

Gratis-Updates
zum Download 

DUMONT

Reise-Taschenbuch

Klaus Bötig

Lüneburger Heide

Wendland · Elbtalaue

Mit ungewöhnlichen Entdeckungstouren, persönlichen Lieblingsorten und separater Reisekarte



Lüneburger Heide: Die 10 Highlights



Lüneburger Heide

Wendland · Elbtalaue

Klaus Bötig

Gratis-Download: Updates & aktuelle Extratipps des Autors

Unsere Autoren recherchieren auch nach Redaktionsschluss für Sie weiter. Auf unserer Homepage finden Sie Updates und persönliche Zusatztipps zu diesem Reiseführer.

Zum Ausdrucken und Mitnehmen oder als kostenloser Download für Smartphone, Tablet und E-Reader.

Besuchen Sie uns jetzt!

www.dumontreise.de/lueneburger-heide



DUMONT
Reise-Taschenbuch

Inhalt

| | |
|-----------------------------|----|
| Lüneburger Heide persönlich | 6 |
| Lieblingssorte | 12 |
| Schnellüberblick | 14 |

Reiseinfos, Adressen, Websites

| | |
|---------------------------------|----|
| Informationsquellen | 18 |
| Wetter und Reisezeit | 20 |
| Anreise und Verkehrsmittel | 21 |
| Übernachten | 22 |
| Essen und Trinken | 24 |
| Aktivurlaub, Sport und Wellness | 27 |
| Feste und Veranstaltungen | 32 |
| Reiseinfos von A bis Z | 36 |

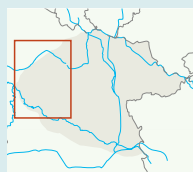
Panorama – Daten, Essays, Hintergründe

| | |
|--|----|
| Steckbrief Lüneburger Heide | 40 |
| Geschichte im Überblick | 42 |
| Erdgeschichte – die Entstehung der Landschaft | 46 |
| Die Heide heute – ein Pflegefall | 49 |
| Leben am Fluss – die Elbe | 52 |
| Weißes Gold – Lüneburg und das Salz | 56 |
| Spätes Glück – Celle und die Welfen | 59 |
| Stoff für Gala & Co. – zwei Frauenschicksale | 63 |
| Die Heideklöster – Grund genug für eine Reise | 66 |
| Die Heide literarisch – von Eckermann bis Arno Schmidt | 71 |
| Neuere Kunst in der Heide – von Bossard bis Hundertwasser | 75 |
| Weitgehend Vergangenheit – das Militär in der Heide | 78 |
| Junge Großstadt – Wolfsburg und VW | 81 |

| | |
|--|----|
| Dauerbrenner – Gorleben und der Atom Müll | 84 |
| Kartoffeln und Zucker – Agrarindustrie in der Heide | 87 |

Unterwegs in der Lüneburger Heide

| | |
|--|-----|
| Der Westen | 92 |
| Naturschutzpark Lüneburger Heide | 94 |
| Undeloh | 95 |
| Nieder- und Oberhaverbeck | 97 |
| Walderlebniszentrum Ehrhorn | 99 |
| Hof Tütsberg | 99 |
| Wilsede | 102 |
| Schneverdingen | 104 |
| Wanderung: Auf Planken durch das Pietzmoor | 107 |
| Wanderung: Vom Pietzmoor durch die Osterheide auf den Höpen | 108 |
| Rotenburg (Wümme) | 113 |
| Landpark Lauenbrück | 113 |
| Neuenkirchen | 114 |
| Radtour: Durch die Kunstlandschaft | 115 |
| Der Südwesten | 116 |
| Soltau | 117 |
| Bad Fallingb. ostel | 119 |
| Walsrode | 120 |
| Verden (Aller) | 125 |
| Visselhövede | 129 |
| Im Nordosten | 130 |
| Egestorf | 130 |
| Nindorf | 131 |
| Jesteburg | 131 |
| Lüneburg und der Norden | 132 |
| Lüneburg | 134 |
| Kloster Lüne | 150 |
| Salzhausen | 156 |
| Amelinghausen | 157 |
| Bispingen | 161 |
| Scharnebeck | 167 |
| Bardowick | 169 |
| Winsen (Luhe) | 169 |



Inhalt

| | |
|---|-----|
| Die mittlere Heide | 170 |
| Uelzen | 172 |
| Bad Bevensen | 178 |
| Kloster Ebstorf | 180 |
| Munster | 183 |
| Faßberg | 184 |
| Wanderung: Zum Schmarbecker Wacholderwald | 185 |
| Müden (Örtze) | 185 |
| Wanderung: Zum Wietzer Berg | 187 |
| Bergen und Umgebung | 189 |
| Gedenkstätte Bergen-Belsen | 190 |
| Ostenholz | 191 |
| Hermannsburg | 192 |
| Wanderung: Misselhorner Heide und Tieftal | 192 |
| Unterlüß | 194 |
| Hösseringen | 194 |
| Bad Bodenteich | 198 |
| Hankensbüttel | 199 |
| Eschede | 203 |
| Auto- oder Radtour durch stille Dörfer | 203 |
| | |
| Celle und der Süden | 204 |
| Celle | 206 |
| Winsen (Aller) | 219 |
| Wietze | 220 |
| Wienhausen | 221 |
| Gifhorn | 228 |
| Wolfsburg | 231 |
| | |
| Elbtalau und Wendland | 236 |
| Rechtes Elbufer | 238 |
| Neuhaus | 239 |
| Stixer Wanderdüne | 246 |
| Wanderung: Stixer Wanderdüne | 247 |
| Linkes Elbufer | 247 |
| Blekedde | 247 |
| Radtour: Auf dem Elberadweg | 248 |
| Hitzacker | 251 |
| Wanderung: Auf dem Klötzie-Stieg | 252 |
| Göhrde | 256 |
| Höhbeck | 258 |
| Schnackenburg | 259 |
| Das Wendland | 262 |
| Dannenberg | 264 |
| Jameln und Platenlaase | 266 |
| Lüchow | 266 |



| | |
|-------------------------------------|-----|
| Lübeln | 274 |
| Wustrow | 275 |
| Clenzer Schweiz | 275 |
| Gemeinde Lemgow | 275 |
| Nemitzer Heide | 279 |
| Gartow | 281 |
| Gorleben | 282 |
| Radtour oder Wanderung bei Gorleben | 282 |
| Register | 284 |
| Autor/Abbildungsnachweis/Impressum | 288 |

Auf Entdeckungstour

| | |
|---|-----|
| Markenzeichen der Heide – zu Fuß durch den Naturschutzpark | 100 |
| Eine ›tierisch gute‹ Route – Freizeitparks in der Heide | 122 |
| Am Sande – eine Runde über Lüneburgs schönsten Platz | 140 |
| Noch verrückter als Neuschwanstein – Haus Iserhatsche | 164 |
| Wie die Heidjer lebten – Freilichtmuseum Hösseringen | 195 |
| Zu Besuch bei Otter & Co. in Hankensbüttel | 200 |
| Tristan und Isolde in Wienhausen – ein ›Augenspaziergang‹ | 225 |
| Die Elbe und die DDR – unterwegs im Amt Neuhaus | 240 |
| Eine andere Welt – Rundlingsdörfer-Route bei Lüchow | 268 |
| Per Auto oder Rad zu den Kirchen der Gemeinde Lemgow | 276 |

Karten und Pläne

s. hintere Umschlagklappe

- Dieses Symbol im Buch verweist auf die Extra-Reisekarte Lüneburger Heide

Liebe Leserin, lieber Leser,



wer an die Lüneburger Heide denkt, hat meist die Farbe Lila vor Augen. Blühende Erika, dunkle Wacholderbüsche, Heidschnuckenherden mit Schäfer, reetgedeckte Holzhäuser und meist noch eine Pferdekutsche gehören zur Standardvorstellung von der Heide-Idylle. Bilder dieser Art geistern durch Filme und TV-Serien wie »Rote Rosen« und sind meist auch auf den Covern von Reiseführern zu sehen. Und in der Tat: Diese romantische Szenerie ist zu finden und jede Reise wert. Aber die Heide blüht nur etwa sechs bis acht Wochen im Jahr und Heideflächen nehmen nur einen kleinen Teil der Region ein.

