

Heimat auf Zeit

LAMER WINKEL
Bayerischer Wald Arrach Lam Lohberg

Der
Bayerische
Wald
Woid
Wandern

EIN BLICK IN DIE
GESCHICHTE DER LAMER
FREIZEITEINRICHTUNG

30 Jahre Osserbad

—
VERANSTALTUNGS-
KALENDER 2024
KINDERSPIELPLÄTZE
WANDER-TIPPS
—

 Bayern

www.lamer-winkel.bayern

MARLE GETRÄNKE

Limonaden aus Lam
von höchster Qualität

SCHREINER UND WALDBAUER

Johannes Seidl aus Oberhaiderberg:
„Es gibt nichts, was Holz nicht kann“

ANERKANNTE LUFTKURORTE

Staatliche Prädikatsauszeichnung:
aufatmen, auftanken, entspannen und erholen



10



14



20



Prächtiges Sommerwetter im Osserbad mit Freibad und Rutsche.

Heimat auf Zeit



28

Pause mit herrlicher Aussicht auf dem Kaitersbergkamm.

Heimat auf Zeit – im Lamer Winkel

Liebe Gäste,

der sanfte Tourismus sowie der schonende Umgang mit den Ressourcen, das Leben und Arbeiten in und mit der Natur war bei uns im Lamer Winkel schon seit jeher von wichtiger Bedeutung im Tourismus. Das Erste, was unseren Gästen bei der Ankunft im Lamer Winkel auffällt, ist die wunderbare Natur- und Bergwelt, welche den Lamer Winkel umgibt. Unsere drei Urlaubsorte – die Luftkurorte Arrach und Lam sowie der Erholungsort Lohberg – sind stolz auf ihre grünen Wälder, die kristallklaren Bäche und die gelebten Traditionen.

Unser Ziel ist es, die herrliche Natur unseres Gebietes weitestgehend zu erhalten – für uns und für unsere Gäste. Tourismus lebt bei uns für und mit der Region. Es erwarten Sie über 200 Kilometer markierte Wanderwege mit über 400 geführten Wanderungen im Jahr, sowie markierte Bike- und Trailrunningtouren in allen Schwierigkeitsgraden. Wir legen großen Wert auf Mobilität vor Ort. So können Sie mit Ihrer Gästekarte kostenlos den ÖPNV nutzen und direkt mit der Bahn anreisen. Wenn auch Sie Wert auf einen nachhaltigen Urlaub legen, dann sind Sie bei uns im Lamer Winkel genau richtig.

Ihr Lamer Winkel Team
www.lamer-winkel.bayern

TITELTHEMA

- 02 **Osserbad Lam**
Ein Rückblick über Planung, Bau und Betrieb des Erlebnisbades im Lamer Winkel

[#lamerwinkelurlaub](#) [#heimatinecht](#)

IMPRESSUM

HERAUSGEBER Tourismus-Gemeinschaft Lamer Winkel
 Tourist-Info Lam / Marktplatz 1 / 93462 Lam / tourist@lam.de
 PROJEKTLEITUNG Tourist-Infos in Arrach, Lam und Lohberg
 TEXTE Astrid Fischer-Stahl, Maria Frisch, Anna Müller, Ulrike Eberl-Walter und Tourist-Informationen
 KONZEPT UND GESTALTUNG LABOR 2 – Designagentur / Bad Kötzing
 PRODUKTION Hofmann Druck & Verlag / Bad Kötzing

NATUR & FREIZEIT

- 04 **Die Luft ist rein**
Erholbarer Urlaub in den drei Ortschaften des Lamer Winkels
- 16 **Gesundheitswandern**
Was steckt hinter diesem Trend?
- 20 **Spielplätze im Lamer Winkel**
Tolle Erlebnisorte für junge Gäste
- 24 **Bikepark am Großen Arber**
Erster Familien-Bikepark Deutschlands
- 28 **Touren-Tipps**
Kaitersberg-Kammwanderung
Panoramaweg in Lam

www.lamer-winkel.bayern

BILDNACHWEIS Astrid Fischer-Stahl, Maria Frisch, Woidlife Photography, Archiv Tourist Infos Arrach – Lam – Lohberg, Stefan Gruber, Evi Lemberger, Mara Photodesign – Christian Vill, Jilek Ludwig, Berghaus Sonnenfels, Best Mountain Artist, Manuela Jumah, Thomas Kujat, Arber Bergbahn, Adobe Stock, Pixabay
 RECHTLICHES Alle Angaben ohne Gewähr. Der Herausgeber übernimmt für die Vollständigkeit, Terminangaben und inhaltliche Fehler keine Haftung. Kopie der Inhalte nur mit Genehmigung des Herausgebers. Copyright © Tourismusgemeinschaft Lamer Winkel 2024

REGION & TRADITION

- 08 **Kracherl made in Lam**
Der Limonadenhersteller MARLE
- 10 **Schreiner und Waldbauer**
Es gibt nichts was Holz nicht kann
Portrait über Johannes Seidl
- 14 **Imkerverein Lamer Winkel**
Über Imker und ihre Pflege der wertvollen Bienenvölker
- 34 **Daniela Neidhardt**
Eine Lohbergerin in der Welt des Film- und Fernsehbusiness

- 40 **Kirchweih-Märkte**
„So a Kirta“ in Lam und Seepark-Kirta in Arrach

SERVICE

- 22 **WoidWanderWoche 2024**
- 44 **Veranstaltungen und Termine**
- 52 **GUTi-Gästekarte – alle Infos**
- 53 **SummitLynx – Wandernadeln**
- 53 **Geführte Wanderungen**
- 56 **Programm WoidAuszeit 2024**

Inhalt



02

OSSERBAD LAM

Schwimmen. Sauna. Spaß.



Titelseite des Ossi-Riese-Magazins im Jahr 1994.

TITELTHEMA

TEXT Astrid Fischer-Stahl

In fünf Jahren Jahrhundertwerk geschaffen, titelte die Kötztlinger Zeitung im Mai 1994 und in der 21. Ausgabe des Ossi-Riesen im Sommer des gleichen Jahres freuten sich die Touristiker. **„Endlich: Ganzjahresbadespaß im Luftkurort“**.

Heuer feiert die Marktgemeinde den 30. Geburtstag ihres Ossi-hallenbades. Das Jubiläum ist ein guter Anlass, einen Blick in die Geschichte von Lams damals wie heute wichtigster touristischer Einrichtung zu werfen.

Seit seiner Inbetriebnahme haben 3.135.664 Einheimische und Gäste das Ossi-hallen- und Freibad besucht, hinzu kommen Schulkinder, Sportgruppen und physiotherapeutische Angebote. Zur feierlichen Eröffnung des neu gebauten Hallenbades am Mittwoch, 11. Mai 1994, waren rund 100 Gäste aus Politik, Fremdenverkehr, Planer und Handwerkerschaft gekommen. In die große Freude über das gelungene und attraktive Werk mischte sich, so lässt es Ernst Plötz in seinem Bericht in der Kötztlinger Zeitung durchblicken, auch eine gute Portion Erleichterung. Erleichterung darüber, dass die Finanzierung am Ende doch geschultert werden konnte, denn die stand während des Baus eine Zeit lang Spitz auf Knopf. **„Das ist noch gelinde ausgedrückt“**, erinnerte sich der damalige 2. Bürgermeister Paul Roßberger senior. Vor einigen Jahren im Gespräch mit der Kötztlinger Zeitung.

Doch wie entstand überhaupt die Idee, in Lam ein Hallenbad zu errichten? Das alte Freibad befand sich ursprünglich auf dem Gelände des heutigen Bauhofes. Paul Roßberger sen. erzählt, dass damals der Bau des Bauhofes zwischen Jugendherberge und Hotel

Sonnbichl angedacht war und bereits ein genehmigter Plan vorlag. **„Unser Freibad war, als es gebaut wurde, das erste seiner Art im ganzen Bayerischen Wald, doch derweil natürlich auch in die Jahre gekommen und sanierungsbedürftig. Es wurde recht schnell klar, dass eine Sanierung ebenso teuer sein würde wie ein Neubau“**, erinnert sich Paul Roßberger senior an die Zeit in den 1980er Jahren. Es entstand die Überlegung, Sporteinrichtungen und Schule auf einem gemeinsamen Gelände zusammenzubringen, und in der Folge beschloss der Marktrat, den Neubau des Freibades an seinem heutigen Platz in der Nähe der Volksschule. **„Diese Entscheidung gefiel nicht jedem in Lam, doch das Argument, dass für die Schulklassen die räumliche Nähe von großem Vorteil ist, überzeugte dann doch die meisten Kritiker“**, so der ehemalige Verkehrsamtsleiter Peter Rohrbacher, der diese Zeit auch noch bestens in Erinnerung hat. Als das Freibad 1985 fertig gestellt und in Betrieb gegangen war, erkannte man schnell die Bedeutung eines Ganzjahresbades für den Fremdenverkehrsort.

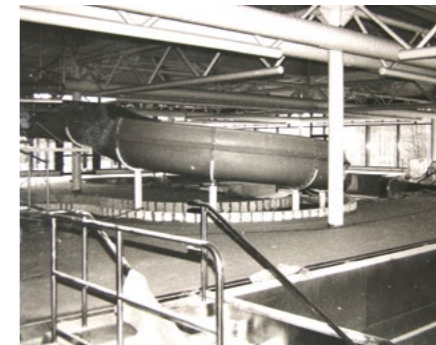
zu machen, so Paul Roßberger sen. Besonders eingepreßt hat sich ihm das Kurfürstenbad in Amberg: **„Das war relativ neu und ein ganz tolles Bad. Doch die Holzkonstruktion des Daches hielt den Chlordämpfen aus dem Badewasser nur recht kurze Zeit stand und musste nach wenigen Jahren aufwendig saniert werden. Darum entschieden wir uns bei der Unterkonstruktion für die Ausführung in Stahl.“** Gestalterisch sollte das Design des Freibades aufgegriffen und fortgeführt werden. Planer Prof. Oswald Peithner und seine Mitprojektanten hatten sich bei der Gestaltung der Holzpavillons von Indianerhütten inspirieren lassen. Darum bekam das Hallenbad das bekannte Dach aus vielen einzelnen Trapezblech-Zelten. Auf die Probleme, die das Dach dem Marktrat und Bürgermeister Paul Roßberger junior ganz aktuell bereitet, angesprochen, meint er: **„Nach 25 Jahren ist klar, dass an einem Hallenbaddach Reparaturen nötig werden. Die große Herausforderung sind die Temperaturunterschiede zwischen drinnen und draußen und die damit verbundene Kondenswasserbildung.“**

das Wirtschaftsministerium noch einen Geldtopf auf. **„Das Ossi-bad ist fertig und es ist nicht mein Bad, nicht das Bad des Gemeinderates, nicht das Bad für die Feriengäste, es ist unser Erlebnisbad“**, betonte Bergbauer in seiner Eröffnungsrede. Landrat Girmindl bescheinigte den Lamern vor dem Hintergrund von Lebensqualität und Grenzöffnung, die richtigen Weichen gestellt zu haben.

Die Hoffnung Bergbauers, die Bekanntheit des Ossi-bades schon bald durch viele zufriedene Besucher steigern zu können, erfüllte sich durchaus. Seit dem Jahr 1995 bis zum aktuellen Stand Ende 2023 – ausgenommen in den Jahren mit Coronabeschränkungen – halten sich die Besucherzahlen im Schwimmbad konstant um die Marke von 100.000 Besuchern. Die Beständigkeit dieser Besucherzahlen über einen Zeitraum von drei Jahrzehnten beweist, dass das Ossi-bad sowohl bei Einheimischen als auch bei unseren Gästen ein geschätztes Ziel für Freizeitaktivität und Erholung ist. ■



Schwarz-weiß Aufnahmen aus der Zeit des Hallenbadbaus.



Statt Wiederaufbereitungsanlage ein Hallenbad

Doch wie sollte das eine so kleine Gemeinde finanzieren? Das war die Frage. Die Lösung kam von unerwarteter Seite. Bekanntlich verhinderten massive Bürgerproteste den Bau einer atomaren Wiederaufbereitungsanlage in Wackersdorf. Als Ausgleich für die nicht realisierte Maßnahme, so berichten Peter Rohrbacher und Paul Roßberger sen. übereinstimmend, hat die Staatsregierung ein Strukturförderprogramm für die Oberpfalz aufgelegt, im Zuge dessen mehrere derartige Bäder, beispielsweise in Waldmünchen, errichtet werden konnten. Auf diesen Zug sprang auch die Marktgemeinde auf. Fünf Jahre sollten dann noch von den ersten Planungen bis zur Fertigstellung vergehen. **„Der Gemeinderat besichtigte verschiedenste Bäder bis nach Österreich, um sich ein Bild**

Doch auch in allen anderen Bereichen ist das Bad eine enorm kostenintensive Einrichtung und wird es auch zukünftig bleiben.

Zusätzliche Finanzspritze nötig

Nachdem also alle Pläne genehmigt und die Finanzierung zumindest einigermaßen gesichert war, begann die Baumaßnahme. Am Ende sollte das Ganze mit 11 Millionen Mark zu einem finanziellen **„Kraftakt des Jahrhunderts“** werden, wie der damalige Bürgermeister Klaus Bergbauer beim Eröffnungsakt einräumte. Gleichzeitig sprach er von schmerzlichen Geburtswehen und einer Kostenexplosion, die den Bau einige Zeit lahmlegte. Nach Vorsprache der Lokalpolitiker, des damaligen Landrats Ernst Girmindl und einiger Abgeordneten bei Wirtschaftsminister Gustl Lang und Zusicherung der Unterstützung des Landkreises, machte auch

MEHRWERT FÜR IHREN URLAUB

Ihre persönliche **GUTi-Gästekarte im Lamer Winkel** bietet Ihnen während Ihres Urlaubs eine Reihe von Vorteilen

So zum Beispiel:
1 x kostenloser Schnuppereintritt ab 17 Uhr ins Ossi-bad (Hallenbad, Freibad, Dampfbad, Sauna)

Wenn Sie Ihren nächsten Urlaub im Lamer Winkel planen, dann aufgepasst: als Gast in einem mit dem „Ossi-bad Plus“ oder „ActivCard“ gekennzeichneten Beherbergungsbetrieb haben Sie:



■ **täglich freien Eintritt im Lamer Ossi-bad** während Ihres gesamten Aufenthalts – ohne Zeitbegrenzung

■ **inkl. Hallenbad - im Sommer natürlich auch Freibad - Dampfbad und Sauna** (während der regulären Öffnungszeiten)

Und, wann tauchen Sie bei uns auf?

www.ossierbad.de

DAS OSSERBAD

Vor 30 Jahren bekam der Markt Lam ein Ganzjahreserlebnisbad
Planung, Bau, Einweihung –
Ein Blick in die Geschichte

DIE LUFT IST REIN!

in den Luftkurorten des Bayerischen Waldes

Luft schnuppern, Luft riechen, Luft einatmen: Luft ist Leben. Gute Luft fördert die Gesundheit, gibt Regeneration und Erholung. Frische Luft gibt das Gefühl von Freiheit, lässt durchatmen und ist seit Zeiten der Coronapandemie wichtiger denn je.

In den urbanen Zentren leben viele Menschen an verkehrsreichen Straßen, es gibt an manchen Tagen Smog, die Luft ist staubig, sie leiden unter nächtlichem Lärm, müssen gechlortes Leitungswasser trinken, industrielle Emissionen ertragen und leiden vermehrt unter Allergien. Aufatmen in reiner Luft, grüner Natur, bei sternenklarer, leiser Nacht: Mit diesen Gedanken wird sich so mancher schon auf seinen Urlaub gefreut haben. Auf der Suche nach einem Urlaubsziel stolpert man dann über das Attribut „Luftkurort“. Was bedeutet das eigentlich?

Es gibt 19 staatlich anerkannte Luftkurorte im Bayerischen Wald. Das Prädikat Luftkurort wird man erst nach einem umfangreichen Anerkennungsprozess nach den Maßgaben des Bayerischen Staatsministeriums des Inneren,

für Sport und Integration. Ein Fachausschuss würdigt die nötigen Gutachten zur Gesundheitsorientierung des Ortes, zum Ortscharakter und Einrichtungsangebot. Wichtig sind insbesondere die gesundheitsfördernden klimatischen Verhältnisse, die Umweltbedingungen und die angemessene medizinische und therapeutische Versorgung.

Die meisten Gemeinden waren zuvor eine geraume Zeit als Erholungsort anerkannt. Dies ist die Grundlage, denn schon bei dieser niedrigsten Stufe eines Prädikats werden viele Kriterien geprüft: Die Bedeutung des Tourismus, die Qualität der Übernachtungsbetriebe, die Ausstattung der Tourist-Information. Das ist aber nicht alles. Erholungsort wird man nur, wenn man landschaftlich bevorzugt und klimatisch günstig liegt und eine gute Lufthygiene aufweisen kann. Dabei spielen die Verkehrs- und Gewerbeplanung, Abwasserbeseitigung, Bodenbelastung, Emissionen und Weiteres eine Rolle.

Die touristische Bedeutung wird an den Gästeübernachtungen und am Ortsbild festge-



Luftkurort Lam mit dem Hohenbogen im Hintergrund.



TEXT Ulrike Eberl-Walter

macht. Dies drückt sich darin aus, wie der Ortskern gestaltet ist oder wie die Verkehrssituation gelöst ist. Verkehrsberuhigte Bereiche und der Einsatz von öffentlichen Verkehrsmitteln werden positiv bewertet. Schließlich bedarf es eines entsprechenden Freizeit- und Erholungsangebots. Dazu zählen markierte Wanderwege, die Möglichkeit für weitere sportliche Betätigungen, aber auch Angebote für schlechtes Wetter, vor allem für Familien mit Kindern.

All diese Punkte sind zugleich ein Anspruch an die Zukunft des Ortes und des umgebenden Landschaftsraums, das Erholungsziel im Auge zu behalten. Das Siegel ist somit Maß und Messlatte für die infrastrukturelle und bauliche Gestaltung sowie die Entwicklung des Ortes.

„Ich geh' mal an die frische Luft“

Was man im Alltag ganz nebenbei sagt, gilt im Urlaub umso mehr. Menschen, die Gesundheitsurlaub machen, beschäftigen sich mit den Werten der Prädikate und kennen diese auch.

Laut einer Studie kennen fast Dreiviertel das Prädikat Luftkurort, Zweidrittel das Prädikat Thermalbad und über die Hälfte das Prädikat Kneippheilbad. Für ein Drittel aller interessierten Gesundheitsreisenden ist ein Prädikat reisentscheidend. Die Welt befindet sich in einer Zeit des ökologischen Wandels. Die Coronapandemie und der fortschreitende Klimawandel machen den Menschen die Grundwerte des Lebens wieder neu bewusst. Ohne Gesundheit ist alles nichts, sagt schon ein Sprichwort. Um die eigene Gesundheit zu erhalten, spielen klare Luft, sauberes Wasser sowie gute klimatische Verhältnisse eine bedeutende Rolle. Urlauber legen immer mehr Augenmerk auf diese Merkmale eines Urlaubsortes und honorieren den bewussten Umgang mit der Natur am Urlaubsziel. Denn wer in einen Luftkurort fährt, kann sicher sein, dass er dort besonders erholsame Bedingungen vorfindet.

Klare Luft – klarer Himmel

Es geht auch ohne Luftentkeimung und Luftdesinfektion. Die Natur macht's! Der Lamer

Winkel ist einer der waldreichsten Regionen Bayerns. 80 Prozent der Fläche ist mit Wald bedeckt. Ein einwandfreies lufthygienisches Milieu, das besonders guttut, sauerstoffreiche und reine Luft wird dem Markt Lam seit 1976 attestiert. „Der Markt Lam ist gerade wieder in der Re-Prädikatisierungsphase“ sagt Christine Vogl, die Leiterin der Tourist-Information, „denn gerade jetzt sind unsere reine Luft und der weitläufige Wald eine große Chance. Zusammen mit dem Unterkunftsangebot aus kleinen familiengeführten Hotels und vielen Ferienwohnungen können wir uns im touristischen Markt abheben.“ Genauso in Arrach: Arrach ist seit 2009 Luftkurort. Im Natur-Art-Park gibt es einen 3,5 Kilometer langen Klima-Terrain-Rundweg, der sich in besonderer Weise mit dem Wechselspiel von guter Luft, Natur und Kultur beschäftigt. Und im Erholungsort Lohberg ist es gelungen, die ursprüngliche Schönheit der Natur durch ein Arten- und Biotopschutzprojekt zu erhalten.

Gute Argumente also für einen wunderbar erholsamen Urlaub im Lamer Winkel! —



Von oben nach unten:
Im Lamer Panorama-Park.
Glaskunst im Natur-Art-Park Arrach.
Blick über den Arracher Seepark.

Luftbildaufnahme über Ortsteile
von Lohberg mit den Ossergipfeln
im Hintergrund.

Fakten zum Luftkurort Arrach

- Gemeindefläche: 29 km²
- Höhenlage: 520 – 1.134 m
- Einwohner: ca. 2.500
- Gästebetten: ca. 1.200

Fakten zum Luftkurort Lam

- Gemeindefläche: ca. 33 km²
- Höhenlage: 525 – 1.293 m
- Einwohner: ca. 2.600
- Gästebetten: ca. 2.100

Fakten zum Erholungsort Lohberg

- Gemeindefläche: ca. 60 km²
- Höhenlage: 525 – 1.435 m
- Einwohner: ca. 1.900
- Gästebetten: ca. 500

Wir laden Sie **♥-lich ein!**

Whisky Destillerie

Bärwurzerei · Obstbrennerei

Drexler Arrach

Spezialitäten aus dem Bayerischen Wald

- ✗ über 80 verschiedene Spezialitäten
- ✗ kostenlose SCHNAPSPROBEN
- ✗ GÜNSTIG - direkt vom Hersteller
- ✗ bayerische Mitbrings'!

Erleben Sie in Arrach:

- ✗ Schnapsbrennerei
- ✗ Destillerie-Museum
- ✗ Handwerksmuseum

Spezialitäten Brennerei
Drexler Arrach GmbH
Lamer Str. 94 · 93474 Arrach
Tel. (0 99 43) 36 40
www.drexlers-baerwurz.de
www.drexlers-whisky.de
r.drexler@t-online.de



Whisky - Rum - Gin - Vodka

Holzfasslager Whisky



Destillen



Verkaufsraum / Probiertube



Steingutfasslager für Destillate



Aktuelles & Öffnungszeiten www.drexlers-baerwurz.de

WENZL

FREIZEIT & TOURISTIK

ENDLICH WIEDER REISEN...

