




# Urlaub?

„Alles rein ökologisch“, garantieren **25 Biohotels** in Deutschland, Österreich,



Ruhe und Bewegung: Biohotel  
„Pausnhof“ im Naturpark Bayerischer  
Wald (ganz links). Vor der Haustür:  
das blühende Leben (links). Im Garten:  
der Chef der Hühnerfamilie, die für  
die Frühstückseier sorgt



# Natürlich!

Südtirol und der Schweiz. Liebevoller Zuwendung gibt's gratis dazu

Hausherr Hans Simmet mit den Waldschafen. Nach dem Wandern Faulenzen in der Sauna. Ein kleiner feiner Salat mit Gartenkräutern. Praktikantin Bénédicte Pariaud im hoteleigenen Treibhaus



**A**ngenehm frisch ist die Luft hier oben am Berg auf 800 Meter Höhe. Und diese Ruhe ... Wir sind, östlich von Degendorf, im Nationalpark Bayerischer Wald angekommen, in St. Oswald, nahe der Grenze zu Tschechien: ein altes Benediktinerkloster, schmucke bayrische Bauernhäuser, Haltestellen für die umweltfreundlichen erdgasbetriebenen Busse, die jeden Winkel des Nationalparks ansteuern. Mitten im Ort, an den Hang geschmiegt, liegt der „Pausnhof“, seit 2001 Deutschlands erstes zertifiziertes „Biohotel“. Ein weitläufiges Anwesen, seit Generationen bewirtschaftet von Familie Simmet: vorn das alte Hofgebäude, in dem die Simmets wohnen, daran angrenzend der großzügige hölzerne Hotelneubau in einem schlichten neobayrischen Stil mit langen Balkonreihen, dahinter ein Haus mit Familienapartments und in den Wiesen und Weiden die alte Scheune, in der eine Künstlerin ein Sommeratelier betreibt und mit Gästen töpferf. Der Hoteleingang ist freundlich umrankt von Rosen. Drinnen viel helles naturbelassenes Holz, der helle Gastraum ist mit maßgefertigten Kirschholzmöbeln ausgestattet. Und den Leinwandstoff für die rot karierten Fenstervorhänge haben noch die Vorfahren von Hausherr Hans Simmet gewebt.

### Stille und Ruhe, schnörkellos und pur

Unter der weinumrankten Pergola setzen wir uns auf der Terrasse zu Tisch, mit Blick ins Tal: Es gibt Spinatcremesuppe mit Dillschaum, rosa gebratenem Lammrücken mit Schmor Gemüse und Bärlauchkartoffeln, danach Rhabarber-Erdbeerkompott mit Ingwerreis. Im „Pausnhof“ kredenzt man alles andere als frugale Körnerküche: Küchenchef Klaus Sammer, 32, hat bei Heiko Nieder im Berliner „Vau“ und anderen Gourmettempeln gelernt. Und die Kräuter eigenhändig im Garten vor der Tür geschnitten. Auch das ist bio: Die „Riedenburger Weiße“ ist mit Bioland-Malz und -Hopfen gebraut, naturbelassen und unfiltriert. Unsere Tischnachbarn – ein Ehepaar aus dem Münchner Raum, das in einer Familienbildungsstätte arbeitet – haben genaue Vorstellungen von ihrem Traumurlaub: „Wir wünschen uns Stille und Ruhe. Die haben wir hier gefunden. Schnörkellos und pur. Mit Wandern, Sauna, gutem Essen.“ Familie Mönius mit Martin, 13, und Felix, 8, aus dem oberfränkischen Weichheim hat im Bioladen vom „Pausnhof“ erfahren: „Wir zeigen unseren Kindern jedes Jahr im Wechsel ein Stück der großen weiten Welt – London, Rom oder Istanbul – und dann ein Stück der kleinen überschaubaren Welt auf dem Land.“

Der „Pausnhof“ ist ein Familienbetrieb. „Minister sowohl des Äußeren als auch des Inneren“: Hans Simmet, 36. Fürs Frühstück zuständig ist seine Mutter Marianne und Schwiegermutter Ludwiga Sammer backt Kuchen, z. B. die legendäre Kardinalschnitte. Treibende Kraft im Haus ist die temperamentvolle Wirtin Sabine Simmet, 41, im Ort als „die

junge Pausn“ bekannt, von manchen Gästen auch als die „Marianne Sägebrecth out of St. Oswald“ bezeichnet.

