

Text  
Christiane Polus

Fotos  
Archiv GLC



Wo das Weite suchen - wenn nicht hier?



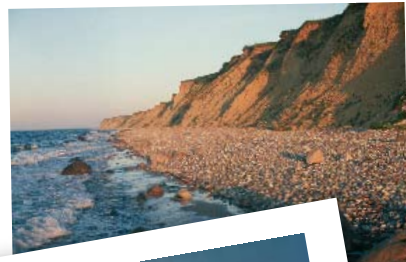
# Kleine

Frühling und ein paar Tage frei? Dann entstauben Sie doch Ihr Fahrrad, montieren die Packtaschen und rollen raus aufs Land. So wie Christiane Polus und Anne Wagner, die eine Woche durch Schleswig-Holstein tingelten.

# Kreuzfahrt



Gegen Gegenwind hilft nur gute Laune.



Alles da: Sandstrand für Genießer, Kieselküste für Entdecker.

### Schleswig-Holstein mit dem Fahrrad

Das Packen dauert nur ein paar Minuten. Klamotten und Sonnencreme in die Fahrradtaschen, nochmal die Reifen aufpumpen – und los. Den Hamburger Verkehr tricksen wir aus und steigen mit den Rädern in die S-Bahn nach Wedel. »Wedel – das klingt ja nicht nach großer Welt«, spöttelt Anne. Große Welt soll es auch nicht werden, sondern eine Frühlingstour ins Blaue. Eine Woche weite Landschaft, nette Städtchen, große Gewässer und kleine Abenteuer.

#### Schafe vor Flusslandschaft

Die Unterelbe ist gesäumt von frühlingsfrischem Grün. Am blauen Himmel ziehen Schäfchenwolken, auf den Deichen grasen wolkige Schafe – weiße Tupfer im weiten Panorama. Ab und zu schieben sich dicke Pötte vor den Horizont, die zur Nordsee oder nach Hamburg unterwegs sind. Der Elberadweg begleitet den Fluss von der Quelle im tschechischen Riesengebirge bis zum breiten Unterlauf. Die Etappe in Schleswig-Holstein ist über 100 Kilometer lang und erfreut sich an diesem sonnigen Tag großer Beliebtheit. Wir radeln bis kurz hinter Glückstadt mit, biegen dann aber ins Hinterland ab. Der gewundenen Lauf der Stör führt uns bis Itzehoe,

dem ersten Etappenziel. Zelt und Schlafsack sind zuhause geblieben, übernachtet wird bei unserer Komfort-Tour in Pensionen oder Landgasthöfen. Ein Basislager ist schnell gefunden und der Tag noch jung. Bei aller Begeisterung für die Historie einer der ältesten Städte Schleswig-Holsteins: Verlockender als die Stadtführung in Itzehoe erscheint uns heute eine Wasserwanderung im Mietkanu.

»Anne, Achtung!« Zu spät, schon rumpelt das Boot gegen das Ufer. Zwar sind wir beide schon über Hamburgs Kanäle gepaddelt, aber nie gemeinsam in einem Kanu gesessen. Das merkt man. Als wir uns unelegant aus Grünzeug und tief hängenden Zweigen befreien, paddelt ein Trupp Jugendlicher vorbei. Deren unverhohlene Schadenfreude stachelt Annes Ehrgeiz an: »Komm, denen zeigen wir's!« Wieder in Flussmitte und voll konzentriert aufs Teamwork, gelingt es uns tatsächlich, die Gruppe einzuholen, was mit fröhlichen Pfiffen honoriert wird. Na, geht doch!

Die Stör wird von der Tide beeinflusst. Bei Ebbe fließt sie Richtung Elbe, bei Flut zurück. Wer das richtig abpasst, hat die Strömung stets auf seiner Seite. So lassen wir das Paddel manchmal liegen und uns bequem durch die wunderschönen Störauen treiben. »Das ist doch ein Tourauftakt nach Maß«, befindet Anne.

Schleswig-Holstein ist »meerumschlungen«. Das nutzen wir aus und wechseln, teils radelnd, teil mit der Bahn, von der Nordsee zur Ostsee.



