Wacholderheiden –
kleine Paradiese

Schwäbischer Albverein

Inhalt

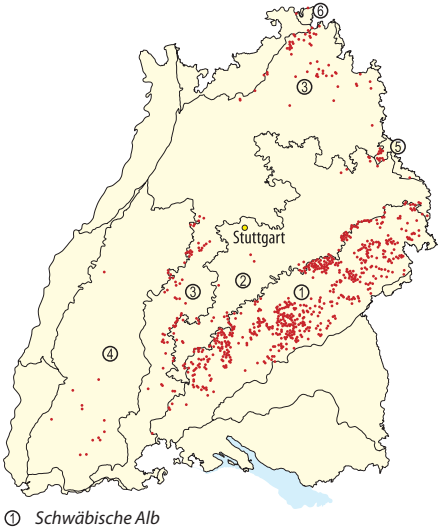
Wacholderheiden sind Teil unserer Landschaft 4
Das Schafmaul ist wählerisch 6
Fressen die Schafe nicht alle Orchideen weg? 8
Wenn die Wacholderheide nicht mehr beweidet wird 9
Wacholderheiden – gehegt und gepflegt! 11
Wacholderheiden – Bilderbuchlandschaften 12
Wacholderheiden sind geschützt! 13
So finden Sie Ihre Wacholderheide 13
Was können Sie für den Erhalt der Wacholderheiden tun? 14
Naturerlebnis ohne Reue – auch für die Natur 15
Wandervorschläge 16
Pflanzen und Tiere der Wacholderheide 20
Der Schwäbische Albverein 28

Impressum

Idee und Redaktion: *Reinhard Wolf*, Marbach am Neckar;
Text: *Sylvia Metz*, Tübingen; überarbeitet von *Ulrike Kreh*, Stuttgart
Titelseite: Schafe auf dem Ipf mit Blick zum Blasienberg *(R. Wolf)*, Schafskopf *(W. Lang)*
Rückseite: Küchenschellen *(R. Wolf)*, Gromberger Heide *(J. Mauk)*, Haarberg/Deggingen *(R. Wolf)*, Silberdistel *(I. Depner)*
Fotos: *Archiv Regierungspräsidium Stuttgart* (S. 25-9), *Archiv Schwäbischer Albverein* (S. 30 unten), *T. Bamann* (S. 27-7), *W. Breuninger* (S. 31), *H. Dannenmayer* (S. 25-3), *I. Depner* (S. 4, 7 unten, 11 oben, 13 oben, mitte, 15 oben, 16, 21-2, 21-3, 21-5, 21-7, 23-1, 23-2, 23-5re, 23-6re, 25-5, 25-7, 27-1, 27-2, 27-4, 27-5, 27-8), *R. Deschle* (S. 25-4), *H.-P. Döler* (S. 8 mitte, 25-8), *O. Jäger* (S. 25-6), *E. Klotz* (27-3a, 27-6a), *U. Kreh* (S. 10 unten, 17, 21-1), *W. Lang* (S. 13re unten, 14, 21-4, 22 beide, 23-7), *J. Mauk* (S. 23-5li), *S. Metz* (S. 19), *G. Nürk* (S. 18), *E. Säglitz* (S. 10 oben), *M. Steinmetz* (S. 8 oben), *V. Traub* (S. 11 unten), *B. Waldmann* (S. 25-1, 25-2, 27-3, 27-6), *R. Wolf* (S. 2, 3, 5 beide, 6, 7 oben, 8 unten, 11 mitte, 12 alle, 13 unten, 15 mitte, 15 unten, 21-6, 23-3, 23-4, 23-6a, 30 oben).
Illustrationen und Karten: *Wolfgang Lang*, Grafenau; außer Karten S. 17 oben, S. 19 oben: Grundlage: Topographische Karte 1:25 000 – © *Landesamt für Geoinformation und Landentwicklung Baden-Württemberg* (www.lgl-bw.de), 07.2019, AZ.: 2851.3-A/872.
Layout & Satz: *Wolfgang Lang*, Grafenau;
Druck: *Druckerei Memminger GmbH*, Freiberg am Neckar, 2. aktualisierte Auflage, 2019.

Der Obere Leimberg bei Gruibingen aus der Luft.

Wacholderheiden sind Teil unserer Landschaft



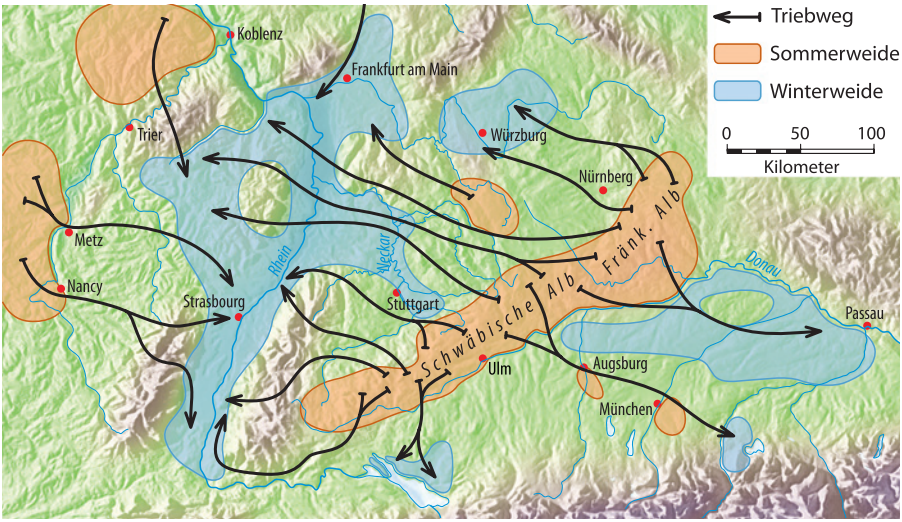
① *Schwäbische Alb*
② *Schwäbisches Keuper-Lias-Land*
③ *Neckar- und Tauber-Gäuplatten*
④ *Schwarzwald*
⑤ *Fränkisches Keuper-Lias-Land*
⑥ *Mainfränkische Platten*

Verbreitung der Wacholderheiden in Baden-Württemberg mit Angabe der Naturräume.

Dunkler Wacholder, knorrige Weidbuchen, karge Weideflächen – Wacholderheiden gehören zum gewohnten Bild der Schwäbischen Alb. Aber auch in anderen Gegenden Baden-Württembergs kommen sie vor.

Die kargen, flachgründigen Böden der Schwäbischen Alb und der Muschelkalkgebiete im Neckar- und Tauberland sind schwierige Standorte für die Landwirtschaft: Die Bodenschicht ist dünn und enthält wenige Nährstoffe, Wasser versickert schnell im Boden, Steine und Felsen bilden Hindernisse für den Pflug, und oft ist das Gelände sehr steil. Viele solcher Flächen sind nicht als Ackerland geeignet, die Erträge wären zu gering. Sie wurden dennoch „vor Urzeiten" gerodet und werden seitdem mit genügsamen Schafen beweidet. Wacholderheiden sind das Ergebnis jahrhundertelanger Schafbeweidung.

