

BergKultur Pur im Naturpark Ammergauer Alpen



Sanft geschwungene Bergrücken, aussichtsreiche Gipfel und Sehenswürdigkeiten von Weltrang. Im Naturpark Ammergauer Alpen sind Natur und Kultur zuhause und bereiten den perfekten, erlebnisreichen Urlaub.

Der Naturpark Ammergauer Alpen liegt zwischen der Zugspitze und dem Schloss Neuschwanstein und zählt zu den wohl authentischsten Urlaubsregionen Bayerns: Hier erwartet Gäste zwischen Bad Bayersoien im Norden bis hinein ins wildromantische Graswangtal im Südwesten eine einzigartige Naturlandschaft, die – aufgrund ihrer besonderen Charakteristik und Vielfältigkeit – das Prädikat „Naturpark“ trägt. Der Naturpark Ammergauer Alpen ist 227 Quadratkilometer groß und punktet mit der höchsten Gebirgsartenvielfalt aller deutschen Naturparke und einer großen Höhenspanne (800 bis 2.185 m).

Wer diese besondere Gegend hautnah kennenlernen möchte, findet vor Ort ein 500 Kilometer umfassendes Wanderwegenetz. Radfahrer, E-, Mountain- sowie Gravelbiker wählen dagegen aus einer breiten Palette von leichten bis schwierigen Touren und entdecken unterwegs zahlreiche Kulturschätze. Dazu gehört der Passionsspielort Oberammergau ebenso wie das UNESCO-Welterbe Schloss Linderhof und das Kloster Ettal. Den Winter aktiv erleben können Urlauber auf ausgedehnten Winterwanderungen und Schneeschuh- bzw. Skitouren. Langläufer fädeln sich in das weitreichende Loipennetz ein, während Skifahrer zwischen drei familienfreundlichen Skigebieten und einer Freeride-Abfahrt wählen.

Nachhaltige Erholung mit authentischer Wirkung: Dafür steht das regionale Bergkiefern-Hochmoor, das seit Jahrhunderten in Bad Kohlgrub und Bad Bayersoien Anwendung findet.

www.ammergauer-alpen.de

Hoch hinaus oder doch am Boden geblieben? Wandern im Naturpark Ammergauer Alpen

Immer an der Ammer entlang, zu den Wasserfällen der Schleifmühlklamm, hoch hinaus auf die Kreuz- oder Klammspitze oder gemütlich mit der Bahn auf den Laber, Kolbensattel oder Hörnle?

In den Ammergauer Alpen findet jeder die passende Tour in der geeigneten Schwierigkeitsstufe. Bergsteiger finden ihr Glück häufig auf den stillen Riesen wie der Kreuz- und der Klammspitze im Graswangtal oder begeben sich gleich auf eine mehrtägige Wanderung. Zu den beliebtesten Weit- bzw. Fernwanderwegen zählen der Mediationsweg Ammergauer Alpen sowie der Maximiliansweg.



Wer lieber auf kurzen Touren unterwegs ist, sucht sich aus knapp 30 Rundwanderwegen den passenden Ausflug aus. Besonders für Familien sind die 16 Themenwege perfekt, um neben ausreichend Bewegung auch das nötige Know-How über die Region und den Naturpark zu erfahren. Besonders beliebt sind beispielsweise der Bienenlehrpfad und Timberland Trail in Bad Kohlgrub sowie der Sinnesweg bei Saulgrub, der auf die Bedürfnisse sehbehinderter und blinder Menschen zugeschnitten und interaktiv gestaltet ist.

www.ammergauer-alpen.de/wandern



Ich gehe, also bin ich: Auf dem Meditationsweg Ammergauer Alpen

Schritt für Schritt den Stress des Alltags hinter sich lassen. Wer auf dem 85 Kilometer langen Meditationsweg Ammergauer Alpen wandert, unternimmt eine Reise zu sich selbst. Und entdeckt dabei Sehenswürdigkeiten und Kraftorte der Region.



Der Weg startet am UNESCO-Welterbe Wieskirche in Steingaden und endet ebenso an einem UNESCO-Welterbe, dem Schloss Linderhof im Graswangtal. Der Meditationsweg führt vorbei am Kloster Ettal, den Zeitberg am Hörnle, einigen Kirchen und Kapellen sowie am Ammerdurchbruch „Scheibum“ und dem Hörnle.