Kultur in Natur: das Glücksburger Wasserschloss.

Tags darauf geht es nach St. Michaelisdonn. Lokale Attraktion ist eine acht Kilometer lange Draisinenstrecke, auf der einst die Wagen der Marschbahn Zuckerrüben transportierten. Heute kommen auf den Gleisen bis zu vier Personen pro Draisine in Fahrt. Angetrieben werden die Vehikel wie ein Fahrrad mit Pedalen, bei günstigem Wind lässt sich auch ein Segel setzen. Nach einem Radeltag einigermaßen im Training, genießen wir die flotte Fahrt, bei der man keine Hände am Lenker braucht. Erst als die Draisine vor uns bedrohlich nahe rückt, legen wir eine etwas gemütlichere Gangart ein.

#### »Moin! Krabben?«

»Sag mal, Anne, heißt es eigentlich Dräsine oder Dreisine?« – »Hm. Wahrscheinlich Draisine – nach dem Erfinder, einem Freiherr namens Drais.« Wie auch immer, die Fahrt mit dem Schienen-Fahrrad nach Marle macht großen Spaß. Als wir auf unsere eigenen Zweiräder umsteigen und Richtung Nordseeküste strampeln, geht es im flachen Dithmarschen nur mühsam voran. Abgesehen von ein paar gebeugten Bäumen, vereinzelt Höfen und einer stattlichen Anzahl rotierender Windkraftwerke bieten wir zwei Radlerinnen die einzige Angriffsfläche für den kräftigen Gegenwind. Zum ersten Mal seit Beginn unserer Tour wünsche ich mir einen Hügel in die Landschaft.

Ziemlich erschöpft erreichen wir endlich den geschützten Hafen von Friedrichskoog. »Moin«, ruft eine raue Stimme. Sie gehört einem Fischer, dessen Kutter im Hafenbecken dümpelt. Er winkt uns heran. »Krabben?« Wir nicken, er reicht eine Tüte. »Wie man pult, wisst ihr?«

Ertappt. Ich kenne Krabben nur aus Suppe und Salat. Ohne eine Antwort abzuwarten, zeigt uns der Fischer, wie man mit zwei, drei flinken Handbewegungen die Schale vom Krabbenfleisch trennt. Jetzt sind wir dran. Ganz so flott geht es uns nicht von der Hand, aber wir wollen uns

ja nicht für den Krabbenpulwettbewerb qualifizieren, der während der Friedrichskooger Krabbentage ausgetragen wird. Auch langsam gepult sind die fangfrischen Krabben ein Gedicht. »Ihr müsst im Sommer wiederkommen, zur Kutterregatta«, meint der Fischer zum Abschied, »dann könnt ihr mal mit raus fahren aufs Meer.«

Dort wollen wir jetzt schon hin und marschieren bis zum Ende des Trischendamms, der gute zwei Kilometer in die Nordsee hineinragt. Näher kann man dem Horizont kaum kommen.

Ein Pflichtbesuch ist auch die Seehundstation, wo verlassen aufgefundene Robben aufgepäppelt werden, bis sie allein in der Freiheit zurecht kommen. »Wie süß!«, quietscht Anne. In der Station darf man aber nicht nur gerührt gucken, sondern erfährt eine Menge über die Lebensweise der Seehunde.

Schleswig-Holstein ist bekanntlich »meerumschlungen«, und das nutzen wir natürlich aus. Von der platten Dithmarscher Landschaft mit ihren gelb leuchtenden Rapsfeldern, grünen Deichen und Wattenmeer-Stränden wechseln wir hinüber zur Ostsee. Teils radelnd, teils mit der Bahn geht es Richtung Flensburg und dann weiter auf dem Ostseeküsten-Radweg die Flensburger Förde entlang bis Glücksburg. Vor gut 150 Jahren residierte hier im Sommer der dänische König, heute schlendern Touristen über die Strandpromenade oder zum Glücksburger Wasserschloss. Am Schiffsanleger warten wir auf den Ausflugsdampfer, von dem aus man das malerische deutsch-dänische Küstenpanorama, die winzigen Ochseninseln und die Steilküste der Halbinsel Holnis bewundern kann. Die Förde ist gespickt mit den weißen Segeln zahlreicher Yachten. Auch einige Surfer flitzen vorüber.

