

# MÜNCHEN



DER REISEFÜHRER VON FRAUEN FÜR FRAUEN

Hotels,  
Restaurants,  
Sehenswertes,  
Museen, Cafés,  
Nachtleben  
und vieles  
mehr!

edition

**FÜR SIE**

# Unsere Autorin: Sonja Still



Sonja Still, Journalistin, Buchautorin und Filmemacherin, ist in München und am Tegernsee aufgewachsen. Die ersten Schritte im Beruf ging sie beim WDR, heute arbeitet sie als freie Autorin fürs Fernsehen (NDR, WDR, BR, Vox, arte) und für Zeitschriften (Landlust). Tourismus und Reise sind ihre Schwerpunkte, Heimat und Tradition ergänzen den Fokus. Mit dem LWL-Industriemuseum Dortmund erhielt sie im Kulturjahr Ruhrgebiet 2010 den »Grimmepott« des Grimme-Instituts für ein crossmediales Projekt zum Thema »Heimat«. Sie liebt es, ihren Freundinnen aus dem Ruhrpott, aus Köln oder Frankreich »ihr« München zu zeigen, mit all seinen Facetten: Savoir-vivre und Dolce far niente, Großstadt und Dorf, Heimat und Hochkultur.

Für den Verlag TRAVEL HOUSE MEDIA hat sie die Reiseführer MERIAN *guide* Münchner Wiesn 2013 und 2014 sowie MERIAN *momente* Gardasee geschrieben.



## Die Basics

Auf nach München 6

Gefühlte Viertel 10

*Extra: Leckerer fürs  
Mädels-Picknick* 12

Schlafen 14

Essen & Trinken 20

▶ *Das schmeckt uns* 23

▶ *Zeit für uns* 25



## Die Lieblingsadressen

Shoppen 28

▶ *Faustregel* 30

▶ *Für Sie entdeckt* 34

▶ *Das schmeckt uns* 45

Cafés 50

Nachtleben 58

*Spezial: Mit dir traue  
ich mich!* 64

Schlendern & Reden 66

▶ *Für Sie entdeckt* 68

Sport & Spaß 74

Wellness 80

▶ *Das tut uns gut* 83



## Die Stadt entdecken

Sightseeing 88

► *Für Sie entdeckt* 90

► *Das tut uns gut* 95

► *Zeit für uns* 101

Museen 104

Spezial: Oktoberfest 116

Ausflüge 118

## Info & Nützliches

München A–Z 126

Eventkalender 136

Kartenatlas 141

Kartenregister 152

Register 157

Impressum 160

Preise für ein

Doppelzimmer mit Frühstück:

€€€€ ab 200 Euro      €€ ab 100 Euro

€€€ ab 150 Euro      € bis 100 Euro

Preise für ein Hauptgericht

(ohne Getränke):

€€€€ ab 28 Euro      €€ ab 12 Euro

€€€ ab 20 Euro      € bis 12 Euro

► **FÜR SIE**  
► **RUBRIKEN**

Auf nach München 6

Gefühlte Viertel 10

*Extra: Leckerer fürs  
Mädels-Picknick* 12

Schlafen 14

Essen & Trinken 20

*Das schmeckt uns* 23

*Zeit für uns* 25



# Die Basics

# Auf nach München

Lebensfreude am und im Fluss:  
chillen an der Isar.



# Deine, meine, unsere Traumstadt. Was München so unwiderstehlich macht.

München, das ist meine Melodie. Der Song ist mal Humptata und Tatarä, mal große Oper, ist mal Jazz, mal Klassik, mal loungig, mal chillig und immer mein Hit. München hat einen ganz eigenen Ton. München bietet tausend Klischees, aber die Stadt lässt sich nicht nur auf eines reduzieren. Ein waschechtes Münchner Kindl ist in der Welt unterwegs und kommt gerne wieder heim. Dankbar dann für die Schönheit, das Gepflegte, Geborgene, das Leichte und Lebensfrohe, das es hier gibt. Wenn meine Freundinnen zu Besuch kommen, arrangiere ich das beste Programm für sie, damit sie auch ja beeindruckt sind von meiner Stadt. Manchmal reist Anja aus Dortmund an. Sie

genießt das Gepflegte, das Gediegene, das Schöne der Stadt. Die Residenz, die Pinakotheken, das Nymphenburger Schloss.