Nutzen Sie Ihren Urlaub für einen Trip in eine der schönsten Hauptstädte Europas.

PRAG

Die „Goldene Stadt“ lädt Sie ein

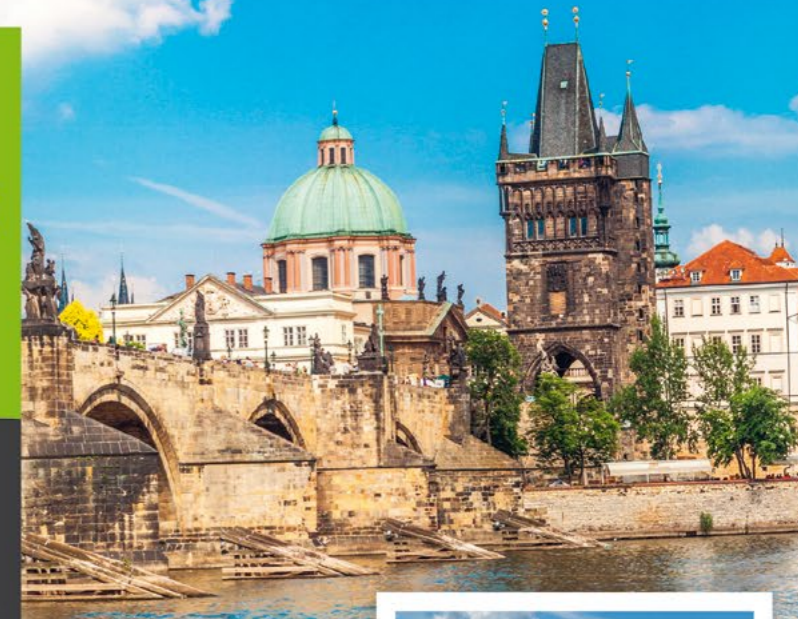
UNSERE WÖCHENTLICHE TAGESFAHRT...

Unsere Stadtführung zeigt Ihnen die schönsten Sehenswürdigkeiten von der Karlsbrücke zum Altstädter Rathausmarkt mit der weltberühmten Aposteluhr weiter zum Wenzelplatz. Danach genießen Sie eine entspannende Pause zum Essen und Flanieren durch die Pariser Straße mit ihren hippen Shops. Unsere Reiseleitung erwartet Sie dann am Altstädter Markt bei der Aposteluhr. Am Nachmittag folgt eine Führung auf der Prager Burg Hradschin, dem Sitz der Regierung mit Veitsdom und der St. Georgskathedrale. Nach einem Tag mit wunderbaren Eindrücken aus der „Goldenen Stadt“ treten wir gegen 16.30 Uhr die Rückfahrt an.

BUSFAHREN IST:

- ✓ umweltfreundlich
- ✓ bequem
- ✓ entspannt
- ✓ erholsam
- ✓ preiswert

... EINFACH IMMER EIN ERLEBNIS



Aktuelle Termine und jederzeit im Online-Shop unter www.wenzl-bodenmais.de buchbar.



Oder bei den Tourist-Infos in Lam, Arrach und Lohberg, bei der Kleinen Arberseebahn, im Hotel Herzog Heinrich in Arrach, Rössl - Wirt, Geschenke Drexler und Spar-Mühlbauer in Lam



ERLEBNIS KLEINER ARBERSEE

Die Kleine Arberseebahn fährt von Ende April bis Anfang November (**Montag Ruhetag - außer im August und an Feiertagen**) ab 93470 Lohberg Lamer Straße 23 - direkt neben dem Bayerwald Tierpark. Gruppen ab 10 Personen bitte anmelden unter Telefon 0 99 24 - 70 15 oder www.kleine-Arberseebahn.de.

KLEINE ARBERSEEBAHN

Ein Unternehmen von WENZL Freizeit & Touristik

93470 Lohberghütte - Lamer Straße 23

Fahrzeiten ab Lohberg:

9:30 | 10:30 | 11:45 | 13:00 | 14:15 | 15:30 | 16:30 Uhr

Rückfahrten ab Kleiner Arbersee:

10:05 | 11:05 | 12:20 | 13:35 | 14:50 | 16:00 | 17:00 Uhr

Der Kleine Arbersee ist nicht mit dem Auto erreichbar

WENZL Freizeit & Touristik GmbH & Co.KG

Bahnhofstr. 75 · 94249 Bodenmais · Tel. 09924-7015 · Fax 09924-1815 · info@wenzl-bodenmais.de

www.wenzl-bodenmais.de



Die Brüder Uli und Ludwig Lemberger.



Damals: Historisches Foto der ersten Geschäftsräume in Lam.

Heute: Im März 2022 ging die neue Abfüllanlage in Engelshütt in Betrieb.

UNTERNEHMEN AUS DER REGION

KRACHERL MADE IN LAM

Nachhaltigkeit und Regionalität:
Seit 1953 steht die Firma Getränke MARLE für Limonaden von höchster Qualität

TEXT Astrid Fischer-Stahl



Bekannt und beliebt sind die MARLE-Produkte aus Lam.



Die Familie Lemberger – Leni, Ludwig, Heidi und Johannes.

Die Firma Getränke MARLE mit Sitz in der Marktgemeinde Lam steht für Qualität, Zuverlässigkeit, Flexibilität, Regionalität und Familientradition.

MARLE ist nicht nur eine Eigenmarke, sondern ein Name, der für fruchtige und erfrischende alkoholfreie Getränke weit über die Grenzen des Lamer Winkels hinaus bekannt ist.

Die mit großformatigen Bildern kunstvoll gestalteten LKW's vom „Kracherlmo aus da Lam“ sind weithin bekannt. Seit 1953 versorgt das Familienunternehmen seine Kunden mit einer breiten Produktpalette, die von klassischen Softgetränken bis hin zum gesunden Vitalsortiment reicht. Heute wird das moderne Abfüllzentrum von den Brüdern Ludwig und Uli Lemberger im Sinne des Großvaters weitergeführt.

Mut zur Innovation

Sie führen den Betrieb bereits in der 3. Generation. Martin Lemberger, der Gründer und Namensgeber von MARLE, belieferte seine Kunden noch mit dem Pferdefuhrwerk in einem Gebiet, das vom Osser über den Lamer Winkel bis ins tschechische Grenzgebiet reichte. Bis Anfang 2022 erfolgte die Produktion noch am Standort Gabelplatz, direkt neben dem eigenen Getränkemarkt. Dann entschloss sich die Familie Lemberger zum Bau einer neuen Abfüllanlage. Der Spatenstich erfolgte im Januar 2020. Mit modernen Maschinen ausgestattet, wurde die neue Abfüllanlage im März 2022 in Betrieb genommen. Besondere Erleichterung brachte der neu integrierte Roboter, der die Be- und Entpalettierung übernimmt. Das Familienunternehmen beweist

damit erneut Mut zur Innovation und modernen Technologien, um sich auch in Zukunft erfolgreich am Markt behaupten zu können.

Nachhaltigkeit und Ressourcenschutz

MARLE ist stolz darauf, seine Produkte in der Region und darüber hinaus anbieten zu können. Verschiedene Fachhändler sowie Getränke-Märkte in den Landkreisen Cham, Regen, Straubing, Regensburg und Schwandorf führen das umfangreiche Sortiment. Die Hingabe und Leidenschaft für die Herstellung von MARLE-Eigenprodukten spiegelt sich in deren hoher Qualität wider. Das Unternehmen produziert nicht nur konventionelle Getränke, sondern auch Produkte in Bio-Qualität und die Lizenzmarke „Frucade“. Der Betrieb ist sowohl nach IFS als auch nach Bio-Richtlinie zertifiziert. Damit trägt die Familie Lemberger ihrer Verpflichtung zur Nachhaltigkeit und zum Schutz der Umwelt Rechnung. Sie setzt auf erneuerbare Energien und nutzt Strom aus der eigenen PV-Anlage. Der moderne Maschinenpark und die Verwendung hochwertiger Rohstoffe stellen höchsten Standard der Produkte sicher.

Partner der Gastronomie

Auch als Partner von Gastronomie und Handel bietet MARLE eine breite Produktpalette an. Neben alkoholfreien Getränken werden speziell auf Kundenwunsch zugeschnittene Produkte hergestellt. Praktische Kegs von 20 bis 50 Liter stellen speziell für Kunden aus Gastronomie und Hotellerie eine komplette Lösung für Theke und Ausschank dar. Über den Verkauf von Getränken hinaus, bietet MARLE

auch Serviceleistungen wie Lohnfüllungen, Heimdienst, Vermittlung von Schanktechnik und Veranstaltungsservice an.

Lohnabfüllung

Ludwig und Uli Lemberger haben hart daran gearbeitet, um ihren Kunden Lohnabfüllung anbieten zu können. Der MARLE-Service reicht dabei von der Rohstoffbeschaffung über die Verarbeitung bis hin zur Verpackung. Auch im Bereich der Fassabfüllung ist das Unternehmen in der Lage, die verschiedensten Fässer und Fittingtypen zu verarbeiten.

Abholmarkt

Auf der 250 m² großen Verkaufsfläche im Getränkemarkt am Gabelplatz in Lam finden Kunden nicht nur die hauseigenen Getränke, sondern auch eine breite Auswahl an Bieren, Mineralwässern und Säften regionaler und überregionaler Hersteller. Darüber hinaus eine umfangreiche Auswahl an Spirituosen und Weinen sowie Gutscheine für verschiedene Anlässe. Außerdem ist jeder, der auf der Suche nach gekühlten Getränken für seine Veranstaltungen ist, hier an der richtigen Adresse.

„Das Kracherl“ – Bayerisches Wörterbuch

Das Kracherl ist eine Limo. Eigentlich ist aber „im Kracherl“ eine Limo, denn der Begriff hat seinen Ursprung in der früher gebräuchlichen Kugelverschlussflasche. Sie war mit einer Glaskugel versiegelt und die wurde, um sie zu öffnen, hineingedrückt. Das erzeugte einen Knall oder eben einen Kracher. —



ES GIBT NICHTS, WAS HOLZ NICHT KANN

MENSCHEN DER REGION

TEXT Anna Müller
FOTOS Evi Lemberger

Johannes Seidl, Schreiner und Waldbauer am Oberhaiderberg, Einöde in Lohberg, ist fasziniert von Holz. In einem Gespräch erklärt er, warum er Holz verdammt cool findet.

Wie eignen sich die verschiedenen Baum- bzw. Holzarten für die Innen- und Außennutzung?

Die Lärche ist für außen gut geeignet. Denn sie bildet viel Harz; das macht das Holz widerstandsfähig. Es verhindert die Fäule, weil es Konservierungsstoffe enthält. Tanne und Douglasie sind besser für außen geeignet als etwa die Fichte. Aber alles hält! Und das sehr lange. Auch eine Fichtenbretterschalung an der Scheune hält 90 Jahre. Man kann sagen: Je größer die Dachneigung, desto schneller trocknet das Holz, desto länger hält es. Pro Grad ein Jahr. Bei senkrechten Verschalungen sind es 90°, die halten also 90 Jahre. Gespaltene Lärchenholzschildeln, die in einem Winkel von 45° angebracht werden, halten 45 Jahre, zum Beispiel bei Dächern.

Also liegt die Beständigkeit gar nicht vorrangig an der Holzart?

Nässe spielt eine wichtige Rolle. Ein Holzpfeiler beispielsweise fault nur an der Stelle, wo er feucht wird, also da, wo er Bodenkontakt hat; der lange senkrechte Teil darüber bleibt davon unberührt. Baut man etwa die Wände direkt unter dem Dach aus Holz, dann halten die quasi ewig. Die sind vor der Witterung gut geschützt. Bei unserem denkmalgeschützten Haus sind die Bretter unterm Dach schon seit 1920 dran. Jetzt sind sie zwar schwarz, aber halten noch hunderte Jahre. Im Außenbereich sollte man immer den konstruktiven Holzschutz im Blick haben.

Konstruktiver Holzschutz heißt?

Holz vor Feuchtigkeit schützen und so die Langlebigkeit des Holzes zu gewährleisten. Und zwar durch chemiefreie, rein bauliche Maßnahmen. Also Wasser von den Flächen ableiten. Dann hält Holz schon ziemlich lange. Sonne, Regen, Schnee und Eis entziehen dem Holz die Farbe, es wird grau. Deswegen ist es aber noch lange nicht schlecht! Es fault ja nicht – es hält! Berghütten in Österreich oder Südtirol oder anderswo in den Bergen werden alle aus Holz gebaut und schauen meistens schon grau aus. Ich glaube nicht, dass verputzte Häuser auf 4.000 Höhenmetern so gut halten würden. Wenn im Winter alles vereist und das Eis weggeschlagen wird, dann würde der Putz wahrscheinlich mit runterfallen. Aber Bretter halten dem Stand. Früher wurden ja auch Schiffe aus Holz gebaut. Die schwimmen permanent im Wasser und halten sehr lange Zeit. Die sind damals mit Holzschiffen nach Amerika gesegelt! Ganz Venedig ist auf Holz gebaut! Sobald das Holz unter Wasser ist und nicht mit Sauerstoff in Berührung kommt, kann es nicht faulen. Erst, wenn der Wasserspiegel sinkt und der Sauerstoff ans Holz kommt, dann macht das den Hölzern zu schaffen.



Wenn mit Holz alles möglich ist, warum wird dann heute überwiegend auf andere Baustoffe gesetzt?

Das liegt vielleicht an der modernen Gesellschaft. Heute werden moderne Häuser hauptsächlich weiß, grau, schwarz oder anthrazit gebaut. Unser Haus ist das perfekte Objekt, um zu zeigen: Jede Generation wollte das Beste daraus machen. Die Ersten haben mit Natursteinen ausgemauert, die Nächsten mit Vollziegeln weitergemauert, die Nachfolgenden bauten einen Dachstuhl aus Holz drauf. Und dann kam eine Generation, die baute an eine Seite Eternitplatten, die enthielten Asbest. Beim Einbau scherte sich niemand darum, aber weil man heute weiß, wie schädlich das ist, braucht man einen Lehrgang, um die Platten entsorgen zu dürfen. Holz hingegen kannst du als Entsorgung einfach als Brennholz verwenden. Wenn Holz grau wird, sieht es halt nicht so aus, wie es die Gesellschaft wünscht. Nicht perfekt.

Hast du ein Lieblingsholz?

Ich habe kein Lieblingsholz. Aber ich mag Holz aus dem eigenen Wald, egal ob Fichte, Tanne oder Buche. Die Erinnerung daran, wo der Baum stand, ist einfach besonders. Im Haus stammen mindestens 90 Prozent des Holzes aus dem eigenen Wald. Die Küche ist aus Buche.

Warum genau Buche?

Generell kannst du für den Bau einer Küche alles nehmen. Das ist einfach Geschmacksache. Aber Holzarten haben unterschiedliche Materialeigenschaften und sind deswegen für andere Verwendungen geeignet. Für den Boden nimmt man meist Harthölzer her, weil sie widerstandsfähiger sind. Im Baudenkmal Schwarzauerhaus zum Beispiel ist ein Fichtenboden drin, und das schon seit 200 Jahren. Was man halt haben will. Da geht es um Optik. Die Herausforderung ist, etwas zeitlos zu machen. Etwas, das du auch in 50 Jahren noch anschauen magst.



Wie erreicht man das, wie gehst du vor?

Du musst mit dem Holz gehen, nicht dagegen. Du kannst nicht sagen: Das muss perfekt sein. Es ist nie perfekt. Holz ist unperfekt. Man muss einfach schauen, wie man mit dem, was man hat, umgeht. Wenn ich für mich selbst ein Möbelstück machen möchte und ich Bretter habe, in denen der Wurm schon Löcher gebohrt hat, dann stelle ich mir die Frage: Soll ich die jetzt alle wegwerfen? Oder mach ich trotzdem was daraus? Dann schau ich mir zwei Wochen lang Brett für Brett an, dreh es nach vorne, nach hinten, nach links und nach rechts. Dann war klar: Die Wurmlöcher sind halt da, die sind schwarz geworden, die sieht man. Ist so.

Ist es nicht nervig, dass sich Holz verzieht?

Dann musst du dem Holz eben den Freiraum geben, dass es sich verziehen kann. Bäume, sogar Hochhäuser müssen sich verbiegen können. Man muss die Eigenschaften von Holz einfach mitnehmen. Und nicht verhindern. Mit Leim oder sonst was.

Wünschst du dir manchmal, Holz wäre perfekt? Dann wäre es bestimmt einfacher zu bearbeiten.

Holz lebt halt einfach. Bei vielen Materialien kann man vorbestimmen, wie das Produkt zum Schluss aussieht. Beim Holz weiß man nur: Es geht in Richtung soundso, aber hundertprozentig kann man das Endprodukt nicht voraussagen. Das Traurige ist: Die Schreinerarbeit beschränkt sich heutzutage oftmals sehr viel auf Spanplatten. Aber so Massivholzsachen sind nicht mehr so gefragt. Es geht nur um Optik. Die Meisten wünschen sich nur die Optik von Holz, jedoch verstehen nur die Wenigsten, worum es beim Holz wirklich geht. Viele wollen Fertigmöbel. Und die sind so ausgelegt, dass man alle 12 – 15 Jahre die Küche wechseln soll. Der Beschlag hält nicht mehr, das Türchen hängt runter. Du brauchst ein Ersatzteil, das gibt's aber schon gar nicht mehr. So läuft die Industrie. Mit Massivholzbauweise denken wir viel zu langfristig. Früher bauten wir – mein Vater und ich – Tische, Stühle und Hollywoodschaukeln. Letztes kam ich an einer solchen Hollywoodschaukel vorbei, die wir damals verkauften. Die steht jetzt seit 15 Jahren im Freien – und ist immer noch stabil! Die hat auch was gekostet. Und eben das ist das Schwierige: der Masse zu vermitteln, dass ein solches Produkt, in Massivholzbauweise handgemacht, etwas Langfristiges ist und deshalb so viel mehr kostet als ein Billigteil aus dem Baumarkt, das vielleicht 5 Jahre hält.

Was kann Holz, was nicht?

Ich glaube, es gibt nichts, was Holz nicht kann. Sogar in der Raumfahrt wurde am Anfang mit Holz experimentiert: Man baute es als Hitzeschild ein. Das Fahrzeug hat ein enorm hohes Tempo, also ist die Reibung sehr groß. Dadurch entsteht Hitze – und Holz schirmt die damals am besten ab. Holz verglüht einfach, aber hinter der Oberfläche bleibt es immer noch kühl. Es wird nicht auch auf der anderen Seite heiß wie etwa Eisen. Die Wärmeleitfähigkeit von Holz ist ganz gering.

Woher kommt deine Faszination für Holz?

Wenn ich irgendwo an der Küste aufgewachsen wäre, wäre ich wahrscheinlich Fischer. Dann wäre da meine Faszination. Aber ich wurde hier groß und deswegen mache ich etwas mit dem, was um mich rum ist. Mich begeistern die unendlichen Formen und Facetten von Holz. Ob du mit der Motorsäge daran schnitzt oder die feinste Oberfläche für Möbelstücke daraus machst. Auch die ganzen unterschiedlichen Farben von Holz; ob du mit edlen Obsthölzern arbeitest oder mit Fichte beim Zimmern. Du kannst alles daraus machen, du musst nur wissen: Was mag ich, was gefällt mir? Mit Holz kann man einfach das Beste aus einem Haus machen. Ob es das Dach ist mit Balken für Tragdecken, Fenster, Heizung. Was sollst du denn da sonst nehmen? Beton, Eisen? Holz ist einfach nachhaltig. Die nächste Generation kann es ganz einfach entsorgen oder häckseln und verbrennen. Oder was Neues draus machen.



Wildgarten Furth im Wald



Mit Unterwasser-Station
 Daberger Str. 33 · 93437 Furth im Wald
 Tel. 0 99 73 - 29 33 · Ulrich Stöckerl
 www.wild-garten.de

Erlebniswelt Flederwisch



Größte Dampfmaschine Bayerns
 Entdeckungspfad der Technik
 Der geheimnisvolle Garten

Wir bauen Abenteuer!

Rolf Schüler · Am Lagerplatz 5
 93437 Furth im Wald
 Tel. 09 973 / 12 29
 www.flederwisch.de

Neukirchen b. Hl. Blut



Klostergarten der Franziskaner
 Dem Höre ein Weg (Klangweg)
 Wallfahrtsmuseum
 www.wallfahrtsmuseum.de

Infos/Führungen: Tourist-Info
 93453 Neukirchen b. Hl. Blut
 Tel. 09 94 7 / 94 08 21
 www.neukirchen.bayern

Top Ausflugsziele

Furth im Wald Bayerischer Wald
 Hohenbogenwinkel

...und noch viel mehr!

Der Drachenstich



Landestormuseum
 Heimat · Grenze · Drache



In der Dauerausstellung des Landestormuseums werden die stadtprägenden Themen HEIMAT - GRENZE - DRACHE erlebbar. Vom dazugehörigen historischen Stadtturm aus bietet sich ein fantastischer Rundblick über die Stadt bis hinein ins tschechische Nachbarland und die umliegenden Berge des Bayer- und Böhmerwaldes

www.landestormuseum.de
 Furth im Wald · Tel. 099 73 / 509 80

Drachenhöhle



Geschichte des Further Drachen, des Festspiels, der Technik und das Highlight „Tradinno“.