Eine Bergkuppe wie diese ist als Schafweide bestens geeignet; landwirtschaftlicher Anbau ist hier schon wegen des felsigen Untergrunds unmöglich.



Routen der Wanderschäfer im 19. Jahrhundert. Von Württemberg aus wurden, je nach Jahreszeit und Futterangebot, geeignete Weiden in ganz Süddeutschland und im angrenzenden Ausland angesteuert.

Nach JACOBEIT, W. (1961): Schafhaltung und Schäfer in Zentraleuropa bis zum Beginn des 20. Jahrhunderts. Veröff. Institut deutsche Volkskunde, Bd. 25, Berlin.

Früher zogen die Schäfer mit ihren Herden von den Sommerschafweiden auf der Schwäbischen Alb über den Winter in tiefere, schneeärmere Gegenden, ins Rheintal oder in den Bodenseeraum.

Wanderschäfer, die solch weite Wege zurücklegen, gibt es heute nur noch wenige. Die allermeisten ziehen als Hüteschäfer mit ihren Herden von Weide zu Weide in der näheren Umgebung ihres Stalls. Oft fehlen aber geeignete Verbindungswege (lokale Triebwege) für die Schafherden, um von einer Fläche zur anderen zu kommen, oder es liegen verkehrsreiche Straßen oder Bahnlinien in der Nähe der Weideflächen.

Hüteschäfer, der mit seiner Herde auf einem Feldweg zur nächsten Weide zieht.

Die Herde muss eine Straße queren – ein nicht ungefährliches Vorhaben.

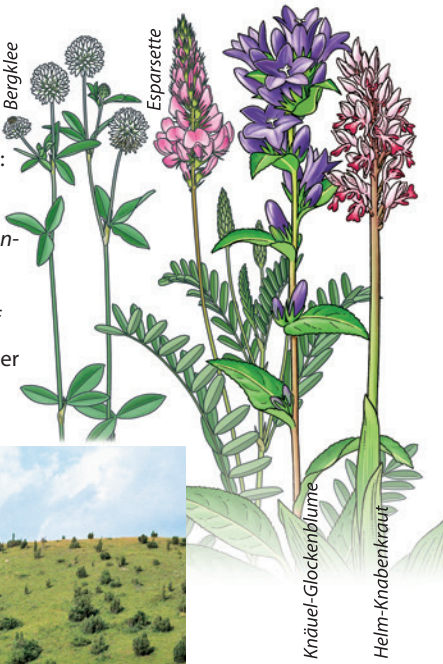
Schafkoppel mit Elektrozaun.

Dann hilft nur noch ein Zaun: in den so genannten Koppeln, die von mobilen Elektrozäunen eingefasst sind, verbringen die Tiere manchmal mehrere Tage, dann werden sie auf die nächste Weide getrieben. Mindestens einmal täglich muss der Schäfer die Tiere in der Koppel kontrollieren und mit Wasser versorgen.

Das Schafmaul ist wählerisch

Was dem Schafmaul zu stachelig, nicht bekömmlich oder gar giftig ist, wird nicht gefressen und kann sich somit auf diesen Schafweiden ausbreiten: **dornige Pflanzen**, beispielsweise die *Stängellose Kratzdistel*, die *Silberdistel*, die *Dornige Hauhechel* und der namengebende *Wacholder*. Das gilt auch für **giftige Pflanzen** wie die *Küchenschelle* oder die *Zypressen-Wolfsmilch* sowie **schlecht schmeckende Pflanzen**, die von den Schafen wegen des scharf-würzigen Geruchs oder bitteren Geschmacks verschmäht werden. Dazu gehören verschiedene *Enzian*arten, *Gewöhnlicher Dost*, *Wermut* und der stark würzige *Thymian*.

Diese Pflanzen werden von Schafen nicht gefressen und können sich daher auf Schafweiden ausbreiten.



Bleiben die Schafe aus, so verändert sich die Pflanzenwelt: Nicht biss- und trittfeste Pflanzen wie *Bergklee*, *Esparsette*, *Knäuel-Glockenblume* und manche – nicht alle! – *Orchideen*-arten können sich nun ausbreiten.

Gibt es gar keine Bewirtschaftung mehr, kommen im Lauf der Zeit Sträucher und Gebüsche auf, bis innerhalb weniger Jahrzehnte ein Wald entsteht.

Naturschutzgebiet Tonnenberg bei Bopfingen-Aufhausen: 1982 (oben) war der Hang stark bewachsen; die Entwicklung zum Wald war nicht mehr fern. Durch viele wiederkehrende Pflegeeinsätze und konsequente scharfe Beweidung ist es gelungen, den Charakter als Heideberg wiederherzustellen (Foto 2006, unten).

Die Herbst-Drehwurz mit ihren spiralig angeordneten Blüten blüht erst ab August.

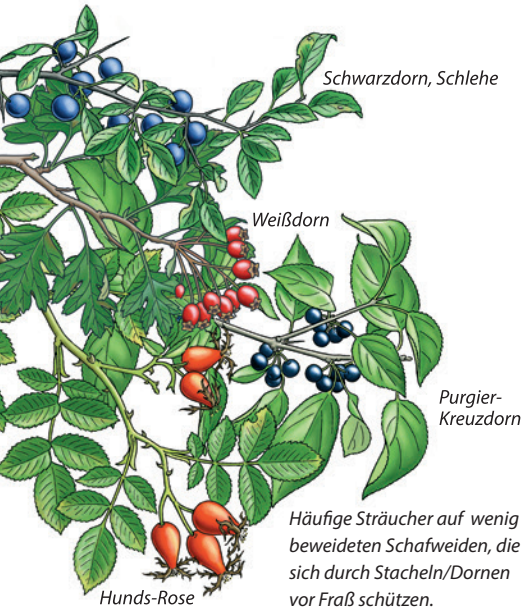
Das Helm-Knabenkraut wächst oft in größeren Gruppen. Die oberen Blütenhüllblätter sehen aus der Nähe aus wie kleine Helme.

Fressen die Schafe nicht alle Orchideen weg?

Ja doch, Orchideen schmecken gut! Auf Flächen, die nicht mehr beweidet werden, sind oft besonders viele Orchideen zu finden. Die meisten Orchideen fühlen sich auch noch wohl, wenn sie in höherem Gras stehen. Aber auf Dauer geht das nicht gut – irgendwann wird das Gras zu hoch und zu dicht, Gehölze siedeln sich an, die Orchideen bekommen nicht mehr genügend Licht und verschwinden. Spätestens dann sind Pflegemaßnahmen angesagt – oder eine Beweidung wird wieder aufgenommen.
Wenn dann hin und wieder Orchideen abgefressen werden – keine Sorge, die Arten überstehen das meist ganz gut.
Die Herbst-Drehwurz ist eine kleinwüchsige Orchidee, die stark an kurzgefressene Schafweiden gebunden ist. Wo hohe Gräser und Kräuter wachsen, bekommt die kleine Orchidee zu wenig Licht und kann nicht mehr blühen. Da sie erst im August/September blüht, entgeht sie meist dem Schafmaul.