Doch die Heide ist ja noch viel mehr. Ich wohne in Bremen, also quasi am Rande der Heide, und fahre zu jeder Jahreszeit hin. Lüneburg und Celle gehören für mich zu den schönsten Städten Norddeutschlands, die sechs mittelalterlichen Heideklöster zu den bedeutendsten kunsthistorischen Stätten ganz Deutschlands. Vor allem schätze ich die Vielseitigkeit der Region und ihr großes Freizeitangebot. Wandern, Radeln, Reiten und Kanufahren sind hier gut organisierte alternative Fortbewegungsmöglichkeiten, zahlreiche Tierparks sorgen für einen Hauch von Exotik. Besonders gern bin ich, auch im Winter, in den unglaublich stillen Rundlingsdörfern des Wendlands und im völlig autofreien Wilsede im Herzen des Naturschutzparks Lüneburger Heide, wo der Heide-Tourismus begann.

In diesem Buch geht es mir besonders darum, die unerwartete Vielfalt der Region in all ihren Facetten darzustellen. Dazu gehören Moor- und Heidewanderungen, originelle Hotels und Pensionen, Sternerestaurants und einfache Kneipen, Kunstmuseen und Erinnerungen an die einstige deutsch-deutsche Grenze, Werksbesichtigungen und das regionale Angebot an guten Mitbringseeln. Auch einige Originale können Sie mithilfe des Buches finden, so z. B. einen Imker, der noch Press- und Scheibenhonig verkauft, oder einen ehemaligen Berliner Malermeister, der zum Schlossherrn mit eigenem Vulkan avancierte.

Ich wünsche Ihnen viele spannende Erlebnisse auf Ihrer Reise in die Region und bin gespannt auf Ihre Rückmeldungen.

Ihr

Klaus Botig



Ein lilafarbener Pflanzenteppich mit grünen Akzenten: die Heide zur Blütezeit

Leser fragen, Autoren antworten

Lüneburger Heide – meine Tipps

Wann blüht die Heide?

Blühende Heide erwartet Sie zwischen Anfang August und Mitte September. Aktuelle und sehr ausführliche Informationen liefert jedes Jahr das »Heideblüten-Barometer« auf www.lüneburger-heide.de.

Wo kann ich besonders viel blühende Heide sehen?

Die größten zusammenhängenden Heideflächen liegen im **Naturschutzpark Lüneburger Heide** zwischen **Undeloh**, **Ehrhorn**, **Oberhaverbeck**, **Niederhaverbeck** und **Döhle**. Ihr Besuch ist für Heide-Neulinge ein Muss. **Totengrund**, **Steingrund** und **Wilseder Berg**, Deutschlands berühmteste Heideflächen, liegen in diesem Naturschutzpark, den man zu Fuß, per Rad oder mit der Kutsche erkunden kann. An den Naturschutzpark grenzen die Heideflächen im lebhafteren Ort **Schneverdingen**. Besonders schöne und große Heideflächen gibt es

auch im Umkreis von **Müden (Örtze)**, **Hermannsburg** und **Unterlüß** im **Naturpark Südheide**. Sie liegen dicht beieinander und sind sehr abwechslungsreich; Müden ist eins der schönsten Heidedörfer überhaupt.

Besonders schöne Heideflächen



Lüneburger Heide persönlich – meine Tipps



Heide-Rundreise (1 Woche)

Größte Heidefläche in der Region **Uelzen** ist die westlich der Stadt gelegene **Ellerndorfer Wacholderheide**. Im Wendland wartet **Nemitz** mit einer bewegten Heidefläche auf. Kleinere Heiden gibt es aber auch anderswo. Eine exakte Übersichtskarte finden Sie als kostenlosen Download auf www.lueneburger-heideland.de.

Ein Kurztrip in die Heide – drei Varianten

Konzentrieren Sie sich auf ein kleines Teilstück. Wählen Sie den **Naturschutzpark Lüneburger Heide**, unternehmen Sie dort eine Kutschfahrt und eine Tageswanderung und genießen Sie einen Heidschnuckenbraten. Gute Standorte sind **Undeloh** oder **Niederhaverbeck**. Oder nehmen Sie sich die **Elbtalau** vor. Per Auto oder Fahrrad können Sie beide Elbufer erkunden: zunächst von **Neu Bleckede** bis zur »Dorfrepublik« **Rüterberg** sowie die Gemeinde **Amt Neuhaus** am Ostufer des Flusses, dann von **Hitzacker** bis **Bleckede** das westliche Ufer. Dritte Alternative: das Wendland um **Lüchow** und **Dannenberg** mit seinen Rundlingsdörfern und seiner Alternativ-Kultur. Auto und Fahrrad sind hier die besten Verkehrsmittel.

Heide-Rundreise (1 Woche)

Sie beginnen Ihre Rundreise am besten in **Lüneburg**, fahren dann in den **Naturschutzpark Lüneburger Heide** und nach **Schneverdingen**. Von dort geht es über **Bispingen** weiter nach **Müden (Örte)**. Über **Hösseringen** steuern Sie **Celle** an und von dort reisen Sie über **Wienhausen** und **Gifhorn** nach **Hankensbüttel**, **Bad Bodenteich** und **Uelzen**. Dann erkunden Sie das **Wendland** mit seinen Rundlingsdörfern und übernachten in **Dannenberg** oder **Hitzacker**. Durch die **Elbtalau** fahren Sie rechts- oder linkselbisch nach **Bleckede** und kehren nach **Lüneburg** zurück.

Welche Unterkünfte eignen sich besonders für Familien?

Gut auf Familien eingestellt sind das **Südsee-Camp** bei Wietzendorf (www.suedsee-camp.de) und **Center Parcs Bispinger Heide** (s. S. 163). Beide Ferienparks sind durch ihre tropischen Badelandschaften auch in der kühle-

Highlight: die Kulturelle Landpartie





Jedes Haus ein Unikat mit Geschichte: der Platz Am Sande in Lüneburg

ren Jahreszeit attraktiv. Im Sommer lockt zudem der **Ferienclub Lüneburger Heide** (s. S. 257) bei Hitzacker mit einem Reit- und Fußballprogramm für Kinder und Jugendliche. Auf Familien spezialisiert ist das **Hotel Averbeck** bei Bergen (s. S. 191), das ein Programm für Groß und Klein auf die Beine stellt.

Welches sind die kulturellen Höhepunkte?

Außer **Lüneburg** und **Celle** die sechs **Heideklöster** (s. S. 66), das **Kunstmuseum in Wolfsburg** und die **Kunststätte Bossard** bei **Jesteburg**. Kirchenliebhaber sollten in die Gemeinde **Lemgow** im Wendland mit ihren fast unbekannteren Kleinoden fahren. Genießen Sie einen Abend im **Schlosstheater von Celle** und im Sommer die »**Musik in Heidekirchen**« (s. S. 34). An Events ist vor allem das Kulturfestival »**Movimentos**« in Wolfsburg eine eigene Reise wert. Lohnend ist um Pfingsten im Wendland die »**Kulturelle Landpartie**«.

Highlights für Technikfans

Sehenswert sind das **Schiffshebewerk Scharnebeck** und die **Schleuse Esterholz** am Elbe-Seitenkanal, das **VW-**

Werk in Wolfsburg und als historisches Denkmal der **Alte Kran** an der Ilmenau in **Lüneburg**. Im Winter können Sie die **Zuckerfabrik** in **Uelzen** besichtigen, eine der größten Zuckerfabriken Deutschlands.

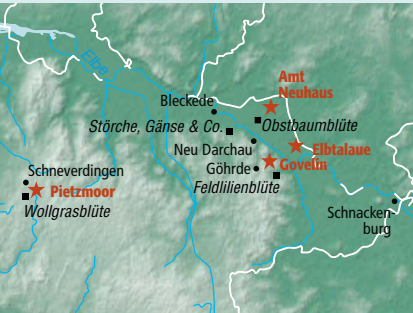
Die Heide in der Nebensaison

Zwischen November und April sind viele Museen außerhalb der Städte sowie wegen mangelnder Beheizbarkeit auch die Heideklöster geschlossen. Für Kirchen muss der Schlüssel meist erst im Gemeindeamt oder beim Küster besorgt werden. Schön ist freilich der Anblick von Heideflächen und Wäldern, wenn Schnee liegt. Hobby-Ornithologen werden von den vielen Überwinterungsgästen in der Elbtalau begeistert sein, auch die meisten Tierparks sind ganzjährig geöffnet. Für ein Wellness-Wochenende ist man auch im Winter in Lüneburg, Soltau oder Bad Bevensen mit ihren Solebädern gut aufgehoben.