Geöffnet April-Okt.
 Di-So 10.30-16 Uhr

www.further-drache.de
 Tel. 099 73 / 509 80

Ausflugspark Steinbruchsee



Wildgehege · Wald-Tiermuseum
 Uhrenmuseum · Bienenhaus
 Hubertuskapelle · Fischzucht
 Spielplatz · Schauaquarium

Familie Deglmann
 Steinbruchweg 10
 93437 Furth im Wald
 Tel. 09 97 3 / 60 9 · Fax 80 13 34
 www.steinbruchsee.de

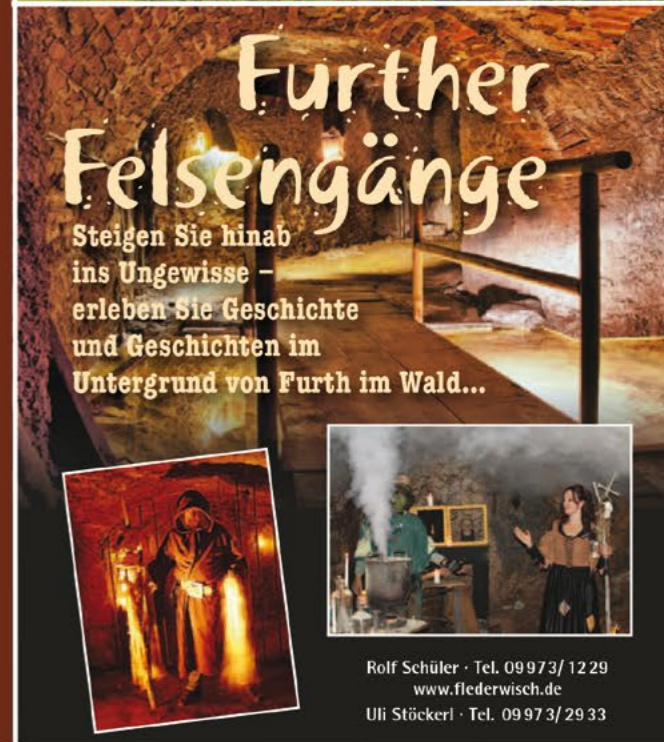
Der Drachensee



Naturoase · Kulturplatz
 Freizeitzone · Ausflugsgebiet
 www.further-drachensee.de

Tourist-Info Furth im Wald
 Tel. 09973/509-80
 Tourist-Info Eschlkam
 09948/9408-15

Further Felsengänge



Steigen Sie hinab ins Ungewisse - erleben Sie Geschichte und Geschichten im Untergrund von Furth im Wald...

Rolf Schüler · Tel. 09973 / 12 29
 www.flederwisch.de
 Uli Stöckerl · Tel. 09973 / 29 33

Freizeitzentrum Hohenbogen



Sommerrodelbahn
 Doppelsesselbahn
 Kinder-Freizeitwelt
 Inline-Skaten-Graskart-Fahren
 Wintersportzentrum

Neukirchen b. Hl. Blut
 Tel. 09947/464
 www.hohenbogen.de

NATUR.ERLEBNIS.LAND
 FURTH IM WALD - HOHENBOGENWINKEL

Einen Drachen in seiner Höhle besuchen und zugleich High-Tech erleben. Die Unterwelt einer Stadt erkunden und danach um einen malerischen See wandern. Durch die Zeit reisen, nachdem man zuvor bereits die heimische Natur aus einer ungewöhnlichen Perspektive erlebt hat. Den Berg bezwingen und ins Tal rauschen. Klänge erwandern und Tradition erleben.
 Gibt's nicht alles auf einmal? Doch!

Das alles bietet das NaturErlebnisLand Furth im Wald-Hohenbogenwinkel, in herrlicher Landschaft gelegen mit unzähligen Freizeitangeboten, kulturellen Highlights und Sehenswürdigkeiten.

Die Drachenstichstadt Furth im Wald ist die Heimat des High-Tech-Drachen „Tradinno“, dem größten vierbeinigen Schreitroboter der Welt. Sein Zuhause hat dieses Wunderwerk in der Drachenhöhle und begeistert dort zigtausend Menschen - auch als Hauptdarsteller beim ältesten deutschen Volksschauspiel, dem Further Drachenstich.

NATUR.ERLEBNIS.LAND
 FURTH IM WALD - HOHENBOGENWINKEL
 Stadtplatz 4 · 93437 Furth im Wald
 Tel. 099 73 / 509 - 80 · tourist@furth.de
 www.bayerischer-wald-ganz-oben.de



IMKERVEREIN LAMER WINKEL

TRADITION IN UNSERER HEIMAT

Der Blick über den Tellerrand hinaus
Imker Tomas Jaluvka holt sich auch Erfahrungen aus dem italienischen Sizilien.



Imker Tomas Jaluvka.

Honig aus dem Lamer Winkel.



Die Wurzeln des Imkervereins im Lamer Winkel reichen bis ins Jahr 1937 zurück, als die Reichsfachgruppe Imker e. V. Lam-Lohberg gegründet wurde.

1979 kam es zum Zusammenschluss bzw. zur Neugründung des Imkervereins Lamer Winkel, bestehend aus dem Vereinen Arrach, Hohenwarth, Lam und Lohberg. Vom Wandel der Zeit wurde nicht nur das Vereinsgeschehen, sondern auch die Arbeit der Freizeitimker erfasst. Einer aus ihrer Mitte, Tomas Jaluvka aus Lohberg, ist erst seit rund drei Jahren Mitglied, nachdem er von Tschechien nach Deutschland übersiedelte und in Lohberghütte ein Haus kaufte.

„Mit Bienen habe ich zu tun seit ich sieben Jahre alt bin“, erzählt der 58-jährige, der seine Bienenvölker am Bramersbach und in Altlohberghütte stehen hat. Mit seinen Glasscheiben obenauf hat er ein etwas anderes System, betont der Wahllohrberger, der sich gut in Deutsch verständigen kann. Zu seinem Hobby kam er durch seinen Onkel, bei dem er stets mitgeholfen hatte. „Bienenstöcke reparieren u.s.w. – die ersten zehn Jahre eigentlich immer nur Arbeit“, lacht Tomas Jaluvka. Dennoch sprang der Funke der Leidenschaft über und mittlerweile summierten sich 50 Jahre Erfahrung, in denen er sich viel Wissen angeeignet hat. „Die Bienen orientieren sich nach Sonne und Mond“, weiß Jaluvka, der auch eine Praxis für Sportmassagen betreibt.

Wichtig ist für den Wahllohrberger der Austausch mit Gleichgesinnten, am liebsten mit seinem Freund in Sizilien. Dort ist die Temperatur konstanter. Jedoch kämpfen die Imker nahezu mit denselben Problemen, wie der Varroamilbe, Schimmel oder Verluste im Winter. In Sizilien gibt es eine 2000 Jahre alte Rezeptur für Propolis. Deshalb lässt er seine Tropfen bei seinem Freund machen. „Bei schönem Wetter weiß mich meine Frau gut bei den Bienen aufgehoben. Bei schlechterer Witterung renoviere ich das Haus“, erläutert er seine Zeiteinteilung, mit der das Familienleben gut funktioniert. Beides beherrscht er gut, wie ein Blick ins Hausinnere beweist.

Tomas bei seinen Bienenvölkern.

Ein Honigjahr im Zeitraffer

Die Bienen haben einen Jahreszyklus, der von klimatischen Bedingungen der Umgebung abhängig ist. Nachgefragt bei Freizeitimkerin Maria Seidl, die ihr Hobby bereits über 25 Jahre betreibt: „Prinzipiell ist das Bienenjahr immer gleich, kann sich aber um Wochen je nach Wetter und Volksentwicklung verschieben.“ Um die richtigen Zeitpunkte für die nötigen Arbeiten am Bienenstock zu treffen, muss der Imker die Natur und die Bienenvölker beobachten. Im Gegensatz zur Feldwirtschaft, wo der Jahreszyklus mit dem Frühjahr beginnt, starten die Imker die Jahresrechnung im Sommer, wenn die Bienen schwärmen und so ein Jungvolk entsteht.

„Bienen bauen Waben aus Wachs, in denen sie ihren Nachwuchs aufziehen und Honig sowie Pollen lagern“, schildert Maria Seidl. Der Honig dient als Energiequelle und liefert dem Bienenkörper sozusagen das Heiz- und Betriebsmaterial. Der eiweißreiche Blütenstaub bietet dem wachsenden Bienenkörper die Baustoffe. „Der Imker hängt die Mittelwände in den Stock, die die Bienen dann ausbauen“, beschreibt sie eine der anfallenden Arbeiten. Wenn die Menschen ihre Zeit im August meistens noch im warmen Sommerurlaub verbringen, beginnen die Bienen bereits mit ihren Vorbereitungen auf die Winterzeit. Im August schlüpfen die sogenannten Winterbienen. Diese werden von ihren Artgenossinnen besonders intensiv gepflegt, denn je mehr Bienen überwintern, umso leichter ist es in der kalten Jahreszeit, Wärme im Bienenstock zu erzeugen. Während dieser Zeit legen die Arbeiterinnen die letzten Honigvorräte des Sommers für den Winter an.

Ab Oktober wird es für die Bienen zu kalt, und sie verlassen ihren Bienenstock so gut wie gar nicht mehr. Je weiter die Temperatur absinkt, umso dichter rücken die Bewohner zusammen und bilden eine Wintertraube. Im Zentrum befindet sich die Bienenkönigin. Fällt die Temperatur im Bienenstock unter 10 Grad Celsius, zittern sie den Stock für mindestens einen Tag lang warm. Dazu klinken sie ihre Flügel gewissermaßen aus, damit sie nicht abheben und erzeugen mit ihrer Flugmuskulatur ein Muskelzittern. Der Bienenstock kann sich somit sogar bis auf über 30 Grad aufheizen. Sobald es draußen wärmer als 10 Grad ist, beginnen einige Arbeiterinnen den sogenannten Reinigungsflug und entsorgen dabei die Exkremente aus ihrem Darm, die sich

dort im Laufe des Winters angesammelt haben. Und wenn die fleißigen Nutztiere erstmal ausschwärmen, unternehmen sie die ersten Erkundungsflüge. Ab März wird es wieder so langsam lebendig im Bienenstock. Die Winterbienen sterben und werden durch junge Sommerbienen ersetzt. Arbeiterinnen machen sich auf die Suche nach Futterquellen – schließlich müssen sie die Königin mit ausreichend Nahrung versorgen, denn in dieser Phase beginnt das Oberhaupt des Bienenvolkes mit der Eiablage, die Energie benötigt. In dieser Zeit erreicht die Entwicklung des Bienenvolkes ihre Blütezeit. Die Suche nach Trachtquellen läuft auf Hochtouren, und das Bienenvolk zieht eine neue Königin und neue Drohnen heran. Das Bienenvolk hat sich in dieser Zeit stark vermehrt, sodass es langsam zu eng im Bienenstock wird. Der Bienenstaat teilt sich in dieser Phase, indem die alte Königin mit einem Teil ihres Volkes ausschwärmt und einen neuen Standort für den Bienenstock sucht.



Maria Seidl ist seit über 25 Jahren Freizeitimkerin und gewährt auch gerne Kindern Einblick in ihr Hobby.

Bereits bei der Entnahme der Honigwaben muss man darauf achten, dass der Honig nicht zu früh geerntet wird. „Reifer Honig wird von den Honigbienen verdeckelt. Die Honigmacherinnen versehen dabei die Zellen mit einem Deckel aus Bienenwachs“, bemerkt die Insiderin. Vor dem Schleudern müssen die Zellen wieder geöffnet werden. —

TEXT Maria Frisch



GESUNDHEITS WANDERN WAS STECKT DAHINTER?



GESUNDE FREIZEIT

Stephan Jarosch
warnt vor Bewegungsmangel.
Sitzen ist das neue Rauchen.

Stephan Jarosch ist Diplom-Sportwissenschaftler, Sporttherapeut, Übungsleiter-Lizenz-Inhaber und zertifizierter Gesundheitswanderführer.

Als Leiter eines ambulanten Reha-Zentrums bekommt er viel mit, welche Probleme den Leuten auf den Nägeln brennen: Gelenke, Bandscheibe oder das Herz-Kreislaufsystem. „Das Erschreckende daran ist, dass die Damen und Herren mit chronischen Problemen tendenziell immer jünger werden“, schildert der Fachmann.

Als er vor über 30 Jahren begonnen hatte, therapierte er bei den Patienten Bandscheiben im Alter von 55 plus. „Mitterweile kommen 20-, 30-, 40-jährige mit ramponierten Gelenken, Wirbelsäulen und Beschwerden am Herz-/Kreislaufsystem“, zählt Jarosch auf. Allerdings haben sie noch 25 Jahre Berufszeit vor sich. 60 Prozent der 12- bis 18-jährigen weisen gravierende Haltungsschäden auf. In der Regel fängt es bei muskulären Problemen an, ohne dass die Wirbelsäule Schaden genommen hat. „Aber in dem Altersbereich sind durchaus welche dabei, bei denen die Wirbelsäule Formveränderungen aufweist, zum Beispiel mit ausgeprägtem Rundrücken oder sonstigen Veränderungen“, berichtet Jarosch. Alarmierend sei, dass 40 Prozent der Grundschüler schon über regelmäßige Rücken- und Kopfschmerzen klagen.



Gesundheitstreff im fitalPARC im Panorama-Park Lam.

Relativ einfach gegensteuern

Mit dem Gesundheitswandern will der Fachmann eine Alternative aufzeigen, wie man relativ einfach und gezielt dagegen steuern kann. Die Statistik belegt: Fast die Hälfte Männer und Frauen haben am Tag nur mehr ein bis zwei Kilometer Wegstrecke zu Fuß zurückzulegen. 50 Prozent klagen über negativen Stress. „Bewegungsmangel und Stress haben eine gravierende Auswirkung auf die Gesundheit“, warnt Jarosch. Vor 500.000 Jahren waren die Menschen Jäger und Sammler und legten tagtäglich 20 bis 40 Kilometer zu Fuß zurück. Das Gejagte und Gesammelte wurde frisch und ausgewogen verzehrt, bevor man sich zur Erholung und zum Schlaf in die Höhle zurückgezogen hat. Die biologische Struktur sei immer noch dieselbe, aber der Lebensstil habe sich durch bequeme Fortbewegungsmittel komplett verändert. „Wir brauchen unbedingt einen Ausgleich“, bringt es der Sporttherapeut auf den Punkt und zeigt die Fehlentwicklung an der Körperstatur auf. Seit sechs Millionen Jahren gebe es Menschen. „Wir sind die erste Generation, die das Minimum an körperlicher Aktivität chronisch unterschreitet“, spricht der Sportwissenschaftler Klartext.



Stephan Jarosch verrät gerne Tipps, wie das Büro ein Fitnessraum wird.



Die Landschaft des Lamer Winkels ist perfekt geeignet für gesunde Bewegung.

Das tägliche Sitzen eines Durchschnittserwachsenen pendelt sich zwischen acht und 14 Stunden ein. Das Gesundheitsrisiko lasse sich bei diesen „Patienten“ zwar durch Sport verringern, aber nie ganz kompensieren. „Sitzen ist sozusagen das neue Rauchen.“ 60 Prozent sind vom Thema Bewegungsmangel betroffen. Bei Dauersitzen erhöht sich auch das Risiko von Krebs und Diabetes Typ 2, das in China durch den steigenden Wohlstand explodiert. Die Langzeitstudien liefern hierüber relativ verlässliche Aussagen. „Wir haben Probleme mit der Ernährung und der Muskelentspannung. Regelmäßige Atemübungen und autogenes Training würden helfen, was jedoch so gut wie keiner macht.“

Bewegung hilft auf alle Fälle

„Die gute Nachricht ist, dass die Bewegung auf alle Fälle hilft“, so der Sportwissenschaftler. Der Kern jeder Reha sei Bewegungstherapie. Regelmäßiger Sport verringert das Sterblichkeitsrisiko um 30 Prozent. Die Konsequenz aus dieser Erkenntnis: „Wir brauchen eine geeignete Bewegungsform, um der negativen Tendenz unseres technisierten Lebensstils entgegenzuwirken.“ Dabei sei man auf das Gesundheitswandern gestoßen. Die FH Osnabrück hat das Projekt wissenschaftlich begleitet. Eine wöchentliche Tour mit eineinhalb bis zwei Stunden, angeleitet durch einen zertifizierten Gesundheitswanderführer stärke das Immun- und das Herz-Kreislaufsystem, fördere und verbessere Muskulatur, Ausdauer und Kondition, unter der man die Ermüdungswiderstandsfähigkeit, Ermüdungstoleranz, rasche Regenera-

tion, Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Schnelligkeit verstehe. Gesundheitswandern diene auch der psychosozialen Gesundheit, weil man mit anderen zusammen ist und Spaß hat. „Das Ziel ist, dass die Beteiligten lebenslanglich selber gesundheitsorientierte Aktivitäten betreiben.“

Positive Begleiterscheinungen sind die Verringerung des Körpergewichts, der maximalen Herzfrequenz und des Blutdrucks. Wenn die Muskulatur intensiv arbeiten muss, werden hormonähnliche, körpereigene Botenstoffe freigesetzt. Diese Entzündungshemmer verbessern auch den Stoffwechsel, bauen das gefährliche weiße Fett ab und stärken das Immunsystem. Es wird das Wachstum von neuen Nervenzellen gefördert, Neuronen und Synapsen vor dem Verfall geschützt und das Erinnerungs- und Lernvermögen verbessert. „Das ist eine Präventionswirkung vor Demenz oder Alzheimer. Zumindest wird deren Verlauf deutlich verlangsamt.“

Gesundheitswanderer haben ein verbessertes Körpergefühl, sind leistungsfähiger sowie belastbarer im Alltag und Beruf. Es wirkt auf die Gesamtpersönlichkeit. Ein Paket umfasst zehn Einheiten – verteilt auf zehn Wochen. Hierbei wird Wandern mit entsprechenden Bewegungsübungen kombiniert, die man 1:1 in den Alltag einbauen kann. Zielgruppen sind Bewegungs- und Wander-Wiederbeginner genauso wie Fitness- und Gesundheitssportler. Für zertifizierte Kurse erhält man bei 80 Prozent Teilnahme von der Krankenkasse 75 Euro wieder zurück. Der Eigenanteil ist relativ gering. — TEXT Maria Frisch

SO FINDEN SIE UNS:
 Kaufhaus LEMBERGER // Arberstr. 6 // D-93462 Lam
 Telefon: 09943-9409-0 // www.kaufhaus-leMBERGER.de

LEMBERGER
 Das freundliche
 Kaufhaus
 Im  von Lam



regionale Köstlichkeiten
 für Sie selbst
 oder als Geschenk



aktuelle Kollektionen
 für Sie, Ihn und
 die kleinen Großen

**Shoppfen Sie bei
 uns nach Herzenslust**

in unseren vielseitigen Abteilungen:
 Mode, Lebensmittel, Geschenke, Postservice:

LEMBERGER - das kleine Kaufhaus
 mit der großen Auswahl

Öffnungszeiten-Kaufhaus: Mo.-Fr.: 07:00-19:00, Sa.: 07:00-14:00
 Öffnungszeiten-Mode: Mo.-Fr.: 09:00-19:00, Sa.: 09:00-14:00

HERZLICH WILLKOMMEN GUTSCHEIN
 Zusammen mit der Gästekarte
 erhalten Sie bei uns eine
 kleine Überraschung.
 Wir freuen uns
 auf Sie!

die
Gläsernen Gärten
 von Frauenau

Tourist-Information Frauenau
 Am Museumspark 1 • 94258 Frauenau • 09926-7979001 • www.frauenau.de

VON DER ANTIKE BIS ZUR GEGENWART
**EINE REISE
 MIT DEM GLAS**

**GLAS
 MUSEUM
 FRAUENAU**



STAATLICHES MUSEUM ZUR
 GESCHICHTE DER GLASKULTUR
 Am Museumspark 1
 94258 Frauenau
glasmuseum-frauenau.de

Das Glasmuseum Frauenau nimmt Sie mit auf eine Reise durch die Geschichte des Glases, von der Erfindung des Werkstoffes bis hin zur maschinellen Glasproduktion der Gegenwart. Sie tauchen ein in die Arbeitswelt der Glashütten und entdecken die Glaskunst der Moderne. Erleben Sie die Magie der Gläsernen Gärten mit 30 imposanten Großskulpturen internationaler Künstler.



