

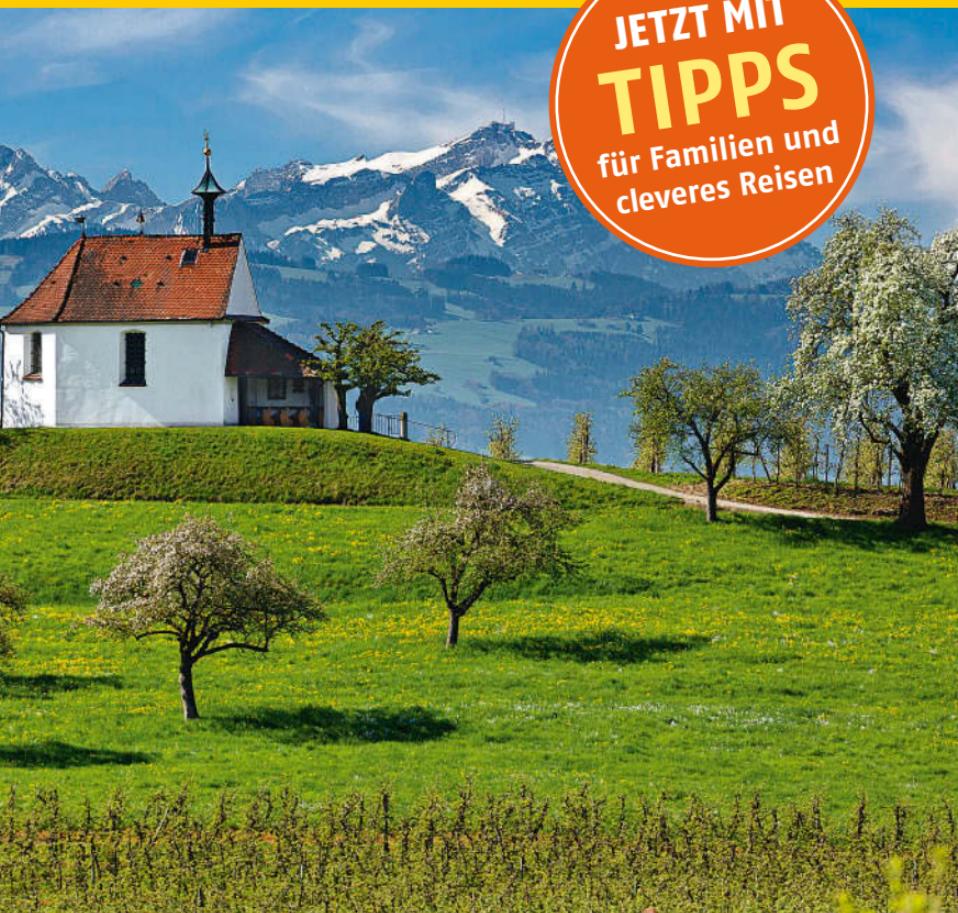
ADAC

Reiseführer *plus*

ALLGÄU

Wanderungen • Aussichtspunkte • Stadtbilder
Kirchen • Museen • Hotels • Restaurants

JETZT MIT
TIPPS
für Familien und
cleveres Reisen



plus praktische Maxi-Faltkarte für unterwegs!



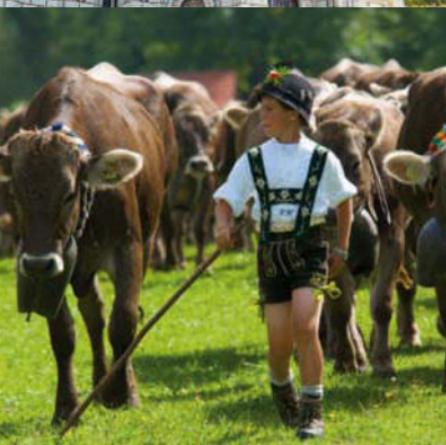
Reiseführer

Allgäu

Wanderungen • Aussichtspunkte • Stadtbilder
Kirchen • Museen • Hotels • Restaurants

Die **Top Tipps** führen Sie zu den Highlights

von Elisabeth Schnurrer



□ Intro

Allgäu Impressionen

4

Von Kühen und Königsschlössern

8 Tipps für cleveres Reisen

12

Schlafen, schlemmen, Kräuter pflücken

8 Tipps für die ganze Familie

14

Rodeln, rutschen, Rätsel lösen

□ Unterwegs

Unterallgäu –

Wassertreten und Wiesenlaufen

18

- 1** Bad Wörishofen 18
Untergammenried 22
- 2** Mindelheim 23
- 3** Babenhausen 27
Kirchhaslach 30
- 4** Ottobeuren 31
Bad Grönenbach 33
- 5** Memmingen 35
- 6** Buxheim 41
- 7** Illerbeuren 43
Kronburg 44
Maria Steinbach 45

Westallgäu –

zwischen Bodensee und Bergen

47

- 8** Bad Wurzach 47
- 9** Wolfegg 50
- 10** Kißlegg 53
- 11** Wangen 55
- 12** Isny 59
Eistobel 62
- 13** Lindenberg 63
Scheidegg 64

Ostallgäu –

Land der Seen und Schlösser

67

- 14** Irsee 67
- 15** Kaufbeuren 69
- 16** Marktoberdorf 73
Kohlhunden 74
- 17** Schwangau 76
Schloss Neuschwanstein 77
Schloss Hohenschwangau 78
Wieskirche 79
- 18** Füssen 80
- 19** Pfronten 86
- 20** Nesselwang 88

Oberallgäu – die Welt der Berge

91

- 21 Kempten** 92
Sulzberg 97
- 22 Wiggensbach** 99
Altusried 100
- 23 Immenstadt** 101
Bühl 102
Diepolz 103
- 24 Oberstaufen** 105
Steibis 106
- 25 Sonthofen** 107
- 26 Fischen** 110
Hörnerdörfer 112
Sturmankshöhle 112
- 27 Oberstdorf** 113
Stillachtal 116
Breitachklamm 117
- 28 Kleinwalsertal** 119
- 29 Bad Hindelang** 123
Oberjoch 125

Allgäu – die schönsten Wander- und Radtouren

- Radeln auf Kneipps Spuren 23
- Der Günztalradweg 30
- Auf dem Illeradweg nach Oberstdorf 43
- Auf den Schwarzen Grat 62
- Zu den Scheidegger Wasserfällen 65
- Der Allgäu-Radweg 72
- Die Dampflokrunde 75
- Auf den Tegelberg 77
- Die Tour de Forgensee 84
- Zur Füssener Hütte 85
- Zum Burgenpaar von Eisenberg 88
- Auf den Breitenberg 89
- Wanderungen um den Mittag 102
- Vom Hündle zu den Buchenegger Wasserfällen 106
- Auf den Grünten 107
- Durch die Starzlachklamm 109
- Zum Illerursprung 110
- Die Hörnertour 112
- Wandern mit dem ADAC 136

