



Gemeinsam unterwegs: Georg Luft (l.) und Helmut Baumgartner machen in Sandheim bei Regenstauf fürs Foto kurz Halt.

Fotos: Luft/Baumgartner/Unrecht

Im Sattel quer durch die Region

Helmut Baumgartner und Georg Luft haben ein „Genussradlbuch“ verfasst – Motto: „Waden statt Laden“

Von Dagmar Unrecht

Landkreis. Radltouren austüfeln, neue Strecken abseits der Verkehrsströme ausprobieren und dabei die Natur genießen: Für Helmut Baumgartner ist das ein willkommener Zeitvertreib – schon seit Ende der 1980er Jahre. Bei dem 69-Jährigen hat sich im Laufe der Zeit allerhand Wissen angesammelt. So viel, dass für seinen Wanderfreund Georg Luft irgendwann feststand: Daraus sollte ein Buch werden. Vor einem Jahr machten sich die beiden gemeinsam ans Werk, jetzt liegt ihr Radwanderführer vor. Der Name ist Programm: „Genussradeln rund um Regensburg“ lautet der Titel.

Auf „ganz normalen Trekkingrädern“ – ohne Federung und ohne E-Antrieb – haben Baumgartner und Luft dafür die Region im Umkreis von rund 50 Kilometern rund um Regensburg erkundet. 22 Touren haben sie zusammengestellt – steile und flache, kurze und lange. „Nur langweilig ist keine“, sind sich die beiden sicher.

Gern allein auf Tour

Allzu wilde Abfahrten und Anstiege sind nicht dabei. „Waden statt Laden“, lautet das Motto von Baumgartner und Luft. Sie schwören auf ihre „Bio-Bikes“. Baumgartners Gefährt hat schon 30 Jahre auf dem Buckel, auch Luft setzt schon seit 15 Jahren auf dasselbe Rad. Am liebsten sind die beiden „abseits des Mainstreams“ unterwegs – und das auch gern allein. Nur eine einzige Tour sind die Männer gemeinsam geradelt. Sonst war die Arbeitsteilung so: Einer recherchiert vornweg – meistens Helmut Baumgartner. Der andere fährt die vorgeschlagene Tour ein paar Tage später nach, kontrolliert und



„Ich radle gern früh los und mache bei Sonnenaufgang Fotos.“

Georg Luft
Radler und Autor



Idyllischer Blick ins Himmel-mühlbachtal bei Forstmühle



„Ich fahre Strecken immer wieder ab und variiere die Touren neu.“

Helmut Baumgartner
Radler und Autor

schichtliche Tour rund um Singing und Nittendorf. „Wenig Asphalt und Verkehr plus eine schöne Strecke“ – so sieht für Baumgartner eine gelungene Radlrouten aus.

Insgesamt sind die 22 Strecken mehr als tausend Kilometer lang. Fünf leichte und vier schwere Etappen haben sich die Autoren ausgedacht, der Rest ist mittelschwer. Auch Einkehrmöglichkeiten werden genannt, schließlich geht es ums Genussradeln. Jede Tour hat einen roten Faden – mal sind es Flüsse, mal Grenzsteine, die Geschichten erzählen. „Wenn ich radle, nehme ich mir meistens ein Thema vor“, erzählt Baumgartner. Außerdem wälzt er leidenschaftlich gerne Karten. Entdeckt er einen „weißen Fleck“, ist seine Neugier geweckt. Der pensionierte Postbeamte hat überdies ein Faible für Statistik. Eckdaten seiner Ausflüge dokumentiert er in Exceltabellen. So zum Beispiel auch sein aktuelles Projekt: Die Grenze des Landkreises Regensburg etappenweise zu Fuß abzumarschieren.

Keine Lieblingsstrecke

Baumgartner stammt gebürtig aus Schöllnach im Landkreis Deggendorf, seit den 1980er Jahren lebt er in Regensburg. Sein persönlicher Lieblingsplatz im Landkreis befindet sich in Kallmünz bei der Steinernen Brücke, gegenüber der Burg. Aber auch in Pfatter ist er gern: „Der Ort gefällt mir.“ Luft ist bevorzugt im westlichen Landkreis unterwegs, auch die Gegend um Velburg, wo er bis zu seinem zehnten Lebensjahr aufgewachsen ist, hat es ihm angetan. Eine eindeutige Lieblingsradroute vermag aber keiner der beiden zu nennen: „Rund um Regensburg ist es überall schön.“

Radeln rund um Regensburg

Touren: 22 verschiedene Fahrradtouren haben Helmut Baumgartner und Georg Luft in ihrem Buch (erschienen im Battenberg Gietl Verlag) zusammengetragen. Von der Dreiflüssetour an Regen, Naab und Donau entlang bis zur 100-Kilometer-1000-Höhenmeter-Megatour rund um Regensburg. Texte und Bilder stimmen auf die Landschaften ein, durch die die Strecken führen.



Das Buch mit den Radltouren

Beschreibung: Zu den Touren gibt es detaillierte Karten, Angaben zum Höhenprofil und eine Schwierigkeitsbewertung. Auch GPS-Daten zu den Routen sind verfügbar, das Buch ist aber nach Angaben der Autoren so aufgebaut, dass es auch ohne geht. Die Strecken sind für normale Trekkingräder geeignet. Für Mountainbiker verweisen die Autoren, wo es sich anbietet, auf alternative Wege.

gibt Anregungen. „Wir ergänzen uns optimal“, sagt Luft. Der 56-Jährige ist eigentlich mehr Wanderer als Radler: „Da habe ich mehr Zeit zu fotografieren.“ Innerhalb von drei Jahren hat Luft drei Wanderführer geschrieben. „Danach brauchten meine Füße eine Pause.“ Da kam die Idee für das Radlbuch gerade recht.

Die Strecken führen durch sehr unterschiedliche Gegenden. Luft, der als Geografie- und Englischlehrer an den

St. Marien-Schulen in Regensburg unterrichtet, mag die landschaftliche Vielfalt rund um Regensburg: Von Norden stößt die Fränkische Alb mit ihrem kalkig-weißen Untergrund vor. Im Westen gurgelt die Schwarze Laber. Südlich der Donau erstreckt sich eine wellige Hügellandschaft. Richtung Straubing wird die Gegend weiter und flacher. Anstrengender ist das Radeln dagegen in Richtung Oberpfälzer und Bayerischer Wald. Die Touren

im Buch spiegeln diese bunte Mischung wider. Die Höhenmeter variieren je nach Strecke zwischen gemütlchen 17 und heftigen tausend. Zwischen Parsberg, Straubing, Schwandorf und Abensberg sind die Radler unterwegs. Schwerpunkt ist das Regensburger Umland von Hemau über Beratzhausen, Regenstauf, Brennbach und Sünching. Eine Seen- und Weiherrunde in Neutraubling ist zum Beispiel ebenso dabei wie eine industriege-