Welche Ziele außer der Heide bieten sich für Naturfreunde an?

Besonders schön ist die **Elbtalau** zwischen **Bleckede** und **Schnackenburg**.

Lüneburger Heide persönlich – meine Tipps



Ziele & Attraktionen für Naturfreunde

Die Elbe ist mit ihren vielen Windungen und Altarmen von allen deutschen Strömen der Natur am nächsten. Zwischen **Neu Darchau** und **Hitzacker** gibt es sogar bewaldete Steilufer und nahe dem rechten Elbufer in **Amt Neuhaus** eine hohe Wanderdüne. In der Nähe des linken Elbufers dehnt sich die **Göhrde** aus, Norddeutschlands größter zusammenhängender Mischwald. Dort kann man im Herbst gut Pilze suchen.

Und was bietet die Natur, wenn die Heide nicht blüht?

Besonders attraktiv ist die **Wollgrasblüte** in den Mooren Ende April/Anfang Mai. Sehr leicht und schön können Sie diese im **Pietzmoor** bei **Schneverdingen** erleben. In eine ganz einsame Region lockt Sie die **Feldlilienblüte** bei **Govelin**. Vor allem in der Gemeinde **Amt Neuhaus** am rechten Elbufer blühen im Frühjahr die **Apfel-, Birnen- und Zwetschenbäume**. Die **Elbtalau** ist ohnehin wegen ihres **Vogelreichtums** ganzjährig ein attraktives Ziel. Zahlreiche Weißstörche nisten hier, auch Schwarzstörche sind vereinzelt zu sehen. Im Winter sind Zehntausende Gänse, Enten und Schwäne zu Gast, sogar Seeadler sind hier wieder heimisch geworden.

Komme ich ohne Auto zurecht?

Das geht im Naturpark Lüneburger Heide besonders gut. Dort verkehren vom 15. Juli bis 15. Oktober täglich drei Ringbuslinien, die Passagiere und deren Räder kostenlos transportieren. Dieser **Heide-Shuttle** verbindet u. a. Soltau, Bispingen, Buchholz, Jesteburg und Salzhausen mit den Orten am Naturschutzpark, insbesondere **Undeloh**, **Nieder- und Oberhaverbeck**.

Ebenfalls drei Ringbuslinien verkehren von Juli bis September unter dem Namen **Entdeckerbus** in der Region Uelzen, allerdings nur freitags bis sonntags. In Uelzen haben Sie Anschluss an die **Metronom-Züge** aus Hamburg und Hannover. Ziele von Uelzen aus sind u. a. Bad Bevensen, Kloster Ebstorf, das Freilichtmuseum Hösseringen und Bad Bodenteich. Auch die Nutzung dieser Busse ist kostenlos.



Welches ist der schönste Fernwanderweg?

Die 10000 Abstimmungsteilnehmer der Zeitschrift »Wandermagazin« haben den **Heidschnuckenweg** (223 km) 2014 zu Deutschlands schönstem Wanderweg gekürt. Er beginnt in Fischbek bei Hamburg und passiert nach 26 km den Bahnhof von **Buchholz** in der Nordheide. Er ist ein guter Startpunkt für eine Wanderung. Stationen sind **Undeloh**, **Schneverdingen**, **Bispingen**, **Soltau**, **Müden (Örtze)**, **Faßberg**, **Un-**



Gut zu befahren und abwechslungsreich: der Elberadweg (hier bei Stiepelse)

terlüß und Hermannsburg, bevor der bestens markierte Weg in Celle endet (197 km, etwa zehn Tagesetappen).

... und der schönste Radweg?

Der **Elberadweg** gehört zu den beliebtesten Radwegen Deutschlands. Er führt von der tschechischen Grenze 860 km weit bis Cuxhaven an der Nordsee. In der niedersächsischen Elbtalaue kann man ihn von **Bleckede** aus als Rundkurs befahren (s. S. 248). Zwei bis drei Zwischenübernachtungen sollte man entlang der etwa 60 km langen Strecke einplanen.

Kann man Kanu fahren?

Viele der kleinen Heideflüsse stehen Kanuwanderern offen. In mehreren Orten gibt es Verleihstationen, auch geführte Touren werden angeboten. Besonders schöne Einsetzpunkte sind **Müden (Örtze)**, **Hermannsburg**, **Dannenberg** und **Uelzen**. Die Elbe sollten wegen der Strömungen nur sehr geübte Kanuten befahren.

... und reiten?

Für Pferd und Reiter ist die Heide ein nahezu ideales Revier. Zahlreiche Hotels besitzen Gästeböden und kilo-

meterlange Reitwege sind ausgewiesen. Reiterhotels und -höfe bieten Reitunterricht für jedes Alter.

Meine liebsten Badeplätze

Neben zahlreichen Frei- und Hallenbädern gibt es eine Reihe von Badeseen, an denen häufig ein künstlicher Sandstrand aufgeschüttet wird. Mir gefallen der **Gartower See** und der **Hüttensee** bei **Meißendorf** am besten. Im Winter ziehe ich mich gern in die tropischen Badeparadiese des **Südsee-Camps** bei **Wietendorf** (www.suedsee-camp.de) und des **Center Parcs** bei **Bispingen** zurück. Die Elbe meide ich als Badegewässer, sie ist wegen ihrer Strömungen zu gefährlich.

NOCH FRAGEN?

Die können Sie gern per E-Mail stellen, wenn Sie die von Ihnen gesuchten Infos im Buch nicht finden:

boetig@dumontreise.de
info@dumontreise.de

Auch über eine Lesermail von Ihnen nach der Reise mit Hinweisen, was Ihnen gefallen hat oder welche Korrekturen Sie anbringen möchten, würden wir uns freuen.



**Purer Barock – das Celler
Schlosstheater, S. 216**



**Bei Tag und Nacht – Lüneburgs
Wasserviertel, S. 144**



Lieblingsorte!

**Bäume im Sand – Stixer
Wanderdüne, S. 244**



**Zeitgeschichte vor Augen – der Hafen
von Schnackenburg, S. 260**





**Zur Ruhe kommen – Café im
Kloster Lüne, S. 155**



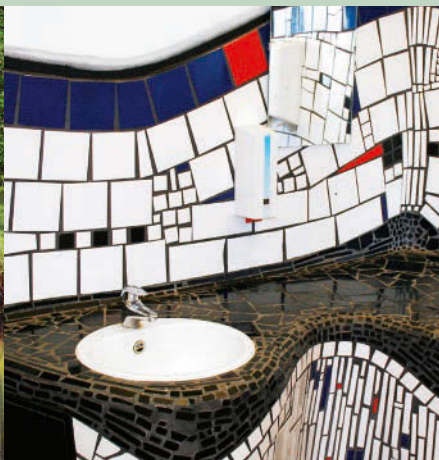
**Umfangen von Harmonie –
Rundlingsdorf Satemin, S. 272**

Die Reiseführer von DuMont werden von Autorinnen und Autoren geschrieben, die ihr Buch ständig aktualisieren und daher immer wieder dieselben Orte besuchen, gleichzeitig aber beständig nach Neuem Ausschau halten. Irgendwann entdeckt dabei jede Autorin und jeder Autor seine ganz persönlichen Lieblingsorte. Plätze mit einem besonderen Flair, Orte, die einem den Blick für neue Trends oder vergangene Zeiten öffnen oder einfach nur eine entspannte Atmosphäre bieten – eben Wohlfühlorte, an die man immer wieder zurückkehren möchte.

