

Publikation Welt am Sonntag NRW
Ausgabe 20.01.2024
Seite 54
Abo-Nr 587116
Treffer-Nr 2773965
Suchbegriff Kärnten

Autor*in FLORIAN SANKTJOHANSER
Ressort Ratgeber
Verlag Axel Springer SE
Medientyp Regionale Wochenzeitungen
Branche Nicht branchenspezifisch
Bundesland Nordrhein-Westfalen

Reichweite 164295
Verbreitet 37087
Verkauft 34304
Gedruckt 57469
AÄW/€ 26264.52
Erscheint wöchentlich



*Hauptsache Wasser:
In Bad Kleinkirchheim
wird nach der Pistentour
gern abgetaucht*

Erst Skifahren und Schneewandern, dann die Muskeln im Thermalbad entspannen: Kleinkirchheim in **Kärnten** ist eine Mischung aus **Wintersportrevier** und Kurort

VON FLORIAN SANKTJOHANSER

Für Dehnübungen gibt es keinen schöneren Ort als den Außenpool des Römerbads. Während das 31 bis 33 Grad warme Wasser die muskelverkaterten Oberschenkel entspannt, schaut man den letzten Skifahrern auf der Piste gegenüber dabei zu, wie sie in der Abendsonne lange Schatten werfen.

Planschen, Schwimmen und Saunieren gehören hier in Bad Kleinkirchheim untrennbar zum Skiurlaub. Das Bergdorf in **Kärnten** ist eine Mischung aus Kurort und **Wintersportrevier** – und das mit kurzen Wegen. Nach dem Skifahren können die Gäste direkt von den Pisten gleich hinüber zum Römerbad oder zur Therme St. Kathrein gehen.

Laut Legende entdeckten einst durchziehende römische Legionäre die heißen Quellen, deshalb schwitzen die Gäste des Römerbads heute in Saunen, Dampfbädern und Warmlufträumen namens Trajanus Laconicum, Jupiter Caldarium und Venus Sudatorium. Auf drei Etagen und 12.000 Quadratmetern irrt man geradezu durch ein Labyrinth aus zahlreichen Pools, Bädern und Ruheräumen. Es gibt Mini-Vulkane mitten im Innenpool und Außensaunen, die an das Lehm-Iglu des jungen Luke Skywalker auf dem Star-Wars-Wüstenplaneten Tatooine erinnern.

Die Pool-Konkurrenz im Ort, die Therme St. Kathrein, hält mit Strudelbecken, Spritzpilzen, Spaßbad und einer 86 Meter langen Wasserrutsche dagegen – der längsten in **Kärnten**. Sie ist bei Familien besonders beliebt.

Aber warum leistet sich das Bergdorf mit kaum 1700 Einwohnern heute gleich zwei große Thermen? Eine Antwort ist: weil es die Tradition so will. Während

andere **Skigebiete** aus Konkurrenzdruck eine Therme als Schlechtwetter-Alternative bauen – Ischgl investierte dafür im vergangenen Jahr 75 Millionen Euro –, reisen Kurgäste zum Entspannen schon seit Jahrhunderten nach Bad Kleinkirchheim.

Zudem haben sich die Wünsche der **Urlauber** verändert. „Die Gäste hier wollen heute nicht mehr den ganzen Tag Ski fahren und Kilometer fressen“, sagt Wolfgang Krainer von der örtlichen Skischule. Beliebt seien halbtägige Skirunden, Snowbiken oder auch Schneeschuhwandern.

Das liegt freilich auch am Skigebiet. Zwar überspringen die drei miteinander verbundenen Abfahrten gemeinsam knapp die magische Hürde von 100 Pistenkilometern. Aber Ehrgeizlinge, die sich an irrwitzig langen Schussfahrten oder auf schwarzen Buckelpisten beweisen wollen, buchen nach Krainers Einschätzung eher anderswo.

Mäßig steil schlängeln sich die überwiegend rot klassifizierten Abfahrtschänge durch Fichten- und Lärchenwald. Vögel zwitschern, irgendwo hämmert ein Specht. „Das ist hier ein Familienskigebiet“, sagt auch Andreas Heide, seit 35 Jahren als Skilehrer tätig. Es gebe aber auch durchaus anspruchsvollere Pisten wie die ehemalige Weltcup-Abfahrt.

