 43 bis 118 km stehen zur Auswahl, daneben gibt es auch wieder Strecken für Gravelbiker. Anmeldung unter *ultra-bike.de* und *ultra-gravel.de*

Schwarzwald Bike Marathon
12. bis 13. September

Drei Rundkurse für Mountainbiker jeden Leistungsniveaus können beim Schwarzwald Bike Marathon in Furtwangen in Angriff genommen werden: über 46 km, 59 km und 94 km. Der Samstag gehört traditionell den Rennen für Kinder, am Sonntag gibt's zusätzlich Strecken für Gravelbiker und E-Bikes. Anmeldung: *schwarzwald-bike-marathon.de*

Deutsche Downhill-Meisterschaft
11. bis 13. September

Vor 30 Jahren wurde am Hasenhorn in Todtnau der erste Downhill-Bikepark in Deutschland eröffnet. Das Jubiläum wird gebührend gefeiert: mit der Austragung der Deutschen Mountainbike-Meisterschaft im Downhill. Spektakuläre Runs sind garantiert!

News und Events *zum Thema Rad*

Sportliche Bestleistungen, leckere Hof-Vesper und neue Radwege: Sechs Tipps, die Radlerherzen höherschlagen lassen!



Lecker aufs Land

Eine kulinarische E-Bike-Tour mit einem ortskundigen Guide – das ist das Konzept des neuen Höfe-Hoppings, das im vergangenen Sommer seine Premiere feierte. Unterwegs lernen Teilnehmer nicht nur die Naturschönheiten der Region kennen, sondern steuern auch mehrere landwirtschaftliche Betriebe an, wo sie sich mit hofeigenen Produkten für die Weiterfahrt stärken können. Die reine Fahrtzeit der Rundtouren beträgt in der Regel rund drei Stunden. Die Termine 2026 für die Höfe-Hoppings sind ab Frühjahr online zu finden unter: *hochschwarzwald.de/genuss-sommer*

Neue Wegweiser

Ob im Wald oder auf Feldwegen: Damit Radfahrer stets die richtige Route finden und kein Highlight entlang der Strecke verpassen, wird das Radwegenetz im Hochschwarzwald umstrukturiert und erweitert – und mit einer komplett neuen Beschilderung versehen, samt Angaben zu Entfernungen und zu überwindenden Höhenmetern. Der erste Abschnitt wurde bereits im nördlichen Bereich des Hochschwarzwaldes eröffnet. Rund um Furtwangen, Schonach, Schönwald und St. Georgen zeigen die gelben Wegweiser, dass Mountainbiker und Gravelbiker auf der richtigen Strecke unterwegs sind. In den kommenden Monaten sollen der mittlere und der südliche Teil der Ferienregion folgen, sodass anschließend ein Netz von mehr als 1.000 Kilometern bestens ausgeschilderten Radstrecken zur Verfügung steht – und für Biker unterwegs nicht die Wegsuche, sondern die herrliche Landschaft in den Vordergrund rückt.



Fotos: Hochschwarzwald Tourismus GmbH



EIN BERG. UNZÄHLIGE MOMENTE.

Feldberg-erlebnis.de

ENTDECKE DEIN FELDBERG-ERLEBNIS!

DURCHATMEN.

MOMENTE GENIEßEN.



Die Bergläuferin
Für Stefanie Doll aus Hinterzarten ist der Hochschwarzwald mit seinen Höhenmetern perfekt für ihr Training geeignet – besonders die Berge über 1.000 Metern Höhe

Termine für Athleten

Ihr habt auch Ausdauer? Dann zeigt es:

- **Rucksacklauf, 14. Februar 2026, rucksacklauf.de**
- **Schluchseelauf, 9./10. Mai 2026, schluchseelauf.com**
- **XTrail Breitnau, 27. Juni 2026, xtrail-breitnau.de**
- **Schluchsee-Triathlon, 11. Juli 2026, hochschwarzwald.de**



Fotos: Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Ganz schön sportlich!

Ob Laufen, Schwimmen oder Radfahren: Die abwechslungsreiche Landschaft des Hochschwarzwaldes eignet sich hervorragend für Ausdauertraining. Das wissen auch Sportler auf Weltklasseniveau zu schätzen. Vier Athleten aus dem Hochschwarzwald erzählen, was sie am Training in ihrer Heimat begeistert

TEXT: CHRISTIAN ENGEL

Stefanie Doll



Marathon- und Bergläuferin aus Hinterzarten

Was den Hochschwarzwald für mich so besonders macht fürs tägliche Training, sind die vielen Höhenmeter. Welches Mittelgebirge verfügt schon über Höhenunterschiede von mehr als 1.000 Metern? Ich kann zahlreiche Bergläufe absolvieren, etwa zum Rosskopf oder auf den Feldberg. Oftmals fahre ich mit dem Zug hinab ins Dreisamtal, um dann wieder hinaufzustiefeln und Höhenmeter zu sammeln. Auch für Tempoläufe in flacherem Terrain gibt es genügend Möglichkeiten, zum Beispiel am Feldsee. Die Trainingsstrecken sind für mich auch immer Ruheorte, besonders wenn ich frühmorgens unterwegs bin und die Natur für mich allein habe. Beeindruckt bin ich jedes Mal von Neuem von den schönen Farben der Herbstwälder oder vom Nebelmeer, wenn unten das Tal im Grau liegt und hier oben die Sonne scheint. Ohnehin genieße ich die Vielfalt der Jahreszeiten: Im Winter geht's auch mal mit Langlaufskiern auf die Loipe, im Frühling und Sommer mit dem Rennrad oder Gravelbike auf die Strecke. So hat man fürs Training immer viel Abwechslung und neue Reize.

Stefanie Doll, 37 Jahre, war deutsche Vizemeisterin im Berglauf und Teilnehmerin der Berglauf-WM. Sie hat diverse Marathons gewonnen, darunter den Freiburg-Marathon und gleich siebenmal den Schwarzwald-Marathon.



Unterwegs bei jedem Wetter: Mountainbike-Profi Simon Stiebjahn trainiert am liebsten in den ruhigen Seitentälern des Hochschwarzwalds

Simon Stiebjahn



Mountainbike-Profi aus Titisee-Neustadt

Immer wieder sind Mountainbike-Kollegen aus aller Welt zu Besuch in meiner Heimat, in Langenordnach im Hochschwarzwald. Wenn wir gemeinsam auf Tour gehen, sind sie jedes Mal begeistert: von der Landschaft, den unzähligen Strecken, den hervorragenden Trainingsbedingungen. Abgesehen von ein paar Trainingslagern im Süden verbringe ich den Großteil des Jahres hier oben. Egal ob mit dem Mountainbike, Gravelbike oder Rennrad – die Vielfalt an Routen ist riesig. Besonders für Rennradfahrer bieten die ruhigeren Straßen in den Seitentälern, etwa im Jostal, perfekte Bedingungen. Man kann an Seen entlangfahren, etwa am Schluchsee oder Titisee, oder Richtung Dreisamtal und Freiburg abwärtsrollen und dann wieder ordentlich Höhenmeter sammeln. Von knackigen Anstiegen bis zu gemütlichen Runden ist alles drin. Ein echter Pluspunkt ist auch die gute Anbindung an die Bahn, die auch viele Biker aus Freiburg gern nutzen. Und im Sommer schätzen viele die angenehmeren Temperaturen hier oben. Die Region entwickelt sich kontinuierlich weiter: Es gibt immer mehr Radsportbegeisterte und die Infrastruktur wächst mit. Ein echtes Paradies für Radfahrer!

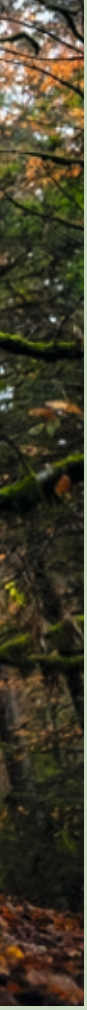
Simon Stiebjahn, 35 Jahre, ist seit 2009 Mountainbike-Profi. Zu seinen größten Erfolgen zählen die Titel bei der U23-Europameisterschaft auf der Langstrecke und bei der Deutschen Meisterschaft im Sprint sowie mehrere Weltcup-Siege über die Marathon-Distanz.

Simons Lieblingstrail

Ihr braucht Inspiration für eure nächste Mountainbiketour? Folgt Simon Stiebjahn auf komoot – hier findet ihr auch seinen Lieblingstrail „Herbstliche Trailrunde am Hochfirst“ – mit knapp zwei Stunden Fahrt eine perfekte Abendrunde mit Weitblick zum Sonnenuntergang!



Fotos: Hochschwarzwald Tourismus GmbH, Shane Dormer, Brigid Wefelnberg



Shane Dormer



Triathlet aus Schluchsee

Wenn es meine beruflichen Verpflichtungen zulassen, trainiere ich jeden Tag. Für alle drei Disziplinen – Schwimmen, Radfahren, Laufen – finde ich als Triathlet im Hochschwarzwald die perfekten Bedingungen vor. Ich wohne keine 500 Meter vom Schluchsee entfernt und genieße dort das saubere und frische Wasser und den überschaubaren Boots- und Schiffsverkehr. Für die Winterzeit gibt es dann auch Hallenbäder in der Nähe, wo man seine Bahnen schwimmen kann. Und sowohl fürs Radfahren als auch fürs Laufen gibt es unzählige abwechslungsreiche Strecken in der Region: mit langgezogenen oder knackigen Anstiegen, mit flachen Passagen, langen und kurzen Runden. Ich schätze beim Laufen vor allem die vielen Waldwege, also weicheren Untergrund, um die Belastung zu verringern. Auch die vielen Hügel finde ich toll, um Kraft aufzubauen. Allgemein herrscht im Hochschwarzwald ein angenehm mildes Klima, im Sommer ist es zudem deutlich kühler als unten im Tal, selten extrem heiß. Beste Bedingungen jedenfalls, um sich hier optimal auf Wettkämpfe vorzubereiten oder auch seinen Urlaub aktiv zu gestalten.

Shane Dormer, 48 Jahre, wohnt in Blasiwald am Schluchsee und hat 2007 mit Triathlon angefangen. Elf Ironman-Rennen hat der gebürtige Ire bereits erfolgreich absolviert. Gemeinsam mit seiner Frau betreibt er ein Ferienhaus am Schluchsee.



Eine Heimat, drei Disziplinen: Triathlet Shane Dormer findet rund um Blasiwald jede Menge Seen zum Schwimmen, Straßen zum Radfahren und Waldwege zum Laufen vor



Vom Wald in die Wüste Brigid Wefelnberg aus Löffingen nimmt an Ultraläufen auf der ganzen Welt teil

Brigid Wefelnberg

Ultraläuferin aus Löffingen

Ich bin niemand, der im Training stupide im Kreis laufen möchte. Daher ist der Hochschwarzwald für mich das perfekte Trainingsrevier, weil er so viele Strecken mit unterschiedlichem Terrain bietet. Wenn ich es technisch anspruchsvoll will, laufe ich Pfade über Wurzeln und Steine, wenn ich mich nicht allzu sehr konzentrieren will, wähle ich asphaltierte Straßen. Die Region bietet kurze und lange Runden, flache Strecken und steile Anstiege. Und wenn man dann beim Laufen noch diese fantastische Natur genießen kann, macht alles gleich noch viel mehr Freude: Ich sehe regelmäßig Rehe am Waldrand und Füchse im Schnee, höre Vögel in den Bäumen zwitschern. Und das Allerbeste zum Schluss: die bezaubernden Cafés im Hochschwarzwald. Ich kenne jedes! Und kehre regelmäßig für ein Stück Kuchen ein. Schließlich braucht man fürs Laufen ja auch Energie.

Brigid Wefelnberg, 62 Jahre, ist seit mehr als 30 Jahren Ultraläuferin und nimmt regelmäßig an Alpinläufen, Wüstenrennen und Ultramarathons teil. Ihr nächster Extremlauf führt die gebürtige US-Amerikanerin Anfang 2026 nach Mauretanien, wo sie ein 333-Kilometer-Rennen absolviert.



Tief im Wald, da steht eine verwunschene Ruine. Welche epischen Geschichten um Ritter und Burgfräulein sich wohl inmitten dieser Mauern abgespielt haben? Im Steinatal bei Bonndorf lassen sich die Überreste gleich zweier Burgen besichtigen: Rechts im Vordergrund ist Burg Roggenbach mit ihren beiden Türmen zu sehen. Nur 500 Meter weiter steht die Burg Steinegg, die man an ihrem einzelnen Turm erkennt. Zusammen werden die einst stolzen Festungen Roggenbacher Schlösser genannt.

Foto: Hochschwarzwald Tourismus GmbH



Einer, der beim Backen aufgeht

Andreas Beha ist Bäcker in achter Generation. Mit 33 Jahren hat er den Familienbetrieb im Jostal übernommen – und wagt den Spagat zwischen 200-jähriger Tradition und Instagram-Posts. Ein Besuch in der Backstube bei Bauernbrot und Zimtschnecken

TEXT: CHRISTIAN ENGEL • FOTOS: HIGH FIVE KOLLEKTIV

Wenn Miko im Hochstuhl in der Backstube hockt, geht nicht nur der Hefeteig nebenher auf, sondern auch das Herz seines Papas Andreas Beha. Sieht der Bäckermeister seinen einjährigen Sohn an einem Rosinenbrötchen mümpfeln oder mit etwas Mehl spielen, sieht er in ihm auch sich selbst: den kleinen Bub von einst, den die Großeltern und Eltern früh mit in die familieneigene Backstube nahmen. Die ihn letztlich zu dem machten, der er heute ist: ein talentierter und ehrgeiziger Bäcker, Innungsbester – der sich als junger Kerl getraut hat, die mehr als 200 Jahre alte Bäckerei Hasenmühle im Jostal zu übernehmen und in die Zukunft zu führen.

