

HERFST 2020

ISSUE 01

#VISITBLACKFOREST

HET ZWARTE WOUD

GROEN BELEVEN

By I Live Green Magazine

Pag 8

**Ontdek de beste hotspots
van het Zwarte Woud**

“Combineer spanning
en ontspanning”

Pag 24

**De mooiste
mountainbikeroutes**

‘Ruim 8.500km voor
elk niveau’

Pag 27

**Wildplukken in
Baiersbronn**

‘Maak je eigen
vegan kaviaar’

Pag 32

**Culinair genieten in het
Zwarte Woud**

‘Biologisch,
biodynamisch en lokaal’



**‘Geluk zit in kleine dingen
die de natuur je groots geeft’**

- Sigrid



INHOUD

6-7 - QUOTE OVER GELUK

8-9 - HOTSPOTS VAN HET ZWARTE WOOD

10-15 - ONTDEK KARLSRUHE

ALGEMENE INFORMATIE
10 TIPS

16-17 - GROENE WEETJES OVER HET ZWARTE WOOD

18-23 - ONTDEK BAD WILDBAD EN OMGEVING

SOMMERBERG
WELNESS

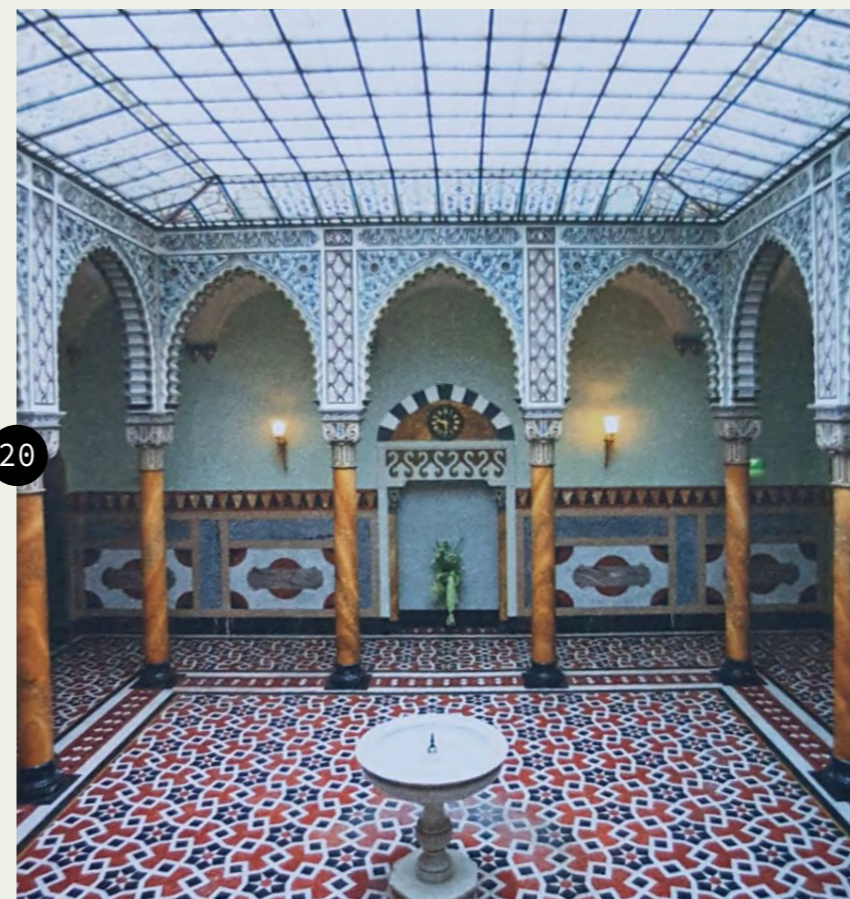
25 - DE MOOISTE MOUNTAINBIKEROUTES

26-31 - ONTDEK BAIERSBRONN EN OMGEVING

WILDPLUK WANDELING
NATUURPARK HET ZWARTE WOOD

32-34 CULINAIR GENIETEN

35 - COLOFON EN ADRESSEN



GA JE MEE FIETSEN IN HET

ZWARTE WOUd



Vakantie in het Zwarte Woud betekent eindeloze naaldbossen en glooiende bergweiden. Daarin kun je fantastisch wandelen en mountainbiken, maar ook voor de recreatieve fietser zijn er volop mogelijkheden. Een aantal fietsroutes is zo gepland dat je stevige klimmetjes ook met de trein of kabelbaan kunt overbruggen. Bekijk [hier](#) alle routes.

Bekijk de **aanbiedingen** en boek gelijk jouw reis



Rijn, wijn en natuur puur

Fietsvakantie in het Zwarte Woud – fietsen op de Südschwarzwald-Radweg

Ongerepte natuur en wijnbergen

- 7 daagse fietsrondreis
- Zwaarte: ●●●○○
- Individuele reis

[Lees alle details »](#)



Langs de meanderende Neckar

Fietsvakantie langs de Neckar | Tübingen – Heidelberg | 7 dagen

Levendige studentensteden en historische gebouwen – fietsen langs de slingerende Neckar

- 7 daagse fietstrektocht
- Zwaarte: ●●○○○
- Individuele reis

[Lees alle details »](#)



Mooie rivierdalen en prachtige steden in de Elzas

Groepsreis fietsen in het Zwarte Woud & Rijndal – 7 dagen

Fietsen op de grens tussen Duitsland en Frankrijk

- 7 daagse fietsreis vanaf 1 plek
- Zwaarte: ●○○○○
- Groepsreis

[Lees alle details »](#)

Foto: Hoofredacteur Sigrid met haar man Chris op ontdekking in het Zwarte Woud

REDACTIONEEL OP REIS DOOR HET ZWARTE WOUd

CORONA HOUDT ONS, GELUKKIG, DICHTBIJ HUIS

We vliegen de hele wereld over, houden vakantie in verre landen en leren andere culturen en gewoonten kennen. En toen kwam corona. En werden we verplicht het dichtbij huis te zoeken. Wat een geluk! Want hoeveel moois is daar te ontdekken. In eigen land en niet ver over de grens. Eerlijk? Als corona er niet was geweest zou ik naar Sicilië gaan. Om te kijken hoe groen de mensen daar leven en hoe biologisch daar een groot deel van uitmaakt. Door op uitnodiging naar het Zwarte Woud af te reizen heb ik ervaren dat je voor groen, spanning en ontspanning helemaal niet ver hoeft te reizen.

GROEN BELEVEN IN HET ZWARTE WOUd

Zo vind je op nog geen 5 uur reizen per trein de stad Karlsruhe, ook wel de poort van het Zwarte Woud genoemd. Ongelooflijk om te zien hoe men in deze Groenste Stad van Duitsland midden in de natuur leeft. Hoe de fiets hier is ingeburgerd als vervoersmiddel en hoe de kwaliteit van leven in deze fantastische stad zo hoog is. De meeste zonnuren vind je ook in deze stad. En van hieruit zwerf je zo het Zwarte Woud in.

SPANNING EN ONTSPANNING OM JEZELF OP TE LADEN

Of je nu van spanning houdt of liever ontspannen op vakantie gaat, in het Zwarte Woud kan het allemaal. Helemaal tot jezelf komen kan tijdens het bosbaden of tijdens wellness-behandelingen die in vrijwel alle hotels worden aangeboden. Je kunt sportief zijn op de mountainbike of per e-bike op een wat rustigere manier van de natuur



genieten. Er zijn vele wandelpaden uitgezet met elk weer een ander thema. Je kunt langs bij wijnboeren, biodynamische boerderijen of je laten verwennen door culinaire chefs. En uiteraard trakteer je jezelf op een stuk Swarzwälder Küche of een andere Duitse specialiteit in één van de vele knusse berghüttes.