Allgäu Kaleidoskop

- Der Mann mit der Gießkanne 20
- ... noch viel reicher als Bill Gates 28
- Generäle, Könige und Kinder – Feste feiern in Memmingen 40
- Himmlischer Beistand 78
- Mord und Totschlag in den Bergen: Kommissar Kluftingers Allgäu 98
- Heidnische Bocksprünge 108
- Erfolgreiche Auswanderer 120
- Freestylern auf die Sprünge helfen 121

Von einem der auszog, das Käsen zu lernen 124

Fäden muss es ziehen 129

Alles Käse 130

Wilde Tänze gestandener Männer 132

Karten und Pläne

- Allgäu
- vordere Klappenkarte
- Kempten
- hintere Klappenkarte
- Mindelheim 24
- Memmingen 39
- Wangen 56
- Kaufbeuren 70
- Füssen 82

Service

Allgäu aktuell A bis Z

127

- Vor Reiseantritt 127
- Allgemeine Informationen 127
- Anreise 127
- Service und Notruf 128
- Bank, Post, Telefon 128
- Barrierefreies Reisen 128
- Einkaufen 128
- Essen und Trinken 129
- Feiertage 131
- Festivals und Events 131
- Klima und Reisezeit 133
- Kuren 134
- Nachtleben 134
- Sport 134
- Statistik 138
- Unterkunft 138
- Verkehrsmittel 139

Register

141

- Impressum 143
- Bildnachweis 143

Leserforum

Die Meinung unserer Leserinnen und Leser ist wichtig, daher freuen wir uns von Ihnen zu hören. Wenn Ihnen dieser Reiseführer gefällt, wenn Sie Hinweise zu den Inhalten haben – Ergänzungs- und Verbesserungsvorschläge, Tipps und Korrekturen –, dann kontaktieren Sie uns bitte:

Redaktion ADAC Reiseführer

Travel House Media GmbH

Grillparzerstr. 12, 81675 München

adac.reisefuehrer@travel-house-media.de

Allgäu Impressionen

Von Kühen und Königsschlössern

Groß und vielfältig ist dieses Allgäu. Von den majestätischen Berggipfeln der Allgäuer Alpen über die lieblichen grünen Hügel des Alpenvorlandes reicht die Region bis weit nach Norden in das breite eiszeitliche Günztal. Zwischen dem Wintersport- und Luftkurort Oberstdorf und dem einstigen Fuggerstädtchen Babenhausen finden sich malerische Städte und Ortschaften zuhauf. Im Westen geht das Allgäu hinter der ehemaligen freien Reichsstadt Wangen und der Hutmacherstadt Lindenberg allmählich in die Bodenseeregion über, im Osten trennt der ungestüme Lech das Allgäu von Oberbayern. Diesen beiden Nachbarregionen ist übrigens ebenfalls jeweils ein eigener *ADAC Reiseführer* gewidmet.

Sport und Erholung Hand in Hand

Das Allgäu ist bekannt als Land wiesen-grüner Berghänge, auf denen sanftäugige braune Kühe bedächtig vor sich hin kauen und wo das Gebimmel der Glocken um ihren Hals melodisch durch die Einsamkeit der Berge klingt. Tatsächlich existiert diese Postkartenidylle noch heute in den fruchtbaren Tälern und auf den kräuterreichen Alpen. Doch mittlerweile hat die **Ferienregion Allgäu** ihren Besuchern weit mehr zu bieten als bäuerliche Ursprünglichkeit.

Da ist zunächst die schier unerschöpfliche Vielfalt an Sport- und Outdoor-Aktivitäten. **Wanderer** begeistert die großartige Bergwelt der Alpen, die einen bege-





Oben: Aus einer Zeit, als Finanzämter noch schön anzusehen waren: Memmingens Steuerhaus
Unten: Malerisch schmiegt sich Pfronten zwischen Blumenwiesen und Alpenpanorama



hen von Immenstadt aus die *Nagelfluhkette*, andere versuchen sich an der *Hörnertour* um Fischen. Ausflüge in die romantische *Breitachklamm* bei Oberstdorf bieten sich an, Gipfeltouren auf den *Grünten*, den ›Wächter des Allgäus‹ mit atemberaubender Fernsicht, oder Wanderungen durch die bizarr gefrorene Winterlandschaft des *Eistobel* bei Isny.

Wer es lieber geruhsam angeht, kann zu Fuß oder mit dem **Fahrrad** dem Lauf von Lech oder Iller in Richtung Donau folgen, etwa auf dem *Lechweg*, der als Leichtwanderoute klassifiziert ist, oder dem *Iller-Radweg*, der Oberstdorf mit Ulm verbindet. Das dichte Radwegenetz im sanfteren nördlichen Allgäu bietet weitere wunderbare Alternativen. Daneben hält das Allgäu aber auch Herausforderungen für ehrgeizige Mountainbiker bereit, etwa um Oberstdorf oder Pfronten. Zudem sind auf den Straßen im Ostallgäu bis in die Gegend um Oy-Mittelberg hinein eigens ausgearbeitete Rennrad-Touren ausgewiesen.

Wassersport wird an den beiden dunkelschönen *Alpseen* bei Immenstadt sowie an den *Oberallgäuer Seen* zwischen Pfronten und Rosshaupten ganz groß geschrieben. Hier segelt man zum Beispiel auf dem Forggensee, surft auf dem Bannwaldsee oder hat am Inselsee östlich von Immenstadt Spaß mit Wasserski und Wakeboard.

Auch die Luft wird erobert: **Drachenflieger** und **Paraglider** starten vom Tegelberg bei Füssen, man kann mit dem Segelflieger Bahnen am blauen Himmel über Memmingen oder Isny ziehen oder



ab Seeg oder Kempten Ballon fahren. Dabei sind Outdoor-Feunde im Allgäu keineswegs auf das Sommerhalbjahr beschränkt. **Langläufer** etwa fühlen sich im Winter im *Illerwinkel* oder um das ›Hutstädchen‹ *Lindenberg* ausgesprochen wohl. **Alpinskifahrer** und **Winterwanderer** schätzen dagegen die bis ins Frühjahr schneesicheren Wintersportgebiete in den höheren Lagen des Allgäus, etwa um das *Hindelanger Oberjoch* oder auf dem Hochplateau der *Scheidegg*. Nicht zu vergessen das bergumstandene **Oberstdorf**, das man geradezu als Geburtsstätte des Tourismus im Oberallgäu betrachten kann. Mit seinen **Skisprungschanzen** ist





dieses südlichste Dorf Deutschlands das regionale Zentrum dieser Sportart. Zudem locken eine Eissporthalle, kilometerlange Loipen und der Skizirkus, der auch das angrenzende österreichische Kleinwalsertal einschließt.