Die Menschen hier leben schon recht gerne schick und VIP. Die »schöne Münchnerin« ist nicht nur ein historisches Gemälde, sie gibt es auch auf den Straßen. Die Männer, manchmal Helden – zumindest im Fußball – manchmal charmante Hallodris und ewige Stenze.

Anja schüttelt nicht selten unvermittelt den Kopf in der Stadt. München fasziniert sie, auch wenn sie nie den Ruhrpott dafür verlassen würde. Nicole wiederum kommt aus Köln, und wenn sie nach München reist, dann nur, weil sie zum Skilaufen in die Berge will oder Oktoberfest ist.







Oktoberfest, das ist ein wenig wie Kölner Karneval – eine besondere Zeit. Ein bisschen wie die Bühne, auf der die Münchner ihr Gemüt offenbaren: Sie wollen sich als heimatverwurzelt und echte Bayern zeigen. Auf einmal holen sie ihre Dirndl und Lederhosen wieder aus dem Schrank und laden die ganze Welt ein, zu Besuch zu kommen. Natürlich granteln die Münchner darüber: weil so viel Unruhe ist, weil die ganzen Fremden und die »Preißn« die Stadt stürmen. Aber, Granteln ist ein Münchner Charakterzug. Selbst die »Zuagroasten«, also die Neu-Münchner, die für einen Job nach München kommen, übernehmen diese Art. Es gehört dazu, erst mal vor sich hin, über andere und im Allgemeinen rumzu-

schimpfen, und dann mit einem zünftigen »da bin i dahoam« allen Entwurzelten der mobilen Gesellschaft kurz das Gefühl von Heimat zu geben.

## Bairische Sprache

Für den Besuch spricht der Münchner gerne auch ein paar Worte Dialekt. Was ihn irgendwie charmant und heimatverbunden wirken lässt. Bairisch sprechen, das verbindet und macht doch besonders. Wer es nicht kann, sollte es lassen. Wer es kann, bekommt alle Ehren. Bestes Beispiel ist der Münchner Professor für Bairische Sprache: Anthony Rowley stammt aus Yorkshire, GB, und leitet seit Jahrzehnten erfolgreich die Dialektforschung an der



Gespiegelt doppelt schön: Der Alte Peter, der Turm des Neuen Rathauses und die Silhouette der Frauenkirche fügen sich zu Münchens Altstadt-Skyline.

LMU. München ist auch recht international. Nicht nur mit BMW, Siemens und Hightech-Start-ups.

### Bayerische Lebensart

Liebste Reisezeit ist für meine Freundin Esther der August. Die gebürtige Französin liebt es, wenn die Stadt ihr Savoir-vivre auspackt. Wenn Besucher aus aller Welt die Fußgängerzone bevölkern und die Münchner den Biergarten zum erweiterten Wohnzimmer machen. Zuerst müssen wir zum Viktualienmarkt, den Markt für la haute cuisine bavaroise. Sie flaniert mit mir durchs Gärtnerplatzviertel, die ganzen Jungdesigner-Läden abshoppen. Wo wir zwar nie in die Klamotten passen, aber dann mit einem Wechsel nach Haidhausen

doch noch fündig werden. Manchmal wird auch Luxus pur im Spa des Bayerischen Hofes zelebriert. Wir schauen über die Dächer und gönnen uns einen Champagner. Nur ein Glas, mehr ist nicht im Budget. Aber der Blick ins Gebirge, der ist unbezahlbar. Dann erkläre ich, wie schön München ist: die Berge, die Isar, überhaupt das Wasser, die Seen. Ich kann hier shoppen und jobben, kann international und doch geborgen sein. Es ist Großstadt und Dorf, Italien ist so nah. Da draußen kann ich mich einfach bewegen, hier kann ich leben, und alles darf leicht sein. »Ja«, sagt Esther dann meist: »München hat einfach das gewisse Etwas!«



# Gefühlte Viertel – wo München am schönsten ist

## Norden

Nord-Schwabing, Olympiagelände und Bogenhausen gehören irgendwie zusammen. Im Nobelviertel Bogenhausen ist der kleine Friedhof neben der Rokokokirche St. Georg sehenswert. Hier ruhen unter schmiedeeisernen Grabkreuzen Liesl Karlstadt, Erich Kästner und Rainer Werner Fassbinder. Das fidele Leben spielt in Schwabing oder am Olympiapark. Alles was fit hält, wird da betrieben!