Wenn die Wacholderheide nicht mehr beweidet wird ...

... dann können sich hochwüchsige, trittempfindliche Arten ausbreiten. Wenn folgende Pflanzen gehäuft vorkommen, haben wir es mit einem so genannten Brache- oder Saumstadium zu tun:
Sichelblättriges Hasenohr , Ästige Graslilie , Berg-Aster, Hirsch-Haarstrang, Berg-Leinblatt, Berg-Kronwicke, Blut-Storchschnabel , Gewöhnlicher Odermennig, Mittlerer Klee, Gewöhnlicher Hornklee, Esparsette.
Manchmal kann man bei einem Brachestadium nur schwer unterscheiden, ob es sich um eine (ehemalige) Wacholderheide oder eine Magerwiese (Mähder) handelt, die vielleicht nur noch sporadisch gemäht wird.



Häufige Sträucher auf wenig beweideten Schafweiden, die sich durch Stacheln/Dornen vor Fraß schützen.

Vor und nach einem Pflegeeinsatz gegen die Verbuschung am Oberen Berg im Landkreis Göppingen.

Wenn allerdings Sträucher und Bäume überhandnehmen, dann ist es fünf vor zwölf für die Wacholderheide. Passiert nichts, dann entwickelt sich hier ein Wald, und ganz andere Pflanzen- und Tierarten stellen sich ein. Um Silberdistel und Co. zu erhalten, müssen Bäume und Gebüsche drastisch reduziert und offene Bodenstellen geschaffen werden, um das Ansamen zu ermöglichen. Was im ersten Moment wie ein Naturfrevel aussehen kann, ist vielleicht schon im nächsten Jahr wieder ein Lebensraum für sonnen- und lichthungrige Pflanzen und Tiere. Wer den Details auf die Spur kommen möchte, sollte genau hinschauen: Welche Arten kommen vor? Kümmert sich jemand um die Fläche? Wem gehört sie? Gibt es noch einen Schäfer im Ort? Beobachten Sie eine konkrete Fläche über ein Jahr hinweg und achten Sie auf Pflanzen und Tiere, aber auch auf andere Aspekte wie Vegetationsbeginn, Vollblüte, Beweidungsrhythmus, Mahd und Absterben der Pflanzen.

Wacholderheiden – gehegt und gepflegt!

Es gibt immer weniger Schäfer. Viele Wacholderheiden verbuschen oder sind schon in Wald übergegangen. Dann sind tatkräftige Landschaftspfleger gefragt: Bäume müssen gerodet, Gebüsche entfernt werden. So entstehen wieder offene Weideflächen, auf denen die Schafe Kräuter und Gräser finden.

Denn ganz ohne Schaf kann die typische Wacholderheide auf Dauer nicht erhalten werden. Die heimische Schafhaltung bringt naturbelassenes, schmackhaftes Lammfleisch von artgerecht aufgezogenen Tieren hervor. Die aufwändige Arbeit der Schäfer wird durch verschiedene Förderprogramme der Landwirtschafts- und Naturschutzverwaltung unterstützt. Die Leistungen der Schäfer zur Erhaltung der Kulturlandschaft sollen so honoriert und geschätzt werden.

Auch der Schwäbische Albverein unterstützt aktiv Schäfer und Landschaftspfleger. Viele Ortsgruppen organisieren Pflegeeinsätze auf Wacholderheiden, bei denen ihre Mitglieder tatkräftig Hand anlegen. Wo Schafe die Wacholderheide beweiden, ist schon die Hauptarbeit getan. Kommen dann trotzdem noch Sträucher und Gebüsche auf, ist eine Nachpflege von Hand oder mit Maschinenunterstützung nötig. Kleine oder abgelegene Flächen finden oftmals überhaupt keinen Schäfer. Hier sind regelmäßig Landschaftspflegeeinsätze nötig, um Gebüsche oder Bäume zu entfernen und hochwüchsiges Gras zu mähen.

Kein Mensch könnte die riesigen Flächen am Riegelberg bei Bopfingen von Hand pflegen.

Pflegeeinsatz am Haarberg im Oberen Filstal.

Mit Maschinen gegen die Verbuschung (Gutenberg bei Wertheim am Main).

Wacholderheiden – Bilderbuchlandschaften

Malerische Wacholder im Gegenlicht, Tautropfen auf einem Spinnennetz, knorrige Kiefern – sie sind nicht das Werk eines geschickten Gartengestalters, auch keine Naturlandschaft, sondern entstanden als „Nebenprodukt" einer früher weit verbreiteten, gründlichen Nutzung als Schafweide.
Bewegung, Naturerlebnis, Landschaftseindrücke – all das bietet die Wacholderheide Erholungsuchenden oder wanderlustigen Besuchern. Wanderwege laden zu kurzen Spaziergängen oder ausgedehnten Wanderungen ein.

Heidehang bei der Burgruine Niederhaus am südlichen Riesrand bei Nördlingen.

Wacholderheide Digelfeld bei Hayingen im Biosphärengebiet Schwäbische Alb.

Wandergruppe am Heersberg bei Albstadt.

Wacholderheiden sind geschützt!

Alle Wacholderheiden (ab einer Größe von 1 000 m²) sind gesetzlich geschützt. Nach dem Naturschutzgesetz sind sie als „Geschützte Biotope“ aufgeführt. Damit sollen sie vor Zerstörung und Schäden bewahrt werden.
Das allein reicht aber oft nicht aus. Damit der Heidecharakter erhalten bleibt, braucht es aktive Schutzmaßnahmen wie kontinuierliche Beweidung, Landschaftspflege und mancherorts Besucherlenkung.

Der Ipf bei Bopfingen genießt schon wegen seiner keltischen Anlage besonderen Schutzstatus. Auch hier wird die Landschaft durch Schafe offengehalten.

So finden Sie Ihre Wacholderheide

Wenn Sie genau wissen wollen, wo die nächste Wacholderheide ist, können Sie das im Internet recherchieren. Die Naturschutzverwaltung stellt dort jede Menge Infos und Tipps zur Verfügung. Auf Karten können Sie Ihre Gegend erkunden und nachschauen, welche Wacholderheiden und andere Biotope dort vorkommen. Ganz mobil können Sie mit der „Umwelt-App“ sogar im Gelände alles Interessante erfahren. Schauen Sie nach unter www.umwelt-bw.de/meine-umwelt und laden Sie die App auf Ihr Smartphone.

www.umwelt-bw.de/meine-umwelt

Wacholderheide im Digelfeld bei Hayingen. Mit der App erfahren Sie vor Ort gleich Wissenswertes dazu.

Was können Sie für den Erhalt der Wacholderheiden tun?

Sie können sich z.B. einer Pflegeaktion anschließen oder sich beraten lassen (siehe Kapitel „Der Schwäbische Albverein bietet Hilfestellung“, S.31).

Heimische Schafprodukte kaufen

Viele Schäfer bieten in Hofläden oder auf Wochenmärkten Produkte vom Schaf an. Die Palette reicht vom Lammfleisch, das wegen seines geringen Cholesteringehalts geschätzt wird, über Lammwurst und -salami bis zum Schafskäse. Auch Schafwolle und Schaffelle sind oft im Angebot. Durch den Kauf regionaler Schafprodukte unterstützen Sie die heimische Schäferei direkt und aktiv.

