

Sonne, Wasser und Landschaft lassen sich kaum vernünftiger geniessen als auf dem Fluss.

Gummiboot, ahoi!

WIKONA EBERLE

Warm scheint die Sommersonne auf unsere Haut. In Badehosen und Sandalen stehen wir auf einer Wiese neben dem Schwimmbad Espi in Stein am Rhein und pumpen schwitzend unser gelbes Gummiboot auf. Neben uns sind rund zwei Dutzend andere knapp bekleidete Menschen damit beschäftigt, ihr Boot flottzumachen und ihre Siebensachen in wasserdichte Säcke zu stopfen. Kinder rennen kreisend vor Vergnügen zwischen den Booten hindurch. Durch die Bäume glitzert türkis der Rhein. Ein Fingerdruck zeigt: Das Boot ist prall genug. Gleich geht's los...

Rekord beim «Aareböten»

«Böten» ist Trend. Tausende Menschen lassen sich an Sommerwochenenden mit Kind und Kegel Schweizer Flüsse hinuntertreiben. Die neue Lust am Gummibootfahren bricht alle Rekorde. Letztes Jahr trafen sich über 1200 Menschen zum «Aareböten» und schafften damit den Eintrag ins Guinness-Buch der Rekorde.

Auch heute herrscht Betrieb am beliebtesten Einstieg. Auf dem rasch fliesenden Wasser verteilen sich die Boote jedoch schnell und wir fühlen uns schon bald fernab der Zivilisation: Die Ufer sind gesäumt von üppigem Grün. Wir lassen unsere Hände durchs kühle Wasser gleiten und blicken vom smagradgrünen Wasser hoch in den blauen Sommerhimmel, wo vereinzelte Kummuluswölkchen stehen. In der Ferne können wir noch knappen die Burg Hohenknapp erkennen. Von einem Grillfeuer am Ufer zieht uns Rauch in die Nase. Die Körperspannung

sinkt, die Seele schwebt, die Gedanken schweben...«Achtung!», gellt es plötzlich. Mit knapper Not schrammen wird an einer Wille – einem Schiffsfahrtszeichen auf einem Pfahl vorbei. Glück gehabt, die Havarie ist umschifft.

Aufmerksamkeit erforderlich

Gummibootfahren erfordert etwas Aufmerksamkeit, sonst kann der Spass ein unerfreuliches Ende nehmen. Bäume, Brückenpfeiler, Schiffsfahrtszeichen und Felsen können gefährlich werden. Daran sollte man auch beim Kauf der Ausrüstung denken. Neben Paddel und Boot braucht es für den Spass auf dem Wasser noch Pumpe und Schwimmwesten für die Besatzung.

Wir kommen vorbei an Schilfgürteln und Feldern, und am linken Ufer kommt jetzt auch schon die malerische Altstadt von Diessenhofen ins Blickfeld. Jugendliche springen aus der gedeckten Rheinbrücke, lassen sich treiben und schwimmen dann wieder ans Land. Auch wir brauchen eine Abkühlung. Unsere sonnenschweren Glieder lassen wir ins Wasser gleiten und schwimmen abwechselnd eine Weile neben dem Boot her. Weiter geht's am ehemaligen Kloster St. Katharinental vorbei. Das linke Ufer ist nun dicht bewaldet. Rechtsufrig locken immer wieder schöne Badestrände. Etwa eine Stunde später kommen wir an den Rebbergen der Rheinhalde vorbei. Und Minuten später sehen wir auch schon den Munot, die alte Befestigungsanlage Schaffhausens. Wir peilen den langen, weissen Salzstadel an, wo wir auswasern und unserer Körper und das Boot in den letzten Sonnenstrahlen trocknen lassen.



Ab aufs Wasser – die neue Lust am Gummiboot-Fahren.

Bild: epa/Uwe Zucchi

Auf den schönsten Strecken – sicher unterwegs

Für Einsteigerinnen und Einsteiger:

● Rhein: Stein am Rhein bis Schaffhausen: Fahrt ca. 3,5 h. Mässige Strömung. Einwassern in Stein am Rhein, z. B. südfrüher an der Rheinbrücke oder neben Rheinschwimmbad Espi, Auswassern in Schaffhausen rechtsufrig vor dem langen Salzstadel. Auf der weissen Seite der Wiffen (Pfähle mit Schiffsfahrtszeichen) fahren, da auf der grünen Seite Kursschiffe verkehren. Die Fahrt kann nicht verlängert werden, Kraftwerk 1 km weiter flussabwärts.