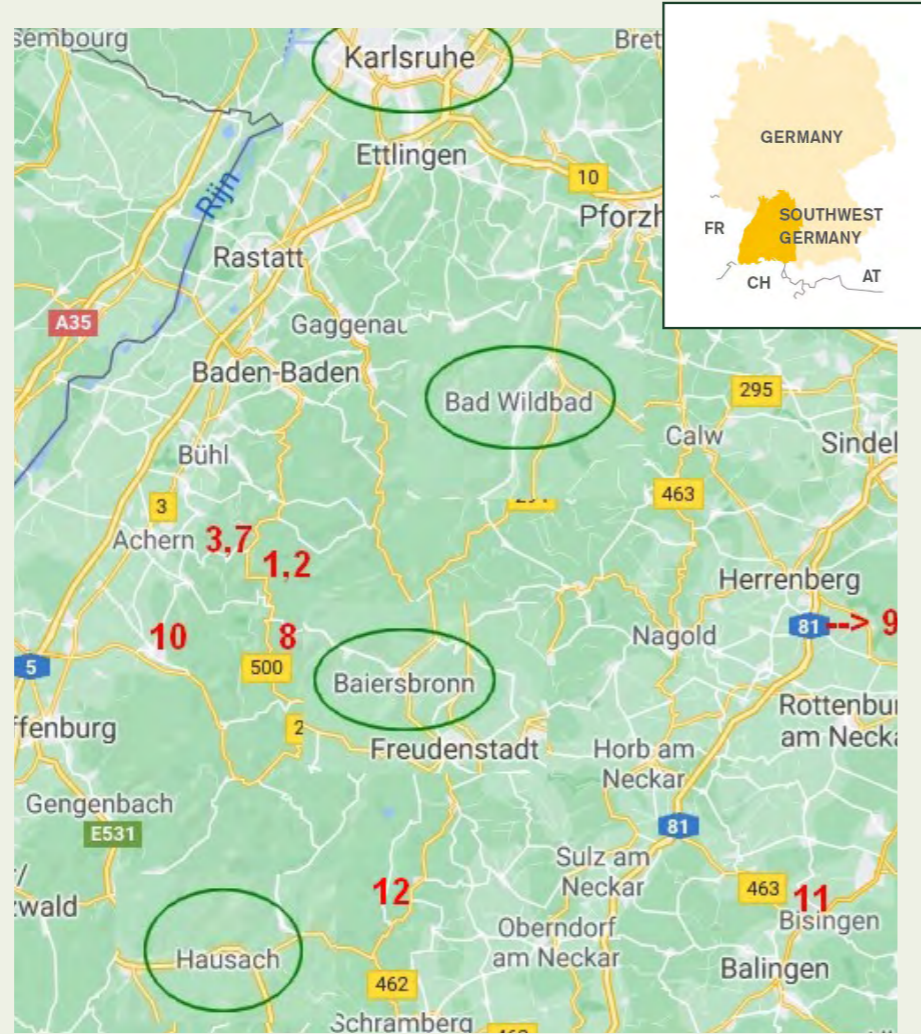
ONDERDEEL VAN DE NATUUR

Hoe jij je onderdompelt in het Zwarte Woud bepaal je zelf. Hoe dan ook zit je middenin de krachtige, maar ook kwetsbare natuur, wat rust geeft en je doet beseffen dat we hier allemaal onderdeel van uitmaken. In dit tijdschrift deel ik graag mijn groene ervaringen van het Zwarte Woud met jou. Zodat je begrijpt dat deze reis écht de moeite waard is. Want je hoeft niet de hele wereld over te vliegen. Genieten en ontspannen kan dichtbij huis. Ik wens je veel plezier op je reis.

Hartelijke groet,
Sigrid

‘Hier zit je midden in de krachtige, maar ook kwetsbare natuur, wat rust geeft en je doet beseffen dat we hier allemaal onderdeel van uitmaken.’

HOTSPOTS IN HET ZWARTE WOOD



De naam Zwarte Woud is ontstaan omdat men hier vroeger mee wilde aangeven dat het bos ondoordringbaar was. Inmiddels vind je in dit bergachtige landschap schilderachtige dorpjes, wijngaarden, wandelpaden, watervallen, kleine meren en vele prachtige uitzichten. Dat maakt dit prachtige stuk natuur bij onze oosterburen ideaal voor een (korte) vakantie, waarbij je spanning en ontspanning kunt combineren.

1. Fascinerend houtenplanckenpad op de Hornisgrinde (1.165m) door een boomloos moeras.
2. 's Morgensvroeg boszwemen bij het kleine romantische bergmeer de Mummelsee.
3. Wandelen door het wijnen bloemendorp Sasbachwalden met vele mooie vakwerkhuisen en omgeven door steile wijngaarden waar je kunt picknicken.
4. Karlsruhe voor een lang weekend in het groen.
5. Natuurbeleving in Bad Wildbad.
6. Nationalpark Schwarzwald bij Baiersbronn.
7. Wandelen door de vallei van de Gaishöll-watervallen.
8. Ruhstein; kloosterruïne van Allerheiligen en prachtige waterval.
9. Sprookjeskasteel Württemberg in Lichtenstein.
10. Oberkirch cultureel erfgoed schnaps Kirsch proeven.
11. Burg Hohenzollern tussen Hechingen en Bisingen.
12. Zipline Hirschgrund.



3



6



10



9

Wist je dat het Zwarte Woud behoort tot het tweede grootste skigebied van Duitsland? SNP Natuurreizen heeft verschillende mooie wintersportreizen naar het Zwarte Woud.

[SNP - Natuurvakantie Zwarte Woud](#)

Bijzonder overnachten? Verken het Zwarte Woud vanuit een van de mooie natuurhuisjes in de omgeving. Van eenvoudig tot luxe en voor ieder budget. Ideaal voor een natuurvakantie.

[Natuurhuisje - Zwarte Woud](#)

MEINE
GRÜNE STADT
KARLSRUHE



JONGE HIPPE (STUDENTEN)STAD

Karlsruhe, gelegen in de Duitse deelstaat Baden-Württemberg, is vrij jong: zo'n 300 jaar geleden kwam markgraaf Karl-Wilhelm von Baden-Durlach in dit gebied wonen. In zijn slaap zou hij een visioen van een stad hebben die was opgezet in de vorm van een 'waaier'. Op 17 juni 1715 gaf hij opdracht om midden in het bos zijn nieuwe residentie te laten bouwen. Nog altijd vormt zijn barokke slot van Karlsruhe het middelpunt van de stad. Van daaruit waaieren 32 straten naar buiten. Een unieke opzet, die wereldwijd opzien baarde. De stad behoudt zijn jonge karakter mede dankzij de studenten aan de Technische Hogeschool, het Karlsruher Institut für Technologie (KIT) dat hier al sinds 1825 zetelt. Karlsruhe is ook het centrum van de federale Duitse rechtspraak, wat op meerdere plekken in de stad zichtbaar is.

KARLSRUHE

De groenste Duitse stad

Aan de rand van het Zwarte Woud vind je in het noorden de stad Karlsruhe. Deze Groenste Stad van Duitsland is omgeven met meer dan 1.000 hectare aan openbare parken, meren en bossen. Hier is het favoriete vervoersmiddel de fiets. Karlsruhe is dan ook dé fietsstad van Duitsland. Ongelooflijk dat je zo weinig hoort over deze geweldige stad zo dichtbij huis. Een stedentrip naar deze stad is écht de moeite waard.

DE BESTE LEEFKWALITEIT

Karlsruhe wordt ook wel de poort naar het Zwarte Woud genoemd. Sinds 1967 draagt de stad het predicaat 'Groene stad'. Bovendien is Karlsruhe uitgeroepen tot de stad met de beste leefkwaliteit van Duitsland. Het historische centrum is verboden voor autoverkeer en fietsers genieten. Eigenlijk heel logisch als je weet dat de fiets hier ook is uitgevonden! Vanaf het historische slot is de stad als een waaier opgebouwd. Alle straten komen uit in de paleistuin en vanaf daar is het één groene oase met enorm veel uitgezette fietsroutes. Boek je een fietstoeer met gids, dan fiets je dwars door de dierentuin die middenin de stad ligt. Vanaf de brug kijk je zo het olifantenverblijf in waar circusolifanten opgevangen worden.

GRATIS OPENBAAR VERVOER

Alles in deze stad ademt het uit: Karlsruhe is een jonge metropool en studentenstad. De vegan eettentjes, groene wijkjes en culturele uitspattingen zijn hip en trendy. Dankzij de ligging tussen het Zwarte Woud en de bergen van de Palts wordt Karlsruhe omringd door prachtige natuur. Een bezoek aan de stad is daarom perfect te combineren met een (fiets)vakantie in de omgeving. Bij boeking van een accommodatie krijg je de Konus-gastenkaart waarmee je gratis van het openbaar vervoer gebruik kunt maken in het gehele Zwarte Woud. Vanwege de ligging bij de Rijn is het noordelijke gedeelte van het Zwarte Woud nog vrij vlak. Houd je van fietsen dan is voor de Zuidelijke gedeeltes een elektrische fiets of mountainbike aan te raden, die je dan ook overal kunt huren.

Tip: Reis je met de auto naar Karlsruhe voor een lang weekend, dan kun je beter 's avonds na de files weggrijden. Overnachten kan in het schattige, rustige plaatsje Unkel (aanrader!). Gelegen aan de Rijn vind je hier allemaal vakwerkhuisen en wijnranken. De volgende dag rijd je dan langs de Rijn dwars door de wijnvelden naar Karlsruhe. Nog groener doen? Met de trein vanaf Amsterdam sta je zonder overstap binnen 5 uur in het hart van de stad.

'Wist je dat Karlsruhe één van de warmste steden in Duitsland is?'

Karlsruhe tips

10X TO DO IN KARLSRUHE

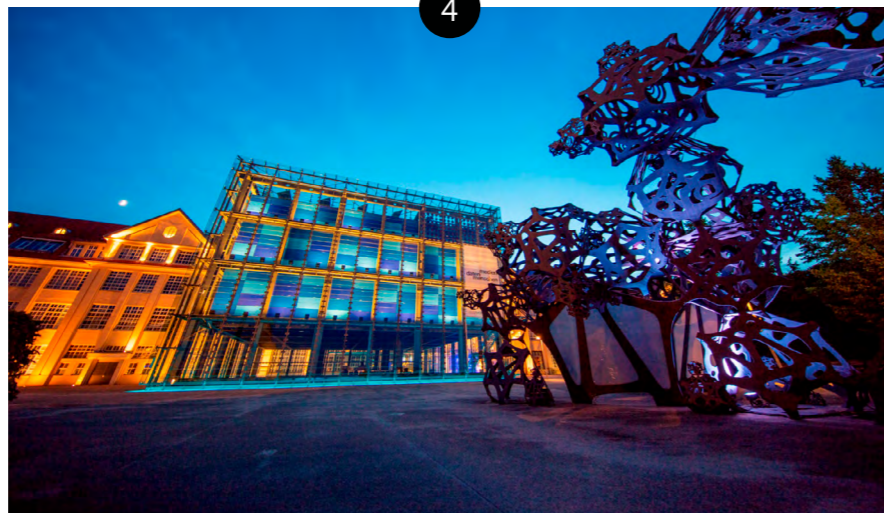


1. Koop lokale lekkernijen op de oudste en mooiste markt van Karlsruhe, gelegen aan de Gutenbergplatz. Ga net als de inwoners lekker picknicken in de paleistuin van het Schloss, waar je zelfs een openbare grillplaats hebt om te barbecueën. Bij mooi weer kun je hier uren doorbrengen dankzij de diversiteit



aan mensen en de gezelligheid om je heen. Het geeft je een vrij en heerlijk gevoel om zo middenin de stad in het groen te zijn.

