

# Wald, Wein und Wellness

Von Christoph Schumann

**Leukerbad** – Im Schweizer Wallis lassen sich rund um Leukerbad auf 1000 Höhenmetern alpine Aktivverlebnisse mit Thermen-Entspannung und mediterranem Genuss kombinieren.

Der Start in den Tag beginnt mit einer Entscheidung: Gehen wir erst in eine Therme zum gemütlichen Aufwärmen? Oder soll das entspannende Bad im 38 Grad warmen Wasser die Belohnung für den aufregenden Ausflug mit dem Mountainbike rund um Leukerbad sein? Die Wahl fällt zunächst auf Wald und Wiesen – das Wasser soll dann später die verdiente Erholung bringen. Das 1411 Meter über dem Meeresspiegel gelegene Leukerbad

bietet inmitten des faszinierenden Walliser Bergpanoramas mit Dreitausendern wie Steghorn und Rinderhorn in allen Himmelsrichtungen naturnahe Radstrecken.

Mit dem einheimischen Mountainbike-Führer Stefan Rööslü erklimmen wir zunächst die rund 500 Höhenmeter zur Torrentalp – im Winter ein beliebtes Skigebiet, im Sommer Endpunkt des aus lokalen Crowdfundingmitteln finanzierten, drei Kilometer langen Flowtrails für Mountainbiker zwi-

schen hier und Rinderhütte (2350 Meter). Von 1928 Metern über dem Meer geht es für uns nun auf Naturwegen – von Kennern Singletails genannt – durch Wälder, Felder und einige Bäche hinunter ins kleine Albinen. Nach dem kleinen Weiler mit zahlreichen historischen Holzhäusern öffnet sich die Landschaft und gibt den Blick auf die weit unten liegende wilde Rhone frei. Es folgen einige Kilometer durch verkohlte Baumpfähle – im Sommer 2003 setzte ein Brandstifter hier 300



Hektar Wald in Brand. „Doch es blüht längst wieder“, freut sich Rööslü, der im Hauptberuf Hotelier ist, „sogar Büsche und Bäume kommen schon zurück.“ Die sensible Natur seiner Heimat liegt Rööslü auch sonst am Herzen. Der Klimawandel zeige sich im Wallis, so der Freizeitsportler: „Die Winter kommen später und sind wohl auch kürzer. Und die zunehmende Wärme beeinflusst die Berge: Zum einen gehen unsere Gletscher zurück. Und weil die Permafrostböden tauen, gibt es mehr „weichen“ Schiefer- und Kalkgestein, aus dem die Berge rund um Leukerbad sind, einer der Gründe dafür, dass besonders Freikletterer in der Region kaum ein Spielfeld finden. Lediglich der Klettersteig Gemmi-Daubenhorn ist von Juli bis Oktober für Schwindelfreie geöffnet – die Route gilt dafür aber gleich als längster und atemberaubendster Klettersteig der Schweiz.“

Wenig später fahren wir durch Leuk, dessen Wahrzeichen das 1254 erstmals erwähnte Bischofs-

schloss ist. Weinberge prägen das Bild auf dem Weg ins Winzerdorf Varen – auf nur noch 700 Metern Höhe ist das Klima milder als in Leukerbad, fast mediterran. Andy Varonier ist einer der jungen Winzer im Ort. Der frühere Fußballprofi, der Torwart in der Schweizer Liga sowie in Dänemark war, hat vor sechs Jahren das 120 Hektar große Weingut seines Großvaters übernommen. „Unsere 18 Traubensorten sind ein Querschnitt der Walliser Vielfalt“, erklärt der 42-Jährige die ungewöhnliche Vielfalt. „Besonders pflege ich autochthone Weine wie Cornalin und Humgane Rouge.“ Der Erfolg gibt dem experimentierfreudigen Unternehmer recht: Von den rund 100 000 Flaschen landen viele in Schweizer Spitzenrestaurants in Zürich und Bern. Nach Jahren im Ausland schätzt der Walliser die Kontraste seiner Heimat: „Rund um Leukerbad finden Gäste sozusagen einen Querschnitt durch die Möglichkeiten der Alpen: Auf 1000 Höhenmetern findet man je nach Jahres-

zeit vom Wandern, Mountainbiking oder Skifahren über Thermen bis hin zu Reben und Wein einen Mikrokosmos aus Bergwelt und Mittelmeer. Und das alles in einem Radius von fünfzehn Minuten.“

Die Weinprobe bei Andy Varonier bleibt allerdings kurz – es warten schließlich noch fast 800 Höhenmeter „Radararbeit“ hinauf nach Leukerbad. Im größten natürlichen Thermalbadeort der Alpen aber wird die Anstrengung belohnt: 3,9 Millionen Liter des 51 Grad Celsius heißen Thermalwassers fließen täglich aus 600 Metern Tiefe in die 65 Quellen des einstigen Kurorts. Berühmt ist das mineralienreiche Wasser vor allem für seine Heilkräfte bei Rheuma oder Frakturen. In den vier öffentlichen Thermen von Leukerbad wird das belebende Nass auf wohlige warme 38 Grad Celsius gesenkt – die ideale Temperatur, um unsere ermüdeten Wadenmuskeln im Außenbecken der Alpentherme mit Blick auf die teils schneebedeckten Gipfel zu erfrischen.

## Informationen

Rund um den Thermalort Leukerbad (circa 1500 Einwohner) finden Fahrradurlauber mehr als 100 Kilometer meist naturnahe Singletails unterschiedlicher Kategorie. Diese sind mit einem gefederten Mountainbike gut zu bewältigen.

Der 3,2 Kilometer lange Flowtrail von der Rinderhütte zur Torrentalp verlangt mit seinen Steilkurven, Wellen und kleinen Sprüngen erste Erfahrungen im Mountainbiking.

Wanderern stehen von Frühjahr bis Herbst rund 200 Kilometer beschilterter Wanderwege offen.

[www.leukerbad.ch](http://www.leukerbad.ch)

Leukerbad lockt mit seiner Therme, einem tollen Bergpanorama und gemütlicher Gastlichkeit. Mit Mountainbike-Führer Stefan Rööslü geht es über Stock und Stein durch die Alpen. Fotos: Schumann