**Zu jeder Jahreszeit schön –
das Pietzmoor, S. 111**



**Fliesenkunst – Toiletten im
Hundertwasser-Bahnhof, S. 174**



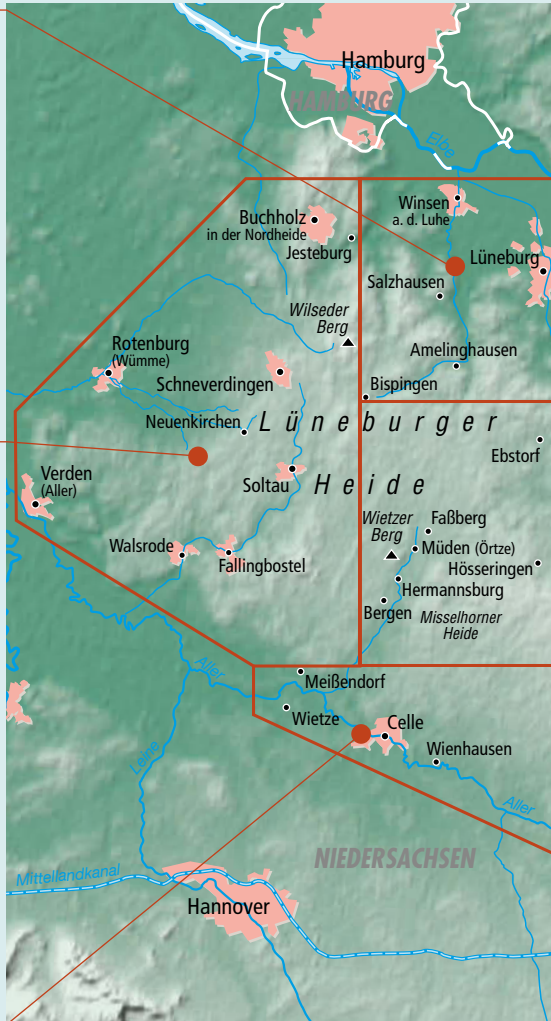
Schnellüberblick

Lüneburg und der Norden

In Lüneburg bilden das historische Stadtbild, individuelle Shoppingmöglichkeiten und die zweithöchste Kneipendichte Europas einen harmonischen Dreiklang. Amelinghausen und Bispingen stehen für Heideflächen, in Scharnebeck fahren Schiffe Fahrstuhl – und in Haus Iserhatsche sind »Vulkan-ausbrüche« vorprogrammiert. S. 132

Der Westen

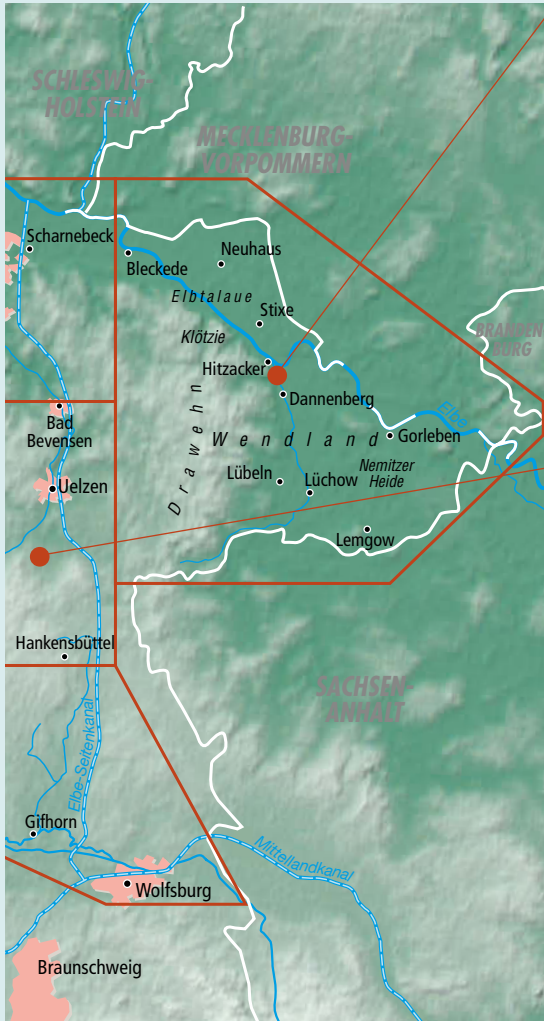
Im Dreieck zwischen Walsrode, Bremen und Hamburg liegen die größten Heideflächen und der Naturschutzpark Lüneburger Heide mit dem Wilseder Berg. Besonders attraktiv ist zudem Schneverdingen mit Höfen, Osterheide und Pietzmoor. Wer Unterhaltung sucht, findet sie in mehreren Freizeit- und Tierparks. S. 92



Celle und der Süden

Celle ist Fachwerkstadt pur, sein Welfenschloss gut für viele Geschichten. Die

Industriestadt Wolfsburg bildet dazu den größten Kontrast. In Gifhorn sind Mühlen aus aller Welt



Elbtalau und Wendland
 Steilufer und Auen säumen den relativ naturnahen Lauf der Elbe, die hier einmal die innerdeutsche Grenze bildete. In den elbnahen Gebieten lassen sich zahlreiche Vögel beobachten. Das Wendland mit seinen Rundlingsdörfern, einst Deutschlands vergessenes Hinterstübchen, wird kulturell ganz vom Widerstand gegen Gorleben und die Castor-Transporte geprägt. S. 236

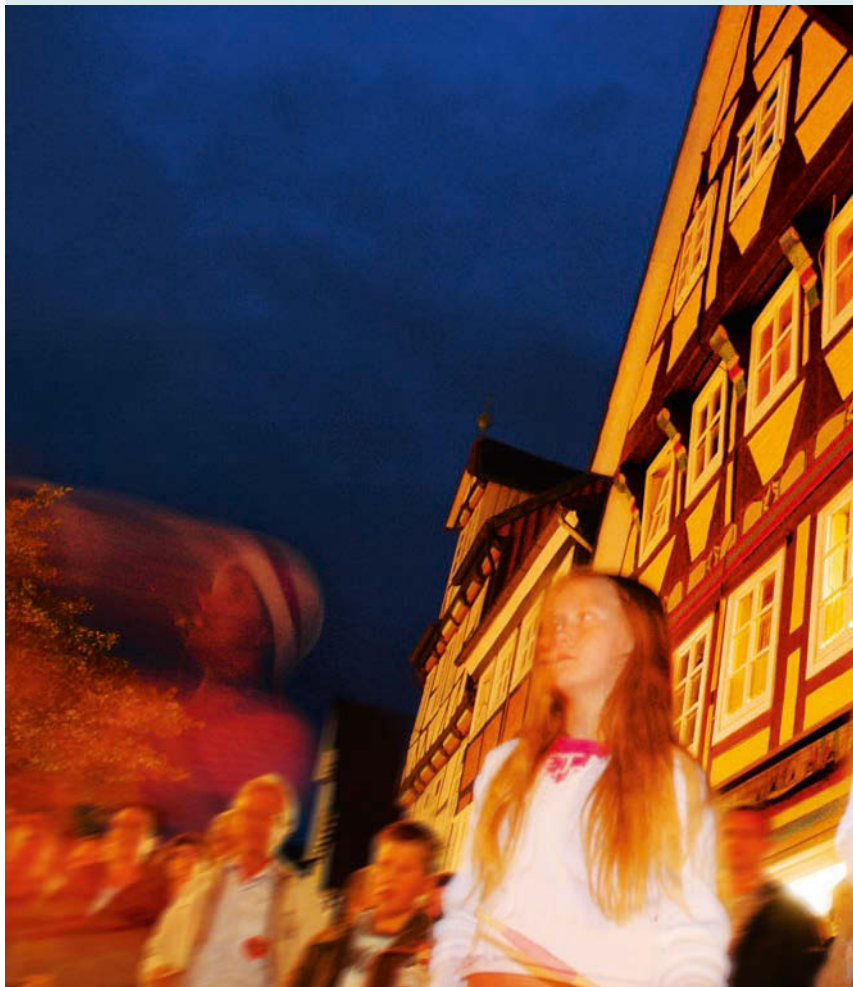
Uelzen und die Mitte
 Um Müden (Örtze), Faßberg und Hermannsburg ist die Heide besonders romantisch. Uelzen wurde zur Hundertwasser-Stadt. Drei der sechs Heideklöster liegen in diesem Teil der Heide und mit Hösseringen das schönste und größte Heide-Freilichtmuseum. Bergen und Bergen-Belsen stehen für Krieg und Vernichtung. S. 170

versammelt, im hübschen Wienhausen dreht sich alles um das Kloster. Die Erdölförderung hat Wietze

nachhaltig geprägt, Niedersachsens größte Teichlandschaft erstreckt sich bei Meißendorf. S. 204

Reiseinfos, Adressen, Websites

Viel Musik und Theater bietet der Festkalender der Lüneburger Heide (Stadtfest in Celle)





Informationsquellen

Infos im Internet

www.lueneburger-heide.de

Das offizielle Portal für die Lüneburger Heide bietet eine Vielzahl aktueller Infos und Downloads, auch für Wanderer und Radwanderer, sowie Buchungsmöglichkeiten und die Möglichkeit, online Fragen an einen Heide-Experten zu stellen. Besser geht es kaum!

www.elbtalaue-wendland.de

Auf dieser Website finden sich vielfältige Infos u. a. zu Aktivitäten und Gastgebern in Elbtalaue und Wendland. Diese Region wird von der Heide-Site (s. o.) nicht abgedeckt.

www.suedheide-gifhorn.de **www.wolfsburg.de**

Gifhorn, Fallersleben und Wolfsburg werden von der Heide-Site (s. o.) nicht berücksichtigt und erschließen sich über diese beiden Sites.

www.reiseland-niedersachsen.de **www.bremen-tourismus.de** **www.hamburg-tourism.de**

Wer die Heide nur im Rahmen einer größeren Norddeutschland-Rundreise besuchen will, findet auf diesen Sites weitergehende touristische Infos.

www.vnz-niedersachsen.de

Aktuelle Meldungen zur Verkehrslage auf den Autobahnen und Bundesstraßen der Region helfen, Staus und Baustellen auszuweichen.

www.heidekirchen.de **www.offene-kirchen.de**

Diese beiden Websites geben detailliert über zahlreiche Kirchen in der Region Auskunft und nennen meist auch die aktuellen Öffnungszeiten.

www.wendland-net.de

Nachrichten und Blogs aus dem Wendland und eine Vielzahl guter Videos sind auf dieser unabhängigen Szene-Site zu finden.

