

Haben Sie Fragen und Anregungen zu unserer wöchentlichen Draußen-Seite?

Unsere Autorin Johanna Stöckl ist für Sie unter folgender E-Mail-Adresse erreichbar: sport@tz.de



Herrliche Wasserwege in und um München

Alles im Fluss

Auch bei schlechtem Wetter lohnt sich eine Bachwanderung – allein schon wegen der Umgebung und der Geräuschkulisse. Wenn es rundum blubbert und gluckst, gurgelt und rauscht und plätschert, vergisst man vor lauter Freude mitunter den weiten Weg, der noch vor oder bereits

hinters liegt. Und den Regen auch... tz-Autorin Johanna Stöckl zeigt Ihnen ihre fünf Lieblingstouren in und um München.



Die Quelle des Hachinger Bachs in Deisenhofen

Langstrecke: Von der Quelle bis zur Mündung: Hachinger Bach

Der Hachinger Bach ist ein Unikat: das einzige Fließgewässer, das innerhalb der Münchner Schotterebene entspringt. Er wird durch Grundwasser gespeist und führt ab der Quelle in Deisenhofen durch Oberhaching, Taufkirchen, Unterhaching und Unterbiberg zur Münchner Stadtgrenze, dann durch Perlach in den Ostpark und bis nach Berg am Laim.



Blick auf die kleine Holzbrücke in Potzham

Diverse S-Bahn-Haltestellen dienen als Start- oder Endpunkte einer Tour. Will man tatsächlich von der Quelle bis zur Mündung wandern, sind das 15 Kilometer Wegstrecke. Ab der S-Bahn in Deisenhofen läuft man über die Tisnstraße ins vordere Gleißental, wo einen Wegweiser zur Quelle lotsen. Im Anschluss geht's stundenlang mehr oder weniger immer am Wasser nordwärts. In weiter Ferne das Ende der Tour: Am Ostpark wird der Hachinger Bach in ein Rohr abgeleitet und tritt seine Reise über die Isar und Donau bis ins Schwarze Meer an.

Was es zwischen Start und Ziel zu sehen gibt? Zauberhafte Bachgrundstücke, lauschige Wiesenpfade, ehemalige Mühlen und viel Grün. In Unterhaching erreicht man am Bachlauf den Rand des Landschaftsparks Hachinger Tal, wo ein Extraschlenker lohnt: Auf der Ex-Landebahn des Flughafens Neubiberg tummeln sich auch viele Sportler.

Obacht: Zwei Mal wird die Wegführung auf der Gesamtstrecke etwas happig: Am Autobahnweiher unter der A95, der Anschlussstelle Oberhaching, führt ein anfangs schwer zu findendes Weglein nach Potzham. In Unterhaching schließlich muss man einen Pfad ausmachen, der Bach und Wanderer zur A8-Unterführung leitet. Dazu biegt man am Bauhof (Unterhachinger Straße/Ecke Bibberger Straße) rechts, dann an der Hundeschule gleich wieder links ab und erreicht so die Unterführung, wo der in Beton gefasste Hachinger Bach neben einem unter der Autobahn durchrauscht und uns jenseits in Wiesengelände Richtung Unterbiberg bringt.

Besonders schöne Abschnitte: der Bachlauf durch Unterhaching, der Abschnitt durch Alperlach und das Finale durch den Ostpark, wo man an der Haltestelle Michaeli- bad in die U-Bahn steigt.



Endspurt: Nach dem Wasserrad in Gräfelting ist man bald in Planegg

Kurzstrecke: Dem Eisbach folgen

Auch mitten im Stadtgebiet kann man Bächen folgen. Dem 2,8 Kilometer langen Eisbach etwa, der von der Isar abgeleitet wird, im Lehel unterirdisch verläuft und ab der Eisbachbrücke an der Prinzregentenstraße wieder zutage tritt. Dass hier an einer stehenden Welle gesurft wird, weiß jedes Kind. Und folgt man dem Eisbach etwa einen Kilometer nordwärts, üben an der kleinen Eisbachwelle ebenfalls Wellenreiter.

Im Anschluss geht's die Theodorparkstraße entlang bis zur Tivolibrücke und in den Tucherpark. Auf den Grünflächen stehen sieben imposante Skulpturen, die öffentlich zugänglich sind. Das Park Hilton ist bald erreicht, wo man nach wie vor am östlichen Eisbachufer parallel zur Ifflandstraße weiter bis zur Kennedy-Brücke am Isar-



Das denkmalgeschützte Tivolikraftwerk

ring läuft. Unter der Brücke geht's weiter zu einem besonders lauschigen Platzerl, das man so nahe am Mittleren Ring nicht erwartet: Das Tivolikraftwerk liegt direkt am Eisbach.

