



SCHAALEE Im Biosphärenreservat an der Grenze zwischen Schleswig-Holstein und Mecklenburg-Vorpommern lässt sich trefflich radeln, paddeln, Fisch essen und mit der Seele baumeln



Idyllisch: Das Brückenhaus auf der Stintenburg-Insel im Schaalsee. Blick aus dem Biergarten auf den See (unten) Fotos: Jens Büttner, Klaus Gabbert/dpa

Grenzidyll der frohen Einsamkeit

VON SVEN-MICHAEL VEIT

Lautlos schwebt er über dem Wasser mit seinen breiten braunen Schwingen. Ein paar Kurven nach rechts und links, dann landet er auf einer Weide am Ufer. Er hat Zeit, er kann warten. Geduldig und konzentriert überblickt der Fischadler sein Revier, über den Schilfgürtel hinweg bis zur schwimmenden Insel in der Mitte des Schaalsees, die so flach ist, dass man durch den spärlichen Bewuchs hindurchschauen kann bis hinüber nach Schaliß.

Nur noch zwei Häuser stehen dort direkt am See, zwei von Hamburgern, das verraten Kennzeichen an den beiden SUVs, restaurierte Bauernkaten. Der Rad- und Wanderweg

führt zwischen alten Obstbäumen auf einem Moränenhügel entlang, es ist die ehemalige Dorfstraße, jetzt überwuchert zumeist, hier und da sind Mauerreste zu sehen und zwei Hausfundamente. Viel ist nicht mehr übrig von dem jahrhundertalten Bauerndörfchen.

Zu DDR-Zeiten war Schaliß am Südostufer des Schaalsees entvölkert, nur ein General der Grenztruppen hatte sich hier eine der Katen als Datsche unter den Nagel gerissen. Von Nordost nach Südwest durch den See verlief die deutsch-deutsche Grenze, und das machte den mit 72 Metern tiefsten See Norddeutschlands zu einem Naturidyll. Jahrzehntlang profitierten Flora und Fauna von der Abgeschiedenheit und konnten sich

nahezu unberührt entwickeln. Heute bildet der 24 Quadratkilometer große See, auf dem Motorboote verboten sind, auf der Grenze zwischen Schleswig-Holstein und Mecklenburg-Vorpommern gemeinsam mit elf weiteren Gewässern das Unesco-Biosphärenreservat Schaalsee.

150 Kilometer ausgeschaltete Rad- und Wanderwege durchziehen die hügelige Landschaft aus Feuchtwiesen, Feldern und Wäldern. An zahlreichen Aussichtspunkten können Ausflügler Tiere beobachten. In der Seenlandschaft brüten Kraniche und Milane, See- und Fischadler, und im Herbst rasen dort Zigtausende Zugvögel.

Gegenüber von Schaliß liegt Zarrentin, der mit rund 5.000 Einwohnern größte Ort in der Region. Sehenswert ist das 750 Jahre alte ehemalige Zisterzienser-Nonnenkloster, das detailgetreu saniert wurde. Die benachbarte Kirche wurde erstmals 1251 zur Klosterkirche ernannt. Im 15. Jahrhundert war das romanische Gebäude so baufällig, dass es abgerissen werden musste. Im gotischen Neubau steht die älteste evangelische Kanzel Norddeutschlands. Ein Pastor des kleinen Ortes kaufte die Kanzel 1699 gebraucht in Lübeck, wo sie bereits rund 150 Jahre in der Marienkirche gestanden hatte.

Im Paalhuus, dem Informationszentrum des Biosphärenreservats in Zarrentin, können Besucher mehr über den Wandel der Landschaft von der Eiszeit bis heute erfahren. Der Eintritt ist frei. Außerdem starten vom Paalhuus mehrere ausgeschilderte Wanderwege.