Fremdenverkehrsämter

Lüneburger Heide GmbH

Wallstr. 4
21335 Lüneburg
Tel. 04131 298 98 08 01
www.lueneburger-heide.de

Elbtalaue-Wendland Touristik GmbH

Lübeln 2
29482 Küsten
Tel. 05841 962 90
www.elbtalaue-wendland.de

Südheide Gifhorn GmbH

Marktplatz 1
38518 Gifhorn
Tel. 05371 93 78 80
www.suedheide-gifhorn.de

Tourist-Information Wolfsburg

Willy-Brandt-Platz 3
38440 Wolfsburg
Tel. 05361 89 99 30
www.wolfsburg-marketing.de

Infostellen vor Ort

In nahezu jedem Heideort mit touristischer Bedeutung gibt es eine örtliche Tourist-Information. Massenweise liegen Prospekte aus, Bücher und Souvenirs werden verkauft und zumeist sehr freundlich wird jedwede Information gegeben. Auch bei der Zimmersuche können die meisten Büros behilflich sein.

Karten und Pläne

Für die meisten Bedürfnisse reichen die Karten in diesem Buch völlig aus. Eine Vielzahl von detaillierten regionalen Wander- und Radwanderkarten ist zudem in den Infostellen und Buchhandlungen vor Ort erhältlich.

Lesetipps

Klaus Bötig: DuMont-Bildatlas Lüneburger Heide. Ostfildern 2014. Vor allem wegen der schönen großformatigen Fotos als Ergänzung zu diesem Reiseführer geeignet.

Sofie Cramer: Der Himmel über der Heide. Reinbek 2012. Liebesroman einer aus Soltau stammenden Autorin.

Ina Freiwald: Von Riesen, Hexen, Raubrittern und verliebten Trollen (Eigenverlag 2006). Eine bei Lüneburg lebende Journalistin erzählt Märchen und Sagen aus der Heide neu.

Andrea Hackenberg: Schnucken gucken. München 2015. Unterhaltsamer Roman über eine Reporterin, die es ungewollt in ihre alte Heimat, die Lüneburger Heide, verschlägt.

Irmgard Hochreither: Schöner Mist: Mein Leben als Landei. Berlin 2011. Humorvolle Erzählung einer Hamburger Journalistin über ihr Leben in einem Landhaus im Wendland und ihre Begegnungen mit Einheimischen.

Brigitte Kanitz: Immer Ärger mit Opa. München 2012. Unter bizarren Umständen kehrt die Hauptfigur in ihre alte Heimat, die Lüneburger Heide, zurück. Sehr unterhaltsam geschrieben.

Claudia Kröger/Kathrin Hanke: Blutheide. Meßkirch 2013. In Lüneburg spielender Krimi zweier Autorinnen, die sich dort sehr gut auskennen.

Claudia Kröger/Kathrin Hanke: Heidegrab. Meßkirch 2014. Der zweite Heide-Krimi des Autorengespans spielt ebenfalls in Lüneburg.

Manuela Kuck: Verrat in Wolfsburg. Köln 2013. In der Heimatstadt des Volkswagens spielender Krimi einer bei Berlin lebenden, in Wolfsburg gebürtigen Autorin.

LandFrauen-Kreisverband Lüneburg: Das Lüneburger Landkochbuch – Zwischen Elbe und Heidesand-Gebäck. Clenze 2012. 150 Rezepte auf 208 Seiten, gesammelt und erprobt von Frauen, die in der Heide leben. Dazu Fotos auch von Land und Leuten.

Jo Lendle: Mein letzter Versuch, die Welt zu retten. München 2009. 1984 bei Anti-Atom-Demonstrationen spielender Roman, in dem ein toter Jugendlicher von seinen letzten Lebensstunden, anderen Demonstranten und einer unglücklichen Beziehung erzählt.

Hermann Löns: Gesammelte Werke (E-Book 2014). 5556 Seiten für 99 Cent!

Christian Oehlschläger: Der Schwanenhals. Melsungen 2006. In der Heide spielender Krimi eines schreibenden Försters. Schauplatz des Verbrechens ist ein britischer Truppenübungsplatz, der Kommissar agiert von Celle aus.

Günter Petschel: Sagen und Märchen aus der Lüneburger Heide. Husum 2012. Erbauliches und Erschreckendes für Kinder und Erwachsene.

Felicitas Rose: Heideschulmeister Uwe Karsten (E-Book 2014). Ein herzerwärmender, in der Blütezeit der Heideromantik auch verfilmter Roman der einstigen Bestsellerautorin aus Müden/Örtze.

Arno Schmidt: KAFF auch Mare Crisium (neueste Auflage Frankfurt/M. 2011). Das literarisch wohl anspruchsvollste Heidebuch (s. S. 73).

Jens Stumpf: Das Kochbuch Celler Land. Köstlichkeiten zwischen Allertal und Heide. Clenze 2014. 130 Rezepte, zusammengetragen mit Unterstützung der LandFrauen Celle und des Vereins der Köche von Celle, leicht nachzukochen und mit schönen Fotos aus der Region illustriert.

Wetter und Reisezeit

Klima

Die Heide liegt in einer Übergangszone zwischen maritimem und kontinentalem Klima. Aufgrund vorherrschender West- und Nordwestwinde dominieren die maritimen Einflüsse und sorgen für milde Winter und kühle Sommer mit im Jahresverlauf wenig unterschiedlichen Niederschlagsmengen. Am meisten Niederschlag (70–80 mm/Monat) fällt im Juli, August und Dezember, am wenigsten (40–50 mm/Monat) im Februar und April. Die Jahresdurchschnittstemperatur beträgt 8,8 °C (zum Vergleich München: 9,1 °C).

Am wärmsten ist die Luft zwischen Juni und August. Innerhalb der Region nimmt in Richtung Südosten mit zunehmender Entfernung von der Nordsee der kontinentale Klimaeinfluss zu und die Temperaturen liegen im Sommer etwas höher und im Winter etwas niedriger. Zugleich

Klimadiagramm Lüneburg



nehmen die Niederschlagsmengen in Richtung Südosten um etwa 35 % ab. Auch kleinräumig gibt es Unterschiede, obwohl die Höhendifferenzen gering sind. So verzeichnet beispielsweise der nur 170 m hohe Wilseder Berg niedrigere Durchschnittstemperaturen und höhere Niederschläge als seine Umgebung. Die letzten der jährlich durchschnittlich 70–90 Nachtfröste sind meist Anfang April zu verzeichnen. Die höchsten und niedrigsten je in der Heide gemessenen Temperaturen wurden mit –27 °C bzw. 37 °C notiert.

Ein Charakteristikum des norddeutschen Klimas, das sich auch in der Heide noch bemerkbar macht, ist der fast ständig wehende Wind. Die Klimastatistiker haben für die Region durchschnittlich nur ein bis drei windstille Tage notiert, aber 18–32 Tage mit Stürmen. Erfreulich hoch ist die Sonnenscheindauer, die je nach Ort zwischen 1874 und 2183 Stunden liegt (zum Vergleich Usedom: 1906 Stunden, Freiburg/Breisgau: 1740 Stunden).