Wir rollen ostwärts. Mit jedem Kilometer weitet sich die Förde mehr zur offenen Ostsee. In Schönhagen auf der Halbinsel Schwansen herrscht fröhliches Strandleben. Urlauber recken ihre noch winterbleichen Gesichter in die warme Frühlingssonne, ein paar Mutige waten sogar barfuß





Leuchten um die Wette: Raps, Meer, Himmel.



»Wie süß!« Besuch in der Robbenstation .

ins kühle Ostseewasser. Anne entdeckt, dass in Schönhagen geologische Strandwanderungen angeboten werden: »Eine Outdoor-Erdkundestunde – das machen wir!« Tatsächlich erklärt uns kurz darauf ein kundiger Führer die Entstehung der Küstenlandschaft während der Eiszeit und die weitere Entwicklung bis heute. In Gesteinen und Sandschichten liest er wie in einem Buch. Wenn wir am Ende der Wanderung auch keinen versteinigerten Seeigel gefunden haben, schlauer sind wir auf jeden Fall.

**In den norddeutschen Alpen**

Rauschen, Ruhe, Radelpause – das Strandleben könnte ewig so weiter gehen. Aber dann sitzen wir doch wieder im Sattel und nehmen in Eckernförde Abschied von der Ostsee. Wann wir wohl das nächste Mal so weit gucken können? Erstaunlicherweise müssen wir gar nicht lange warten, denn bald erreichen wir die »Norddeutschen Alpen«, wie der Naturpark Hüttener Berge gern genannt wird. Vom fast 100 Meter (!) hohen Aschberg schweift der Blick über Baumwipfel und Wiesen, Rapsfelder und Seen. Für Flachland-Radler wie uns stellt die hügelige Moränenlandschaft eine Herausforderung dar. Zum Wind kommen jetzt noch Höhenmeter. Eine Weile folgen wir dem historischen Ochsenweg, der sich auf einer Länge von rund 500 Kilometern durch Schleswig-Holsteins Binnenland windet. Wo früher Händler, Ochsentreiber, Soldaten und Pilger von der Küste zur Elbe oder umgekehrt zogen, radelt oder wandert man heute zum reinen Vergnügen. Nicht ganz so vergnüglich stimmt mich die Aussicht aufs heutige Nachtlager: Wir müssen ins Heu! Meinen Kindern, die im nächsten Urlaub unbedingt in einem »Heuhotel« wohnen wollen, musste ich hoch und heilig versprechen, eines auszukundschaften. Ich male mir pieksiges Stroh und raschelnde Mäuse aus, doch unsere Gastgeberin auf dem Bauernhof am Nord-Ostsee-Kanal wischt alle Bedenken weg: »Sie werden hier wunderbar schlafen!« Also gut. Abends grillen und

**VICTORINOX**  
**SwissTool Spirit**

SwissTool Spirit  
 Axiometer  
 SwissCard  
 OutdoorTool  
 Voyager Lite  
 Classic  
 Blades & Chisels

The world leader of Pocket-Multi-Tools

CH-9494 Isch-Göschwyz, Switzerland  
 TEL. +41 (0)41 81 81 211, Fax. +41 (0)41 81 81 511  
 info@victorinox.ch, www.victorinox.com

Fahrt ins Blaue: Eine Woche weite Landschaft, nette Städtchen, große Gewässer und kleine Abenteuer.



Näher kommt man dem Horizont nirgends.



Schäfchenwolken und wolkige Schafe.

klönen wir mit den anderen Gästen, dann ruft das Heu. »Mmmh, das duftet wie auf einer Sommerwiese«, freut sich Anne. Stimmt. Ich schlafe wunderbar weich und viel besser als erwartet.