2. Stap op de fiets voor de NaturRadTour, een 48 kilometerslange vlakke fietsroute door en rond Karlsruhe en absoluut fascinerend. Je fietst



door maar liefst acht beschermde natuurgebieden en drie natuurparken.

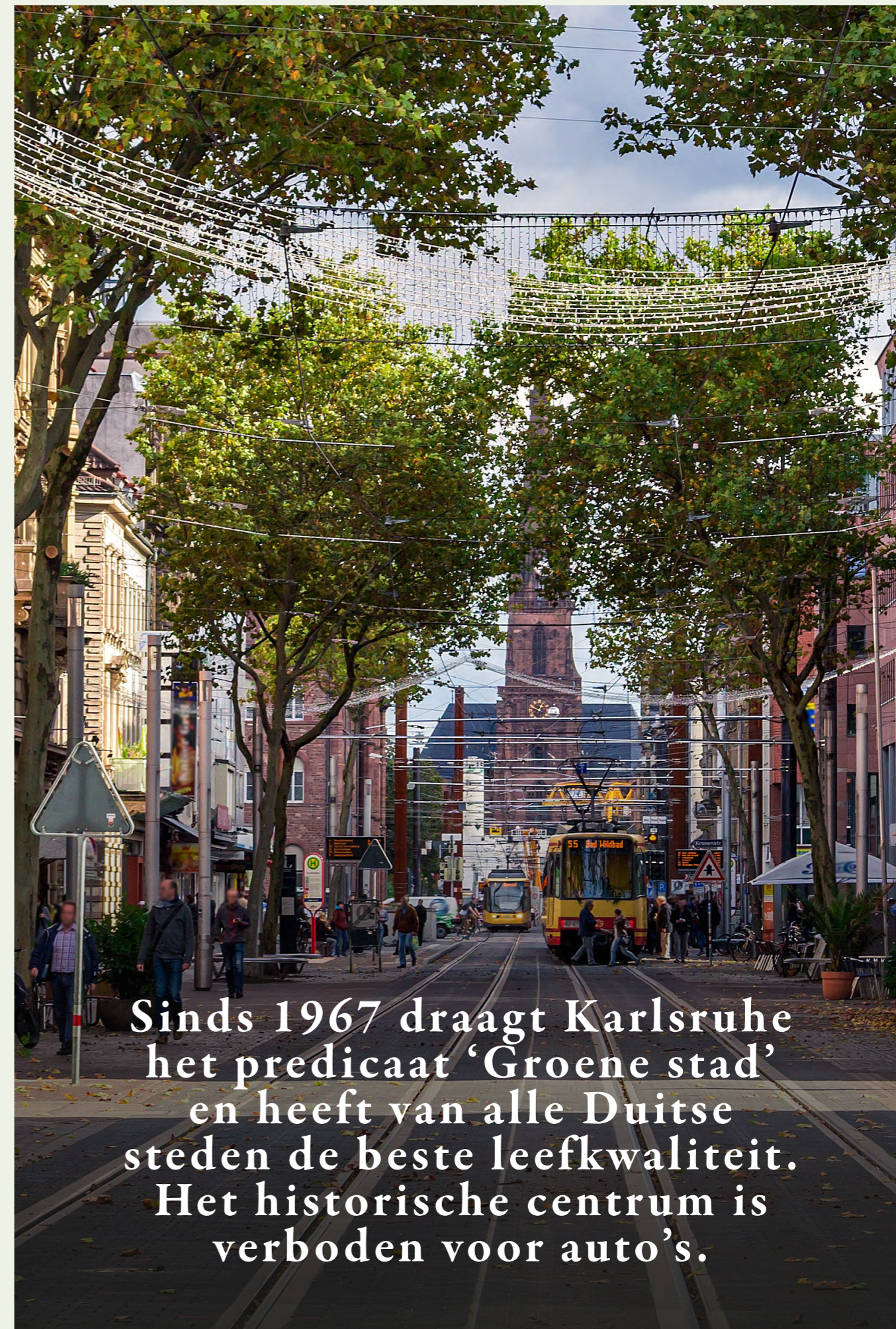
3. Bezoek het Staatliches Museum für Naturkunde. Wij zagen de tentoonstelling Planet 3.0 - Klima. Leben. Zukunft. Een prachtige tentoonstelling die het ontstaan van onze planeet weergeeft en wat de menselijke input haar heeft aangedaan. Met mooie oplossingen hoe het beter kan. Ook vind je hier een permanente tentoonstelling



waarmee je de biodiversiteit van het Zwarte Woud beleeft.

4. Een bijzonder museum in een nog bijzonderder gebouw, is het Centrum voor de Kunst en Mediatechnologie. Deze voormalige munitiefabriek waarvan het stalen skelet voor spannende architectuur zorgt, is volgens kenners de Duitse versie van het Franse Centre Pompidou.

5. Bezoek de Old Town Durlach, herkenbaar aan de 256 meter hoge Turmberg. Dit Middeleeuws dorpje met smalle straatjes ligt aan de rand van Karlsruhe. Voor een fantastisch uitzicht over Karlsruhe en het begin van het Zwarte Woud (bij goed weer kijk je tot aan Frankrijk) ga je met de Turmbergbahn naar boven, de oudste kabelbaan van Duitsland. Terug pak je de 529 traptreden naar beneden.



Top on your list: (vegan) ontbijt bij café Palaver

6. Bezoek zondagmiddag restaurant 'Im Schlachthof' voor een brunch met Duitse lekkernijen. Gelegen op het terrein van een oud slachthuis, is deze plek nu een creatieve broedplaats waar je 24/7 kunt vertoeven. De opgeknapte industriële gebouwen zorgen voor een bijzondere omgeving die een kunstenaarsfeer uitademt. 's Avonds geniet je hier van muziek (regelmatig live optredens), dans en cabaret in één van de vele bars. Lijkt enigszins op de Westergasfabriek in Amsterdam.



7. Drink een Hefe-Weizen in de gezellige Biergarten van bierbrouwerij Hoefpner. Dit bier won een prijs voor 's Werelds beste Hefe-Weizen. Ook lekker: frisdrank op basis van hop!

8. Top on your list: ontbijt bij [café Palaver](#) in de tuin. Nieuwsgierige musjes op de uitkijk, heerlijke sfeer en (vegan) ontbijtjes.



9. Boek je diner in het unieke [sterrenrestaurant Erasmus](#) met biologisch keurmerk. In de tuin of op het balkon geniet je in dit jaren '20 Bauhaus-restaurant van bijzonder mooie gerechten waarbij chefkok Marcello zijn Italiaanse achtergrond combineert met de Duitse keuken! De ingrediënten hebben een bijzondere of lokale biologische/biodynamische oorsprong, waarover Marcello je aan tafel graag meer vertelt.

10. Natuurlijk maak je tijd om lekker te shoppen en te genieten op de vele terrassen van heerlijke lokale lekkernijen! De Postgalerie in het voormalige hoofdparkantoor van Karlsruhe is een van de mooiste shoppingmalls in Duitsland.



CULINAIR GENIETEN

*Regionaal, biologisch
en biodynamisch*

Als je in een cosy omgeving wilt genieten van voedsel dat met aandacht en smaak volgens Michelinsterren is klaargemaakt is this the place to be! Bij Restaurant Erasmus kun je fantastisch eten met bijpassende wijnen, te beginnen met een biodynamisch bubbeltje uit de buurt. Bij elk gerecht vertelt chefkok Marcello een verhaal over de herkomst van het eten op je bord. Het restaurant in Bauhaus-stijl ligt verborgen in groen. Af en toe hoor je het verkeer op de achtergrond, maar het eten en de mensen maken alles meer dan goed. Regionaal of bijzonder van ver (Siciliaanse kaas, slechts nog door 1 persoon gemaakt!) is hier het uitgangspunt. De foto's vertellen de rest. Gewoon zelf uitproberen!



'Producten die slechts leunen op het biologisch certificaat voldoen niet voor mij'

- Chefkok Marcello

Zin gekregen in Karlsruhe? Check deze aanbieding!

Weekendje
karlsruhe

Zon, cultuur, plezier - Karlsruhe

Een weekend in de creatieve stad Karlsruhe is allesbehalve saai: hier ontmoet het barokke kasteel het ZKM | Centrum voor Kunst en Media en hier treft Badense levensstijl trendy kroegen. In Karlsruhe komen moderne gebouwen overal samen met stadsgroen en u stoot op olifanten als u de stad verkent.

**Waarom wachten?
Boek meteen uw weekendje Karlsruhe.**

Dns weekendarrangement omvat:

- 1, 2 of 3 hotelovernachtingen, incl. ontbijt (vr. - ma.)
- Karlsruhe Card, met gratis gebruik van bus en tram in het stedelijke gebied
- kleine verrassing en informatiepakket

Vanaf €119

Tweemaal 3 dagen van tevoren reserveren p.p. in een tweepersoonskamer

KARLSRUHE VERKENNEN

ZOALS U DAT WILT.

Openbare stads rondleiding in het weekend

Karlsruhe: de stad waar u zich thuis voelt

Tijdstip: in het Duits
Mei tot oktober 2020:
Elke zaterdag en zondag om 11.00 uur

in het Engels
28.3. / 11.4. / 26.9. / 30.10.2020 om 11.00 uur

Duur: 2 uur

Prijs: € 10,50 Volwassenen
€ 8,50 studenten en nieuwe burgers
€ 5,00 kinderen tot 14 jaar

50% korting voor houders van de Karlsruhe-Card! Aanmelding bij de Toeristenbureau noodzakelijk.