Insgesamt 15 Stationen, verteilt auf fünf Tagesetappen, laden zur inneren Einkehr ein. Aber keine Angst: Pilgererfahrung oder Erfahrung im Weitwandern ist nicht nötig, der Weg ist für Jedermann machbar und bei Bedarf in kleinere Etappen einteilbar.

Wer sich in der Gruppe auf den Weg machen möchte, kann dies auf der Mehrtageswanderung, begleitet von Norbert Parucha. Er ist Körpertherapeut und Wanderführer aus Bad Kohlgrub und hat den Weg mitkonzipiert. Die fünftägige Pauschale inkl. Gepäcktransport kann über die Website der Ammergauer Alpen gebucht werden.



Wer lieber alleine unterwegs ist, findet in der ausführlichen „Meditationsweg-Broschüre“ einen verlässlichen Begleiter oder bucht die individuelle Pauschale über Feuer und Eis Touristik.

Übrigens: Als Rundtour führt der Meditationsweg auch durch die Nachbarregion „Blaues Land“ und bietet so 106 weitere meditative Kilometer.

www.ammergauer-alpen.de/meditationsweg



Natur verstehen, Natur erleben: Mit den Rangern unterwegs im Naturpark

**Wie war das noch mit der Entstehung der Alpen?
Und der Moore? Und, wie verhalte ich mich
unterwegs naturverträglich?**

Zu diesen und weiteren Fragen haben die Naturpark-Ranger die passende Antwort. Sie begleiten Gäste auf kostenlosen Führungen und aktivieren auf anschauliche Art die „grünen“ Zellen. Jede Tour hat ein anderes Ziel: Mal geht es an die Ammer, ein anderes Mal an die artenreichen Wiesmahdhänge, in den Wald oder einfach zum Moor. Für kleine Nachwuchsforscher sind die speziellen Familientouren ideal. Die Rangerführungen finden regelmäßig sonntags statt, dauern zwei bis vier Stunden und kommen mit wenig Höhenmetern aus. Zusätzlich gibt es spannende Expertenführungen, zum Beispiel an der Seite einer Ornithologin oder Kräuterpädagogin.

Wer selbst mit anpacken und sich im Umweltschutz engagieren möchte, meldet sich zu Freiwilligenprojekten des „Team Ammertal“ an. Oder nimmt am jährlichen Clean-Up-Event „Valley Green Up“ teil. Bei der Anmeldung entscheidet jeder selbst welchen Gipfel oder welchen Wanderweg von Müll befreit werden soll. Equipment für die Müllsammelaktion gibt es ebenso wie fachkundige Unterstützung der Ranger.



Draußen sein, Spuren lesen, durch den Wald streifen – und dabei Freundschaften knüpfen. Hier wird der Sommer für Kinder zum Abenteuer. Das Sommerferienprogramm „Junior Ranger auf Entdeckungstour“ bringt Kinder zusammen und macht sie spielerisch mit der Natur vertraut. Sie lernen, wie der Wald funktioniert, warum Moore wertvolle Klimaschützer sind und wie man sich achtsam in der Natur bewegt.

Den Sommer auf zwei Rädern genießen: Radeln im Ammertal

Genussvoll von Sehenswürdigkeit zu Sehenswürdigkeit radeln, zwischendurch gemütlich in urigen Hütten einkehren oder die Füße im nächsten Bach abkühlen.

Zahlreiche flache Wege führen durch die Naturparkregion und sorgen bei Radfahrern, E-, und Gravel-Bikern für entspannte und begeisterte Gesichter. Die Touren tragen klangvolle Namen wie Königsrunde oder Wieskirchrunde und versprechen Sightseeing vom Sattel aus.

So weit die Waden tragen, lautet eher das Motto der Gravelbiker und Mountainbiker, bei denen es in den Unterschenkeln schonmal etwas mehr zwicken darf. Beliebte Runden führen rund um den Plansee, den Trauchberg oder um das Ettaler Mandl.

Besondere Herausforderungen und jede Menge Spaß verspricht übrigens auch der Bikepark am Kolbensattel in Oberammergau. Zahlreiche Trails gilt es mit der richtigen Technik und dem passenden Timing zu knacken.