Die Rosine fällt nicht weit vom Brötchen: Sind sieben Generationen vor einem Bäcker gewesen – also alle seit dem Urururururopa –, möchte man meinen, derjenige könne gar nicht anders, als ebenfalls Bäcker zu werden. Clemens und Irmgard aber, die Eltern von Andreas Beha, hatten ihm und seinen drei Schwestern stets eingebläut, später einzig ihrer eigenen Leidenschaft zu folgen. Früh erkannte Papa Clemens trotzdem, dass sein Sohn ein „brutales Gefühl für Teige“ habe. „Daher war ich am Ende schon froh, dass er nicht Metzger werden wollte.“

Schön idyllisch hätten die drei Lehrjahre in der eigenen Bäckerei werden können, die von allen nur „de Hasebeck“ genannt wird. Inmitten des heimischen Jostals bei Titisee-Neustadt, wo man sich kennt, wo Andreas seine Hobbys hat, seine Freunde. Aber er sollte und wollte für die Ausbildung raus, Neues sehen. So lernte er bei der Bäckerei Knörzer in Titisee, arbeitete beim Café Roters in Lenzkirch, dann einige Zeit in der Großstadt, bei der Bäckerei Bühler in Freiburg.
Denkt der heute 33-Jährige an seine Lehrjahre zurück, kommt ihm das ein oder andere Missgeschick in den Sinn: etwa, wie er beim Zubereiten von Hefeteig aus Versehen Teile des Mehlsacks einarbeitete, die ganze Masse daraufhin im Müll entsorgte und am nächsten Morgen drei Tonnen entdeckte, „die schier explodierten, weil der Teig über Nacht darin aufgegangen war“. Andreas erinnert sich aber vor allem an die vielen Dinge, die er in der Fremde gelernt hat: an Varianten bei der Teigzubereitung, an unterschiedliche Techniken, an neuartige Rezepte. All das brachte er 2019 nach seiner Meisterprüfung als Innungsbester der Handwerkskammer Freiburg zurück in die Bäckerei seiner Familie: „Mir war schon immer klar, dass ich eines Tages zurückkehre.“ Einmal Hasebeck, immer Hasebeck.

Und dort arbeitet er auch heute noch. Unter der Woche steht er jeden Morgen um halb vier in der Früh auf – samstags bereits um halb eins – und fünf Minuten später in der Backstube. Und dann: Teige mischen, flechten, kneten, ausrollen, verzieren. Was eben ansteht. Im kleinen Verkaufsraum neben der Backstube gucken die ersten Kunden meist schon ab >



Bäcker aus Leidenschaft
Andreas Beha hat mit 33 Jahren die Hasebeck-Bäckerei Beha seiner Familie übernommen. Unter der Woche startet sein Tag jeden Morgen um halb vier in der Früh





Großes Erbe
Seit der Übernahme der Bäckerei ruhen 200 Jahre Unternehmensgeschichte auf den Schultern von Andreas Beha – doch sein Vater Clemens und die ganze Familie stehen hinter ihm

> sechs Uhr vorbei, kaufen ihr Bauernbrot, Kartoffelbrot, Zöpfe, Weckle. Überschaubar soll das Sortiment bleiben, „wir wollen am Ende nichts wegschmeißen".

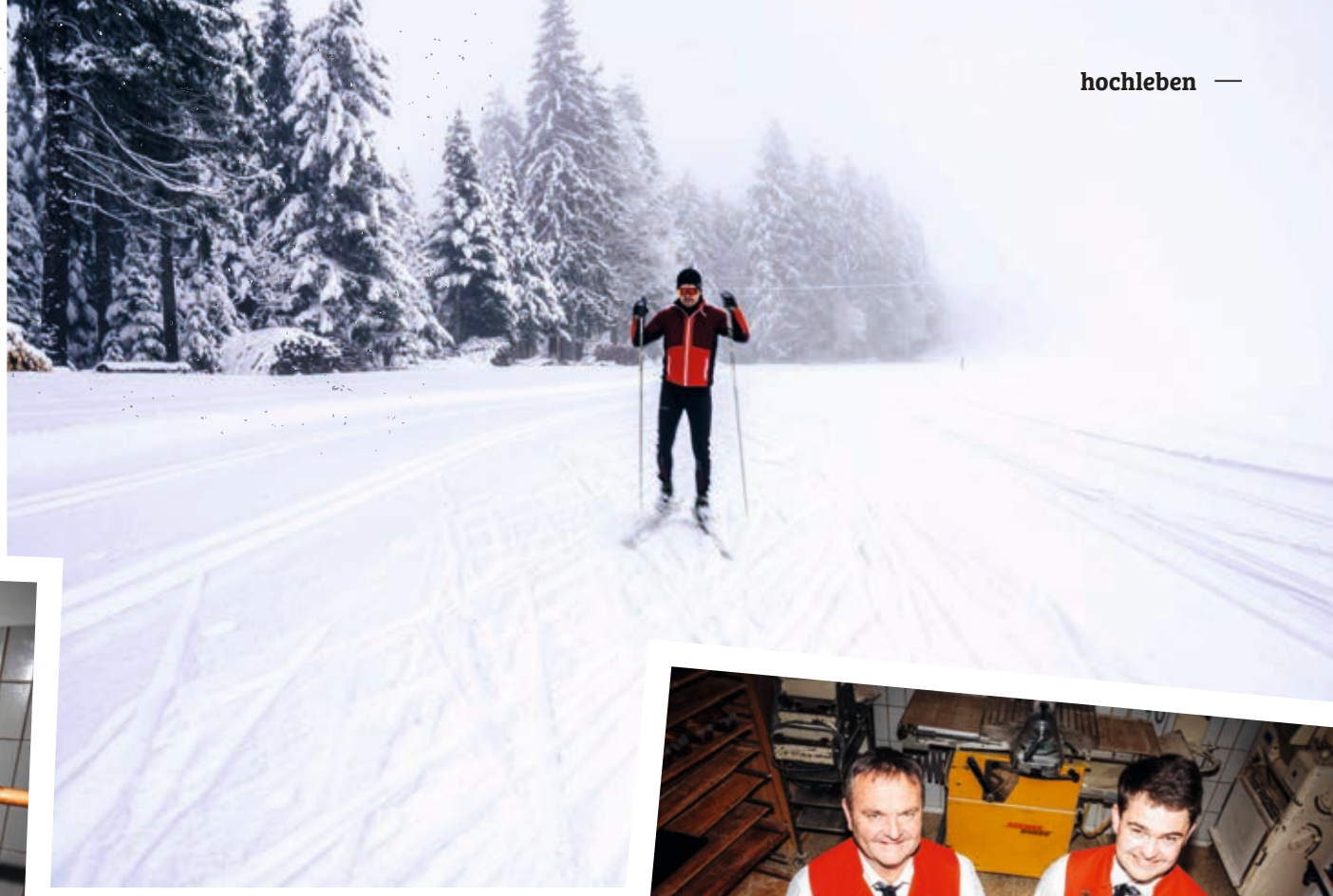
Gegen 11 Uhr ist fertiggebacken. Im Anschluss dann der Abwasch. „Das ist eher nicht so Andreas' Ding", lacht der Vater. Was Andreas deutlich lieber macht, sind die Ausfahrten mit dem Hasebeck-Mobil, einem roten Kleintransporter, mit dem sie fast täglich ins Umland aufbrechen, um ihre Backwaren selbst in die entlegensten Seitentäler zu bringen. Schon als Kinder sind Andreas und seine Schwestern mit dem Opa rausgefahren. Mal hinauf Richtung Thurner, mal hinab Richtung Titisee, mal rüber nach Heiligenbrunnen oder Langenordnach. Die Wochentage, an denen die verschiedenen Routen abgefahren werden, sind seit Jahren gesetzt. Damit die Kunden wissen, wann der Hasebeck um die Ecke fährt und seine Backwaren

„Wenn der Beck hupt … ist ein geflügeltes Wort im Jostal. Die mobile Bäckerei erfreut die Anwohner bis heute"

verkauft. „Wenn der Beck hupt …" ist ein geflügeltes Wort im Jostal. Die mobile Bäckerei erfreut bis heute die Anwohner.

Was Andreas bald erfreuen soll, ist ein Anbau für einen neuen, größeren Kühlraum. Darin könnte er Teige noch länger gehen lassen. „Das gibt noch mal einen ganz anderen Geschmack." Grünes Licht vom Vater hat er dafür bereits letztes Jahr bekommen. Schon früher hat Clemens Beha seine Kinder immer alles ausprobieren lassen. Wenn man sich nicht weiterentwickle, sagt der 61-Jährige, werde man nicht vorankommen.

Clemens Beha war 27 Jahre alt, als sein Vater ihm die Bäckerei übergab. Mit 33 Jahren war es nun an der Zeit für Sohn Andreas. „Er ist jung, ehrgeizig, kreativ", sagt der Papa: „Der wird das gut machen." Und doch schwang bei Andreas bei aller Vorfreude, die Bäckerei mit Beginn dieses Jahres zu übernehmen, auch ein gehöriger Respekt mit. Immerhin trat er ein gro-







Einen Ausgleich **zur Arbeit in der Backstube findet Andreas Beha beim Skilanglauf – und bei seinem Engagement für den Musikverein**

ßes Erbe an: 200 Jahre Familiengeschichte auf den Schultern eines 33-Jährigen. „Das ist eine große Herausforderung", sagt er: „Aber ich freue mich darauf." Außerdem hat er ja tatkräftige Unterstützung. Der Hasebeck, das ist nicht nur Andreas – oder vormals Clemens oder Albert. Der Hasebeck ist ein Gemeinschaftsprojekt. Eine Herzensangelegenheit der ganzen Familie. Da helfen alle mit, ob Eltern oder Geschwister: in der Backstube, beim Verkauf, bei den Ausfahrten.

Neuerdings auch auf Social Media, wo besonders Andreas' Ehefrau Heike aktiv ist. Als sich neulich einmal die Zimtschnecken mit Vanillefüllung sich im Laden schlecht verkauften, setzte sie einen Post auf Instagram ab. Wenig später rannten Kunden ihnen quasi den Laden ein. Noch so ein Schritt in die Zukunft für den traditionsreichen Betrieb.

Andreas jedenfalls ist gespannt auf alles, was da noch kommen mag in der Hasebeck-Bäckerei. Natürlich freut er sich auch auf die Entwicklungsschritte seines Sohnes. Ob Miko später auch mal so leidenschaftlich Fußball spielen wird wie er selbst, vielleicht ebenfalls als Kapitän beim SV Hölzlebruck? Ob er sich auch mal so stark im Musikverein engagieren wird? Ob er irgendwann auch zusammen mit ihm mitten in der Backstube musizieren wird – so wie es Andreas am Tenorhorn und Clemens am Flügelhorn an freien Nachmittagen manchmal tun? Ob Miko die Begeisterung fürs Langlaufen von seinem Vater erben und wie Andreas ebenfalls eines Tages am Wasalauf teilnehmen wird, dem berühmten Skilanglaufrennen über 90 km in Schweden?

Und die vielleicht wichtigste Frage: Wird Miko irgendwann in die mehligen Fußstapfen seines Vaters treten, hinausziehen für die Lehre, als gestandener Bäckermeister mit vielen Ideen wieder zurückkehren in die Hasenmühle? „Der Bub", sagt Andreas Beha, „darf machen, was er will. Er hat alle Freiheiten."

Die Hasebeck-Bäckerei Beha findet ihr in der Jostalstraße 42 in Titisee-Neustadt und bei Instagram: hasebeck_. Mehr Infos im QR-Code!



Sängerin an der Säge
Magdalena Ganter aus Hinterzarten wusste schon früh, dass sie auf die Bühne gehört. Zum Repertoire der vielseitigen Musikerin gehört neben dem Akkordeon auch die Singende Säge



Eine, die den Bogen raushat

Sängerin Magdalena Ganter ist nach Jahren in Berlin in ihre Heimat Hinterzarten zurückgekehrt. Dort zeigt sie, wie gut Erdung und Ausgelassenheit sich ergänzen – nicht nur in ihrer Musik …

TEXT: MATTHIAS MAIER • FOTOS: HIGH FIVE KOLLEKTIV

Ich hatte schon immer eine punkige Haltung“, sagt Magdalena Ganter. „Und lange keinen Bock auf alles Konservative.“ Das war einer der Gründe, warum sie irgendwann weg wollte aus ihrem Heimatdorf im Hochschwarzwald. Der andere: ihrer Leidenschaft für Musik und Theater nachgehen, auf den Bühnen der Hauptstadt. Dass das Künstlerdasein in einer flirrenden Metropole wie Berlin auch seinen Tribut fordert, musste sie schmerzhaft erfahren – und entdeckte dadurch den Schwarzwald neu, als Kraftquelle und Heilmittel.

Magdalenas Weg beginnt 1986 in Hinterzarten. Sie wächst in einer ebenso musikalischen wie handwerklich begabten Familie auf. Ihr Vater führt nicht nur die 1891 von seinem Urgroßvater gegründete Zimmerei, sondern beherrscht auch sieben Instrumente. Magdalena bekommt von ihren Eltern viel Freiheit und Vertrauen geschenkt. Darf sich und ihre Talente ausprobieren. Sie lernt Ballett, später Klavier, singt und tanzt schon als Kind leidenschaftlich gerne. Ihren Eltern wird immer wieder gesagt: „Ihre Tochter gehört auf die Bühne.“

Dem mag man nicht widersprechen, wenn man Magdalena heute bei ihren Konzerten im Scheinwerferlicht sieht. Strahlend. Lachend. Wie sie jauchzt, pfeift und tanzt, ihre rotblonden Haare schüttelt, Akkordeon spielt oder unkonventionelle Instrumente wie die Singende Säge. Die schiere Freude am Performen strömt aus jeder Pore. „Ich werde mich immer an der Schnittstelle zwischen Musik und Theater bewegen“, sagt sie.

