

Geheimtipp  
Liechtenstein

# HOI MIT'NAND!

Text: DAVID VOLL | Fotos: JÜRGEN AMANN

Langes Wochenende und Lust auf was Neues? Dann ab nach Liechtenstein! Das kleine Fürstentum zwischen Österreich und der Schweiz ist ein Geheimtipp für Biker – mit ungeahnten Möglichkeiten.

Österreich? Schweiz? Liechtenstein! Beinahe auf der Karte übersehen, versteckt sich das kleine Land im Zentrum des europäischen Alpenbogens zwischen der Schweiz im Westen und Österreich im Osten. Kein Wunder, dass das Fürstentum Liechtenstein meist gar nicht beachtet wird, wenn es um die Planung eines Bike-Trips geht. Das Land ist zwar mit 160 Quadratkilometern Fläche der viertkleinste Staat Europas, bietet jedoch für Mountainbiker super Möglichkeiten – von der Familientour bis zum Singletailspaß.

## IDEAL FÜR MOUNTAINBIKER

Allein der Fakt, dass Liechtenstein der einzige Alpenstaat ist, der vollständig in den Alpen liegt, sollte bei Naturfreunden schon ein Ausrufezeichen setzen und die Neugier wecken. Den typischen „Alpentourismus“ findet man hier allerdings nicht. Noch nicht. Bisher lag die touristische Vermarktung der schönen, sehr idyllischen Landschaft eher brach. „Tip top, so haben wir Biker die tollen Trails fast für uns alleine“, freut sich Marcel, einer der Guides an diesem Wochenende. Der andere ist Philipp. Beide sind echte Liechtensteiner und kennen das Fürstentum und seine Trails wie ihre Trikottasche. Und von wegen Zwei-Meter-Regel: Mit Trails sind hier Wanderwege gemeint. Schmal, handtuchbreit, von flowig bis technisch, bergauf wie bergab. „Stress zwischen Fußgängern und Radlern? Gibt's nicht. Liechtensteiner sind alle sehr sportbegeistert und naturverbunden, die haben Verständnis. Fast die Hälfte der Bevölkerung ist in Sportvereinen organisiert“, klärt mich Philipp auf. Wahrscheinlich verbreitet auch deshalb das Land so ein familiäres Gemeinschaftsgefühl. Erst in den letzten Jahren wurde in den Tourismus-Bereich stärker investiert. Der Fokus lag bisher





Zwei-Meter-Regel? Gibt's in Liechtenstein nicht. Die Einheimischen sind selbst alle sportbegeistert.

jedoch nur auf den Wanderern. „Das funktioniert sogar so gut, dass selbst Einheimische das Angebot an Wanderführungen annehmen“, zeigt sich selbst Marcel überrascht. Seit letztem Jahr investiert der Tourismusverband Liechtenstein nun auch vermehrt in den Mountainbike-Bereich. So stehen zum Beispiel über zehn Top-Routen auf dessen Homepage samt GPS-Daten, Höhenprofil und Kartenmaterial mit Einkehrmöglichkeiten zum Download bereit.

#### BIKESPASS FÜR ALLE

Obwohl Liechtenstein überschaubar ist, hat es für jeden Biketyp etwas im Angebot: Das Oberland, das den südlichen Teil des Fürstentums umfasst, punktet vor allem mit alpinem Gelände und ist mit seinen tollen Panoramen und Adrenalin-geladenen Singletrails gerade deshalb besonders für ambitionierte Biker, ausdauernde Tourenfahrer und Fahrtechniker ideal geeignet. Eine Herausforderung für konditionsstarke Biker sind zum Beispiel die knapp 1300 Höhenmeter, die auf der weniger als 30 Kilometer langen Triesenberg-

Tour von Vaduz bis zum Maiensäss Silum zu meistern sind. Das Unterland hingegen, das sich vorwiegend auf die Rheintalebene erstreckt und die Gemeinden nördlich von Schaan und Planken einschließt, empfiehlt sich vor allem für Familien. Für sie stehen rund einhundert Kilometer Radwege zur Auswahl. Dennoch haben auch Trail-Fans im Fürstentum ihre helle Freude.

#### SCHELLENBERG ZUM EINROLLEN

Mein Drei-Tage-Bike-und-Wellness-Kurzurlaub beginnt mit einem reichhaltigen Frühstücksbuffet im familiengeführten Hotel Turna in Malbun auf über 1600 Metern. Grandioses Panorama inklusive. Ausgangspunkt für den ersten Tag ist jedoch das im Tal gelegene Örtchen Eschen. Im Café treffe ich Sabine und Andi, die beiden Guides an diesem Tag. „Hoi und Grüezi mit'nand!“ Bei einer „Schorli“ genießen wir das herrliche Wetter, bevor wir dann mit unseren surrenden Stollenreifen durch die schmalen Straßen stetig bergauf kurbeln. Als die Häuser den Weinreben weichen, geht die Straße in einen Schotterweg und kurze Zeit später in den ersten Wiesenpfad über. Von nun