Rezeptvorschlag: Lamm aus dem Backofen

Zutaten für 4 Portionen:

- 1 kg Lammfleisch (zum Beispiel Schulter oder Keule) direkt vom Schäfer oder dessen Hausmetzger
- Zitrone
- 2 Lorbeerblätter
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Zwiebeln
- Olivenöl
- 1/2 Liter Weißwein
- Salz und Pfeffer
- Petersilie
- Tomatenmark
- Kartoffeln
- Orangenscheiben (zur Dekoration)

Fleisch gut abwaschen, 6 Stunden mit einem Lorbeerblatt in Zitronenwasser einlegen, danach abwaschen und in Scheiben schneiden. In ein tiefes Backblech 2 Zwiebeln in Scheiben legen, Salz, Pfeffer, Olivenöl, Weißwein, 3 Knoblauchzehen gewürfelt, Petersilie, 1 Lorbeerblatt und ein wenig Tomatenmark hinzugeben. Alles mischen, Fleisch ungewürzt oben drauflegen. Zum Schluss einen Kranz geschälter Kartoffeln auslegen und ab in den Ofen. 180 Grad Umluft, ca. 1 ½ Stunden. Fleisch nach 1 Stunde einmal wenden, zwischendurch immer wieder mit Soße beträufeln; evtl. etwas Wasser oder Wein nachgießen. Dekoration mit Petersilie und Orangenscheiben.

Naturerlebnis ohne Reue – auch für die Natur

Viele Wacholderheiden sind über den Biotopschutz hinausgehend Naturschutzgebiete. Oft ist das Betreten der Flächen dann eingeschränkt. Heidelerche und Co. brauchen Ruhe beim Brüten.

- Denken Sie auch daran, dass Hunde an der kurzen Leine geführt werden müssen, damit sie keine Wildtiere aufschrecken.
- Lassen Sie die attraktiven Blütenpflanzen stehen. Nicht nur Menschen erfreuen sich an der bunten Blütenpracht, auch Insekten brauchen die Blüten, um Pollen und Nektar zu sammeln.

Naturgenuss und Erlebnis sind auch vom Weg aus möglich. Der Schwäbische Albverein betreut ein gut ausgebautes Wegenetz, das dank einer guten Beschilderung und Markierung nie in die Irre führt.

Wildbiene auf Esparsette.

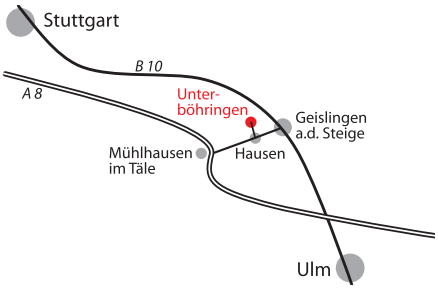
Ein gut ausgebautes Wegenetz mit Beschilderung erfreut den Wanderer.

Eine Exkursionsgruppe auf einer Heide am Riegelberg bei Bopfingen.

Wandervorschlag 1

Bilderbuch-Wacholderheiden auf der Filsalb:

Von Unterböhringen über den Dalisberg zum Wasserberghaus und zurück über den Haarberg

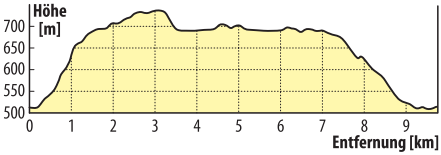


Start/Ziel: Bad Überkingen-Unterböhringen, Landkreis Göppingen
ÖPNV: Geislingen an der Steige (Bahnstation), dann Sihler-Bus 55
Wanderparkplatz: am westlichen Ortsrand oder am Hexensattel
Länge: 9,8 km
Steigung und Gefälle: 276 m
Der Weg ist auch für Familien geeignet.
Tipp: Einkehr im Wasserberghaus des Schwäb. Albvereins
Karte: Wanderkarte 1:35 000, Blatt 20 Geislingen/Blaubeuren, Schwäbischer Albverein e.V. 2015.

Unterböhringen liegt im Oberen Filstal zwischen Mühlhausen im Täle (Autobahnausfahrt A 8) und Geislingen an der Steige (B 10, Bahnstation). In Unterböhringen gehen Sie durch Wohngebiete, Wiesen und Felder zum Fuß des Dalisbergs. Hier beginnt das Naturschutzgebiet „Dalisberg". Auf einem idyllischen Pfad, dem „Dalisbergwegle", geht es diagonal über die Wacholderheide hinauf zu einer Verebnung. Von der Sitzbank herrlicher Blick in die Landschaft des Oberen Filstals, auch „Geißentäle" genannt. Über die Wiese geradeaus an einer Hecke entlang zu einem Feldweg. Links zu einem Rastplatz. Dort den linken Pfad nehmen; er führt durch die obere Wacholderheide des Dalisbergs. Im Wald nach links, später Beschilderung „Wasserbergrunde", erreichen Sie nach gut einem Kilometer das nächste Naturschutzgebiet, „Haarberg-Wasserberg". Am Waldrand kurz steil hinab zum breiten Forstweg. Auf ihm rechts zum Wasserberghaus. Das 1926 vom Schwäbischen Albverein erbaute und 1966 erweiterte Haus steht direkt am Albtrauf.

Der Südhang des Dalisbergs. Unser Anstieg führt schräg über die Wacholderheide von rechts nach links aufwärts.

Von hier bieten sich prächtige Blicke ins Albvorland und zu den drei Kaiserbergen.
Auf dem Rückweg können Sie auf einem Fußweg ein kleines Stück abkürzen. Dann immer auf dem bereits bekannten Forstweg bleiben. Er leitet durch Wald und Lichtungen zu den Wacholderheiden des Haarbergs. Auf mehreren Informationstafeln (Wacholderheide-Lehrpfad) erfahren Sie Wissenswertes zur Entstehung und Pflege der Wacholderheiden und zur Pflanzen- und Tierwelt. Durch die bilderbuchhaften, gut gepflegten Heiden erreichen Sie schließlich den Hexensattel, über den die kleine Verbindungsstraße zwischen Unterböhringen und Reichenbach im Täle führt. Auf dem Asphaltsträßchen wandern Sie mit herrlichen Ausblicken zurück nach Unterböhringen.



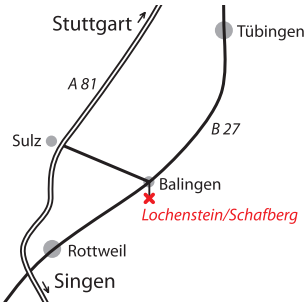
Höhenprofil des Wanderwegs ab Unterböhringen.

Wacholderheide am Haarberg mit Aussicht.