Wen das Zweirad-Fieber gepackt hat, der verstaut das Nötigste in die Satteltaschen und begibt sich auf einen der beiden Fernradwege, die durch die Ammergauer Alpen führen: Der Bodensee-Königssee-Radweg sowie der Ammer-Amper-Radweg.

www.ammergauer-alpen.de/radfahren



Schotterspaß in traumhafter Kulisse

Der Naturpark Ammergauer Alpen ist zudem ein wahres Paradies für alle, die mit dem Gravelbike unterwegs sind. Dichte Wälder, glasklare Bergbäche, idyllische Seen und panoramareiche Almwege bieten perfekte Bedingungen für unvergessliche Touren auf zwei Rädern in einer der abwechslungsreichsten Gravelbike-Destinationen Deutschlands.



Winterzauber im Naturpark Ammergauer Alpen: Vielfältige Erlebnisse zwischen Schnee und Stille

Ein Winterurlaub im Naturpark Ammergauer Alpen verbindet eindrucksvolle Naturlandschaften mit einem vielseitigen Aktivangebot. Verschneite Gipfel, stille Wälder und weite Täler prägen die winterliche Kulisse der Region und schaffen ideale Bedingungen für Erholung und Bewegung in der Natur.



120 km geräumte Winterwanderwege führen durch die Region und verbinden die Orte und ihre Sehenswürdigkeiten. Bei einer Winterwanderung erkunden Gäste die Region und finden zahlreiche kleine und große kulturelle Highlights und Einkehrmöglichkeiten am Wegesrand. Abseits der präparierten Routen eröffnen Schneeschuhwanderungen neue Perspektiven auf die unberührte Bergwelt, während Skitourengeher die alpine Landschaft im eigenen Tempo erschließen. Für Familien bieten die überschaubaren Skigebiete mit sanften Pisten und Skischulen ideale Voraussetzungen für entspannte Skitage und das erste Mal auf Skiern stehen. Langläufer finden ein weit verzweigtes Loipennetz mit rund 180 km, das jährlich die perfekte Kulisse und Strecke für Deutschlands größten Volksskilanglauf, den König Ludwig Lauf, bietet. Damit positioniert sich der Naturpark Ammergauer Alpen als vielseitige Winterdestination, die naturnahen Tourismus und aktive Erholung mit und ohne Schnee möglich macht.

www.ammergauer-alpen.de/aktiv/winter



Natürlich gut: Das jahrelang bewährte Naturheilmittel Moor hautnah erleben

„NaturGesund in den Ammergauer Alpen“ ist ein Versprechen: Für ein ganzheitliches und individuelles Angebot für Gesundheit, mit dem Naturheilmittel Moor als Herzstück.

Gleichzeitig steht es für unsere Verantwortung als Naturpark, einen nachhaltigen Umgang mit der Umwelt zu gewährleisten und gesundes Reisen in einer intakten Natur zu ermöglichen: deswegen wird das Moor nach Verwendung im Moorbad oder -packung renaturiert, also in die Landschaft zurückgeführt.

In Bad Kohlgrub und Bad Bayersoien können Gäste selbst das besondere Schwebefeühl im Moorbad erleben, tauchen ein in die Schönheit der Landschaft und können ihrer Gesundheit etwas Gutes tun. Das Moorbad hat jahrhundertlange Tradition und wird aus direkt aus dem 10.000 Jahre alten Bergkiefern-Hochmoor aus den Ammergauer Alpen entnommen. Die Wärme des Bades (ca. 42 Grad) erhöht die Körpertemperatur und aktiviert die Selbstheilungskräfte, man spricht auch vom Effekt des „Heilfiebers“. Die dickbreiige Konsistenz des Moores sorgt für eine Entlastung der Gelenke. Der Körper scheint zu schweben oder in weichen Daunen zu liegen. Wer in diesem besonderen Naturprodukt badet, kann lockerlassen und sich entspannen.



Viele Gastgeber in Bad Kohlgrub und Bad Bayersoien haben sich auf Mooranwendungen spezialisiert. Sie bieten verschiedene Moor-Angebote an (Tipp: Krankenkassen übernehmen oft die Kosten für Moor-Kuren). Wer mehr über das Moor erfahren möchte, erweitert sein Wissen auf den Moorlehrpfaden von Bad Bayersoien oder Bad Kohlgrub. Schilder und Mitmach-Stationen entlang der Wege informieren und schaffen ein Gespür für das authentische Naturheilmittel.

www.ammergauer-alpen.de/naturgesund

Bei welchen Indikationen wird das Moor eingesetzt:

- Rheuma
- Osteoporose
- Wechseljahre
- Kinderwunsch
- Prävention & Longevity
- ...