## Neuhausen und Nymphenburg

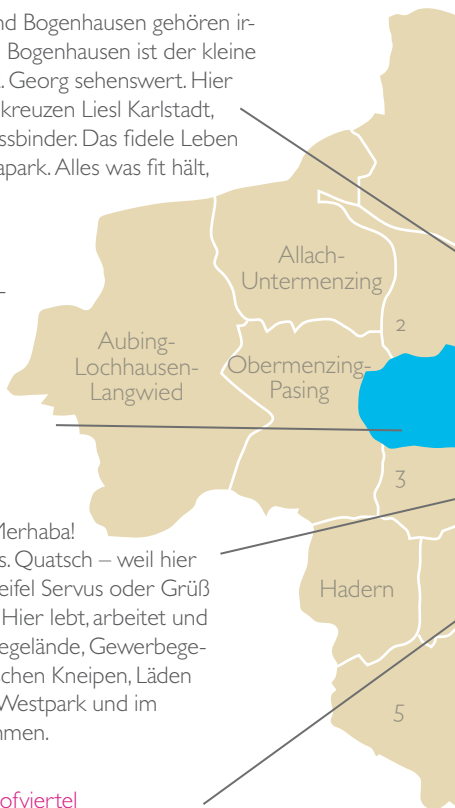
Alte Bürgerhäuser, alte Villen. Schlosspark und Botanischer Garten bieten Relaxzonen für Körper, Geist und Sinne. Am Rotkreuzplatz quirlt das Leben in den Kneipen, Shops und auf der Straße.

## Westend

Dobar dan! Buenas dias! Hello und Merhaba! Multikulti prägt das Westend, heißt es. Quatsch – weil hier alle ohnehin daheim sind und im Zweifel Servus oder Grüß Gott sagen. Das Viertel ist spannend. Hier lebt, arbeitet und entwickelt sich München. Altes Messegelände, Gewerbegebiet und Technologiezentrum, dazwischen Kneipen, Läden und die Partylocation Feierwerk. Im Westpark und im Hirschgarten treffen dann alle zusammen.

## Gärtnerplatz, Glockenbach, Schlachthofviertel

Münchner Lifestyle mit Lebensfreude. Wie beim Wildwechsel: jeder Platz mit unterschiedlicher Äsung. Gärtnerplatz: bunt und Kultur; Glockenbach: farbig und kuhl, Schlachthof: weiß-blau und kultig. Gärtnerplatztheater, Wirtshaus im Fraunhofer oder Wirtshaus im Schlachthof, Sushi, Steak und Schweinsbraten. Bunt wie der Regenbogen – da lebt man gern.



## Schwabing

Leopoldstraße (Boulevard der Schickimickis) und Englischer Garten (Spielplatz der Münchner) bilden das Herzstück des berühmten Viertels. Dazwischen Shopping in Secondhand-Shops und Concept-Stores und Schlendern entlang prächtiger Jugendstilfassaden. Abends in den Kneipen landet schon mal einer der Fußballhelden des FCB auf dem Barhocker nebenan.

## Uni, Maxvorstadt

Das intellektuelle Zentrum der Stadt. Nicht nur, weil hier die Universitäten sind, sondern auch: Alte, Neue und Pinakothek der Moderne, Glyptothek, Museum Brandhorst, Ägyptisches Museum. Das Lenbachhaus, unzählige Galerien, die Akademie der Bildenden Künste. Das Viertel ist ein geistiges Lachsschnittchen und die Kneipen rundrum halten das kulinarische Niveau hoch!

## Altstadt

Klassischer Ausgangspunkt für die erste Visite. Wichtige Sehenswürdigkeiten – Dom, Rathaus, Residenz, Viktualienmarkt – sind zu Fuß erreichbar, ebenso einige populäre Shoppingadressen. Richtung Karlsplatz erstreckt sich eine 08/15-Einkaufsmeile.

## Haidhausen

Früher Arbeiter-, heute (Lebens)-Künstlerviertel. Das haben leider auch die Immobilienmakler entdeckt. Dennoch verteidigt Haidhausen tapfer seinen Charakter: kleine Läden, Handwerker und Cafés in kuriosen Hinterhöfen; Essen und Trinken von einfach bis exquisit.