Wandervorschlag 2

Besonders eindrucksvoll im zeitigen Frühjahr und im Spätherbst :

Wanderparadies Lochenstein und Schafberg

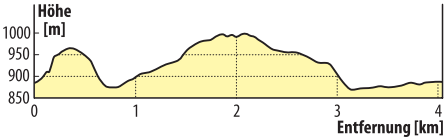


Start/Ziel: Lochenpass, 10 km südlich von Balingen, Zollernalbkreis
ÖPNV: Balingen (Bahnstation), dann Bus-Nr. 17
Wanderparkplatz: Parkplatz am Lochenpass (siehe Karte)
Länge: 4,0 km
Steigung und Gefälle: 200 m; gutes Schuhwerk, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich
Tipp: Plettenberg; Fossilienmuseum im Werkforum des Zementwerks Dotternhausen
Karte: Wanderkarte 1:35 000, Blatt 24 Albstadt/Balingen, Landesamt für Geoinformation und Landentwicklung Baden-Württemberg 2011.

Eine der spektakulärsten Landschaften der Schwäbischen Alb findet man rund um den Lochenstein wenige Kilometer südlich von Balingen: prächtige Ausblicke auf das Albvorland, beschauliche Wanderwege über Wacholderheiden und an knorrigen, alten Weidbuchen vorbei. Am Parkplatz Lochenpass beginnt der Aufstieg zum Lochenstein über steile, aber gut begehbare Stufen. Kurz vor dem Gipfel liegt rechts die 1899 erbaute Lochenhütte (höchstgelegenes Wanderheim des Schwäbischen Albvereins, nur Übernachtung). Nach dem Abstieg auf der anderen Seite, der Trittsicherheit erfordert, kommt man in einen Sattel mit Grillstelle. Von dort nehmen wir den rechten Weg, der am Waldrand entlang einer Wacholderheide bergauf führt. Oben angekommen, lohnt ein Abstecher zum Felsklotz Wenzelstein mit schöner Aussicht.

Schafe bei der landschaftspflegerischen "Arbeit" im Naturschutzgebiet Schafberg-Lochenstein.

Sonst geht man rechts hinauf, entlang einer kleinen, floristisch interessanten Wiese, dann über die Wacholderheide zum Waldrand. Beeindruckende Felsspalten zeigen, dass hier ein Stück Albtrauf – der so genannte „Gespaltene Fels" – irgendwann nach außen abkippen wird. An den Felsen gedeihen seltene Eiszeitrelikt-Pflanzen, die sonst nur in den Alpen vorkommen: *Augenwurz*, *Heideröschen*, *Immergrünes Felsenblümchen*, *Niedriges Habichtskraut* (Klettern ist hier streng verboten!). Weiter geht es entlang des Albtraufs – immer auf dem ausgeschilderten Wanderweg – Richtung Schafberg. Wir befinden uns hier auf knapp 1000 m Höhe. Bald kommt man zum Aussichtspunkt „Hoher Fels", von dem man zum Plettenberg und bis zum Schwarzwald hinüberblickt. Ein Stück geht man dem Donau-Zollernalb-Weg bergab am Albtrauf, bis man nach links der Beschilderung Lochen folgt.



Höhenprofil des Wanderwegs ab Parkplatz Lochenpass.

Blick vom Albtrauf ins Albvorland.

Pflanzen der Wacholderheide

Frühlings-Enzian

Den Lebensraum Wacholderheide entdecken

Schauen Sie mal eine Wacholderheide genau an: Was gedeiht in der Krautschicht? Sind giftige, dornige und stachelige Pflanzen stehengeblieben, ist das ein Zeichen, dass die Wacholderheide beweidet wird, auch wenn die Schafe schon weitergezogen sind.
Achten Sie auf die verschiedenen Disteln! Im trockenen Zustand sind die dornig gezähnten Blätter besonders dekorativ. Einleuchtend, dass Schafe diese Pflanzen nicht so gern fressen.

Silberdistel (1): große, auffallende Distel. Bei feuchtem Wetter und nachts krümmen sich die Hüllblätter nach oben und schützen die Röhrenblüten vor Feuchte („Wetterdistel").

Golddistel (2): eine der wenigen Pflanzen, die aufgrund ihres steifen, gegen Austrocknung unempfindlichen Stängels bis weit in das Frühjahr hinein aufrecht stehen bleiben.

Stängellose Kratzdistel (3): Wie der Name sagt, hat die Blüte keinen Stängel, die Blattrosette liegt dicht am Boden und ist so besonders gut vor den Weidetieren geschützt.

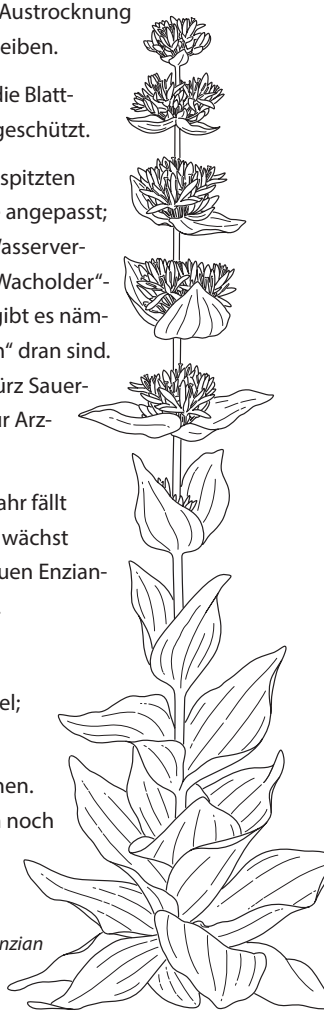
Gewöhnlicher Wacholder (4): kann sich mit seinen nadelförmigen, fein zugespitzten Blättern vor dem Schafmaul schützen. Diese sind gut an trockene Standorte angepasst; der Wachsüberzug und die geringe Oberfläche der „Nadeln" schützen vor Wasserverlust durch Verdunstung. Schauen Sie genau hin: Nicht jeder Wacholder hat Wacholder"-beeren" – die botanisch „Beerenzapfen" genannt werden. Beim Wacholder gibt es nämlich weibliche (♀) und männliche (♂) Pflanzen! Raten Sie mal, wo die „Beeren" dran sind. Sie enthalten leicht giftige, ätherische Öle, die – in kleiner Menge – als Gewürz Sauerkraut, Sauerbraten und Wildbraten eine würzige Note verleihen und auch zur Arzneimittel- und Schnapsherstellung verwendet werden.

„Blau, blau, blau blüht der Enzian . . ." . . . ist ein bekannter Schlager. Im Frühjahr fällt der ***Frühlings-Enzian*** (5) sofort wegen seiner leuchtend blauen Farbe auf. Er wächst meist in Gruppen nahe am Boden. Seine Blätter – übrigens wie bei allen blauen Enzianarten – schmecken bitter, weshalb sie von den Schafen verschmäht werden.

Fransen-Enzian (6): Die zartblauen Blütenblätter haben am Rand „Fransen".

Deutscher Enzian (7): mehrere rotviolette Blüten an einem stattlichen Stängel; auch diese Blüten haben Fransen, und zwar im Innern der Blüte.

Gelber Enzian: Aus seiner Wurzel wird der berühmte Enzianschnaps gewonnen. Diese enthält Amarogentin, die bitterste bekannte Substanz, die der Mensch noch in einer Verdünnung von 1 zu 58 Millionen schmecken kann.