Toeristenbureau Karlsruhe
Voor: Informatieaansvragen, stads rondleidingen, verkoop van Karlsruhe Cards, hotelboekingservice, souvenirs, tips voor uw verblijf en nog veel meer kunt u terecht bij Tourist Information Karlsruhe.

Openingstijden
Ma - vrij: 9.30 - 18.30 uur
Za.: 10.00 - 15.00 uur
Zo.: 10.00 - 13.00 uur (april - oktober)

Ticket-Service
Tel.: +49 (0) 721 25000

touristinfo@karlsruhe-tourismus.de
www.facebook.com/VisitKarlsruhe
www.twitter.com/Visit_Karlsruhe
www.instagram.com/visitkarlsruhe
www.karlsruhe-tourismus.de/nl

BOEKING EN

Karlsruhe Toeristenbureau (VVV)
Kaiserstrasse 72-74
(op het marktplein)
76133 Karlsruhe

INFORMATIE:

Tel: +49 (0) 721 602 997-580
Fax: +49 (0) 721 602 997-900
touristinfo@karlsruhe-tourismus.de

Groene weetjes

over het zwarte woud

Sinds de oprichting in 2002 werkt het toeristenbureau samen met de transportverenigingen en spoorwegen. Ook beheert het twee natuurreservaten; het Black Forest National Park, opgericht in 2014; en het biosfeergebied, gecreëerd in 2016.

Met de gratis [KONUS-Gästekarte](#) kun je gratis met de bus en/ of trein naar een wandelroute, op ontdekkingsstocht of een ontspannen dagje winkelen. Deze kaart helpt de luchtvervuiling door het toenemende wegverkeer te verminderen en voorkomt dat het landschap wordt uitgehold door extra wegen.

In 2014 ontvingen beide natuurgebieden de Destination Nature Award. Naast de twee natuurreservaten is het Zwarte Woud National Park ook lid van Fahrtziel Natur (Destination Nature).

Zonne-energie, biogas, windenergie, waterkracht, houtsnippers en geothermische energie besparen nu al tienduizenden tonnen CO₂-uitstoot in het Zwarte Woud.

De 'Zwarte Woudhoofdstad' Freiburg werd in 2012 uitgeroepen tot 'meest duurzame stad van Duitsland'.

Een vakantie in het Zwarte Woud is duurzamer dan een verre reis. Vergelijk je de ecologische voetafdruk van reizen, dan kun je 15x naar het Zwarte Woud reizen voordat het gelijk staat aan een reis naar Mexico. Neem je de trein, dan is dat nog meer.

In het Zwarte Woud zijn al 6 milieuvriendelijke viabono-faciliteiten; hier wordt bewust omgegaan met het milieu, men doet aan energie- en waterbesparing, houdt rekening met afvalreductie en het behoudt van natuurlijke hulpbronnen. Er zijn 3 SleepGreen hotels en 10 eco-campings.

Er zijn 9 bio-energiedorpen die energie opwekken via zonne- en biogasinstallaties, wind- en watermolens en hernieuwbare grondstoffen.

Het Zwarte Woud is op weg om een van de meest milieuvriendelijke toeristische regio's van Duitsland te worden.

De 'Zwarte Woudhoofdstad' Freiburg werd in 2012 uitgeroepen tot 'meest duurzame stad van Duitsland'.

Het Nationaalpark Zwarte Woud omvat 10.062 hectare aan natuur. Er is 316km aan loipes, 10 leerpaden voor kinderen, 21 bergh tten en 630km aan fiets- en MTB-paden.

En leuk weetje: overal zie je hier koekoeksklokken. Die staan namelijk symbool voor het Zwarte Woud.

Je vindt hier zo'n 10.000 diersoorten.

DE ULTIEME GROENE OVERNACHTING? DEZE HANGTENT!

Een vakantie in het Zwarte Woud is duurzamer dan een verre reis. Vergelijk je de ecologische voetafdruk van reizen, dan kun je 15x naar het Zwarte Woud reizen voordat het gelijk staat aan een reis naar Mexico. Neem je de trein, dan is dat nog meer.

Foto: Naturträume 2016





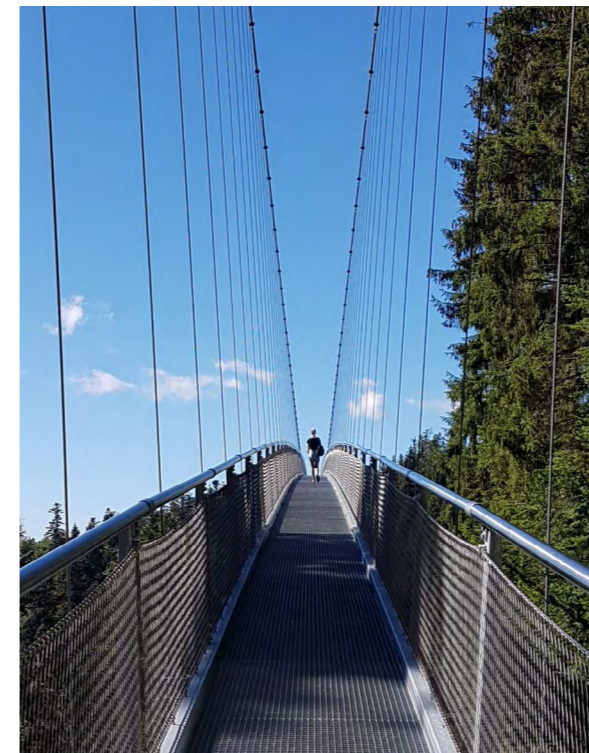
BAD WILDBAD

Heel veel natuur...

In het schattige plaatsje Bad Wildbad heb je het nog niet door, maar zodra je met de kabelbaan de Sommerberg op gaat, zit je in het Zwarte Woud. Zowel in het stadje als in de natuur bovenop de berg kun je hier terecht voor spanning en ontspanning. En dat in een werkelijk bijzonder prachtig, bijna sprookjesachtig decor!

MUST DO AND SEE: WILDLINE EN BAUMWIPFELPAD

Om de natuur op en top te beleven moet je écht de Sommerberg op. Tip 1 is de [Wildline](#). Op deze voetgangershangbrug is het uitzicht waanzinnig! Staand op de 380 meterslange Wildline loop je op 60 meter hoogte met 300 meter diepe vergezichten in het Enztal naar de overkant en voel je je compleet één met de natuur. Tip 2 is het [Baumwipfel boomtoppenpad](#) waar je aan het einde ook écht boven de natuur uitstijgt



‘In Bad Wildbad beleef je de natuur in een sprookjesachtige sfeer’

en de natuur op een andere manier beleeft. Ook leuk voor kinderen, vanwege de informatieborden over de dieren en insecten in het Zwarte Woud en enkele horden die je kunt nemen. Aan het einde van het 1250 lange Baumwipfelpad beklim je een hoge toren voor een waanzinnig 360 graden uitzicht. Natuurlijk neem je de glijbaan terug naar beneden!

3 TIPS VOOR OPTIMALE BELEVING

TIP 1: ga zo vroeg mogelijk of zo laat mogelijk de Sommerberg naar boven, zodat je de eerste bent die de natuur opsnuift! Zo beleeft je het rustige, stille en wonderbaarlijke Zwarte Woud optimaal.

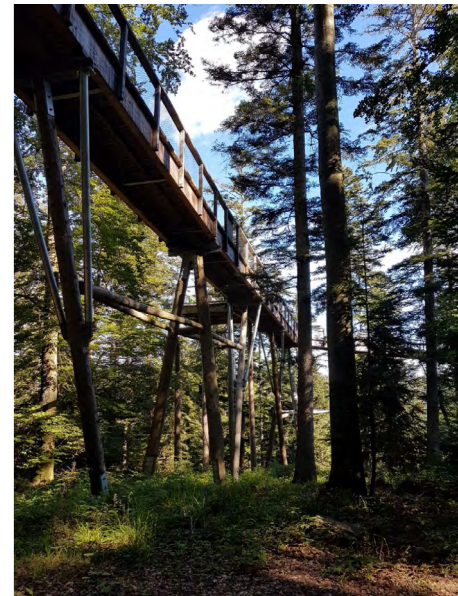
TIP 2: op de Sommerberg zijn heel veel wandel- en (mountainbike) fietsroutes uitgezet met genoeg Berghüttes om even lekker bij te komen.

TIP 3: ga je op reis met kinderen? De natuurspeeltuin die bij het Baumwipfelpad ligt is zó leuk, dat je hier met gemak een hele dag kunt vullen.

TIP 4: Op de Sommerberg kun je in een [Sleeperoo](#) overnachten, middenin de natuur, zonder enig comfort.

MOUNTAINBIKEN ROND BAD WILDBAD

Houd je van stevige [mountainbikeroutes](#) dan haal je hier je hart op. Fiets bijvoorbeeld de Enzmarathon rondrit: een sportieve tocht die van Bad Wildbad via hooggelegen plaatsen naar het Heidelbeerdorf Enzklösterle gaat. Hier vind en proef je alles over de blauwe bes, het blauwe goud van het zwarte woud. Je kunt terug fietsen naar Bad Wildpad, of gebruik maken van het gratis openbaar vervoer. Liever minder inspannend? Voor elk niveau zijn er ritten uitgezet. En de beste tip: huur een elektrische mountainbike.





DE ROMEINEN BADEN AL IN HET ZWARTE WOUD

Waar je ook bent in het Zwarte Woud, het wellnessaanbod is groot. Interessant om te weten is dat de Romeinen al gebruik maakten van de genezende kracht van het thermale water dat je hier vindt. Dat deden ze toen ze zich in het Rijndal en op de hellingen van het Zwarte Woud vestigden. In Badenweiler zijn de ruïnes van de Romeinse badhuizen de oudst bewaard gebleven Romeinse baden ten noorden van de Alpen. Ze zijn de stille getuigen van de vroegere badcultuur die hier plaatsvond. In het Zwarte Woud vind je behalve de historische bezienswaardigheden 29 hotels die het prestigieuze 'Wellness Star'-certificaat hebben gekregen.