### Auf Plankenstegen durch den Dschungel

Bergluft macht müde. Das große Balkonzimmer mit dem geräumigen Bad ist behaglich in klarem Landhausstil eingerichtet. Hier ließe es sich auch gut mit einem Buch aushalten, falls es regnen sollte ... Morgens beim Aufwachen ist von fern Kinderlachen zu hören. Die Simmet-Töchter Katharina, 9, und Johanna, 6, haben den Tieren hinten auf der Weide einen Morgenbesuch abgestattet. Dort stehen Waldschafe, Pinzgauer Rinder und 20 stattliche Exemplare des Schwäbisch-Hällischen Schweins – alles alte, zum Teil vom Aussterben bedrohte Landtierrassen, die die Simmets nachgezüchtet haben. Dafür gab es das Prädikat „Arche-Hof“. Katharina, „die kleine Pausn“, und Johanna haben auch im Gewächshaus bei Bénédicte Pariaud, 22, vorbeigeschaut. Die Agrarstudentin aus Paris macht hier ein landwirtschaftliches Praktikum, betreut Tomaten, Topinambur und Tiere.

Das Frühstück ist ein Genuss. Nicht nur wegen Frischkornbrei, selbst gebackenem Brot und frischem Obstsalat, sondern auch, weil wir so lange bei Tisch sitzen bleiben können, wie wir möchten. Dann zieht's uns hinaus in den Nationalpark, zu Bären, Luchsen, Wölfen. In Freigehegen bewegen sich die Raubtiere fast wie auf der Wildbahn, wir können sie von höher gelegenen Terrain aus beobachten. Später geht es, vom Plätschern der Kleinen Ohe begleitet, über Plankenstege auf dem Naturlehrpfad durch den bayrischen Dschungel. Bizarr ragen von Borkenkäfern dahingeraffte Nadelholzfriesen auf, überwuchert vom nachwachsenden Laubholzgrün – die angestammte Vegetation bricht sich wieder Bahn in den Nadelholzaufforstungen, mit denen frühere Landesherren die Landschaft formen wollten.

Im „Pausnhof“ lockt nun die Sauna: finnisch oder mit Kräuterdampf – bei Tageslicht in modernem Philippe-Starck-Design. Zwischendurch ruhen wir mit Blick auf den Garten, rund um den schönen kubischen Ofen. Anschließend gönne ich mir noch eine Entspannungsbehandlung. Während Dr.-Hauschka-Kosmetikerin Christine Saller meinen Rücken knetet, wandern meine Gedanken: Hier müsste es auch im Winter schön sein – 500 Kilometer gespurte Loipe vor der Tür.

● **Preise/Adresse** Ü/F/DZ ab 40 Euro pro Person, Ü/F/EZ ab 46 Euro. Dazu HP: Drei-Gang-Menü (plus 12 Euro) oder Gourmet-Vier-Gang-Menü (plus 25 Euro); Familie Simmet, Goldener Steig 7, 94568 St. Oswald, Tel. 0 85 52/40 88 6-0, [www.pausnhof.de](http://www.pausnhof.de), [info@pausnhof.de](mailto:info@pausnhof.de)