Gelber Enzian

1

2

3

4

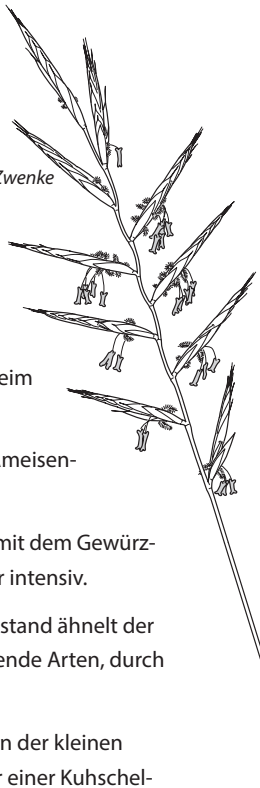
4♀

6

5

7

Pflanzen der Wacholderheide



Fieder-Zwenke

Fieder-Zwenke (Spitzgras): Junge Triebe werden von den Schafen gefressen, alte Blätter verschmähen sie, daher das Sprichwort: „Des isch mir wie Spitzgras“ („Das mag ich überhaupt nicht“).

Dornige Hauhechel (1): Die Blütenkronblätter sind aderförmig gezeichnet (sog. Strichsaftmale); Pflanze reich an ätherischen Ölen; der Wurzel (zu Arzneizwecken getrocknet) wird eine schwach harntreibende Wirkung nachgesagt.

Zypressen-Wolfsmilch (2): eine der häufigsten Pflanzen der Wacholderheiden; wie alle Wolfsmilchgewächse enthält sie einen Milchsaft, der giftig ist. Schon beim Abreißen eines kleinen Blättchens kann man den Milchsaft sehen.

Feld-Thymian (3): niedrige Pflanze, oft mit Ausläufertrieben; gern an oder auf Ameisenhügeln; Blätter duften aromatisch.

Gewöhnlicher Dost (4): heißt mit wissenschaftlichem Namen *Origanum* und ist mit dem Gewürz-Origano verwandt; Blätter enthalten ätherische Öle, schmecken aber nicht sehr intensiv.

Katzenpfötchen (5): Es gibt männliche (♂) und weibliche (♀) Blüten. Der Blütenstand ähnelt der Unterseite einer Katzenpfote ; stark gefährdete Art, die leicht durch konkurrierende Arten, durch Beschattung oder Düngung verdrängt wird.

Gewöhnliche Küchenschelle (6): Der Name kommt nicht von Küche, sondern von der kleinen Kuh, dem Küh-chen; die halb geschlossene Blüte ähnelt einem Glöckchen oder einer Kuhschelle; Stängel und Narben zur Fruchtzeit stark verlängert („Hexenbesen“) (6a); sehr giftig.

Wegerich-Arten (7) mit eng am Boden anliegenden Blattrosetten; entgehen so dem Schafmaul.

8

9

Stacheln oder Dornen?

Im allgemeinen Sprachgebrauch werden die beiden Begriffe häufig verwechselt. So besitzen *Rosen* botanisch gesehen keine Dornen, sondern Stacheln. *Weißdorn*, *Schlehe* und *Dornige Hauhechel* hingegen tragen Dornen.

Der Unterschied: **Dornen** (8) sind umgewandelte Sprossachsen, Blätter oder Wurzeln. Sie sind stets von Leitbündeln durchzogen, die Wasser und Nährstoffe in der Pflanze transportieren. **Stacheln** (9) sind Auswüchse der Epidermis, der äußeren Zellschicht von Sprossen und Blättern. Sie können im Gegensatz zu Dornen relativ leicht von der Pflanze abgestreift werden.

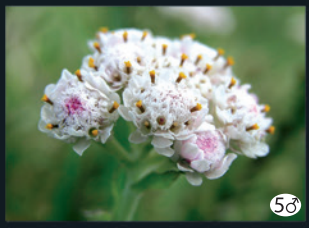
1

2

4

3

5♀


5♂

7

6a

6

Tiere der Wacholderheide

Wacholderheiden – hier sind Überlebenskünstler unter sich

Wo aufgrund von Wärme und Trockenheit ganz besondere Lebensbedingungen herrschen, haben speziell angepasste Tierarten einen Vorteil und können sich ausbreiten. Für diese xerothermen Arten (griech. *xeros* = trocken, *thermos* = warm) spielt nicht nur das Kleinklima eine Rolle, sondern auch die damit oft verbundene schüttere Vegetation oder das Vorkommen spezieller Pflanzenarten als Nahrung für Schmetterlingsraupen.

Heidelerche

Dorngrasmücke (1): legt ihr Nest in dornigen Büschen an; ernährt sich von Spinnen, Weichtieren, Insekten und Beeren.

Goldammer (2): Männchen tragen während der Brutzeit ein gelbes Prachtkleid mit leuchtend gelbem Kopf und gelber Unterseite, das zur Partnerwerbung dient; legt ihr Nest am Boden in dichter Vegetation an.

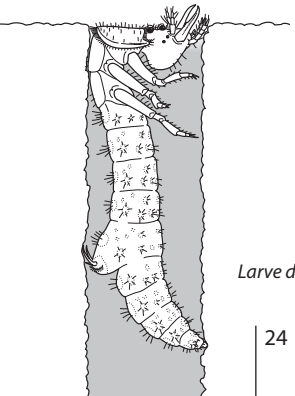
Neuntöter (3): lebt in heckenreichen Landschaften; ernährt sich hauptsächlich von Insekten, die er als Vorrat auf Dornen von Heckensträuchern aufspießt.

Die ***Heidelerche*** (4) hat gern den Überblick: Sie brütet auf weiten, übersichtlichen Wacholderheiden. Von Bäumen hält sie großen Abstand. Ihr Nest legt sie am Boden in der Vegetation versteckt an und ist hier sehr störungsempfindlich. Der melodische Gesang wird meist im Fliegen vorgetragen (Singflug).

Wespenspinne (5): Weibchen werden 25 mm groß und sind auffällig gezeichnet; wenn sich Beute im Spinnennetz verfangen hat, wickelt die Spinne ihr Opfer ein und tötet es mit Gift.

Westliche Heideschnecke (6): erklimmt bei hohen Temperaturen Halme bis 50 cm Höhe, zieht sich dort in ihr Gehäuse zurück und überdauert Hitze und Trockenheit.

Große Turmschnecke (7): an heiße, trockene Standorte gut angepasst; wandert an heißen Tagen von der aufgeheizten Bodenoberfläche in kühlere Stockwerke der Vegetation, zieht sich in ihr Gehäuse zurück und verschließt die Öffnung.



Larve des Feld-Sandlaufkäfers

Libellen-Schmetterlingshaft (8): Netzflügler; schwirrt bei Sonnenschein elegant über dem Boden, um kleine Insekten, bevorzugt Schmetterlinge, im Flug zu fangen und zu verspeisen.

