

Ausflüge

Wandern, Radeln, Klettern und mehr ...

AKTIV

Neue
Ausgabe
2016!



VRN

VERKEHRSVERBUND RHEIN-NECKAR

*Einfach
ankommen.*

Beim VRN freuen wir uns auch über Sonntagsfahrer!

Familien kommen günstiger weiter mit der **Tages-Karte**



Einfach ankommen.



Liebe Leserin, lieber Leser,

wir freuen uns, Ihnen die **neueste Ausgabe** von „Ausflüge *Aktiv*“ zu präsentieren – mit insgesamt 108 frisch aufbereiteten und 17 brandneuen Freizeit-Tipps für das gesamte Gebiet des Verkehrsverbundes Rhein-Neckar.

Wir laden Sie ein zum **Wandern** und **Radeln**, zum **Baden**, **Walken** und **Klettern** und führen Sie **unter Tage** und **auf die Schiene**.

Jedes Ziel ist **bequem mit Bus und Bahn** zu erreichen. Wir nennen Ihnen jeweils den Weg vom nächsten DB-Bahnhof aus. Und in der Umschlagklappe gibt es eine **Karte mit allen Ausflugszielen** auf einen Blick – damit Sie Ihren Ausflug noch besser planen können.

Ihren Weg zum Ziel finden Sie ganz einfach mit der **VRN-Fahrplanauskunft** unter www.vrn.de: Geben Sie einfach Ort und Ausflugsziel ein und wir zeigen Ihnen, wie Sie am schnellsten hinkommen. Oder rufen Sie rund um die Uhr unsere Service-Nummer an: 01805.876 4636*.

Gute Fahrt und viel Spaß unterwegs wünscht Ihr

VERKEHRSVERBUND RHEIN-NECKAR

* 14 Cent/Min. aus dem Festnetz, max. 42 Cent/Min. aus Mobilfunknetzen








	Seite
Über Berg & Tal	8–37
Bad Dürkheim: Lindemannsruhe – Ungeheuersee	8
Bad Dürkheim – Deidesheim: Pfälzer Weinsteig	9
Bad Mergentheim – Tauberbischofsheim: Panoramaweg Taubertal 	10
Dannenfels – Bastenhaus: Pfälzer Höhenweg	11
Eberbach: Pfad der Flussgeschichte 	12
Eberbach: Weg der Kristalle/Katzenbuckel	13
Edenkoben: Mit der Seilbahn auf die Rietburg	14
Eisenberg: Erlebnislandschaft Erdekaut	15
Heidelberg: Heiligenberg	16
Heidelberg – Bad Wimpfen: Neckarsteig	17
Heppenheim – Hemsbach: Burgensteig Bergstraße 	18
Hördt: Treidlerweg 	19
Lautertal-Reichenbach: Felsenmeer	20
Lorsch: Umweltwanderweg	21
Maikammer: Ochsentour 	22
Mehlingen: Mehlinger Heide	23
Neckarburken – Auerbach: Limeswanderweg	24
Neckargemünd: Sinnenpfad	25
Neuleiningen: Leininger Burgenweg 	26
Nothweiler: Vier-Burgen-Tour	27
Olsbrücken: Teufelstour	28
Rodalben: Felsenwanderweg	29
Schriesheim: Steine, Sagen, Schluchten	30
Speyer – Hornbach: Pfälzer Jakobswege	31
St. Martin/Kalmit: Trekking in der Pfalz	32
Steinwenden: Skulpturenweg 	33
Trippstadt: Karlstalschlucht	34
Weinheim: Exotenwald	35
Zwingenberg (Neckar): Wolfsschlucht	36
Zwingenberg (Bergstr.) – Gras-Ellenbach: Nibelungensteig	37
Unter Tage	38–43
Eberstadt: Tropfsteinhöhle	38
Homburg/Saar: Schlossberghöhlen	39
Imsbach: Bergbauerlebniswelt	40
Nothweiler: Erzgrube Sankt Anna 	41
Schriesheim: Bergwerk Grube Anna-Elisabeth	42
Wolfstein: Kalkbergwerk 	43