Reisezeit und Ausrüstung

Wer die Heide blühen sehen will, kommt zwischen Ende August und September. Touristensaison ist zwischen Ostern und Mitte Oktober (s. a. S. 9). Außer dem für Deutschland Üblichen gehören auf jeden Fall Badezeug und am besten auch ein Fernglas für die Vogelbeobachtung ins Gepäck. Auf den sandigen Wanderwegen der Heide läuft es sich meist in geschlossenen Schuhen besser als in Sandalen. Wer mit dem Auto reist, sollte an eine Decke, einen Korb, Becher, Teller und Besteck für ein eventuelles Picknick denken.

Anreise und Verkehrsmittel

Anreise

Die nächstgelegenen **Flughäfen** sind Hannover, Bremen und Hamburg. **ICE-Züge** halten nur in Wolfsburg. **IC- und EC-Züge** halten zwischen Hannover und Hamburg in Celle, Uelzen und Lüneburg, zwischen Hannover und Bremen in Verden sowie zwischen Hannover und Berlin in Gifhorn und Wolfsburg. Ins Netz der **Fernbuslinien** ist die Lüneburger Heide bisher kaum eingebunden. Man fährt besser mit dem Bus nach Hannover, Bremen oder Hamburg und von dort mit der Bahn weiter. **Autofahrer** müssen in vielen Heideregionen auch eine längere Fahrt über Landstraßen genießen, da sie weit abseits der Autobahnen Hannover–Berlin, Hannover–Bremen, Hannover–Hamburg und Bremen–Hamburg liegen. Nur Wolfsburg, Gifhorn, Walsrode, Verden und Lüneburg liegen dicht dran.

Verkehrsmittel vor Ort

Bahn

Mit der Bahn kann man die Heide-region durchaus gut bereisen. Fahrräder werden mitgenommen. Einen interaktiven Streckennetzplan finden Sie auf www.invg.de, die aktuellen Fahrpläne auf www.bahn.de.

Bus

Die für den Urlauber wichtigsten Buslinien sind der **Heide-Shuttle** (15. Juli–15. Okt.) im Naturschutzgebiet Lüneburger Heide und der **Entdeckerbus** (Juli–Sept., Fr, Sa, So) im Landkreis Uelzen mit jeweils drei Ringbuslinien. Beide sind kostenlos nutzbar (s. a. S. 10). Fahrpläne: [\[ristik.de\]\(http://ristik.de\) sowie \[www.heideregion-uelzen.de\]\(http://www.heideregion-uelzen.de\).](http://www.schneverdingen-tou</p></div><div data-bbox=)

Eine Reihe von **regionalen Busverkehrsgesellschaften** verbinden die meisten Kleinstädte und Dörfer mit ihren jeweiligen Oberzentren. Streckennetz und Fahrpläne:

www.rbb-bus.de für die Regionalbusse der Deutschen Bahn (Lüneburg, Elbtalaue, Wendland, Uelzen, Wolfsburg, Gifhorn u. a. m.);

www.kvg-bus.de für die Landkreise Lüneburg, Lüchow-Dannenberg, Harburg (Winsen/Luhe), Rotenburg/Wümme und Heidekreis (Soltau);

www.cebus-celle.de für den Landkreis Celle mit Hermannsburg und Wienhausen;

www.vnn.de für den Landkreis Lüchow-Dannenberg inklusive Verbindungen nach Uelzen.

Elbbrücken und -fähren

Elbbrücken sind rar. Eine quert den Fluss bei Lauenburg im Norden am Elbkilometer 570, eine zweite bei Dömitz im Süden am Elbkilometer 504. Ansonsten muss man kleine Autofähren nutzen, um über den Fluss zu gelangen. Sie können auch Wohnmobile befördern und verkehren auf folgenden Strecken:

Bleckede – Neu Bleckede (Tel. 05852 22 55, Mo–Sa 5–23, So 9–21 Uhr);

Neu Darchau – Darchau (Tel. 05853 13 56, Mo–Sa 5–21, So 9–21 Uhr);

Pevesdorf – Lenzen (Tel. 038792 76 65, Mai–Aug. Mo–Fr 6–21, Sa, So 8–21, Sept.–April Mo–Fr 6–19.30, Sa, So 8–19.30 Uhr);

Schnackenburg – Lückenwisch (Tel. 03877 56 43 62, Mo–Fr 6–21, Sa, So 8–21 Uhr, im Winter seltener);

Außerdem gibt es eine **Personen- und Fahrradfähre** zwischen Hitzacker und Bitter.

Übernachten

Die Auswahl an Übernachtungsmöglichkeiten in der Region ist riesig. Sie reicht vom schlichten, noch im Stil der 1970er-Jahre möblierten Fremdenzimmer bis zum Fünfsternehotel, vom Campingplatz über die Jugendherberge bis hin zum historischen Gutshof und zum großen Feriendorf mit Sport- und Animationsprogramm. Besonders zahlreich sind Bauernhöfe, die Ferienwohnungen vermieten, und Reiterpensionen für Gäste mit oder ohne eigenes Pferd. Unbedingt notwendig sind Reservierungen nur in der Zeit der Heideblüte und wenn man ein bestimmtes Hotel ins Auge gefasst hat.

Buchungsmöglichkeiten bieten die Hotels direkt sowie die Websites der Regionen und Urlaubsorte. Außerdem sind viele Hotels auch den großen Hotel-Brokern wie www.booking.com, www.hotel.de oder www.hrs.de angeschlossen. Deren Seiten sind auf jeden Fall einen Besuch wert, um einen schnellen Preisüberblick zu bekommen. Wer dort ein Hotel nach seinem Geschmack gefunden hat, kann dann ja zunächst beim Hotel direkt anrufen, um zu checken, ob er dadurch vielleicht einen günstigeren Preis erhält. Die in diesem Reiseführer genannten

Messepreise

Hannover ist eine der bedeutendsten Messestädte Europas. Wenn hier große Messen stattfinden, verlangen auch die Hotels bis hin nach Wolfsburg und Celle stark erhöhte Messepreise. Die besucherstärksten Messen sind die IT-Messe CeBIT (www.cebit.de) und die Hannover Messe als weltweit wichtigste Industriemesse (www.hannovermesse.de).

Preise sind nur Annäherungswerte; vor allem größere Häuser passen ihre Preise oft mehrmals täglich der aktuellen Marktsituation an.

Klassifizierung

In Deutschland müssen sich Hotels, Pensionen und Ferienwohnungen nicht zwingend einer Klassifizierung unterziehen. Viele unterziehen sich dennoch der Klassifizierung durch die DEHOGA, den deutschen Hotel- und Gaststättenverband. Der vergibt jeweils ein bis fünf Sterne. Kriterien sind bei Hotels die Zimmergröße, die Gesamtausstattung des Hauses und das Service-Angebot. Bei Ferienwohnungen und Pensionszimmern kommt es vor allem auf Ausstattung, Pflegezustand und auch Lage des Hauses an. Über die Freundlichkeit der Mitarbeiter geben die Sterne keine Auskunft.

Kriterien für Hotels sind u. a.:

- 1 Stern:** Mindestgröße DZ 12 m², tägliche Zimmerreinigung;
- 2 Sterne:** Mindestgröße DZ 16 m², bargeldlose Zahlung möglich;
- 3 Sterne:** Mindestgröße DZ 18 m², Rezeption mind. 14 Std. besetzt;
- 4 Sterne:** Mindestgröße DZ 22 m², Hotelbar, A-la-carte-Restaurant, Rezeption mind. 18 Std. besetzt;
- 5 Sterne:** Mindestgröße DZ 26 m², Kopfkissenauswahl, Rezeption 24 Std. besetzt, Bügel- und Schuhputzservice.

Ferien auf dem Bauern- oder Reiterhof

Ländlicher Urlaub ist in der Heide besonders gefragt und wird sehr häufig angeboten. Beim Urlaub auf dem Bau-

ernhof muss bedacht werden, dass es in der Heide nur relativ wenige Betriebe gibt, die in größerem Umfang Tiere halten. Am häufigsten stehen noch Pferde im Stall. Viele Bauernhöfe sind sehr familiengerecht ausgestattet, stellen z. B. Spielplätze und einen Gartengrill zur Verfügung. Eine Gesamtübersicht über alle Angebote gibt es nicht, man sucht sie am besten in den Regionalprospekten oder auf den Websites der jeweiligen Tourist-Informationen. Eine große Auswahl listet auch der Katalog »Urlaub und Freizeit auf dem Lande Niedersachsen e.V.« auf (Tel. 04231 966 50, www.landsichten.de).