Am kurzen, sandigen Strandweg neben dem Freibad bietet der Seepavillon samt schattigem Biergarten einfache, aber schmackhafte Küche und einen traumhaften Blick über den See. Vom Bootsverleih nebenan lässt sich der 14 Kilome-

Ab zum Schaalsee

■ **Anreise:** Von Hamburg mit der Bahn zum HVV-Tarif nach Büchen. Tipp: Im Regionalexpress RE1 nach Rostock via Büchen ist das Fahrradabteil an Sommerwochenenden meist gnadenlos überfüllt. Stressfreier ist es, Sa und So im Zwei-Stunden-Takt die S1 nach Aumühle zu nehmen und dort am selben Bahnsteig in die Regionalbahn RB11 nach Büchen umzusteigen.

■ **Mit dem Rad (30 Kilometer):** Von Büchen in nordöstlicher Richtung über Dorf, Bröthen und Fortkrug auf wenig befahrener Straße durch Felder und Wälder nach Langenlehsten (11 km). Am Zollhof rechts abbiegen auf den Radweg nach Valluhn. Hinter der A24 scharfe Rechtskurve in den Wald, danach unbefestigter Feldweg (11 km). Hinter Valluhn links abbiegen auf Plattenweg nach Schadeland, dort schräg links gegenüber in den Feldweg nach Zarrentin einbiegen. Durch den Ort und am stillgelegten Bahnhof vorbei runter zum See (8 km).

■ **Rückweg:** Auf gut ausgeschilderten Radwegen von Zarrentin durch hügelige Gegend über Groß-Zeher bis nach Seedorf mit Schloss am Schaalsee (15 km). Alternativ die längere Route am Ostufer über Lassahn und Dutzow nach Seedorf (ca. 50 km). Von dort über Hollenbek oder Neusterley und Lehmrade nach Mölln (ca. 18 km). Dort RB nach Lüneburg, in Büchen umsteigen nach Aumühle und wieder in die S21.

ter lange, kaum einen Kilometer breite und recht verwinkelte See mit Kanus, Kajaks, Ruder- oder Tretbooten erkunden. Zumeist ist das aber auf das Westufer beschränkt, denn das östliche mit seinen vielen kleinen Buchten und Schilfinselfen ist zum Schutz von Brutvögeln größtenteils selbst für Kanus gesperrt. Zur Orientierung: Von Zarrentin bis Groß-Zeher samt Gutshof mit Café in der Nähe des Anlegers und zurück sollte man im Kanu fünf Stunden rechnen.

Die größte Insel im Schaalsee ist Kampenwerder, mit dem Rad gut über das Dörfchen Lassahn am Ostufer zu erreichen. Der Weg führt über die benachbarte kleine Stintenburg-Insel mit dem historischen Brückenhaus. 1767 hielt sich der Dichter Friedrich Gottlieb Klopstock auf diesem lieblichen Fleckchen Erde auf und widmete ihm begeistert eine schwärmerische Ode: „Insel der frohen Einsamkeit, geliebte Gespielin des Wiederhalls und des Sees, welcher itzt breit, dann, versteckt wie ein Strom, rauscht an des Walds Hügeln umher.“

Beide Inseln samt dem Herrenhaus auf der Stintenburg-Insel gehören der Familie von Bernstorff. Diese Stintenburg wurde 1810 bis 1817 auf den Fundamenten eines Vorgängerbaus der Grafen von Schwerin aus dem 14. Jahrhundert errichtet. Von den Nazis wurden die Bernstorffs wegen staatsfeindlicher Gesinnung enteignet; der letzte Besitzer, Albrecht Graf von Bernstorff, wurde Ende April 1945 von der Gestapo in Berlin erschossen. Seit 1993 sind Gut und Herrenhaus wieder im Besitz der Familie.

Das renovierte Brückenhaus beherbergt heute ein Restaurant mit idylischem Biergarten und einer Fischräucherei. Und eines hat sich seit Klopstocks Zeiten nicht geändert: Eine Insel der frohen Einsamkeit ist das Eiland noch immer.