Seite


Auf der Schiene	44–53
Altenglan – Lauterecken – Staudernheim: Draisinentour	44
Bornheim – Westheim: Südpfalz-Draisine	45
Dahner Felsenland: Unterwegs mit dem Bundenthaler	46
Heidelberg: Historische Bergbahn	47
Mörtenbach – Wald-Michelbach: Solar-Draisine	48
Monsheim – Kaiserslautern: Zellertalbahn	49
Neckarbischofsheim – Hüffenhardt: Krebsbachtalbahn	50
Neustadt/Weinstraße: Kuckucksbähnel	51
Ramsen: Stumpfwaldbahn	52
Wald-Michelbach: Sommerodelbahn	53
Erlebnisbäder	54–64
Bad Bergzabern: Südpfalz Therme	54
Bad Dürkheim: Salinarium	54
Bad König: Odenwaldtherme	55
Bad Mergentheim: Solymar Therme	55
Bad Rappenau: RappSoDie	56
Bad Schönborn: Thermarium	56
Dahn: Felsland Badeparadies	57
Haßloch: Badepark	57
Hockenheim: Aquadrom	58
Kaiserslauern: Monte Mare	58
Landau: La Ola Freizeitbad	59
Landstuhl: CUBO Sauna & Naturerlebnisbad	59
Mutterstadt: Aquabella	60
Pirmasens: Plub	60
Ramstein: Azur	61
Schwetzingen: Bellamar	61
Sinsheim: Thermen & Badewelt	62
Speyer: Bademaxx	62
Waldbrunn: Katzenbuckel-Therme	63
Walldorf: AQWA Bäder- und Saunapark	63
Weinheim: Miramar	64
Zweibrücken: Badeparadies	64
Nordic Walking	65–75
Bad Dürkheim	65
... Großes Fass	65
... Forsthaus Weilach	65





	Seite
Bad Mergentheim	66
Dallau	67
Edenkoben	68
Heidelberg	69
Hochspeyer	69
Lambrecht	70
Leinsweiler	71
Lindenfels	72
Neidenfels	72
Neckarsteinach/Steinachtal 	73
Neustadt/Weinstraße	74
Weidenthal	75
Klettern	76–87
Bensheim: High-Moves 	76
Elmstein: Ziplinepark 	77
Frankenthal: Pfalz Rock	78
Heidelberg: VertiGo DAV Kletterzentrum	78
Kaiserslautern: Kletterhalle Rocktown	79
Kandel: FunForest AbenteuerPark 	80
Landau: Kletterhalle Fitz Rocks	81
Mannheim & Ludwigshafen: Kletterzentrum Extrem	82
Mehlingen: K1 Waldseilpark	83
Speyer: Kletterwald	84
Viernheim: Kletterwald Rhein-Neckar	85
Wald-Michelbach: Kletterwald 	86
Zweibrücken: Camp4 Kletterzentrum	87
Eislaufen	88–91
Eppelheim: Icehouse	88
Heddesheim: Freiluft-Kunsteisbahn	88
Heidelberg: Christmas on Ice	89
Ludwigshafen: Open-Air-Eisstadion 	89
Mannheim: Eissportzentrum	90
Weinheim: Eislaufen unter den Burgen 	90
Wiesloch: Eissporthalle	91
Zweibrücken: ICE-Arena	91



Seite

Auf zwei Rädern	92–109
Bad Wimpfen – Mannheim: Neckartalradweg	92
Bockenheim – Schweigen: Kraut und Rüben Radweg	93
Buchen: Skulpturen-Radweg	94
Germersheim – Hauenstein: Queichtalradweg 	95
Glan-Münchweiler – Worms: Barbarossa-Radweg	96
Heidelberg – Speyer: Kurpfalzroute 	97
Hirschhorn – Michelstadt: Drei-Länder-Radweg	98
Lampertheim: Rund um die Spargelstadt	99
Landau – Wissembourg: Aller-retour en vélo	100
Lorsch – Speyer: Welterbe-Radweg 	101
Mosbach – Zwingenberg: Odenwald-Radrundweg	102
Pirmasens: Mit eingebautem Rückenwind	103
Schwetzingen – Sinsheim: Leimbachroute 	104
Tauberbischofsheim: E-Biken durchs Taubertal	105
Weinheim – Heidelberg: Bergstraßen-Radweg naturnah 	106
Zweibrücken – Waldfishbach: Pirminius-Radweg	107
Autofreie Tage/Radlertage	108
VRN-Tarif	110
Weitere Ausflugstipps	114

 Hier gibt es Vergünstigungen für VRN-Kunden

 Neue Ausflugsziele

Lindemannsruhe – Ungeheusersee Bad Dürkheim

Der Wanderparkplatz Lindemannsruhe, mitten im Pfälzerwald auf 459 Meter Höhe bei Freinsheim gelegen, ist Ausgangspunkt für zahlreiche Rundwanderwege unterschiedlicher Länge und Schwierigkeitsgrade. Eine einfache, interessante Tour ist die 7,5 km lange Strecke zum Ungeheusersee (Markierung: 12). Zunächst geht es steil hinunter ins Wintertal, dann aber ohne große Höhenunterschiede an der