- 1 Milbertshofen
- 2 Moosach
- 3 Laim
- 4 Sendling-Westpark
- 5 Thalkirchen-Ober-  
sendling-Forstenried-  
Fürstenried-Solln

## *Umsonst & draußen trifft von mir & mmmmm!*

Ein wunderschönes Sommerwochenende steht vor der Tür, und die beste Freundin kommt nach München. Wir wollen sie mit etwas Tollem überraschen: einem Mädels-Picknick im Park (zum Beispiel im Englischen Garten, ► S. 67). Nun soll es einerseits nicht nur Brot und Käsewürfel geben, andererseits soll das Outdoor-Menü auch keine endlose Vorbereitung brauchen.

Unser Tipp: Fingerfood! Was als Partyhäppchen funktioniert, eignet sich erst recht, um gemütlich auf einer Decke verspeist zu werden. Diese Leckereien lassen sich wun-

derbar am Vortag zubereiten und pepen jeden Picknickkorb auf:

1. Focaccia. Das Fladenbrot aus Italien ist weicher als Pizza und kann ruhig mal einen Tag auf seinen Auftritt warten. Auf einen Teig aus Mehl, Hefe, Olivenöl und Salz kommen halbe Kirschtomaten und Kräuter, am Tag des Picknicks Parmesanspäne, Salz & Pfeffer. Mmm!
2. Mediterrane Teigschnecken. Kaum zu glauben, wie einfach das geht: Blätterteig aus dem Kühlregal zu einem ca. 30 x 40 cm großen Rechteck ausrollen, mit Kräuterpaste bestreichen – etwa mit



Focaccia



Teigschnecken

(selbst gemachtem) Pesto – einrollen, 30 Min. tiefkühlen, in 1 cm breite Scheiben schneiden, backen. Magnifico!

3. Schokoladentarte. Die Frau, die davon nicht begeistert ist, muss unserer Meinung nach noch geboren werden. Ein schokoladiger Mürbeteig mit noch schokoladigerer Füllung obendrauf. Die hübsche Deko besteht aus Puderzucker und gehackten Pistazien. Farbige i-Tüpfelchen: Veilchenblüten!

*Diese Rezepte finden Sie im Buch »Fingerfood« von Susanne Walter, Gräfe und Unzer Verlag 2014.*



Schokoladentarte

# Schlafen

Hier baumeln die Seele und der Sessel: Hotel Cocoon (► S. 15).



# Hier schlafen wir gut und gern: Rückzugsorte und Wohlfühloasen. Klein, fein, für uns.

## **Arthotel** ▶ S. 147, F 3 **1**

**Inspirierend** • Im Hotel gibt es nicht nur nette Zimmer (Nichtraucher), auch wechselnde Ausstellungen mit Werken verschiedener Stilrichtungen werden organisiert. Gäste haben exklusiven Zugang zum Fitnessclub »Body and Soul«. Und die Lavendelbar lädt zum abendlichen Cocktail mit Imbiss.

Paul-Heysel-Str. 10 • U-/S-Bahn:  
Hauptbahnhof • Tel. 59 21 22 •  
www.arthotelmunich.de • €–€€

## **Hotel Brack** ▶ S. 147, F 8 **2**

**Günstig, gut und zentral** • Unter neuer Leitung sukzessive renoviert. Fragen Sie nach neuen Zimmern! Mit kostenlosem Fahrradverleih. Frühstück von 6–12 Uhr, man erfüllt auch gerne Sonderwünsche,

z. B. ein Weißwurstfrühstück – bitte am Abend vorher ankündigen.  
Lindwurmstr. 153 • U-Bahn: Poccistraße • Tel. 7 47 25 50 • www.hotelbrack.de • €–€€€

## **Hotel Cocoon**

**Best practice und best price** • Junges bzw. jung gebliebenes urbanes Volk macht hier »Check in Chill out«. Alle Zimmer verfügen über die »Cocoon-Cabin« für Laptop mit Dockingstation für iPod, WLAN und DVD-Player. Der Ball-Chair ist das Cocoon Relax-Markenzeichen.

– Lindwurmstr. 35 • U-Bahn: Sendlinger Tor • Tel. 59 99 39 07 ▶ S. 150, a 4 **3**  
– Adolf-Kolping-Str. 11 • U-/S-Bahn:  
Hauptbahnhof • Nichtraucher • Tel. 59 99 39 02 • www.hotel-cocoon.de • ab €

▶ S. 150, a 3 **4**



Gut für einen Drink in der blauen Stunde, noch besser, um ein paar Nächte in der Stadt zu verbringen: das außen gediegene, innen fantasievolle Hotel Ritzli.