Gelernt hat sie beides an der Universität der Künste in Berlin. Dort beginnt sie 2006 ihr Studium in Tanz, Gesang und Schauspiel. Mit Anfang 20 taucht sie ein in diesen neuen, berauschenden Kosmos. 2010 hat sie dann ihr Diplom in der Tasche, ist für Theaterrollen auf Bühnen in der ganzen Republik unterwegs, singt und tanzt in Varietés von Prag bis Amsterdam. Ein Engagement folgt auf das nächste. „Es war ein wildes, intensives Leben mit vielen Ups und Downs“, sagt Magdalena.

Doch irgendwann funkt ihr Körper SOS. Mal schlafen ihr die Füße ein, dann hat sie Taubheitsgefühle in den Händen. Zunächst gehen die Symptome wieder vorbei und die Shows weiter. Dann folgt der Zusammenbruch. „Da habe ich gemerkt, dass ich eine Auszeit brauche“, sagt Magdalena. Sie fährt nach Hinterzarten zu ihrer Familie. Dort geht sie jeden Tag lange im Wald spazieren, läuft am liebsten zum Mathisleweiher. Schon während des Studiums war der versteckte See ihr Anlaufpunkt, wenn sie zu Besuch in der Heimat war. Hier, zwischen bemoosten Felsen und Heidelbeersträuchern, konnte sie schon immer am besten runterkommen, Kraft >

> tanken. „Erst in der Ferne wurde mir bewusst, was für eine intensive Verbindung ich zum Schwarzwald habe – und wie gut er mir tut, wie heilsam er für mich ist."
Dieses Mal bleibt Magdalena für sechs Wochen, um sich zu erholen. Und beschäftigt sich mit grundsätzlichen Fragen: Was brauche ich, um glücklich und gesund zu sein? Eine Antwort lautet: die Erdung

„Wenn ich andere mit meiner Musik auch glücklich machen kann, empfinde ich das als sehr sinnstiftend"

und innere Ruhe, die der Schwarzwald ihr gibt. Eine weitere: Familie. Zweifach ist Magdalena seitdem Mutter geworden. Das habe ihr viel Kraft gegeben, sagt sie – und sie ins Gleichgewicht gebracht.

Die dritte Erkenntnis: Ihre eigene Musik zu machen – das war doch eigentlich immer das, was sie am liebsten tun wollte! Nach ihrer Auszeit reduziert sie Engagements am Theater und richtet den Fokus auf ihre Band „Mockemalör". Das Artpop-Trio gibt erste Konzerte und 2013 sein Debütalbum „Schwarzer Wald" heraus. In den Texten setzt Magdalena sich mit ihren Wurzeln auseinander – und singt im alemannischen Dialekt. Es folgen Tourneen, zwei weitere Alben und Konzertreisen, die die Band bis nach Georgien und China führen.

Seit 2018 ist Magdalena als Solokünstlerin unterwegs, irgendwo im weiten Feld zwischen Indiepop und klassischem Chanson. Ihre Vorliebe für Cabaret und Varieté ist nicht zu überhören, die Goldenen Zwanziger haben es ihr angetan. Die extravagante Ausgelassenheit jener Zeit einerseits und dieses Tiefe, Geerdete, Schwarzwälderische: Bei Magdalena passt es nahtlos zusammen. In ihrem Sound, ihren Texten, in ihrem ganzen Wesen. „Ich habe auch eine düstere, melancholische Seite", sagt sie.
Ihre Musik ist nicht beliebig, nicht beiläufig. Sie wurde zum Zuhören gemacht. Und vielfach ausgezeichnet, unter anderem mit dem Kleinkunstpreis Baden-Württemberg und dem Preis der Deutschen Schallplattenkritik. Viele ihrer Stücke handeln vom Ausprobieren, Scheitern und Fallen, vom Wiederaufstehen und neu Beginnen. „Zuhause, wo ist Zuhause", fragt sie auf ihrem Album „Transit", das 2024 erschienen ist und unter anderem vom Abschied von Berlin handelt. Und vom Heimkommen. Seit ein paar Jahren ist sie zurück in Hinterzarten. Auch weil es der Ort ist, an dem sie ihre Kinder aufwachsen sehen will – in einem alten Schwarzwaldhof, den sie und ihr Freund Philipp umbauen.

Ankommen heißt jedoch nicht stillstehen: In Magdalenas Kopf schwirren jede Menge Ideen umher: zu neuen Konzertformaten, zu Festivals und vielem mehr, was sie gern im Schwarzwald anstoßen würde. Sie will was bewegen, sich einbringen. Sie gibt Gesangsunterricht, hat sich zur Theaterpädagogin weitergebildet, um mit Kindern und Jugendlichen an Bühnenprojekten zu arbeiten. Natürlich schreibt sie weiterhin Lieder, gibt Konzerte. „Musik machen macht mich einfach glücklich", sagt sie, „das ist mein Lebenselixier. Und wenn ich andere damit auch glücklich machen kann, empfinde ich das als sehr sinnstiftend."
Sie weiß auch, dass sie immer wieder Veränderung braucht, um sich weiterzuentwickeln und zu wachsen. Dass sie den Mut aufbringen muss, Altes loszulassen und neue Wege zu wagen. Auch wenn man dabei mal fällt und wieder aufstehen muss. „Erfolg ist mein zweiter Vorname", heißt es irgendwo in ihren Songtexten, „der erste immer noch Scheitern, heiter scheitern. Immer wieder. Immer weiter."

Infos und Tickets: magdalenaganter.de
„Zämme was bewege" lautet der Leitspruch einer Gruppe engagierter Hochschwarzwälder. Noch mehr inspirierende Porträts unter: hochschwarzwald.de/zaemme







Zwischen Kachelofen und Konzert
In ihrer Heimat im Hochschwarzwald schöpft Magdalena Ganter Ruhe, Energie und Kreativität. Die steckt sie dann in Musik und Bühnenauftritte



Woher kommt der Honig?
Der Lehrpfad Via Apis in Bonndorf nimmt Erwachsene und Kinder mit in den Bienenstaat

Bee happy!

Wetterfester Rundweg mit vielen Aha-Momenten: Der Lehrpfad Via Apis in Bonndorf zeigt Familien das faszinierende Leben der Bienen – und warum sie so wichtig sind

TEXT: ANNA FREUND

Guck mal, diese Biene da!“ Viele Eltern kennen das Kinderlied, das eigentlich so weitergehen müsste: „Guck mal, wie sie fliegt und wie sie schafft!“ Doch nicht allein aufgrund ihres Arbeitseifers sind die vielbesungenen Insekten so leistungsstark – sondern vor allem wegen ihrer sozialen Kompetenz: Sie stellen ihren treuen Dienst ein Leben lang in den der Gemeinschaft. Und das verdient Beachtung. Das dachte sich auch die Imkerei Herb aus Bonndorf, die den fleißigen Bienchen mit dem Lehrpfad „Via Apis“ ein ganz besonderes Denkmal gesetzt hat.

Winter ohne Schnee, verregnete Ferienwochen, Frühjahrsmüdigkeit: Als Eltern kennt man diese Tage, an denen die Regenpausen für den großen Ausflug zu kurz scheinen und man die Familie trotz ungemütlicher Wetteraussichten doch irgendwie an die frische Luft bringen möchte. Wer an solchen Tagen im Hochschwarzwald ist, genießt den Vorteil, dass es in der Region viele liebevoll angelegte Kinderpfade gibt – wie den Bienenlehrpfad in Holzschlag, einem Ortsteil von Bonndorf, mit seinem relativ kurzen und komplett geteerten Rundweg, den selbst Kleinkinder ohne Weiteres schaffen. Auch einer Erkundung per Drei-, Lauf- oder Fahrrad sowie der Nutzung von Gehhilfen steht dank der barrierefreien Tour buchstäblich nichts im Weg. Weil es hier aber auch abseits des Pfades viel Spannendes zu entdecken gibt, sind festes Schuhwerk oder Gummistiefel und Matschhose trotzdem empfehlenswert.

Der Weg verläuft über rund zwei Kilometer mit leichter Steigung. Unterwegs gibt es 15 Stationen mit kunstvollen Schautafeln. Ausgangspunkt ist ein kleiner, aber feiner Spielplatz, den die Kinder zuerst ansteuern. Vom Kletterturm aus erschließt sich ihnen der Blick auf die weitläufige Streuobstwiese, die die Wanderung einleitet oder abschließt – je nachdem, in welche Richtung man läuft. Folgt man dem Weg, auf den die Figur am Eingang des Pfades deutet, geht man vorbei an mehreren farbenfroh gestalteten Sitzbänken und erfährt allerhand Wissenswertes über den Arbeitsalltag der Bienen, die zur Familie der Hautflügler zählen. Wenig später kommen charmante Figuren in Sicht.

„Im Hochschwarzwald gibt es liebevoll angelegte Kinderpfade – wie den Bienenlehrpfad mit seinem relativ kurzen und komplett geteerten Rundweg“

Nun warten verschiedene Mitmach-, Anschau- und Erlebnisangebote auf die Kinder: Zum Beispiel ein Bienen-Geschwisterpaar, das dazu einlädt, die sich bietende Aussicht durch die Augen der Biene zu betrachten. Und das ist, zumindest beim lebendigen Exemplar, ziemlich spektakulär: Denn die Biene nimmt die Welt völlig anders wahr als wir. Mit ihren fünf Augen sieht sie auch ungefähr fünfmal so viel, nämlich über 300 Bilder pro Sekunde. Drei dieser Augen, die sich auf ihrer Stirn befinden, dienen dazu, ihr anhand des Lichteinfalls eine zeitliche Orientierung zu vermitteln.
Außerdem können Bienen im Unterschied zum Menschen ultraviolettes Licht erkennen. Somit sehen sie die Wiese als leuchtendes Blütenmeer. Die Farbe Rot hingegen kann das Bienchen gar nicht sehen – sehr wohl aber das Kind, das durch die Gucklöcher der Skulptur auf der Wiese eine strahlend-rote Blume erspäht. >



Via Apis – Welt der Biene

Parkplatz: Auf dem Dorfplatz, Schulstraße 1, 79848 Bonndorf-Holzschlag

Schwarzwälder Hausbrennerei und Imkerei Herb
Tiroler Str. 8, 79848 Bonndorf-Holzschlag, +49 (0)7653/6660
honig-schnaps.de

Fotos: Ferienregion Wutachschlucht



Die Welt durch Bienenaugen
Schon gewusst? Bienen sehen fünfmal so viel wie wir, nämlich über 300 Bilder pro Sekunde

Mitmachen und lernen: **Liebevoll gestaltete Stationen sorgen auf dem Bienenlehrpfad dafür, dass der Familienspaziergang zum Abenteuer wird**



> Immer dann, wenn solch eine Station erreicht ist, gerät die nächste Skulptur bereits ins Blickfeld. Das motiviert die Kinder und gestaltet die Abschnitte angenehm kurzweilig. Die Kleinen können sich hier prima austoben, bis zum nächsten Haltepunkt rennen und dort schon einmal mit dem Mixmax-Drehspiel beginnen, bei dem sie die richtigen Kopf-, Mittel- und Unterteile zu jeweils einem Gesamtbild zusammenfügen. Beim Insektenhotel, das auf dem höchsten Punkt der Strecke liegt, lässt sich hier und da eine Wildbiene beim Ausfliegen beobachten. Den Kindern gefällt's: Sie wollen direkt mit abheben und spielen „Summ-Summ". Ein kleiner Flug geht schließlich immer, wenn man mit kindlicher Offenheit in die Welt – nicht nur der Biene – schaut.

Apropos Schauen: Noch eine tolle Chance zum Beobachten des munteren Bienenvolktreibens bietet sich an der imposanten Klotzbeuten-Figur, die bevölkert ist und, wie alle Skulpturen des Pfads, vom Grafenhausener Holzbildhauer Simon Stiegeler geschaffen wurde.
Als der Weg ein Stück durch den Wald führt, entdecken die Kinder zwischen den Bäumen ein paar merkwürdige Riesenkugeln und werden neugierig. Es handelt sich um nachgebaute Bienenstöcke, die wie kleine Hütten dastehen und vielseitige Versteck- und Spielmöglichkeiten bieten. Eine ganze Weile sind wir nun eine Bienenfamilie, die morgens ausfliegt, um Nektar und Pollen zu sammeln, welche sie abends bei der Königin abliefert, bevor sie todmüde ins Bett fällt. Die kleinen Larven müssen schließlich auch versorgt werden. Dass jede Biene gebraucht wird und einen wertvollen Beitrag für das ganze Volk leistet, ist die Botschaft, die die Kinder behalten.

Tipps für Familien

Familienurlaub will gut geplant sein. Schließlich gilt es, viele Wünsche und Bedürfnisse unter einen Hut zu bekommen, gerade, wenn mehrere Generationen gemeinsam unterwegs sind. Wie gut, dass der Schwarzwald als familienfreundliche Ferienregion Unterhaltung und Erholung für Groß und Klein bietet.
Tipps für Aktivitäten und Ausflugsziele für jedes Alter, zu jeder Jahreszeit und zu jedem Wetter gibt es unter hochschwarzwald.de/familie

Fotos: Hochschwarzwald Tourismus GmbH



Hier brummt was!
Wer selbst einmal eine fleißige Biene sein will, kann sich in einem der nachgebauten Bienenkörbe auf dem Lehrpfad austoben

Am Abschluss der Runde lädt die Imkerei und Brennerei Herb, auf deren Initiative der Lehrpfad zurückgeht, dazu ein, noch mehr zum Thema zu erfahren – und natürlich auch allerlei Honigsorten und sonstige Naturprodukte zu kaufen. Imker Sebastian Herb freut sich darüber, dass der Bienenlehrpfad, den er selbst in Zusammenarbeit mit dem Bauhof der Gemeinde pflegt, häufig von Schulen und Kindergärten aus der Umgebung besucht wird. Wie die Idee dazu entstanden ist? „Wir waren viel auf Wochenmärkten und haben bemerkt, dass die Menschen viel Negatives zum Thema Bienen beschäftigt: Stiche, Bienensterben, Schädlinge wie die Varroamilbe. Dem wollten wir entgegenwirken, um den Menschen zu zeigen, wie wertvoll und toll unsere Bienen sind“, erklärt Herb.