## „Biohotel“ – was bedeutet das?

Das Label „Biohotel“ führen mittlerweile 20 Gasthäuser in Deutschland, Österreich und Italien. Es wird Häusern verliehen, die, im Einklang mit der Natur, nachhaltig wirtschaften und mit regionalen Biobauern kooperieren. Die Einhaltung der „Bio“-Kriterien wird immer wieder, angemeldet und unangemeldet, überprüft. Zentrales Anliegen ist das Wohlbefinden der Urlaubsgäste im Einklang mit verantwortungsbewusstem Handeln gegenüber der Natur. Die einzelnen Hotels setzen ihre „Bio“-Schwerpunkte je nach Lage in verschiedenen Kategorien, vom noblen City-Hotel über das Berghotel mit speziellen Fasten-Angeboten bis zum kinderfreundlichen Familienhaus. „Bio“-Kriterien sind z. B.: → **Umgebung** Natur- und kulturnahes Urlauben. → **Gourmet-Genuss** Anspruchsvolle Vollwert- und vegetarische Küche mit regionalen Spezialitäten aus naturnahem und biologischem Anbau, gute Trinkwasserqualität. → **Gesundes Wohnen** Lichte, luftige Räume mit Vollholzmöbeln, Holz- oder Steinböden, Naturtextilien. → **Beauty und Wellness** Natürliche Kosmetik, biologische Pflegemittel, Anwendungen. → **Sport und Freizeit** Bewegungsangebote in nächster Nähe. → **Reine Luft** Z. B. spezielle Nichtraucherhotels und allergikergerechte Einrichtungen. [www.biohotels.info](http://www.biohotels.info)

# 24 weitere Bio-hotels in Deutschland, Italien, Österreich und der Schweiz

## DEUTSCHLAND

### Kenners LandLust

- **Lage** Altes Fachwerkhaus am Wald am Rande der Gohrde, einem riesigen Waldgebiet. ● **Tipp** „Meine kleine BioWoche“: 7 Ü/DZ, Vollwert-VP, geführte „Wanderung durch Zeit und Raum“, Elbtalau-Fahrradtour 378 Euro pro Person.
- **Preise/Adresse** Ü/F ab 32 Euro, Ü/HP ab 47 Euro pro Person/DZ; Familie Kenner, Dübbekold 1, 29473 Gohrde, Tel. 0 58 55/97 93 00. [www.kenners-landlust.de](http://www.kenners-landlust.de)

### Ökologisches Weingut Gänz

- **Lage** Bei Bad Kreuznach, mit Wanderwegen zur Nahe.
- **Tipp** „Weinprobe mit Kulinarischem ab 6 Personen“: 2 Ü ab 84 Euro p. P./DZ. ● **Preise/Adresse** Ü/F ab 33 Euro p. P.; Familie Gänz, An der Bosenheimer Str., 55546 Hackenheim/Bad Kreuznach, Tel. 06 71/8 96 34 53. [www.gaenz.com](http://www.gaenz.com)

### Menschels Vitalresort

- **Lage** Herrenhaus von 1860 in einem weitläufigen Park.
- **Tipp** „Fit mit 4“: 7 Ü/VP/DZ, Felke-Therapie, Wellness-Anwendungen, Fitnessprogramm, Arztgespräch 898 Euro.
- **Preise/Adresse** Ü/HP ab 85 Euro, Ü/VP ab 92 Euro p. P./DZ; Familie Menschel, Naheweinstr., 55566 Bad Sobernheim-Meddersheim, Tel. 0 67 51/8 50. [www.menschel.com](http://www.menschel.com)

### Gasthof Rose

- **Lage** In der Schwäbischen Alb. ● **Spezial** Gesundheitsberatung nach Dr. Bruker, heilpraktische Behandlungen. Wandern, Radfahren, Sauna. ● **Preise/Adresse** Ü/F ab 37 Euro, Ü/HP ab 52 Euro p. P./DZ; Familie Tress, Aichelauer Str. 6, 72534 Hayingen-Ehestetten, Tel. 0 73 83/94 98-0. [www.rose-ehestetten.de](http://www.rose-ehestetten.de)

### Schlossgut Oberambach

- **Lage** Inmitten von Wiesen und Wäldern in den bayrischen Voralpen am Starnberger See bei München, in einem Park mit Naturbadeteich. ● **Tipp** Herbst- und Winter-Arrangements ab mindestens 2 Tagen: →