Im denkmalgeschützten Gebäude wurde ab 1896 Strom für die Lokomotivenfabrik Maffei erzeugt. Hinter der Fabrik verliert man den Eisbach hinter einem Damm versteckt kurz aus den Augen. Dafür sieht man rechter Hand die Isar, in die der Eisbach wenige Minuten später an einer kleinen Fußgängerbrücke mündet. Schöne Aussicht: In nicht allzu weiter Ferne sieht man das Stauwehr Oberföhring. Für den Rückweg wird ein Walk quer durch den Englischen Garten empfohlen. Mögliche U-Bahn-Anschlüsse für die Heimfahrt: Giselstraße, Universität und Lehel.



Hier mündet der Eisbach in die Isar. Hinten: das Stauwehr

Stadtnahe Auszeit: An der schönen Würm entlang

Die Würm ist ein 39,5 Kilometer langer Fluss, der am Starnberger See abfließt. Der Hauptarm mündet bei Dachau in die Amper. Die Würm speist aber auch das Nordmünchner Kanalsystem. Eine wirklich idyllische, acht Kilometer lange Wanderung, deren Start- und Endpunkte perfekt mit der S-Bahn zu erreichen sind, beginnt in Pasing und endet in Planegg, wo man einen Abstecher zum Kloster Maria Eich einlegen kann.

Die Würm ist ab dem Bahnhof in wenigen Minuten über die Kafflerstraße und den Manzingerweg erreicht, wo an der Hausnum-

mer 2 ein entzückendes, denkmalgeschütztes Kanalwärterhäuschen samt kleiner Wehranlage auf einer Halbinsel steht. Hier zweigt der Nymphenburger Kanal von der Würm ab. Im Anschluss führt die Tour immer an der Würm entlang erst durch den Pasinger Stadtpark, der in den Paul-Diel-Park übergeht.

Kurz darauf wird die Autobahn A96 auf einer Fußgängerbrücke überquert. Danach folgt man auf romantischen Uferwegen der Würm, passiert Lochham und Gräfelting, ehe Planegg erreicht ist. Mit der S6 geht's bequem zurück nach München.

Vielfalt: Der Zusammenfluss von Isar & Amper

Auf einer ausgesprochen abwechslungsreichen Rundtour zwischen Moosburg und Volkmannsdorf lässt sich die Ampermündung in die Isar erwandern. Die Tour hat auf ihren elf Kilometern Länge viel zu bieten: schöne, ruhige Wege an der Isar, lauschige Dammpfade und die Einmündung der Amper an der Isarbrücke in Volkmannsdorf.

Start ist im Städtchen Moosburg zwischen Freising und Landshut, ab München dauert es mit dem Regionalexpress 34 Minuten. Über Viehmarktplatz und Landshuter Straße sind's vom Bahnhof 15 Minuten zur Isarbrücke bei der Lände.

Am westlichen Isarufer geht es vorbei an einem Wehr gut fünf Kilometer nordwärts, ehe man die Isarbrücke bei Volkmannsdorf erreicht. Blickt man von der Brücke nach Norden, sieht man Isar und Amper getrennt nebeneinander laufen.

Nach Süden hin ist die Isar dann bereits ein stattlicher Strom. Den Rückweg nach



Viel Magie zwischen Moosburg und Volkmannsdorf

Moosburg tritt man am östlichen Isarufer an. Vor der Heimfahrt (alternativ auch zu Beginn der Tour) sollte man einen Spaziergang durch die Altstadt von Moosburg einlegen. Die urtümliche Altstadt liegt auf einem Hügel. Die 50 Meter hohen Türme des Kastulusmünsters und der Johanneskirche sind schon von Weitem sichtbar. Es locken zauberhafte Giebelhäuser-Ensembles und Teile der erhaltenen, spätmittelalterlichen Stadtmauer samt ihrer Befestigungstürme.



Das Naturschutzgebiet hinter Freising

Idyll: Auenlandschaft an der Isar

Die Isar-Uferwege zwischen Marzling und Oberhummel sind ein landschaftliches Paradies, das man zu Fuß oder per Fahrrad erkunden kann. Das hinter Freising gelegene Naturschutzgebiet lockt mit idyllischen Auenlandschaften und gleich zwei Fließgewässern, die parallel verlaufen: Isar und Moosach. Marzling als Ausgangsort der Wanderung erreicht man ab dem Hauptbahnhof per Regionalbahn in 45 Minuten.

Die Runde zwischen Marzling und Hangenham ist besonders schön. Hinwärts wandert man entlang der Isar,

auf dem Rückweg folgt man der Moosach über Rudolfing. Bei Hangenham lohnt ein Abstecher (50 Höhenmeter) zum Naturfreundehaus. Die Aussicht auf die Isarauen, die Alpenkette und das Erdinger Moos ist phänomenal. Die Tour kann ab Marzling bis Oberhummel und retour erweitert werden. Dann allerdings stehen am Schluss 17 Kilometer auf der Uhr.