Auf dem 1904 Meter hohen Strohsack starteten bis 2018 die Skiprofis in Weltcup-Rennen. Die Abfahrt trägt den Namen des größten Lokalhelden: Franz Klammer, der Abfahrt-Olympiasieger von 1976. Er ist mit 25 Abfahrtsiegen sowie dem fünfmaligen Gewinn des Abfahrtsweltcups der erfolgreichste Rennläufer dieser Disziplin.

Einmal pro Monat können übrigens sportliche Frühaufsteher vor Sonnenaufgang mit dem heute 70-jährigen

Franz Klammer über leere Pisten kurven. Die Skifahrerlegende fährt noch immer vielen davon.

Andreas Heides Kunden jedenfalls buchen solche anstrengenden Early-Morning-Touren eher nicht. Die meisten sei-

en **Genuss-Wintersportler**, sagt der 58-jährige Guide – darunter viele Niederländer, Deutsche und Italiener.

Für einen ersten Panoramablick nimmt Heide mit seinen Gästen am frühen Morgen die Seilbahn auf die 2055 Meter hohe Kaiserburg mit ihrer futuristischen Bergstation und hangelt sich dann Piste für Piste, Lift für Lift weiter. Durch einen Tunnel unter der Straße geht es hinüber zur Sonnwiesbahn, deren Südhänge – der Name lässt es vermuten – schon mittags in der prallen Sonne liegen. Entsprechend angeschmolzen ist hier nachmittags der Schnee.

Dafür ist die Aussicht auf die unverbauten Kuppen der Nockberge fantastisch. Heide deutet auf den Rosenock in der Ferne, mit 2440 Metern ist er der höchste Gipfel des 2012 von der Unesco zum Biosphärenpark erklärten Gebietes.

Um die stille Schönheit der Nockberge zu erleben, muss man kein erfahrener Bergsteiger sein. Es genügt, morgens in Winterstiefeln zur Sportschule von Wolfgang Krainer zu kommen. Er führt seit 25 Jahren Schneeschuhtouren, zwei Mal pro Woche geht er mit Gästen hinauf in die Berge. Die Tour startet mit einer Liftfahrt zur Maibrunn-Alm. Von der Bergstation in 1760 Metern Höhe stapft Krainer dann westwärts – und bleibt nach wenigen Schritten stehen, um die erste Spur einer Gämse zu zeigen. „Das Tier ist heute Nacht hier entlanggelaufen“, sagt er. Allein auf diesem Bergstock leben gut 300 Gämsen.

Bereits nach ein paar Minuten scheint der Skizirkus um Welten entfernt. Neuschnee polstert die Bäume ringsum, bis auf das Schrappen der Schneeschuhe ist nichts zu hören. Von den Ästen alter Lärchen hängen Bartflechten wie Lametta. „Sucht eure eigene Spur“, ruft Krainer, „damit ihr ein Gefühl für den frischen Pulverschnee bekommt.“

Immer wieder zeigt Krainer Spuren im ansonsten unberührten Weiß, von Fuchs, Hase und Auerhahn. Die zunehmende Zahl der Skitourengeher, die überall herumlaufen, sei allerdings ein Problem für die Tiere, sagt er. Wird das Wild aufgeschreckt, verbrennt es bei der Flucht viel Energie. Passiert das zu oft, könnten schwache Tiere in Zeiten der Not nicht überleben. Deshalb gehe er selbstverständlich mit seinen Gästen nicht in Wildschutzgebiete.

Bevor die Stimmung in der Gruppe zu nachdenklich wird, interveniert Krainer mit einem alten Skilehrertrick. Um genau 11.15 Uhr füllt er am höchsten Punkt der Tour Obstler in kleine Becher. Während der Schnaps wärmt, genießen die Schneewanderer den Blick auf den tief unten gelegenen zugefrorenen Feldsee.

Weiter geht es über Forstwege und auch mal querfeldein über verschneite Almwiesen. In der Ferne leuchten der weiße Gipfel des Dobratsch, das Massiv des Mirnocks, die Kette der Karawanken und die Julischen Alpen in Slowenien. Vom Wöllaner Nock, zu dem man auf einem gewalzten Winterwanderweg von der Kaiserburg hinüber spazieren kann, sieht man auch den **Wörthersee** – und bei klarer Luft sogar den Großglockner.

