



MOORE KRUMBACH/SCHULHUS

Das andere Vorarlberg entdecken: Die Moorlandschaft in Krumbach ist ein stilles Wanderparadies

# Doktor Moor

**Vorarlberg.** Wo das Kopfweg-Mittel wächst: Wandern und Kräuterwissen sammeln in den Feuchtwiesen bei Krumbach am Bodensee.

VON IRENE THIERJUNG

Was hat Vorarlberg mit Aspirin zu tun? Auf den ersten Blick nichts, doch lohnt es sich wie überall im Ländle, genauer hinzuschauen. Denn das Bundesland am westlichen Ende Österreichs hat mehr zu bieten als Seefestspiele, Bodensee-Schiffahrt und Wintersport. Kunst und Kultur verbinden sich hier mit vielerorts unberührter Natur, sei es im Kunsthaus Bregenz oder im 9-Bäume-Skulpturenweg auf der ehemaligen Wälderbahntrasse.

Auch Fami-

lien mit Kindern kommen auf ihre Kosten, im Rheindelta und im Bregenzerwald gibt es viel zu entdecken. So auch im kleinen, nur tausend Einwohner zählenden Krumbach. Wo sich heute Felder und Wiesen erstrecken, gab es früher nur Wälder und Moore. Geheuer waren die den Menschen nie, im oft über den Wiesen aufziehenden Nebel vermutete man Geister

und anderes Übel – weshalb sie nach und nach trockengelegt wurden.

Was noch übrig ist, wurde von den Krumbachern für Besucher zugänglich gemacht. Eigens geschulte Führer spazieren jeden Donnerstag mit Interessierten – zum Teil barfuß – über die Feuchtwiesen und vermitteln altes Wissen um deren Bedeutung für den Menschen. Eine, deren Begeisterung für das Moor ansteckend ist, ist Ruth. Mit ihr vergeht die Zweistunden-Wanderung (fünf Euro pro Person, Kinder bis 14 Jahre kostenlos) wie im Flug.

**Heilpflanzen** Bei einem der vielen Stoppes am Wegesrand, bei denen Ruth Pflanzen- und Tierarten erklärt, bekommt man schließlich auch die Antwort auf die Aspirin-Frage. „Mähdesüß“, sagt Ruth, bückt sich und pflückt eine unscheinbare Pflanze, „hilft gegen Kopfweg und Fieber“. Es solle aber



KRUMBACH TOURISMUS



9.BÄUME

**Vielseitiger Bregenzerwald: Moorwandern mit Ruth, Bleistiftskulptur am 9-Bäumenweg**

nicht zu oft genommen werden, weil es blutverdünnd sei, so Ruth. „Woran erinnert euch das? Genau, an Aspirin.“

Tatsächlich findet sich dessen Wirkstoff, die Salizylsäure, nicht nur in der Weide (lat. Salix), die ihm den Namen gab, sondern auch im Mähdesüß. Im Moor finden sich aber noch viele andere Heilpflanzen, darunter das Gänsefinger-

kraut, das die glatte Muskulatur stärkt und das antibakteriell wirkende Torfmoos, das früher wegen seiner Fähigkeit, Wasser zu binden, auch als Windel-einlage Verwendung fand.

Dass das Moor auch kulinarisch einiges zu bieten hat, beweist Gabi Strahammer. In ihrem mit zwei Hauben ausgezeichneten Restaurant Schulhus ([www.schulhus.com](http://www.schulhus.com)) kocht sie

Köstlichkeiten wie Ziegenfrischkäse mit Schlehenn und frisch gepflückten Wildkräutern oder Sauerampfer-Erdbeer-Mousse. Ihr Wissen gibt die Köchin zwei Mal jährlich, während der Moorwochen im Frühjahr und Herbst, an Interessierte weiter.

**INTERNET**

[www.moorroom.at](http://www.moorroom.at), [www.9baume.at](http://www.9baume.at), [www.rheindelta.com](http://www.rheindelta.com)



ALPENZOO INNSBRUCK

**INKLUSIVE: ERHOLUNG**  
**EXKLUSIVE: URLAUBSSTRESS**

**FALKENSTEINER**  
Hotels & Residences  
Welcome Home!

Traumurlaub jetzt schnell und bequem online buchen!

Wir bieten alles was Sie für Ihren Traumurlaub in Kroatien brauchen: wunderschöne Hotels direkt am Meer, angenehme Lifestyle-Atmosphäre, großzügige Poolanlagen, Wellness- und Sport-bereiche, exklusiven Service und ausgezeichnetes Essen. Lassen Sie sich nach allen Regeln der Kunst verwöhnen!

Wochen-Angebote bereits ab € 1.190,- inkl. HP für 2 Personen; gültig bis 16.07.10. Alle Angebote unter: [www.kroatien.falkensteiner.com](http://www.kroatien.falkensteiner.com)

ZADAR • PUNTA SKALA • NOVI VINOČOLSKI • CRKVENICA

KROATISCHEN

**INFO**

**ANREISE** Vorarlberg erreicht man bequem per Bahn oder – besonders für Unternehmungslustige und Familien interessant – per ÖBB-Autoreisezug. Intersky fliegt ab ca. 100 € (hin und retour, inkl. aller Gebühren) täglich von Wien und Graz ins deutsche Friedrichshafen, von wo aus Shuttlebusse die Fluggäste nach Bregenz und Dornbirn bringen. Infos: [www.oebb.at](http://www.oebb.at), [www.intersky.biz](http://www.intersky.biz)

**REISEPLANUNG** Beratung und spezielle Packages bieten Bodensee-Vorarlberg Tourismus ([www.bodensee-vorarlberg.com](http://www.bodensee-vorarlberg.com), ☎ 05574/43 443-0) und Bregenzerwald Tourismus ([www.bregenzerwald.at](http://www.bregenzerwald.at), ☎ 055 12/23 65-0).

**BADEN WIE EIN KAISER**

kann man ab Mitte Juni im Seehotel am Kaiserstrand in Lochau. Das aufwendig renovierte 4-Sterne-Haus ist das einzige Hotel am österreichischen Bodensee-Ufer mit direktem Strandzugang. Ein DZ kostet pro Nacht und Person ab 125 €. Buchung: [www.seehotel-kaiserstrand.at](http://www.seehotel-kaiserstrand.at)



**LEKTÜRE** Wer sich literarisch auf seinen Urlaub vorbereiten will, sollte sich den mit viel Bregenzerwälder Lokalkolorit versehenen Krimi „Die Axt im Wald“ von Peter Natter nicht entgehen lassen. Edition Portus, 18,50 €

**TAGESFAHRT WIEN - BRATISLAVA**

mit der neuen MS Kaiserin Elisabeth II

8.45 h ab Wien, 12.05 h an Bratislava, 16 h retour.

Schiff h & r, Frühstück, 4-Gang-Menü, 1 Getränk (0,5 l) **40,-**

[www.donaureisen.at](http://www.donaureisen.at)  
☎ 070-2080

**FASCHING**  
DORFHOTEL

*Verwöhntage*

3 Nächte Wellness-Verwöhnhalbpension und 1 Massage mit Aromaöl ab € 252,-

A-8654 Fischbach 3c, +43 (0)3170/262, [info@dorfhofel-fasching.at](mailto:info@dorfhofel-fasching.at)  
[www.dorfhofel-fasching.at](http://www.dorfhofel-fasching.at) Fordern Sie unseren Prospekt an!