...EN ONTSPANNING IN BAD WILDBAD

Na inspanning is het tijd voor ontspanning. De regio Baden-Württemberg, waar Bad Wildbad onder valt, staat bekend om de kwaliteit van haar kuuroorden met warme mineraalrijke bronnen. Ook Bad Wildbad is een kuuroord. Hier beleef je hoe de mensen vroeger gebruik maakten van dit kuuroord. Want al in de Middeleeuwen stonden de hier aanwezige natuurlijke bronnen bekend om hun geneeskrachtige werking.

WELLNESS IN HET MOORSE PALAIS THERMAL

Ga zeker naar het [Palais Thermal](#), dit werkelijk prachtige badhuis van Moorse architectuur stamt uit 1840. De classicistische stijl met elementen van de romaanse en vroege renaissancestijlen zijn goed bewaard gebleven. In 1860 kwamen hier al 4.000 kuurgasten, vooral uit aristocratische kring. Badend in de diverse zwembaden of eenpersoons

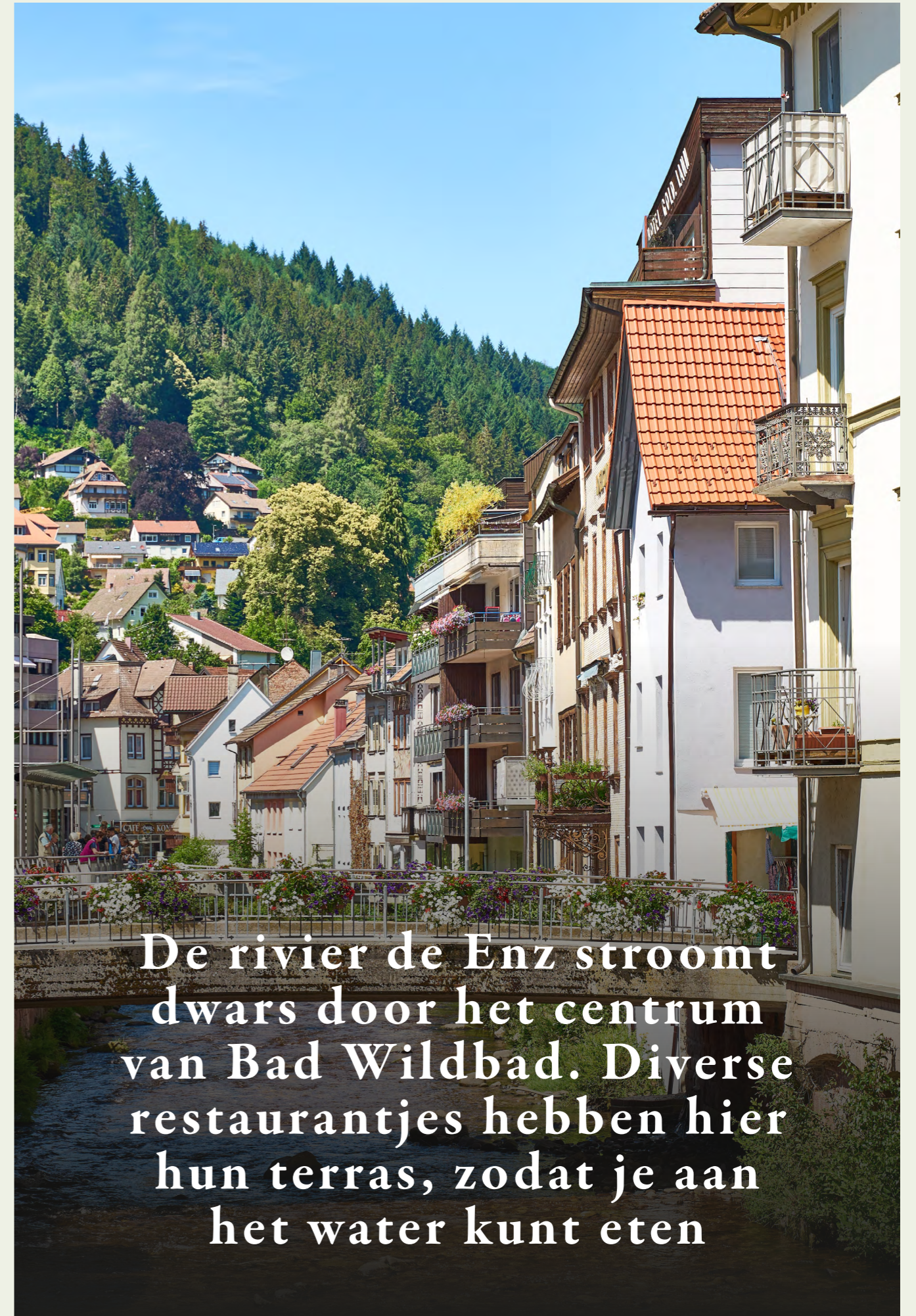
badkamers, voel je je in deze omgeving ook als een prinses. Helemaal opgeladen en fris vervolg je dan je reis verder door het Zwarte Woud.

De 3 kenmerken van het Zwarte Woud die deze regio tot een échte wellnessoase maken zijn: het ontspannende en mooie landschap, de gezonde, heldere lucht en de verschillende wellnessfaciliteiten.

GESCHIEDENIS VAN HET BADEN

Bezoek ook zeker het [König-Karls-Bad](#) (niet in werking als badhuis) waar je de prachtige renaissancestijl nog terugvindt. Je komt die vanzelf tegen als je de mooie Kurparkwandeling door Bad Wildbad maakt. Tip: neem je tijd in de ligstoelen die je hier overal in het groen ziet staan en waar je gratis gebruik van kunt maken.

'In het Zwarte Woud zijn er veel plaatsnamen die beginnen met BAD. Dit betekent dat er een kuuroord aanwezig is. Het woord BAD mag alleen gebruikt worden als het kuuroord is goedgekeurd door de autoriteiten. Het moet beschikken over natuurlijk bronwater dat ter plekke gewonnen wordt, in een groene omgeving liggen en de lucht moet schoon zijn.'



De rivier de Enz stroomt dwars door het centrum van Bad Wildbad. Diverse restaurantjes hebben hier hun terras, zodat je aan het water kunt eten



‘Het geritsel van de bladeren, het gezang van de vogels, de geur van vers gras en vochtige bosbodem, het spel van schaduw en licht - er is bijna geen andere plek waar je jezelf beter kunt uitschakelen en je batterij weer opladen dan in het bos.’

DOMPEL JEZELF ONDER IN DE NATUUR

Wil je even weg uit het dagelijkse leven om nieuwe kracht op te doen, te onthaasten en te ontspannen? Dichtbij huis vind je hiervoor in en rondom Bad Wildbad de optimale voorwaarden! Maak je hoofd vrij en geniet midden in de natuur van steeds weer nieuwe uitzichten. Samen met de gastvrije Duitse hotels en regionale specialiteiten zorg je zo goed voor jouw gezondheid.