Ländlicher Tourismus

Die niedersächsische Tourismusbranche verbucht zwar Rekordzahlen, sollte aber mehr in innovative Angebote investieren. Das ist eine Erkenntnis des Tourismusbarometers Niedersachsen. Im vergangenen Jahr zählte das Land 41,3 Millionen Übernachtungen – so viele wie nie zuvor. Allerdings haben die Regionen zwischen Harz und Nordseeküste zum Teil erheblichen Nachholbedarf, was die individuelle Ansprache von Zielgruppen angeht. Die Potenziale des ländlichen Tourismus müssten mit den Schwerpunkten Radfahren, Wandern, Gesundheit und Urlaub mit Kindern erschlossen werden, so die Empfehlung. Die Lüneburger Heide sei hier ein Vorreiter. Unterschiedliche Urlauberguppen würden dort mit den Themen Genuss, Gesundheit oder Natur angesprochen. Auf einem guten Weg sei zudem der Westharz. Dort entstanden für Wanderer neue Ferienhäuser mit Blick auf den Brocken. (taz)



MITFLUGZENTRALE
FLUG- UND REISEVERMITTLUNG



KLEINER SCHÄFERKAMP 32 • 20357 HAMBURG
TEL. 040 - 44 14 56

www.fairlines.de



In der OASE finden Sie Zuflucht aus der Wüste des Alltags, wenn Sie reif sind für die Insel! www.oasebaltrum.de



Für 2 Personen, 4 ÜN, inkl. HP

» täglich BIO-Frühstücksbuffett und 3 Gänge-Menü am Abend
» tägl. Sauna oder Fahrrad
» 1 x Frischkorn-Waffel-Essen
» 1 x Pferdekutschfahrt
Tel. 038379/20700
www.gutshof.net



„Von Flensburg bis zur Zugspitze – das kann ich empfehlen“

RENNRADTOUREN Es gibt Fahrten, bei denen das Gepäck vorausfährt und am Zielort ein Hotelbett wartet

INTERVIEW ANNA DOTTI

taz: Herr Bolls, was gefällt Ihnen am Rennradfahren?
Florian Bolls: Mir bringt Rennradfahren Spaß, da man viel an der frischen Luft ist und sich schnell mal sportlich austoben kann. Ich habe durch das Rennradfahren mich, meinen Körper und meine sportlichen Grenzen besser kennengelernt.
Kann jeder Cyclist ein Rennradfahrer sein?
Es kann jeder beziehungsweise jede, die sportlich begeistert ist, zum Hobby-Rennradfahrer werden. Hier gibt es keine Einschränkungen.
Ist Rennradfahren nicht eher ein Männersport?
Nein. Es ist richtig, dass im Hobbybereich noch sehr viele Männer den Sport ausführen, aber gerade in den letzten Jahren sind es auch immer mehr Frauen geworden, sodass sich das komplett angepasst hat.
Spielt das Alter eine Rolle beim Rennradfahren?
Nein, es sind im Hobby-Rennradsport alle Altersgruppen vertreten. Es gibt ganz viele junge Menschen, die diesen Sport ausführen, und es gibt ältere Menschen, die das genauso gut machen.
Ist Rennradfahren ein teurer Sport?
Ganz günstig ist es natürlich durch die Anschaffung nicht. Aber man kann das Hobby ohne Probleme auch mit wenig Geld ausüben, indem man sich zum Beispiel als erstes ein gebrauchtes Fahrrad kauft.
Nehmen Sie an öffentlichen Rennrad-Touren teil?
Ja, selbstverständlich. Im Deutschland gibt es die sogenannten RTFs, Radtourenfahrten. Hierbei handelt es sich um öffentliche Veranstaltungen für Hobby-SportlerInnen.
Wie viele Menschen nehmen an diesen Veranstaltungen teil?
Im Durchschnitt kommen dazu schon so zwischen 500 und 1.000 TeilnehmerInnen.
Wie lang sind die Strecken?
Die Rennrad-Vereine bieten diverse Streckenlängen an. Es gibt bei jeder Fahrt einige Strecken, die jeder wahlweise fahren kann: von 45 bis zu 220 Kilometer.
Schafft man so viele Kilometer in einem Tag?
Ja, natürlich schafft man die