Kultur und Wissen nonstop: Sehenswürdigkeiten & Brauchtum entdecken

Zu den bekanntesten Sehenswürdigkeiten im Naturpark Ammergauer Alpen zählt Schloss Linderhof, das prunkvolle Königsschloss Ludwigs II., das mit seinen kunstvollen Parkanlagen Besucher aus aller Welt anzieht und seit 2025 UNESCO-Welterbe ist.



Ebenso bedeutend ist das Benediktinerkloster Ettal, ein barockes Gesamtkunstwerk mit beeindruckender Basilika, Brauerei und Destillerie.



Der traditionsreiche Ort Oberammergau ist international bekannt für seine alle 10 Jahre stattfindenden Passionsspiele, welche eine halbe Millionen Gäste in nur 6 Monaten begeistern, seine lebendige Handwerkskunst und das gewachsene Brauchtum.



Charakteristisch für viele Orte im Naturpark sind zudem die farbenprächtigen Lüftlmalereien, die Hausfassaden mit religiösen, historischen und bäuerlichen Motiven schmücken. Ergänzt wird das kulturelle Angebot durch zahlreiche Museen, kleinere Sehenswürdigkeiten und Brauchtumsveranstaltungen, wie z.B. der Leonhardi-Ritt, das König Ludwig Feuer oder der Sternrundgang, die die Geschichte, das Handwerk und die alpine Lebensweise der Ammergauer Alpen erlebbar machen.



www.ammergauer-alpen.de/kultur

Holzschnitzen mit Tradition: Von der Krippe zum Kunstobjekt



Ein besonderes kulturelles Erbe des Naturparks Ammergauer Alpen ist die traditionsreiche Holzschnitzkunst, die im Ammertal seit Jahrhunderten gepflegt wird. Ihre Ursprünge reichen bis ins 12. Jahrhundert zurück. Bereits einige Jahrhunderte später fanden die kunstvoll gefertigten Figuren aus Holz Verbreitung in ganz Europa.

In Oberammergau lässt sich diese lebendige Handwerkstradition hautnah erleben, unter anderem im Oberammergau Museum, das historische Krippen, kunstvolle Bildhauereien, Kruzifixe und Holzspielzeug zeigt. Wer Handwerkern bei ihrer Arbeit live über die Schulter schauen möchte, kann dies in der Lebenden Werkstatt in Oberammergau tun.

Ein Spaziergang durch den Ort führt zudem zu zahlreichen heimischen Holzschnitzern, deren Werke von klassisch-traditionell bis modern und humorvoll reichen. Viele von ihnen wurden an der renommierten Holzbildhauerschule Oberammergau ausgebildet, die Ende des 19. Jahrhunderts gegründet wurde und bis heute maßgeblich zur Qualität und Vielfalt dieses einzigartigen Kunsthandwerks beiträgt.

Passionstheater Oberammergau: Hochkarätiges Kulturprogramm

Schauspiel liegt den Oberammergauern im Blut. Schließlich bringen die Bewohner Oberammergaus seit 1634 die weltweit bekannten Passionsspiele auf die Bühne. Sie gelobten damals alle zehn Jahre das Leiden und Sterben Christi aufzuführen, wenn sie von der Pest verschont blieben: das nächste Mal 2030. Rund 2000 Einwohner jeden Alters wirken unter der Regie von Christian Stückl (Intendant des Münchner Volkstheaters) mit. Etwa 5500 Einwohner zählt das Dorf Oberammergau.



Aber auch in den Jahren, in denen die Passionsspiele nicht stattfinden, ist einiges im Passionstheater geboten. Der Kultursommer zeigt jährlich ein Theaterstück, 2026 „Tyll“ sowie jedes Jahr den „Brandner Kasper und das ewig' Leben“ des Münchner Volkstheaters. Für alle Musikfans verwandelt sich das Theater Anfang August für das „Heimatsound Festival“ in ein Festival Gelände und bringt ausgelassene Stimmung in den Ort. Weitere Infos, Details und Tickets unter: www.passionstheater.de

Bewahren und beschützen: Altes Handwerk

Für die lange Tradition der Holzschnitzerei ist Oberammergau seit jeher bekannt. Doch im Ammertal bewahren Einheimische noch weiteres altes Handwerk für die Nachwelt. Dazu zählt die Köhlerei, die eng mit dem Namen Bad Kohlgrub verbunden ist. Einmal im Jahr wird in Bad Kohlgrub ein Kohlemeiler errichtet und somit für beste Holzkohle gesorgt, die unter Grillfans reißenden Absatz findet.