MO: Geschlossen
 DI - SO: 9 - 17 Uhr

Arrach

Spielplatz im Seepark

ADRESSE - LAGE Regentalstraße in Arrach gegenüber Aral Tankstelle

GERÄTE Kletterturm mit Hängebrücke, Schaukeln und Rutsche, Seilrutsche, Kletterwand und Kletterfelsen „Rauchröhren“, Nestschaukel, Sandbecken, Schaukeltiere, Relaxliegen und Sitzbänke
SONSTIGES in unmittelbarer Nähe: öffentliche Badestelle, Beachvolleyballplatz, Café „D'Hoamat“, Erlebnisminigolf, Kneippbecken, Barfußpfad, öffentliches WC direkt beim Spielplatz

Spielplatz in Ottenzell

ADRESSE - LAGE Hohenwarther Straße bei der Bushaltestelle

GERÄTE Schaukel, Rutsche, Kletterelemente, Schaukeltier, Sitzbank

Spielplatz in Haibühl

ADRESSE - LAGE Schellenfelderstraße in Haibühl

GERÄTE Doppelschaukel, Schaukelmotorrad, Wippe

Spielplatz in Arrach (Ortsmitte)

ADRESSE - LAGE Lamer Straße in Arrach gegenüber der Bushaltestelle

GERÄTE Doppelschaukel, Klettergerüst, Wippe, Sitzbank

SONSTIGES in der Nähe: Tourist-Info Arrach, öffentliches WC bei der Tourist-Info

Spielplatz in Arrach

ADRESSE - LAGE St.-Leonhard-Straße in Arrach

GERÄTE Doppelschaukel, Klettergerüst, Rutsche, Wippe, Schaukelauto, Sitzbank

SONSTIGES in der Nähe: Tourist-Info Arrach, öffentliches WC bei der Tourist-Info

Lam

Spielplatz im Panorama-Park

ADRESSE - LAGE Zufahrt über Ortsmitte Lam Kinogasse

GERÄTE Schaukeln, Kletterturm mit Rutsche, Sandkasten, Wippe, Nestschaukel, Schaukeltiere, Trampolin, Sitzbänke

SONSTIGES in unmittelbarer Nähe: das Bett und die Bank des „Osserriesen“, FitalParc, öffentliches WC direkt beim Spielplatz

SPIELPLÄTZE im Lamer Winkel

Lam

Wasserspielplatz am Bahnhof

ADRESSE - LAGE Gaberlsägstraße beim Bahnhof Lam

GERÄTE Wasserpumpe, Wasserspieltisch, Wasserauffangbecken

SONSTIGES öffentliches WC beim Bahnhof

Spielplatz im Osserbad

ADRESSE - LAGE im Freibadbereich vom Osserbad Lam

GERÄTE Schaukel, Sandkasten, Schaukeltiere, Wippe

SONSTIGES Zutritt nur in Verbindung mit Eintritt ins Osserbad Lam möglich

Holzweg mit Spielstationen

ca. 2 km langer, kinderwagengerechter Lehrpfad

ADRESSE - LAGE Ortsteil Lambach

SPIELSTATIONEN Tic Tac Toe, Klangspiel, Tierweitsprung, Würfelmemory

SONSTIGES Quiz zum Holzweg lösen und Geschenk in der Tourist-Info Lam abholen

Lohberg

Spielplatz Lohberg beim Minigolfplatz

ADRESSE - LAGE Schulweg in Lohberg

GERÄTE Schaukeln, Kletterelemente, Balancierbalken, überdachte Sitzmöglichkeit

Sonstiges: in unmittelbarer Nähe: Minigolf, roter Sportplatz mit Basketballkörben

Spielplatz Lohberghütte

ADRESSE - LAGE Schwarzecker Weg in Lohberg

GERÄTE Kletterturm, Schaukeln, Drehkarussell, Sitzbänke

Spielplatz im Tierpark

ADRESSE - LAGE im Bayerwald Tierpark Lohberg

GERÄTE Kletterturm mit Hängebrücke und Rutsche, Nestschaukel, Balancierbalken, Sandkasten, Wasserspielanlage, Sitzbänke

Lohberg

SONSTIGES Kiosk gleich nebenan, Zutritt nur in Verbindung mit Eintritt in den Tierpark möglich

Beachvolleyballfeld am Huberweiher

ADRESSE - LAGE Postweg in Lohberg

GERÄTE Kletterturm mit Hängebrücke und Rutsche, Schaukeln, Nestschaukel, Balancierbalken, Sandkasten, Wasserspielanlage, Sitzbänke

SONSTIGES direkt am Badeweiher, Kneippbecken, WC (nur bei Badebetrieb geöffnet)

Auf den Bergen

Berghaus Sonnenfels

ADRESSE - LAGE 20 Minuten Fußmarsch ab Brennes

GERÄTE Kletterturm mit Rutsche, Schaukeln, Nestschaukel, Balancierbalken, Sandkasten, Wasserspielanlage, Sitzbänke

Spielplatz bei der Eisensteiner Hütte

ADRESSE - LAGE bei der Bergstation am Großen Arber; nur zu Fuß oder mit der Gondelbahn erreichbar

GERÄTE Spielareal mit diversen Klettergeräten, Schaukel, Rutsche, Wippe, Seilrutsche

Spielplatz beim Gasthaus zur Gondelbahn

ADRESSE - LAGE bei der Talstation an der Gondelbahn

GERÄTE Kletterturm mit Rutsche, Schaukel und Balancierelementen

Spielplatz bei der Schareben Berghütte

ADRESSE - LAGE direkte Anfahrt nur über Drachselsried möglich, ansonsten zu Fuß über verschiedene Wanderwege

GERÄTE Kletterturm mit Rutsche, Schaukeln, Sandkasten, Wippe, Sandkasten, Sitzbänke

SONSTIGES Kneippbecken in 100 Meter Entfernung



Tippreise



Spielplatz am Großen Arber

Osserriesenbank



Station am Holzweg



Wasserspiel im Bayerwald-Tierpark



SPIELPLÄTZE IM LAMER WINKEL FREIZEIT

Wasserspielplatz am Bahnhof Lam



Spielplatz beim Berghaus Sonnenfels



Beachvolleyball am Huberweiher



Kletterwand und Seilrutsche im Seepark Arrach



Spielplatz im Panorama-Park Lam

Woid Wander Woche 2024

„bayerisch-böhmisch“

19. – 25. August 2024 Das ganze Programm im Überblick

Montag, 19. August

- 08:40 **Im Land der Künischen Freibauern von Hamry (CZ) zum Osser** 12 km / Dauer ca. 6 Std. / anspruchsvolle Tour
- 20:00 **Naturschönheiten am ehemaligen Eisernen Vorhang** Vortrag im Gasthof Stöberl / Dauer ca. 1 Stunde

Dienstag, 20. August

- 08:00 **Tagesfahrt nach Prag mit dem Reisebus** (kostenpflichtig) Lernen Sie bei einer Stadtführung die „Goldene Stadt“ Prag kennen. Anmeldung beim Reisebüro Wenzl / TEL 09924/7015
- 08:40 **Tief drin im Böhmerwald – der Teufelssee** 16 km / Dauer ca. 6 Stunden / mittelschwere Tour
- 09:00 **Zum Naturkino auf's Zwercheck** 10 km / Dauer ca. 6 Stunden / anspruchsvolle Tour
- 10:00 **Spielegerisch auf den Hausberg Osser (Familienwanderung)** 5 km / Dauer ca. 3 Stunden leichte – mittelschwere Tour

Mittwoch, 21. August

- 07:45 **Tagesfahrt nach Krumau mit dem Reisebus** (kostenpflichtig) Entdecken Sie Krumau – das Renaissance-Juwel Tschechiens / Anmeldung beim Reisebüro Wenzl / TEL 09924/7015
- 08:00 **Tagesfahrt nach Pilsen mit dem Reisebus** (kostenpflichtig) Lernen Sie bei einem geführten Rundgang die westböhmische Bierstadt Pilsen kennen Anmeldung beim Reisebüro Wenzl / Tel.: 09924/7015
- 09:30 **Mit dem BöhmerwaldCourier von Bayerisch Eisenstein nach Klattau** (kostenpflichtig) Mit der Bahn vom Bayerischen Wald durch den Böhmerwald in die böhmische Stadt Klattau / mit Reisebegleitung / Anmeldung in der Tourist-Info Bayerisch Eisenstein TEL 09925-9019001
- 09:50 **Durch die Heimat des Osser-Riesen: Vom Tanneneck zum Osser** 16 km / Dauer ca. 6 Std. / anspruchsvolle Tour
- 15:00 **Bayerisch-böhmische Geschichten im Wallfahrtsmuseum** Führung durch das Spezialmuseum im alten Pflegs Schloss von Neukirchen b. Hl. Blut mit Besuch der Ausstellung „einfach schön und gut – Produkte traditionellen Handwerks aus dem Landkreis Cham und der Region Klatovy“; Kosten: 4,00 €
- 17:00 **Märchenstunde mit tschechischen Märchen** (auf Deutsch erzählt) Kommt mit auf eine Reise in die Märchenwelt unseres Nachbarlandes Tschechien ...

Donnerstag, 22. August

- 08:00 **Tagesfahrt nach Prag mit dem Reisebus** (kostenpflichtig) Lernen Sie bei einer Stadtführung die „Goldene Stadt“ Prag kennen. Anmeldung beim Reisebüro Wenzl TEL 09924/7015
- 10:00 **Auf Schmugglerpfaden zum Osser** ca. 13 km / Dauer ca. 5 Stunden / anspruchsvolle Tour
- 10:00 **Goldsteig-Schnuppertour - Die Erlebnistour im Bayerischen Wald** ca. 14 km / Dauer ca. 6 Stunden anspruchsvolle Tour
- 15:00 **Führung durch den „Baumzeichenwald“** Lerne dein persönliches Baumzeichen aus dem keltischen Baumzeichenkreis kennen / Dauer: ca. 1 Stunde
- 19:30 **Bayerisch-Böhmischer Abend im Seepark in Arrach** Mit den Regensburger Wirtshausmusikanten, einer tschechischen Musikgruppe, bayerischen und tschechischen (Kinder-)Tanzgruppen und den Lohberger Schuhplattlern erleben Sie einen kulturellen Abend. Dazu werden bayerische und böhmische Speisen und Bierspezialitäten serviert.

Freitag, 23. August

- 08:40 **Ausflug nach Nyrsko (CZ) mit Wanderung zur Burgruine Pajrek** Mit dem Wanderbus fahren wir in unser Nachbarland. In Nyrsko erwartet Sie Ihre Reiseleitung. Nach einer kleinen Besichtigung in Neuern wandern wir zur ca. 4 km entfernten Burgruine Pajrek. 16:40 Uhr Rückfahrt mit dem Bus ab Nyrsko nach Lam.
- 14:00 **Lesung Kinderbuch „Die Zauberbäume“ zum Thema Mauerfall (deutsch-tschechisch)** im Panorama-Park in Lam / Dauer: ca. 1 Stunde
- 19:00 **Sonnenuntergangswanderung zum Osser** ca. 5 km / Dauer ca. 3 Stunden / mittelschwere Tour

Samstag, 24. August

- 08:40 **Grenzsteig Künisches Gebirge – vom Zwercheck zum Osser** ca. 16 km / Dauer ca. 6 Stunden / anspruchsvolle Tour
- 11:10 **Ausflug nach Klattau** Abfahrt mit dem Wanderbus am Bahnhof Lam in Richtung Klatovy / Kostenlose Stadtführung in Klatovy mit Reiseleitung (ohne Eintritte) ca. 15:30 Uhr Rückfahrt mit dem Bus nach Lam

Sonntag, 25. August

- 05:30 **Sonnenaufgangswanderung zum Großen Osser** gegen Bezahlung: Frühstück im Osserschutzhaus möglich ca. 5 km / Dauer ca. 3 Stunden / mittelschwere Tour
- 11:00 **Standkonzert der Thürnsteiner Blaskapelle am Marktplatz in Lam**
- 19:00 **Autorenlesung „Wörterbuch Bairisch-Deutsch-Tschechisch“** mit musikalischer Begleitung und böhmischen Golatschen im Pavillon beim Osserbad



DAS KÜNISCHE GEBIRGE

Historisch bezieht sich der Begriff „Künisches Gebirge“ auf den böhmischen Grenzwald „Kralovský Hvozd – Königlicher Wald“, zugleich das Siedlungsgebiet der „Künischen Freibauern“. Geographisch betrachtet wird das Künische Gebirge als der Gebirgskamm zwischen

dem Osser und dem Zwercheck definiert. Das Künische Gebirge steht damit sowohl für ein Gebiet als auch für eine gemeinsame Vergangenheit.



Krumau in Tschechien



Böhmische Tanzgruppe



Die „goldene Stadt“ Prag

Während der „WoidWanderWoche“ haben Teilnehmer die Möglichkeit, die faszinierende Grenzregion zwischen Bayern und Böhmen zu entdecken und dabei die kulturelle Vielfalt sowie die geschichtliche Verbundenheit beider Länder zu erleben.

Neben dem Wandern bietet die „WoidWanderWoche“ auch ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm mit **kulturellen Veranstaltungen, Musikdarbietungen und kulinarischen Genüssen**. Hier können die Teilnehmer die Gastfreundschaft der Einheimischen erleben und in gemütlicher Atmosphäre die **Besonderheiten dieser grenzüberschreitenden Region** kennenlernen.

Die WoidWanderWoche „bayerisch-böhmisch“ im Künischen Gebirge und Lamer Winkel ist somit nicht nur eine Gelegenheit, die Schönheit der Natur zu erleben, sondern auch eine Reise durch die Geschichte und Kultur zweier eng miteinander verbundener Regionen. Sie bietet ein unvergessliches Erlebnis für alle, die gerne aktiv sind und offen sind für neue Begegnungen und Eindrücke.

INFORMATIONEN

- für alle Veranstaltungen ist aus organisatorischen Gründen eine Anmeldung erforderlich
- kurzfristige Programmänderungen behalten wir uns vor
- Anmeldung in den Tourist Infos oder online möglich
Tourist Info Arrach, TEL 09943/1035
Tourist Info Lam, TEL 09943/777
Tourist Info Lohberg, TEL 09943/941313
- den Flyer mit allen ausführlichen Informationen gibt es in den Tourist-Infos oder bei Ihrem Gastgeber

WEITERE AUSFLUGSTIPPS INS NACHBARLAND TSCHEDIEN

- Ausflugsberg Spicak – Seilbahn und Aussichtsturm
- Mit der Bimmelbahn von Böhmischem Eisenstein (Železná Ruda) zum Schwarzen See (Černé jezero)
- Burg Karlsberg (Kasperk) – gotische Burg
- Burg Schwihau (Svihov) – Drehort Drei Nüsse für Aschenbrödel
- Klattau (Klatovy) mit Katakomben, Schwarzen Turm und „Barock-Apotheke“
- Verschwundenes Dorf Grafenried bei Waldmünchen
- Nationalparkmuseum Rehberg (Srni) mit Wolfsgehege
- Offpark Schüttenhofen (Susice) – Raften, Paintball und Klettern, ...
- Taus (Domažlice) mit Chodenturm

TSCHEDIISCHE SPEZIALITÄTEN

Folgende Restaurants bieten in der „WoidWanderWoche“ tschechische Gerichte an:

- Hotel Sonnblüch in Lam
- Gasthof Kirchenwirt in Lam
- Gasthof Meindl in Arrach
- Restaurant „Lux & Fux“ in Lohberg

FAMILIEN BIKE PARK

TEXT Maria Frisch



FREIZEITAKTIVITÄTEN

Am Großen Arber entsteht der erste TÜV-geprüfte Familien-Bikepark in Deutschland

Wanderer und Biker kommen sich nicht in die Quere. Mit dieser Neuerung werden die bestehenden Anlagen auch für den Sommerbetrieb genutzt.

Was sich wie Zukunftsmusik anhört, soll im Jahr 2024 am Großen Arber von der Genehmigungs- in die Umsetzungsphase einsteigen.

„Wir waren in den vergangenen Monaten in Sachen Sommerprojekte fleißig am Planen“, bestätigt der stellvertretende Betriebsleiter Thomas Eckl. In den letzten beiden Jahren wurde versucht, ein in sich schlüssiges Konzept zu erstellen. „Es ist gar nicht so leicht,

auf einem Berg für die verschiedenen Zielgruppen all das unterzubringen und dabei jeden Widerspruch auszuschließen“, beschreibt Thomas Eckl die Überlegungen.

Man habe sich viel in der Praxis angesehen und beschlossen – die Genehmigung vorausgesetzt – einen Mountainbikepark am Arber zu errichten. Im Idealfall sogar noch in diesem Jahr. Dabei dachten die Denker und Lenker vom Bayerwaldkönig von Anfang an

keinen klassischen, sondern einen Familien-Bikepark. „Wir wollen keine Extrem-Downhill-Biker zu uns herlotsen“, bekräftigt der stellvertretende Betriebsleiter. Das Ganze wird sich zunächst auf dem Thurnhofareal und im ArBär-Kinderland abspielen, das momentan im Sommer nicht genutzt wird. Das Streckennetz würde sich im Wald bis zur Sonnenhang-Sesselbahn ziehen. Gedacht ist es für den Breitensport, wobei jeder abfahrtsorientierter Mountainbiker eine Spaßarena vorfinde, die jedoch insgesamt Familien mit Kindern genauso anspreche. „Deshalb gibt es dort blaue Strecken, angelehnt an die Familienpisten, sowie einzelne rote, die auf Fortgeschrittene zugeschnitten sind“, erklärt Eckl. Die Vorgehensweise soll sich an den Bau eines Skigebiets – vom Thurnhof bis an den Sonnenhang – orientieren. Das Klientel der Skifahrer spiegelt sich in diesem Fall in jenem der Biker wider.

Die Eingriffe sind relativ gering. Die Verantwortlichen der Arber-Bergbahn haben sich genau informiert und angesehen, was beim Streckenbau zu beachten sei. Das Netz wurde bereits im Sommer letzten Jahres trassiert. Man arbeite mit der versierten Firma „Trailtech“ zusammen, die in der Branche und auch naturschutzfachlich einen sehr guten



Der Flowtrail



Kinderland-Trail



Kinderlandaufstieg

Ruf genieße. Oberste Priorität habe „die Abfahrt durch den Wald und nicht über eine gerodete Fläche“. Es werde mit den natürlichen Gegebenheiten gebaut und das Vorhandene integriert, das heißt, jede Erhebung bzw. die Steine belassen. „Es wird keine Rodung geben, im Höchsthfall Einzelentnahmen, wenn es streckentechnisch nicht anders geht“, betont Thomas Eckl, dass ihm diese Philosophie sehr wichtig ist. Das junge Team der Arber-Bergbahn hat sich Strecken in Kärnten angesehen, die bereits fertig sind bzw. andere, die sich bei der Besichtigung aktuell im Bau befanden.

Thomas Eckl war begeistert, auf welcher kleinen Fläche man die Baustelle begrenzen kann. „Einer arbeitet mit dem Minibagger voran, ein anderer folgt ihm mit derselben Arbeitsschmaschine und dann kommt noch einer, der mit

einem Rechen zusammenputzt. Die Baustelle war nicht länger als wenige Meter.“ Natürlich werde man das Netz TÜV-zertifizieren lassen, so dass beim Bau bereits deren Maßnahmenkatalog zu beachten sei. „Die TÜV-Zertifizierung heißt nicht, dass sich niemand mehr wehtun kann, sondern dass das Verletzungsrisiko stark minimiert wird“, führt Thomas Eckl aus. Im ersten Bauabschnitt aktiviere man die Thurnhofschlepplifte. Dort hängt man die Lenker am Bügelsystem ein, um sich hinaufziehen zu lassen. In der ersten Instanz steuere man das Streckennetz unten, um zu sehen, wie es angenommen wird, genauso wie das Kinderland. „Die grüne Strecke ist noch leichter als die blaue. Da fahren dann die Kinder mit dem Laufrad – nur in der Wiese und auf einer glatten Erdbahn mit dem stets gleichen Kurvenradius“, erklärt Thomas Eckl.

Das Thurnhofstüberl öffnet seine Pforten. Anstelle des Skiverleihs möchten die Verantwortlichen einen Bikeverleih in Gang bringen. „Es ist die perfekte Nutzung der vorhandenen Infrastruktur. Beim Wegebau sind 90 Prozent bereits vorhanden“, macht Thomas Eckl bewusst.

Im zweiten Schritt plane man ab 2025, die Sonnenhang-Sesselbahn für den Bikepark zu nutzen. Sie bringe die Radfahrer hinauf. Wanderer und Biker kommen sich nicht in die Quere, indem die Bergbahn die Radfahrer kanalisiert. Es sei eine bessere Alternative als auf der Forststraße zu fahren. „Wenn diese Ausbaustufe erreicht ist, wären wir eines der ersten Skigebiete, die alle Anlagen für den Sommer- und Winterbetrieb nutzen“, freut sich Thomas Eckl. Die Naturschutzkartierung läuft seit dem Frühjahr 2023. ■



Ein Bikepark für die ganze Familie.



LAMER WIRTE Gemeinschaft

Bei den Lamer Wirten ...

am Fuße des Ossers der Stille der Natur lauschen, schöne Stunden erleben und mit allen Sinnen unsere kulinarischen Gaumenfreuden entdecken.

Vielfalt genießen



Dimpfl-Stadl
Bayerische Schmankele!

Freitags: verschiedene Schnitzel
Beilagen zur Auswahl **11,50€**

Samstags: Haxentag
Schweins- oder Kalbshaxen aus dem Holzofen

Sonntags: Braten aus unserer Region

Ab 4 Personen buchbar und 1 Tag vorzubestellen:
Ripperl aus unserem Holzofen soviel Sie möchten, mit Semmeln und Brot. **p. Person 13,-€**

Raclette-Essen
mit dreierlei Fleisch, Fisch, Beilagen, Gemüse, Soßen uvm. **p. Person 15,-€**

Bier zum selber Zapfen
ideal für Geburtstagsfeiern etc. in kg/l erhältlich.

im Zimmerpreis zusätzlich enthalten:

- täglich kostenloser Eintritt im Osserbad Lam
- freie Fahrt mit Bus & Bahn
- kostenloses W-Lan
- Tiefgarage/Skikeller



Gasthaus Lemberger
Marktplatz 4 · 93462 Lam
Tel.: 0 99 43/13 50
E-Mail: info@dimpfl-stadl.info
Besuchen Sie uns doch auf Facebook oder auf unserer Internetseite:
www.dimpfl-stadl.info



Gasthof Metzgerei Stöberl
Wenn Sie uns finden, finden Sie uns gut!

Herzlich Willkommen in unserem Gasthof im Lamer Winkel!

- Handwerkliche Herstellung
- Regionale Rohstoffe Hauseigene Schlachtung
- Familiär und traditionell
- Das zeichnet unserem Gasthof mit Metzgerei aus!

Unsere Gästezimmer sind komfortabel und modern eingerichtet, sowie bequem per Lift erreichbar.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Gasthof Metzgerei Stöberl
Familie Stöberl
Rosengasse 4 · 93462 Lam
Telefon: 09943-94170
Fax: 09943-941744
www.gasthof-stoberl-lam.de



Ankommen, Abschalten, Aufatmen ...

Das Bayerwald
IHR WOHLFÜHLHOTEL

in Ihrem Landidyll Hotel „Das Bayerwald“

Ob bei einem Wohlfühlurlaub oder einer gesunden Fastenkur – Heilfasten nach Buchinger oder Schrothkur, erleben Sie einen Urlaub – natürlich mit Herz!

Unser Wohlfühlangebot für Körper und Geist

- Großes Hallenschwimmbad (13 m x 7,5 m)
- Guten-Morgen-Kaffee und tagsüber Tee im Badebereich
- Cardioraum mit hochwertigen TECHNOGYM-Geräten
- Whirlpool und Finnische Sauna im Freien
- Bio-Sanarium mit Lichttherapie
- Dampfbad, Infrarot-Wärmekabine
- Erlebnisduschen im Saunabereich
- Großzügige Park- und Gartenanlage mit Sonnenliegen und Bäumen
- Aktiv- und Entspannungsprogramm
- Gesundheitswochen

Gerne senden wir Ihnen ein individuelles Angebot zu. Wir freuen uns auf Sie!
Arberstrasse 73 · 93462 Lam · Tel. 09943.9530
info@das-bayerwald.de · www.das-bayerwald.de



LANDGASTHOF Postwirt
Bayerischer Wald – Lam Restaurant | Pension | Ferienwohnungen | Wellness

Natur und Genuss pur!