Oben: Ein traumhafter Blick bietet sich Wanderern vom Gipfel des Iseler

Links unten: Frei wie ein Vogel – Drachenflieger erobern die Luft um den Tegelberg

Rechts unten: Meisterwerk des Rokoko – die Wieskirche bei Steingaden





Wohltat für Körper und Geist

Wer statt körperlicher Herausforderungen eher Ruhe und Erholung sucht, findet zwischen den flachen Hügeln des Voralpenlandes oder in den Hochtälern der Berge sicher ebenfalls sein persönliches Lieblingsfleckchen.

Klare würzige Luft und sauberes Wasser zählen zu den großen Pluspunkten des industriearmen Allgäus. Deutliche Indizien dafür sind die zahlreichen **Luft- und Kneippkurorte**, deren Besuch heilsam auf Körper und Seele wirkt. Besonders die Lehren des Bad Wörishofener Pfarrers *Sebastian Kneipp*, deren Grundlagen reichlich Bewegung an frischer Luft und diverse Wasseranwen-

dungen sind, finden im Allgäu viele überzeugte Anhänger. Nicht minder beliebt und wohltuend sind die *Oberstaufener Schrothkur*, die *Pfrontener Heukur* oder die *Bad Wurzacher Moorbäder*.

Oben: Die himmlischen Mächte in all ihrer Pracht auf einem Fresko in Ottobeuren

Unten: Die eindrucksvolle Fassade der Basilika im Kloster Ottobeuren

Rechts oben: Traditioneller Alpabtrieb im Herbst – »Viehscheid« in Bad Hindelang

Rechts Mitte: Ein traditionelles Allgäuer Bauernhaus von stattlicher Größe

Rechts unten: Geradezu pfiffig blicken die Putten von der Kanzel der Mariä-Himmelfahrt-Wallfahrtskirche in Kirchhaslach herab





Zu ganzheitlichen Regeneration gehört zweifellos Musik, die im Allgäu facettenreich angeboten wird. **Klassikfreunde** begeistern das *Festival der Nationen* in Bad Wörishofen oder die Schlosskonzerte in Neuschwanstein. Dem Nachwuchs gibt der *Oberstdorfer Musiksommer* eine Bühne, **Kirchenmusik** wird nicht nur bei den Basilika-Klängen in Ottobeuren virtuos dargeboten. Traditionelle und moderne **Volksmusik** wird auf dem Füssener Festival *Vielsaitig* gepflegt, ein besonderes Flair erhalten **Opern** und **Musicals** auf der Freilichtbühne von Altusried, und Bad Hindelang präsentiert mit dem *Bad Hindelanger Musikfestival* internationale Musiker und Allgäuer Musiktalente.





8 Tipps für cleveres Reisen

1 Schlummern in luftigen Höhen

Schon mal in einem ›Portaledge‹ geschlafen? Wie ein baumelndes Zelt wird es an dicken Ästen großer Bäume aufgehängt und wiegt Sie in den Schlaf. Viel Komfort darf man in dieser luftigen Höhe freilich nicht erwarten. Das gilt auch für die hölzernen Podeste, die in sieben Metern Höhe zwischen Baumkronen aufgestellt wurden: Hier schläft man auf dünnen Isomatten – dafür ganz nah an der Natur, mitten in Baumwipfeln. www.waldseilgarten-hoellschlucht.de

Frisches Bergbauerneis 2

In Ofterschwang (→ S. 112) gibt es nicht einfach nur Allgäuer Bergkäse – hier wird Allgäuer Eis täglich frisch aus Ofterschwanger Kuhmilch hergestellt. Regional hat die kleine Eisdiele von Ofterschwang schon eine gewisse Berühmtheit erlangt und fährt auf mit leckeren Sorten wie Alpen-Karamell und Zartbitter. www.ofterschwang.de/der-eisladen



3 Naschen wie Sisi

 Wenn die österreichische Kaiserin Elisabeth ihren Cousin Ludwig II. in Hohenschwangau (→ S. 78) besuchte, verweilte sie mit Freuden im ›Kurcafé‹ am Prinzregentenplatz in Füssen (→ S. 80). Speziell für das gekrönte Leckermäulchen schuf der Urgroßvater des heutigen Inhabers Norbert Schöll die bis heute servierte ›Sisi-Torte‹. Das Gebäck ist nicht nur mit dem Konterfei Sisis, sondern auch mit hübschen Veilchen verziert, denn diese Blumen liebte die Kaiserin besonders. www.schlosskrone.de

Wildes Allgäu 4

›Canadier-Rafting‹ oder ›Tubing‹ auf Gummireifen – bei den Wildwassertouren auf der Iller gibt es Outdoor-Action, Spaß und Naturerlebnis in Einem. Wem die nasse Fahrt in einem schmalen Schlauchkanadier zu traditionell ist, lässt sich auf den Spezialreifen mit Doppelpaddeln die Iller flussabwärts treiben. Organisiert wird der nasse Spaß vom ›Outdoorzentrum Allgäu‹ in Bihlerdorf bei Sonthofen (→ S.107). www.raftingzentrum.de



5 Alles Käse oder was?



Oberstaufen (→ S.105) ist ein bekanntes Allgäuer Käsezentrum, und so hat man im Dorfhaus (→ S.107) von Thalkirchdorf eine richtige Käseschule gegründet. Hier kann jeder aus frischer Milch seinen eigenen Käse produzieren (Anmeldung erforderlich). Im Restaurant werden dann lokale Spezialitäten wie Kässuppe, Käsfondue, Käsknödel, Kässpätzle

und hausgemachter Käsekuchen serviert. Durch eine Glaswand schaut man dabei in die Sennerei, in der die Leckereien entstehen. www.dorfhaus.de

6 Mittelalter in Memmingen

In Memmingen (→ S.35) gibt es eine Stadtführung der besonderen Art: die ›Desperate Housewives‹ des 17. Jahrhunderts. Verkleidet als reiche Patrizierin und einfache Handwerkerfrau führen Sabine Streck und Heidi Stölzle durch das mittelalterliche Memmingen und erzählen von dem damals stark reglementierten Leben der ›Weibsbilder‹. Termine und Anmeldung unter Tel. 08331/85 0173 oder info@memmingen.de

Wieskirche ohne Massen 7

Kunstliebhaber verzweifeln angesichts der Besucherscharen, die sich jährlich durch die Wieskirche (→ S.79) schieben. Dabei lässt sich das Rokoko-Juwel in aller Stille besichtigen. Kommen Sie unter der Woche abends (die Kirche ist im Sommer bis 20 Uhr geöffnet) oder übernachten Sie in einem Gasthof im nahen Steingaden: Um 8 Uhr morgens, wenn die Kirche öffnet, können Sie das ehrwürdige Ambiente am besten genießen.



