

Ruhepol auf dem Weg zum Höchsten. Der Illensee sorgt an Sommertagen für willkommene Abkühlung.

Schon die Grafen von Heiligenberg wussten eine schöne Aussicht zu schätzen. Das Schloss thront 300 Meter hoch über dem Bodensee.



beschreibt Rolf das Ritual der Locals. „Da kommen schon 1000 Höhenmeter zusammen.“ Wir haben es nicht so eilig und verschaffen uns vom Turm aus erst mal einen Überblick. Ungehindert schweift der Blick von den Schweizer Alpen bis hinüber zum Bregenzer Wald. Im Vordergrund glitzert der Spiegel des Bodensees, tatsächlich fast so erhaben wie ein Meer. Markantester Punkt in Gegenrichtung ist der Höchsten mit seinem rot-weiß gestreiften Sendemast. Der Gipfel gilt unter Radlern als das „Alpe d'Huez Oberschwabens“. Dann nehmen wir den Downhill nach Urnau, einem Dorf im Deggenhauser Tal. Schon beim Anblick des Trails sind meine Rückenschmerzen wie weggeblasen. Viel zu

schnell sind die Höhenmeter Erinnerung. Aber das ewige Auf und Ab ist nun mal typisch für diese Landschaft. Im Ort prüft ein Hund mitten auf der Straße die Wärmespeicherfähigkeit des Asphalt. Er schaut kaum auf, als wir an ihm vorbeidüsen. Na, viel Verkehr scheint es hier nicht zu geben. „Alle Highlights der Region werden wir heute wohl kaum schaffen,“ meint Rolf. „Aber den Weg zur Schwedenschanze findet ihr morgen auch allein.“ Was zum Teufel ist eine Schwedenschanze? Wohl kaum ein Kicker für Biker aus Skandinavien. Erst vor Ort werden wir erfahren, dass es sich dabei um eine keltische Befestigungsanlage handelt. Im Dreißigjährigen Krieg zogen sich die Linzgauer

dorthin zurück, wenn Angriffe drohten. Mehr als ein paar Erdwälle sind heute nicht mehr zu sehen. Viel interessanter ist der Pfad, der sich von Heiligenberg zu dem alten Bollwerk zieht. Fünf Kilometer Singletrail vom Feinsten, stets entlang der Abbruchkante der Linzgauer Hochebene. Und auch sonst wissen die Schwaben, wie man Biker verwöhnt. Zum Beispiel mit den riesigen Teigfladen, die bei unserer Rückkehr auf dem Hammerhof serviert werden. So genannte „Ofele“, klärt uns die Wirtin auf, eine Art „schwäbische Pizza“, belegt mit deftigen Zutaten. Nur das nächtliche Verwöhnprogramm muss ich optimieren. Werde mir heute Abend eine doppelte Portion Heu unter den Hintern schaufeln ...

>>INFO LINZGAU

>> LAGE UND ANREISE

Als „Linzgau“ bezeichnet man das Hügelland am Nordufer des Bodensees, etwa im Dreieck der Orte Überlingen, Pfullendorf und Friedrichshafen. Hier hinterließ der eiszeitliche Rheingletscher lang gestreckte Moränenrücken. Die teils steilen Geländestufen erreichen am Gipfel des Höchsten eine Höhe von 838 Metern.

Anfahrt von Norden über die A 81 (Stuttgart – Singen), am Kreuz Hegau R1, Stockach, Überlingen, Markdorf; von Osten über die A 7/A 96 (Ulm/München – Memmingen – Lindau),

Ausfahrt Friedrichshafen, Entfernung von München 205 km, von Stuttgart 195 km.

>> UNTERKÜNFTE

In der Nähe des Sees wohnt man in Markdorf sehr schön. Am Seeufer sind die Preise höher (Friedrichshafen bis Überlingen). Tipp: **Hammerhof**, Hof-Wirtschaft und Heu-Hotel, Deggenhauser Tal/Harresheim. Tel. 07555/94727, www.hammer-hof.de. Günstig im Heu übernachten und erstklassig schwäbisch essen, urige Gaststube und Terrasse.

>> BIKE-SHOP

Teuscher Bicycles, Markdorfer Str. 88, Friedrichshafen/Kluftern, Tel. 07544/741527, www.teuscher-bicycles.de, der gut sortierte Laden liegt zwischen Friedrichshafen und Markdorf.

>> KARTEN

Kompass-Wanderkarte 1a „Bodensee West“, 1:50 000. Digital: Baden-Württemberg 3D Süd, Topographische Karte 1:25 000 (DVD-ROM), ISBN 3-935603-60-6, www.magicmaps.de.

>> TOUREN-TIPPS

Die drei vorgestellten Touren lassen sich beliebig miteinander kombinieren. Weitere Touren-Vorschläge unter www.mountainbike-oberschwaben.de.

>> BASICS

Tourismgemeinschaft Gehrenberg-Bodensee, Marktstr. 1, 88677 Markdorf, Tel. 07544/500-290, www.gehrenberg-bodensee.de, info@gehrenberg-bodensee.de.