Strecken auch an einem Tag. Gut trainierte Sportler schaffen die lange Strecke in ungefähr zehn Stunden.
Gibt es auch Mehrtages-Touren?
Ja, die sogenannten Etappenfahrten. Ich habe im vorigen Jahr mit zwei Freunden an der Deutschland-Rundfahrt von Quäldich.de teilgenommen. Da waren wir insgesamt neun Tage unterwegs und sind 1.500 Kilometer gefahren. Die Tour führte uns von Flensburg bis zur Zugspitze nach Garmisch-Partenkirchen. Ich kann so eine Etappenfahrt jedem empfehlen. Das bringt sehr viel Spaß.
Wer veranstaltet solche Etappenfahrten?
Man kann sich natürlich selber organisieren, das habe ich auch schon gemacht. Normalerweise gibt es professionelle Radsport Reiseveranstalter. Quäldich.de ist eine von den größten und bietet Mehrtagestouren nicht nur in Deutschland, sondern auch in Österreich, Italien und der Schweiz an. Aktuell gibt es in Schleswig Holstein auch einen Radsport-Verein, der eine einwöchige Etappenfahrt anbietet: der Rendsburger Bicycle-Club.
Worin besteht die Organisation?
Die Veranstalter sind verantwortlich für das Essen und die Getränke sowie für die Übernachtung. Die transportieren auch die Gepäcke immer dahin, wo man hinfährt. Einige Touren können auch drei Wochen dauern, da ist die Organisation schon wichtig.
Wie bereitet man sich für so lange Strecken vor?
Naja, jeder macht es wahrscheinlich ein bisschen anders, aber letztendlich muss man mehrmals die Woche mit dem Rennrad unterwegs sein. Jeder Kilometer, den man fährt, hilft bei der Vorbereitung. Zusätzlich spielt die Ernährung während der Tour eine große Rolle. Man muss sich und seinen Körper sehr gut einschätzen und kennen. In den richtigen Momenten die richtige Menge essen und natürlich regelmäßig trinken. Das ist ganz wichtig.

■ Nächste Radtourenfahrten: „Nord Cup“: 19. 6. RV Trave Bad Oldesloe, 26. 6. RG Hamburg. Mehr Infos auf: www.rennrad-nord.de

Florian Bolls
■ 32, kommt aus Hamburg und arbeitet zurzeit in einer IT-Abteilung in Schleswig-Holstein. Als Hobby-Rennradsportler hat er das Blog „Rennrad-Nord.de“ eröffnet.



Mit dem Rennrad von Flensburg bis zur Zugspitze: Florian Bolls Foto: privat



Die Philosophie lautet, den Älteren die Hemmungen zu nehmen und Selbstvertrauen durch Erfolgsergebnisse aufzubauen: der Reiterhof Pferde-Schulze Foto: M. F. Krämer

REITEN FÜR ERWACHSENE Im Wendland bei Pferde-Schulze lernen vor allem Ältere den Umgang mit dem Pferd. Auf die besonderen Bedürfnisse dieser Zielgruppe hat sich der Reiterhof spezialisiert

Wenn die Angst dem Glück weicht

VON SABINE KAISER

auf die Stute Gypsy nach einer eingehenden Unterhaltung mit Janina, es wird nach Reiterfahrung gefragt, wie sportlich man ist, ob gesundheitliche Probleme vorliegen.
„Man muss die Menschen scannen: Wie sind sie?“
„Man muss die Menschen scannen: Wie sind sie physiologisch drauf, wie psychisch“, erklärt Johann-Bernd Schulze, der Inhaber des Reitstalls. „Wir haben mit der Spezialisierung auf erwachsene Reiter, vor allem auf erwachsene Reitanfänger, einen Nerv getroffen. Wir legen Wert darauf, unsere Gäste individuell anzusprechen und gehen auf mögliche Ängste ein“, sagt der Pferdefachwirt und Reitlehrer.
Den Betrieb Pferde-Schulze im Landkreis Lüchow-Dannenberg gibt es bereits seit 1974. Schulzes Vater investierte als einer der ersten in der Region in die Freizeitreiterei, baute eine Reithalle und Boxen für Pensionspferde. Mitte der 80er-Jahre übernahm der Sohn, setzte verstärkt auf Reittourismus und kaufte den Landgasthof mit Hotel unweit der Reithalle. Wer statt klassisch im Einzel- oder Doppelzimmer im Hotel lieber in unmittelbarer Sicht- und Hörweite der Pferde wohnen möchte, kann eines der drei 50 Quadratmeter großen Reizchalets direkt auf der Reitanlage mieten.
Gypsy lässt sich problemlos

