



Smaragdgrün Glasklar Gletscherblau



*Zu Fuß oder mit dem Fahrrad unterwegs:
Das kleine Slowenien ist reich an wilden Flüssen,
hohen Bergen und beneidenswertem
Lebensgefühl. Die zwei Millionen Menschen
meistern die Moderne, aber legen ihr auch
sinnvoll Zügel an. Dieser kleine Flecken Europas
hat sich daher für Urlaubsreife zum Sehnsuchtsort
gemausert, als Gegenpol zur landschaftlichen
Tristesse reicher Wirtschaftszentren.*

Wenn eine Nation das Wasser und seine Berge im Nationalwappen thematisiert, unterstreicht dies eine für Staatslenker seltene Naturverbundenheit. Die gezackte Silhouette mit zwei Wellen darunter offenbart den Stellenwert Sloweniens Gipfel, seiner klaren Flüsse und des 22 Kilometer langen Küstenstreifens an der Adria. Doch auch im realen Leben wirkt die Freude an Ursprung und Tradition. Der schon 1961 gegründete Nationalpark Triglav gibt sich nicht nur durch Schilder zu erkennen, sondern auf Schritt und Pedaltritt, als blättere man in einem Bilderbuch vergangener Zeiten.

Geld alleine macht nicht glücklich und Luxus bisweilen dekadent. Als Gegenentwurf bestärkt Sloweniens Nationalpark Triglav, dass gerade die Einfachheit einer rauen Bergwelt mehr Schätze birgt als Schmuckkästchen gefüllt mit teuren Edelsteinen. Denn was wertvoll ist, definiert die Natur mit eigener Münze – und der Mensch zahlt zurück mit seinen Freudenfältchen.

Freundlichkeit ist die Währung, mit der die Slowenen gestresste Urlauber schon lange beglücken. Ob im kleinen Dorf in einer der 22 Gemeinden rund um den Bohinj-See (Foto 1/2) oder beim Bäcker in der Hauptstadt Ljubljana (Foto 4) – das Urlaubsglück in Slowenien liegt scheinbar auf der Straße. Wobei man mit Straße nicht wie in Deutschland Autobahnen oh-



4 Gottesanbeterin auf Jagd: Die Südländerin ist in Ljubljana kein seltener Gast.

ne Tempolimit assoziiert, sondern schmale verkehrsarme Ortsverbindungen und kurvige Passüberquerungen. Genuss-Biker freuen sich an den verkehrsfreien Radwegen und Schotterpisten, die Zeltplatz mit Zeltplatz verbinden. Dem Rucksackwanderer meisteln die zauberhaften Trails ein Dauergrinsen ins Gesicht. Denn hinter jeder Biegung überraschen neue Bilder. Besonders die Flusstäler malt Slowenien mit leuchtkräftigen Wasserfarben. Je nach Region erstrahlen sie mal gletscherblau, mal grün wie Smaragde oder glasklar rein wie ein geschliffener Diamant. Das farbenfrohe Wasserspiel beruht auf reinsten Physik. Wenig Wasser im Glas erscheint klar.

Natürlichkeit bewahrt: Nationalpark Triglav



1 Dörfer sind hier noch Dörfer geblieben – Bohinj.

Die Schönheit der Flüsse und Seen ist das zentrale Thema dieses Hochgebirgs-Nationalparks. Die Ruhe des Bohinj-Sees, die Einsamkeit am Soča-Fluss und der touristisch erschlossene Bleder-See sind Ausgangspunkte zu Ausflügen auf 7000 Kilometer markierten Wegen in das Paradies der Julischen Alpen. Nationalpark Triglav: (SLO) 838,07 km² / Höhe: 180 - 2864 m Zum Vergleich: Biosphärengebiet Schwäbische Alb: 853 km²

Gletscherblau: Soča-Tal

Nahe den sogenannten kleinen Soča-Trögen (Foto 2) kann man in seichten Flussabschnitten testen, ob und wie lange man der eisigen Kälte trotzen kann (Foto 7).



2 Bitterkalt – Soča-Fluss.

Smaragdgrün: Bohinj-See

Die Radwege im Bohinj-Tal sind bei Touristen beliebt. Tipp: Die autofreie Traumroute im Flusstal vom Bohinj-See zum See bei Bled ist an Reizen kaum zu überbieten.



