

Radwandern in Stormarn:



Tour 1 - Rund um das Tal der Heilsau

Tourenlänge 32 km

Start Zarpen P Gaststätte Up'n Damm, Hauptstraße 43, 23619 Zarpfen

Der Lauf der Heilsau ist allgegenwärtig auf dieser Tour, die im Osten durch eine flachwellige Landschaft und im Westen auf eine weite Hochebene führt. Die Runde führt auch durch geschichtsträchtige Dörfer, deren Entwicklung eng mit dem ehemaligen Zisterzienserkloster (1186/89–1582) in Reinfeld verbunden ist.

Übers »Os« nach Rehhorst

Schon als Zarpfen 1189 erstmals erwähnt wurde, war es eine Marktsiedlung. 1221 begannen die Zisterziensermönche aus dem benachbarten Kloster Reinfeld mit dem Bau der Kirche. Als Kirchspiel wurde Zarpfen zum Zentrum in Nordstormarn und besaß bis 1473 sogar zwei Jahrhunderte lang Stadtrechte. Am Ortsausgang von Zarpfen führt die Route zunächst steil bergan nach Westen auf die Zarpener Wallberge (1) oder »Oser«, langgestreckte Landschaftsbuckel, die sich parallel zum Tal der Heilsau etwa in Nord- Süd-Richtung erstrecken. Sie sind Zeugen der letzten Eiszeit vor rund 10.000 Jahren, als das Schmelzwasser der ins Lübecker Becken vordringenden Gletschermassen Sande, Kiese und Geschiebemergel hier ablagerten. Beim Anstieg liegt rechter Hand weit unten der Struckteich (2). Wie im benachbarten Reinfeld legten die Zisterziensermönche im 13. Jahrhundert auch diesen für die Fischwirtschaft an. Später wurde er für die landwirtschaftliche Nutzung trockengelegt und erst 1997 wieder angestaut. Seitdem hat sich dieser Flachsee zu einem Eldorado für seltene Entenarten, aber auch Greifvögel wie den Seeadler entwickelt. Nach der Rückkehr nach Zarpfen lohnt sich ein Abstecher zum Teich, wo man idyllisch picknicken kann. Die letzten Schritte hinunter sollte man dafür zu Fuß gehen.

Von der Hochebene ins Tal der Heilsau

Westlich der Wallberge führt die Tour auf eine Hochebene. Die Straße durch die ländliche Idylle zwischen Rehhorst und Pöhls wird von einer aus vielen Baumarten bestehenden Allee gesäumt, von der aus der Blick weit ins Land schweifen kann. Von dieser Anhöhe aus wird Heilshoop sichtbar, das wie Zarpfen bereits im 12. Jahrhundert bestand. Auch den hiesigen Moorteich (3), der nach wie vor der Fischereiwirtschaft dient, legten die Zisterzienser an. Dort befindet sich eine öffentliche [Badestelle](#) zur Abkühlung an heißen Tagen. Die Tour führt weiter heilsaufwärts Richtung Mönkhagen, das im ausgehenden 12. Jahrhundert entstand und dessen Name ebenfalls auf die Reinfelder Mönche verweist.



Ein Abstecher durch Ostholstein

Vorbei an Mönkhagen geht die Fahrt durch die ostholsteinischen Bauerndörfer Krumbek, Oberwohlde und Arfrade. Der Krumbeker Hof liegt etwas abseits, ist aber wegen des Hofladens mit Produkten aus ökologischem Land- und Gemüsebau und vielfältiger Aktivitäten immer einen Abstecher wert. Oberwohlde besitzt einen schönen Dorfanger (4) mit Dorfteich und Spielplatz, an dem es sich gut rasten lässt. Am Brink 22 befindet sich die »Doerpskaat«, ein um 1690 errichtetes Zweistöcker-Hallenrauchhaus. Durch hügeliges Gelände geht es von Arfrade weiter nach Eckhorst mit seinem markanten Wasserturm. Südlich von Eckhorst liegt die »Wüstenei«, ein ehemaliger Standortübungsplatz, der zu einem Rückzugsort für Pflanzen und Tiere und beliebten Naherholungsgebiet geworden ist.

In Badendorf, das 1302 an das Kloster Reinfeld verkauft wurde, ist wieder stormarnscher Grund erreicht.

Zum Abschluss: ein Kirchenbesuch in Zarpn

Nach der Querung der neuen A20 führt der Weg über Dahmsdorf und durch schöne Redder an den Gehöften von Manhagen und Pasewerk vorbei. Mit Einbiegen in den »Redder« verläuft die Route abschließend nochmals parallel zur Heilsau, mit Blick auf die Zarpener Wallberge im Westen. Zurück in Zarpn lohnt sich der Besuch der frühgotischen Backsteinkirche (5) mit ihrem holzschindelgedeckten Turm. Das Geläut umfasst drei Glocken, von denen die älteste auf 1464 datiert wird. Innen sind Malereien an den Gurtbögen und Gewölben, die Renaissance-Kanzel, das versilberte Kruzifix sowie ein barocker Orgelprospekt kunstgeschichtlich bedeutend. Zum gemütlichen Kaffee zum Abschluss der Tour laden die beiden Dorfgaststätten ein.

Am Wegesrand

- [Hofladen Krumbecker Hof](#), 23617 Stockelsdorf,
- [Badestelle Moorteich](#), Am Moorteich, 23619 Heilshoop

Gastronomie

- Up'n Damm, Hauptstraße 43, 23619 Zarpn, T 04533 1063
- Eckkrug, Hauptstraße 50, 23619 Zarpn, T 04533 8744 (mit Kaffeegarten)
- Landhaus Heilshoop, Hauptstraße 3, 23619 Heilshoop, T 04506 478

Sehenswertes

1. Zarpener Wallberge
2. Struckteich
3. Heilshooper Moorteich
4. Dorfanger Oberwohlde
5. [Kirche Zarpn](#) Hauptstraße 44, 23619 Zarpn,