

«Ich liebe die Ostschweiz.  
Sie ist so unglaublich  
abwechslungsreich.»



Regio-  
Check

# STRANDFERIEN IN DER OSTSCHWEIZ

*Wem das Meer zu fern ist, dem bietet sich am Bodensee – der auch als Schwäbisches Meer bekannt ist – eine Alternative in Reichweite. Und gleich ums Eck ruft der Säntis.*

Text: Gregor Sonderegger

**Leider waren viele meiner Kolleginnen und Kollegen noch nie in der Ostschweiz – für viele scheint die Schweiz irgendwo nach Winterthur aufzuhören. Das ist schade, denn die Ostschweiz hat viel Atemberaubendes zu bieten.**

**Warum nicht einmal** am Vormittag auf den Säntis fahren, diese unglaubliche Aussicht vom Gipfel geniessen und ein paar Stunden später zur Abkühlung in den Bodensee eintauchen?

**Wann immer ich ausländische Freunde** oder Bekannte mit auf den Säntis nehme, kommt die gleiche Reaktion: Sind wir jetzt etwa schon im Hochgebirge? Gibt es noch höhere Berge in der Schweiz? Natürlich gibt es die, der Säntis ist ein Gipfel des Voralpengebiets, des Alpsteins, und «gerade» mal 2502 Meter hoch. Aber oben angekommen, hat man das Gefühl, man sei viel höher – der Säntis ragt über das Appenzellerland und die Ostschweiz und ist auch aus den Nachbarländern überall als prägnante Naturscheinung zu erkennen. Vom Säntis aus sieht man denn auch in sechs Länder (Schweiz, Liechtenstein, Österreich, Frankreich, Deutschland und manchmal sogar Italien).

**Wer gut zu Fuss ist**, kann atemberaubende Wanderungen unternehmen. Zum Beispiel vom Säntis zum Altmann, dem zweithöchsten Berg im Alpstein. Der Lisengratweg, 1905 von der SAC-Sektion Säntis angelegt, ist in jeder Hinsicht spektakulär und eindrucklich! Links und rechts geht es steil den Berg hinunter, der Weg ist aber gut gesichert und garantiert ein unvergessliches Erlebnis. Wer etwas Bergerfahrung und Kondition mitbringt, kann den Aufstieg zum Altmann wagen. Dafür muss man sich aber sicher in weglosem Gelände bewegen und hat Abschnitte des Schwierigkeits-

grads II zu bewältigen. Als junge Männer nutzten wir natürlich die Gelegenheit, spektakuläre und zugegebenermassen aufschneiderische Fotos zu machen, auf denen die Touren viel gefährlicher aussahen, als sie es in Wirklichkeit waren – aber Spass hat es gemacht.

**Und dann der Bodensee:** An manchen Tagen hat man tatsächlich das Gefühl, am Meer zu sein – dann nämlich, wenn man nicht bis zum anderen Ufer sieht. Deutschland, Österreich und die Schweiz teilen sich den See. Der Radweg, der fast rund um den Bodensee führt, ist ein wahres Abenteuer. Verkürzen lässt sich die Strecke überall dank der Fähr- und Schiffsverbindungen. Aber die rund 270 Kilometer rund um den See lohnen sich als mehrtägige Tour.

**Wir gehen mit der Familie** häufig an den Bodensee. Ein Geheimtipp ist der Zeltplatz des Strandbads von Arbon im Thurgau. Wir übernachten direkt am See – mit Blick auf das Naturschutzgebiet nebenan und das deutsche Ufer gegenüber. Und am Abend haben wir Camper dann das ganze Strandbad für uns allein. Königlich!

**«#SRF GLOBAL»** AUSLANDSMAGAZIN

**Monatliche Ausgaben, die nächste am** Donnerstag, 29. März, 22.25 Uhr, SRF 1

## Ein Arbeitstag bei «#SRF global»

Das Format «#SRFglobal» (monatlich, Do., SRF 1, 22.25) habe ich im Sommer 2015 parallel zu meiner Arbeit als Stabschef und stv. Nachrichtenchef bei der Chefredaktion TV entwickelt. Gleich zu Beginn kam **Daniel Blickenstorfer** an Bord, ein erfahrener und belebender TV-Macher, der sich vor jeder Sendung wochenlang ins Thema vertieft, zahlreiche Bücher liest, Gespräche führt und die Sendung zusammen mit den Korrespondenten und dem Moderator **Florian Inhauser** entwickelt. Im Vorfeld bin ich vor allem Sparring- und Gesprächspartner. Am Aufzeichnungstag sind wir zusammen in der Regie, betreuen die Korrespondenten vor Ort und die Technik in Zürich und im Ausland. Während Daniel den Endschnitt macht, schreibe ich meistens noch einen **Online-Artikel** zum Thema und betreue die Sendungswebsite. Wir sind ein kleines Team mit wenig Ressourcen, und die Sendung ist für uns gleichzeitig Leidenschaft und Hobby. Zum Abschluss pflegen wir ein kleines Ritual: Wenn die Sendung um 20.00 Uhr auf srf.ch online ist, **trinken wir gemeinsam ein Bier** und verfolgen die ersten Reaktionen.

## GREGOR SONDEREGGER

**Alter:** 49  
**Familie:** verheiratet, drei Kinder  
**Karriere:** Aufgewachsen in Wittenbach SG. Journalistenschule Ringier. 1994 Produzent und im Startteam von Tele Züri, anschliessend Nachrichtenchef Tele 24, 1999 stv. Chefredaktor TV 3, 2001–2005 Russland-Korrespondent für SRF, anschliessend bei «Quer»/«Leben live» und bei «Dok», seit 2011 Stabschef und stv. Nachrichtenchef, seit 2015 Leiter «#SRF global».