Als unsere Summ-Summs müde ins Auto fliegen und auch zu Hause noch weiterspielen, können wir sehen, dass das Ziel, die Biene sympathisch zu machen, mit dem Bienenlehrpfad mehr als erreicht wurde.

Noch mehr spannende Themenwege für Familien gibt es unter: hochschwarzwald.de/kinderpfade

— Anzeige —

Schwarzwaldhaus der Sinne, Grafenhausen

Das Mitmach-Museum





Im einzigen Mitmach-Museum der Region wartet eine spannende Erlebniswelt auf euch. An zahlreichen Hands-on-Stationen können kleine und große Besucher ihre Sinne ganz neu entdecken.

Im Bereich Sehen findet ihr viele optische Illusionen. Der verrückte Schwarzwälder Blumengarten verwirrt euren Geruchssinn. Mit einem chinesischen Gong spürt ihr Schallwellen im Bauch, und an der Grafenhausener Geige malt ihr akustische Muster.

Auch die Sinnesorgane der Tierwelt könnt ihr bei uns erleben. Wie sieht eine Biene? Wie hört sich ein Bienenstock von innen an? Von welchem Tier stammt dieses Fell? Und passt auch der Pfotenabdruck dazu? Auf unserem Barfußpfad könnt ihr den Tastsinn eurer Füße erproben. Etwas für Mutige ist der Dunkelgang. Hier gilt es, sich durch einen völlig dunklen Raum zu tasten. Im Zeit- und im Resonanz-Raum hingegen, konzipiert vom bekannten Soziologen Professor Dr. Hartmut Rosa, wird Wissenschaft erfahrbar gemacht.

Weitere Informationen:
www.schwarzwaldhausdersinne.de
Tel. +49 (0) 77 48/5 20-48

Fotos: Schwarzwaldhaus der Sinne/Dieter Schäuble

Schlau wie ein Wälderfuchs

Maskottchen Toni Wälderfuchs kennt die Natur ganz genau – und bringt sie Kindern näher



TEXT: ANITA FERTL

Auf spielerische Art Wissen über die Natur vermitteln – das ist das Ziel des Hochschwarzwälder Kinderferienprogramms mit seinem Maskottchen Toni Wälderfuchs. Dabei tauchen Fragen auf, bei denen auch manche Erwachsene schwer ins Grübeln kommen. Zum Glück kennt Toni (fast) alle Antworten:

Was ist an Kuhmist wertvoll?

Sicher nicht der Gestank, könnte man meinen. Doch gerade der zieht viele Lebewesen an. Und wer sich traut, einen Kuhfladen genauer anzugucken, stellt fest: Da summt und wimmelt es gewaltig! Er ist Restaurant, Kinderstube und Jagdrevier in einem. Denn Kühe können nicht alles verdauen, was sie essen. Und so sind im Fladen genug Nährstoffe, um eine ganze Insektenbrut durchzufüttern. Auch Mistkäfer und Fliegen bedienen sich am Mistbüfett – und die wiederum sind ein gefundenes Fressen für Vögel, Igel oder Reptilien. Obendrein düngt Kuhkacke den Boden und zieht Regenwürmer an. Die lockern dann die Erde, produzieren Humus und alles wächst besser. So gesehen ist ein Kuhfladen also eine ziemlich dufte Sache. Übrigens: Eine Kuh lässt täglich acht bis zehn Fladen fallen – von denen jeder bis zu zwei Kilo wiegen kann!



Kuh



Biene

Warum sind Bienen so wichtig?

Die schwarz-gelben Flugkünstler erledigen beim Nektarsammeln eine wichtige Tätigkeit: die Bestäubung. Viele Pflanzen können sich nur vermehren, weil Bienen ihre Pollen von Blüte zu Blüte tragen. Rund 80 Prozent unserer Wild- und Nutzpflanzen werden durch die fleißigen Insekten bestäubt. Und ein Drittel aller Nahrungsmittel, die täglich auf unsere Tische kommen, sind direkt oder indirekt von dieser Bestäubung abhängig. Auf diese Weise tragen Bienen auch zur Artenvielfalt mit tausenden Pflanzen bei, die wiederum Nahrung für viele Tiere sind. Und außerdem gäbe es ohne Bienen kein leckeres Honigbrot zum Frühstück.

Alle Veranstaltungen des Ferienprogramms mit Toni Wälderfuchs unter ***hochschwarzwald.de/ferienprogramm***

Welches vom Aussterben bedrohte Tier lebt im Hochschwarzwald?

Das Auerhuhn. Der größte Hühnervogel Europas gilt als König des Waldes. Denn der Hahn wird bis zu 90 Zentimeter groß, sieht majestätisch aus mit grünschimmernder Brust, dunklem Federkleid und rotem Lidschatten. Die kleinere Auerhenne hat braunes Tarngefieder, damit sie gut versteckt am Boden brüten kann. Doch ihre Lebensräume gehen durch intensive Waldbewirtschaftung und das sich wandelnde Klima allmählich verloren. Zudem reagieren die scheuen Tiere sehr sensibel auf Störungen, etwa durch Wintersportler, Mountainbiker oder Wanderer. Dadurch gibt es weniger Junge. Seit einigen Jahren hilft der Verein „Auerhuhn im Schwarzwald“ und hält die Flächen frei, damit der Vogel seine Fressfeinde schon von Weitem sieht und seine Lieblingsspeise, die Heidelbeeren, besser wachsen. Mit kleinem Erfolg: Seit dem Jahr 2022 hat sich der Bestand einigermaßen eingependelt. Damit das so bleibt, braucht das Auerhuhn aber weiter seine Ruhe.



Auerhuhn

Fotos: Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Hochschwarzwald Card

RUND 100 ERLEBNISSE*

inklusive!



Gefördert durch das Land Baden-Württemberg: digitalLÄND

*einmal während des Aufenthaltes

Kostenlos - ab zwei Übernachtungen bei teilnehmenden Unterkünften:

hochschwarzwald.de/card

TEXT: PATRICK KUNKEL, MATTHIAS MAIER

TRAILS FÜR ABENTEUERLUSTIGE

Es sind Wege, die Wandererherzen höherschlagen lassen: wurzelige Pfade, die über Stock und Stein führen, kaum breiter als zwei Stiefel. Mal schlängeln sie sich durch einen Bannwald, mal folgen sie einem Wildbach oder queren Steilhänge. Fünf der spektakulärsten Wanderwege im Hochschwarzwald stellen wir hier vor



Achtung!
Alle hier vorgestellten Streckenabschnitte weisen alpinen Charakter auf und sollten keinesfalls ohne die nötige Erfahrung, körperliche Verfassung und Ausrüstung sowie Berücksichtigung der Witterungs- und Wegverhältnisse begangen werden.

1.
Silberberg-Pfad

Feldberg/Todtnau • 11,9 km • ca. 4 h

Wird aus einem Pfad ein Felsenpfad, ist das Abenteuer nicht weit. Besagter Felsenpfad ist alpin und misst 2,5 Kilometer. Er ist Teil einer Wanderung, die am Feldberg-Hebelhof beginnt und in Todtnau endet. Der Weg (blaue Raute) führt zunächst an der Wiesenquelle vorbei und quert die Skihänge mit der alten Skischanze oberhalb von Todtnau-Fahl. Im Wald wird er schmaler und felsiger. Circa 600 Meter nach der Schlegelbachhütte wird es spannend. Der Felsenpfad! An einigen senkrecht abfallenden Felswänden sind Trittsicherheit und Schwindelfreiheit gefragt. Auch muss über einen kleinen Absatz gekraxelt werden. Zur Belohnung gibt es tolle Ausblicke auf den Feldberg und ins Wiesental. Kurz vor dem Bernauer Kreuz zweigt ein Waldweg ab runter durch den Mauswald nach Todtnau. Tipp: Von Todtnau fährt die Buslinie L7300 zum Ausgangspunkt der Wanderung Feldberg-Hebelhof.

Abenteuer-Faktor: 9 von 10

Fotos: Hochschwarzwald Tourismus GmbH







2.
Rappenfelsensteig

Grafenhausen • 12,4 km • 4,5 h

Genießerpfade mal anders. Wer sich auf den Rappenfelsensteig begibt, erlebt nicht nur den romantischen Schwarzwald, sondern auch den wildromantischen. Die Rundwanderung startet am Gasthaus Zum Hirschen im Ortsteil Staufen und führt zunächst bequem durch den urwaldartigen Bannwald Schwarzahalden. Am Rappenfelsen beginnt ein schmaler Steig (Länge: 1 km) über eine Blockhalde, der sich entlang der senkrechten Felsenwände hinaufwindet. Mit Glück und bei klarer Sicht gibt's unterwegs Gämse und auf dem Wartbuck Eiger, Mönch und Jungfrau zu sehen.

Abenteuer-Faktor: 7 von 10



3.
Bannwald Zweribach

St. Märgen • 12 km • 4 h

St. Märgen hat einiges zu bieten: das Kloster Museum, die Ohmenkapelle sowie spektakuläre Wasserfälle als Wanderziele. Dahin geht's! Am Gasthaus Hirschen beginnt die Rundwanderung. An der Rankmühle vorbei geht es durch den Gutacher Wald bis zum Standort Bannwald Zweribach. Auf einem schmalen Pfad durch Bannwald, der sich seit über 50 Jahren frei entfalten darf, beginnt das Abenteuer. Nach dem Hohwartsfelsen geht es über die Hirschbach-Fälle zum aufgegegeben Brunehof mit Schutzhütte. Sehr imposant sind die Wurzelteller der umgestürzten Bäume, die aus dem dichten Moospelz ragen. Vorsicht: Der steile Weg zu den 40 Meter hohen Zweribachfällen hat knorrige Wurzeln und glitschige Trittsteine. Der Rückweg auf dem Panoramaweg nach St. Märgen bietet an der Kapfenkapelle freie Sicht auf St. Peter.

Abenteuer-Faktor: 8 von 10



Fotos: Hochschwarzwald Tourismus GmbH, Patrick Kunkel



4.

Drei-Schluchten-Tour

***Löffingen** • 9,6 km • 3,5 h*

Die Wutachschlucht gilt als der Grand Canyon des Schwarzwalds. Die Rundwanderung beginnt in Löffingen-Bachheim an der Drei-Schluchten-Halle und führt an eindrucksvollen Felsgalerien vorbei und durch üppiges Grün hinab in die Wutachschlucht bis zur Mündung der Gauchach. Durch deren Schlucht gehen schmale Wurzelpfade, die mehrfach über kleine Holzstege den Bach queren. In der Engeschlucht ist der Name Programm: Zwischen Wildwasser und Felsen windet sich der Pfad an den Steilwänden entlang, die teils mit Stahlseilen gesichert sind. Wer es wagt, sollte unbedingt trittsicher sein.

Abenteuer-Faktor: 9 von 10



5.

Felsenweg am Feldsee

***Feldberg** • 8,8 km • 3 h*

Wegen seiner Lage gilt der Feldsee als Wildromantik pur. Die Wanderung dorthin beginnt am Caritas-Haus zwischen Feldberg-Ort und Feldberg-Bärental – hier gibt es Parkplatz und Bushaltestelle. Zuerst geht es durch einen Bannwald mit Blick auf den Titisee bis zur Talstation der Feldbergbahn und von dort einige Meter am Waldrand bergauf. Jetzt wird's spannend. Der folgende Felsenweg (2 km) ist schmal, abwechslungsreich, von Wurzeln durchsetzt und ziemlich felsig. Auf halber Höhe führt der Pfad durch die 300 Meter hohen Steilwände des Feldseekars. Kleine Stege leiten ihn über unwegsame Stellen, teils muss sogar über Felsen und Totholz gekraxelt werden. Wer einkehren will: Der beliebte Raimartihof liegt fast auf dem Weg. Auch an dem wildromantischen Feldsee lohnt sich eine Wanderpause. Tipp: Die Bushaltestelle ist von Titisee oder Todtnau mit der Linie 7300 zu erreichen.

Abenteuer-Faktor: 8 von 10



Über den Wolken

TEXT: JANA WELLE

Schon mal den Hochschwarzwald bei Inversionswetterlage erlebt? Die Täler liegen im grauen Nebel, die Gipfel im goldenen Licht. Mit unseren Tipps und Tricks wird das Naturphänomen zum unvergesslichen Erlebnis …

Foto: Hochschwarzwald Tourismus GmbH



Wanderer über dem Nebelmeer
Am Feldberg hat man in der kalten Jahreszeit oft einen besonders klaren Blick bis zu den Schweizer Alpen

An manchen Herbst- und Wintertagen verwandelt sich der Hochschwarzwald in ein Naturtheater: Während die Täler in kaltem Grau und dichter Nebeldecke versinken, leuchten die Berggipfel in klarer Kälte und goldenem Sonnenlicht. Dieses spektakuläre Phänomen entsteht durch eine sogenannte Inversionswetterlage. Normalerweise kühlt sich Luft mit zunehmender Höhe ab – bei einer Inversion kehrt sich das um: Eine kalte, feuchte Luftschicht bleibt im Tal „hängen", während oben wärmere Luft liegt und klare Sicht herrscht.

Wer sich dann auf den Weg in die Höhe macht, wird belohnt: mit einer Extraportion des Sonnenhormons Vitamin D, spektakulären Aussichten und einer einzigartigen Atmosphäre. Ein absoluter Geheimtipp gegen Winterblues! Wir erklären, was man über das Naturphänomen wissen sollte – und geben Tipps, wie man diese besonderen Tage in vollen Zügen genießen kann.

Ab auf die Höhe bei Nebel in den Tälern – ein super Mittel gegen Winterblues!

Der Hochschwarzwald zählt mit seinen Gipfeln wie Feldberg, Brend oder Hochfirst zu den höchsten Erhebungen der deutschen Mittelgebirge. In Verbindung mit langen, windschwachen Herbst- und Winternächten sowie kalter, feuchter Bodenschicht entstehen dort vergleichsweise häufig stabile Inversionen, auch >



> Umkehrwetterlage genannt. Wenn dann Sonne und klare Höhenluft sich auch noch mit unberührter Schneedecke verbinden, entsteht eine beeindruckende Szenerie, bei der man fast glaubt, über den Wolken zu schweben. Genau das macht die Region zum idealen Ort, um dieses Naturphänomen zu genießen – ein Erlebnis!