das Halfter über den Kopf streifen, ein leichter Zug am Führstrick zeigt allerdings keine Wirkung. „Lauf einfach los, schau in die Richtung, in die du laufen möchtest, sie kommt dann schon mit, mach dir nicht so viele Gedanken“, coacht Janina. Gypsy läuft tatsächlich mit zum Putzplatz und Sattelkammer. Das flau Gefühl im Magen schwindet. Nach einem ausführlichen Grundkurs im Pferdeputzen und Satteln beginnt die erste Stunde in der Reithalle. Da die anderen Gäste bereits weiter fortgeschritten sind, wird kurzerhand eine Einzel-Anfängerstunde ins Leben gerufen, eine weitere Reitlehrerin übernimmt die Gruppe.

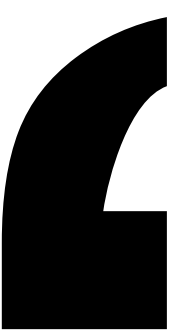
Auch komische Erlebnisse kommen zur Sprache
Am Abend des ersten Tages wird mit den anderen Reitern bereits beim Essen im Gastraum gefachsimpelt, Erfahrungen werden ausgetauscht, auch komische und peinliche Erlebnisse kommen zur Sprache. Oder Ängste, wie die, zu galoppieren, obwohl man schon Monate lang Reitstunden nimmt. „Wenn Erwachsene reiten lernen wollen und mit 13-jährigen Mädchen zusammen lernen sollen, bei denen alles so leicht aussieht, ist das oft mit großen Hemmungen verbunden. Man denkt dann: Die Kinder können schon alles und ich komme nicht mal rauf aufs Pferd!“, sagt Schulze. Darum

laute die Philosophie, den Älteren die Hemmungen zu nehmen und Selbstvertrauen durch Erfolgsergebnisse aufzubauen.
Das gelte vor allem für die männliche Kundschaft, die in immer größerer Zahl Reitferien buche. „Niemand soll das Gefühl haben, sich lächerlich zu machen. Und keinesfalls darf es heißen: ‚So ein gestandener Mann, der kann doch wohl keine Angst beim Reiten haben.‘ Das ist blanke Unsinn“, sagt Schulze.
Noch überwiege die Zahl der Frauen, die sich für den Reitsport begeistern, „aber bringen die ihre Männer mit, gehen die oft so ehrgeizig und wissbegierig ran, dass sie ihre Frauen schnell einholen“, berichtet der ausgebildete Landwirt. Aber er hat Verständnis für jene, die nicht sofort vor lauter Begeisterung brennen, denn er hat sich selbst zu nächst herangetasst ans Pferd, der Vater war die treibende Kraft: „Als kleiner Junge wollte ich eigentlich lieber Fußball spielen, musste aber schon früh das Reitabzeichen machen.“ Sein Vater setzte sich durch.

Es folgte eine Karriere als Berufstreiter, die Trainer-Ausbildung bis zur A-Lizenz – die höchste, die Wildschweine und Rehe im Wald geben, und Pferde sind bekanntlich Fluchttiere, keine Bande ist da, die Schutz bietet – bald aber weicht die leichte Angst dem großen Glück. Entspannt sind auch die

die Tierschützer anprangern, bei Schulze. Als am zweiten Tag die Fuchsstute Lisa beim Reitunterricht partout nicht mehr am Halter vorbeigehen will und Haken schlägt, als würden hinterm Tor Raubtiere lauern, sodass auch ihr versierter Reiter und selbst die Reitlehrerin nicht weiterkommen, löst Bernd-Johann Schulze das Problem – mit Ruhe und vom Boden aus. Er lässt absitzen, murmelt etwas, greift die Zügel des Pferdes und kommt der Hallentür immer näher. Lisa beruhigt sich und geht nach mehreren Runden locker an der Tür vorbei, als sei nichts gewesen.