● Reuss: Sins bis Rottenschwil AG: Fahrt ca. 3,5 h. Leichte Strömung. Einwassern 30 m südwestlich vom Bahnhof Sins rechtsufrig nach der gedeckten Reussbrücke. Auswassern linksufrig vor der Stahlbogenbrücke in Rottenschwil (weiss-rot gestreifte Hinweistafel an der Brücke: «Weiterer Durchfahrt verboten»).

Für Erfahrenere und/oder Mutigere:

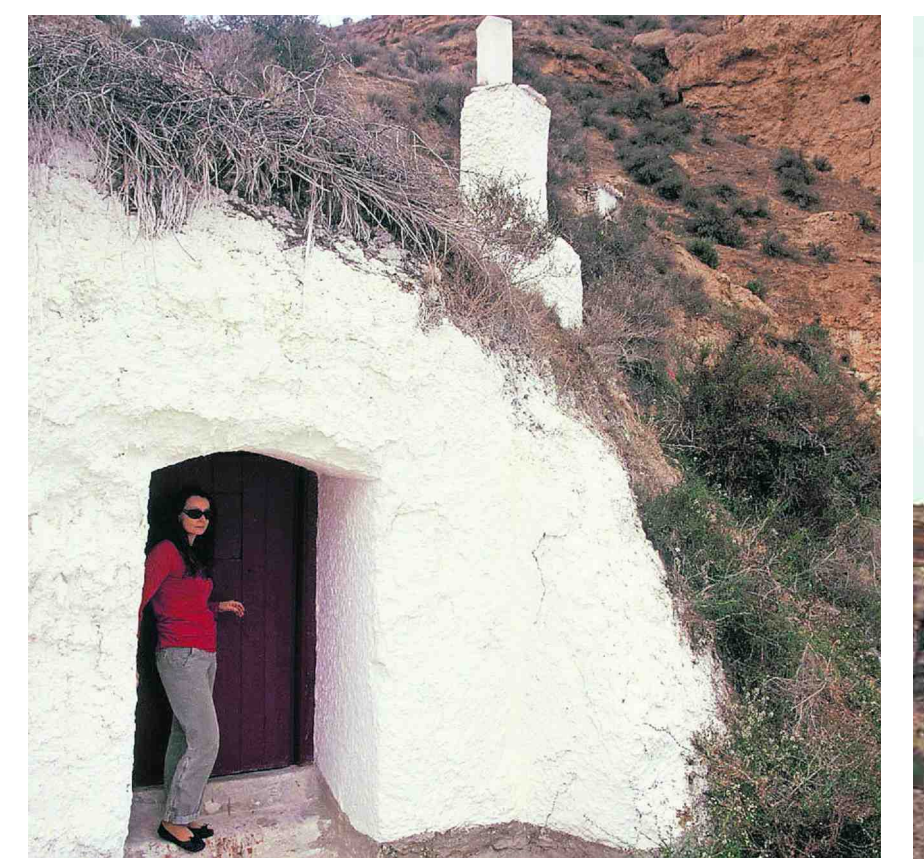
● Aare, «der Klassiker»: Schwäbis, Thun, bis Bern: ca. 3,5 h. Rasch fließender Fluss. Einwassern z. B. beim Restaurant Bellevue, Schwäbis, Auswassern linksufrig im Marzili-Bad in Bern. Strecke bei Hochwasser (nach starken Regenfällen) nicht zu empfehlen. Stromschnellen nach der Eisenbahnbrücke Uttigen, die mit entschlossenem Paddeln zu durchfahren sind.

