**VORschau #29**

25 | 04 | 2023

**Variantenreiches Radfahren**

*Gemütlich oder ambitioniert, kulinarisch oder geschichtlich inspiriert, mit Blick auf die Berge oder auf den Bodensee: Radfahren in Vorarlberg hat viele Facetten. Mit der aufkommenden Frühlingsstimmung steigt auch die Lust, mit dem Rad das Land zu erkunden – entweder aus eigener Kraft oder elektrisch unterstützt. Wir stellen neue und bewährte Routen in den verschiedenen Urlaubsregionen des Landes vor.*

Vor 40 Jahren startete er als visionäre Idee: der insgesamt 260 Kilometer lange [Bodensee-Radweg](https://www.vorarlberg.travel/aktivitaet/40-jahre-bodensee-radweg/). Er verbindet die Vierländerregion Bodensee, verläuft entlang des Ufers durch Österreich, Deutschland und die Schweiz und gilt als eine der beliebtesten Radrouten Europas. Über die Jahre wurden Radwege ausgebaut, gekennzeichnet, erweitert, Brücken errichtet und Engstellen beseitigt. Heute nutzen ihn Radbegeisterte im Urlaub, für Tagesausflüge, Wochenendtrips für Bodensee-Umrundungen und im Alltag. Wer Abschnitte abkürzen und den See hautnah erleben möchte, hat an vielen Orten die Möglichkeit, samt Rad und Gepäck auf ein Schiff umzusteigen. Auch in einigen öffentlichen Bussen und den meisten Bahnen können Räder transportiert werden.

**Einblick in den Lebensraum**

Am österreichischen Ufer können Radler:innen bekannte und weniger bekannte Facetten des knapp 540 Quadratkilometer großen Bodensees – des drittgrößten Sees Mitteleuropas – kennenlernen: Das Projekt „Seesicht“ gibt auf 14 Schautafeln zum Lebensraum Bodensee in Bregenz zwischen dem Gelände der Bregenzer Festspiele und dem historischen Badehaus „Mili“ Einblicke in die Tierwelt und Wasserqualität, in Schifffahrt und historische Ereignisse.

**Abenteuerliche Geschichten**

Spannende Geschichten bietet die 100 Kilometer lange Route „[Über die Grenze](https://www.ueber-die-grenze.at/)“. Auf dem Hör-Radweg, den das Jüdische Museum Hohenems konzipierte und im Sommer 2022 eröffnete, erfahren Radler:innen mehr über vergangene, unvergessliche Ereignisse entlang der Grenze: Tausende Flüchtlinge versuchten zwischen 1938 und 1945, von Vorarlberg die rettende Schweiz zu erreichen. Entlang der Radroute Nr. 1 von Bregenz bis zum Silvretta-Massiv sowie an ausgewählten Orten in der Schweiz und in Liechtenstein markieren 52 symbolische Grenzsteine Hörstationen mit ergreifenden Fluchtgeschichten, die Interessierte mit dem Smartphone über QR-Codes abrufen können.

**Genüsslich auf zwei Rädern**

Auch im Bregenzerwald hat der Winter den Frühlingsaktivitäten bereits Platz gemacht. Auf den Spuren der Bregenzerwälder Baukultur lassen sich Radfahren, Naturerlebnis und kulinarische Genüsse leicht verbinden: Die Urlaubsregion bietet zwei Tagespackages für sportliche (E-)Mountainbiketouren unter dem Motto „[Kulinarisch Radfahren](https://www.bregenzerwald.at/package/kulinarisch-radfahren-lingenau#/)“ an – neben Mellau nun auch in der Gemeinde Lingenau. Die Tour, für die rund vier Stunden reine Fahrzeit eingerechnet werden müssen, führt vom Frühstück in Lingenau durch das Vorsäßgebiet Schetteregg und weiter nach Sibratsgfäll. Dort wartet ein genüssliches Mittagessen auf die hungrigen Biker:innen. Der Ort Sibratsgfäll liegt auf 930 Höhenmetern im Naturpark Nagelfluhkette, der nach dem besonderen Gesteinskonglomerat benannt ist. Durch den nachhaltig bewirtschafteten Plenterwald geht es zum Dessert wieder zurück nach Lingenau.

Vom 29. Juni bis zum 2. Juli lädt die Region Bregenzerwald wieder zum Gravel-Bike-Event „[into the wold](https://www.intothewold.at/)“ ein. Auf der großen gemeinsamen Ausfahrt verpflegen hiesige Spitzenköche die Sportler:innen. Zudem gibt es die Sprint-Challenge für Ehrgeizige und Gruppenfahrten mit thematischen Schwerpunkten. Die Routen sind leicht bis anspruchsvoll. Ein buntes Rahmenprogramm mit Talks und Party ergänzt das Angebot, für das es sich empfiehlt, rechtzeitig Karten zu sichern.

**Begleitet vom Panorama**Der [Muttersberg](https://www.vorarlberg.travel/route/bludenz-muttersberg-alpe-els-bludenz/) liegt im wahrsten Sinne auf der Sonnenseite der Alpenregion Bludenz. Auf dem Hausberg von Bludenz und Nüziders können Mountainbiker:innen auf allen Etappen die Aussicht über den Walgau, das Brandnertal bis ins Montafon genießen. Das Ziel dieser Tour, die Alpe Els, liegt unterhalb der 2.211 Meter hohen Gamsfreiheit. Aufgrund der Höhenlage der Alpe öffnet sie allerdings erst im Juni. Bis dahin ist die Fahrt nur bis zum Muttersberg empfehlenswert. Später, nach der Schneeschmelze, können sich Sportler:innen auf der Alpe für die Rückfahrt stärken und den Blick bis ins Klostertal und zur beeindruckenden Roten Wand schweifen lassen.

**Abenteuer auf neuen Flowtrails**

Abenteuerlustige finden im [Trailpark im Montafon](https://www.silvretta-montafon.at/de/sommer/sommeraktivitaeten/biken) geeignetes Rad-Habitat. Ab diesem Sommer gibt es am Hochjoch, dem Hausberg von Schruns, drei neue Flowtrails. Sie beginnen bei der Bergstation der Hochjochbahn und führen 500 Höhenmeter bergab zur Mittelstation. Die drei Routen sind in drei Schwierigkeitsstufen angelegt und als sehr leicht, leicht und für erfahrene Mountainbiker:innen ausgewiesen.

**Sicher in die Bike-Saison**

**Um fit und sicher in die Bike-Saison zu starten, bieten erfahrene Guides Kurse an: Im Kleinwalsertal beispielsweise lernen E-Bike-Einsteiger:innen auf geführten Touren, mit dem fahrbaren Untersatz in ihrer natürlichen Umgebung – den Bergen – umzugehen. Bike-Neulinge erhalten wichtige Tipps zu Bike- und Fahrtechnik und probieren sie auf leichten Bergrouten gleich aus. Kurstermine für das „**[Warm up auf zwei Rädern](https://www.kleinwalsertal.com/de/Suchen-Buchen/Travelshop/Sommer_Erleben/Warm-up-auf-zwei-Radern)**“ gibt es jeden Montag vom 29. Mai bis zum 30. Oktober 2023.**