Was, wenn ein Wildschwein aus dem Unterholz bricht?
Wer die sogenannte M-Woche bucht, absolviert an vier Tagen sechs Reiteinheiten. Je nach Wetterlage finden sie in der Halle oder auf dem Reitplatz statt, nachmittags stehen Ausritte auf dem Programm. Dafür ist der Mischwald um Wietzette prädestiniert, viele Wege sind als Reitwege ausgewiesen, und sich auf dem Pferderücken im Schritt tempo durch das Grün schauen zu lassen, ist in den ersten Minuten aufregend. Schließlich könnte es Wildschweine und Rehe im Wald geben, und Pferde sind bekanntlich Fluchttiere, keine Bande ist da, die Schutz bietet – bald aber weicht die leichte Angst dem großen Glück. Entspannt sind auch die



Ein Pferdeleben hier scheint nicht das schlechteste zu sein, überhaupt ein Leben hier, denkt, wer vor anderthalb Stunden die Großstadt in Richtung Wietzette im Wendland verlassen hat

Pferde, die dicht an dicht hintereinander gehen und aufgrund der artgerechten Haltung auf der Koppel mit offenem Stall ohnehin genügend Bewegung haben und nicht die Ausritte nutzen müssen, um sich mal richtig auszutoben.
Die Beinmuskeln brennen, doch Stolz macht sich breit
Am letzten Tag, beim Abschluss-Ausritt in kleiner Gruppe, zwei Schüler und die Reitlehrerin, treiben auch die Anfänger schon ihre Pferde vom Schrittempo in den Trab, die Bäume ziehen schneller vorbei, die Konzentration nimmt zu und die Reiter rufen ab, was in den Reitstunden zuvor geübt wurde. Die Beinmuskeln brennen und ein wenig Stolz macht sich breit.
Zurück am Stall verschwinden Sattel und Trense in der Sattelkammer, Hufe auskratzen ist schon Routine, am Halfter läuft Gypsy Schulter an Schulter mit dem Reiter zur Koppel, als wäre es nie anders gewesen. Zu Abschied bekommt sie eine Möhre, die Pferdekumpels kommen neugierig näher. Dann dreht man das Pferd mit dem Kopf Richtung Stallwand – so kann es nicht einfach losrennen zu den anderen – streift zum letzten Mal das Halfter ab – und wirft noch einen langen, letzten Blick auf die Herde.

■ www.pferdeschulze.de

Ihre besondere Pension
Harzperle
im Harz - Harz

... für Sie mit
Café, Sauna und
Schwimmbad

DZ 32,50 € p.P. inkl. Frühstück & Schwimmbadnutzung
EZ 35,00 € p.P. inkl. Frühstück & Schwimmbadnutzung
im Spiegelal 59 - 38709 Wildemann/Obharz
☎ 05323/6202 • Fax /961810 • www.harzperle.de

ERLERNIS FAHRTEN
im Dreiländer-Eck

Ausflugsfahrten im Dreiländereck – Hebewerksbesichtigung
Mit dem Fahrgastschiff „Herzog von Lauenburg“ durch die unberührte Natur der Elbtalaue oder zum Schiffshebewerk Lüneburg in Scharnebeck

Telefon: 04153 592848 • www.reederei-helle.de

LOKI SCHMIDT STIFTUNG
Naturerlebnis mit Hand und Herz

LANGER TAG DER STADTNATUR HAMBURG

DIESES WOCHENENDE!

www.tagderstadtnaturhamburg.de

STIL UND KOMFORT AUF DEM LAND

Auftanken in Mecklenburg - individuelle, grosszügige Ferienwohnung mit 2 Bädern, separatem Aufgang und urigen Sitzplätzen im Grünen
WWW.ESELHOF-LUETT-KRAMS.DE 0176 316 296 41

ENTDECKE DEINE REGION!

www.metropolregion.hamburg.de

Jetzt kostenlos online bestellen: Broschüre mit den besten Ausflugszielen in der Metropolregion Hamburg.

99 LIEBLINGSPLÄTZE FÜR AKTIVE

Kanutouren in Schweden

9 Tage auf eigene Faust ab 319€
inkl. Busanreise, Kanu, Ausrüstungspaket, Proviantpaket, Tourenvorschläge, Landkarten, Outdoorkochbuch uvm.

Tel.: 03303-2973111 • www.kanuurlaub.de/3