



## Einfache Mountainbike-Tour für die gesamte Familie von Kreuth über die Schwaiger Alm bis zur Bayralm

Kaum Höhenmeter, ein sehr gut befahrbarer Untergrund und die idyllische Landschaft des Tals rund um den Sagenbach. Die familienfreundliche sowie für Mountainbike Neulinge bestens geeignete Bike-Tour führt von Kreuth über die Weißbach und vorbei am Ausflugslokal Schwaiger Alm (824m) bis zur herrlich gelegenen Bayralm (1040m). Die perfekten Rahmenbedingungen für einen rundum schönen und einfachen Bike-Ausflug.

**Autor:** Martin Schindler

**Quelle:** [www.mtbsepp.de](http://www.mtbsepp.de)

<b>Tour-ID</b>	#103					
<b>Region, Land</b>	Bayerische Voralpen, DE					
<b>Startort</b>	83708 Wildbad Kreuth					
<b>Streckenlänge</b>	18.8 km (hin und zurück)					
<b>Anstieg</b>	342 m					
<b>Abstieg</b>	342 m					
<b>Dauer</b>	2:16 Std.					
<b>Beschaffenheit</b>	Asphalt, Schotter					
<b>Panorama</b>	<table><tr><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr></table>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
<b>Kondition</b>	<table><tr><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr></table>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
<b>Niveau</b>	<table><tr><td><input type="checkbox"/></td><td><input checked="" type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr></table>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
<b>Fahrtechnik</b>	<table><tr><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td><td><input type="checkbox"/></td></tr></table>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
<b>Eigenschaften</b>	 E-Bike tauglich					

### Anfahrtsbeschreibung

Von der Autobahn A8 München - Salzburg kommend nehmen wir die Autobahnausfahrt Holzkirchen und folgen anschließend der Bundesstraße B318 durch die am Tegernsee gelegenen Orte hindurch nach Süden in Richtung österreichische Grenze und Achenpass. Nachdem wir die Gemeinde Kreuth in südlicher Richtung verlassen haben gelangen wir schon bald darauf linker Hand die Abzweigung zur Gaststätte Schwaigeralm und den zur Straße angrenzenden Wanderparkplatz.

### Parkmöglichkeiten

Kostenpflichtiger Wanderparkplatz (ca. 806m), Wildbad Kreuth.

### Ausführliche Tourenbeschreibung

Die Tour beginnt am großzügig angelegten, kostenpflichtigen Wanderparkplatz bei Wildbad Kreuth. Wir folgen zu Beginn der Teerstraße vorbei am Parkplatz in Richtung Süden und passieren die reißende Weißbach über eine Brücke hin zum anderen Ufer. Während der Weg unmittelbar hinter der Brücke geradeaus weiter in Richtung Siebenhütten und Wildbad Kreuth verläuft, führt uns die Teerstraße nach links und somit parallel zur Weißbach ebenerdig entlang bis wir nach etwa dreihundert Metern an eine Gabelung gelangen. Wir biegen rechts in den breiten Kiesweg ein und folgen diesem nun entlang des Sagenbaches in den Wald hinein. Wir passieren eine weitere Parkmöglichkeit, überqueren entlang einer kleinen Brücke den Bachlauf und erreichen nach etwa achthundert Metern schließlich bereits die Schwaiger Alm (824m).

Das Ausflugslokal am Fuße des Riedlerbergs (1429m) ist aufgrund der guten Erreichbarkeit sowohl mit dem Rad als auch zu Fuß ein beliebtes Ziel und daher insbesondere an den Wochenenden stark frequentiert. Da wir uns ohnehin noch am Anfang der Tour befinden, lassen wir die Alm vorerst sprichwörtlich links liegen und folgen dem Weg weiter in östlicher Richtung. Unmittelbar hinter der Schwaiger Alm kehrt Ruhe ein - der von Bäumen und Büschen umsäumte Forstweg bildet eine angenehme Kulisse für die Weiterfahrt und so führt uns der stets nur leicht ansteigende Weg zügig dahin.

Wir dringen immer tiefer in das Tal der Langenau - auch Lange Au genannt - vor und passieren dabei zwei kartografisch markierte Baudenkmäler. Das sogenannte "Schwarze Kreuz", welches vor langer Zeit im Gedenken an einen von einem Wilderer erschossenen Jäger errichtet wurde bildet den ersten der beiden Wegpunkte. Das anschließend erreichte "Steinerne Kreuz" ist Zeugnis einer weiteren Tragödie: am 27. Juni 1701 erschoss dort ein Wilderer den Tegernseer Klosterjäger Georg Feller zum Schmiedhof in Point. Nach zwei kurzen Stopps an den genannten Kreuzen folgen wir dem Weg für einige Kilometer stetig dahin bis dieser uns an die Langenau Alm (969m) führt. Ab der nicht bewirtschafteten Alm gewinnt die Steigung langsam ein wenig an Präsenz und erreicht rund sieben Prozent. Doch kein Grund zur Sorge - nach rund eineinhalb Kilometern ist der höchste Punkt dieses Abschnitts sowie der gesamten Tour auch schon erreicht und stellt somit auch für Mountainbike Einsteiger und Familien keine große Hürde dar.

Von der Kuppe sind es anschließend nur noch wenige Meter bis zur Bayralm (1040m), welche wir hinunterrollend in nur wenigen Minuten schließlich erreichen. Zwischen Langeckberg (1419m), Wilder Lochberg (1441m) und Bayerischer Schinder (1796m) besticht die Alm durch eine idyllische Lage und lädt mit hausgemachten Kuchen sowie Bortzeiten und kühlen Getränken und zur gemütlichen Rast ein. Nahe der

Bayralm führt ein Karrenweg weiter hinunter in den Talgrund. Wer diesem Weg folgt, befindet sich anschließend auf der Route von Kreuth über die Bayralm zur Erzherzog-Johann-Klause und anschließend rund um Risserkogel, Schinder und Wallberg. Eine Tour, die sich in keiner Weise mehr für Familienausflüge oder Mountainbike Neueinsteiger eignet sondern wirklich nur regelmäßig aktiven Bikern empfohlen werden kann.

Die Fahrt zurück zum Ausgangspunkt folgt dem von der Herfahrt bekannten Weg durch das Sagenbach-Tal vorbei an den teils schroffen Felsen der Blauberge zurück nach Kreuth.

**Hinweis:** Die Nutzung dieser Daten ist ausschließlich für den privaten Gebrauch gestattet und erfolgt stets auf eigene Gefahr. Eine Weitergabe an Dritte oder die Veröffentlichung der Daten ist nicht gestattet.