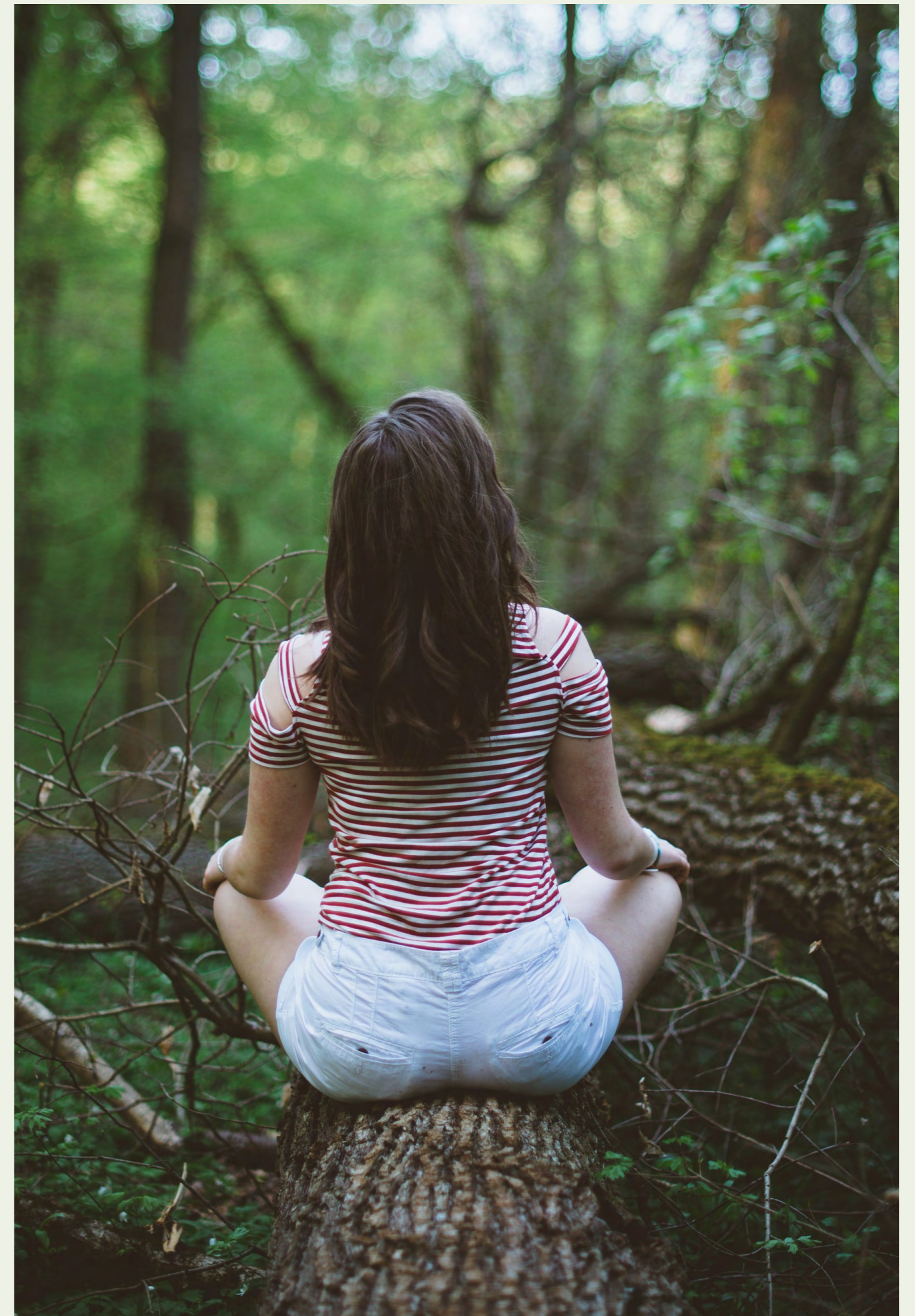
‘BADEN’ IN DE NATUUR

Ken je de term ‘Bosbaden’ al? Dit is ontdekt in Japan waar onderzoeksresultaten naar de invloed van het bos op de menselijke gezondheid zeer positieve effecten aantoonde. De bosbomen, in het bijzonder coniferen, verdampen een stofje waarmee ze buurtbomen waarschuwen voor ongedierte. Verblijf je een halve dag in de buurt van coniferen, dan zou dat jouw immuunsysteem een boost geven, stresshormonen verminderen en je vitaliteit verhogen. Bij Bad Wildbad vind je op de Sommerberg de eerste ‘bosbadkamer’ van Duitsland. Geheel gekleed ga je in de hier aanwezige baden liggen om zo

de effecten van het baden in het bos te ervaren. Dit kan ook onder begeleiding met een coach. De zogeheten Qi-Walking duurt zo’n twee uur en is bedoeld om je eigen krachtbron te ontdekken. Meer info vind je [hier](#).

BELEEF HET BOS MET AL JE ZINTUIGEN

Zelf het bosbaden beleven? Op de Sommerberg volg je het sprookjespad ‘Das Kalte Herz’. Aan het einde van het pad, midden in het bos, staat een oude deur met de woorden ‘bosbadkamer’. Daar staan de eerste twee bosluchtbadkuipen van Duitsland. Zo simpel is het: stap in, ga liggen, sluit je ogen, haal diep adem en geniet van een superieur bosbad. Natuurlijk zet je je mobiel uit. Luister aandachtig: wat hoor je? Wat ruik je? Wat voel je? Stap uit en voel eens aan een boom: voelt de schors koud of warm? Ruw of glad? Doe een loopmediatie en neem elke stap heel bewust. Adem in bij de ene stap, adem uit bij de volgende. In plaats van alleen maar handelen, kun je nu gewoon ZIJN. Zo beleef je het bos als een plek van rust en kracht.



De wegwijzer naar je ideale fiets

Zoek op merk, model of type fiets...



...of ontdek hier alle fietsen!



Vergelijk eenvoudig in het totale aanbod van Fietsvergelijkers



313

verschillende merken



7.168

unieke modellen



53

verschillende aanbieders



17.546

vergelijkingen afgelopen week



Fietsvergelijkers.nl
De wegwijzer naar je ideale fiets

MOUNTAINBIKEN

Voor diehards en beginnelingen

Wist je dat het Zwarte Woud onder één van de beste mountainbikegebieden van Europa valt? Dat komt natuurlijk door de prachtige uitzichten over romantische valleien die zijn omgeven door machtige dennenbossen. Op de ruim 70 bergtoppen die meer dan 1.000 meter hoog zijn loopt meer dan 8.500 kilometer aan mountainbikeroutes!

De MTB-routes zijn allemaal met bordjes aangegeven en leiden je dwars door de prachtige natuur. Of je nu een diehard mountainbiker bent of net begint, voor iedereen is er een verschillende route qua moeilijkheidsgradatie.

BIKEPARK BAD WILDBAD

Voor échte thrillseekers is een bezoek aan bikepark Bad Wildbad een must. Dit park staat bekend om zijn extreem veeleisende afdalingen. Het park biedt in



totaal 5 gevarieerde routes. Hoewel je hier als minder ervaren mountainbikers op een aantal gemakkelijkere routes terecht kunt, ligt de focus duidelijk op ruige afdalingen waar de professionele mountainbiker zich kan uitleven.

RONDRIJ ENZMARATHON

Een sportieve tocht die begint in Bad Wildbad en via de Höhenorte naar Enzklösterle gaat. Vergeet hier vooral niet te genieten van

iets lekkers met bosbessen! Daarna ga je verder naar de Kaltenbronn en via de Hohlohturm terug naar Bad Wildbad. Moeilijkheidsgraad: zwaar. Afstand bijna 50km. Hoogtemeters 976.



BIKE-X-ING SCHWARZWALD

Een echte sportieve uitdaging is de 440 km lange Bike-X-ing Schwarzwald route die van Pforzheim dwars door het Zwarte Woud naar Bad Säckingen aan de Zwitserse grens voert. Met deze prachtige route overbrug je in totaal 16.000 hoogtemeters via een snelle afwisseling van pittige klims en adembenemende afdalingen. De bewegwijzerde route voert je langs 38 plaatsjes. Het mooiste is deze te beginnen in het noorden, dan kun je ook de stad Karlsruhe nog meepikken. Ben je een beginner dan rijd je de rit wellicht in twee weken. Als je al langer op de mountainbike zit red je het in zo'n acht dagen. De route is ook te volgen via de gratis [Schwarzwald-app](#).

RONDONOM BAIERSBRONN

Ook Baiersbronn is een perfect startpunt om te mountainbiken in het Zwarte Woud. Hier vind je adembenemende beklimmingen, snelle afdalingen en technisch veeleisende singletrails op de ruim 800 kilometer, goed bewegwijzerde [Bikearena Murgenz](#). Voor zowel beginners als professionals is er de veelzijdigheid van de

Murg- en Enzvallei:

T4 Ruhestein-Tour – voor de hele familie.

Ca. 37km en 710 hoogtemeters.

T2 Klosterreichenbach-Trailtour – voor de hele familie.

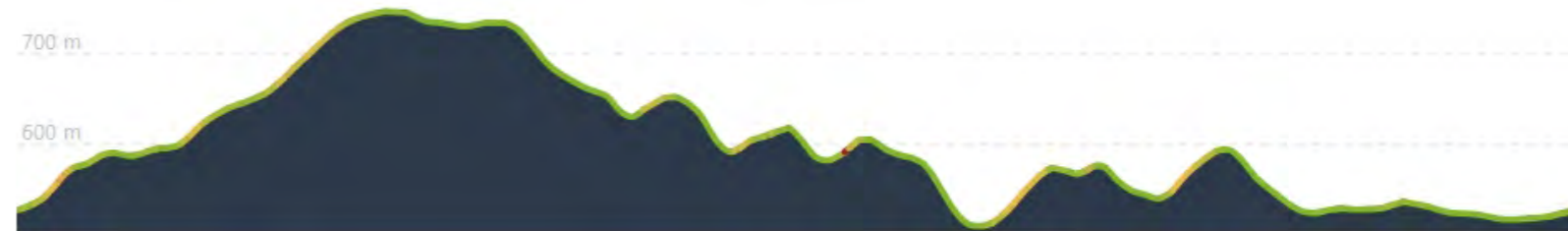
Ca. 20 km en 480 hoogtemeters.

T7 Tonbach-Obertal-Tour – Panorama's, wildernis en lastige trails. Ca. 37 km en 1090 hoogtemeters.

Geen eigen fiets mee? Een (e)mountainbike huur je bij een van de vele fietsverhuurstations.

700 m

600 m



BAIERSBRONN

Kennis van de natuur



HET GROTE WILDPLUK BOEK

In Nederland is Edwin Florés dé wildpluk goeroe. Hij plukt zelfs voor grote chefkoks als Jonnie Boer. Vervolgens betaal jij grif in hun restaurant voor een kruid of plant die gratis in de natuur groeit.



Hij schreef hierover [een boek](#), dat een musthave is als je geïnteresseerd bent in wildplukken en eten uit de natuur. Per seizoen beschrijft hij welke planten er groeien, wat hun werking is en hoe je ze kunt gebruiken. Van heel veel planten en bloemen die in het boek staan weet je vast niet dat ze een heilzame werking hebben of überhaupt dat je ze kunt eten. Ook staan hierin de spelregels van het wildplukken. Er zijn namelijk wel regels in de eetbare natuur.

DIY TIPS

Meer weten over weegbree, andere planten of kruidentips lezen? Check [Kruidengeheimen](#).

Zelf aan de slag voor natuurlijke antibiotica met jouw wilde geplukte kruiden? Dan is [dit boek](#) een aanrader.

Baiersbronn is voor wandelaars écht een paradijs, maar zeker ook voor mountainbikers. Het is ook de perfecte plek om als natuurliefhebber kennis van de natuur op te doen. Want zonder dat je het weet, groeit er namelijk heel veel bijzonders én lekkers in de natuur.