8 Kräuter – heilend und schmackhaft

Uralt und unerschöpflich ist das Wissen über die vielen wertvollen Kräuter, mit denen das Allgäu so reich gesegnet ist. Sogar zertifizierte ›Kräuterdorf‹ gibt es hier. Besonders schön ist Stiefenhofen.



Hier können Sie im Allgäuer Kräutergarten ›Artemisia‹ (www.artemisia.de) viel über Heilkräuter lernen oder einfach nur die fabelhafte Kräuterküche von Axel Kulmus im Landgasthof Rössle (www.roessle.net) genießen – vom Wiesenschaumsüppchen über Wildkräuterpesto bis zum Heublumenparfait.

Unterallgäu – Wassertreten und Wiesenlaufen



Sanfte, grüne Hügel charakterisieren das Unterallgäu, das als Landkreis erst 1972 geschaffen wurde. Von Nord nach Süd steigt die Landschaft beständig an, von den etwa 520 m hoch gelegenen Tälern der Günz und der Mindel bis zum Dorf Unterwirlins bei Böhen, das auf 845 m Höhe liegt. Die knapp 1230 km² große Region wird im Westen von der Iller und im Osten von der Wertach begrenzt. Urbanes Zentrum des Unterallgäus ist **Memmingen**. Die kreisfreie Stadt ist für ihr *Wallensteinfest* berühmt, das Bürgerinnen und Bürger in historischer Kleidung gestalten. Das Fest geht auf die Einquartierung des kaiserlichen Generalissimus und Herzogs von Friedland, Albrecht von Wallenstein, und seiner Truppen im Jahr 1630 zurück. Verwaltungssitz des Unterallgäu ist **Mindelheim**, die kleinere Konkurrentin Memmingens, die ebenfalls mit einem Historienfest aufwarten kann. Dieses *Frundsbergfest* erinnert an den Stadtherren Ritter Georg von Frundsberg, der im frühen 16. Jh. durch den Einsatz von Landsknechten die Kriegsführung modernisierte.

Aber nicht alle historischen Bezüge im Unterallgäu sind so martialisch. An einer der erfolgreichsten Handelsfamilien aller Zeiten erinnern die **Fugger-Schlösser** in **Babenhausen** und in **Kirchheim**. Das eine ist für seinen gepflegten *Schlosspark*, das andere für seinen prachtvollen *Zedernsaal* bekannt. Auch der Landpfarrer Sebastian Kneipp schrieb Geschichte, als er Ende des 19. Jh. in dem bis dahin unbedeutenden Dorf **Wörishofen** seine Lehre von einem gesunden Leben weiterentwickelte und der Welt die *Wasserkur* bescherte. Heute nennen sich mehrere Unterallgäuer Gemeinden wie **Ottobeuren** oder **Bad Grönenbach** stolz Kneippkurorte und verwöhnen ihre Gäste mit ganzheitlicher Pflege für Körper und Seele. Beispielsweise führt der rund 60 km lange *Kneipp-Radweg* von Bad Wörishofen nach Bad Grönenbach – durch grüne Weiden und schattige Mischwälder und vorbei an kunsthistorischen Highlights wie Abtei und Klosterkirche von **Ottobeuren**. Die ganze Anlage ist ein überwältigendes Gesamtkunstwerk des Barock. Einen herausragenden Kirchenschatz birgt westlich vor den Toren Memmingens die Kartause von **Buxheim** mit ihrem reich geschnitzten *Chorgestühl* und drei von Dominikus Zimmermann gestalteten Kirchen. Dass auch kleinere Dörfer abseits der bekannten Strecken einen Besuch lohnen, zeigen z.B. die großartige barocke Wallfahrtskirche von **Kirchhaslach** bei Babenhausen und das Rokokojuwel *St. Rasso* in **Untergammernried** bei Bad Wörishofen. Auch das kleine **Illerbeuren** kann mit einer Besonderheit aufwarten, versammelt doch hier das *Schwäbische Bauernhofmuseum* zahlreiche originalgetreu wieder aufgebaute und eingerichtete Gehöfte aus der Region.

1 Bad Wörishofen

Vom Bauerndorf zum Weltkurort.

Nachdem ›Werenshova‹ im Jahr 1067 erstmals urkundlich erwähnt wurde, geschah in dem Dorf im hier flachen Voralpenland wenig Aufregendes, ausgenommen die

Gründung eines Dominikanerinnenkonvents im Jahr 1718. Doch im Frühjahr 1855 trat Pfarrer **Sebastian Kneipp** (1821–1897) hier seine Stelle als Klosterseelsorger an, zu der später noch das Amt des Stadt-pfarrers kam. Der Geistliche kümmerte sich nicht nur um das Seelenheil, sondern auch um die Gesundheit seiner Gemein-



Sogar Entspannung zwischen tropischen Palmen bei ebensolchen Temperaturen ist im Allgäu möglich, in schönem Ambiente unter der großen Glaskuppel der Therme Bad Wörishofen

de und entwickelte eine bereits in Selbstversuchen erprobte **Wasserkur** weiter. Sie basierte auf der Reizwirkung von kaltem Wasser auf den menschlichen Organismus, hinzu kamen als flankierende Maßnahmen gesunde Ernährung, Bewegung an frischer Luft, pflanzliche Heilmittel und die Anleitung zu einem maßvollen Leben.

Dank Kneipps erstaunlicher Heilerfolge verbreitete sich der Ruf des ›Wasserdoktors‹ schnell. 1888 wurde das Badehaus in der Promenadestraße eröffnet, im Jahr 1889 zählte man bereits 2626 **Kurgäste** und 1890 waren es 5057. Unter den Heilsuchenden, die sich eiskalten Wadengüssen, schweißtreibenden Heuwickeln und morgendlichem Tautreten unterzogen, waren auch Adlige und Prominente aus dem Ausland. Erzherzog Joseph von Österreich kam mehrmals zu Besuch nach Wörishofen und auch die neuseeländische Schriftstellerin Katherine Mansfield (1888–1923) kurte hier 1909. Der Aufenthalt regte sie übrigens zu den satirischen Charakterskizzen deutscher Kurgäste in dem Kurgeschichtenband ›In a German Pension‹ (1911) an.