Vorsicht vor in den Fluss ragenden

Baumstämmen. Vor dem Marzili das Ufer genügend früh anpeilen, da die Strömung stark zieht. Die Fahrt kann nicht verlängert werden, Kraftwerk 1 km weiter flussabwärts. Kanuland Schweiz: Aare Kanu und Highlights, Roman Steger und Matthias Rohner, AT-Verlag

Zur Sicherheit Tragen Sie eine Schwimmweste; die meisten Unfälle können so verhindert werden. Wagen Sie sich nur auf dem Fluss, wenn sie gut schwimmen können. Das gilt auch für Kinder. Auf Alkohol verzichten, Trunkenheit kann Ihre Reaktionsfähigkeit beeinträchtigen. Binden Sie die Boote nicht zusammen. Sie könnten sich an einem Pfeiler verheddern. Befahren Sie nur Strecken, die in Fluss-/Kanuführern als geeignet beschrieben werden oder von denen Sie zuverlässig hören, dass sie geeignet sind. Machen Sie sich mit der Strecke im Vorfeld vertraut. Schauen Sie in einem Führer oder auf Google Earth nach, wo Brücken liegen und wo Sie auswasern wollen. Benutzen Sie ein intaktes, qualitativ gutes Gummiboot.

Schauen Sie aufmerksam voraus und paddeln Sie in grossem Bogen um Bäume und Äste, Brückenpfeiler, Pfosten, Steine, Felsen usw. Meiden Sie das Wasser, wenn Gewitter angesagt sind (Gefahr von Blitzschlag). www.kassensturz.sf.tv/Tests/Gummiboote-im-Test



Die Eingänge und die Kamine sind weiss getüncht – Höhlenwohnung in Marchal.



Ziegenherde bei Lugros am Nordrand der Sierra Nevada.

Immer mehr Menschen in der spanischen Provinz Granada wohnen in Höhlen. Früher lebten die Armen «unter Tage». Heute gilt eine Höhle als chic. Und für die Touristen werden Höhlenhotels gebaut.

Höhle mit Internetanschluss

TEXT UND BILDER: ULRICH WILLENBERG

Wenn Paco von seiner Höhlenwohnung erzählt, gerät er ins Schwärmen. «Ich habe hier drinnen jeden Luxus: Elektrizität, fließendes Wasser, Internet und Mikrowelle», erzählt er stolz. Hunderte von Touristen aus aller Welt führt er täglich gegen ein kleines Eintrittsgeld durch sein Reich in dem spanischen Ort Purullena.

Paco ist einer von rund 10000 Menschen, die in der Provinz Granada in Höhlen leben. Allein in Purullena sind es 1100. Und es werden immer mehr. Früher wohnten nur die Armen «unter Tage», weil sie sich kein Steinhaus leisten konnten. Doch diese Zeiten sind vorbei. Inzwischen gilt es gar als chic, eine Höhle zu besitzen.

Pacos Familie lebt bereits seit sieben Generationen in Höhlen. Drei Stockwerke hat sein Heim. Im Parterre wohnt er zusammen mit seiner Frau Marie Angeles, in den beiden oberen Etagen hat er ein Museum eingerichtet, das einen Eindruck vom arbeitsreichen und kargen Leben seiner Vorfahren vermittelt. Zu sehen sind viele landwirtschaftliche Geräte, ein Spinnrad und die Schlachtbank. Über dem rosaroten Bett hängt ein bonbonfarbenes Heiligenbild. Auch der Nachtopf fehlt nicht.

Tonerde kühlt und isoliert

Früher wohnten in Purullena fast alle Menschen in Höhlen, viele zusammen mit ihren Tieren. Heute jedoch bleibt Pacos Esel vor der Tür und dient als Touristenattraktion, was das schlechgelante Tier sichtlich nervt. Erst in den 60er-Jahren zogen viele Bewohner in Steinhäuser, die in

den heissen Sommern durch Klimaanlagen gekühlt werden. Auf die kann Paco verzichten, denn die weiss gekalkte Tonerde gibt bei Hitze Feuchtigkeit ab und sorgt so für angenehme Kühlung. Eine Heizung braucht er ebenso wenig. «Die Temperatur bleibt das ganze Jahr konstant bei etwa 20 Grad», erzählt er.

Auch der Schlaf sei viel besser als in einem normalen Haus. Das hätten Forscher der Universität Granada bewiesen. Die dicken Wände lassen weder Strassenlärm noch Elektrosmog durch. Auf Handyempfang muss Paco deshalb daheim verzichten. Dafür sei man auch vor Radioaktivität sicher, glaubt der junge Mann.