3 Glanzlichter – Bohinj-See.

Jung geblieben: Historische Hauptstadt Ljubljana

Die rund 38000 Studenten an vier Universitäten bereichern die freundliche Stimmung und Atmosphäre in der Hauptstadt Sloweniens. Die vielen Cafés entlang der Fluss-Promenaden, die architektonisch beeindruckend und liebevoll renovierten Altstadt-Gebäude vermitteln ein spezielles mediterranes Flair. Hinzu kommt: Der komplette historische Stadtkern ist seit 2007 autofrei. Fußgänger und Radfahrer dürfen entspannt durch die Gassen flanieren. Fakten: 164 km² / Höhe: 298 m / 288382 Einwohner



4 Lebensfroh – Ljubljana.

Wasser verschwindet: See von Cerknica

Slowenien bietet viele Phänomene, wie den See, der regelmäßig versickert (Foto 5). Eine Umrundung mit dem Rad lohnt allemal. Ganz in der Nähe befindet sich auch die 2,5 Kilometer lange Rakov Skocjan-Schlucht. Das Besondere: Sie war ursprünglich eine große Wasserhöhle, die zusammenbrach.



5

Tiefe Gewässer wie Flüsse hingegen leuchten blau. Denn viele Wassermoleküle schlucken vorrangig den Rotanteil des Sonnenlichts, während sie das Blau in alle Richtungen abstrahlen und streuen. Bei grünen Gewässern mischen Organismen wie Plankton mit im Farbenspiel.

Die rund zwei Millionen Slowenen sind stolz auf ihre Flüsse, Seen und Berge. Sie zeigen ihre Verbundenheit zur Natur sogar auf dem Staatswappen. Seit der Staatsgründung und Ablösung von Jugoslawien nach dem 10-Tage-Krieg 1991 illustriert eine Bergsilhouette mit zwei Wellen darunter, wo die Prioritäten dieses Landes liegen, während andere mit Löwen, Kronen und Schwertern sich mit Stärke, Glanz und Kampf profilieren. Nicht ohne Grund widmete dieses kleine Land bereits 1961 satte 4,13 Prozent seiner Fläche dem Nationalpark. Zum Vergleich: Das mit 84,5 Millionen Menschen bevölkerungsreiche Deutschland gründete 1970 sein erstes Großschutzgebiet im Bayerischen Wald. Heute allerdings adeln die bereits 14 Nationalparks magere 0,6 Prozent des Landes.

So konnte sich in Slowenien nun seit 65 Jahren gletscherblau und einsam der Fluss Soča touristisch entwickeln (2/6/7). Eine 45 Kilometer lange Talwanderoute begleitet ihn ab der Quelle auf 989 Meter Höhe vorbei an Wasserfällen und schmalen Klammern bis nach Bovec. Anschließend zeigt die Tour, wie sich der Wildfluss hinab zur auf 210 Metern gelegenen Napoleonbrücke in Kobarid durch tiefe, oft steil abfallende Schluchten wälzt. Diese Route gehört zu den beeindruckendsten der Alpen.

Smaragdgrün dagegen bekennt der Nationalpark-Fluss Velika Savica seine Farbe, bevor er den wohltemperierten Bohinj-See füllt (3/8). Dieses sanft erschlossene Wasseridyll wirbt mit originellem Slogan als Gegenentwurf zur banalen Sonnenanbetung: „Welcome to Bohinj! Where nature isn't just a scenery – it speaks, if you listen.“ ■ fef



6 Nationalpark Triglav – im Soča-Tal treffen alpine und mediterrane Klimazonen aufeinander.



7 Soča-Tal – bitterkaltes Badevergnügen.



8 Bohinj-Tal – Traditionen werden hier gelebt.



©www.opentopomap.org, OpenStreetMap (CC-by-SA 3.0)



9 Julische Alpen – Märchenwald ohne Vergleich.

Abnehmen mit Naturheilkunde

Nutzen Sie die Kraft von effektiven Bitterstoffpflanzen und Calotropis (Madar), um Ihr natürliches Sättigungsgefühl zu unterstützen und den Stoffwechsel sanft zu aktivieren. Wir beraten Sie gerne persönlich.

Naturheilkunde aus eigener Herstellung seit 1829