Seit 1920 darf sich Wörishofen offiziell Bad nennen und noch heute ist Sebastian Kneipp in Bad Wörishofen allgegenwärtig. Häuser und Straßen sind nach

ihm benannt, Apotheken, eine Schule für Gesundheitsfachberufe, Kosmetika und Badezusätze, Malzkaffee und Kräuterschnaps.

Einer der Angelpunkte kurstädtischen Lebens der Kneippstadt (14 000 Einw.) ist der ausgedehnte **Kurpark** am westlichen Ortsrand. Hier kann man unter hoch aufragenden Tannen zum renaturierten Stadtteich flanieren, einheimische Vögel in Volieren betrachten oder im Morgen grauen zum Wassertretbecken joggen.

Östlich des Kurparks verläuft die Fußgängerzone mit Modeboutiquen, Parfümerien, Schmuckgeschäften und Straßencafés. Sie wird auf ihrer gesamten Länge vom beruhigend plätschernden **Mühlbach** begleitet, der im Bereich des klinker gepflasterten rechteckigen **Sebastian-Kneipp-Platzes** unterirdisch verläuft. Das Wasserbecken an der Westseite des Platzes zierte eine lebensgroße Bronzestatue des ›Wasserdoktors‹. 300 m weiter lädt das **Kurhaus**, ein schlisches zweistöckiges Gebäude aus der Mitte des 20. Jh. mit Söller und Anbau aus den 1980er Jahren, zu Kurkonzerten, Vorträgen und Ausstellungen ein.

Nur ein kurzer Spaziergang ist es von hier zur Pfarrkirche **St. Justina**. Sie stammt im Kern aus dem 16. Jh., wurde aber um



Vom Himmel hoch spricht Pfarrer Kneipp zu Gläubigen und Gefolgsleuten in St. Justina

Der Mann mit der Gießkanne

1821 wurde Sebastian Kneipp als Sohn einer armen Weberfamilie in Stephansried bei Ottobeuren geboren. Im Priesterseminar in Dillingen erkrankte der 23-jährige schwer an Lungenschwindsucht. Da alle herkömmlichen Mittel versagten, folgte Kneipp dem Rat aus einem alten Heilmittelbüchlein und nahm jeden Morgen ein *Tauchbad* in der winterlich kalten Donau.

Die Rosskur brachte ihn nicht um, sondern härtete ihn ab und ließ ihn schließlich völlig genesen. Diese Erfahrung beeindruckte Kneipp tief und sollte der Welt ein probates *Naturheilverfahren* bescheren. Doch zunächst wurde der Aspirant 1852 zum Priester geweiht und feierte in der Basilika von Ottobeuren Primiz. Nach Bad Wörishofen kam er 1855 als Beichtvater der Dominikanerinnen, ab 1881 übernahm er auch das Amt des Stadt-pfarrers. Nebenbei entwickelte er seine **Wasseranwendungen** weiter, experimentierte zunächst in der Waschküche des Klosters mit kalten und warmen Wechsel-

güssen aus Gießkannen. Zahlreiche Heilerfolge bei Grippe, Cholera, Haut- und chronischen Krankheiten bestärkten ihn in seiner Arbeit.

Mit seinen unkonventionellen Heilmethoden stieß Kneipp jedoch die eingessene Ärzteschaft vor den Kopf. Nicht weniger als dreimal musste sich der Pfarrer wegen Vorwürfen der *Kurpfuscherei* vor Gericht verantworten. Das öffentliche Interesse an den Behandlungen blieb gleichwohl ungebrochen und darum schrieb Kneipp seine Lehre nieder. 1886 erschien »Die Wasser Kur«, 1889 folgte »So sollt ihr leben«. Beide Bücher erreichten Millionenauflage und wurden in mehr als 20 Sprachen übersetzt. 1893 wurde der kleine Dorfpfarrer sogar von **Papst Leo XIII.** zum Päpstlichen Geheimkämmerer ernannt und erhielt den Titel eines Monsignore. Wie eine Ironie des Schicksals mutet es an, dass der hoch geachtete Kneipp 1897 an einer Lungenentzündung starb, die er wohl falsch eingeschätzt und selbst behandelt hatte.

1700 barock erweitert und 1932/33 noch einmal nach Westen vergrößert. Der backsteinerne sattelgedeckte Viereturm aus den Anfangszeiten der Kirche überragt das mächtige walmgedeckte Langhaus nur wenig. Die ursprünglichen Proportionen sind noch in Zusammen-

schaub mit dem niedrigeren Chor nachvollziehbar. Im einschiffigen Innenraum fällt die tonnengewölbte Decke mit reichen Stuckdekorationen und Gemälden (um 1780) von Jacob Fröschele ins Auge, die u. a. das Martyrium der hl. Justina und des hl. Cyprian darstellen. Fröschele malte

wohl auch die barocke ›Verehrung des Altarsakramentes‹ an der Decke des stark eingezogenen Chors. Das von zwei stuckmarmornen Säulen umgebene *Hochaltarbild* zeigt die ›Kreuzigung Christi‹ (1868), im Aufsatz erscheint Gottvater. Der predigende Pfarrer Kneipp ist Thema des westlichen Deckenfreskos (1936) von Johann Michael Schmitt.

Künstlerisch geschlossener wirkt die nur wenige Schritte entfernte barocke Klosterkirche **Maria Königin der Engel**. Sie gehört zu dem 1718 gegründeten vierflügeligen Dominikanerinnenkloster, ihr zierlicher Zwiebelturm wächst aus dem Dach des Klostergevierts empor. Der Vorarlberger Architekt Franz Beer (1660–1726) und sein Sohn Johann Michael errichteten die Kirche 1719–21. Zunächst betritt man einen länglichen Vorräum, der geradeaus in die mit einem schmiedeeisernen Gitter verschlossene *Marienkapelle* mündet. Hier wird eine farbig gefasste Schnitzfigur (vor 1720), Kopie der *Schwarzen Madonna* von Einsiedeln, verehrt. Daneben sind auch ein spätmittelalterliches Relief-Vesperbild, ein *Prager Jesulein* aus der Mitte des 18. Jh. sowie der gemalte Blumen- und Pflanzenhimmel bemerkenswert. Linkerhand betritt man durch den mittleren von drei ebenfalls mit Gittern versehenen Arkadenbögen die Klosterkirche selbst. Barocke Vielfalt prägt den Saalraum, die überreiche Stukkierung, teils goldverziert und vor farblich wechselndem Hintergrund, stammt von

Dominikus Zimmermann. Die bewegten Fresken und einige der Ölgemälde an den Wänden schuf Johann Baptist Zimmermann. Besonders prächtig nehmen sich die zwei *Seitenaltäre* und der *Hauptaltar* aus, hinter dem die Empore des Schwesternchores sichtbar wird. Die Altäre verzierte Bruder Valentin Zindter mit kunstvollen Intarsien aus verschiedenfarbigen Hölzern und Boullemarketerien aus Horn, Messing und Zinn. Franz Haagen zeichnet für die Altarbilder verantwortlich: Maria als Königin der Engel am Hauptaltar, auf den Seitenaltären die Übergabe des Rosenkranzes an die hl. Dominikus und Katharina (rechts) und der Tod der hl. Maria Magdalena (links). Den reichen Schmuck der Altäre greift die Kanzel an der Südwand auf. Ihr opulent verzierter Schaldeckel krönt eine in Gold gefasste Statue des hl. Dominikus.