Früher wedelte Krainer gern in sein Heimatdorf Feld am See hinab. Aber nun wachsen dort die Hänge immer mehr zu, wie fast überall in den Nockbergen. Ein Grund dafür ist, dass viele Jungbäuerinnen und -bauern abwandern. Wenn niemand ihre Almen mit dem Vieh über-

nimmt, überwuchert der Bergwald schnell die Wiesen, und im Winter kommen Skitourengeher nicht mehr durch.

Pause in der Klamerhütte auf der Feldpannalpe mit Sennerei. Almbauer Klaus Kohlweiß hält an den Traditionen fest, und der sanfte Wintertourismus hilft ihm dabei. Er erzählt vom Hof seiner Familie, dessen Geschichte bis zum Jahr 1430 zurückverfolgt werden kann. Seine 350 Rinder und Schafe grasen im Sommer auf den Almen ringsum. Das, was Kohlweiß herstellt, verkauft er direkt ab Hof.

Im Winter gibt es auf der Hütte das Schwergewicht unter den Kärnter Speisen: Frigga, eine Spezialität aus Zwiebeln, Eiern, Bergkäse und Speck. „Früher haben die Holzfäller Frigga im Wald über dem Feuer gebraten“, erzählt Kohlweiß. Wer die deftige Spezialität probiert, versteht, warum sie so beliebt war. Sie ist nahrhaft und lecker zugleich.

Nach dem Essen rodeln die Gruppe Schneewanderer talwärts. Die Zeit drängt, schließlich will man zum Sonnenuntergang unten am Millstätter See sein. Dort steht am Ufer die dritte Therme der Gegend: das Badehaus. Der Außenpool ist etwas kühler als im Römerbad, und eine Skipiste ist auch nicht zu sehen. Dafür schweift der Blick über den See und die sonnenrot glühenden Berge.

All denjenigen, die dann noch nicht genug haben vom Wintersport, schnallen nach Sonnenuntergang die Skier an. An Mondabenden gehört die Brunnach-Abfahrt den Nachtschwärmern. Das Glitzern des Schnees, die Schatten der Wipfel – eine Skitour im Mondschein lässt einen die Landschaft noch einmal ganz anders wahrnehmen.

Ziel ist die Bergstation der Biosphärenparkbahn Brunnach auf 1908 Metern mit dem Bergrestaurant „Nock In“. Es gibt dampfende Kasnudeln, Kaspressknödelsuppe und Wildragout. Am nächsten Morgen wird ausgeschlafen: Statt auf die Piste geht es gleich in den Thermenpool.

Tipps und Informationen

WIE KOMMT MAN HIN?

Mit dem Zug nach Spittal-Millstätter See, weiter mit dem Bus über Radenthein nach Bad Kleinkirchheim (oebb.at; kaerntnerlinien.at). Die nächstgelegenen Flughäfen sind **Klagenfurt**, Ljubljana und Salzburg. Vom Flughafen **Klagenfurt** fahren Shuttles nach Bad Kleinkirchheim (kaernten-transfer.at).

WO WOHT MAN GUT?

Zum Beispiel im Vier-Sterne-Familienhotel „Die Post“ mit Spa (Doppelzimmer mit Vollpension ab 284 Euro, diepost.com) oder in der „Pension Südhang“ im Landhausstil (DZ/Frühstück ab 110 Euro, pension-suedhang.at). Noch idyllischer ist eine Lage am Ufer des Millstätter Sees, zum Beispiel „Hotel Villa Postillion“ (DZ/Fr. ab 176 Euro, www.villa-postillion.at) oder eines der Holzhäuschen, die rund um den See stehen (ab 250 Euro mit Verpflegung, millstaettersee.com).

WEITERE INFOS

badkleinkirchheim.at,
kaernten.at



FLORIAN SANKTJOHANSER



FLORIAN SANKTJOHANSER

Genusstour in den Nockbergen: Der Hüttenwirt spielt Akkordeon. Auf dem Grillrost brutzelt in einer Eisenpfanne die Spezialität Frigga aus Eiern, Bergkäse und Speck (r.). Mit Schneeschuhen geht es im Tiefschnee zurück ins Tal



FLORIAN SANKTJOHANSER