ETEN UIT DE NATUUR

Als je het niet weet, loop je er zo voorbij; bijzondere planten en struiken in de natuur die je kunt gebruiken in de keuken. Gewoon omdat ze lekker zijn, of vanwege hun bijzondere bijdrage aan je gezondheid. Ben je in Baiersbronn en wil

‘Weegbree bevat onder andere vitamine A en B en ALLE mineralen. Wanneer je het kruid inneemt, helpt het je weerstand te verhogen. En de plant groeit gratis langs vele wegen! Let er wel op dat je altijd op een ‘schone’ plek oogst.’

je hier meer van weten? Dan is de wilde plantentocht met gids Christine een aanrader! Als wandelende encyclopedie weet Christine alles van de planten en welke natuurlijke kracht ze bezitten. En of je ze kunt eten of niet

VEGAN KAVIAAR

Tijdens de wandeling pluk je allerlei lekkers bij elkaar. Bij de rustpauze maak je hier een spread van om heerlijk van te genieten, middenin de natuur. Als je je ogen de kost geeft, zie je prachtige bloemen en bijzondere bomen, zoals een roze hazelaar! Christine probeert zelf ook dingen uit. Zo maakte ze van de smalle weegbree vegan kaviaar door hun kopjes drie dagen lang in azijn te weken. Dat maakte de zaden zwart en de smaak fantastisch.

VOEDINGSSTOFFEN VAN DE HAZELNOOT

Net als in het Zwarte Woud vind je in Nederland ook heel veel hazelaars. Daarvan kun je gratis de noten rapen. Hazelnooten bevatten heel veel plantaardige eiwitten,

onverzadigde vetzuren, foliumzuur, vitamine B en E en onder andere de mineralen calcium, magnesium en zink. In de natuurwinkel kun je ook hazelnootolie kopen. Behalve dat die heerlijk over een (herfst)salade is, kun je die ook als verzorgingsmiddel voor je huid gebruiken. Deze werkt zelfs als natuurlijk zonbeschermingsmiddel met een factor 4!

WEEGBREE IN DE WINKEL

Van sommige planten is de naam heel logisch. Weegbree heet zo omdat dit plantje vaak langs ‘weegen’ te vinden is. Het is trouwens één van de meest voorkomende planten op de aardbol. Er bestaan verschillende soorten, zoals smalle weegbree waarvan Christine van de zaden



haar vegan kaviaar maakt. Daarmee verbeter je onder meer je stoelgang. Wist je trouwens dat de zaden van weegbree gewoon in de winkel te koop zijn? Je vindt ze onder de naam Psylliumzaad. Zo nutteloos is dit onkruid dus niet als je het in jouw buurt ziet staan!

KRUIDENGEHEIMEN

Vroeger had men veel meer waardering voor planten. Uit archeologische vondsten blijkt dat bijvoorbeeld weegbree twaalfduizend jaar geleden al als voedsel werd gebruikt. En in oude geschriften van voor onze jaartelling werd de plant gebruikt als geneeskrachtig kruid bij problemen aan de luchtwegen. Uit meerdere studies blijkt inmiddels dat weegbree inderdaad een versterkend middel voor je longen is. Heb jij deze herfst last van verkoudheidsklachten, dan kun je deze plant gebruiken. Het weert ontstekingen, doodt en remt de groei van verkeerde bacteriën en werkt verzachtend voor je keel.





De Auerhahn, dé inwoner van het Zwarte Woud

EÉN MET DE NATUUR, MIDDENIN HET BOS

Een (korte) vakantie in het Zwarte Woud is écht een aanrader, voor jong en oud. Lekker dichtbij, goed te doen met het openbaar vervoer en je bent helemaal terug in de natuur om je weer één met jezelf te voelen. Dichtbij het officiële Nationale Park is Baiersbronn daarvoor dé ideale uitvalsbasis.

CULINAIRE WANDELHEMEL
Baiersbronn en omgeving is bij uitstek geschikt om te wandelen. De ongelooflijke hoeveelheid uitgezette wandelroutes leiden je soms door rustiek bos en soms langs smalle rivieren door diepe kloven. Op de hoge bergen kun je genieten van het uitzicht tot aan de Alpen. Vermoeide voeten? Die koelen snel weer af in het frisse water van de talrijke bergmeren die je hier vindt. In Baiersbronn vind je ook een aantal van de 45 'Genießerpfade' die het Zwarte Woud rijk is. Deze officiële bewegwijzerde wandelpaden voeren je langs regionale keukens van het Zwarte Woud. Hierbij kun je 'Schnapsbrünnele', gezellige herbergen, panoramische opgestelde banken en culturele hoogtenpunten verwachten. [Hier](#) staan de wandelingen uitgeschreven.

NATIONALE PARK ZWARTE WOOD

Natuurlijk kun je met zo'n wandeling de hele dag zoet zijn, interessanter is het om op pad te gaan met een ranger. Ranger Arne nam ons mee het [Nationale Park](#) in, niet te verwarren met het 'gewone'

Zwarte Woud. Dit Nationale Park bestaat uit 10.062 hectare bos en is beschermd. Dat wil zeggen dat de natuur hier op zijn beloop wordt gelaten om het Zwarte Woud weer terug te brengen in zijn oorspronkelijke staat, zoals het ooit ontstond. Dat betekent ook veel kale bomen door de schorskever die je in heel Duitsland ziet. Die verwoest veel bomen, met name snelgroeïende dennenbomen die de mens hier heeft geplant en die weinig weerstand hebben. De oorspronkelijke zilverspar heeft helemaal geen last van die tor. Langzaam verdwijnt zo de menselijke invloed en ontstaat weer het 'echte' Zwarte Woud, waarin ook leefruimte is voor de Auerhaan. Begin volgend jaar wordt het nu nog in aanbouw zijnde informatiecentrum geopend,



wat helemaal in de natuur verweven is. Reden voor ons om zeker nog een keer terug te komen!

Tip: lunch onderweg in de [Darmstatterhütte!](#)

AUERHAHN: SYMBOOL VAN HET ZWARTE WOOD

In het Zwarte Woud wil men het milieu, de bossen en meren voor de jongere generatie achtergelaten op een manier die het waard is om in en met al zijn diversiteit te leven. Duizenden hectares met bomen vormen de groene longen voor de luchtwegen. In het Zwarte Woud vind je de zuiverste kwaliteit aan lucht en dieren die van oorsprong hier leven. Zoals de Auerhahn. Zelf ben ik opgegroeid met deze boshoe. Mijn vader had een Duitse moeder en vertelde altijd een sprookje van Paulus de Boskabouter waarin de Auerhahn voorkwam. Inmiddels zijn er nog maar heel weinig van deze redelijk grote, maar erg schuwe vogel. Dat komt met name door de bomenkap van de mens. Met het actieplan 'Aktionsplan Auerhuhn' wil men de hoeveelheid Auerhunen in het Zwarte Woud stabiliseren.

**Ga je wandelen?
Zorg dat er een
berghütte op je
route zit waar je
heerlijk rustig,
middenin de natuur,
kunt genieten van
een traditionele
lekkernij zoals de
Sattellei Hütte.**



Foto boven: Hütte in Mitteltal



Foto boven: Outdoor escaperoom



Foto boven: Abseilen in het Zwarte Woud



Foto boven: action carts



Foto boven: Paragliden in het Zwarte Woud



Foto boven: Ziplinen door de bomen

YEAH!

LEKKER ACTIEF IN DE NATUUR

Zin in een adrenaline kick, een puzzeltocht waarbij je wandelend door de natuur de oplossing vindt of ben je als avonturier op zoek naar een andere activiteit? Of het nu gaat om een zipline, rodelbaan of parachute: er zijn heel veel manieren om het Zwarte Woud snel, vanaf hoge hoogten of juist in een langzaam tempo te ervaren.

ZWEVEND OVER DE BOMEN

Je kent ze vast wel, van die parken waar je met ziplines tussen bomen zoekt. Vergeet al die activity parks met ziplines. Hier, vlakbij Baiersbrunn krijg je er bij de Zipline Hirschgrund [Area Black](#) Forest weliswaar 'maar' 6, maar die zijn zó de moeite waard! Eerst loop je zo'n 5 minuten de berg omhoog en daarna als een soort tarzan over de boomtoppen te vliegen. Je handen grijpen het touw en dan zet je een stap voorwaarts in de leegte. Plotseling race je door het dal

met niets dan lucht onder je voeten en de boomtoppen ver beneden je naar de andere kant. De ziplines zijn zo'n 500 meter lang wat een werkelijk gave vliegbeleving geeft! Je suist door de lucht en voelt je helemaal vrij met wel een flinke portie adrenaline door je lijf!

ESCAPE IN HET ZWARTE WOOD

Ben je fan van escaperooms? In het Zwarte Woud kun je meedoen aan een Outdoor Escape Walk. Ook hier moet je lastige en spannende puzzels oplossen, maar dan in de prachtige natuur van het Zwarte Woud. Ze zijn er voor jong en oud en met diverse thema's. Wat dacht je ervan om als wijnkenner op zoek te gaan naar een wel heel bijzondere wijn? Hoe vind je die? Naar welke speciale tekens moet je uitkijken? En welke aanwijzingen krijg je tijdens de zoektocht naar de 'Vinum Secretis - het wijngeheim'? Nieuwsgierig?

NOG GEKKER?

- Is niets jou te gek, probeer dan eens de [Zorbing](#). In een gigantische transparante bal rol je dan de berg af!
- Voor de dapperen begint het avontuur met [Schluchting](#): abseilen vanaf 15 meter. Maar eerst klim je door een wilde en romantische rivierbedding in de Murgvallei. Over grote en kleine rotsen, soms springend en klimmend en indien mogelijk met droge voeten.



[Dompel](#) jezelf dan onder in de wereld van berggeheimen of check het filmpje [hier](#).

BERGAFWAARTS OP WIELEN

In Baiersbrunn kun je als een dappere rijder de berg afrollen. In een bergkarretje suis je zo'n anderhalve kilometer bergafwaarts. Je snelheid bepaal je zelf, door wel of niet te remmen. Het lijkt op een zomerrodelbaan, maar dan zonder rails. Iets te snel voor jou? Je kunt ook een Segway, fatbike of ander vervoersmiddel huren. Nog

rustiger is de Ziesel: een klein rupsvoertuig met krachtige elektrische aandrijving dat is ontwikkeld voor het werken op steile hellingen.