In unserem familiär geführten Landgasthof wird dies Wirklichkeit!
Genießen Sie einen schönen Landurlaub und vergessen Sie Ihre Sorgen vom Alltag. Lassen Sie die Seele baumeln und sich verwöhnen.

täglich reichhaltiges Frühstücksbuffet – Tischreservierung erforderlich

Landgasthof Postwirt · Gregor Brandl · Postwirtweg 10 · Frahels · 93462 Lam
Tel.: 09943/90 21 40 · Fax 902141 postwirt-lam@t-online.de · www.postwirt-lam.de

Bräukeller
HOTEL · PENSION · CAFE



Tages-Cafe am Marktplatz in Lam
geöffnet von 13 bis 17 Uhr

Außen-Terrasse · eigene Kuchen · Zimmer mit Süd-Balkon

Marktplatz 16 · 93462 Lam · Tel. 09943.512 Fax 3510
info@braeukeller-lam.de www.braeukeller-lam.de



Kirchenwirt
Rundum wohlfühlen

Verpassen Sie nicht unsere Pauschalen www.gasthof-kirchenwirt.de

Gäste	Zimmer	Wirtshaus
Einzel Zimmer	Doppel Zimmer	Wechselnde Tageskarte mit bayerischen Schmankele und kulinarische Ausflüge in die böhmische Nachbarsküche. Verwendung von regionalen Produkten und frische Zubereitung.
Balkon Zimmer	Familien Zimmer	Jetzt Reservieren: +49 (9943) 1345

Marktplatz 14 | 93462 Lam | Tel 09943-1345 | info@gasthof-kirchenwirt.de

Glücklich sein



SONNBICHL
HOTEL IM BAYERISCHEN WALD

FRÜHSTÜCKEN NACH HERZENSLUST

Frühstücksbuffet mit Gesundheitsecke 7.30 – 10.00 Uhr
16,00 € pro Person / Kinder bis 12 Jahre 8,00 €
18,00 € pro Person inklusive Glas Sekt
Tischreservierung erforderlich

WÖCHENTLICHE HIGHLIGHTS

Jeden Donnerstag ab 18.00 Uhr
Sonnbichl's italienisches Pasta Buffet

HUT-ESSEN

Das ultimative Grillvergnügen am Tisch
nur auf Vorbestellung

ÖFFNUNGSZEITEN – WARMER KÜCHE

Samstag, Sonntag und Feiertage	11.30 – 14.00 Uhr
Mittwoch, Donnerstag und Freitag	17.30 – 20.30 Uhr
Montag und Dienstag	Ruhetag

Lambacher Str. 31 · 93462 Lam · Tel. 09943-733 · www.sonnbichl.de



Hotel zur Post
LAM IM BAYERISCHEN WALD

... direkt am schönen Lamer Marktplatz



Komfortable Zimmer,
3 Fewos für 2 – 5 Personen



Große Restaurantterrasse

Regionale & saisonale Gerichte
Getränke aus der Heimat!

NEU E-Ladestelle
Etagenlift, Parkhaus,
täglich freier Eintritt ins
Lamer Osserbad

Achtsam, nachhaltig
und familiär

Familie Späth
Marktplatz 6 · 93462 Lam
Tel. 09943.9419-0 · Fax 3940
info@hotel-post-lam.de
www.hotel-post-lam.de

Kaitersberg Kammwanderung auf dem GOLDSTEIG



Tourdaten

- STRECKE Rundwanderweg
- LÄNGE 15 km
- SCHWIERIGKEIT anspruchsvoll

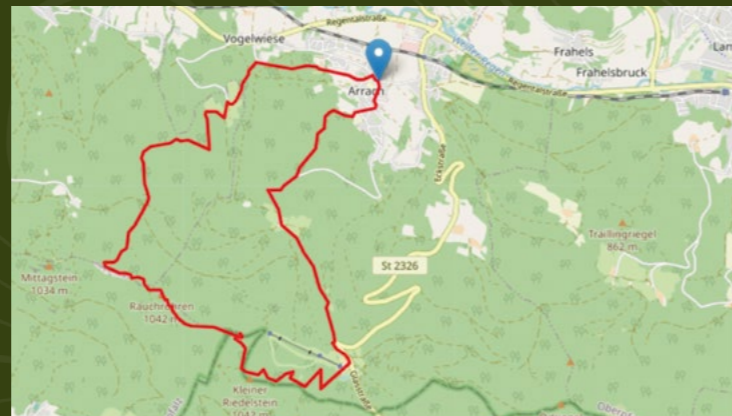
Start dieser landschaftlich reizvollen Wanderung ist in der Ortsmitte von Arrach. Zunächst erreicht man auf fast ebener Strecke den Ortsteil „Simmereinöd“ über den Wanderweg Ar06. Ab hier geht es stetig bergauf über die Hullereben zum Steinbühler Gesenke – eine Felsenformation am Kaitersbergkamm. Ab hier befindet man sich auf einem Teilstück des Prädikatwanderwegs „Goldsteig“ mit einer Länge von insgesamt 660 km. Oben am Kamm angekommen, erreicht man rechter Hand nach kurzer Zeit die Kötztlinger Hütte, wo man zur wohlverdienten Rast halten kann. Weiter geht es dann in Richtung Osten über die Felsen des Steinbühler Gesenkes zu den Rauchröhren (1.044 m). Die zwei mächtigen, fast 30 Meter Hohen Felsentürme zählen zu den schönsten und eindrucksvollsten Naturdenkmälern im Bayerischen Wald.

Die Bezeichnung „Rauchröhren“ geht auf den Dreißigjährigen Krieg zurück: als das Gebiet verwüstet wurde, flüchteten die Menschen aus den umliegenden Tälern in die Felsenwelt des Steinbühler Gesenkes, wo sie ihr Feuer zwischen den beiden Felstürmen – den Rauchröhren – entzündeten. Dort konnte der Rauch aufsteigen und sich verflüchtigen, ohne dass der Feind in den Tälern etwas davon wahrnahm.

Weiter führt der Weg zum Großen Riedelstein (1.134 m) – die höchste Erhebung des Kaitersberg. Geziert wird dieser Gipfel mit dem Waldschmidt-Denkmal, das einst zu Ehren des Heimatdichters Waldschmidt aufgestellt wurde. Die traumhafte Aussicht in die Täler sowie zum Osser, Hohenbogen und Arber laden nochmals zu einer kurzen Gipfelpause ein. Nun folgt der Abstieg in Richtung Ecker Sattel (Einkehrmöglichkeit beim Berggasthof Eck). Der Markierung Ar01 folgend gelangt man über das „Schwabenloch“ und den Ortsteil Eschlsaign wieder zurück nach Arrach.

Geführte Wanderung

- TOURNAME „GOLDSTEIG Schnuppertour“
- ANMELDUNG Anmeldung in den Tourist-Infos im Lamer Winkel erforderlich
- BEGINN 10 Uhr
- TERMINE 23. Mai, 20. Juni, 18. Juli, 22. August, 19. September und 17. Oktober
- ONLINE Alle Wanderwege im Lamer Winkel unter www.lamer-winkel.bayern



TOUREN-TIPPS

Panoramaweg Lam

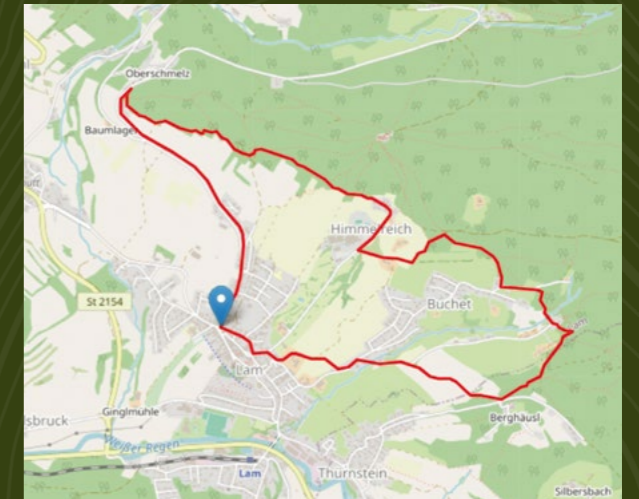
Entdecke die wunderschöne Natur des Lamer Winkels auf unserem ca. acht Kilometer langen Rundwanderweg. Die einfache Wanderung beginnt an der Tourist Info, direkt am Marktplatz von Lam. Von hier aus folgt man der Markierung La2 in die Lambacher Straße entlang des Gehweges bis nach Oberschmelz. Nach etwa einer halben Stunde Gehzeit verlässt man die Straße und biegt rechts ab. Ein schmaler Pfad führt am Waldrand entlang und eröffnet dem Wanderer immer wieder eine wunderschöne Aussicht auf die umliegenden Bayerwaldberge bis hin zum Großen Arber und den idyllischen Landschaften rund um den Luftkurort.

Gemütliche Sitzgelegenheiten laden ein, das Panorama und einen Moment der Ruhe zu genießen. Über die Ortsteile Himmelreich und Buchet, vorbei am stillgelegten Silber- und Flußspatbergwerk „Fürstenzeche“ führt der Panoramaweg nach Berghäusl. Dort angekommen schwenkt der Wanderweg rechts in einen Forstweg, der talwärts zurück in den Ort führt. Nach etwa 2,5 Stunden Gehzeit hat man dann den Ausgangspunkt wieder erreicht.



Tourdaten

- STRECKE Rundwanderweg
- LÄNGE 8 km
- SCHWIERIGKEIT leicht



Geführte Wanderung

- TOURNAME Lam's schönste Fleckerl in ECHT erleben
- ANMELDUNG Anmeldung in den Tourist-Infos im Lamer Winkel erforderlich
- BEGINN 9:30 Uhr
- TERMINE 2. April, 9. April, 7. Mai, 11. Juni, 9. Juli, 3. September, 24. September und 15. Oktober





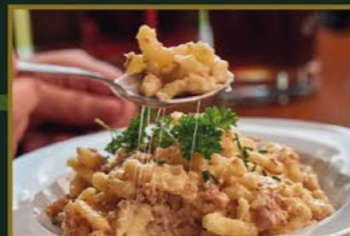
Berghaus Sonnenfels



Gut zu erreichen



Familienfreundlich



Bayerisch-deftig



Mitten am Arber

Der familienfreundliche Wandergasthof auf 1150 Meter am Großen Arber

Genießen Sie unsere deftigen bayerischen Gerichte, Bierspezialitäten sowie Kaffee und Kuchen auf unserer großen Sonnenterrasse mit herrlichem Blick auf die umliegenden Gipfel des Bayerischen Waldes. Für die Kinder gibt es selbstverständlich einen Spielplatz direkt am Waldrand.

Vom Parkplatz Brennes erreichen Sie uns zu Fuß in ca. 20 Minuten. Aus Bodenmais bringt Sie der Wanderbus bequem an den Fuß des Großen Arbers.

Ab Juli 2024 wieder geöffnet !

Das beliebte Wanderziel im Bayerischen Wald seit 1949

Sonnenfels 1 • 94252 Bayerisch Eisenstein ☎ 09925 / 1379

www.berghaus-sonnenfels.de

Der Wipfel der Gefühle



NEU ab Sommer 2024
Virtueller Rundflug über den Bayerischen Wald
im Bayerwald Flieger (echter Airbus A319)



WaldWipfelWeg • Waldturm
Barrierefrei bis in 52 m Höhe • traumhafte Aussicht



NaturErlebnisPfad
Mitmach-Stationen: Erleben, Lernen & Begreifen



Optische Phänomene
Spannender Pfad + Höhle – Auge sei wachsam!



Wald-Gaststube
Gaststube • Sonnenterrasse • Riesenspielparadies



Haus am Kopf
Erinnerungsfotos mit absoluter Lach-Garantie



Bayernweit
einzigartig

www.WaldWipfelWeg.de

**2x
Freizeit
SPASS**

SANKT ENGLMAR IM BAYERISCHEN WALD



**EINTRITT
FREI**

Das voglwuide Freizeitland!

Längste Achterbahn Bayerns,
Sommerrodelbahnen, Wasser-
Reifenrutsche, Motorik-Wiese,

Erlebnis-Turm (Abenteurgolf,
Megarutschen, Flying-Fox), Riesen-
Holzkugelbahn, Indoorhalle u.v.m.

www.sommerrodeln.de
Aktuelle Öffnungszeiten im Internet



WANDER TIPPS



FINDE DIE BESTEN TOUREN
AM KÖNIG DES BAYERISCHEN WALDES



QR-Code scannen und die
schönsten Touren finden!

WWW.ARBER.DE

DEIN ABENTEUER WARTET

Berghütte Arberschutzhaus

Das Arberschutzhaus am Großen Arber bietet die perfekte Kulisse für Naturliebhaber und Wanderer. Die gemütlichen, modernen Zimmer und die herzliche Gastfreundschaft des Hüttenteams machen den Aufenthalt zu einem **besonderen Erlebnis**.



Die Highlights:

- 13 Zimmer mit Dusche & WC
- Direkt am Goldsteig
- Reichhaltiges Frühstücksbuffet
- Perfekter Ausgangspunkt für Wanderungen am Großen Arber

AB **45,00€***

*pro Person & pro Nacht

Für mehr Informationen oder
für die Zimmerbuchung:

+49 (0) 9925 941423

www.arkerschutzhaus.de

EINE LOHBERGERIN

MENSCHEN DER REGION

im Film- und Fernsehbusiness

Diana Neidhardt wirkt im Produktionsleiterteam bei der TV-Serie „Die Bergretter“ mit

Sie ist eine waschechte Lohbergerin und kehrt immer gerne zu ihren Wurzeln zurück. Die Rede ist von Diana Neidhardt, die nicht beabsichtigt, ihr Elternhaus in der Gemeinde Lohberg als Hauptwohnsitz aufzugeben, obwohl sie beruflich im Film- und Fernsehbusiness Fuß gefasst hat. Als Produktionskordinatorin ist die 42-jährige seit zehn Jahren für die TV-Serie „Die Bergretter“ unterwegs. Dennoch ist Diana Neidhardt durch und durch bodenständig geblieben und fährt in aller Regel alle zwei Wochen übers Wochenende heim.

Natürlich kam der Werdegang der studierten Theater- und Medienwissenschaftlerin mit Nebenfach Psychologie nicht von ungefähr. Das Film- und Fernsehbusiness schwebte ihr jedoch zunächst in keinsten Weise vor. „Als ich mit dem Studium fertig war, habe ich mich in der Pressebranche beworben“, blickt sie zurück.

Irgendwie spielten ihr einige Zufälle in die Karten, nämlich dass sie auf einer Münchner Party von Maxi Schafroth (Bruder Barnabas vom Nockherberg) Thomas Stamberger vorgestellt wurde, der damals Regisseur beim Marienhof war. Dieser lud sie zu einem Praktikum ein. Die Lohbergerin nahm das Angebot zum Überbrücken an. Wegen eines Krankheitsfalles stieg sie relativ schnell als Continuity am Set ein, schildert sie, wie sich durch Vitamin B Türen einfach leichter öffneten.

Außenstehende sind meist überrascht, wie viele Leute bei Dreharbeiten mitmischen. Zwischen 35 und 60 Teammitglieder sind je

nach Tagesdrehplan vor Ort am Set. Geschafft wird dabei zwischen sieben und einer Minute Filmmaterial pro Tag. „Wenn es mal ein richtig herausfordernder Stunt ist, bringen wir nur ein paar Sekunden fertiges Material zustande“, bestätigt die Fachfrau.

In ihrer Ära beim Film hat die Lohbergerin viele interessante und überaus nette Leute kennengelernt, zum Beispiel einen Produktionsleiter, mit dem sie auch ihren ersten Film als Produktionsassistentin fertiggestellt hat. „Bei ihm fungierte ich übrigens auch als Trauzeugin“, beschreibt sie die guten zwischenmenschlichen Beziehungen. Das war 2011, kurz nach dem Dreh der drei Musketiere auf dem Bavaria-Filmgelände. Für diese Hollywood-Produktion war ein Assistentenjob frei, den damals die noch relativ unerfahrene Lohbergerin ergatterte. Als ihr Name dann über die Leinwand flimmerte, war das schon ein erhebendes Gefühl, obwohl Diana Neidhardt eher der Typ ist, der gerne tiefstapelt.

Bei all ihren Aufgaben wurde sie, in der Nachbetrachtung, gefühlt immer ins kalte Wasser geworfen. „Vorher hatte ich schon manchmal Bammel. Nach dem ersten Schritt wusste ich mich durchzubeißen“, kann sie ein Lied davon singen, dass hohe Erwartungen an sie gestellt wurden. Ab dem „Bergretter“, verlagerten sich die Aufnahmeorte nach Österreich. Die TV-Serie besteht seit mittlerweile 15 Jahren. „Wir arbeiten Hand in Hand. Es ist ein tolles Team“, ist die Lohbergerin sehr zufrieden. Eine gewisse Sicherheit bedeutet für sie auch die Zugehörigkeit zur ZAV in München. Diese Agentur vermittelte ihr auch das Engage-

ment bei den Bergrettern. Die Rede war damals von drei Monaten. „Daraus sind bereits zehn Jahre geworden“, weiß Diana Neidhardt ihr Glück zu schätzen. „Für mich ist es ein Traumjob!“ Verständlich, wenn man dabei auch noch Heidi Klum persönlich trifft. Bezüglich deren Engagement hatte sie zugegebenermaßen auch Vorurteile. Zustande kam das Ganze durch den Podcast der Kaulitz-Brüder, der verbreitete, dass Heidi Klum ein Bergretter-Fan sei. Eine Überraschung war es dann doch, als sie eine Gastrolle erhielt. „Sie kam alleine, war gut gelaunt, und hing viele Stunden ohne Murren oder Meckern in einem Netz an der Felswand“, konnte es Diana Neidhardt gar nicht fassen, weil sie Starallüren erwartet hätte. Heidi Klum stand in der Pause für jedermann für Fotos und Selfies Gewehr bei Fuß, war unendlich geduldig und völlig unkompliziert.

Der absolute Hammer war dann die Einladung ins Marquee, jenen Club in New York, in dem die atemberaubende Halloween-Party steigt. „Ich war total überrascht“, gibt Diana Neidhardt zu. Wahrscheinlich kam sie zu der Ehre, weil sie durch die Organisation während der Dreharbeiten eng mit Heidi Klums Büro in New York zusammenarbeitete. Auch von den Schauspielern der Bergretter-Serie kann Diana Neidhardt nur Positives berichten. Hauptdarsteller Sebastian Ströbel alias Markus Kofler ist der absolute Sonnenschein am Set. Für die 16. Staffel arbeitet die Crew das gesamte Jahr 2024. „Wir machen drei Drehblöcke. Dazwischen liegen meistens zwei Wochen Homeoffice.“ —

TEXT Maria Frisch



Diana Neidhardt mit Hauptdarsteller Sebastian Ströbel alias Markus Kofler.

Die Produktionskordinatorin im Heli. Den original Rettungshubschrauber nutzt das Filmteam nur leihweise.



Unvergesslich: Heidi Klum und Diana Neidhardt bei der Halloween-Party in New York.



„Für mich ist es ein Traumjob!“, weiß die Lohbergerin ihre Arbeit in der Filmbranche zu schätzen.



moderne Zimmer
zwei Restaurants
wunderschöner Hotelgarten
freie Fahrt mit Bus & Bahn in den
Landkreisen Cham / Regen / Freyung-Grafenau

Außen-, Innen- & Whirlpool
zwei Dampfbäder, Blockhaussauna, Panorama- &
Biosauna, Infrarotkabine
verschiedene Themenruheräume
Fitnessraum
großzügiger Beauty- & Massagebereich

Hotel Herzog Heinrich GmbH & Co. KG
Ines Schultheis, Christiane Schwarz / Eckstraße 5, 93474 Arrach
Tel.: 09943 / 954-0 / info@hotel-herzog-heinrich.de
www.hotel-herzog-heinrich.de



ZENTRUM
MENSCH
UND NATUR
www.cham.lbv.de



Hier wohnt
der Eisvogel

Einmalig in Deutschland!
Der Eisvogelsteig

LBV-ZENTRUM
MENSCH UND NATUR
Nößwarting 12
93473 Arnschwang
Telefon: 09977-8227
E-Mail: cham@lbv.de
Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. von 9 - 16 Uhr
So. und Feiertags 14.00 - 16.30 Uhr
(Mai bis September)
Fotos: Wolfgang Lorenz, LBV-Archiv (3)

Abenteuer im Fluss...

Erleben Sie den Eisvogelsteig!

Von April bis September wartet diese **Abenteuertour** auf Sie – nur mit Terminreservierung!

Mitten im Fluss hangeln Sie sich durch die Strömung, vorbei an Gumpen und Wasserstrudeln. Entdecken Sie die Welt von Eisvogel, Biber, Libelle & Co!

Jederzeit zugänglich ist unser **Außengelände** mit vielen interaktiven Stationen.

Individuelle **Gruppenprogramme** sind auf Anfrage möglich!



WOID AUSZEIT

Das Freizeit- und
Gesundheits-Programm
mitten in der Natur.

Alle Informationen
und Termine finden
Sie auf Seite 56.



Auftauchen zwischen Osser und Arber

OSSERBAD LAM

Schwimmen. Sauna. Spaß.

Hallen-
und Freibad
Kinderbereich mit
Riesenrutsche



Schwimm-
und Spaßbecken
Cafeteria mit
Sonnenterrasse



Sauna,
Dampfbad und
Infrarotkabine
inklusive



Unsere Öffnungszeiten

Montag:* 13 - 21 Uhr
Dienstag:* Ruhetag
Mittwoch - Samstag: 10 - 21 Uhr
Sonntag + Feiertag: 10 - 19 Uhr

Kontakt und Informationen

Ginglmühler Weg 25
93462 Lam
Telefon: +49 9943 2882
E-Mail: tourist@lam.de

*außer Ferienzeit Bayern: 10 - 21 Uhr geöffnet
Geschlossen: 08.04. - 23.04.2024 / 18.11. - 10.12.2024

Weitere Hinweise
und Eintrittspreise unter
www.ossербad.de





Hoamat
CAFE • GENUSS • HERBERGE

Seepark - 93474 Arrach
Tel. 09943-9435541
www.d-hoamat.de



*A Stückerl
Hoamat...*



Das in traditioneller Bauweise errichtete Haus „D'Hoamat“ liegt auf einer Anhöhe des ARRACHER SEEPARKS mit wunderschönem Ausblick und umgeben von herrlicher Natur. Kein Hotel wie man meinen könnte, sondern eine Herberge mit Café. Wandergruppen, Vereine, Betriebe, Schulklassen und Großfamilien werden sich hier zuhause fühlen. Neben verschiedenen Schlafräumen stehen den Gästen ein Spiel- und Aufenthaltsraum, sowie eine gemütliche Gaststube mit herrlicher Sonnenterrasse zur Verfügung. Aus unserer Küche servieren wir hausgemachte Schmankerl, sowie bayerische und andere Spezialitäten.