„Hier kannst du den ganzen Tag verbringen, ohne einen Weg zwei Mal zu fahren.“

an wechseln sich Waldweg und handtuchbreiter, griffiger Singletrail ab. „Hier kannst du den ganzen Tag verbringen, ohne einen Weg zweimal zu fahren!“, strahlt Sabine und zischt voraus. Auf, ab, rechts, links, Wald, Wiese, Wurzeln, Dreck und Steine – alles, außer Forstautobahn. Nach kurzer Zeit bin ich schon völlig in Trance. Bevor ich endgültig dem Singletrailwahn zum Opfer falle, spuckt uns der Wald an einer alten Burgruine aus. Die obere der beiden Burgruinen am Schellenberg entstand um 1200 n. Chr. und wurde nach ihrem Erbauer, Herrn von Schellenberg, benannt. Wir setzen uns auf eine Bank, verschnauften kurz und genießen die tolle Aussicht ins Rheintal. „An den Berghängen auf der anderen Seite des Tales zieht sich der Fürstensteig entlang, ein cooler Trail, der gleichzeitig die Grenze zu Österreich markiert“, lässt mich Andi wissen. Beide Guides leben in Vorarlberg im angrenzenden Österreich und genießen die räumliche Nähe zum Fürstentum und dem hervorragend beschilderten Wegenetz. Unser Trailhunger ist für heute gestillt. Über kleine Gemeinden am Rande des Schellenbergs rollen wir gemütlich ins Tal, zurück nach Vaduz. Die Hauptstadt Liechtensteins und Sitz des Fürstenhauses hält auch für Schlechtwettertage einige Alternativen bereit. Besonders interessant: das Postmuseum, mit liechtensteinischen Briefmarken-Raritäten, sowie das Kunstmuseum. Doch die Sonne lacht und wir erklimmen die letzten 300 Höhenmeter des Tages, hinauf zum Fürsten-Schloss. Erbaut im 12. Jahrhundert, ist es seit über 200 Jahren im Privatbesitz und deshalb für die Öffentlichkeit unzugänglich. Am Abend entspanne ich in der Sauna des hoteleigenen Wellnessbereichs und stärke mich mit hervorragender einheimischer Küche. Auf der Sonnenterasse lasse ich den Tag bei einem Glas Wein von der fürstlichen Hofkellerei ausklingen.

#### DURCHS VALÜNA-TAL ZUR PFÄLZERHÜTTE

Am nächsten Morgen warten schon Philipp und Marcel auf mich, die mich die folgenden beiden Tage durchs Oberland guiden. Das heutige Tagesziel ist die Pfälzerhütte am Bettlerjoch auf 2108 Meter, die schon fast vom Hotelzimmer aus zu sehen ist. „Lass dich nicht täuschen“, grinst Philipp, der meinen leicht überheblichen Blick bemerkt. „Der Aufstieg hat knapp tausend Höhenmeter!“ Doch bevor wir diesen in Angriff nehmen, geht es zunächst im Ort knackig bergauf zur Kapelle Malbun und weiter bis hoch zum Sassaforle. Die Belohnung für die Strapazen: ein flowiger Singletrail ins Valorschtal. Mit jeder Menge Adrenalin im Blut passieren wir das Dörfchen Steg und fahren, vorbei am Stausee Steg, über die Schlittenbahn Sücka zum „Alten Tunnel“ hinauf. Oben angekommen läuten die Kuhglocken schon den nächsten Trail ein. Über den Sagenweg geht's zurück nach Sücka. Im gleichnamigen Restaurant gönnen wir uns eine Pause und essen eine liechtensteinische







## Der Kafi Luz hat es in sich – genau so wie der finale Downhill zurück nach Malbun.



Spezialität: Käsknöpfle mit Apfelmus. Lecker! Gestärkt nehmen wir nun den längsten Aufstieg des Tages unter die Stollen und kurbeln, umgeben von traumhafter Kulisse, das Valüna-Tal auf einem breiten Weg hinauf, vorbei an Alpe Valüna und Alpe Gritsch – das beeindruckende Rätikon stets im Blick. „Im Winter ist das Valüna-Tal das Ski-Langlauf-Gebiet Liechtensteins“, sagt Philipp. Während mir der Schweiß übers Gesicht rinnt, lässt zumindest der Gedanke an Schnee die Anstrengung etwas weniger schlimm erscheinen.

### AUF GROBEM SCHOTTER ZUR PFÄLZERHÜTTE

Auf den finalen 300 Höhenmetern verstummen aber dann auch die letzten Gespräche und selbst die frostigsten Gedanken schmelzen wie Eis in der Mittagssonne. Auf grobem Schotter schlängelt sich der extrem steile Weg hinauf zur Pfälzerhütte. Als sich meine Atmung wieder normalisiert hat und ich den Blick vom Lenker hebe, genießen wir einen Fernblick wie aus dem Bilderbuch. Wer es verträgt, der sollte unbedingt auch einen „Kafi Luz“ probieren. Das Liechtensteiner Hüttentrunk ist ein dünner Kaffee, der mit Zwetschgen- oder Kirschwasser und Zucker „verlängert“ wird. Doch Vorsicht: Nicht nur das Getränk hat es in sich, auch die finale Abfahrt über die Tälihö-

he und S'Täli zurück nach Malbun! Dieser verblockte Downhill ist nur was für technisch versierte Biker – alle anderen nehmen lieber den Schotterweg ins Tal.