TIP

Deze activiteiten liggen allemaal bij elkaar in de buurt. Logeer je in Hausach, neem dan na deze adrenaline kick de gratis trein (met de KONUScard) naar het schattige stadje Haslach im Kinzigtal verderop. Daar kun je in de bossen nog een prachtige rustgevende wandeling maken.



Foto boven: Zorbing

- Vlieg als een adelaar over het Zwarte Woud. Bij Bad Herrenalb kun je met een paraglider genieten van het uitzicht in de lucht. Duitser Tobias Vöster heeft het huidige record van 193,7 km. Dat lukt jou denk ik niet. Meer informatie vind je [hier](#).
- Houd je van klimmen, dan zit je in het Zwarte Woud goed. In Baden-Baden kan dat op de legendarische donkerrode Battertfelsen. Afhankelijk van het weer en de prestatie-eisen wachten talloze droomrotsen om door jou te worden beklommen. Dat kan ook onder begeleiding van een ervaren bergbeklimmer waar je ook de benodigde uitrusting kunt lenen.

CULINAIR GENIETEN VAN REGIONALE SPECIALITEITEN

Nergens anders vind je zoveel sterrenchefs als in het Zwarte Woud. Meer dan 400 restaurants, herbergen en chef-koks worden jaar na jaar door gastronomische gidsen veredeld met sterren, koksmutsen, diamanten, gourmetpunten of kooklepels. De Baden-Zwabisch-Elzasser-keuken wordt bereid met de beste ingrediënten uit de regio.

ZOETE VERLEIDING

Hoogtepunt van de Badense keuken is de Schwarzwälder Törte, een internationaal bekende taart. De combinatie van de vulling was al vroeg bekend in het zuidelijke Zwarte Woud. Boerenvrouwen kookten vers geplukte zoetzure kersen die ze besprenkelden met huisgestookte kirsch. Dit mengden ze met room die ze uit verse melk schepten. Dit verstoppen ze tussen lagen chocoladecake. Op diverse plaatsen in het Zwarte Woud kun je een bakcursus volgen, zoals bij [Café am Eck](#) in Baiersbronn. Zelf thuis aan de slag? Het authentieke recept vind je [hier](#).

BRANDEWIJN VAN KERSEN

Schwarzwälder Kirschwasser is een regionale brandewijn. Deze is gemaakt van fruitige zwarte kersen, die hier volop groeien. Wist je dat de naam 'Schwarzwälder

Kirsch' een kwaliteitskeurmerk is en wettelijk wordt beschermd. Een kirsch mag alleen als zo worden verkocht als hij is gemaakt van kersen uit deze regio. Alleen al in de gemeente Oberkirch, met ongeveer 19.000 inwoners, staan 900 thuisstokerijen geregistreerd. Het vakmanschap van het distilleren kun je het beste ervaren – en proeven! – als je hier een distilleerderij bezoekt.



SCHWARZWÄLDER SCHINKE

Op een echte Zwarte Woudham moet je kunnen wachten. Het vlees komt van het meest waardevolle stuk van het varken: de achterpoot! Met de hand wordt dit ingewreven met zout of pekkel, waar de smakelijke, rode kleur door ontstaat. Hoe langer het in de lucht wordt gedroogd of op sparren- en beukenhout wordt gerookt, hoe delicateser het aroma zich ontwikkelt. Gelukkig wordt die delicatesse overal in het Zwarte Woud geserveerd, al bij het ontbijt. Wil je deze smaak in Nederland ontdekken? Koop dan de op beukenhout gerookte ham van St.Hendrick in de biologische speciaalzaak.



Tip: Bezoek het [Schwarzwälder Schinkenmuseum](#) in Feldberg.

WIJN UIT EN SLAPEN IN HET VAT

Wist je dat in Baden druiven groeien voor wereldberoemde wijnen? Het relatief droge en zonnige klimaat is perfect voor goede kwaliteit Spätburgunder (Pinot Noir) en rijpe, relatief volle Grauburgunders (pinot Gris) en Weissburgunders (Pinot Blanc). Diverse wijnboeren, waaronder biologische, bieden rondleidingen en proeverijen aan. Ook leuk: slapen in een houten wijnvat! De familie Wild in Sasbachwalden heeft twee houten wijnvaten voor maar liefst 8.000 liter Pinot Noir omgebouwd tot een tweepersoons appartement midden tussen de wijnstokken! Natuurlijk kun je hier ook de wijn kopen die de familie maakt.

s'Wilde Weingut

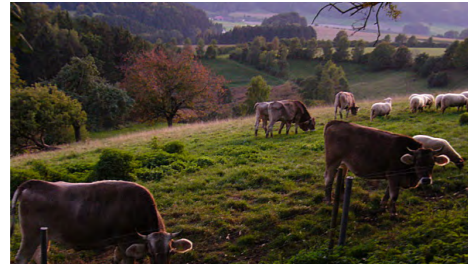


GLUTENVRIJ BIOLOGISCH BIER

Uiteraard vind je in het Zwarte Woud heel veel soorten bier. Ook de regio rondom Offenburg staat bekend om haar biercultuur. In de brouwerij van Schnitzer Bräu worden alleen maar glutenvrije bieren gebrouwen, waarvan de grondstoffen biologisch zijn. Check dit biertje, dat ook in Nederland te koop is: helder blond, ruikend naar mout en hop, met een fris bittere smaak.



Onder: Speciaal voor het
Zwarte Woud: Maultaschen



**KAAS VAN
BIODYNAMISCHE MELK**
Uiteraard bezochten wij een biodynamische boerderij, die je hier gelukkig veel vindt. Meestal is er een boerderijwinkel bij, waar je gelijk de Demeter-producten kunt kopen, zoals lekkere zelfgemaakte kazen van biodynamische melk. Daarvoor grazen de koeien met hun imposante horens lekker van kruidenrijke weiden. Er zijn ook biodynamische boerderijen waar je kunt overnachten, zoals bij Hofgemeinschaft Heggelbach. Op dit veeteeltbedrijf met eigen kaasmakerij en boomgaard lopen naast koeien ook schapen, varkens, kippen, ganzen en twee geitjes. Het houtsnipper-verbrandingssysteem zorgt voor stroom en het koelwater voorziet in de warmtebehoefte van de gehele boerderij. Boven in de oude boerderij zijn drie compleet ingerichte appartementen. Boeken kan [hier](#).

PROBEER OOK EENS 'VESPER'
In het Zwarte Woud staan lokale tradities hoog in het vaandel. De gebakken forel op je bord komt vaak uit het beekje om de hoek. Boeren fokken steeds vaker dieren die oorspronkelijk uit het Zwarte Woud komen en gewend zijn aan de lokale omstandigheden. Zeer de moeite waard is deen Schwarzwälder Vesper: een stevige maaltijd die laat zien hoe je echt 'op z'n Zwarte Wouds' eet. Deze maaltijd bestaat uit huisgemaakte worst, gerookte forel of ham en knapperig brood uit het Zwarte Woud.



COLOFON:

Coördinatie:
Sigrid Koeleman - Lamers
Recepten:
Sandra Frey
Vormgeving:
Werner Hiemstra (Sólide Agency)
Beeldmateriaal:
privébeeld, Ellen Mes, Pixabay.com, Unsplash.com, PxHere, Adobe en toeristenbureaus

ADRESSEN:

Informatie over Baden-Württemberg waar het Zwarte Woud zich bevindt

REISDAG
[RHEINHOTEL SCHULZ](#) - 4-sterrenhotel
Vogtsgasse 4, Unkel

KARLSRUHE
[NOVOTEL KARLSRUHE CITY](#), Festplatz 2

BAD WILDBAD
[FAMILIEHOTEL BERGFRIEDEN](#), familie Roller. Met gratis toegang tot het naastgelegen wellness Vitaltherme.

[Toerist-info bureau](#)

BAIERSBRONN
[WELLNESS HOTEL LAMM](#) in Mitteltal, met zwembad en sauna. Inclusief werkelijk voortreffelijke keuken.

[HOTEL ZUR EICHE](#) familiehotel in Hausach waar de 5e! generatie werkt. Voortreffelijke keuken met Swarzwälder Küche!

[Tourist-Info bureau](#)

Meer informatie over de reis en ervaringen van blogger Sigrid lees je in haar [Polarstepsverslag](#).

WIN:

INFORMATIEMAP ZWARTE WOOD

Korte vakantie met veel mogelijkheden

Wil je deze herfst nog een paar dagen er tussenuit? In Zuid-Duitsland vind je een prachtig groen gebied, waarvan de naam anders doet vermoeden. In het Zwarte Woud vind je een combinatie van natuur, wellness en mooie steden. De poort van het Zwarte Woud, Karlsruhe is binnen 5 uur bereikbaar per trein. Meer weten over dit bijzondere, veelzijdige gebied, waar regionaliteit heel belangrijk is? We geven een informatiemap van het Zwarte Woud weg, inclusief boekje met de highlights van Karlsruhe en een uitgebreide wandel- en fietsmap van de omgeving. Wil je dit winnen, laat dan weten waarom wij dit jou moeten sturen.

Door te reizen focus je op het heden en uit overtuigend onderzoek blijkt dat dit je gelukkiger maakt. Een reis in de natuur vol verwondering ruimt je geest op. De prefrontale cortex in je brein vergeet zonder veel moeite alle dagelijkse verplichtingen en to-dolijstjes. Daardoor neemt stress af. Wanneer boek jij jouw reis?

Reizen is
investeren
in jezelf