**Hotel Hahn** ▶ S. 147, D 6 **5**  
**Familiär** • Kleines familiengeführtes Haus mit Tradition und rustikalem Ambiente. Das Bayerische Penthouse (Suite) bietet Bergblick (bei Föhn). Wenige Raucherzimmer auf Nachfrage.

Landsberger Str. 117 • Tram: Trappentreustraße, S-Bahn: Donnersberger Brücke • Tel. 5 108959-0 • www.hotel-hahn.de • €€–€€€€

**Hotel Olympic** ▶ S. 148, H 8 **6**  
**Reizend** • Charmantes kleines Hotel mit dem Zentrum in Laufnähe, abends in der Hans-Sachs-Str. guter Lifestyle. Individuell gestaltete Zimmer mit Antiquitäten, Kunst und klassischen Objekten. Hier trifft man gerne mal auf Schauspieler aus Film und Bühne. Wech-

selnde Ausstellungen in der Lobby, Frühstück gibt's im ruhigen, sonnendurchfluteten Wintergarten. Hans-Sachs-Str. 4 • U-Bahn: Sendlinger Tor • Tel. 23 1890 • www.hotel-olympic.de • €€€–€€€€

**Hotel Ritzli** ▶ S. 149, K 7 **7**  
**Lebensart** • Ein Boutique-Hotel – schön und gut, Stil zwischen Karibik und Wien. Direkt am weitläufigen Isarhochufer, ideal für die morgendliche Joggingrunde. Mit mediterranem Restaurant und Bar. Maria-Theresia-Str. 2a • U-Bahn: Max-Weber-Platz • Tel. 4 14240890 • www.hotel-ritzli.de • ab €€

**Louis** ▶ S. 150, c 3 **8**  
**Stil und Style** • Number one für Geschäftsreisende, aber auch für



alle mit Stil. Hier wird »Contemporary Bavarian style« zelebriert, ohne aufgesetzt zu sein. Nach Zimmern mit Aussicht über die Stadt oder den Viktualienmarkt fragen! Frühstücksbüfett mit veganen Spezialitäten frisch vom Viktualienmarkt. Kostenlose E-Bikes.

Viktualienmarkt 6 • U-/S-Bahn:  
Marienplatz • Tel. 41 11 9080 •  
[www.louis-hotel.com](http://www.louis-hotel.com) • ab €€€

### Mariandl

► S. 150, a 4 **9**

Echter Münchner Charme • Eine Institution, »seit 1899 Kaffeesiedererei mit Bier- und Weinausschank,

Speiseabgaben, Zuckerbäckerei und Beherbergung«. Nicht immer mit WC und Dusche im Zimmer, sondern auf der Etage. Trotzdem sehr schön. Zum Klassikkaffee gibt's jeden Abend Konzerte (Klassik, Jazz). Goethestr. 51 • U-Bahn: Goetheplatz • Tel. 5 52 91 00 • [www.hotelmariandl.de](http://www.hotelmariandl.de) • €–€€€

### Maximilian Appartments

► S. 151, e 3 **10**

**Zauberhaft** • Mittendrin und doch ruhig und grün, in der Nachbarschaft zur Residenz und zu den feinsten Einkaufsadressen. Spa mit Sauna, Dampfbad und Massagen. Kleiner, gut ausgestatteter Fitnessraum. Alle Zimmer verfügen über eine komplette Küchenzeile. Die Citystudios bieten einen Blick über

die Stadt, die Gartenstudios Terrasse/Balkon zum Rosengarten. Hochbrückenstr. 18 • Tram: Kammer-spiele, U-/S-Bahn: Marienplatz • Tel. 24 25 80 • [www.maximilian-munich.de](http://www.maximilian-munich.de) • €€€€

### Splendid Dollmann

► S. 151, f/2/3 **11**

**Klassisch-edel** • Nobel, aber bezahlbar. Ein bisschen wie eine Zeitreise. Dieses stilvolle Kleinod ist in einem klassizistischen Wohnhaus aus dem 19. Jh. untergebracht. Die Zimmer sind meist mit französischen Antiquitäten ausgestattet. Dazu ein kleiner, feiner Garten abseits des Trubels der Stadt. Thierschstr. 49 • U-Bahn: Lehel • Tel. 23 80 80 • [www.splendid-dollmann.de](http://www.splendid-dollmann.de) • ab €€

# Essen & Trinken



Ist es nun Fleisch oder Pflanzler?  
Den Münchnern ist's egal.