Dort oben kann man dann einfach auf einer Bank sitzen, Sonne tanken, den Blick genießen – oder sportlich aktiv werden. Bei ausreichend Schnee ist die Aussicht übers Nebelmeer bis zu den Alpen ein zusätzliches Highlight für Skifahrer und Snowboarder auf dem Feldberg. Auch die weiteren Wintersportgebiete, etwa in Todtnau, Lenzkirch, Schönwald oder an der Kalten Herberge bieten dann Abfahrten unter strahlend blauem Himmel. Langläufer haben im Hochschwarzwald die Auswahl zwischen 140 Langlaufloipen (insgesamt rund 900 km), die präpariert werden. Eine der schönsten davon ist die Thurnerspur, die dank ihrer Höhenlage von 1.100 Metern über dem Meeresspiegel als sehr schneesicher gilt.
Manchmal hat man mit so viel Schnee im Urlaub gar nicht gerechnet. Wer sich spontan auf die Bretter schwingen will, kann mit der Hochschwarzwald Card die komplette Ausrüstung bei teilnehmenden Sportgeschäften ausleihen. Wer gar keine Wintersporterfahrung hat, aber trotzdem gleich loslegen will, greift am besten zu Schneeschuhen. Einfach losstapfen und die kalte, klare Luft und das Winterwunderland genießen!

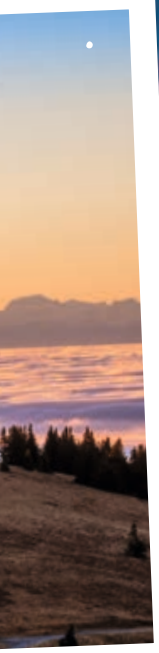
Kein oder wenig Schnee? Auch nicht schlimm. Die Inversionswetterlage macht jede Winterwanderung zum Erlebnis. Wer bei Sonnenaufgang loszieht, hat die beste Chance, auf einem noch menschenleeren Gipfel das Nebelmeer zur goldenen Morgenstunde zu erleben. Sobald die Sonne morgens die Höhen erwärmt und der Tag an Licht gewinnt, entsteht eine besondere Kulisse – ideal für stimmungsvolle Touren und Fotografien. Wer unten im Tal nur grauen Nebel vor Augen hat, kann sich oft kaum vorstellen, dass die Welt ein paar Höhenmeter weiter eine andere ist. Zum Glück gibt es nützliche Dienste wie die Webcams und Schneeberichte auf der Webseite der Ferienregion Hochschwarzwald, die aktuelle Infos über Sicht, Wetter und Schneehöhen liefern. Einfach vor dem Ausflug einen Blick drauf werfen!

„Die richtige Kleidung ist wichtig: Im Tal kann es neblig, feucht und kühl sein, oben dafür sonnig, klar und wärmer – mehrere Lagen Kleidung sind sinnvoll“

Was gibt es noch zu beachten? Die richtige Kleidung ist wichtig: Im Tal kann es neblig, feucht und kühl sein, oben dafür sonnig und klar – mehrere Lagen Kleidung, mit denen man sich flexibel an höhere Temperaturen anpassen kann, Sonnenschutz und gute, imprägnierte Wanderschuhe sind sinnvoll.
Manchmal steht man trotz guter Vorbereitung auf dem Berg – und der Nebel reicht doch bis in die Höhenlagen. Dann nicht verzagen! Die graue Suppe kann sich immer noch lichten. Und wenn man dann im Licht badet und auf das weiße Meer darunter blickt – dann sind die Hochgefühle umso größer!

Wie ist das Wetter? Die Webcams in der Region verraten es unter hochschwarzwald.de/webcam

Fotos: Hochschwarzwald Tourismus GmbH











Die ideale Kulisse für Wintersport bietet sich bei Inversionswetterlage in den Höhenlagen des Hochschwarzwalds. Egal, ob Winterwanderungen, Schneeschuhtouren, Langlaufen oder Skifahren: mit Blick auf das Nebelmeer im Tal wird jede Aktivität zum ganz besonderen Erlebnis. Am besten zieht man schon in den frühen Morgenstunden los auf den Berg


43
ORTOVOX

Lift me up!

Die Feldbergbahnen bringen jeden Winter hunderttausende Skisportler auf die Pisten. Ein Besuch auf dem „Höchsten“ im Schwarzwald …

TEXT: ANITA FERTL

Wie Diamantstaub glitzernder Pulverschnee, dazu das Gleitgeräusch unter den Skiern – solche Momente faszinieren Wintersportler seit jeher. Sicherlich auch den französischen Diplomaten Robert Pilet, als er 1891 mit seinen Holzbrettern norwegischer Bauart den Feldberg als erster Skifahrer bestieg – quasi die Geburtsstunde des Skilaufs im Schwarzwald. Schnell fand er Nachahmer. Die Schar der Skifahrer wuchs rasch, der Feldberg wurde Schauplatz von Skispringen und Abfahrtsrennen. Während in Eisenbach-Schollach 1908 der erste Skilift der Welt entstand, mussten Wintersportler am Feldberg weiterhin mühsam zu Fuß aufsteigen, weil die hier errichteten – teils gefährlichen – Provisorien keine Zulassungen erhielten.

Nach dem Zweiten Weltkrieg waren im Allgäu bereits 14 Lifte in Betrieb. Die Feldberger wollten nachziehen. Nach Verhandlungen mit dem für Naturschutz zuständigen Amt wurde das benötigte Gelände aus dem seit 1937 bestehenden Naturschutzgebiet herausgelöst, und im

>

Foto: Liftverbund Feldberg/ Baschi Bender





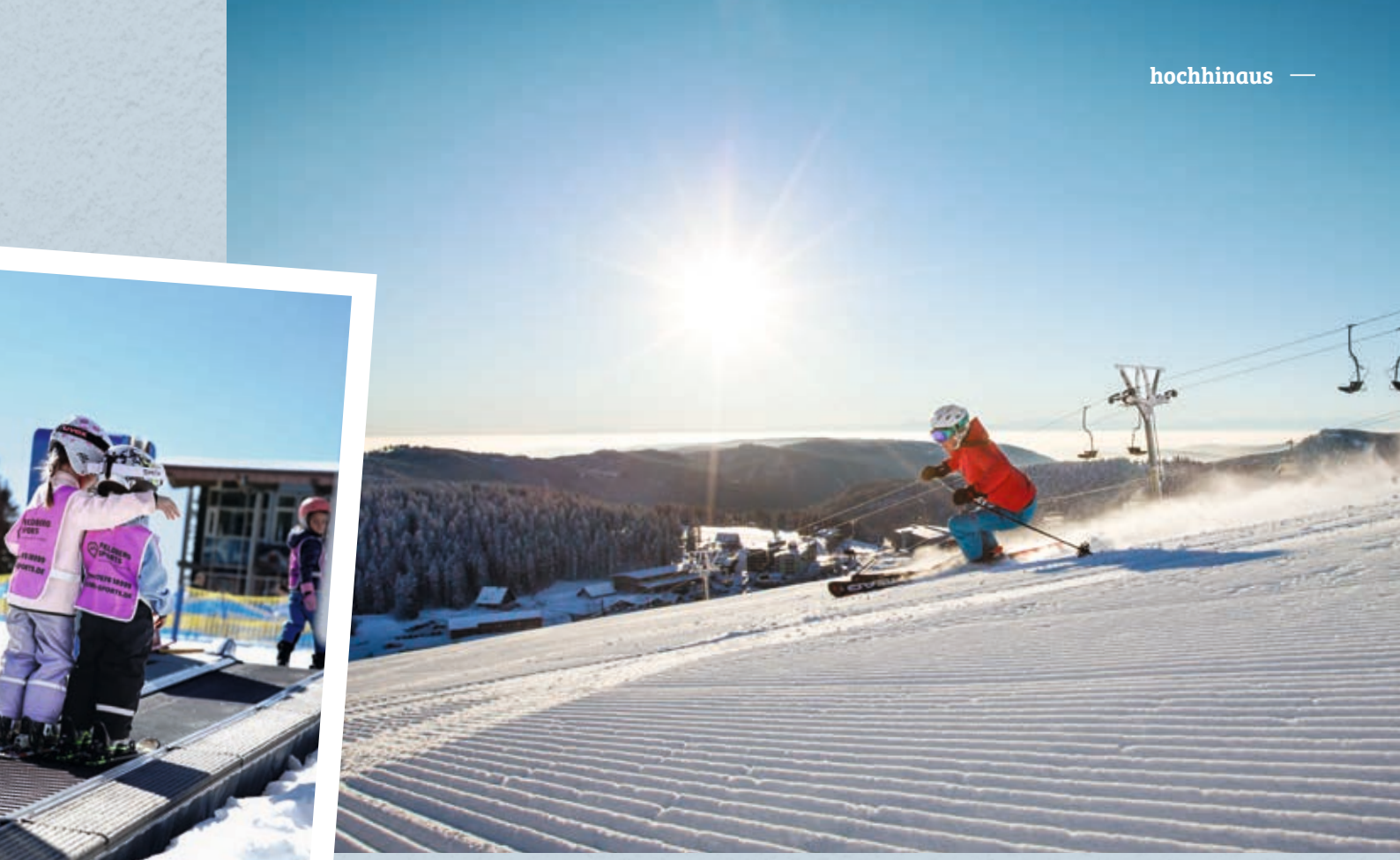
Skifahren mit Tradition
Im Jahr 1951 nahm die erste Schwebeseilbahn am Seebuck ihren Betrieb auf. Seitdem wurde das Skigebiet Feldberg immer weiter ausgebaut. Heute umfasst es fünf Sesselbahnen, neun Schlepplifte und drei Förderbänder



> Februar 1951 nahm die erste Schwebeseilbahn am Seebuck ihren Betrieb auf. Am gegenüberliegenden Hang folgte 1952 der erste Schlepplift an der Grafenmatt – auf Menzenschwander Gemarkung. In den folgenden Jahrzehnten kamen unter anderem in Todtnau-Fahl weitere Bahnen und Lifte hinzu. Heute umfasst das Skigebiet Feldberg als eines der größten deutschen Wintersportgebiete fünf Sesselbahnen, neun Schlepplifte und drei Förderbänder. Die Feldbergbahnen GmbH betreibt es – im Auftrag ihrer Gesellschafterkommunen Feldberg, St. Blasien und Todtnau – mit ihren rund 120 Mitarbeitern. Einer von ihnen ist der 74-jährige Herbert Klumpp, der seit 24 Jahren am Seebuck arbeitet, wo 1999 die erste Kombibahn Deutschlands an den Start ging, die im Sommer mit Gondeln und im Winter mit Sechsersesseln bestückt wird. Seit 2002 laufen am Seebuck Beschneiungsanlagen. Längst könnte der stellvertretende Betriebsleiter die Rente genießen. Doch Klumpp ist immer noch mit Freude dabei: „Meine Lieblingsaufgabe ist es, im Fahrdienst am Gast zu arbeiten“, sagt er. Zudem kontrolliert er die Sicherheitsvorrichtungen und überwacht die Technik und Funktion der Bahn. Was man noch mitbringen muss außer Technikverständnis, Bereitschaft zur Wochenendarbeit und warmen Socken? „Leidensfähigkeit – die Jahresdurchschnittstemperatur an der Berg-



Johannes Albrecht
Bürgermeister der Gemeinde Feldberg



Früh übt sich: **Das Skigebiet Feldberg bietet Pisten für kleine Skianfänger, aber auch Abfahrten für erfahrene Wintersportler**

station liegt bei nur 3,9 Grad. Wer oben im T-Shirt arbeiten will, kann selbst im August bei Tagen mit drei Grad Pech haben." Klumpp schmunzelt. Besonders lieb ist ihm die Kontrollfahrt frühmorgens, wenn er die Absperrungen und Bahnen prüft. „Dann habe ich den Sonnenaufgang und die Alpensicht ganz exklusiv."

Vom Skibetrieb auf dem höchsten Berg in Baden-Württemberg und den Feldbergbahnen leben und profitieren zahlreiche Akteure aus den unterschiedlichsten Bereichen: Gastronomie und Hotellerie, Einzelhandel und Sportgeschäfte, Skischulen und Skiverleihe, Tourenanbieter und viele mehr. Auch unter ihnen sind der Klimawandel und milde Winter ein Thema. Viele stellen sich darauf ein, wollen ihren Gästen ganzjährig ein Programm bieten, etwa mit Ski- und Snowboardkursen im Winter und Radverleih sowie geführten Mountainbiketouren im Sommer. Es müsse schließlich weitergehen, sind sich die meisten einig – allein schon aufgrund der immensen Bedeutung des Feldbergs für die gesamte Region.

Zustimmung kommt von zweien, die bei den Feldbergbahnen Verantwortung tragen: Kai Lebrecht, seit August 2025 der neue Geschäftsführer der GmbH, und Johannes Albrecht, Bürgermeister von Feldberg. „Wir wissen aus Untersuchungen, dass jeder Euro, der im Skigebiet ausgegeben wird, etwa das Fünffache an Wertschöpfung für die Region bringt", sagt Lebrecht. Und Albrecht ergänzt: „Sei es für Hotellerie und Gastronomie, für Dienstleister, Handwerk, Einzelhändler oder Bäcker." Allein im Winter 2024/25 wurden 192.885 Gäste gezählt. Der Feldberg zieht vor allem Familien an. „Es ist für ganz Südwestdeutschland der klassi- >



Günstiger fahren

Gäste mit Hochschwarzwald Card erhalten die Mehrtages-Skitickets für die Feldbergbahnen mit Ermäßigungen auf den tagesaktuellen Preis. Alle Infos gibt's unter hochschwarzwald.de/card

Selbst Skifahren lernen?

