

Allrode, idyllisch zwischen dem Selketal und dem Luppbodetal gelegen, kann auf eine über 1000-jährige Geschichte zurückblicken. Hier findet man Ruhe und Entspannung. Fichten- und Buchenwälder laden zum Wandern oder zu einer ausgiebigen Radtour ein. Interessant sind auch Ausflüge in die im heilklimatischen Ort liegende kleine Kunstgalerie, zu den alten Buchen, der hohlen Eiche und dem Mammutbaum, welcher ca. 1900 gepflanzt wurde. Die Kirche wurde aus heimischer Harzer Grauwacke gebaut. Im ehemaligen Schulgebäude, welches zum „Haus des Gastes“ umbenannt wurde, fand noch bis 1970 Unterricht statt. Heute befindet sich darin die Touristinformation.

Altenbrak wird auch die „Perle des Bodetal“ genannt und zeichnet sich durch ein ausgeprägtes Mittelgebirgsklima aus. 1884 besuchte der Dichter Theodor Fontane den Luftkurort und schrieb seine Eindrücke in den Roman „Cécile“ nieder. Für die tägliche Bewegung bieten sich die zahlreichen Wander-, Kurübungs- und Walkingwege an. Von hier aus kann man gut die historischen Städte der Umgebung erkunden. An jedem 1. Sonntag im September findet der jährliche Jodlerwettbewerb auf der Waldbühne statt. Hier werden außerdem verschiedene Theater- und Musikfestspiele von Juni bis September veranstaltet. Für weitere Abwechslung sorgen Minigolf- und Schachanlage, Abenteuerspielplatz, Bibliothek, Bergschwimmbad mit großer Liegewiese, Harzer Bergsanna, Forellenzuchtanlage mit Angelteich, Bootsverleih und das Heimatmuseum.

Treseburg ist der Eingang zum wildromantischen, sagenumwobenen Bodetal, durch welche auch die Bode fließt. Hier ist die Natur weitgehend noch so erhalten wie früher, da dieses Gebiet zum Naturschutzgebiet gehört. Ein Ausflug zur Treseburg und den gewaltigsten Felsen nördlich der Alpen sollten auf jeden Fall mit

auf dem Programm stehen. In der Chronikstube, welche sich in der Holzkirche befindet, kann man einen Einblick in die Vergangenheit Treseburgs bekommen. Kinder können hier ihre eigene Uhr basteln. Der Kurpark am Ortsrand mit Teichanlage und Kinderspielplatz bietet Zeit zur Entspannung und Erholung.