Feld-Sandlaufkäfer (9): kann mit seinen langen, schlanken Beinen flink laufen, kann aber auch davonfliegen, wenn er überrascht wird. Seine Larve lebt in einem selbst gegrabenen Erdloch und wartet auf vorbei laufende Beutetiere, die sie dann packt und aussaugt.

1

3

2

4

5

6

7

8

9

Tiere der Wacholderheide

Die ***Rotflügelige Schnarrschrecke*** (1), eine Heuschreckenart, erzeugt mit den Hinterflügeln ein knatterndes Schnarren, das Fressfeinde abschrecken soll; die leuchtend roten Hinterflügel sieht man erst, wenn die Heuschrecke auffliegt.

Feldgrille (2): wärmeliebende Heuschreckenart; wegen ihres weit hörbaren Gesangs bekannt: Männchen zirpen, indem sie die Vorderflügel rasch gegeneinander bewegen; springt selten, ist aber eine flinke Läuferin; Allesfresserin, bevorzugt pflanzliche Nahrung.

Wolfsmilchschwärmer (3): Nachtfalter; seine auffällig bunte Raupe (3a) kann man auch tagsüber an ihrer Nahrungspflanze, der *Zypressen-Wolfsmilch*, finden.

Sechsfleck-Widderchen (4): Die auffällige Färbung (sechs rote Flecken auf den Vorderflügeln, leuchtend rote Hinterflügel) signalisiert den Fressfeinden, dass der tagaktive Nachtfalter giftig ist.

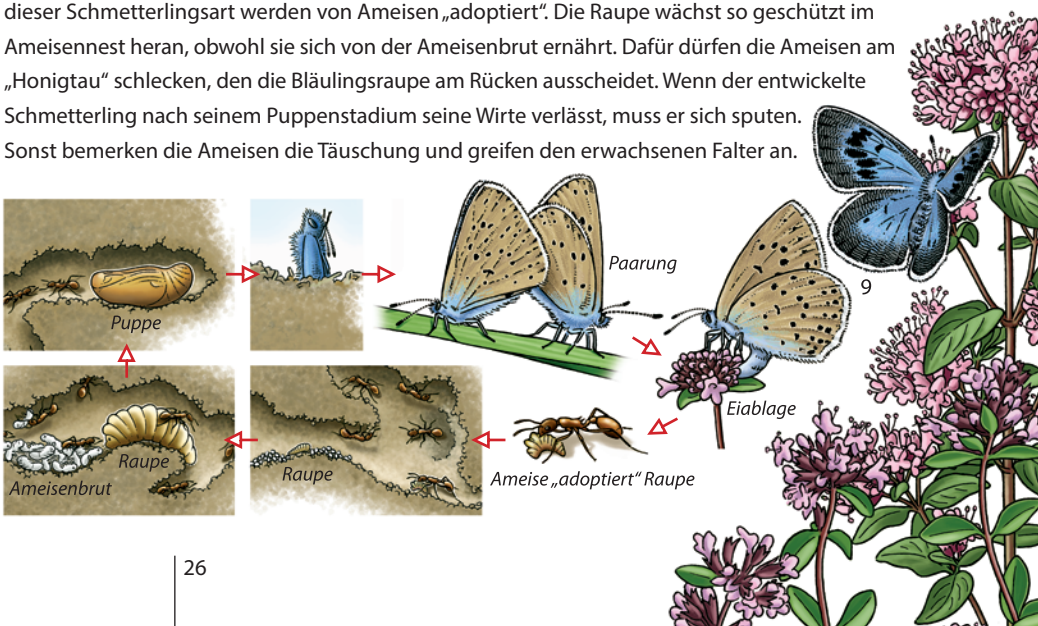
Schachbrettfalter (5): häufig auf Wacholderheiden zu sehen; gut an den schachbrettartig schwarz/weiß gefleckten Flügeloberseiten zu erkennen; oft auf *Flockenblumen*, *Skabiosen* und *Kratzdisteln*.

Schwalbenschwanz (6): einer der größten und auffälligsten Tagfalter; an den Hinterflügeln stehen kurze, meist schwarz gefärbte „Schwänzchen" ab. Die Raupe (6a) lebt an der *Wilden Möhre*.

Rotbraunes Wiesenvögelchen (7): Falter, der auf schafbeweideten Wacholderheiden genügend Nektarpflanzen findet, weil er *Dost* und *Feld-Thymian*, die nicht abgefressen werden, bevorzugt.

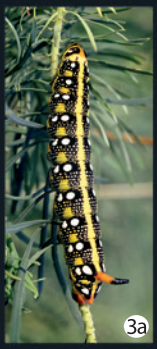
Silbergrüner Bläuling (8): häufig auf Wacholderheiden zu beobachten, da hier seine wichtigsten Nektarpflanzen wie *Dost*, *Hornklee*, *Skabiosen* und *Flockenblumen* gedeihen.

Der ***Schwarzfleckige Ameisenbläuling*** (9) hat einen raffinierten Entwicklungszyklus: die Raupen dieser Schmetterlingsart werden von Ameisen „adoptiert". Die Raupe wächst so geschützt im Ameisennest heran, obwohl sie sich von der Ameisenbrut ernährt. Dafür dürfen die Ameisen am „Honigtau" schlecken, den die Bläulingsraupe am Rücken ausscheidet. Wenn der entwickelte Schmetterling nach seinem Puppenstadium seine Wirte verlässt, muss er sich sputen. Sonst bemerken die Ameisen die Täuschung und greifen den erwachsenen Falter an.



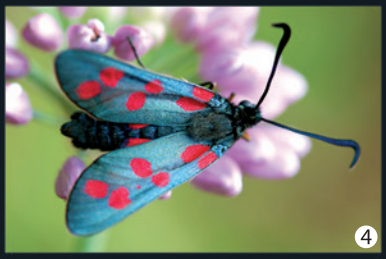
1

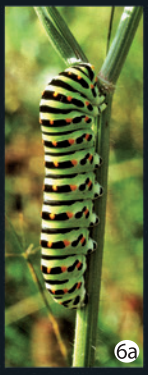
2


3a

3

5


4


6a

6

8

7

NATUR
HEIMAT
WANDERN

Schwäbischer
Albverein

WIR HABEN VIEL ZU BIETEN –
AUCH FÜR SIE!
GRÖSSTER WANDERVEREIN
EUROPAS!

Wer wir sind, was wir tun und was wir wollen

Freude am Wandern und die Liebe zu Heimat, Landschaft und Natur verbinden die Mitglieder des Schwäbischen Albvereins. Der Verein wurde am 13. August 1888 in Plochingen gegründet. Er ging aus dem Zusammenschluss mehrerer örtlicher Verschönerungsvereine hervor.
Der gemeinnützige Verein ist in der Gesellschaft fest verankert und mit vielfältigen Aktivitäten präsent – von der Beschilderung von Wanderwegen, der Pflege von Landschaft und Schutzgebieten bis hin zu Denkmalpflege sowie Kultur- und Wanderangeboten. Als anerkannter Naturschutzverband setzt sich der Albverein für die Erhaltung und den sorgsamen Umgang von Umwelt und Natur ein.
In den 130 Jahren seines Bestehens ist der Schwäbische Albverein auf 100 000 Mitglieder angewachsen und damit der größte Wanderverein Europas. Rund 530 Ortsgruppen bieten ein umfangreiches Wander- und Veranstaltungsprogramm für alle Alters- und Leistungsgruppen.