Am Feldberg gibt es zahlreiche Skischulen, die Kurse für Anfänger und auch Fortgeschrittene anbieten – für Ski alpin, Snowboard und viele weitere Wintersportarten. Auch die Ausrüstung kann bei vielen Anbietern ausgeliehen werden. Eine Übersicht gibt es unter feldberg-erlebnis.de

Fotos: Sammlung Franz/Kreisarchiv Breisgau-Hochschwarzwald, Gemeinde Feldberg, Feldberg Sports, Liftverbund Feldberg/ Baschi Bender



Der Feldberg **(1.494 m) trägt seinen Spitznamen „der Höchste“ zu Recht. Er ist Deutschlands höchster Gipfel außerhalb der Alpen**

> sche Berg, um Skifahren zu lernen“, sagt Albrecht. Neben blauen und roten Pisten gibt es aber auch schwarze Pisten für Experten und Weltcup-Abfahrten.
Am 22. und 23. Januar wird außerdem der FIS Para Alpine Ski World Cup für Athleten mit Behinderung bereits das zweite Jahr in Folge am Feldberg zu Gast sein.

Künftig soll der Feldberg verstärkt als Ganzjahresziel Besucher anlocken. „Wir müssen nicht zehn neue Lifte oder eine Riesenrutsche bauen, sondern das nutzen, was wir haben“, sagt Lebrecht. Etwa liebevoll gestaltete Themenwege und Sonnenterrassen, die auch Ältere per Bahn erreichen können. Statt einer Saison- wird seit Herbst eine Jahreskarte angeboten. Mit ihr können nicht nur die Skilifte am Feldberg genutzt werden, sondern auch diejenigen in zahlreichen weiteren Skigebieten in der Umgebung, die sich im Liftverbund zusammengeschlossen haben. Und sie ermöglicht nun auch im Sommer Fahrten mit den Gondeln der Feldbergbahn.

Und als besonderen Bonus schließt sie die WälderCard mit ein, die einmalig freien Eintritt zu rund 100 Attraktionen im ganzen Hochschwarzwald gewährt. „Am Feldberg können wirklich alle Generationen einen gemeinsamen Tag erleben“, findet Albrecht. Bestenfalls mit imposanter Alpensicht.

Tickets, Termine sowie alle Infos zum Skifahren am Feldberg: feldberg-erlebnis.de



Foto: Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Haus der Natur am Feldberg

Naturschutz macht Spaß!





Fotos: Naturschutzzentrum Südschwarzwald, Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Ein Besuch in der abwechslungsreichen, interaktiven Ausstellung im Haus der Natur lohnt sich immer und ist ein unterhaltsames Erlebnis für die ganze Familie und bei jedem Wetter!

Wer denkt „Naturschützer – die verbieten doch immer alles“, erfährt im Haus der Natur schnell, dass Naturschutz auch richtig Spaß machen kann: Ein Highlight ist der Talking Ranger, der mit viel Humor die Besonderheiten „seines“ Feldbergs erklärt. Da gibt es fliegende Kühe, gefährliche Zäune und ganz viel zu lachen!

Auch die 3D-Schau, die virtuelle Ballonfahrt, der Klima-Zeitraffer und das lebendige Geschichtsbuch sind unterhaltsame Infostationen für die ganze Familie.

Spannend und humorvoll dargestellt wird das Thema Luchs & Wolf. Am besten erschließt sich der rote Faden bei einer geführten Tour durch die Ausstellung, aber man kann auch mit dem Ranger oder Förster das Naturschutzgebiet erkunden. Täglich 10–17 Uhr, im Winter außerhalb der Ferien in BW montags geschlossen.

Weitere Informationen:
www.naz-feldberg.de
Tel. +49 (0) 7676/ 9336-30

Fundorena, Feldberg

Good Times Fundorena!





Fotos: Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Die FUNDORENA Feldberg begeistert Menschen von Klein bis Groß mit außergewöhnlichen Indoor- & Outdoor-Aktivitäten. Fun, Sport und Action für die ganze Familie garantiert!

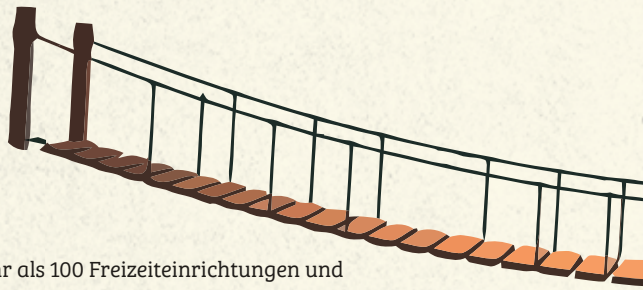
Unter dem Dach der Fundorena findest du einen Trampolinpark mit 3 Bereichen: Kids-Fun-Trail, Family-Free-Jump-Bereich und Freestyle-Jump mit High-Performance-Trampolinen und Airbag für weiche Landungen. Der beliebte Indoor-Hochseilpark lockt mit 8 verschiedenen Parcours. Unsere Boulder-Arena und der eigens für Kinder konzipierte Indoor-spielplatz Fundo’s Funpark runden das Angebot ab. Der Fundorena Outdoor-Kletterwald am Feldberggipfel öffnet von Frühjahr bis Herbst seine Bäume. Auf die Bäume, fertig, los! Wir bieten für erlebnishungrige Kletterer 5 Parcours im Kletterwald, davon 2 Parcours mit Seilrutschen, außerdem zwei spezielle Kids-Park-Parcours. Die Altersbeschränkungen für die Parcours sind auf unserer Website zu finden.

Weitere Informationen:
www.fundorena.de
Tel. +49 (0) 7676/18690



Das ABC der Hochschwarzwald Card

Kurz zu erklären, was die digitale Gästekarte ist und welche Vorteile sie Besuchern des Hochschwarzwaldes bringt, ist gar nicht so einfach. Eine Übersicht von A bis Z …



Angebot: Mehr als 100 Freizeiteinrichtungen und Erlebnisse sind bei der Hochschwarzwald Card inbegriffen.

Backen zum Beispiel – Schwarzwälder Kirsch! Wer's vom Profi lernen will: Die Card gilt als Ticket für den Tortenkurs.

Champion oder Anfänger? Egal – beim Minigolf haben alle Spaß. Und mit der Card auf zahlreichen Plätzen Freispiel.

Digital ist die Gästekarte seit einigen Jahren – und so bequem auf dem Smartphone immer und überall dabei.

Events: Ob Theater oder Kino – zu manchen Veranstaltungen gibt's mit der Card ebenfalls freien Eintritt.

Familien profitieren besonders: Mit der Card können sie an jedem Urlaubstag Neues entdecken und dabei sparen.

Gastgeber: Mehr als 350 machen mit und stellen ihren Übernachtungsgästen die Card kostenlos zur Verfügung – vom Sternehotel bis zum Campingplatz.

Hoch hinaus geht es bei vielen Card-Erlebnissen: Kletterwald, Virtual-Reality-Skispringen – und auf der 120 m hohen Hängebrücke Blackforestline!

Information Für Rückfragen und Beratung vor Ort stehen unsere Tourist-Informationen zur Verfügung.



Die Card für den Urlaub

Ihr habt noch Fragen zur Hochschwarzwald Card? Alle Antworten rund um Angebote und Vergünstigungen findet ihr auf unserer Webseite hochschwarzwald.de/card Einfach den Code scannen!

Fotos: Badeparadies Schwarzwald, Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Jungbrunnen: Viele Card-Erlebnisse wecken das innere Kind – wie der Spaßpark Schluchsee oder der Indoor-Freizeitpark Fundorena.

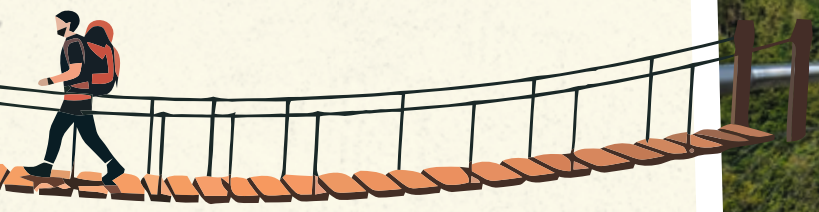
Kostenfrei heißt bei den meisten Erlebnissen: ankommen, Card vorzeigen – und eintreten, ohne zu bezahlen. Bei Workshops oder Kursen ist jedoch oft eine vorherige Anmeldung nötig.

Leihausrüstung: Ob E-Bike oder Langlaufski, ob SUP-Board oder Rodelschlitten – mit der Card entfällt die Ausleihgebühr.

Museen sind ebenfalls im Card-Angebot enthalten. Vom Skimuseum übers Haus der Natur bis zum Schwarzwaldhaus der Sinne: staunen, ausprobieren, dazulernen!







Nächte: Für mindestens zwei Nächte müssen Gäste bei einem Card-Gastgeber buchen, um die Hochschwarzwald Card zu erhalten.

Online unter mein.hochschwarzwald.de können – wo nötig – Anmeldungen für Card-Erlebnisse getätigt und vergünstigte Tickets gebucht werden.

Palmen gibt's hier auch: Mehr als 300 Stück stehen im Badeparadies Schwarzwald, das Card-Gästen ein vergünstigtes Ticket für die Bereiche Galaxy und Palmenoase anbietet.

QR-Code: Die schwarz-weiß karierte Grafik ist der Schlüssel zu den Card-Attraktionen: einfach auf dem Smartphone anzeigen und abscannen lassen!

Rätsel lösen und gemeinsam Aufgaben meistern – das geht bei Outdoor-Escape-Erlebnissen, die Teil des Card-Angebots sind.

Skifahren: Mit der Card gibt's Ermäßigung auf die Mehrtages-Skitickets der Feldbergbahnen – und kostenfreie Tagestickets bei vielen kleineren Liften!

Tiere gehen immer: ob im Steinwasenpark, im Schwarzwaldzoo, im Zoo und Freizeitpark Tatzmania – oder bei einer Wanderung mit Alpakas.

Uhr: Eine ganz persönliche, selbst gestaltete Kuckucksuhr wird beim Workshop des Deutschen Uhrenmuseums zusammengebaut und bemalt – mit Card kostenfrei.

Vergünstigungen: Zusätzlich zu den rund 100 kostenfreien Card-Erlebnissen gibt es vielerorts Rabatt auf Tickets – etwa für das Badeparadies oder Skitickets am Feldberg.

Wasserratten kommen mit der Hochschwarzwald Card auf ihre Kosten – und gratis in viele Strandbäder, Frei- und Hallenbäder.

X-beliebig oft können Card-Angebote nicht genutzt werden – sondern jeweils einmal während eines Urlaubsaufenthalts.

Yachten kann man mit der Card nicht mieten, aber ein Tretboot. Und man kann an einer Seerundfahrt teilnehmen.

Zufriedenheit: Stellt sich nach einem Tag voller Erlebnisse ein, wenn die Kinder auf der Heimfahrt selig einschlummern.



Es sind die letzten Meter einer Wanderung oder die letzten Tritte in die Pedale am Ende einer Radtour. Wenn die Wiesen in der Abendsonne leuchten, die Grillen zirpen und die Schatten der Schwarzwaldhöfe, wie hier in Oberort bei Schönwald, immer länger werden. Wenn man diese tiefe Zufriedenheit in sich aufsteigen spürt und die Vorfreude auf die anstehende Einkehr sich dazugesellt: auf ein kühles Getränk und leckeres Essen in einer urigen Wirtshausstube. Diese Momente gehören zu den schönsten im Hochschwarzwald.

Foto: Hochschwarzwald Tourismus GmbH





Tanz der Hexen
In Löffingen findet die Walpurgisnacht nicht in der Nacht auf den 1. Mai, sondern am Fastnachtsmontag statt



Höllisch wilde HEXEN

In Löffingen legen sich jedes Jahr die Narren mit dem Teufel an – um ihr Recht auf Fastnacht zu verteidigen. Eine schaurig-schöne Walpurgisnacht!

TEXT: JANA WELLE • FOTOS: PAUL WAGNER

Satan hat die Schnauze voll. Er kann es so gar nicht leiden, wenn seine Höllenwesen nicht Dreizack bei Fuß paratstehen. „Wieder einmal gebummelt und geludert – das muss anders werden in meinem Höllenstaat", brüllt der Teufel mit donnernder Stimme. Seine Laune ist so schlecht, dass er sogar den Hexen die Fastnacht verbieten will. Klar, dass die sich das nicht gefallen lassen und gegen ihren Höllenfürsten rebellieren. Das Ergebnis: Eines der traditionsreichsten und schaurig-schönsten Spektakel, das die schwäbisch-alemannische Fastnacht zu bieten hat. In Löffingen findet die Walpurgisnacht seit nahezu 100 Jahren nicht in der Nacht auf den 1. Mai, sondern am Fastnachtsmontag statt. Wir haben uns auf den Besen geschwungen und sind mal mitgeflogen …

Wo machen sich Hexen schick für den Tanz mit dem Teufel? Im Friseursalon der Familie Hofmeier, einer alten Löffinger Narrendynastie. Hier in seinem Elternhaus fieberte Hexenchef Benjamin Hofmeier schon als kleiner Bub jedes Jahr der Walpurgisnacht entgegen. Schließlich haben bereits sein Opa, Vater und Bruder vor ihm die Narrenzunft geleitet. „Ich bin damit aufgewachsen. Für mich war es als Kind das Größte, irgendwann selbst eine Löffinger Hexe zu werden", sagt der 37-Jährige. Im Friseurstuhl verpasst gerade seine Mutter dem Teufel ein feuerrotes Gesicht mit stechenden Katzenaugen. Die ganze Familie mischt beim Event mit, auch wenn die Löffinger Hexen eigentlich eine reine Herrenzunft sind.