Am Morgen erwartet uns ein leckeres Frühstück mit hausgemachter Wurst, frischer Milch und heißem Kaffee. Anne amüsiert sich königlich: »Schicke Frisur – du hast noch jede Menge Heu im Haar!« Sehr witzig – sie nämlich auch.

### Der Geist von Malente beim Nordic Walking

Die Holsteinische Schweiz hat alles, was sich Stadtbewohner wünschen: ausgedehnte Wälder, Seen und Flüsse, eine üppige Flora und Fauna – und viele Gelegenheiten, den Blick ungehindert in die Ferne schweifen zu lassen. Ein Paradies für Wanderungen, Kanutouren und andere Aktivitäten in der Natur. Anne will unbedingt Norddeutschlands ersten »Nordic Fitness Park« ausprobieren, der sich rund um Bad Malente erstreckt. Ehrlich gesagt interessiert auch mich, was so toll ist an dieser Sportart, deren Anhänger sich rasant vermehrt haben in Hamburg Parks. Unter fachkundiger Anleitung lassen wir uns einweisen in die komplizierte Kunst der korrekten Koordination von Bein-, Arm- und Stockbewegungen. Anfangs stellten wir kichernd durch die Gegend, weil die Gliedmaßen sich dauernd verheddern. Aber mit jedem Schritt läuft es besser. Zum Lachen fehlt uns bald die Puste, das schwingvolle Ausschreiten ist anstrengender als vermutet. Dafür bieten die Routen durch die Wald- und Wasserlandschaften wunderbare An- und Ausblicke. Man versteht, warum die Fußball-Nationalmannschaft hier schon mehrfach ihr Trainingslager aufschlug – auch 1974, bevor sie Weltmeister wurden. Der viel zitierte »Geist von Malente« beflügelt uns ebenfalls. Mit Muskelkater in den Armen machen wir uns schließlich gut gelaunt auf den Heimweg. Hamburg liegt irgendwo da hinten. Und wir haben Rückenwind.

## Schleswig-Holstein mit dem Fahrrad

**Die Touren-Möglichkeiten in Schleswig -Holstein sind natürlich unendlich, dennoch sollte man selbst für eine »Fahrt ins Blaue« ein paar Fixpunkte setzen.**

Am einfachsten plant man mit dem Internet: [www.schleswig-holstein-urlaub.de](http://www.schleswig-holstein-urlaub.de) bietet über 3400 Unterkünfte, Last Minute Angebote, attraktive Pauschalen sowie Infos rund um das Urlaubs- und Outdoor-Erlebnisland Schleswig-Holstein. Alle Angebote sind online buchbar.

### Infos direkt vor Ort

Infos, Karten und persönliche Tipps zu den im Artikel genannten Orten und Routen bieten die lokalen Tourist-Büros: **Tourismus-Service Malente**, Bahnhofstr. 3, 23714 Bad Malente-Gremsmühlen. Tel. 04523/9899-0, Fax -99. Internet: [www.bad-malente.de](http://www.bad-malente.de) **Tourist-Information Schönhagen**, Strandstr. 13, 24398

Ostseebad Schönhagen. Tel. 04644/9511, Fax 9513. Internetseite unter [www.schoenhagen-ostsee.de](http://www.schoenhagen-ostsee.de).

**Tourist-Information Naturpark Hüttener Berge**, Infozentrum Redderhus, Hauptstr. 2, 24361 Holzbunge. Tel. 04356/98610-7, Fax -9. Internetseite: [www.schleswig-holsteins-mitte.de](http://www.schleswig-holsteins-mitte.de).

**Touristservicecenter Glücksburg/Ostsee**, Schlosshof, 24960 Glücksburg. Tel. 04631/600-733, Fax -799. Internetseite unter [www.gluecksburg.de](http://www.gluecksburg.de).

**Tourismus-Service Friedrichskoog**, Koogstr. 141, 25718 Friedrichskoog. Tel. 04854/90494-11, Fax -19. Internetseite unter [www.friedrichskoog.de](http://www.friedrichskoog.de).