Jugendherbergen

Deutsche Jugendherbergen stehen allen offen, die obligatorische Mitgliedschaft im Jugendherbergswerk kann vor Ort erworben werden. Sie kostet für Einzelreisende ab 27 Jahren sowie für Familien, für Ehepaare und für eheähnliche Gemeinschaften, auch gleichgeschlechtliche, 22,50 €/Jahr, für unter 27-Jährige 7 €/Jahr. Wer im Juni oder später im Jahr beitrifft, zahlt im Beitrittsjahr nur den halben Beitrag.

In den Herbergen überwiegen heute Zimmer mit zwei, vier oder sechs Betten. Es gibt auch Familienzimmer, in denen Familien oder Paare gemeinsam übernachten können. Die Übernachtung mit Frühstück kostet 20,70–30,70 €/Pers. inklusive Bettwäsche (Gäste ab 27 Jahre zahlen einen Aufschlag von 4 €; Zuschlag fürs DZ pro Pers. je nach Herberge unterschiedlich, meist ca. 6 €, fürs EZ ca. 12 €). Für Familien und Gruppen ist meist eine schriftliche Anmeldung erforderlich, die Familienzimmer sind häufig frühzeitig ausgebucht.

Jugendherbergen gibt es in Bad Fallingb., Bispingen, Celle, Handeloh-Ingmühlen, Hankensbüttel, Hitzacker,

Luxuriös, originell, ökologisch

Fünfsterne-Hotels sind der Fürstenhof Celle (s. S. 214), der Wachtelhof in Rotenburg/Wümme (s. S. 114) und The Ritz-Carlton in Wolfsburg (s. S. 234). Die mit 200 m² wohl **größte Suite** der Region bietet das Hotel Gut Bardenhagen bei Bienenbüttel (www.gut-bardehagen.de). Besonders **große Zimmer** (55–90 m²) zum günstigen Preis gibt es im Hotel Hafen in Hitzacker an der Elbe (s. S. 254).

Zu den **originellsten Unterkünften** gehören die Baumhäuser und die fest verankerten Hausboote im Center Parcs Bispinger Heide (s. S. 163), das Landhaus Calluna in Undeloh (s. S. 95), das Bärenhaus in Bergen bei Soltau (s. S. 191) sowie das Herrenhaus Salleraten im gleichnamigen Rundlingsdorf im Wendland (s. S. 271).

Um **Umweltfreundlichkeit** sind viele Hotels und Pensionen in der Heide bemüht. Extreme Anstrengungen hat diesbezüglich das Bio-Hotel Kenners Landlust in Gohrde an der Elbe unternommen (s. S. 257).

Lüneburg, Müden (Örtze), Rotenburg (Wümme), Uelzen, Verden (Aller) und Wolfsburg. Infos: Deutsches Jugendherbergswerk, Bismarckstr. 8, 32756 Detmold, Tel. 05231 740 10, www.jugendherberge.de und <http://lvb-hannover.jugendherberge.de>.

Camping

Weit über 50 Campingplätze stehen in der Region zur Verfügung, darunter auch fünf Fünf-Sterne-Plätze. Hilfe bei der Suche bieten außer käuflich zu erwerbenden, gedruckten Campingplatz-Führern auch die Websites der Fremdenverkehrsverbände oder www.camping.info.

Essen und Trinken

Die regionale Esskultur nimmt in der Heide einen hohen Stellenwert ein. Auch hier gibt es zwar in jedem größeren Dorf zumindest eine Dönerbude und häufig einen Griechen, Italiener oder Chinesen, aber in den Gasthöfen und Hotels wird überwiegend die norddeutsche Küche präsentiert.

Norddeutsche Küche

Obwohl der Frischfisch von den Fischerhäfen in Bremerhaven und Cuxhaven bis in die Heide fast ebenso lange unterwegs ist wie nach München oder Wien, steht **Seefisch** auf nahezu jeder Speisekarte. Matjes ist Kult, in den Monaten mit einem »K« im Namen werden auch gern **Miesmuscheln** gegessen. Im Winter findet man oft **Grünkohl-** und **Steckrübengerichte** auf der Karte, im Frühsommer **Spargel**. Einige Restaurants bieten das typische Seemannsgericht **Labskaus** an. Es galt früher auf Segelschiffen als leckeres Standardgericht, waren alle Zutaten doch gut halt-

bar: Kartoffeln, Salzhering, Rote Bete und Gewürzgurke. Fürs Spiegelei hielt man zudem Hühner an Bord.

Heide-Spezialitäten

Neben den leider auch hier immer stärker um sich greifenden Maisfeldern prägen vor allem Kartoffeläcker das Bauernland. Von vielen Höfen wird die schmackhafte Knolle direkt am Straßenrand verkauft, in den Restaurants sind **Heidekartoffeln** die Standardbeilage. Besonders reichhaltig ist die Auswahl an Kartoffelgerichten im 1. Deutschen Kartoffelhotel im Rundlingsdorf Lübeln im Wendland (s. S. 274) – dort werden die Erdäpfel sogar im Wellnessbereich verwendet.

Heidehonig steht häufig auf den Frühstücksbuffets. Anderswo lassen sich auch kaum bekannte Honig-Varianten verkosten: Der dunkle, geschmacksintensive Presshonig stammt von Bienen, die nicht in den üblichen Bienenstöcken ihren Honig in Rahmen deponieren, sondern in traditionellen Bienenkörben ohne Rahmen. Der Imker nimmt die Waben heraus, zerkleinert sie und presst sie mitsamt dem Honig. Die Rarität ist aus einer Imkerei bei Hermannsburg (Peters, Gerdehäuser Weg 15, Weesen, Tel. 05052 32 61) zu beziehen. Sie produziert auch **Scheibenhonig**: In Scheiben geschnittene Honigwaben, die man sich am Stück wie eine dicke Scheibe Schinken aufs Brot oder Brötchen legen kann.

Häufiger als sonst in Nordwestdeutschland kommen in der Heide **Süßwasserfische** auf den Tisch. Ein Grund dafür sind die zahlreichen Fischteiche der Region, in denen vor allem Karpfen heranwachsen, und die Forellenzuchtanlagen. Im Winter zie-

Niedersachsenteller

Über 80 gastronomische Betriebe in ganz Niedersachsen nehmen an der Aktion »Niedersachsenteller« der DEHOGA teil. Sie bieten täglich mittags und abends ein regionales Tellergericht zum Festpreis von 12,50 € an. Wer mag, kann sich seinen Besuch in einem Pass abstempeln lassen und erhält, wenn er im Laufe eines Jahres in zwölf dieser Betriebe einen Niedersachsenteller bestellt hat, eine Hotelübernachtung mit Frühstück für zwei Personen kostenlos. Infos und Verzeichnis der teilnehmenden Restaurants: www.niedersachsenteller.de.



Traditionell geräuchert sind sie köstlich: Forellen aus den Zuchtanlagen der Heide

hen die sardinengroßen Stinte wieder vermehrt zum Laichen die sauberer gewordene Elbe hinauf. Sie kommen vor allem in Lüneburg (wo der ›Stintmarkt‹ an der Ilmenau von der früheren großen Bedeutung des Fisches zeugt) und in der Elbtalau auf den Tisch. Meist werden sie in der Küche in Roggenmehl gewendet und dann mit Butter und Speck gebraten. Man isst sie am besten mit der Hand ohne Kopf, aber mit Schwanz und Gräten.

Die vielen Wälder in der Heide sorgen zudem für reichlich **Wildbret**, das inzwischen das ganze Jahr über in vielen Restaurants serviert wird. Die Gôrde als größtes Waldgebiet Norddeutschlands ist zudem im Spätsommer und Herbst ein Paradies für Pilzsammler. Heidelbeeren erhalten Sie in der Heide besonders frisch, denn 50 Betriebe bauen die ›dicken Blauen‹ auf rund 500 ha an.

Ein Buchweizen- und ein Heidschnuckengericht sollte jeder Heide-Urlauber mindestens einmal kosten. Der

Buchweizen – kein Getreide, sondern ein Knöterichgewächs – war früher eine Hauptnahrungsquelle der Heidjer. Heute werden aus seinem Mehl vor allem Tortenböden und eine Vielzahl von Pfannkuchenvarianten zubereitet. Besonders lecker ist ein Pfannkuchen mit heißen Früchten und Vanilleeis.