*Der Freizeitspaß
für Jung und Alt*



www.erlebnisminigolf-arrach.de

Erlebnispark Geiersthal Familien Planet Kart-o-Mania LASERMAXX

www.kart-o-mania.de
Geöffnet Donnerstag bis Sonntag und an Feiertagen

KARTRACE BOWLING LASERTAG

RESTAURANT CAFE BISTRO BAR LOUNGE TERRASSE

DURCHGEHEND WARME KÜCHE

KINDERLAND SPIELWIESE

aktivCARD

Tanzlokal FOXi
Alibama
Revolution
roxx on 3 areas
www.discothek-revolution.de

Markredwitz
Windischeschenbach
Weiden (Oberpf.)
Schwandorf
Regensburg
Neustadt (Waldnaab)
Waldmünchen
Furth im Wald
Cham (Oberpf.)
Bad Kötzing
Lam

oberpfalzbahn

WIR VERBINDEN DIE OBERPFALZ

vom Lamer Winkel im Bayerischen Wald bis nach Regensburg und Marktredwitz.

Infos zum **Fahrplan, Ticketkauf und Ausflugstipps** in der Region erhalten Sie online unter **oberpfalzbahn.de**



Es gelten unsere Tarif- und Beförderungsbestimmungen. Tarifstand TBL Tarifbestimmungen der Länderbahn / Tarifstand DTV (Deutschlandtarif): 10.12.2023. Alle Angaben ohne Gewähr. Die Länderbahn GmbH DLB, Bahnhofplatz 1, 94234 Viechtach

Erlebnis **SILBERBERG** BODENMAIS
Der Ganztages-Ausflug für grenzenlosen Familienspaß

KinderLAND Region Bayern
Freizeitspaß pur erleben Sommer-Tubingbahn
Faszinierend die Welt unter Tage

HISTORISCHES Bergwerk

BEQUEM BERGAUF - RASANT BERGAB
Sicher bringt Dich die Bergbahn bergauf und mit der Sommerrodelbahn kannst Du spannende und abwechslungsreiche Fahrten ins Tal unternehmen.

EINE BERGWERKSFÜHRUNG DAUERT 45 MINUTEN
Die Bergwerksführungen finden bei jeder Witterung statt und sind auch mit Kinderwagen und Rollstuhl möglich. Eine warme Jacke wird empfohlen!

aktivCARD
Alles inklusive. BAYERISCHER WALD

Barbarastraße 1 94249 Bodenmais
Tel. 09924 - 941411 www.silberbergbahn.de

Nutzen Sie die Vorteile der aktivCard
Silberberg 28 94249 Bodenmais
Tel. 09924 - 304 www.silberberg-online.de



Nach der Erneuerung des traditionellen Kirtas in Lam 2022 füllte sich der Marktplatz auch 2023 fortlaufend mit Besuchern.

LAMER KIRTA

Grenzüberschreitender Charakter verlieh dem Lamer Kirta wieder Zugkraft

Nach dem erfolgreichen Debüt des deutsch-tschechischen Kirchweihmarktes 2022 ist er nach der Wiederholung 2023 auf dem besten Wege, sich mit einem etwas neuem Gesicht wieder zu etablieren.

Kirta mit Versorgungscharakter war gestern – ein attraktiver Markt als Fundgrube für Vielerlei, angefangen von Accessoires bis Gaumenfreuden, ist heute. Zudem schätzen die Besucher die Unterhaltung beim Rundgang.

Der Neustart war schon 2022 zweifellos gelungen, wie aus dem Munde der Händler und des Publikums zu hören war. Das freute am allermeisten Initiatorin Evi Lemberger, die viel Herzblut in die Sache investiert hat und dann bis zuletzt mit den Händlern mitfieberte, ob alles passt, sie genügend Umsatz machen, damit sowohl die Sommer- als auch die Herbstausgabe in ihrem Kalender stehen bleibt. Evi Lemberger ist bekannt als Wirbelwind, die

gerne alles im Auge behält und so war sie auch an den Terminen zwischen den Verkaufsbuden unterwegs, um zu sehen, wie es läuft. Allein das frühe Eintreffen der Besucher stimmte sie positiv und so ging es auch am Nachmittag weiter. „Soweit ich mich umgehört habe, klappt alles“, war die Wirtstochter froh über die gute Laune der Fieranten, die gute Geschäfte machten. Der Abwärtstrend scheint gebrochen und der grenzüberschreitende Aspekt lässt für die Zukunft hoffen. „Es herrscht ein gutes Verhältnis zwischen den Standbetreibern aus den zwei Nachbarländern“, hat Evi Lemberger zu ihrer Freude erfahren. „Ich würde mir ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Einkauf und Unterhaltung wünschen“, schwebt ihr ein besseres Zusammenwachsen an der Grenze vor. Ziel ist, den Kirta in Lam durch den Anschlag so in Fahrt zu bringen, dass er nicht Gefahr läuft, zum Auslaufmodell zu werden, sondern er für die Händler und für das Publikum lukrativ bleibt. —



TRADITIONEN KIRTA ERLEBT EINE RENAISSANCE

TEXT Maria Frisch



SEEPARK-KIRTA EIN RENNER

Ein Alleinstellungsmerkmal hat der Seepark-Kirta in Arrach, dem zu keiner Zeit um sein Publikum bange sein brauchte.

Zehnmal schmiegt er sich mit seinen Ständen mittlerweile entlang des Gehweges um das Gewässer. Hauptinitiator und Organisator Marco Haimerl mit Frau Nicole konnten bislang alljährlich ein durchwegs positives Fazit ziehen. Das Angebot an den gut 30 Buden braucht den Vergleich nicht zu scheuen und passt sich jedes Jahr neu an. Sogar mit Überdachungen, Markisen oder Insektenschutzvorrichtungen wird man vorstellig. Hinzu gesellen sich immer neue Varianten von Spielwaren, Bekleidung für Klein und Groß, Accessoires, Lederwaren, Hüte, Ziergegenstände für Haus und Garten, Antiquitäten sowie, Korb- und Filzwaren. Natürlich dürfen auch die kulinarischen Genüsse nicht fehlen.

Um die Bewirtung der Gäste kümmern sich Mitglieder des Trachtenvereins „Stoariaeda“ Ottenzell. Zugute kommt dem Standmarkt, dass das Publikum nach dem Rundgang verschiedene Abstecher in die Natur-Art-Parks, das Café „D'Hoamat“ oder zur Erlebnis-Mini-

golf-Anlage nutzen kann. Ein Augenschmaus sind regelmäßig die Tänze der Kindergruppe des Trachtenvereins „Stoariaeda“. Darüberhinaus erwartet die Leute eine musikalische Unterhaltung. Der See selbst lädt zum Wasserretreten, Schwimmen oder Abkühlen ein. Manch einer denkt schon im Vorfeld daran, Badesachen mitzunehmen und schlägt somit bei Sonnenschein in punkto Freizeitgestaltung mehrere Fliegen mit einer Klappe.

Für alle vergleichbaren Märkte gilt wohl dasselbe: Früher wollte keiner in der ländlichen Region einen Kirta versäumen. Für Kinder bedeutete dies, ein Spielzeug zu erhaschen, die Erwachsenen kauften Hosenträger, Schürzen usw. Alle erfreuten sich an Rosswürsten und Waffeln, was es durchaus nicht alle Tage gab. Eingesessene Händler stellten ihre Stände auf, Menschen schlenderten durch die Reihen und versorgten sich mit allem, was sie sonst nicht bekamen.

Nachdem diese Märkte in der früheren Form völlig an Bedeutung verloren haben, galt es, sie zu reformieren, wobei die Organisatoren bislang sehr erfolgreich sind. —



LandGenuss Bayerwald PARTNER-BETRIEB




Raiffeisen Ware
Eschlkam · Furth i. Wald · Neukirchen b. hl. Blut · Bad Kötzing

Midanand - a quads Gefühl!

Über 80 regionale Lieferanten!
Davon 70% aus dem Landkreis Cham!

RegioMarkt

Raiffeisen RegioMarkt in 93444 Bad Kötzing und 93458 Eschlkam
Öffnungszeiten: Mo - Fr: 7:30 - 17:30 Uhr | Sa: 7:30 - 12:00 Uhr
WWW.RAIFFEISEN-FACHMARKT.DE

Einzigartig in der Region!
150m² regionale Lebensmittel

Unser oberstes Gebot: "Nur Mehl, Wasser, Salz und Gewürz ins Brot"

Wir backen in mit Holz beheizten Backöfen und mit selbst erzeugtem Sauerteig:

- Original Bauernbrot
- Naturland-Vollkornbrote
- Naturland-Vollkornsemmeln
- 10 verschiedene Bio-Vollkornnudeln und
- Hartweizen-Nudeln mit/ohne Ei

aus eigener Herstellung
Montag und Dienstag Ruhetag!



an der "Glasstraße"

Holzofenbäckerei Drexler / Brey
- Naturlandbetrieb -
Arrach (Lamer Winkel)
Eckstraße 44 - Telefon 09943/1658



P.S.: Auch als Mitbringsel ein originelles Geschenk!



Arracher Straße 3 - 93462 Lam

EDEKA Aschenbrenner

Leergut

Öffnen für Sie:
Montag - Samstag
7³⁰ - 20⁰⁰ Uhr
Besondere: 21³⁰ - 22⁰⁰ Uhr

KANU & CAMPING BLAIBACH



aquahema



www.aquahema.de

- » Kanuverleih und Verkauf
- » Organisation von Gruppenfahrten für Firmen, Schulen und Vereine
- » Rückholservice
- » Blockhütten

AQUA HEMA
Kanu & Camping
Oberes Dorf 7
93476 Blaibach-Kreuzbach
Tel. 09941/4128 Fax: 7030
Mobil: 0171 / 23 25 552

ROSSLWIRT
WALD · GENUSS · HEIMAT

HOTEL, NEBENHAUS & FERIEHAUS

Wald Genuss Heimat

Ein 3 Sterne Superior Hotel, entstanden aus einem Gasthof mit 100-jähriger Wirtshaustradition, familiär ausgerichtet, mit romantischer Atmosphäre - ein Haus mit inneren Werten





Wir bieten euch Montag bis Sonntag täglich vielfältigen Genuss:

- Die Rösslwirts Bratenküche
- Leckere Wurst- und Fleischspezialitäten aus eigener Metzgerei
- Weißwurstfrühstück
- Schmackhafte Burger und Steaks
- Leckere Pastagerichte und Spezialitäten vom fangfrischen Fisch

E-BIKE-VERLEIH
p.Tag € 30,00 / Helm € 2,50
Lademöglichkeit vorhanden

SCHNEESCHUH-VERLEIH
mit Stöcke
p.Person € 10,00

Engelshütter Straße 1 Tel.: +49 (0) 9943 1275 www.roesslwirt.de
D-93462 Lam Fax: +49 (0) 9943 8910
Mail: info@roesslwirt.de

f i G



Lemberger

ARRACH

METZGEREI

LOTTO

POST

Bei uns im Haus:

- Arztpraxis
- Zahnarztpraxis

Regenhäuserstraße 18 · 93474 Arrach · Tel. 09943/905102

Veranstaltungskalender

April bis November 2024



April

Mittwoch, 3. April / 14:00 – 15:30 Uhr

Familienführung im Bayerwald Tierpark Lohberg mit der zoo-logischen Leiterin / Anmeldung erforderlich TEL 09943/8145

Mittwoch, 3. April / 14:00 – 15:30 Uhr

Märchenstunde in Lam Kommt mit auf eine Reise in die Märchenwelt ORT Bräukeller Lam, Nebengebäude (Kegelbahn) Anmeldung erforderlich TEL 09943 / 777

Mittwoch, 3. April / 16:00 – 16:30 Uhr

Hoffnungstrummeln im Kraftparadies gemeinsamer, musikalischer Ausdruck der Seele Anmeldung erforderlich unter TEL 0170 / 5803701

Freitag, 5. April / 10:00 – 11:30 Uhr

Zu Besuch bei der Feuerwehr in Arrach Ein Blick hinter die Kulissen Anmeldung erforderlich TEL 09943/1035

Samstag, 6. April / 15:00 und 20:00 Uhr

Filmtag im Lichtspielhaus Lam
15:00 Kinderfilm: Wolkig mit Aussicht auf Fleischbällchen
20:00 Erwachsenenfilm: Ziemlich beste Freunde

Samstag, 6. April / 19:30 Uhr

Festvortrag – 140 Jahre Waldverein Sektion Lam ORT Hotel zur Post in Lam

Mittwoch, 17. April / 19:00 – 20:00 Uhr

Klangmeditation im Kraftparadies Kraft schöpfen mit heilsamen Klängen / Anmeldung erforderlich unter TEL 0170 / 5803701

Samstag 27. April / 18:00 Uhr

Kabarettabend mit „Trio Schleudergang“ ORT Dorfstadl Lohberg Abendkasse: 24,00 € pro Person

Samstag, 27. April / ab 18:00 Uhr

HÖRGENUSS – Benefizveranstaltung by Gasthof Meindl und Bavaganda Schlemmen, Musik und etwas für eine gute Sache tun! im Gasthof Meindl Haibühl / warme Küche bis 20:00 Uhr

Sonntag, 28. April / ab 13:00 Uhr

Pflanztauschbörse des OGV Arrach-Haibühl-Ottenzell ORT Seepark Arrach

Dienstag, 30. April / 17:00 – 18:30 Uhr

Walpurgisnacht-Feuer für Kinder im Bayerwald Tierpark Lagerfeuer mit Geschichten zur Walpurgisnacht für kleine Hexen und Zauberer / Anmeldung bis zum Vortag erforderlich unter TEL 09943/8145

Mai

Mittwoch, 1. Mai / 9:00 Uhr

Bayern-Tour-Natur „Gottesdienst auf Maria Hilf und Wanderung zum Osser“
09:00 Gottesdienst auf Maria-Hilf
10:00 Wanderung zum Sattel
10:30 Sattel – Böhmssteig – Weißer Riegel – Osser

Mittwoch, 1. Mai

Maibaumaufstellen
13:00 Dorfplatz in Arrach
14:00 Ortsmitte Ottenzell
14:30 beim Rathaus in Lohberg
17:00 am Markplatz in Lam
17:00 Ortsmitte Haibühl

Freitag, 3. Mai / 19:00 – 20:30 Uhr

Abendführung im Bayerwald Tierpark Lohberg mit der zoo-logischen Leiterin / Anmeldung erforderlich TEL 09943/8145

Samstag, 4. Mai / 15:00 und 20:00 Uhr

Filmtag im Lichtspielhaus Lam
15:00 Kinderfilm: Karate Kid
20:00 Erwachsenenfilm: Besser geht's nicht

Samstag, 4. Mai / 17:00 Uhr

Stockschießen - Bundesliga Heimspiel FC Ottenzell gegen EC Sassbach auf den Pflasterbahnen in Haibühl

Mittwoch, 8. Mai / 19:00 – 20:00 Uhr

Hoffnungstrummeln im Kraftparadies Infos siehe Termin 3. April

Donnerstag, 9. Mai / ab 16:00 Uhr

Vatertags-Dämmerchoppen beim „Wastl“ mit Livemusik – bei schönem Wetter im Biergarten

Montag, 13. Mai / 19:00 – 19:45 Uhr

Aqua-Fitness im Osserbad ohne Anmeldung / im Eintrittspreis enthalten

Samstag, 18. Mai / 17:00 Uhr

Stockschießen – Bundesliga Heimspiel FC Ottenzell gegen EC Feldkirchen auf den Pflasterbahnen in Haibühl

Mittwoch, 22. Mai / 14:00 – 16:00 Uhr

Kreativtag im Bayerwald Tierpark Basteln mit Naturmaterialien. Geeignet für Kinder ab 4 Jahren / Kinder unter 6 Jahren bitte nur in Begleitung / keine Anmeldung erforderlich

Mittwoch, 22. Mai / 17:00 – 17:30 Uhr

Märchenstunde in Lam Infos und Anmeldung siehe Termin 3. April

Mittwoch, 22. Mai / 19:00 Uhr – 20:00 Uhr

Klangmeditation im Kraftparadies Infos siehe Termin 17. April

Freitag, 24. Mai / 10:00 Uhr – 10:45 Uhr

Spaziergang „Schmankerl für Leib und Seele“ Verkostung von regionalen Produkten, dazu kurze Impulse / Anmeldung erforderlich unter TEL 09943 / 777

Sonntag, 26. Mai / ab 10 Uhr

ROST- Retro Oldtimer Schrauber Treffen, Frühschoppen mit Musik ORT Edeka Parkplatz in Arrach

Sonntag, 26. Mai / 15:00 Uhr

Maiandacht in der Künischen Kapelle mit anschließendem Gipfeltreffen im Osserschutzhaus

Mittwoch, 29. Mai / 14:00 – 15:30 Uhr

Familienführung im Bayerwald Tierpark Info siehe Termin 3. April

Donnerstag, 30. Mai / 9:30 Uhr

37. Lamer Winkel Cup im Sommerstockschießen bei den Asphaltbahnen in Lam

Donnerstag, 30. Mai / 11:00 Uhr

Pfarrfest in Haibühl nach der Fronleichnamprozession auf dem Schulhof neben der Pfarrkirche St. Wolfgang in Haibühl

Donnerstag, 30. Mai / 16:00 Uhr / Einlass ab 15:30 Uhr

Festliches Kirchen-Konzert mit Angela Wiedl und der Schäfer-Familie ORT in der Pfarrkirche St. Ulrich in Lam Eintritt: 35,00 € / Kartenvorverkauf: Tourist-Info Lam

Freitag, 31. Mai / 10:00 – 10:45 Uhr

Spaziergang „Schmankerl für Leib und Seele“ Verkostung von regionalen Produkten, dazu kurze Impulse Anmeldung erforderlich unter TEL 09943-777

Freitag, 31. Mai / 10:00 – 11:30 Uhr

Zu Besuch bei der Feuerwehr in Arrach Infos siehe Termin 5. April

Juni

Samstag, 1. Juni / ganztags

Filmtag im Lichtspielhaus Lam
10:00 Harry Potter und der Stein der Weisen
13:00 Harry Potter und die Kammer des Schreckens
16:00 Harry Potter und der Gefangene von Askaban
20:00 Harry Potter und der Feuerkelch

Samstag, 1. Juni / 13:00 Uhr

Gemeindemeisterschaft im Sommerstockschießen in Lam

Sonntag, 2. Juni / 10:30 Uhr

Patrozinium St. Erasmus mit Gartenfest in Engelshütt

Sonntag, 2. Juni / 11:00 – 16:00 Uhr

Bergfest der Bergwacht Lam auf der Arberesebene
11:00 Gottesdienst, anschließend Bewirtung beim Bergfest. Ein Fahrdienst zur Bergmesse um 9:30 Uhr vom Brennes (Arber Alm) wird angeboten.

Montag, 3. Juni / 19:00 – 19:45 Uhr

Aqua-Fitness im Osserbad ohne Anmeldung / im Eintrittspreis enthalten

Mittwoch, 5. Juni / 14:00 – 15:00 Uhr

Bienenkunde am Lehrbienenstand Führung über das Bienenvolk mit anschließenden Geschmacksproben und Speiserezepten mit Honig / Anmeldung bis spätestens am Vortag um 16:00 Uhr beim Imker Günther Meindl, TEL 0171/6531143

Mittwoch, 5. Juni / 17:00 – 17:30 Uhr

Märchenstunde in Lam Infos und Anmeldung siehe Termin 3. April

Freitag, 7. Juni / 19:00 Uhr – 20:30 Uhr

Abendführung im Bayerwald-Tierpark Lohberg mit der zoo-logischen Leiterin / Anmeldung erforderlich TEL 09943/8145

Samstag, 8. Juni / ab 18:00 Uhr

Elvis Show – Open Air im Osserbad Lam ORT Osserbad Lam / Eintritt frei

Sonntag, 9. Juni / ab 10:00 Uhr

3. Lamer „Woid-Reim“ Laufveranstaltung in Lambach

Mittwoch 12. Juni / 14:00 – 15:00 Uhr

Bienenkunde am Lehrbienenstand Infos siehe Termin 5. Juni

Mittwoch, 12. Juni / 19:00 – 20:00 Uhr

Hoffnungstrummeln im Kraftparadies Infos siehe Termin 3. April

Donnerstag, 13. Juni / 20:00 – 23:00 Uhr

Bunter Sommer 2024 – Auftakt mit der „Döferinger Blaskapelle“ ORT im Seepark Arrach

Freitag, 14. Juni / 10:00 – 11:30 Uhr

Zu Besuch bei der Feuerwehr in Arrach Infos siehe Termin 5. April

Samstag, 15. Juni / 17:00 Uhr

Stockschießen – Bundesliga Heimspiel FC Ottenzell gegen SC Zell auf den Pflasterbahnen in Haibühl

Samstag, 15. Juni / ab 16:00 Uhr

10. Sportwagen- und Porschetreffen ORT am Marktplatz Lam

Samstag, 15. Juni / ab 17:00 Uhr

Großes Marktplatzfest der Lamer Marktplatzwirte mit Livemusik

Samstag, 15. Juni / 20:00 Uhr

Open Air des FC Ottenzell am Sportplatz Ottenzell

Sonntag, 16. Juni / 8:00 – 17:00 Uhr

Flohmarkt in Lam ORT am Großparkplatz beim Bauhof Lam

Sonntag, 16. Juni / 13:00 – 17:00 Uhr

Tag der offenen Tür des BRK Waldkindergarten „Auf Gut Kless“ ORT beim Dachsplatzl in Arrach

Montag, 17. Juni / 19:00 – 19:45 Uhr

Aqua-Fitness im Osserbad ohne Anmeldung / im Eintrittspreis enthalten

Mittwoch, 19. Juni / 14:00 – 15:00 Uhr

Bienenkunde am Lehrbienenstand Infos siehe Termin 5. Juni

Freitag, 21. Juni und Samstag, 22. Juni

Sonnwendfeuer im Lamer Winkel
21. Juni 19:00 Haibühl (neben dem Feuerwehrhaus)
21. Juni 19:00 Lam – bei der Ginglmühle (unterhalb vom Panorama-Park)
22. Juni 19:00 Lohberg – bei den Freizeitanlagen (nähe Schule)

Samstag, 22. Juni / ab 16:00 Uhr

Dorffest in Schwarzenbach – 30 Jahre Dorfkapelle „St. Johannes“ Gottesdienst bei der Kapelle, anschließend Dorffest mit Bewirtung