Wandern in allen Facetten

Wandern liegt im Trend wie nie zuvor. Der Schwäbische Albverein hat dazu zahlreiche Angebote, welche man nutzen kann, sich aber zu nichts verpflichten muss. Die Aktivitäten sind breit gefächert und reichen von Themenwanderungen, Weitwanderungen, Radwanderungen, Schneeschuhwandern bis hin zu Kletterkursen und naturkundlichen Exkursionen. Besonders beliebt sind die zahllosen geführten Wanderungen, die von den Ortsgruppen regelmäßig und in unterschiedlichen Längen und Schwierigkeitsgraden organisiert und durchgeführt

werden. Bei Jugend und Familien stehen vor allem Ferienfreizeiten, Zeltlager, Geocaching-Touren, Nacht-, Kanu- und Hüttenwanderungen hoch im Kurs. Wanderer können rund 24 000 km markierte Wanderwege im Vereinsgebiet des Schwäbischen Albvereins nutzen und sicher sein, ans Ziel zu kommen. Das Wegenetz zieht sich vom Taubergrund bis zum Bodensee und vom Schwarzwaldrand bis zum Ries. Im Vereinseigentum befinden sich 29 Aussichtstürme und 23 Wanderheime mit der Möglichkeit zur preiswerten Einkehr bzw. Übernachtung. Vereinsheime der Ortsgruppen kommen hinzu.
Im Trend liegen die so genannten „Gesundheitswanderungen". Das Besondere daran ist die Kombination aus relativ kurzen Wanderungen mit gezielten Trainingseinheiten, welche Koordination, Kraft und Ausdauer der Teilnehmer verbessern helfen. Im Vereinsgebiet stehen flächendeckend ausgebildete Gesundheitswanderführer zur Verfügung, welche zum Teil auch Kurse anbieten.

Dreiklang aus Natur, Heimat und Wandern

Der Albverein legt großen Wert auf den Dreiklang „Natur – Heimat – Wandern". Diese drei Begriffe gehören im Vereinsleben zusammen. Zu den Vereinsaktivitäten gehören deshalb auch die Denkmalpflege, die Heimatforschung und die Pflege von Brauchtum und Kultur. Mundart-, Musik- und Tanzveranstaltungen, Fahnenschwingen und Theater sind nur einige der zahlreichen Angebote. Darüber hinaus offeriert die Heimat- und Wanderakademie Baden-Württemberg als gemeinsame Bildungseinrichtung des Schwäbischen Albvereins und des Schwarzwaldvereins ein hochwertiges Aus- und Weiterbildungsprogramm, welches sich an alle richtet, die Landschaft, Natur, Kultur und Geschichte näher kennenlernen wollen. Die wichtigste Aufgabe der Heimat- und Wanderakademie ist die Ausbildung qualifizierter Wanderführer. Verstärkt und zukünftig vermehrt setzt man beim Albverein auch auf digitale Techniken: zum Beispiel GPS-Navigation, auf Wegeschilder mit Daten-Download, digitale Wanderkarten und die Nutzung von Wander-Apps.

Mitgliedschaft lohnt sich

Beim Schwäbischen Albverein gibt es zudem jede Menge Wanderliteratur und Kartenmaterial. Mitglieder erhalten einmal jährlich eine kostenlose Wanderkarte und vierteljährlich das Mitglieder-Magazin „Blätter des Schwäbischen Albvereins". Zudem profitieren sie von reduzierten Übernachtungspreisen in den romantisch gelegenen Wanderheimen. Auch erhalten sie die vereinseigene Literatur zu Natur, Heimat und Wandern zum Vorzugspreis. Der Mitgliedsbeitrag pro Jahr beträgt 33 Euro für Vollmitglieder. Familien bezahlen 47 Euro, einzelne Jugendmitglieder bis zur Vollendung des 27. Lebensjahrs 13 Euro und einzelne Kindermitglieder bis zur Vollendung des 14. Lebensjahrs 3 Euro.

www.schwaebischer-albverein.de

Wer sich gern in freier Natur bewegt und gemeinschaftliche Aktivitäten sucht, ist beim Schwäbischen Albverein an der richtigen Adresse.

Das Wasserberghaus – eines der vielen Wanderheime.

Weitere Informationen zum Schwäbischen Albverein und seinen vielfältigen Angeboten finden Sie im Internet unter: **www.schwaebischer-albverein.de**
Dort finden sie auch das Beitritts-Formblatt. Oder rufen Sie an: 07 11 / 2 25 85-0, da hilft man Ihnen weiter!

Die „Blätter des Schwäbischen Albvereins" – viermal im Jahr und für Mitglieder kostenlos.

Der Schwäbischen Albverein bietet Hilfestellung

- Wenn Sie Informationen und Hilfestellungen zu Pflegemaßnahmen von Wacholderheiden benötigen, wenden Sie sich bitte an die beiden Naturbeauftragten oder an die Naturschutzreferentin des Schwäbischen Albvereins. Wir beraten Sie auch vor Ort.
- Der Schwäbische Albverein steht Ihnen auch bei anderen Biotoppflege- und Biotopgestaltungsmaßnahmen, z.B. zur Neuanlage von Hecken und anderen Feldgehölzen, Neuanlage eines Feuchtgebietes (Tümpel), Pflegemaßnahmen von Mähdern, Obstbaumwiesen oder der Betreuung aufgelassener Weinberggrundstücke beratend zur Seite.
- Unterstützung bei Pflegemaßnahmen können Sie durch den Pflegetrupp des Schwäbischen Albvereins erhalten. Er kann von den Ortsgruppen angefordert werden. Über die Einsatzmöglichkeiten informiert Sie die Naturschutzreferentin des Schwäbischen Albvereins.
- Selbstverständlich können Sie sich in allen Fragen, die den Naturschutz betreffen, an das Referat Naturschutz des Schwäbischen Albvereins, Hospitalstr. 21 B, 70174 Stuttgart, Tel.: 07 11 / 2 25 85-14 oder an eine unserer 530 Ortsgruppen wenden.

Der Landschaftspflegetrupp des Schwäbischen Albvereins im Pfullinger Stützpunkt.

Wacholderheiden

mit ihrer einzigartigen Tier- und Pflanzenwelt sind charakteristisch für die Schwäbische Alb. Wie sie entstanden, warum sie schützenswert sind und was es bedeutet, sie zu erhalten, lesen Sie in dieser Broschüre. Auch finden Sie Tipps zum Mitmachen und fundiertes Fachwissen zu dieser über Jahrhunderte gewachsenen Kulturlandschaft.

Schwäbischer Albverein

Schwäbischer Albverein
Hauptgeschäftsstelle
Hospitalstraße 21 b
70174 Stuttgart
Telefon 07 11 / 2 25 85-0
Telefax 07 11 / 2 25 85-92
info@schwaebischer-albverein.de
www.schwaebischer-albverein.de