Wer **Heidschnucke** bestellt, sorgt für den Erhalt der Heide. Damit sich die Schnuckenhaltung auch lohnt, müssen Tiere geschlachtet werden. Heidschnuckenkeule und Heidschnuckenbraten sind inzwischen wieder auf vielen Speisekarten zu finden. Sogar an Imbissständen gibt es manchmal Heidschnucken-Bratwurst, in Metzgereien und Schafställen werden auch andere Wurstspezialitäten von der Schnucke (zumeist in Gläsern oder Dosen) und manchmal sogar Schnuckenschinken verkauft. Wer den Züchtern einen Gefallen tun will, bestellt auch einmal Heidschnucken-Ragout – das optimiert die Tierverwertung, ist preiswert und schmeckt zudem gut.



Die Heide ist keine Weinregion, aber eine Region schöner Weinlokale und Kneipen

Getränke

Getränkespezialitäten sind in der Region eher rar. Bundesweit am bekanntesten dürften die **Beeren- und Obstsäfte** sowie neuerdings auch **Limonaden** aus der Bio-Kelterei Voelkel in Höhbeck an der Elbe sein. Hinzu kommen örtliche Mostereien wie die Mosterei Günther in Bleckede oder Mostereien im Amt Neuhaus und im Wendland. Da in der Heide nur wenig Gerste angebaut werden konnte, sind auch die Brauereien weitaus dünner gesät als beispielsweise in Bayern. Die bedeutendste Heide-Brauerei ist die Privatbrauerei Wittingen im gleichnamigen Ort in der Südheide mit sieben verschiedenen **Bieren**, darunter auch ein Weizen. Das wohl noch bekanntere Lüneburger Pilsener wird leider in der zur Carlsberg-Gruppe gehörenden Holsten-Brauerei in Hamburg produziert, ist also kein Heide-Bier. Kleine

Brauereien sind seit den 1980er-Jahren vor allem regional aktiv: So die Brauerei Carl Betz in Celle, die Brauerei Sommerbeck in Dahlenburg, das Hünzinger Brauhaus in Walsrode, die Brauerei Schmieriger Lachs in Suhlendorf, Die Brauerei Uhlen-Bräu in Uelzen und die Brauerei Mühlengrund in Wienhausen. Vor allem im Wendland wird auch häufig das Wendlandbräu aus einer Brauerei in Kussebode (Clenze) angeboten.

Kräuter-, Obst- und Honigliköre sind in vielen Varianten im Umlauf. Am bekanntesten – und heftigsten – ist der bereits seit 1877 in Celle produzierte »Ratzeputz«. Dem 58 %igen Kräuterlikör verleiht viel Ingwer seine Schärfe. Aus Bad Bevensen kommen der Kartoffelschnaps »Hermann Löns« (32 %) und der »Jamingo Heide-Liquer« mit Ingwer- und Orangenaroma (52 %) sowie Heidelbeer-, Holunder- und Schlehenweine (12,5 %).

Aktivurlaub, Sport und Wellness

Angeln

Angler erhalten in vielen Revieren gegen Vorlage ihres Fischereiausweises Gastangelscheine. Angelteiche sind in großer Zahl vorhanden. Ferienangelscheine wie in Mecklenburg-Vorpommern gibt es in Niedersachsen nicht.

Angewandte Archäologie

Das ganze Jahr über bietet das Büro für Angewandte Archäologie AGIL in der Heide Tageskurse an verschiedenen Orten wie der Burg Bodenteich, dem Walderlebniszentrum Ehrhorn oder der Erlebnisschmiede Südergellersen zwischen Lüneburg und Salzhäusen an. Themen sind u. a. Bogenbau, Wikingerschusterei, Glasperlenmacherei, Seifenherstellung und Korbflechten (Infos: AGIL, Tel. 04131 68 17 06, www.agil-online.de). Spannende Archäologie-Veranstaltungen und Workshops hat auch das Archäologische Zentrum in Hitzacker im Programm (www.archaeo-zentrum.de, s. S. 252).

Baden

In Flüssen wie Aller, Elbe oder Ilmenau badet fast keiner. Dafür gibt es eine große Zahl von Frei-, Hallen- und Spaßbädern sowie Badeseen. Oft sind an ihnen auch kleine Sandstrände aufgeschüttet. Viele Freibäder in der Region sind Naturbäder.

Ballonfahrten

Ballonfahrten über der Heide sind möglich, aber teuer. Fahrten ab festen Startplätzen in Lüneburg, Buchholz und Schneverdingen auch zu festen Terminen und mit der Möglichkeit zu Einzel-

platzbuchungen (ab 189 €) bietet A. O. Ballonreisen in Buchholz (Tel. 04181 390 97, www.ballonreisen.de). Charterfahrten organisiert auch die Aero Ballooning Company in Hamburg (Tel. 040 20 00 47 41, www.aeroballooning.de). Ballonfahrten übers Wendland kann man mit Helmut Mieth aus Küsten unternehmen (Tel. 05841 69 13, www.balloon-adventure.de).

Fallschirmspringen

Tandemsprünge sind vom Sprungplatz in Meißendorf bei Winsen (Aller) aus von März bis Oktober an allen Wochenenden und Feiertagen möglich. Für 199 € geht es aus etwa 3500 m Höhe aus einer Cessna 206 in die Tiefe. Das Mindestalter beträgt nur 7 Jahre. Infos: Meido Skydive, Tel. 05056 579, www.meido.de.

Fitness-Pfade

Seit 2014 gibt es in der Heide 14 sogenannte Green Sport Parcours. An den Stationen entlang der Strecke können mit dem QR-Code Videos auf Smartphone / iPhone oder Tablet / iPad gescannt werden, in denen die jeweils anstehende Fitnessübung erklärt wird. Diese Parcours gibt es bei Egestorf, Hermannsdorf, Amelinghausen, Bad Fallingbostal, Bad Bevensen, Bad Bodenteich, Ebstorf, Hösseringen, Suhlendorf und Uelzen. Sie sind 2–15 km lang. Infos auf www.lueneburger-heide.de.

Golf

Mehr als ein Dutzend Golfplätze stehen Gästen mit Platzberechtigung offen. Eine Liste der Golfplätze finden

Reiseinfos

Sie auf www.lueneburger-heide.de. Eine Besonderheit ist die Heide-Golf-Card zum Preis von 115 €. Mit ihr können Sie über ein Jahr verteilt je einmal auf vier von acht Golfplätzen in der Heide spielen – auch an Wochenenden (www.heide-golf-card.de).

Kanu und Kajak

Viele Heideflüsse sind für Kanusportler freigegeben. Besonders dafür geeignet sind Aller, Böhme, Este, Ilmenau, Luhe, Seeve und Wietze. Aus Naturschutzgründen gelten jedoch streckenweise saisonale Einschränkungen. Zahlreiche Stationen verleihen Kanus und bieten auch einen Abholservice vom Ende der Tour, einige haben auch geführte Touren im Programm. Kanustationen finden Sie u. a. in Hermannsburg, Müden (Örtze), in Oldendorf (Luhe), bei Uelzen, in Wienhausen und in Winsen (Aller).

Museumseisenbahnen

Historische Dieselloks, alte Waggonen und Triebwagen sind zwischen Mai und September an jedem zweiten Sonntag, im August sogar jeden Sonntag zwischen Lüneburg und Bleckede an der Elbe unterwegs. Weitere Einsatztage sind der 1. Mai, Christi Himmelfahrt und der Pfingstsonntag (Rückfahrkarte 12 €, Fahrradtransport kostenlos, www.heide-express.de). Im August verkehrt dieser »Heide Express« auch an drei Mittwochsterminen zwischen Lüneburg und Bispingen. Zwischen Soltau, Bispingen und Döhle verkehrt von Mitte Juli bis Mitte September jeweils sonntags der »Ameisenbär«, ein Triebwagen der Bauart Wismar aus dem Jahr 1937 (keine Anmeldung erforderlich, Tickets direkt am Zug, 15 € für Hin- und Rückfahrt).

Radwandern

Die Heide ist ein gutes Terrain für Radwanderungen. Es gibt zwar auch flache Teilregionen wie das Wendland oder Amt Neuhaus, meist jedoch führen die Wege durch leicht gewelltes Hügelland. Teilweise verlaufen die Radwege direkt neben Straßen, oft aber auch weitab von ihnen. Auch auf Heideflächen und im Naturschutzpark Lüneburger Heide sind Radwege ausgewiesen, das Radeln kann hier durch sandigen

