

## Traumhaftes Allgäu



Im letzten Jahr hatte ich das Glück, nicht nur 5 Wochen hintereinander phantastisches Sommerwetter in Deutschland erleben zu dürfen, sondern ich konnte auch eine Woche davon im wunderschönen Allgäu verbringen um genau zu sein in Oberstdorf.

Mich fasziniert diese Landschaft immer wieder aufs Neue und ich war nach ganzjährigem Großstadtleben überwältigt von dem Grün der Wiesen, dem Blau des Himmels und dem leuchtenden Rot, der überall auf den Balkonen üppig blühenden Geranien. Und dann diese Berge, von denen einige so hoch sind, dass sie auch im Sommer eine kleine Schneekappe tragen. Die reinste Bilderbuchlandschaft!

Aber nicht nur die satten Farben, die man im Sommer zu sehen bekommt sind wunderschön sondern auch die Freizeitmöglichkeiten für Naturliebhaber sind grenzenlos. Man kann Wandern bis einem die Socken qualmen. Es gibt Wanderwege für Jung und Alt, anspruchsvolle und leichte Touren. Rund um Oberstdorf gibt es mehre Berge die

über 2.000 m hoch sind und von denen man bei guter Sicht einen spektakulären Ausblick hat. Da wären als bekannteste Berge das Nebelhorn (2.224m) und das Fellhorn (2.037 m), von dem man z.B. direkt nach Österreich zur Kanzelwand (2.058 m) wandern kann. Auf den Wanderungen kann man bunte Bergblumen bewundern (man findet etwa 1000 verschiedene Blütenpflanzen in den Allgäuer Hochalpen, von denen 120 ausschließlich dort wachsen), dem Klingeln der Glocken der Kühe auf der Alp lauschen oder auch in einem der vielen Bergrestaurants und Hütten einkehren und sich bei zünftigen Gerichten, wie Bergkäse, Wurst, Käsespätzle oder Brot stärken. Man sollte auch unbedingt eine der vielen Alp- und Sennhütten besuchen. Über den Sommer verbringen die „Äpler“ Ihre komplette Zeit mit dem Vieh auf der Alp, so wie in längst vergangenen Zeiten und stellen unter anderem den berühmten Allgäuer Bergkäse in Handarbeit her. Als Tourist kann man mit etwas Glück den Käsern bei der Herstellung des Käses über die Schulter schauen. Aber auf jeden Fall sollte man sich den Genuss frischer Milch oder Buttermilch, Käse in den verschiedensten Formen, einer Brotzeit oder dem hausgemachten Kuchen der Senner nicht entgehen lassen.

Aber genug von den kulinarischen Köstlichkeiten, es gibt auch noch viele sportliche Möglichkeiten, diese Kalorien wieder zu verbrauchen. Neben Wanderungen kann man z.B. auf dem Söllereck (1.706 m) im Kletterwald (Bayerns größter Hochseilgarten) seinen Mut und Geschick unter Beweis stellen oder bei der Abfahrt mit dem Allgäu Coaster – mit 3 km Länge Deutschlands längste Sommerrodelbahn – etwas Nervenkitzel erleben. Auf jeden der Gipfel fährt natürlich eine Bergbahn, aus der man ebenfalls die Aussicht genießen kann aber auch verschiedene Möglichkeiten hat, auszusteigen und einfach weiter zu wandern. Wer die Berge nicht nur besteigen, sondern aus einer anderen Perspektive bewundern will, kann einen Tandemflug mit dem Gleitschirm wagen. Außerdem gibt es in dieser Gegend wunderbar klare Naturseen, wie z.B. den Alpsee

oder das naturbelassene Moorbad in Oberjoch, in dem man ein heilendes Bad nehmen kann. Sie sehen, im Allgäu ist für jeden etwas Passendes dabei. Und? Lust auf einen Urlaub im Allgäu bekommen?

Von Kerstin Möhle

## すばらしきアルゴイ地方



昨年、私はドイツで休暇を過ごしましたが、5週続けて信じられないほど夏らしい好天を体験したばかりか、そのうちの1週間をとっても美しいアルゴイ地方、正確に言うとオーバースドルフに滞在できるという幸運に恵まれました。この地方の風景には、訪れるたびにあらためて魅了されます。一年間を大都市で暮らしていた私は草原の緑、空の青さ、家々のバルコニーいっぱい咲き乱れるゼラニウムの鮮やかな赤に圧倒されました。さらに周囲には、標高が高いので夏でも頂上に雪の冠をかぶっている山々があり、まさに絵本のような眺めです！

夏に目にできるこのような豊かな色彩の美しさだけでなく、ここには自然愛好家のための楽しみ

が多種にわたってあります。まず、靴下が蒸れるほど山歩きをすることができます。ハイキングコースは若者向きから年配者向き、健脚向きから初心者向きまで整備されています。オーバーस्टルフ周辺には 2000m 級の山々がいくつもあり、晴れた日に登ればすばらしい眺望が得られます。中でもっとも有名な山はネーベルホルン(2224m)とフェルホルン(2037m)でしょう。そこからは例えばオーストリアのカンツェルヴァント(2058m)までも縦走することができます。ハイキングの道すがら、色とりどりの高山植物の花(アルゴイ地方の高地アルプスには花をつける植物が約 1000 種類あり、その内 120 種類はここにしか生育していません。)を楽しんだり、カウベルの音に耳を傾けたり、たくさんある山のレストランや山小屋に寄って、ベルクケーゼ、ソーセージ、チーズシュペッツレ、パンなどボリュームのある食事でお腹をいっぱいにすることもできます。いくつもある放牧小屋や酪農小屋の一つを訪れることもぜひお勧めします。『放牧民』は、昔と変わらず夏の間ずっと牛と一緒に山の放牧地で暮らします。そして放牧のかたわら、有名なアルゴイ産ベルクケーゼを手作りするのです。運が良ければ観光客も、チーズ作りの作業を肩越しに見物させてもらえます。いずれにしてもしぼりたての牛乳、バターミルク、いろいろな形のチーズ、おやつ或いは酪農家のホームメイドケーキなどを賞味し損ねないようにしましょう。

でも、おいしいもの話はこれくらいにして、ここにはカロリーを消化できるスポーツもたくさんあります。ハイキング以外にも、例えばゼラーエック(1706m)のツリークライミング(バイエルン州最大のクライミングパーク)で勇気と器用さを証明したり、アルゴイ・コースター(レールの長さ3kmはドイツ一長い)を滑り降りてスリルを味わったりできます。もちろん、どの山にも頂上まで登山鉄道が走っていて車窓から眺めを満喫できますし、途中下車してそこから歩くことも可能です。山に登るだけでなく、他の視点からも眺めたいという人は二人乗りのパラグライダーに挑戦できます。また、この地方にはアルプ湖のようなすばらしく澄んだ自然湖もありますし、オーバーヨッホには自然のままのモール(泥炭)浴場があり、保養目的の水浴もできます。アルゴイ地方にはどんな人にもピッタリの楽しみ方があることがお分かりいただけたでしょう。それで？アルゴイで休暇を過ごしたい気分になりましたか？

ケルSTEIN・メーレ

訳：北村春子