Die Löffinger zählen zu den ältesten Hexenfiguren der schwäbisch-alemannischen Fastnacht. Dazu muss man noch wissen: Die Tradition, sich als Teufel oder Dämon zu verkleiden, ist noch wesentlich älter. Erst seit den 1930er-Jahren setzen immer mehr Zünfte auf Besen, Rock und Kopftuch. Seit dem Ende des Zweiten Weltkriegs erlebt die Hexe als

>



> Fastnachtsfigur einen regelrechten Boom. Ein Grund: Das Häs ist vergleichsweise einfach zu machen und bietet viel Beinfreiheit – für Kunststücke, aber auch für Unfug – mancherorts mit unliebsamen Auswüchsen. Eine Löffinger Hexe dagegen benimmt sich, sagt Benjamin. Die Zahl der aktiven Mitglieder ist auf 28 Männer begrenzt, der Zusammenhalt groß, die Fluktuation gering. Wer einmal eine Hexe wird, bleibt es für Jahrzehnte, bis er im Alter Platz für einen Nachfolger macht. Noch eine Besonderheit: Das Häs besteht aus gutem Tuch statt aus Flicken, jedes Zunftmitglied schnitzt seine Maske selbst. Und natürlich kommt der Besen nicht aus dem Supermarkt, sondern wird aus Heidelbeersträuchern gebunden.

„Eine Löffinger Hexe benimmt sich. Die Zahl der Aktiven ist auf 28 begrenzt, der Zusammenhalt in der Zunft ist groß. Eine Hexe bleibt man für Jahrzehnte“

Es gibt zwischen altehrwürdigen, alten und neuen Zünften viele Debatten über Traditionen und Sitten der Fastnacht. Auch das Stück, das die Löffinger Hexen an der Walpurgisnacht aufführen, greift die Geschichte der Fastnachts-Newcomer von damals auf: Die Hexen müssen ihr Recht darauf, Fastnacht zu feiern, im Konflikt mit dem Teufel erkämpfen. Die Figurenkonstellation geht auf die frühneuzeitliche Vorstellung zurück, Hexen stünden im Pakt mit dem Teufel, ihrem Meister. Anders als einige jüngere Hexenzünfte berufen sich die Löffinger aber nicht auf historische Hexenprozesse als Vorlage für ihre Figur. Das müssen sie auch nicht. Die Löffinger Hexen haben ihre ganz eigene Ursprungslegende,



Satansbraten: Sebastian Kübler spielt den Teufel, der den Hexen die Fastnacht verbieten will. So nicht! Die Löffinger Hexen proben mit vereinten Kräften den Aufstand gegen ihren Höllenfürsten

Gesichter der Fastnacht
Bei den Löffinger Hexen schnitzt jedes Mitglied seine Maske selbst – deswegen unterscheiden sich die Gesichtsausdrücke

Noch eine Besonderheit: Das Häs ist aus gutem Tuch ohne Flicken, der Besen ist handgemacht



1920 verfasst von dem Heimatforscher Leo Ratzer.

Der konnte nach einer schweren Erkrankung nicht aktiv beim närrischen Treiben dabei sein. Das hielt ihn nicht davon ab, Brauchtumsgeschichte zu schreiben. Wann Ratzers Schauspiel um Teufel, Geister und Narren zum ersten Mal aufgeführt wurde, ist nicht genau überliefert. Vermutlich 1928 oder 1929. Was war eigentlich zuerst da, die Zunft oder die Löffinger Walpurgisnacht? Anders als bei Henne und Ei weiß man hier genau Bescheid: „Unsere Zunft ist aus dem Schauspiel entstanden“, erklärt Hexenchef Benjamin Hofmeier. Das lässt sich auf 1934 datieren.

Seitdem hat sich einiges getan, gerade in Sachen Bühnen- und Pyrotechnik. Atmosphärisch soll es sein! Die Löffinger Walpurgisnacht beginnt, wenn die Gassen dunkel sind, der Atem der Zuschauer Wölkchen bildet und die Kinder in der ersten Reihe aufgeregt die Ankunft der Hexen erwarten. Zwischen Feuer und Rauch geht es dann zu dramatischer Blasmusik der Stadtmusik Löffingen heiß her auf der Bühne.
Florian Furtwängler mimt dieses Mal das alte Weib, das ausnahmsweise keine Maske trägt – sonst würde man seinen Schlagabtausch mit dem Teufel nicht verstehen. Man duelliert sich mit Gabeln und Worten: „Mit deiner Zunge lasse ich Pferde beschlagen!“, droht Satan. Die restlichen Löffinger Hexen rücken zur Verstärkung an, tanzen und bauen eine Pyramide aus 15 Vetteln – der Höhepunkt des Stücks.
So ganz überzeugt ist der Höllenfürst noch nicht. Der Geist tritt auf und vermittelt – der Teufel solle ein Einsehen haben, schließlich gebe es in der Stadt die Fastnacht schon seit fast 1000 Jahren.

Mit Erfolg: Satan knickt ein und trollt sich in die Hölle. „Habt ihr nur Tradition, kann kein Höllensohn, kein Mucker und Philister und sonstiger Unheilstifter, die Fastnacht je ersticken mit seinen Teufelsstücken“, verspricht der Geist den Hexen. „Wir wollen Treue halten, der Fastnacht, ja der alten. Singet, spielet und lacht, bis dass die Bude kracht!“ Bis Aschermittwoch geht das weiter. Danach werden aus 28 alten Weibern vorübergehend wieder ganz normale Männer. Die den 11. November kaum erwarten können – dann wird das Besenreisig gesammelt, damit die Hexen bei der Walpurgisnacht stilecht einfliegen können …

Ihr wollt auch mal das närrische Treiben erleben? Die Löffinger Walpurgisnacht findet am 16. Februar 2026 um 19.30 Uhr in der Stadtmitte statt. Mehr Infos zur Zunft gibt es online: loeffinger-hexen.de



Kinder an den Herd!

Ein Jahr lang mit Profiköchen gemeinsam kochen, lernen und ausprobieren: Für Kinder im Hochschwarzwald startet das erste Schuljahr als Teil der Schlemmerbande

TEXT: ALEXANDRA MONSCH • FOTOS: JASMIN FEHNINGER



Konzentrierte Gesichter
Die neuen Mitglieder der Schlemmerbande lernen von Profiköchen aus dem Hochschwarzwald, wie man frische und regionale Zutaten verarbeitet und richtig zubereitet

Die weißen Kochjacken liegen ordentlich gefaltet bereit und nach und nach trudeln Kinder mit ihren Eltern am Kursort in Feldberg-Altglashütten ein. Die Jungen und Mädchen werfen sich aufgeregt die weißen Kittel über, auf der Brust prangt ein Logo mit der Aufschrift „Schlemmerbande". Für die Zehn- bis Zwölfjährigen, die an diesem Nachmittag zusammenkommen, beginnt damit ein aufregendes Projekt, das sie ein ganzes Schuljahr begleiten wird. Gut ein Dutzend Kinder bilden ein Team, das an 16 Nachmittagen unter der Anleitung von Profiköchen aus dem Hochschwarzwald kocht und probiert, dazu Bauernhöfe besucht und regionale Erzeuger kennenlernt und am Ende gemeinsam auf ein Schuljahr voller Küchenerfahrung zurückblicken wird.

Normalerweise steht Koch Johannes Dünnebacke im Hotel Schlehdorn in Feldberg am Herd, heute stellt er den Kindern Kürbissorten vor: Butternut, Hokkaido, Muskat – die Kinder dürfen anfassen, schnuppern, raten. Johannes erklärt, welche Sorten essbar sind, welche Vitamine sie enthalten und wofür man die Kerne nutzen kann. Ziel ist es nämlich, dass die Kinder ein Gefühl für die Zutaten entwickeln, mit denen sie arbeiten. „Ich möchte, dass das Thema Genuss und vor allem gesunde Ernährung mehr in den Mittelpunkt der Gesellschaft rücken", sagt er. „Und da machen wir heute einen wichtigen Schritt." Kurz darauf verteilt er Schneidebretter und Messer. Die Kinder lernen die „Tigerkralle", um sich beim Schneiden nicht zu verletzen, und tasten sich vorsichtig an die Kürbisstücke. Wer früher fertig ist, darf auch probieren, die Zwiebeln in feine Würfel zu schneiden – natürlich immer unter Aufsicht der Köche Johannes Dünnebacke und Aline Wimmer-You vom Hotel Adler Bärental.

Die Schlemmerbande ist ein Projekt der Meistervereinigung Gastronom, das landesweit umgesetzt wird, regional aber eigene Akzente erhält. Hier in der Region wird es von der Hochschwarzwald Tourismus GmbH getragen und gemeinsam mit dem Naturpark Südschwarzwald, den Naturparkwirten und der AOK Baden-Württemberg als Projektpartner umgesetzt. Teilnehmen können Kinder aus dem Hochschwarzwald, die sich über ein Bewerbungsverfahren vorstellen. Entscheidend ist das Interesse am Kochen, nicht die Vorerfahrung. „Eine der Fragen im Bewerbungsbogen war, dass die Kinder sich ein Gemüse ausdenken und beschreiben sollten, was sie damit kochen würden. Wir wollten sehen, wie sie das Thema angehen", erzählt Johanna Höpfl von der Hochschwarzwald Tourismus GmbH. >



> **Heute stehen Kürbissuppe** und Kürbiskuchen auf dem Programm. Da gibt es viele Handgriffe zu lernen: schälen, würfeln, anschwitzen, pürieren, rühren, abmessen. Während Johannes mit einem Teil der Gruppe den Suppentopf betreut, kümmert sich Aline mit den anderen um den Kuchen. Beide erklären Backofen, Standmixer und Co. und erläutern, was Begriffe wie „anschwitzen“ oder „Fond“ bedeuten. Die Kinder hören aufmerksam zu und werfen Fragen in den Raum: „Warum macht man das so?“ oder „Was fehlt da noch?“ Der spielerische Austausch ist zentraler Gedanke des Projekts: Kochen als Erlebnis, Lernen durch das gemeinsame Tun und Nachdenken.

Währenddessen wird konzentriert gearbeitet: Zwei Kinder schwingen den Schneebesen, ein anderes misst Zucker ab. Ordnung spielt ebenfalls eine Rolle – Messer weg, Brettchen in die Kiste, Arbeitsfläche wischen – die Kinder übernehmen das selbstverständlich.

Als die Suppe fertig ist und der Kürbiskuchen warm vor ihnen steht, setzen sich alle gemeinsam an den Tisch und probieren. Der Kuchen ist diesen Nachmittag etwas süßer geraten, weil die Waage offenbar nicht die richtigen Zahlen angezeigt hat. Die Runde nimmt es mit Humor – geschmeckt hat es trotzdem.



Aline Wimmer-You
Küchenchefin im Hotel Adler Bärental

Nach dem Essen setzt sich Johannes wieder zu den Kindern. „Welche Vitamine hat der Kürbis nochmal?“, fragt er. „Wie genau macht man einen Gemüsefond?“ Die Kinder antworten durcheinander, wiederholen, was sie gelernt haben, und spielen die Abläufe noch einmal im Kopf durch. Der gesamte Nachmittag zeigt, dass die Kids schon viel gelernt haben.









Inhaltlich ist die Schlemmerbande auf ein ganzes Schuljahr ausgelegt. Neben den praktischen Kochkursen erhalten Kinder auch erste Impulse für mögliche Ausbildungswege in gastronomischen Berufen, dazu Einblicke in landwirtschaftliche Betriebe und bei den ergänzenden Kursen mit der AOK wertvolle Infos über gesunde Ernährung. Die Köche Johannes Dünnebacke, Aline Wimmer-You und Matthias Hermann von der Waldkuchi in St. Märgen betreuen die Kinder über das Schuljahr hinweg gemeinsam. Aline übernimmt zusätzlich auch die Mentorinnenrolle und sorgt dafür, dass Rezepte und Abläufe abgestimmt sind.

Zum Abschluss des Nachmittags dürfen die Kinder noch Vorschläge für das nächste Treffen machen. „Pizza!“, ruft jemand. „Schnitzel!“ ein anderer. Die Kochpläne stehen schon fest, aber es gibt Spielraum für Wünsche. So endet das Treffen der Schlemmerbande mit zufriedenen Gesichtern, leeren Tellern und dem Gefühl, dass Kochen weit mehr ist als nur das Befolgen eines Rezepts.

Das Projekt wird vom baden-württembergischen Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz gefördert. Infos: hochschwarzwald.de/schlemmerbande

Was man aus Kürbis machen kann Koch Johannes Dünnebacke erklärt, welche Kürbissorten essbar sind – und wie man aus ihnen Kuchen und Suppen zubereitet. Gemüseschneiden lernen die Kinder auch

Fotos: Jasmin Fehninger



Kürbis-cremesuppe

Rezept: Johannes Dünnebacke

Schwierigkeit: leicht
Zeit: 45 Minuten
Ergibt 4 Portionen

ZUTATEN

500 g	*Butternut-Kürbis*	*0,5 L*	*Gemüsebrühe*
1	*Zwiebel*	*etwas*	*Salz*
20 g	*Butter*	*etwas*	*Pfeffer*
250 g	*Crème fraîche*	*etwas*	*Muskatnuss*

Den Kürbis und die Zwiebel schälen und klein würfeln. Im Anschluss Kürbis und Zwiebeln gemeinsam in einem großen Topf mit Butter oder einer veganen Alternative wie Kokosfett anschwitzen. Mit Gemüsebrühe abgießen, etwa 30 Minuten weichkochen und dann alles pürieren. Am Schluss einmal mit Crème fraîche (vegane Alternative: Soja cooking creme) aufkochen und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Nach Belieben mit einem Klecks Crème fraîche und Croûtons garnieren und servieren.