### HART ODER HERZLICH ZUR GAFADURA-HÜTTE

Je nachdem, wie viel Kraft man am dritten Tag noch übrig hat, lässt sich die Gafadura-Hütte von Schaan aus, mit ambitionierten 1000 Höhenmetern, oder gemütlicher von Planken aus, mit circa 550 Höhenmetern, erobern. So oder so ist die Strecke vorbildlich mit den roten Schildern mit weißem Bikesymbol gekennzeichnet. Größtenteils geht es auf Forststraßen hinauf zum Tagesziel auf 1428 Metern. Die ehemalige fürstliche Jagdhütte ist besonders für Familien einen Ausflug wert. Wer immer noch nicht genug hat, kann weitere 200 Höhenmeter bis zum Sarojasattel strampeln. Wir belassen es bei der Gafadura-Hütte und saugen die grandiose Kulisse des Rheintals in uns auf, wie unsere flüssigkeitsleeren Körperzellen die kühle Rivella-Brause. Bevor wir gen Tal rauschen, gibt mir Marcel einen wertvollen Tipp: „Halte die Augen offen in der Abfahrt. Hier kreuzen nicht nur Murmeltiere den Weg, sondern es gehen auch immer wieder super Singletrails vom Hauptweg ab.“ Echt lässig, der Spaß nimmt einfach kein Ende!

## > LIECHTENSTEIN KOMPAKT

### LIECHTENSTEIN

Das Fürstentum Liechtenstein liegt am Rhein zwischen Österreich und der Schweiz. Die konstitutionelle Erbmonarchie mit Hauptort **Vaduz** ist mit 160 Quadratkilometern flächenmäßig der sechstkleinste Staat der Welt – und der **kleinste Alpenstaat**. Lange galt das Fürstentum vor allem als Steueroase. Mit nur 37.000 Einwohnern hat der Staat weniger Einwohner als manche deutsche Kleinstadt – dennoch ist das Fürstentum Mitglied der Vereinten Nationen. Bezahlt wird mit Schweizer Franken.

### HINKOMMEN

Von Deutschland über die **A7** von Ulm in Richtung Memmingen und von dort auf der **A96** in Richtung Lindau durch den Pfänder weiter auf der **A14** bis nach Feldkirch (gebührenpflichtig) und von dort über die **B 191** nach Vaduz.

Wer auf der Westroute auf der **A81** in Richtung Singen unterwegs ist, fährt am schnellsten über Konstanz und das Südufer des Bodensees und weiter auf die **A1** und **A13** (beide gebührenpflichtig) in Richtung Chur.

### UNTERKOMMEN

Im **Hotel Turna in Malbun**, auf über 1600 Meter Höhe, haben Biker nicht nur einen herrlichen Ausblick ins Tal, sondern werden vom **Hotelier Rainer Lampert** höchst persönlich auf vorzüglichste Weise mit einheimischen, aber auch internationalen Speisen bekoacht und von den Töchtern bedient. Ein echter Familienbetrieb eben. Kein Wunder, dass hier auch die Liechtensteiner gerne dinieren. Der *bikesport*-Tipp: unbedingt Rainers **Stein-Steak** essen!

Die **19 Nichtraucher-Zimmer** mit Balkon und modernem Bad sind mit TV und W-LAN ausgestattet. Einige Zimmer

haben auch eine Verbindungstür und eignen sich so besonders für Familien.

Im Untergeschoss des Hotels wartet nach einer anstrengenden Tour eine herrliche **Wellness-Landschaft** mit Dampfbad, Sauna, Ruheräumen und einem Pool auf die müden Gipfelstürmer. Mit gelockerten Muskeln und entspanntem Geist können die Gäste anschließend im Liegestuhl auf der

großen Sonnenterrasse den Tag bei gutem Liechtensteiner Wein ausklingen lassen.

Auch die Kinder kommen nicht zu kurz: Ein Spielzimmer im Hotel und Spielgeräte auf der **Sonnterrasse** lassen keine Langeweile aufkommen. Für die Bikes gibt's im Keller einen separat abschließbaren Raum, in dem sie sicher aufgehoben sind.

Nach der Tour auf die Terrasse im Hotel Turna in Malbun



## > Im Gelände und auf der Straße!

**THULE**  
SWEDEN



### Thule EuroClassic G6 928, 929

Bequemes und sicheres transportieren von bis zu 4 Fahrrädern. NEU: Verbesserter Haltearm mit Drehmomentbegrenzer.

Bring your life  
thule.com