Auf der Ostseite des Klosters befindet sich der Eingang zum **Kneippmuseum** (Tel. 08247/395613, www.kneippmuseum.de, Feb.–Mitte Nov. tgl. 15–18, Mi 10–13 Uhr, 26. Dez.–6. Jan. Di–So 15–17, Mi 10–13 Uhr). Hier erinnern historische Fotografien, Filme, Briefe, Originalmanuskripte der Kneipp'schen Bücher und Möbel an den berühmten Geistlichen.

Auf dem nahen Friedhof ist Sebastian Kneipp in einem **Mausoleum** aus schwarzem und cremefarbenem Marmor beigesetzt. Nicht weit davon befinden sich in der Promenadestraße die offene hölzerne **Wandelhalle** von 1890, von deren Kanzel

Das Sebastian-Kneipp-Museum erinnert an Leben und Wirken des berühmten Priesters





Rasantes Fahrvergnügen im Skyline Park bei Bad Wörishofen

Kneipp seinen Patienten die Regeln seiner Kur erläuterte, sowie das nachgebaute **Badehäuschen**, in dem er seine ersten Patienten behandelte.

Zeitgemäß mit Sauna, Wellnessbereich und Strömungskanal ist die **Therme Bad Wörishofen** (Thermenallee 1, Tel. 08247/39 9300, www.therme-badwoerishofen.de, Mo–Do 10–22, Fr 10–23, Sa 9–18 (Familientag) und 19–24 (textilfrei), So/Fei 9–22 Uhr; Eintritt außer Sa erst ab 16 Jahren) ausgestattet. Außerdem gibt es Thermalbecken und nebenan das kleinere Sport- und Familienbad **Blue Fun** (Mo–Fr 11–20, Sa 9–18, So/Fei 9–20 Uhr).

Es soll nicht vergessen werden, dass Bad Wörishofen auch der Geburtsort von **Rainer Werner Fassbinder** (1945–1982) ist, dessen Familie allerdings schon bald nach München zog. Die Wörishofer taten sich lange Zeit schwer mit dem Enfant terrible des deutschen Films. Deshalb erinnert erst seit 2004 ein Gedenkschild am Filmtheater-Kino nahe des Bahnhofs an den großen Filmemacher.

Familien mit Kindern besuchen statt der Kneippbecken in Bad Wörishofen vielfach den **Skyline Park** (Im Hartfeld 1, Tel. 08245/96690, www.skylinepark.de, Öffnungszeiten variieren, siehe Website) etwa 3 km nördlich des Ortes neben der A96. Der Vergnügungspark bietet auf ausgedehntem Gelände Achterbahnen,

Kartbahn, Wasserrutsche und weitere Fahrgeschäfte.

Untergammenried

Im Weiler Untergammenried 3 km südlich von Bad Wörishofen steht an der Durchgangsstraße die sehenswerte **St. Rasso Kapelle** (Tel. 08247/55 59). Der äußerlich schlichte Bau offenbart sich im Inneren als überschwänglich gestaltetes Meisterwerk des Rokoko. Das Wallfahrtskirchlein von 1714 (1746–56 erweitert) ist reich mit leuchtend-bunten stuckgerahmten Deckenfresken aus der Mitte des 18. Jh. geschmückt. Sie zeigen Szenen aus dem Leben des Ritters Rasso (um 880–954), der erfolgreich gegen die Ungarn kämpfte. Zwei Holzfiguren heben sich stilistisch von der übrigen Ausstattung ab: unter dem Chorbogen links eine spätgotische *Muttergottes mit Kind* (um 1460) und in einer Nische der Südwand eine ebenfalls mittelalterliche *Pietà*. Die beiden marmornen Seitenaltäre mit ihren Statuen und Rundbildern sind als Teil der barocken Raumkomposition auf den Chor mit dem zweigeschossigen *Hauptaltar* bezogen. Kostbare Marmorintarsien charakterisieren die untere Chorpartie mit der Mensa, darüber öffnet sich zwischen hohen Rundbogenfenstern die Altarnische mit ihrem opulenten Bildschmuck. Über den weiß und gold gefassten Holzstatuen der vier Kirchenväter erscheint der ebenfalls figurengereahmte zierliche Gnadenaltar mit dem Bild des Kirchenpatrons (Ende 19. Jh.). In der von Putten getragenen Gloriole darüber wird die Kopie des Gnadenbildes *›Maria Schnee‹* aus Santa Maria Maggiore in Rom inszeniert. Die Komposition gipfelt in einem Strahlenkranz mit der Taube, Sinnbild des Heiligen Geistes, flankiert von anmutig knienden Engeln.

Nicht ganz so spektakulär wie die Altäre, aber sehr wohl eine Rarität ist die etwa einen Meter breite *Schrankorgel* (1720) auf einer der Westemporen der Kapelle.

i Praktische Hinweise

Information

Gäste-Information, Hauptstr. 16, 86825 Bad Wörishofen, Tel. 08247/99 3355, www.bad-woerishofen.de

Hotels

***** **Parkhotel Residence**, Bahnhofstr. 8–10, Bad Wörishofen, Tel. 08247/3520,

www.parkhotel-residence.de. 80 Zimmer und Suiten in elegantem Kurhotel, zentrumsnah gegenüber dem Bahnhof gelegen. 7000 m² lauschiger Hotelpark.

Sebastianeum, Kneippstr. 8, Bad Wörishofen, Tel. 08247/3550, www.sebastianeum.de. Ruhig in der Fußgängerzone gelegene, traditionsreiche Kneippklinik für Naturheilverfahren. Auf einer Anhöhe näher beim Stadtpark liegt das Schwesternhaus Kneippianum.