Die Wohnung wächst mit

Seine fensterlose Wohnung bietet auch Schutz vor den Blicken neugieriger Nachbarn. «Keiner kann reinschauen», freut er sich. Er aber auch nicht hinaus. Es sei denn, Paco steigt in den dritten Stock. Dort bietet eine grosse Terrasse einen schönen Blick über den Ort und die zerfurchte Landschaft mit ihren eigentümlichen Cañones. Es gibt noch einen weiteren Vorteil. Eine Höhle kann mit dem Platzbedarf seiner Bewohner mitwachsen. «Wenn es eng wird, grabe ich einfach ein weiteres Zimmer», sagt der frisch-verheiratete Paco. Wenn er nicht gerade Touristen durch sein Museum führt, buddelt er das künftige Kinderzimmer in das weiche Sedimentgestein.

Auch der Abraum dient noch einem guten Zweck. «Er wird als Heilmittel für Menschen mit schmerzenden Gelenken oder Gefässkrankheiten verwendet», berichtet Paco. Vor allem im be-

nachbarten Ort Graena fallen viele Tonnen dieser Heilerde an. Hier ist in den letzten Jahren eine unterirdische Neubausiedlung entstanden, die sich immer weiter in die Landschaft frisst. In dem Ort leben inzwischen die meisten Bewohner wieder in Höhlen, darunter auch ein deutscher Informatiker.

Gartenzweig vor der Höhle

Von einer Anhöhe bietet sich dort ein bizarrer Anblick. Hunderte von Fernsehantennen und Kamine ragen aus Erdhügeln, die aussehen, als hätte sie ein Riesenmaulwurf aufgeworfen. Von vorne betrachtet wirken die meisten der neuen Höhlenwohnungen wie normale Einfamilienhäuser, da an der Frontseite eine Fassade aus Stein hochgezogen wird. Metallzäune umfriedenen spießige Vorgärten, die zuweilen mit Kitsch vollgestellt sind. Auch so mancher Gartenzweig ist darunter.

Inzwischen erheben Naturschützer Einwände gegen die unterirdische Bauart, weil sie eine Zerstörung des Landschaftsbildes befürchten. In der historischen Stadt Guadix, in der etwa ein Viertel der 20000 Bewohner in 1380 Höhlen lebt, gibt es bereits Beschränkungen. Nicht alle halten sich daran. «Manche bauen schwarz», weiss Paco.

Von dem Boom profitiert der Unternehmer Juan Herrera, der sich mit seinen 21 Mitarbeitern auf den Bau von unterirdischen Wohnungen spezialisiert hat. Zusammen mit elf Brüdern ist er in einer Höhle ohne Strom und Wasser aufgewachsen. Fast alle leben heute noch unter Tage, so auch Juan. Seine Frau, die früher in einem Steinhaus wohnte, fühlt sich dort am wohlsten. «Es gibt nichts Besseres, als in einer Höhle zu entspannen», sagt sie. Sie

kann bis in die Nacht laute Musik hören, ohne die Nachbarn zu stören. Ausserdem sei die Akustik in den gewölbten Räumen viel besser. Gelernt hat ihr Mann sein Handwerk nicht. «Das liegt mir im Blut», meint er lachend. Einhundert Höhlen hat seine Firma inzwischen fertiggestellt, fünf sind es durchschnittlich in einem Monat. Bis zu 16 Wochen brauchen Juans Arbeiter, bis der neue Besitzer einziehen kann. Früher mussten die Räume mit Schaufeln graben werden, heute erleichtern Maschinen die Arbeit. Eine Höhle ist nicht nur billiger als ein gewöhnliches Haus, sie ist auch viel haltbarer. «Im Dorf Cortes sind einige von ihnen 800 Jahre alt», erzählt Juan. Und im benachbarten Graena sind manche so stabil, dass sogar Autos drüberfahren. Das bisher grösste Projekt hat Juan für einen Handwerker erstellt. 325 Quadratmeter, über mehrere Stockwerke verteilt, umfasst die tiefergelegte Villa, die über eine Bar, einen Weinkeller und vier Garagen verfügt. Und das zum Preis von nur 140000 Euro. «In Granada hätte der Mann dafür nur ein kleines Apartment bekommen», sagt Juan.