Kürbiskuchen

Rezept: Johannes Dünnebacke

Schwierigkeit: mittel
Zeit: 120 Minuten
Gericht für 8 Personen



FÜR DEN MÜRBETEIG

100 g	*Zucker*
200 g	*Butter in Würfeln (Zimmertemperatur)*
300 g	*Mehl*
1	*Ei*
1 TL	*Backpulver*

FÜR DIE FÜLLUNG

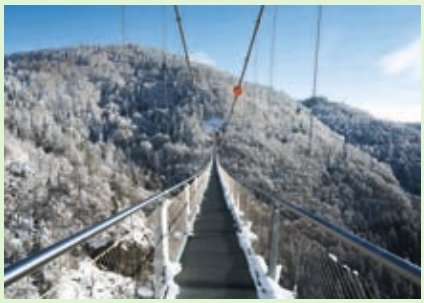
500 g	*Kürbis*
2	*Eier*
140 g	*Zucker*
300 ml	*Sahne*
1 Prise	*Salz*
1 Prise	*Zimt*
1 Prise	*Muskatnuss*
2 TL	*Speisestärke*

Für den Mürbeteig alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit einer Küchenmaschine langsam verkneten. Anschließend mindestens 1 Stunde kalt stellen. Währenddessen für das Kürbistopping den Kürbis in kleine bis mittelgroße Würfel schneiden. Die Würfel auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad ca. 15 Minuten lang backen. Die Würfel zur Seite stellen. Danach den kalten Teig ausrollen und in eine runde Tarteform legen. Für die Kuchenfüllung alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit der Küchenmaschine zu einer Creme verrühren. Die Creme anschließend auf den Teig in der Tarteform geben. Zum Schluss die Kürbiswürfel darüber verteilen. Kuchen für eine Stunde bei 180 Grad Umluft im Ofen backen und dann warm servieren.

Blackforestline, Todtnau

450 m purer Nervenkitzel





Fotos: Michael Corona/ Blackforestline

Seit Frühjahr 2023 gehört sie zu den absoluten Highlights im Hochschwarzwald: die BLACKFORESTLINE in Todtnau. Bei jedem Schritt über die Hängebrücke wandert der Blick nach unten in schwindelerregende Tiefen.

Hier vereinen sich Adrenalin und Höhenrausch: Die 450 Meter lange Hängebrücke BLACKFORESTLINE in Todtnau schenkt Jung und Alt ein außergewöhnliches Naturerlebnis. Wer die donnernden Todtnauer Wasserfälle einmal aus der Vogelperspektive von oben bestaunen will, muss die Brücke definitiv besuchen.

Die BLACKFORESTLINE thront in 120 Metern Höhe direkt über dem Naturspektakel und ermöglicht zugleich einen beeindruckenden 360-Grad-Rundumblick: in die Ferne, über die Berge und Täler hinweg bis zum Horizont und vielleicht sogar darüber hinaus. Ein magisches Gefühl, das ewig in Erinnerung bleibt. Die BLACKFORESTLINE bietet die perfekte Mischung aus Action und atemberaubender Aussicht inmitten der Schönheit des Schwarzwalds.

Weitere Informationen:
www.blackforestline.de
Tel. +49 (0) 7671/ 2519790





Du hast Lust auf frische Urlaubsinspiration & spannende Geschichten aus der Ferienregion? Dann melde dich jetzt zum kostenlosen Kombi-Abo für das Reisemagazin „hoch hinaus“ an.

Neben dem Hochschwarzwald Newsletter erhältst du im Abo jedes neue Magazin druckfrisch in deinen Briefkasten.

Anmeldung:
hochschwarzwald.de/magazin-abo

Veranstaltungstipps
für das Jahr 2026
im Hochschwarzwald

Antik-Uhrenbörsen

10. bis 12. April und 28. bis 30. August

Von kunstvoll bemalten Lackschilduhren über klassische Kuckucksuhren bis hin zum Wecker: Zeitmesser in allen Varianten werden bei den Antik-Uhrenbörsen in Eisenbach (im April) und in Furtwangen (im August) angeboten. Für Besucher heißt es: stöbern und kaufen – oder einfach nur wunderfitzen und staunen!

Hochschwarzwälder Genusssommer

April bis Oktober

Vom Frühjahr bis in den Herbst hinein kommen Feinschmecker im Hochschwarzwald voll auf ihre Kosten: Im Rahmen des Genusssommers werden bei Schnabuliertouren, kulinarischen Wanderungen und Picknick-Events im Grünen die Geschmacksnerven verwöhnt. Termine unter: *hochschwarzwald.de/genuss-sommer*

Buchmesse „Blätterrauschen“

8. bis 10. Mai

Bücher aus und über den Schwarzwald stehen im Fokus der Buchmesse „Blätterrauschen“. Bei der mittlerweile dritten Ausgabe präsentieren zahlreiche Verlage und Autoren sich und ihre Werke im Kurhaus Hinterzarten. Dazu gibt‘s Autorenlesungen, Filmvorträge und Gesprächsrunden. Infos unter: *hochschwarzwald.de/buchmesse*

Seenachtsfeste

18. Juli und 1./2. August

Sommernächte im Lichterglanz: Bei den Seenachtsfesten am Titisee (18. Juli) und am Schluchsee (1./2. August) wird gemeinsam gefeiert und zu Livemusik mitgesungen und getanzt. Direkt am Seeufer sorgt das kulinarische Angebot der örtlichen Vereine dafür, dass kein Magen leer und keine Kehle trocken bleibt.

Was gibt's Neues?

Die Dreiseenbahn hat runden Geburtstag, die Next Generation ein neues Kochbuch und die Kuckuck KI Antworten auf alle Fragen rund um den Hochschwarzwald parat…



100 Jahre Dreiseenbahn

Titisee, Windgfällweiher und Schluchsee – das sind die drei Seen, denen die Dreiseenbahn ihren Namen verdankt. Die Planungen für die Strecke begannen bereits 1908, doch wegen des Kriegsausbruchs und weiterer Hindernisse zogen sich die Bauarbeiten in die Länge, weshalb die Bahn im Volksmund auch „Ewigkeitsbahn“ genannt wurde. Am 2. Dezember 1926 wurde sie schließlich eröffnet. Das hundertjährige Schienenjubiläum wird in diesem Jahr groß gefeiert: mit einem Festwochenende am 16. und 17. Mai, beim traditionellen Historischen Bahnhofsfest am 16. und 17. August sowie am Jubiläumstag, dem 2. Dezember. Und auch die beliebten Dampfzugfahrten der historischen Museumsbahn werden an allen Sommerwochenenden von Juli bis September sowie zwischen Weihnachten und Neujahr wieder von den Vereinsmitgliedern der IG 3-Seenbahn angeboten. Infos unter: *3seenbahn.de*

Fotos: Jörg Sauter, Hochschwarzwald Tourismus GmbH

Nachschlag von der Next Generation

Der zweite Band des Kochbuchs „Heimatküche“ stellt neue Rezeptideen der Next Generation vor – einem Zusammenschluss von jungen Köchen aus dem Hochschwarzwald, die in ihren Familienbetrieben neue kulinarische Wege erkunden. Schon im ersten Buch, das beim World Cookbook Award mit einem vierten Platz ausgezeichnet wurde, bekamen Leser einen Einblick in die Vielfalt der heimatverbundenen Kochkunst serviert. In der Fortsetzung wird verstärkt auf die regionalen Erzeuger eingegangen, mit denen die Next Generation kooperiert. Das Kochbuch erscheint voraussichtlich im Herbst im Verlag team tietge.

Wer die Next Generation mal live in Aktion erleben will, kann entweder in den Restaurants der einzelnen Mitglieder vorbeischauen – oder muss sehr schnell



sein: Sowohl ihr **Secret Dinner** im April als auch die **Küchenparty** am 12. März in Häusern waren direkt nach Start des Ticketverkaufs bereits ausgebucht.

Neue Termine und Infos zu den folgenden Events der jungen Köche gibt es unter *hochschwarzwald.de/next-generation*

Charmante Auskunft

Welche Cafés haben gerade geöffnet? Wo kann ich mir ein Fahrrad leihen? Wann schließt das Freibad? Fragen stellen sich mehr als genug, wenn man Freizeitaktivitäten im Hochschwarzwald plant. Sekundenschnelle Auskunft gibt seit Kurzem die neue Kuckuck KI, die auf der Website der Ferienregion zum Dialog einlädt. Die virtuelle Assistentin, die auf künstlicher Intelligenz basiert, hilft bei Recherche und Reiseplanung – und bildet somit ein wichtiges Puzzlestück im Service-Angebot für Gäste wie Einheimische. Dabei drückt die Kuckuck KI sich mitunter äußerst charmant oder gar augenzwinkernd aus. Fragt man den Chatbot etwa nach einer Einkehrmöglichkeit mit veganem Angebot, gerät er schon mal ins Schwärmen und antwortet zum Beispiel „Da läuft uns doch glatt das Wasser im Mund zusammen“ oder „Da wird selbst der Kuckuck zum Veganer“. Neugierig? Unter *hochschwarzwald.de* wartet die Kuckuck KI auf eure Fragen, am rechten unteren Bildschirmrand lässt sich der Chat öffnen.

Kuckuck KI

Internationales Bildhauersymposium

Ende August

In St. Blasien fliegen jeden Sommer die Späne: Gut ein Dutzend Künstler aus unterschiedlichen Ländern kommen Ende August zum Internationalen Bildhauersymposium in die Domstadt, um in einer Woche aus einem Baumstamm ein Kunstwerk zu erschaffen. Höhepunkt ist die Versteigerung der Skulpturen am Abschlusstag.

Blosmusik Feschtival

Im Sommer und Herbst

Von der Polka bis zum Popsong: Beim Hochschwarzwälder Blosmusik Feschtival präsentieren Musikvereine und Brassbands aus der Region sowohl traditionelle als auch ganz moderne Spielarten der Blasmusik. Konzerte gibt’s den ganzen Sommer und Herbst hindurch an unterschiedlichen Orten, alle Termine unter *hochschwarzwald.de/blosmusik*

Kleinkunstfestival Breitnau

Ende September

Kabarett, Theater und Livemusik – gern mit alemannischem Zungenschlag – sind Ende September im Pfarrhof in Breitnau zu erleben. Unter dem Motto „Große Kunst auf kleiner Bühne“ treten sowohl etablierte Künstler als auch Newcomer vor das Publikum. Infos und Tickets unter *hochschwarzwald.de/kleinkunstfestival*

FIS Skisprung Weltcup

11. bis 13. Dezember

Ein sportliches Highlight steht Ende des Jahres auf dem Programm, wenn auf der Hochfirstschanze in Titisee-Neustadt die weltbesten Skispringerinnen und Skispringer um Weltcup-Punkte kämpfen. Ebenso legendär: die Schanzenparty! Tickets unter *weltcupskispringen.com*

Mehr Veranstaltungen unter: hochschwarzwald.de/events



Hochschwarzwald

Viel Spass beim Entdecken wünscht euch euer Hochschwarzwald-Team!

www.blauer-engel.de/uz195
- ressourcenschonend und umweltfreundlich hergestellt
- emissionsarm gedruckt
- überwiegend aus Altpapier

QW9

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.

Druckprodukt mit finanziellem Klimabeitrag
ClimatePartner.com/11061-2512-1001

FSC RECYCLED Papier aus Recyclingmaterial FSC® C002639

IMPRESSUM // Herausgeber: Hochschwarzwald Tourismus GmbH, Freiburger Straße 1, 79856 Hinterzarten; Geschäftsführer: Patrick Schreib (v.i.S.d.P.)
Projektleitung: Matthias Maier **Redaktion:** Matthias Maier, Patrick Kunkel, Anna Freund, Anita Fertl, Christian Engel, Michaela Conradi, Stephan Fuhrer, Jana Welle, Pascal Cames, Alexandra Monsch, Jannik Jürgens, Jana Vuckovic, Helena Schuwie, Stefan Hilberer **Anzeigen:** Matthias Maier, Hochschwarzwald Tourismus GmbH (verantw.)
Realisation: Tietge GmbH, Wilhelmstr. 31, 77654 Offenburg, tietge.com **Druck:** Druckhaus Kaufmann GmbH, Raiffeisenstr. 29, 77933 Lahr/Schwarzwald, www.druckhaus-kaufmann.de
Leserkontakt: Hochschwarzwald Tourismus GmbH, Freiburger Straße 1, 79856 Hinterzarten, Tel.: +49 (0) 76 52/12 06-0, info@hochschwarzwald.de, hochschwarzwald.de

Unsere Premiumpartner:

Rothaus · FOODSERVICE · Schmidts Märkte · Black Forest still · WEIS · Geldermann

www.mein-schwarzwald-magazin.de

Mein Schwarzwald

Das Magazin mit den schönsten Geschichten aus der Region!



Ausgabe verpasst?
Kein Problem! Sie können alle bereits erschienenen Ausgaben bequem online nachbestellen.

Verpassen Sie keine Ausgabe!
Jahres-Abo
für nur **23,60 €**

Unsplash

▶ Jetzt einfach bequem online bestellen unter: **shop.msv-medien.de**
Telefon: +49 7221 9521-0

MSV MEDIEN

MSV Medien Baden-Baden GmbH | Schulstraße 12 | 76532 Baden-Baden
Tel. +49 7221 9521-0 | Fax +49 7221 9521-45 | info@msv-medien.de | www.msv-medien.de

SCHWARZWALD
Black Forest

LENZKIRCH-KAPPEL

10.000 M² FLÄCHE

21 EINZIGARTIGE BAHNEN & THEMENWELTEN

220 TAGE IM JAHR GEÖFFNET



ABENTEUER GOLFPARK
HOCHSCHWARZWALD

GRÖSSTER & SPEKTAKULÄRSTER ABENTEUER GOLFPARK DEUTSCHLANDS

21 LIEBEVOLL GESTALTETE **THEMEN-BAHNEN** AUF ÜBER 10.000 M²

REGIONALE SPEZIALITÄTEN & SAISONALE VERANSTALTUNGEN IM **GEMÜTLICHEN BIERGARTEN**

SPANNENDE SCHATZSUCHE IM **EDELSTEINWERK**







LANDESWETTBEWERB familien-ferien PREISTRÄGER gültig bis 2027

TOP GRUPPENZIEL GRUPPENTOURISTIK.COM 2024

TOURISMUS HELDEN MESSE-STUTTGART.DE 2022

WWW.ABENTEUERGOLFPARK.DE