



Mountainbike-WM
Lenzerheide
SA, 8. September,
15.10 Uhr, SRF 2

AB AUFS VELO

Pedalen, was das Zeug hält: In der Schweiz laden schöne Radwege die ganze Familie zu Genusstouren ein. Kulinarische Pausen? Aber sicher!

Text: Sonja Hüsler

Durchs Rheintal von Chur GR nach Bad Ragaz SG

1 BLAUBURGUNDER & HEIDI

Gestartet wird in Chur, der ältesten Stadt der Schweiz. Danach pedalen Sie durch die Rheinauen. Es sind die einzigen Auen, die zwischen Reichenau und Bodensee übriggeblieben sind. In den Rebbaudörfern Malans und Jenins sollten Sie sich ein Glas des bekannten Blauburgunders gönnen, während Ihre Kinder auf den Dorfspielplätzen herumtoben. Weiter geht es nach Maienfeld, in Heidis Heimat. Endpunkt sind der Kurort Bad Ragaz sowie die tollen Thermalbäder oder Badis (Distanz: 26 km; Höhendifferenz: 240 m rauf, 320 m runter; churtourismus.ch).

Von St. Gallen durchs Appenzellerland und zurück nach St. Gallen

2 QUÖLLFRISCH & BAUERNHÄUSER

Diese herausfordernde Tour – mit E-Bikes ist sie auch für Familien machbar – führt Sie durch Speicher, Heiden, Berneck, Rebstein, Gais, Appenzell, Herisau und wieder zurück nach St. Gallen. Dabei radeln Sie durchs hügelige Appenzellerland vorbei an typischen Bauernhäusern. In den zahlreichen Beizen wartet unterwegs überall ein Quöllfrisch auf durstige Kehlen. Falls Sie die Aussicht mehr motiviert als ein Bier: Das Alpsteinmassiv, das Rheintal und das schwäbische Meer liegen Ihnen unterwegs zu Füßen (Distanz: 69 km; Höhendifferenz: 1450 m rauf, 1450 m runter; appenzellerland.ch).

Von Langenthal durchs Emmental BE

3 BERGKÄSE & GUETSLI

Auf dieser Rundfahrt, die Sie wegen der ziemlich hügeligen Route am besten mit E-Bikes unternehmen, gibt es nonstop etwas zu essen. Von Langnau aus geht es zuerst auf den Hüpfbode, wo Sie in der Bergkäserei Emmentaler Alpkäse probieren können. Ein wenig später, in Blapbach, strampeln Sie am Biobauernhof vorbei, von dem Kambly Milch und Butter für ihre Guetsli bezieht. In der Kambly-Erlebnisswelt in Trubschachen können Sie dann nicht nur Ihre (Velo-)Batterien aufladen, sondern auch Guetsli schnabulieren (30 km; Höhendifferenz je 750 m rauf und runter; kambly.ch/erlebnis).

Durchs obere Tösstal ZH

4 BRÄTELN & BADEN

Flussabwärts fahren Sie der Töss entlang von Turbenthal über Rikon, Kollbrunn, Sennhof und Töss nach Winterthur. Unterwegs können Sie sich auf einem der vielen Bänkli ausruhen und den Blick auf die Töss geniessen – oder Sie springen gar hinein. Danach laden zahlreiche Feuerstellen zum Bräteln ein, was Ihre Kinder sicher motivieren wird, weiter nach Winterthur zu radeln. Dort führt Sie die Route vorbei an den ehemaligen Fabrikhallen von Rieter, Sulzer und der Lokomotivfabrik SLM zum Bahnhof (20 km; Höhendifferenz: 50 m rauf, 170 m runter; winterthur-tourismus.ch).

WEITERE TOUREN

Von Kreuzlingen TG nach Schaffhausen SH entlang dem Untersee:

Unterwegs einen Fisch verspeisen und in den Bodensee eintauchen (Distanz: 48 km; Höhendifferenz: 170 m rauf, 180 m runter; st.gallen-bodensee.ch).

Von Murten FR um den Murtensee und auf den Mont Vully:

Im Uhrzeigersinn um den See vorbei an Salavaux und einem der längsten Sandstrände der Schweiz durch die Weinberge auf den Mont Vully und wieder zurück nach Murten (Distanz: 32 km; Höhendifferenz: je 360 m rauf und runter; region-murtensee.ch).

Von Zug ZG nach Einsiedeln SZ:

Eine voralpine Berg- und Talfahrt auf den Mont Vully und wieder zurück nach Murten (Distanz: 32 km; Höhendifferenz: je 360 m rauf und runter; region-murtensee.ch).

Von Sion über Sierre nach Leuk VS:

Diese knallharte Tour (E-Bikes empfehlenswert) wird auch Walliser Weinstrasse genannt. Sie ahmen es schon: Es warten überall Winzer und ihre hervorragenden Tropfen (47 km, Höhendifferenz: 950 m rauf, 1000 m runter; weinweg.ch).

Bilder: Chur Tourismus; familienroute.ch/Mattias Nütt; Tom Trachsel; Winterthur Tourismus