Luxus im Höhlenhotel

Auch für Touristen entstehen immer mehr Höhlenhotels, die mit allem erdenklichen Luxus ausgestattet sind. So auch in dem Dörfchen Lopera, wo Gäste im eigenen Pool planschen können. Der ist allerdings oberirdisch und bietet einen unschönen Blick auf die nahe Autobahn. Grosse Pläne hat ein belgischer Geschäftsmann in dem Dorf Cortes. Er will 100 Apartments für Touristen in einem Berg graben lassen, berichten Juan.

Zuerst die Alhambra, dann in die Höhle

Nächtigen in der Höhle Höhlenhotels im Raum Guadix: Cuevas Pedro Antonio de Alarcón, ab 68 Euro (pro Übernachtung bei Belegung mit zwei Personen). www.cuevaspedroantonio.es Complejo la Tala, ab 75 Euro (pro Übernachtung bei Belegung mit zwei Personen). www.complejolatala.com

Höhlenmuseen gibt es in Purullena (www.cuevainmaculada.com) und Guadix (www.cuevamusogoadix.com). **Anreise** Flug z. B. mit Iberia nach Granada. Auf der Autobahn A92 braucht man eine knappe Stunde von Granada bis zu den Höhlensiedlungen von Guadix, Purullena oder Graena (Ausfahrt Purullena oder Guadix nehmen). Bis Lugros sind es noch einmal etwa 20 Minuten. Wer mehr Zeit hat, sollte von Granada an die landschaftlich schöne Landstrasse und nicht die Autobahn A92 nehmen.

Übernachtung in Granada z. B. im Hotel Alhambra Palace. Das Hotel nahe der Alhambra bietet einen traumhaften Blick über die Stadt. www.h-alhambrapalace.es



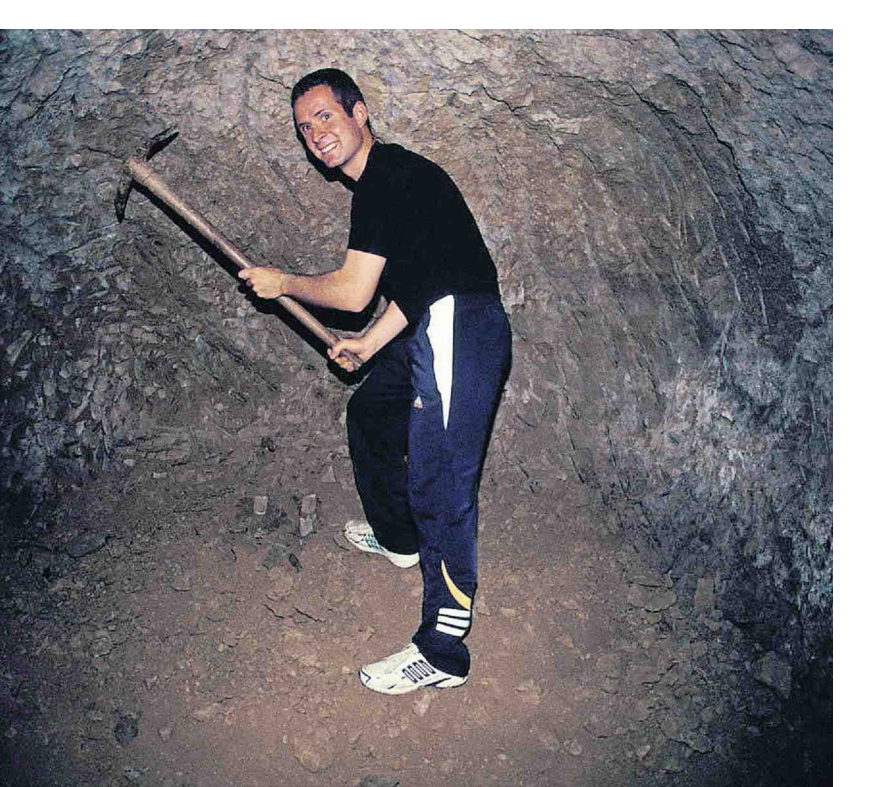
Karte: Ostschweiz am Sonntag



Wie bei kleinen Ferienbungalows sehen die Fassaden der Apartments im Höhlenhotel von Guadix aus, weiss getüncht und aus Stein. Doch die Zimmer sind hineingegraben in die Erde.