Sonntag, 23. Juni / 9:00 – 17:00 Uhr

Künstler- und Handwerkermarkt im Tierpark Lohberg Regionale Aussteller präsentieren ihre Kunstwerke und ihr handwerkliches Geschick an den Ständen entlang des Tierpark-Rundweges

Mittwoch, 26. Juni – Sonntag, 30. Juni

„WoidAuszeit“ im Lamer Winkel detailliertes Programm siehe Seite 56

Juni

Mittwoch, 26. Juni / 14:00 – 15:00 Uhr

Bienenkunde am Lehrbienenstand Infos siehe Termin 5. Juni

Mittwoch, 26. Juni / 19:00 – 20:00 Uhr

Klangmeditation im Kraftparadies Infos siehe Termin 17. April

Donnerstag, 27. Juni / 20:00 – 23:00 Uhr

Bunter Sommer 2024 – Hits of the 80's mit „Flashback“
ORT im Seepark Arrach

Freitag, 28. Juni bis Sonntag, 30. Juni

Gerümpelturnier des SC Arrach-Haibühl am Sportgelände in Arrach am Samstag, 29. Juni ab 19 Uhr Gartenfest mit Livemusik

Freitag, 28. Juni – Sonntag 30. Juni

Wallfahrt nach Pöbram (CZ) Pfarramt Lam / Tel. 09943 / 1257

Samstag, 29. Juni / 14:00 Uhr

20 Jahre ProCurand Pflegestift St. Ulrich Lam

Sonntag, 30. Juni / 11:00 Uhr

Treffen mit den Bayerisch-Böhmischen Musikanten
im Osserschutzhäus – in Gedenken an Andy Klingseisen

Juli

Mittwoch, 3. Juli / 14:00 – 15:00 Uhr

Bienenkunde am Lehrbienenstand Infos siehe Termin 5. Juni

Mittwoch, 3. Juli / 17:00 – 17:30 Uhr

Märchenstunde in Lam Infos und Anmeldung siehe Termin 3. April

Mittwoch, 3. Juli / 19:00 – 20:00 Uhr

Hoffnungstrollen im Kraftparadies Infos siehe Termin 3. April

Freitag, 5. Juli / 19:00 Uhr

30 Jahre Osserbad mit „Haydn Spass“ im Osserbad Lam
Austropop und Bayerischer Blues – Eintritt frei

Freitag, 5. Juli / 19:00 – 20:30 Uhr

Abendführung im Bayerwald-Tierpark Lohberg mit der zoologischen Leiterin / Anmeldung erforderlich TEL 09943/8145

Samstag, 6. Juli / ab 18:00 Uhr

„Gemma ins Dorf“ – Freisitzheimatabend rund um das Schwarzauer Haus in Lohberg. Auftritt verschiedener Tanz- und Gesangsgruppen der Region – Schmankerl aus dem Holzofen

Samstag, 6. Juli / 19:00 Uhr

Hallenfest der FFW Arrach
mit musikalischer Unterhaltung im Gerätehaus Arrach

Sonntag, 7. Juli / 8:00 – 16:00 Uhr

„So a Kirta“ – Standmarkt am Lamer Marktplatz
Deutsche und tschechische Händler präsentieren ihre regionalen Produkte. Begleitmusik und Programm für Kinder und Erwachsene

Sonntag, 7. Juli / 8:00 – 17:00 Uhr

Flohmarkt in Lam am Großparkplatz beim Bauhof Lam

Sonntag, 7. Juli / 14:00 Uhr

Dorffest des Trachtenverein Stoarieda mit musikalischer Unterhaltung beim Anwesen Gasthaus Matthias Achatz in Ottenzell

Mittwoch, 10. Juli / 14:00 – 15:00 Uhr

Bienenkunde am Lehrbienenstand Infos siehe Termin 5. Juni

Donnerstag, 11. Juli / 20:00 – 23:00 Uhr

Bunter Sommer 2024 – mit der Band „DeWaltons“ ... von Blues über Rock, Country bis zu Gospel und Irish Folk im Seepark Arrach

Freitag, 12. Juli / 10:30 – 11:15 Uhr

Spaziergang „Schmankerl für Leib und Seele“
Verkostung von regionalen Produkten, dazu kurze Impulse
Anmeldung erforderlich unter TEL 09943 / 777

Samstag, 13. Juli / 14:00 – 22:00 Uhr

„Kuli-Nari-Musi-Summa“
Großes Marktplatz-Spektakel der Lamer Wirtegemeinschaft mit Liveband „Blue“ und vielen kulinarischen Highlights

Samstag, 13. Juli / 18:00 Uhr

„Riedlstoana Fest“ des Trachtenvereins
beim Klausenhof in Arrach mit musikalischer Unterhaltung

Mittwoch, 17. Juli / 14:00 – 15:00 Uhr

Bienenkunde am Lehrbienenstand Infos siehe Termin 5. Juni

Mittwoch, 17. Juli / 19:00 – 20:00 Uhr

Klangmeditation im Kraftparadies
Kraft schöpfen mit heilsamen Klängen
Anmeldung erforderlich unter TEL 0170 / 5803701

Freitag, 19. Juli / 10:30 – 11:15 Uhr

Spaziergang „Schmankerl für Leib und Seele“
Verkostung von regionalen Produkten, dazu kurze Impulse
Anmeldung erforderlich unter TEL 09943 / 777

Freitag, 19. Juli – Samstag 27. Juli / 16.00 oder 18.00 – 23.00 Uhr

Lamer-Winkel-Ortsmeisterschaft mit Pokal- und Gästekegeln
bei den Kegelbahnen im Bräukeller in Lam (Samstag und Sonntag Beginn jeweils um 16.00 Uhr ansonsten 18.00 Uhr)

Freitag, 19. Juli bis Sonntag, 28. Juli

Sommerbauerntheater 2024 in der Holzmühle bei Engelshütt
Freitag, 19. Juli – 20:00 Uhr
Samstag, 20. Juli – 20:00 Uhr
Sonntag 21. Juli – 18:00 Uhr
Freitag, 26. Juli – 20:00Uhr
Samstag, 27. Juli – 20:00 Uhr
Sonntag, 28. Juli – 18:00 Uhr

Samstag, 20. Juli / 18:00 Uhr

Feuerwehr- und Kirchweihfest der FFW Thürnstein
ORT Feuerwache in Thürnstein / Musik mit „Kare und Freddy“ für Kinder gibt es eine „Spritzenwand“

Sonntag, 21. Juli / 14:00 Uhr

Berggottesdienst am Bramersbacher Platz
Zufahrt nur bis Schneiderberg möglich, ab da noch ca. 4 km anspruchsvoller Fußmarsch zum Bramersbacher Platz

Mittwoch, 24. Juli / 14:00 – 15:00 Uhr

Bienenkunde am Lehrbienenstand Infos siehe Termin 5. Juni

Donnerstag, 25. Juli / 20:00 Uhr – 23:00 Uhr

Bunter Sommer 2024 – A Tribute to the Rolling Stones mit „Black & Blue“ im Seepark Arrach

Freitag, 26. Juli / 10:00 Uhr - 11:30 Uhr

Zu Besuch bei der Feuerwehr in Arrach Infos siehe Termin 5. April

Änderungen vorbehalten

Samstag, 10. August / 17:00 – 22:00 Uhr

Großes Marktplatzfest der Lamer Marktplatzwirte
mit Liveband „Grenzlandquartett“ und Oldtimertreffen

Samstag, 10. August / 17:00 Uhr

Dämmerchoppen mit Musik
im Biergarten beim Finkenhof in Lohberg

Sonntag, 11. August / 11:00 Uhr

Osserkirta Berggottesdienst bei der Künischen Grenzkapelle, anschließend Bewirtung im Osserschutzhäus

Sonntag, 11. August / 14:00 – 20:00 Uhr

Großes Marktplatzfest in Lam mit Kinder- und Seniorennachmittag mit Kinderspielstraße; Livemusik ab 17 Uhr

Mittwoch, 14. August / 14:00 – 15:30 Uhr

Basteln mit Naturmaterialien mit Gebietsbetreuerin Anette Lafaire im Panorama-Park Lam / Anmeldung bis zum Vortag in der Tourist-Lam / TEL 09943/777

Mittwoch, 14. August / 14:00 – 15:00 Uhr

Bienenkunde am Lehrbienenstand Infos siehe Termin 5. Juni

Donnerstag, 15. August

Musik am Osser mit dem Trio „Handbetrieb“

Freitag, 16. August / 10:00 – 10:45 Uhr

Spaziergang „Schmankerl für Leib und Seele“
Informationen und Anmeldung siehe Termin 19. Juli

Freitag 16. August / 10:00 – 11:30 Uhr

Zu Besuch bei der Feuerwehr in Arrach Infos siehe Termin 5. April

Sonntag, 18. August / 10:00 – 14:00 Uhr

Arberkirchweih Berggottesdienst (10:30 Uhr) im Gipfelbereich des Großen Arber – anschließend Musik, Gesang und Tanz / Wallfahrt ab Bergwachthütte Arberebene um 9:30 Uhr

Montag, 19. August – Sonntag, 25. August

„WoidWanderWoche“ Bayerisch Böhmisches im Lamer Winkel – detailliertes Programm siehe Seite 22/23

Mittwoch, 21. August / 14:00 – 15:00 Uhr

Bienenkunde am Lehrbienenstand Infos siehe Termin 5. Juni

Mittwoch, 21. August / 17:00 – 17:30 Uhr

Märchenstunde in Lam Infos und Anmeldung siehe Termin 3. April

Mittwoch, 21. August / 19:00 – 20:00 Uhr

Klangmeditation im Kraftparadies Infos siehe Termin 17. Juli

Donnerstag, 22. August / 19:30 – 23:00 Uhr

Bunter Sommer 2024 – Bayerisch-Böhmischer Abend
im Seepark Arrach mit den Regensburger Wirtshausmusikanten, einer tschechischen Musikgruppe, bayerischen und tschechischen (Kinder-)Tanzgruppen und den Lohberger Schuhplattlern. Bayerische und Böhmisches Speisen und Getränke

Sonntag, 25. August / 8:00 – 17:00 Uhr

Flohmarkt in Lam Großparkplatz beim Bauhof Lam

Mittwoch, 28. August / 14:00 – 15:00 Uhr

Bienenkunde am Lehrbienenstand Infos siehe Termin 5. Juni

Änderungen vorbehalten

August

Mittwoch, 28. August / 14:00 – 15:30 Uhr

Basteln mit Naturmaterialien mit Gebietsbetreuerin Anette Lafaire im Panorama-Park Lam / Anmeldung bis zum Vortag in der Tourist-Info Lam / TEL 09943 / 777

Mittwoch, 28. August / 14:00 – 16:00 Uhr

Kreativtag im Bayerwald Tierpark Basteln mit Naturmaterialien. Geeignet für Kinder ab 4 Jahren – Kinder unter 6 Jahren bitte nur in Begleitung – keine Anmeldung erforderlich

Freitag, 30. August / 10:00 – 10:45 Uhr

Spaziergang „Schmankerl für Leib und Seele“
Informationen und Anmeldung siehe Termin 19. Juli

Freitag, 30. August / 18:00 Uhr + Samstag, 31. Aug. / 13:00 Uhr

Gemeindemeisterschaft Stockschießen bei den Pflasterbahnen in Haibühl

September

Sonntag, 1. September / ab 7:30 Uhr

Wallfahrt nach Hammern (CZ) Pfarramt Lam / TEL 09943/1257

Mittwoch, 4. September / 14:00 – 15:30 Uhr

Familienführung im Bayerwald Tierpark mit der zoologischen Leiterin / Anmeldung erforderlich TEL 09943 / 8145

Mittwoch, 4. September / 17:00 – 17:30 Uhr

Märchenstunde in Lam Infos und Anmeldung siehe Termin 6. Nov.

Freitag, 6. September / 10:00 – 10:45 Uhr

Spaziergang „Schmankerl für Leib und Seele“
Informationen und Anmeldung siehe Termin 19. Juli

Freitag, 6. September / 10:00 – 11:30 Uhr

Zu Besuch bei der Feuerwehr in Arrach Infos siehe Termin 5. April

Freitag, 6. September / 19:00 – 20:30 Uhr

Abendführung im Bayerwald-Tierpark Lohberg mit der zoologischen Leiterin / Anmeldung erforderlich TEL 09943 / 8145

Samstag, 7. September / 15:00 und 20:00 Uhr

Filmtag im Lichtspielhaus Lam Programm noch nicht bekannt

Mittwoch, 11. September / 19:00 – 20:00 Uhr

Hoffnungstrollmeln im Kraftparadies Infos siehe Termin 3. April

Samstag, 14. September / 14:00 Uhr

Patentführung im Bayerwald Tierpark Lohberg
Besuchen Sie Ihr Patentier bei einer Führung mit der Tierparkleiterin; Anmeldung erforderlich TEL 09943/8145

Samstag, 14. September / 19:30 Uhr

Tanz im Dimpfl Stadl mit dem Grenzland Trio
Eintritt 5,00 € / Barbetrieb durch die FFW Lam

Mittwoch, 25. September / 19:00 – 20:00 Uhr

Klangmeditation im Kraftparadies Infos siehe Termin 17. Juli

Samstag, 28. September / 19:30 Uhr

Tanz im Dimpfl Stadl mit den Bergwaidlern
Eintritt 5,00 € / Barbetrieb

Oktober

Freitag, 4. Oktober / 10:00 – 10:45 Uhr

Spaziergang „Schmankerl für Leib und Seele“
Informationen und Anmeldung siehe Termin 19. Juli

Samstag, 5. Oktober / 12:00 Uhr

Treffen an der Juranek-Hütte am Zwercheck
organisiert durch den Verein offener Böhmerwald

Samstag, 5. Oktober / 18:00 Uhr

Oktoberfest im Dorfstadl
in Lohberg / zünftiger Tanzabend für Jung und Alt

Samstag, 5. Oktober / 19:30 Uhr

Tanz im Dimpfl Stadl mit „Grod Aso“
Eintritt 5,00 € / Barbetrieb

Samstag, 5. Oktober / 15:00 und 20:00 Uhr

Filmtag im Lichtspielhaus Lam
Programm noch nicht bekannt

Sonntag, 6. Oktober / 8:00 – 16:00 Uhr

„So a Kirta“ – Standmarkt am Lamer Marktplatz
Deutsche und tschechische Händler präsentieren ihre regionalen Produkte. Begleitmusik und Programm für Kinder und Erwachsenen

Sonntag, 6. Oktober / 8:00 – 17:00 Uhr

Flohmarkt in Lam am Großparkplatz beim Bauhof Lam

Mittwoch, 9. Oktober / 19:00 – 20:00 Uhr

Hoffnungstrollmeln im Kraftparadies Infos siehe Termin 3. April

Samstag, 12. Oktober / 19:30 Uhr

Tanz im Dimpfl Stadl mit „Lederwixxa“
Eintritt 5,00 € / Barbetrieb

Freitag, 18. Oktober / 10:00 – 11:30 Uhr

Zu Besuch bei der Feuerwehr in Arrach Infos siehe Termin 5. April

Mittwoch, 23. Oktober / 19:00 – 20:00 Uhr

Klangmeditation im Kraftparadies Infos siehe Termin 17. Juli

Samstag, 26. Oktober / 19:00 Uhr

Großes Musikantentreffen im Dimpfl Stadl
Kartenverkauf über die Bergwaidler / Barbetrieb

Mittwoch, 30. Oktober / 16:00 – 16:30 Uhr

Märchenstunde in Lam Infos und Anmeldung siehe Termin 6. Nov.

November

Sonntag, 3. November

Gipfeltreffen am Osser

Mittwoch, 6. November / 16:00 – 16:30 Uhr

Märchenstunde in Lam Kommt mit auf eine Reise in die Märchenwelt ORT Bräukeller Lam, Nebengebäude (Kegelbahn)
Anmeldung erforderlich / TEL 09943 / 777

Änderungen vorbehalten



Schau mir in die Augen!

DAS AUSFLUGSZIEL IN LOHBERG AM GROSSEN ARBER

Bayerwald-Tierpark Lohberg.
Wildnis erleben.

Der Tierpark in Lohberg begeistert als einziger Zoo in der Oberpfalz jährlich zahlreiche Besucher. Hier finden Sie über 400 Tiere des bayerisch-böhmischen Grenzgebietes mit ca. 100 Arten in natürlicher Umgebung.

AUSSTATTUNG UND HINWEISE

- » **Abenteuerspielplatz und Streichelzoo**
- » **Aquarien und Vogelvolieren, Haus des Wolfes**
- » **Kinderveranstaltungen und Thementage**

- » **Barrierearmer Rundweg möglich**
- » **Hunde dürfen angeleint in den Park**
- » **Kiosk mit Terrasse**
- » **E-Bike Ladestation**

INFORMATIONEN UND ÖFFNUNGSZEITEN

Bayerwald-Tierpark Lohberg Telefon: 09943/8145
Schwarzenbacher Straße 1a info@bayerwald-tierpark.de
93470 Lohberg www.bayerwald-tierpark.de

Der Tierpark ist ganzjährig täglich geöffnet!

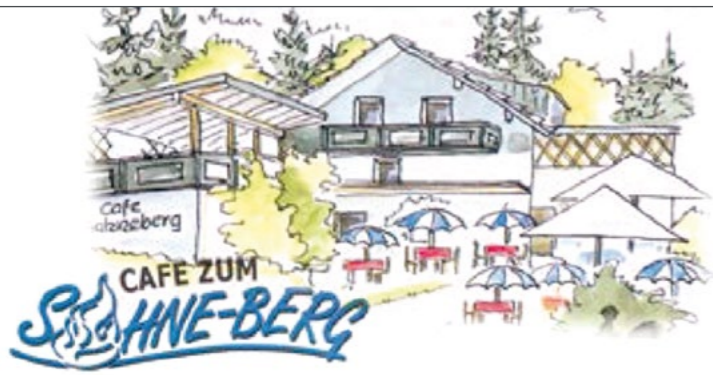
April – Oktober | geöffnet ab 9 Uhr | letzter Einlaß: 17 Uhr
November – März | geöffnet ab 10 Uhr | letzter Einlaß: 16 Uhr



Gestaltung: LABOR 2 – Designagentur, Bad Kötzing – Fotos: Bayerwald-Tierpark Lohberg, Alexander Aigner, Johanna Frohnauer, Sandra Dombrovsky, Richard Wenzel, Wildlife Photography



WWW.BAYERWALD-TIERPARK.DE



CAFE ZUM SAHNEBERG
FERIENWOHUNGEN

Unser familiär geführtes Waldcafe mit Sonnengarten – nicht nur für Wanderfreunde – liegt herrlich am Fuße des Osser-Südhangs.

Selbstgebackene Torten, Kuchen sowie Eisspezialitäten und bayerische Brotzeiten, warten auf Sie.

Gemütliche Ferienwohnungen mit Dachterrasse.

Cafe „Zum Sahneberg“

Familie Reif **Öffnungszeiten**
Berghäusl 1 **12:00 bis 18:00 Uhr**
93470 Lohberg **Dienstag Ruhetag**
Tel./Fax 09943 1803 **Busse auf Anfrage**

www.cafe-sahneberg.de

Für den Sommer:

- Wanderausrüstung
- Outdoorbekleidung
- Wanderschuhe
- Nordic-Walking
- Fahrradbekleidung



Eckstr. 81, 93474 Arrach
Tel.: 099 43 / 29 34
www.geiger-arrach.de

Werkstatt • Fachmarkt
ASCHENBRENNER
Spielwaren auf 800 m²

Spielzeug bis unter die Decke!
Wir führen hochwertige Spielwaren für Kinder und Sammler.
Unser Sortiment umfasst u.a.:
Holzspielwaren • Plüschtiere
Kinderbücher • Puzzles • Spiele
Trampoline und Spielgeräte • Bauernhöfe und Schuppen • Schlitten diverser Hersteller • Puppenhäuser • RC-Fahrzeuge



Waltersau 8 • 93471 Ambruck • Telefon 09945 729 • www.aschenbrenner-ambruck.de

besuchen Sie auch unseren Dorfladen in Lohberg in der Brennesstr. 7

ZUM WASTL
Gasthof - Pension
Biergarten - Metzgerei

Lamerstr. 3 - 93470 Lohberg - Tel. 09943/459
Web: www.gasthof-wastl.de Email: info@gasthof-wastl.de



- ◆ Deftige Schmankerl vom Grill und eine gut bürgerliche Küche
- ◆ alle Wurst- und Räucherwaren aus der hauseigenen Metzgerei
- ◆ Vier Gästezimmer mit Du/WC, Balkon, Sat-TV, W-LAN
- ◆ wir beziehen unser Fleisch von regionalen Betrieben
- ◆ schattiger Biergarten ◆ Busse willkommen

Montag: Ruhetag
Dienstag - Samstag: 15.00 - 20.00 Uhr warme Küche
Sonn- und Feiertage: 11.30 - 14.00 Uhr Mittagstisch
17.30 - 20.00 Uhr Abendstisch (dazwischen Brotzeiten)

Ausflugsgaststätte „Seehäusl“
am Kleinen Arbersee, mit seinen „schwimmenden Inseln“
Unsere familiär geführte „Berghütte“ befindet sich direkt im Zentrum des Naturschutzgebietes „Kleiner Arbersee“. In unseren Gasträumen und auf unserer Terrasse, mit direktem Blick zum See und Großer Arber, können Sie sich in angenehmer Atmosphäre von Ihrer Wanderung erholen.
Geöffnet von Ostern bis Anfang November (je nach Witterung)
Auf Ihren Besuch freut sich: Familie Huber mit Belegschaft
Seehaus 1 / 93470 Lohberg / Tel.: 09943 / 1385 oder 2873
www.seehaeusl-kleinerarbersee.de
Wanderer denk daran: **Es gibt zwei Arberseen, den Kleinen Arbersee und den Großen Arbersee!**

MARIA'S
REWE
DEIN MARKT

REWE ARRACH
Gewerbepark 1 **Telefon 09943/1265**
93474 Arrach **verkauf@rewe-arrach.de**

Gasthof Meindl
Tradition seit 1902

Herzlich willkommen in unserem traditionsreichen Landgasthof
Wir bieten regionale und saisonelle Gerichte in unseren gemütlichen Gasträumen und im Biergarten.
Auf Ihren Besuch freut sich Familie Meindl mit Team

Für unsere Hausgäste:
• Renovierte Doppel- & Einzelzimmer mit Regenfall-Dusche, Flachbild-Sat-TV, elektrisch verstellbare Betten und WLAN
• Reichhaltiges Frühstücksbuffet und bei Halbpension freie 3-Gang-Auswahl von der ganzen Karte
• Unbegrenzt freier Eintritt in das Ossebad mit Sauna

Gasthof **Meindl**
Engelshütter Str. 25 • 93474 Haibühl
Tel. 09943 424 • info@gasthof-meindl.de
www.gasthof-meindl.de

Montag Ruhetag

Echt. Ehrlich. Sau Gut.