Wie „geschnitten Stein“ verkauften sich in Unterammergau 500 Jahre lang die Wetzsteine, die in der Schleifmühlklamm hergestellt wurden. Viele der Unterammergauer Familien verdienten sich so ihren Lebensunterhalt, und das nicht schlecht. Heute spüren Urlauber dem Handwerk der Wetzsteinmacherei in der Schleifmühle in der Schleifmühlklamm nach, die in liebevoller Arbeit restauriert wurde und in den Sommermonaten regelmäßig ihre Türen aufsperrt.



Über die Destination "Naturpark Ammergauer Alpen"

Der Naturpark Ammergauer Alpen ist eine außergewöhnlich vielseitige Urlaubsdestination, die mit zahlreichen Facetten und besonderen Highlights begeistert. Eingebettet in die beeindruckende Berg- und Naturlandschaft vereint die Region, mit seinen Orten Oberammergau, Unterammergau, Ettal, Bad Kohlgrub, Bad Bayersoien und Saulgrub, ursprüngliche Natur und gelebte Tradition auf einzigartige Weise.

Darüber hinaus bietet der Naturpark eine große Bandbreite an Aktivitäten und Erlebnissen für Naturliebhaber, Kulturbegleiter, Erholungssuchende und Aktivurlauber gleichermaßen. Ob Wandern, Radfahren, Wintersport oder kulturelle Entdeckungen – die Region hält zu jeder Jahreszeit unvergessliche Urlaubserlebnisse bereit und wartet darauf, entdeckt zu werden.



Über die Ammergauer Alpen GmbH

Die Ammergauer Alpen GmbH ist die Destinations Management Organisation (DMO) der sechs Naturparkgemeinden Oberammergau, Bad Kohlgrub, Bad Bayersoien, Ettal, Unterammergau und Saulgrub.

Unsere Kernaufgaben sind die touristische Positionierung, Produktentwicklung, nationale und internationale Vermarktung sowie Gäste- und Vermieterservice. Die Aufgaben der GmbH umfassen die Bereiche Produktmanagement & Eventbetreuung, Marketing & Kommunikation, Digitale Projekte & Sales, Gästeservice & Partnermanagement sowie Administration. Als Dienstleister übernimmt die Ammergauer Alpen GmbH auch das Destinationsmanagement für das Blaue Land. In enger Kooperation mit dem Naturpark Ammergauer Alpen e.V. sehen wir uns als nachhaltiger Gestalter des Lebensraums in der Region.

Die Destination „Naturpark Ammergauer Alpen“ verzeichnet jährlich knapp 200.000 Anreisen und rund 740.000 Übernachtungen.

www.ammergauer-alpen.de

Über den Naturpark Ammergauer Alpen e.V.

Der Naturpark Ammergauer Alpen besteht seit dem 1. August 2017, als er offiziell durch das Bayerische Umweltministerium anerkannt wurde. Träger des Naturparks ist der gemeinnützige Naturparkverein, in dem zahlreiche regionale Akteure zusammenarbeiten. Mitglieder des Vereins sind alle sechs Naturparkgemeinden, die Bayerischen Staatsforsten, Privatwaldgemeinschaften und -genossenschaften, die Ortsverbände des Bayerischen Bauernverbands, Alm- und Weidegenossenschaften, Jagdgenossenschaften, die Ammergauer Alpen GmbH sowie der Landkreis Garmisch-Partenkirchen. Diese vielfältige Zusammensetzung zeigt, wie eng Naturschutz und Nutzung der Landschaft miteinander verbunden sind.

Die Aufgaben des Naturparks gliedern sich in vier zentrale Handlungsfelder: die Förderung von Erholung und nachhaltigem Tourismus, den Naturschutz und die Landschaftspflege, die Bildung für nachhaltige Entwicklung sowie die nachhaltige Regionalentwicklung. Durch Projekte in diesen Bereichen setzt sich der Naturpark Ammergauer Alpen e. V. dafür ein, Natur und Kultur in Einklang zu bringen und die Region als lebens- und lebenswerten Raum für Einheimische und Gäste gleichermaßen zu erhalten.

www.naturpark-ammergauer-alpen.de

Kontakt
Presse

Ammergauer Alpen GmbH
Dorfstraße 3
82487 Oberammergau

Laura Holl
marketing@ammergauer-alpen.de
08822 / 922740