# Adelholzener Radrunde

## RADTOUR

Eine Radtour zu den Heilquellen des Chiemgau - erfrischend, spritzig, flüssig zu fahren, ohne richtige Anstrengung und ohne Schieben möglich. Es sind kaum Steigungen auf der Runde.

Startpunkt
**Bahnhof**

Ort
**Traunstein**

***Distanz:***
**36,0** Kilometer

***Dauer:***
**02:15** Stunden

***Höchster Punkt:***
**674** Meter

***Niedrigster Punkt:***
**520** Meter

***Höhenmeter:***
**299** aufsteigend

***Höhenmeter:***
**299** absteigend

Traunstein – Erlstätt – Grabenstätt – Bergen – Siegsdorf - Traunstein

Heilende Quellen, heilige Orte, Bergblick und jede Menge Natur, das zeichnet die Adelholzener-Runde aus. Sie führt rund 36 Kilometer durch den südlichen Chiemgau. Man radelt überwiegend auf ruhigen Nebenstraßen und großzügig angelegten Radwegen. Ins Schwitzen kommt man lediglich bei der kurzen Auffahrt zur Primusquelle in Bad Adelholzen.

Startplatz der Adelholzner Runde ist der Stadtplatz von Traunstein. Die Stadt ist Sitz des gleichnamigen Landkreises und Hauptort des Chiemgaus. Anfang des 17. Jahrhundert wurde die Soleleitung von Bad Reichenhall nach Traunstein gebaut. Die Produktion von Salz war lange der wichtigste Wirtschaftszweig und brachte der Stadt Wohlstand. Im Jahr 1912 wurde die letzte Traunsteiner Saline in der Au aufgelassen.

Am Westende des Stadtplatzes steht die Stadtpfarrkirche St. Oswald, mit ihrem zwiebelförmigen Turm und dem langen Satteldach. Sie ist der Form nach ein langer spätbarocker Wandpfeilerraum mit sieben Jochen und großen Seitenkapellen. Die Gewölbe sind mit reichen neobarocken Stuckaturen verziert. Radfahrer lassen die Kirche hinter sich, fahren am Stadtpark mit der Luitpoldeiche vorbei, unter den Bahngleisen durch und aus der Stadt heraus Richtung Erlstätt.

Der Radweg verläuft parallel zur Straße und ist großzügig ausgebaut. Der Blick reicht gen Süden auf die Berge, gen Norden erstrecken sich Wiesen, Wälder und Äcker. Erlstätt ist ein Ortsteil von Grabenstätt, das man nach weiteren sechs Radkilometern erreicht. Noch vor dem Ortsschild erstrecken sich rechterhand das Naturschutzgebiet „Grabenstätter Moos“ sowie die Hirschauer und Hagenauer Bucht des Chiemsees.

Hier ist das Mündungsgebiet der Tiroler Achen, auch Achendelta genannt. Es ist das größte natürliche Binnendelta Mitteleuropas mit vegetationslosen Kiesflächen, üppigen Auwäldern wertvollen Streuwiesen und einer riesigen Vogelwelt.

Der Naturbeobachtungsturm in der Hirschauer Bucht bietet einen idealen Blick auf den Chiemsee, insbesondere auf die Sandbänke im Achendelta, wo viele Watt- und Wasservögel beheimatet sind. Die Uferzonen des Achendeltas sind ein wichtiger Rückzugsraum für die Vogelwelt und darf deshalb nicht betreten werden. Die Tourist-Information und Verkehrsverein bieten geführte Vogelbeobachtungen sowie Pflanzen- und Naturwanderungen an.

Das Römermuseum Grabenstätt ist ebenfalls einen Besuch wert. In der Zeit 50 vor Christus bis circa 300 nach Christus erlebte der Chiemgau eine wirtschaftliche und kulturelle Blütezeit. Römische Baukunst schlug sich in zahlreichen Gutshöfen nieder, es gab bereits Zentralheizungen (Hypokaustenheizungen), die Fußböden waren mit Mosaiken belegt und die Wände bunt bemalt. Eine Dokumentation zeigt die Grundmauern eines solchen großen Gutshofs, den man bei Erlstätt gefunden hat.

Ein liebenswertes Zeugnis bayerischer Frömmigkeit ist die Loretokirche im Ortsteil Marwang. Hier hängen zahlreiche Votivtafeln aus mehr als drei Jahrhunderten. Der Innenraum dieser 1648 erbauten Doppelkirche stellt eine Nachbildung der Wohnung der Heiligen Familie von Nazareth dar, deren Vorbild in Loreto bei Ancona in Italien zu finden ist.

Der Tüttensee bei Grabenstätt ist einen Schlenker wert. Das Gewässer zählt zu den wärmsten Seen Oberbayerns. Die Adelholzener-Runde verläuft derweil weiter Richtung Aussichtspunkt Karlsperg. Hier baut sich vor einem der Hochfelln (1.674) auf und gibt das weitere Ziel vor, den Ort Bergen. Gen Süden liegen der Chiemsee und das Chiemgau in vollster Pracht. Im weiteren Verlauf unterquert die kleine Straße der man folgt zunächst die Autobahn und Bahngleise, führt dann über eine Brücke über den schmalen Bach Aitrach und durchs Naturschutzgebiet „Bergener Moos“ direkt in den Luftkurort.