Gästekarte

Lamer Winkel Gästekarte – erleben und sparen

Schon bei Ankunft erhält jeder Gast im Lamer Winkel seinen persönlichen Schlüssel zur Region – die Lamer Winkel Gästekarte.

Sie bietet Ihnen während Ihres Urlaubs eine Reihe an Vorteilen – Sie können viele Angebote **vergünstigt oder sogar gratis** nutzen.



Gästekarten – Infobroschüre

erhältlich in den Tourist-Infos, bei Ihrem Gastgeber oder als Download unter www.lamer-winkel.bayern

- Allgemeine Informationen zur Gästekarte auf einen Blick
- Übersicht der kostenlosen und ermäßigten Leistungen
- Bus- und Zugverbindungen im GUTi-Tarifgebiet

Ihre Vorteile auf einen Blick

- **1x freier Schnuppereintritt ab 17 Uhr ins Osserbad** Hallenbad, Freibad, Dampfbad, Sauna und Infrarotkabine
- **Kostenlose Teilnahme an über 400 geführten Wanderungen** im Jahr mit Führungen, Exkursionen, Halbtages- und Tageswanderungen, Schneeschuh- und Winterwanderungen
- **Kostenlose Nutzung von Bus und Bahn** – ÖPNV, Wander- und Skibusse, Rufbus
- **Ermäßigte Wanderkarte** Lamer Winkel für nur 2,00 € Schutzgebühr (statt 8,00 €)
- **Ermäßigte MTB & eBike Tourenkarte** für nur 2,00 € Schutzgebühr (statt 8,00 €)
- **Kostenlose Nutzung der Langlaufzentren Lohberg-Scheiben und Arrach-Eck** keine Parkgebühren
- **Freier Eintritt in das Handwerks- und Mineralienmuseum** im Drexler-Hof Arrach
- **Kostenlose Buchausleihe** in der Gemeindebücherei Lam
- **Ermäßigung bei zahlreichen Einrichtungen** zum Beispiel Bayerwald Tierpark, Kleine Arberseebahn, Osserbad, Drexler-Hof, Sport Geiger und viele mehr ...
- **Kostenloses Infomaterial** Freizeitmagazin „Heimat auf Zeit“, Winterfreizeitkarte, Freizeittipps für Familien, Ortspläne Ihrer Urlaubsorte Arrach, Lam und Lohberg



GUTi-Logo auf Ihrer Gästekarte

kostenfreie Nutzung des öffentlichen Nahverkehrs in den Landkreisen Cham, Regen und Freyung-Grafenau sowie grenzüberschreitende Linien nach Tschechien.

Gastgeber mit aktivCARD oder dem Osserbad Plus-Logo



- die **All-Inklusive Gästekarte** im Bayerischen Wald
- **kostenfreier Zutritt** zu über 130 Leistungen



- **Täglich freier Eintritt im Lamer Osserbad** während Ihres gesamten Aufenthalts
- **So oft und so lange Sie wollen** – ohne Zeitbegrenzung
- **Inklusive Hallenbad – im Sommer natürlich auch Freibad – Dampfbad, Sauna und Infrarotkabine** – während der regulären Öffnungszeiten

Zahlreiche Gastgeber bieten für ihre Gäste „Osserbad Plus“ oder die „aktivCARD“ an. Teilnehmende Gastgeber sind in unserem Gastgeberverzeichnis mit den beiden Signets gekennzeichnet oder Sie finden sie auch unter www.lamer-winkel.bayern

So sammelst du Wandernadeln



Deine digitale Wandernadel kannst du in den lokalen Tourist-Infos gegen „echte“ Wandernadeln eintauschen. Kosten: **2,00 € pro Nadel** (bei Nutzung SummitLynx) Kinder-Wandernadel: **gratis**

Unsere Wandernadeln kann man auch als Souvenir in den Tourist Infos erwerben:

- **5,00 € mit Gästekarte Lamer Winkel**
- **6,00 € ohne Gästekarte Lamer Winkel**

Im „App Store“ oder in „Google Play“ nach **SummitLynx** suchen, installieren und App starten. Wenn du bei Facebook bist, kannst du dich damit anmelden. Natürlich kannst du auch mit Email und Passwort einen SummitLynx-Account anlegen. Im Menü findest du den Punkt „Regionen“. Dort siehst du, welche Wandernadeln es vor Ort gibt und welche Ziele du erreichen musst, um die Nadel zu verdienen. Außerdem erhältst du einen Überblick, wo du schon warst, wie viele Punkte du bereits gesammelt hast und wie viele dir noch fehlen.

Wandere los! Wenn du dein Ziel erreicht hast, starte die App. Trage dich ein, indem du auf den Button mit dem vorgeschlagenen Ziel am unteren Bildschirmrand klickst. Mache ein Foto, schreibe einen kleinen Text und vergiss nicht abzuspeichern. Schon hast du die ersten Wandernadelpunkte gesammelt.

Auf www.summitlynx.com kannst du deine Einträge auch noch nachträglich bearbeiten!

Folgende Wandernadeln gibt es im Lamer Winkel:

Goldene Nadel 2.700 Punkte	Silberne Nadel 1.700 Punkte	Bronzene Nadel 1.000 Punkte	Kindernadel 700 Punkte

Geführte Wanderungen

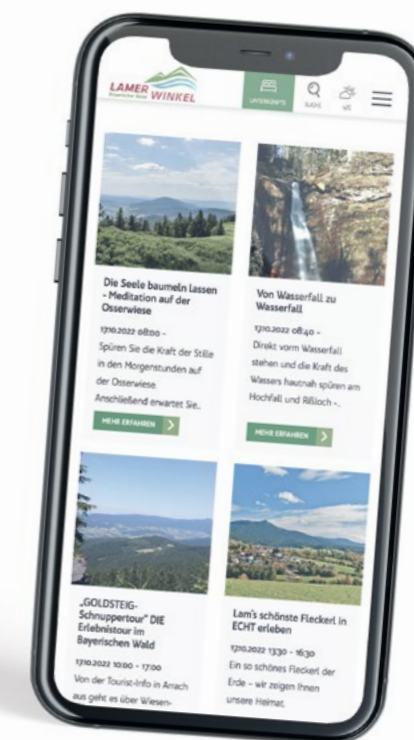
Sie sind nicht gerne alleine unterwegs? Bei unseren geführten Wanderungen erwartet Sie ein vielseitiges Angebot. Urlauben Sie nicht nur, sondern ERLEBEN Sie und tauchen Sie ein in unsere intakte Natur.

- Ganztages-Touren
- Walderlebnisse
- Führungen und Exkursionen
- Kulturerlebnisse
- Gesundheit und Fitness
- Abend- und Fackelwanderungen

Geführte Wanderungen online buchen

- ca. 50 verschiedene Touren
- bequem von zu Hause aus für Ihre Tour anmelden
- kein Benutzerkonto erforderlich

- **Anmeldung** sofern nicht anders angegeben bis zum Vortag um 16 Uhr
- **Anmeldung in den Tourist Informationen:** Tourist-Info Arrach, Telefon **09943/1035** – Tourist-Info Lam, Telefon **09943/777** oder Tourist-Info Lohberg, Telefon **09943/941313**
- **Mindestteilnehmer:** 4 Personen mit Lamer Winkel Gästekarte
- **Teilnahme ist kostenlos** mit der Lamer Winkel Gästekarte für andere Gäste: 10,00 Euro
- **Gästekarte gilt als Fahrausweis** bei öffentlichen Verkehrsmitteln



Alle Wander-Touren hier mit dem Smartphone ansehen.

Landgasthof Söll'n
 Neukirchner Str. 1+2
 93462 Lam / Engelshütt
 www.soelln.de
 e-mail: soelln@t-online.de
 Tel.: 09943/1367
 Fax: 09943/8152

Abendstisch ab 18.00Uhr
 Frühstücksbuffet
 Halbpension
 Terrasse / Biergarten
 Zimmer D/WC, Balkon
 Apartments 2-5 Pers.
 günstige Pauschalen

Kettensäge-schnitzerei aus eigener Herstellung
 Wir freuen uns auf Ihren Besuch

Größe Reithalle und Außenplatz.
 Pferde und Ponys.
 Unterricht, Lehrgänge,
 Abzeichenkurse, Ausritte,
 und Ferienwohnungen.

**Reiterhof
 Woferlbauer**
 93470 Lohberg / Thürstein

Rosmarie Koller-Rößberger
 Dorfstraße 8 · 93470 Lohberg
 Ortsteil Thürstein
 Tel. 09943.2508 · Fax 8765
 reiterhof-woferlbauer@freenet.de
 www.reiterhof-woferlbauer.de

Kutscher-Hannes

Auf Wunsch auch
 mit Hütten-Gaudi
 und zünftigen
 Hax'n Essen

Kutschen- und Schlittenfahrten
 durch den Lohberger- und Lamer Winkel
 Information und Anmeldung
 Hannes Obermeier - Kronerweg 15 - 93470 Lohberg
 Tel. 09943/3481 oder Mobil 0160/5530347 - info@fuhrmann-hannes.de

TAXI Taxi Menacher

09943 / 902787
 0151 / 15558152

Stefan Menacher
 Lehmgrubenstraße 18
 93470 Lohberg
 stefan.menacher@web.de

- Krankenfahrten -
 - Dialysefahrten -
 - Einkaufsfahrten -
 - Wanderer-TAXI -

GLAS KUNST LADEN
 ECHTE HANDARBEIT

Elke Frisch & Roswitha Dimpfl
 Arberstr. 2 - 93470 Lohberg - Tel. 09943/621

- ◆ Gartendekoration ◆ Glasschmuck
- ◆ Wand- und Fensterbilder
- ◆ Lampen ◆ Kreuze ◆ Schalen
- ◆ Glasdekoration ◆ Blumen / Katzen
- ◆ in allen Preisklassen

ÖFFNUNGSZEITEN
 Di - Fr: 10.00 - 18.00 Uhr / Samstag: 10.00 - 14.00 Uhr
 Montag, Sonn- und Feiertage: geschlossen

bodenständig, traditionell, elegant, genussvoll...

Kolmsteiner Hof
 Cafe · Pension · Restaurant

Ihr Ausflugs- und Wanderziel
 mit Panoramablick

Kolmstein - Kreuzwegstr. 9
 93453 Neukirchen b. Hl. Blut
 Te. 0 99 47 - 4 44 · www.kolmsteiner-hof.de
 Mittwoch bis Sonntag geöffnet!

Mittagstisch, hausgemachte Kuchen und Pralinen

Sperl Schuh-Haus

Kastlmühler Straße 7
 93462 Lam
 Tel. 09943 94030

Orthopädienschuhtechnik und Maßschuhmacherei

Orthopädische Schuh-Technik
 Häubt-Schuh Maß-Anfertigung
 Wander-Schuhe

Ottenzeller Kosmetikstüberl
 & Wellnessstodl

100% Crystal KRAFT DER BERG

- Gesichtsbehandlung
- Fußpflege, Maniküre
- Wohlfühlmassagen
- Fußreflexzonenmassage
- Whirlpool für 2 Pers.
- Kombisauna
- Infrarotkabine
- Magnetfeldliege

Inh. Sylvia Pfeffer Birkenstr. 45 93474 Ottenzell
 Tel. 0171/8270913 www.bayerwald-naturkosmetik.de

LUX & FLUX RESTAURANT LUX & FUX

DURCHGEHEND
 WARME KÜCHE
 ESSEN TO GO
 SONNENTERRASSE
 KACHELOFEN

Aktuelle Öffnungszeiten auf Webseite.
 Schwarzenbacherstr. 4, Lohberg
 T: 09943/9438338
 www.restaurant-lohberg.eu

Bayerische Küche – Feierlichkeiten aller Art – barrierefrei

CHAMER HÜTTE – SCHUTZHAUS KLEINER ARBER

Unsere Chamer Hütte liegt am Südhang des Kleinen Arbers auf 1289 Metern mitten im Hochwald. Bei uns können Sie echten Hüttenurlaub im Herzen des Bayerischen Waldes erleben. Unsere modernisierte Hütte verfügt über Mehrbettzimmer, eigene Wasserversorgung, Toiletten, Waschräume und zwei Gasträume, wo Sie das Hütten-Frühstück und bayerische Schmankerl genießen können.

Das Schutzhaus liegt am Premiumwanderweg „Goldsteig“. Direkt ab der Hütte starten zahlreiche traumhafte Touren, etwa zum Großen Arber oder zu den wildromantischen Reißlochwasserfällen.

Chamer Hütte · SC Bodenmais e.V.
 T. 09924 943126 oder T. 01517 297 6195
 service@sc-bodenmais.de
 www.chamerhütte.de

KNC KARIN NAGLER COSMETICS

Karin Nagler
 Cosmetics
 Inh.: Karin Forster
 Marktplatz 20
 93462 Lam

0 151 22 54 85 59
 0 171 43 47 48 4
 info@kn-cosmetics.de
 www.kn-cosmetics.de

Termine nach Vereinbarung

Versüßen Sie Ihren Aufenthalt mit entspannenden Gesichtsbearbeitungen, Körperpeelings, Massagen oder einer Fußpflege!

Rötztinger Hütte

Das Berggasthaus auf dem Kaitersberg mit dem einmaligen Rundblick.

Ab Hudlach in 30min.,
 ab Bad Kötzing-Reitenberg
 in 60min., vom Eck aus in 90min.
 zu erwandern.

Öffnungszeiten: Kötztinger-Hütte.de
 Familie Silberbauer 09946/290

K.R.A.F.T.P.A.R.A.D.I.E.S.
 Klangmeditationen, Klangmassage,
 Reiki & mehr

Schenken Sie sich selbst und Ihren Lieben
 Wohlfühlzeit für Körper, Geist und Seele

Daniela Mohrmann

Bühelweg 8
 93470 Lohberg
 09943-90 28 88
 0170-580 37 01
 info@kraftparadies.de · www.kraftparadies.de

TOUREN TIPP

Der Panoramaweg.
 Lams schönste Fleckerl
 in ECHT erleben.
 Tourenbeschreibung auf Seite 29.

Zum Oedbauern

WALDBAUERNHOF IN VORDERÖD BEI LAM
 Es erwarten Sie herrliche hausgemachte Kuchen und Torten, deftige Brotzeiten, leckere Eisspezialitäten und ein Stück...

URLAUB AUF DEM BAUERNHOF
 Ruhige Sonnenuntergänge, entspannendes Vogelgezwitscher und dazu vielleicht ein Glas Wein? Lassen Sie Ihre Seele baumeln und erleben Sie...

MEHR INFO'S UNTER www.zum-oedbauern.de

MARLE

Kracherl Tradition
 und mehr - seit 1953

Getränke Lemberger · Lam
 Tel. 09943-90 50 83 · www.marle-getraenke.de

Woid Auszeit

26. - 30. Juni 2024

Mittwoch, 26. Juni

- 09:00 Uhr Yoga am See – Dauer ca. 1 Stunde
- 09:30 Uhr „Riechen und Schmecken – die Natur neu entdecken“ – 1 km / leicht
- 10:00 Uhr Die Waldapotheke – Heilsames aus'm Woid – 6 km / mittelschwer
- 11:00 Uhr Der Kleine Arbersee und seine Geheimnisse – 1,5 km / leicht
- 16:00 Uhr Pferdekutschenfahrt durch den Luftkurort Arrach
- 19:30 Uhr Wandern – Balsam für Körper und Seele – 6 km / leicht bis mittelschwer

Donnerstag, 27. Juni

- 10:00 Uhr Kräuterführung mit der Kräuterexpertin – 2 km / leicht
- 10:00 Uhr Was ist los im Arracher Moor? – 1 km / leicht
- 12:00 Uhr Kutschenfahrt durch den Lamer Winkel
- 15:00 Uhr Führung durch den Baumzeichenwald – Dauer ca. 1 Stunde
- 18:00 Uhr Klangmeditation im Lamer Panorama-Park – Dauer ca. 1 Stunde
- 20:00 Uhr „Bunter Sommer“ im Seepark Arrach – Hits der 80er mit „Flashback“

Freitag, 28. Juni

- 09:00 Uhr Streifzug durch die NATUR-ART-PARKS – 3 km / leicht
- 14:00 Uhr Den Wald mit allen Sinnen erfahren – 1 km / leicht
- 16:00 Uhr Kraftort Wald – 3 km / leicht
- 18:00 Uhr Kneippen – das Immunsystem stärken und gleichzeitig entspannen
Dauer ca. 1 Stunde

Samstag, 29. Juni

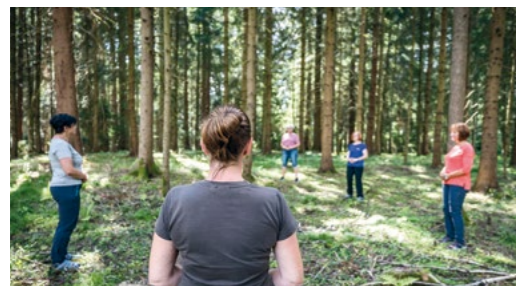
- 03:45 Uhr Sonnenaufgangswanderung zum Osser – 5 km / mittelschwer
Gegen Gebühr Frühstück im Osserschutzhaus möglich
- 10:00 Uhr Geführte Alpaka-Tour
- 13:00 Uhr DoktorWoid Auszeit für die Seele – 8 km / leicht bis mittelschwer
- 16:00 Uhr WoidLauschen Traumreise durch die Natur – Dauer ca. 1 Stunde
- 17:00 Uhr Pferdekutschenfahrt durch den Luftkurort Arrach
- 17:30 Uhr WoidYoga – Dauer ca. 1 Stunde

Sonntag, 30. Juni

- 08:00 Uhr Yoga Wanderung zum Zwercheck – 5 km / anspruchsvoll
- 11:00 Uhr Treffen mit den Bayerisch-Böhmischen Musikanten am Großen Osser
- 18:00 Uhr Workshop „Grüne Kosmetik“ – Dauer ca. 2 Stunden
- 19:30 Uhr Waldauszeit – Entspannung bei leichter Bewegung – 3 km / leicht



Das ganze Programm im Überblick



INFORMATIONEN

- Für alle Veranstaltungen ist aus organisatorischen Gründen eine Anmeldung erforderlich.
 - Kurzfristige Programmänderungen behalten wir uns vor.
 - Anmeldung in den Tourist-Infos oder online möglich.
- Tourist Info Arrach, TEL 09943/1035
Tourist Info Lam, TEL 09943/777
Tourist Info Lohberg, TEL 09943/941313
- Den Flyer mit allen ausführlichen Infos gibt es in den Tourist-Infos oder bei Ihrem Gastgeber.

www.lamer-winkel.bayern



JOSKA
BODENMAIS

www.joska.com
Das Glasparadies
im Bayerischen Wald



Einkaufswelten
Glaskunst
Gästephasen
Familienwelt

Ganzjährige Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 9:30 - 18:00 Uhr
Sa. 9:30 - 17:00 Uhr

Alle Sonn- und Feiertage:

10:00 - 17:00 Uhr geöffnet
von Mai - Weihnachten sowie
die Oster-, Pfingst- und
Weihnachtsfeiertage

Glaserlebnispark 365 Tage
für Sie geöffnet - Eintritt frei



Erlebnisrestaurant, Biergarten
Café Kristallino ganzjährig
täglich bis 18:00 Uhr geöffnet



JOSKA Glasparadies
Am Moosbach 1

JOSKA Glas Arkaden
Ortmitte

94249 Bodenmais
Tel. 09924 - 779 0

www.joska.com

Kulturprogramm

BUNTER SOMMER 2024



Döferinger Blaskapelle

Donnerstag, 13. Juni 2024 - ab 20.00 Uhr

Auftaktveranstaltung zum BUNTEN SOMMER 2024 im Arracher Seepark
Zünftige bayerische Unterhaltung mit der „Döferinger Blaskapelle“



Flashback

Donnerstag, 27. Juni 2024 - ab 20.00 Uhr

Hits of the 80's ... mit „Flashback“

- Kein Jahrzehnt war wohl so aufregend wie die 80er!

Donnerstag, 11. Juli 2024 - ab 20.00 Uhr

Der Garant für Spaß und gute Laune - die **Band „DeWaltons“**
... **Von Blues über Rock, Country bis zu Gospel und Irish Folk**
- DAS Highlight für alle Fans von guter Live-Performance!



DeWaltons

Donnerstag, 25. Juli 2024 - ab 20.00 Uhr

A Tribute to the Rolling Stones mit der Band „Black & Blue“

Unvergessene Klassiker, die Musikgeschichte schrieben, hautnah spüren!

Sonntag, 4. August 2024 - ab 8.00 Uhr

"ARRACHER SEE-KIRTA" - DER traditionelle Standmarkt mit Bewirtung
durch den Trachtenverein "Stoarieda" und musikalischer Umrahmung.



Black & Blue

Donnerstag, 8. August 2024 - ab 20.00 Uhr

ROCK - POP - SOUL & FUN - mit der **Liveband „Blue“**

Party- und Tanzmusik für jeden Geschmack
Ein unvergesslicher Abend im Seepark!

Donnerstag, 22. August 2024 - ab 19.30 Uhr

„Bayerisch-Böhmischer Abend“ mit den Regensburger Wirtshausmusikanten,
einer tschechischen Musikgruppe, bayerischen u. tschechischen Kindertanzgruppen
und den Lohberger Schuhplattlern. Dazu servieren wir bayerische und böhmische
Speisen und Bierspezialitäten!



Liveband BLUE

Der Eintritt ist zu allen Veranstaltungen frei!

Änderungen bleiben vorbehalten!

Wetterbedingt kann es zu Programmänderungen oder -absagen kommen!



Bayer - Böhmischer Abend

Auf Ihr Kommen freut sich der
ARBEITSKREIS SEEPARK

SEEPARK ARRACH

WASSERWELT
MIT SPASSGARANTIE

Weitere Infos unter www.seepark-arrach.de