Restaurants

Gasthof Rössle, Hauptstr. 14/Luitpold-Leusser-Platz, Bad Wörishofen, Tel. 08247/5397. Traditioneller Gasthof mit moderner bayrisch-schwäbischer Küche. Gegenüber der Touristeninformation am Kurhaus gelegen, mit schattigem Biergarten unter Kastanienbäumen (Mi geschl.).

Gasthof Adler, Hauptstr. 40, Bad Wörishofen, Tel. 08247/96360, www.adler-trommer.de. In dem Traditionsgasthof kommt in hübsch eingerichteten Stuben feine gutbürgerliche Küche von Appenzeller Rösti bis Zigeunerschnitzel auf den Tisch. Gästezimmer im Haus.

Vom Hochaltar blicken die Kirchenväter auf Priester und Gemeinde von St. Rasso



Radeln auf Kneipps Spuren

In Bad Wörishofen beginnt der **Kneipp-Radweg** (60 km) über Ottobeuren und Bad Grönenbach nach Illerbeuren. Meist auf wenig befahrenen Nebenstraßen geht es über die Hügel des Unterallgäus, und besonders auf den letzten 10 km nach Bad Grönenbach kann es ein wenig anstrengend werden.

Auch der **Kneipp-Wanderweg** (37 km) verbindet die drei Orte, unterwegs muss man aber deutlich mehr Höhenmeter überwinden. Der Weg ist auch für Mountainbikes und – von wenigen Schiebepassagen abgesehen – Trekkingräder geeignet.

Zillertal, Zillertal 1, Bad Wörishofen, Tel. 08247/9626567, www.cafe-zillertal.de. Beliebtes Ausflugsziel in einem waldumstandenen Talgrund nahe dem Freibad der Stadt. Biergarten und Sonnenterrasse des Café-Restaurants bietet weiten Blick ins Grüne (Mo und Di geschl.).

2 Mindelheim

Über der hübschen, von einer Stadtmauer umgebenen Altstadt residierte einst der >Vater der Landsknechte<.

Mindelheim geht auf eine alamannische Siedlung des 7.Jh. zurück. Um 1250 wird das ›Heim am Flüsschen Mindel‹ zur Stadt erhoben. Bereits im 12.Jh. war zu ihrem Schutz an der Flanke des dicht bewaldeten Höhenzugs im Osten die **Mindelburg** entstanden. Sie gehörte im 15./16. Jh. den Frundsbergern. Bekanntester Vertreter dieses Rittergeschlechts aus Schwaz in Tirol war **Georg von Frundsberg** (1473–1528). Der kaiserliche Feldhauptmann setzte im Gefecht statt der schwerfälligen Ritterheere erstmals wendigere lanzenbewehrte Landsknechthaufen ein und errang so in der Schlacht von Pavia 1525 den Sieg für Kaiser Karl V. gegen den französischen König.

Ihm zu Ehren feiert die Stadt seit 1853 alle drei Jahre im Juni/Juli das **Frundsbergfest** (www.frundsbergfestring.de). Zehn Tage lang verwandeln dann rund 2500 historisch gewandete Menschen die Altstadt in ein Landsknechtlager. Es werden Ochsen auf Spießen gebraten, Handwerker zeigen ihre Kunst und Mar-

produkte, Mehl, Kräuter sowie – falls vorhanden – Eier und Kartoffeln. Traditionelle Gerichte sind z.B. Schupfnudeln aus Kartoffelteig, Quarknocken, Maultaschen und die beliebten Allgäuer Kässpatzen.

Das westliche Allgäu zeigte sich von jeher kulinarisch weltoffener, flossen hier doch Küchengeheimnisse aus Württem-

berg und dem Bodenseeraum mit ein, mit vielerlei frischem Gemüse, Fisch und feinen Weinen. Heute findet sich solche Vielfalt im gesamten Allgäu. Hinzugekommen sind mediterrane und französische Einflüsse, mancherorts entwickelte sich heimische Tradition fort zu köstlich-leichter *Heu-, Kräuter- oder Bierküche*.

Alles Käse

Das Geheimnis des guten Allgäuer Käses liegt in der Qualität der **Milch**. Die Kühe werden im Sommerhalbjahr auf die Weide getrieben, in den Bergen oft auch auf höher gelegenen **Alpen**. Hier fressen sie den ganzen Tag frische Gräser und Kräuter – und das schmeckt man sowohl an der Milch als auch später am Käse.

Von einer Alp bringen die Bauern das »weiße Gold des Allgäus« meist morgens und abends gleich nach dem Melken zur **Käskuch'** ins Tal. Hier beginnt am frühen Morgen das **Käsen**, eine Kunst, die viel Erfahrung, Sorgfalt und peinliche Sauberkeit verlangt.

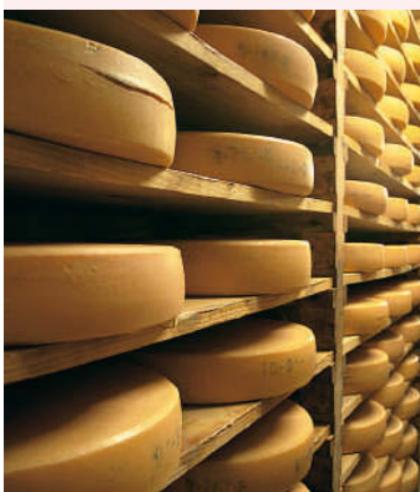
Zunächst wird die Rohmilch in großen Zubern auf 30–32 °C erwärmt, bevor Lab und Milchsäurekulturen untergefürt werden. Labferment ist ein Enzym, das aus dem Labmagen saugender Kälber gewonnen wird und das Casein der Milch gerinnen lässt. Milchsäurebakterien bringen den **Gärprozess** in Gang. Sie sind für den spezifischen Geschmack jeder Käsesorte verantwortlich. Übrigens auch für die

Löcher, da sie Kohlensäure produzieren, der in dem reifenden Käse Blasen bildet. Doch zunächst dickt die Milch nach etwa einer halben Stunde ein und wird dann mit der **Käseharfe**, die aussieht wie ein Bogen mit Drahtsehne, zum **Bruch** zerkleinert. Am Ende der Prozedur schwimmen etwa sonnenblumenkerngroßen Bruch-Stücke in Molke. Das Ganze wird nun gebrannt, also unter ständigem Rühren auf 52 °C erwärmt. Aus diesem Gemisch hebt der Käser schließlich mit einem dünnen Tuch die fertige Käsemasse heraus, die nur leicht ausgepresst und dann sofort in runde Käseformen, die **Worb**, gefüllt wird. Erst in diesen hölzernen Formen wird die Restflüssigkeit aus dem Käse gepresst.