Die Maxhütte Bergen kann als ehemals größte und wichtigste Eisenhütte Bayerns auf eine Geschichte von großer Bedeutung zurückblicken. Ursprünglich war es ein altes Hammerwerk, das Pankratz von Freyberg, Inhaber der Herrschaft Hohenaschau und Wildenwart, 1561 erwarb und zum Hüttenwerk ausbauen ließ. Grundlage war das Eisenerzvorkommen am Teisenberg.

Trachten- und Brauchtumsliebhaber sollten einen Abstecher zum Schusterhof auf dem Schellenberg einplanen. Das Anwesen wurde erstmals 1430 erwähnt. Der letzte Besitzer, Andreas Mayer, wollte hier eine Stiftung errichten, die den Erhalt des bayerischen Brauchtums zum Zweck hat. Ihm war es nicht vergönnt, er verstarb 2006 bei einem Jagdunfall. Seine Familie hat den alten, zu diesem Zweck nicht mehr erhaltbaren

Hof abgerissen und nach den alten Grundrissen wieder aufgebaut. Besonderer Wert wurde dabei auf den Erhalt möglichst viel alter Bausubstanz gelegt. So finden Sie im neuen Schusterhof den Balkon, die bemalten Dachpfetten, Decken und sogar das Schnapskasterl des alten Hofes. Alte Geräte und Werkzeuge, die erhalten und liebevoll restauriert wurden, haben wieder ihren Platz gefunden.

Zudem wurden über 400 qm Ausstellungsflächen geschaffen, auf denen nun eine einzigartige Krippenausstellung, darunter die Ettaler Schneekrippe mit rund 180 Figuren, eine Trachtenausstellung und Wanderausstellungen Platz finden.

In der Kneippanlage im Kurpark oder im Freibad kann man sich noch einmal abkühlen, bevor es nach Bad Adelholzen geht – bergauf!

Bad Adelholzen gehört zu Siegsdorf. Es gilt als eines der ältesten Heilbäder Bayerns. Der Legende nach soll die Quelle von einem römischen Legionär namens Primus entdeckt worden sein, deswegen auch Primusquelle. Aufzeichnungen des Arztes Dr. Bopp aus dem Jahr 1629 besagen, dass schon seit Hunderten von Jahren in Adelholzen ein reger Badebetrieb herrschte. 1907 erwarb die Kongregation der Barmherzigen Schwestern Adelholzen und gründete ein gleichnamiges Schwesternheim. 1939 wurde die Primusquelle staatlich anerkannte Heilquelle, 1946 erfolgte auch die amtliche Anerkennung als „Bad". 1994 wurde aus der Adelholzener Primusquelle die Adelholzener Alpenquellen GmbH. Das Unternehmen hat heute circa 380 Mitarbeiter und gehört immer noch den Barmherzigen Schwestern. Die Erlöse des Unternehmens gehen in soziale Projekte. Die Adelholzener Wasserwelt (9:00 - 16:00 Uhr geöffnet, mit Führung) kann man besuchen und an der Primusquelle seine Wasserflaschen auffüllen.

Nach Siegsdorf hinunter rollt das Rad dann fast von selbst. Wer noch Kraft in den Beinen hat, nimmt die Steigung zum Kloster Maria Eck in Kauf. Zu ihm hat der ehemalige Papst Benedikt eine besondere Beziehung. Geographisch liegt das Kloster in unmittelbarer Nähe zum Benediktweg, einem Wallfahrtsweg entlang den früheren Wirkungsstätten des Papstes. Maria Eck ist jährlich Ziel von etwa 100.000 Pilgern und Touristen. Traumhaft ist von hier oben der Blick hinaus ins Voralpenland und auf den Chiemsee.

Im Mammut- und Naturkundemuseum in Siegsdorf ist außerdem das größte Mammutskelett Deutschlands ausgestellt. Es wurde im Chiemgau gefunden.

Von Siegsdorf geht's immer der Traun entlang zurück zum Ausgang der Tour nach Traunstein.

Ab Stadtrand, zwischen Viadukt und Empfing, steht unscheinbar im Gebüsch die Augenkapelle. Sie wird gespeist aus einer Quelle, dessen Wasser heilende Wirkung für die Augen haben soll.

Wer von Wasser genug hat, gönnt sich im Hofbräuhaus Traunstein eine Brauereiführung und anschließend ein wohlschmeckendes Bier, selbstverständlich gebraut nach dem bayerischen Reinheitsgebot.

www.traunstein.de/tourismus

www.bergen-cheimgau.de

www.grabenstaett.de

www.tourismus-siegsdorf.de

Park Café Gapstraße 2, 83278 Traunstein

Hofbräuhaus Bräustüberl, Stadtplatz 20, 83278 Traunstein

Wirtshaus zur Hirschauer Bucht, Hirschauer Bucht 1, 83355 Grabenstätt

Eiscafe Italia, Dorfplatz 2, 83346 Bergen

Klostergasthof Maria Eck, Maria-Eck-Straße 3, 83313 Siegsdorf