Komfort für die Touristen im Höhlenhotel von Lopera.



Einfach weitergraben für das zukünftige Kinderzimmer.

All Inclusive

Der Traum von perfekten Ferien

Ferien macht man, um sich zu erholen. Also wehe demjenigen, der sich in den Ferien nicht erholt und der dann nach der Rückkehr auf die Frage von Freunden, ob man sich denn bestens erholt hätte, zugeben muss, ja – nicht wirklich.

Die Freunde wird diese Antwort erstaunen, doch erstaunlich ist sie nicht. Dass Ferien erholsam sind, ist ein so beliebter wie verbreiteter Irrglaube. Vielleicht kommt der von all den dicken Katalogen, die unbekümmerte Ferien versprechen: Sonne, Sand und Meer, eine grossartige Hotelanlage, gutes Essen und aufgestelltes Personal. Diese Bilder kollidieren dann vielfach mit der Realität. Im Hotelzimmer schimmeln die Wände, der Sohn will den ganzen Tag Jet-Ski fahren, die Frau liebt historische Stätten besuchen – und dann ist auch noch das Handy der zwölfjährigen Tochter ins Wasser gefallen. Nun macht sie ihren Eltern die Ferien zur Hölle, weil sie auf Facebook ihren Freunden nicht einmal mehr mitteilen kann, dass ihr Handy ins Wasser gefallen ist.

Kein Wunder, dass sich Wissenschaftler seit längerem fragen, ob es sie wirklich gibt, die perfekten Ferien. Laut der Süddeutschen Zeitung haben sie zwei Antworten gefunden, eine gute und eine schlechte. Die schlechte ist: All-Inclusive-Ferien sind selten erholsam. Weil man zu viel Zeit hat, die man nutzt, um Geschäfts-Mails zu prüfen – und um sich danach zu überlegen, ob man fürs gleiche Geld nicht einen gepflegteren Strand, besseres Essen und ein besser ausgestattetes Hotelzimmer hätte haben können. Die gute Nachricht lautet hingegen: Perfekte Ferien gibt es trotzdem. Paradoxerweise sind aber oft die anstrengendsten die erholsamsten Ferien. Wer mit dem Mountainbike tausend Kilometer weit fährt, wer durch Peru trekket oder auf den Galápagos-Inseln Schildkröten das Leben rettet, kehrt erfüllt in die Heimat zurück: Weil der Alltag ausgereperrt gewesen ist und nicht andauernd Entscheidungen zu treffen waren.

Nur – unserem Familienvater hilft diese Erkenntnis nicht weiter. Er könnte zwar im nächsten Sommer eine Kanutour durch Mittelschweden machen. Dem Sohn gefiele das, doch die Frau würde die Kultur vermissen, und das neue Handy der Tochter zeigte in der schwedischen Pampa das an, wovor sich der Vater am meisten fürchtet: Kein Netz.

Lukas G. Dumelin

1:33 333

Hosensack-taugliche Wanderkarten

Swisstopo lanciert zu seinem 175-Jahr-Jubiläum eine neue Serie Schweizer Wanderkarten. Die wasser- und reissfesten Karten erscheinen im Massstab 1:33333. Ein Kilometer im Gelände entspricht drei Zentimeter auf der Karte. Da die Karte beidseitig und bis an den Rand bedruckt ist, kann trotz des grösseren Massstabs und des handlichen Formats ein grosses Gebiet abgedeckt werden. Die erste Auflage umfasst zehn Kartenblätter. www.swisstopo.admin.ch/internet/swisstopo/de/home/docu/media/1733.html

MÜNCHNER WIESN

Schmankerl zum Oktoberfest

Das Oktoberfest zieht jährlich über sechs Millionen Besucher an. Vor über 200 Jahren nahm es als Hochzeitsfest seinen Anfang und ist heute das grösste Volksfest der Welt. Ihm widmet Merian nun einen eigenen Reiseführer: Wie man hinkommt, wo man feiert, was man nach der Wiesn macht... Oder: Wo ist die Wiesn besonders familienfreundlich? Und: Gibt es die typischen Schmankerl auch in Bio-Qualität? www.merian.de