Am nächsten Morgen ist es schon soweit, dass die fertigen Laibe aus der Form genommen und an einem kühlen Ort zum **Reifen** gelagert werden. Das kann drei, sechs oder auch zwölf Monate dauern. Je länger, desto würziger und kräftiger schmeckt der Käse. Während der gesamten Reifezeit wird jeder Laib täglich gewendet und außen mit Salzlake abgebürstet, um unerwünschter Schimmelbildung vorzubeugen. Auf jeden Fall sind die wohl gefüllten Regalreihen einer in den Hang gebauten Alpsennerei nicht nur für Gourmets ein beeindruckender Anblick.

Allgäubesucher sollten sich mindestens einmal in einer **Schaukäserei** in die Geheimnisse der Käseherstellung einweihen lassen. Die meisten Gemeinden im Alpenbereich bieten dazu auf einer Alp oder in einer lokalen Käserei vormittags von etwa 8–11 Uhr Gelegenheit. Informationen erhält man in den Tourismusämtern vor Ort. Und nach einer solchen Besichtigung schmeckt das zweite Frühstück oder die zünftige Brotzeit mit originalem Allgäuer Käse gleich nochmal so gut.

Der Traum jedes Käseliebhabers – Lebensvorrat an Laiben in einem Allgäuer Lager



Natürlich serviert man das Heu nicht im Urzustand, vielmehr entstehen aus dem Sud des gekochten Bergwiesenheus aromatische Suppen und Saucen. Besonderer Wert wird auf die Verwendung frischer regionaler Produkte gelegt: Eier, Kräuter, Fleisch – und Käse sowieso.

Gegendtypisch sind die vielen kleinen **Privatbrauereien**. Überregional bekannt ist die Klosterbrauerei Irsee, aber auch Meckatzer Löwenbräu, Engelbräu oder Zötler müssen sich mit ihrem spritzigen Weißbier, dem malzigen Dunklen oder dem gehaltvollen Bock nicht verstecken. Wer über das bloße Verkosten hinausgehen will, kann im >Brauereidorf< Rettenberg ein **Bierseminar** absolvieren und mit einem **Bierdiplom** abschließen.

dem Rathaus vertreiben mit geschnitzten Egga-Spiel-Masken auftretende Akteure voller Eifer eine böse Hexe.

März

Bad Wörishofen: *Internationales Schachfestival*, Turnier für alle Liebhaber des königlichen Spiels (www.chessorg.de).

April

Mindelheim: *Jazzfestival Jazz isch!* (www.jazz-isch.de).

Görisried: *Go to Gö*, großes Rockfestival (1 Fr, 2 Sa) in Zirkuszelt zw. Kempten und Marktoberdorf (www.go-to-goe.de).

Kempten: *Jazz Frühling* (www.klecks.de).

Mai

Bad Wörishofen: (jeweils ein Wochenende im Mai und Sept.) *Kulinarische Meile mit Kunsthandwerkermarkt*.

Fischen: Die *Fischinger Kulturzeit* pflegt klassische Musik und Brauchtum (www.fischen.de/kulturzeit).

Lindenberg: *Hut-Tag*. Veranstaltungen rund um das Thema Hut, alle zwei Jahre Wahl der Hutkönigin.

Juni

Wolfegg: *Internationale Wolfegger Konzerte*, klassische Musik, präsentiert an stilvollen Schauplätzen (www.wolfegger-konzerte.de).

Juni/Juli

Altusried: *Sommerfestival*. Theater, Operette, Musical oder Musikkonzerte auf der *Allgäuer Freilichtbühne* (www.freilichtbuehne-altusried.de).

Kemnat bei Kaufbeuren: *Burgspiele* mit volkstümlichem Theater und >Musikalischer Kumpaneik< (www.burgspiele.de).

Mindelheim: *Frundsbergfest* (2015, 2018...). Alle 3 Jahre Ritterumzug und mittelalterlicher Markt, kleineres Historienfest jedes Jahr (www.frundsbergfest.de).

Oberstdorf: (Anfang Juli) *Bergfest zur Alpenrosenblüte* mit zünftiger Musikkapelle, Trachtengruppe und Alphornbläsern auf dem Fellhorn.

Isny: (4 Tage Anfang bis Mitte Juli) *Kinder- und Heimatfest*. Seit 1620 findet der Umzug mit Rummel und Festzelt statt (www.isny-kinderfest.de).

Isny: *Isny Opern Festival*. Opern und Kammermusik an verschiedenen Spielstätten in der Stadt (www.isny-oper.de).

Feiertage

1. Januar (Neujahr), 6. Januar (Heilige Drei Könige), März/April (Karfreitag, Ostersonntag, Ostermontag), 1. Mai (Tag der Arbeit), Mai/Juni (Christi Himmelfahrt, Fronleichnam, Pfingstsonntag, Pfingstmontag), 15. August (Mariä Himmelfahrt), 3. Oktober (Tag der Deutschen Einheit), 1. November (Allerheiligen), 24./25./26. Dezember (Weihnachten)

Festivals und Events

Mit Hingabe pflegen die Allgäuer Brauchtum und Tradition, entsprechend häufig und vielgestaltig sind die volkstümlichen Feste. Dazu kommen zahlreiche Kirchweihfeste, und am Kirchenjahr orientieren sich auch einige große Märkte. Veranstaltungen kultureller oder sportlicher Art ergänzen das Angebot. Eine Auswahl:

Januar

Wolfegg: (31. Dez.–6. Jan.) *Wolfegger Wintermusik*. Klassische Konzertreihe (www.wolfeggerwintermusik.de).

Gunzesried: (Zwischen Jan. und März) *Internationales Gunzesrieder Hornerrennen* mit 70 Schlitten am Start (www.gunzesried.de).

Februar

Marktoberdorf, Mindelheim, Oberstaufen, Schwangau u. a.: *Faschingsumzüge*.

Sonthofen (So vor Faschingsdienstag, alle 3 Jahre: 2016, 2019...): *Egga-Spiel*. Vor

Jedes Jahr von
April bis Oktober

bayerntournatur.de

mit kostenloser App

Imposante Alpen, satte Wiesen, faszinierende Moore, romantische Seen, rauschende Flüsse – die Allgäuer Landschaften, ihre Tier- und Pflanzenwelt und Geologie sind einzigartig. Gehen Sie auf Entdeckungsreise mit dem großen Erlebnisangebot der BayernTourNatur!



BayernTourNatur

Eine Initiative von

Bayerisches Staatsministerium für
Umwelt und Verbraucherschutz



www.adac.de/reisefuehrer

ISBN 978-3-95689-148-9

12,99 EUR (D); 13,40 EUR (A)



9 783956 891489

Unterstützt von
Sparkasse