Laurahütte vorbei zum malerischen Ungeheusersee. Der von zwei Quellen gespeiste See liegt im einzigen Hochmoor des Pfälzerwalds. Er wurde im 16. Jahrhundert als Viehtränke angelegt und aufgrund seiner artenreichen Flora, darunter

seltene Pflanzen wie Wollgras und rundblättriger Sonnentau, bereits vor fast 100 Jahren zum Naturdenkmal erklärt. Direkt am See kann man picknicken (großzügige Ausstattung mit Holzbänken und -tischen!) oder es sich in der „Weisenheimer Hütte“ mit Bratwurst oder Leberwurststullen gut gehen lassen. Der Rückweg zur Lindemannsruhe verläuft leicht ansteigend über die Westflanke des Weilerskopfs. Zünftige Pfälzer Kost erwartet den Wanderer im gemütlichen „Forsthaus Lindemannsruhe“.

i Tourist Information, Kurbrunnenstr. 14, 67098 Bad Dürkheim, Tel. 06322.935 140, www.bad-duerkheim.com

Auch Kartenmaterial. Kartenempfehlung: Top. Karte 1:25.000 Bad Dürkheim. Forsthaus Lindemannsruhe, Lindemannsruhe 1, 67098 Bad Dürkheim, Tel. 06322.62 08 292 u. 0174.91 75 633 (Fam. Noss), www.lindemannsruhe.de

□ Tourist Information: Mo, Mi, Fr 9-19 Uhr, Di u. Do 9-20 Uhr, Sa 9-17 Uhr, So 9-14.30 Uhr. Forsthaus Lindemannsruhe: Mi-So ab 11 Uhr. Weisenheimer Hütte: Mitte März-Ende Nov. So u. Feiertage 10-18 Uhr (Nov. bis 17 Uhr), Ende Mai-Mitte Okt. auch Mi 12-17 Uhr.

○ Ab Bhf. Bad Dürkheim mit Buslinie 488 bis „Lindemannsruhe“.



Pfälzer Weinsteig

Bad Dürkheim – Deidesheim

Der 172 km lange Prädikatswanderweg „Pfälzer Weinsteig“ zieht sich von Norden nach Süden entlang des Haardtrandes und der Deutschen Weinstraße.

Stramme Wanderer schaffen ihn in 46 Stunden, unterteilt in elf Etappen mit einem täglichen Pensum von 12 bis 20 km. Der Weinsteig beginnt im nordpfälzischen Bockenheim und endet in Schweigen an der



französischen Grenze. Für einen entspannten Tagesausflug eignen sich Teilstrecken wie zum Beispiel die zweite Etappe von Bad Dürkheim nach Deidesheim (14,5 km). Sie beginnt am hübschen Römerplatz des Kurorts und führt zunächst bergauf in den Ortsteil Seebach; empfehlenswert ist hier der Besuch der Klosterkirche und ein Abstecher zum Flaggenturm, der einen wunderbaren Ausblick über die Rheinebene und den Pfälzerwald bietet. Weiter geht es durch Esskastanien-, Kiefern- und Eichenwälder zum Burgtal und von dort hinauf zur Ruine Wachtenburg bei Wachenheim; in der Burgschenke bietet sich eine Verschnaufpause an. Nächstes Ziel sind die „Heidenlöcher“, Überreste einer karolingischen Fliehburg, gefolgt von der Michaelskapelle, die über einen steilen Pfad bergab erreicht wird. Von hier aus ist Deidesheim bereits in Sicht; mit seinem romantischen Stadtbild, den urigen Gasthäusern und gutem Wein bietet der Luftkurort dem Wanderer ein pralles Verwöhnprogramm. Der Weinsteig ist optimal mit dem ÖPNV zu erreichen, da jedes Etappenziel einen Bahn- oder Busbahnhof hat, von wo aus man direkt auf den Wanderweg geführt wird.

i Pfalz.Touristik e. V., Martin-Luther-Str. 69, 67433 Neustadt/Weinstraße, Tel. 06321.39 160, www.wandermenuue-pfalz.de u. www.pfalz.de (hier auch Infos über die Prädikatswege „Pfälzer Höhenweg“ und „Pfälzer Waldpfad“).

o Bhf. Bad Dürkheim u. Deidesheim.



Panoramaweg Taubertal

Bad Mergentheim – Tauber- bischofsheim

Der Qualitätsweg „Panoramaweg Taubertal“ zählt zu den nutzerfreundlichsten und abwechslungsreichsten Wanderrouten Deutschlands. Wald- und Wiesenlandschaften wechseln sich mit Kulturlandschaften ab, mittelalterliche Städte säumen den Weg. Die 133 km lange Strecke ist naturbelassen, durchgängig markiert und mit Hinweisen auf Sehenswürdigkeiten, Einkehrmöglichkeiten und Unterkünften versehen. Von Rothenburg ausgeht's durch eine Steinriegel-Landschaft nach Weikersheim, bekannt für sein Renaissanceschloss. Das mittlere und nördliche Taubertal wartet mit zahlreichen Bildstöcken und Kirchen, der



Gamburg, dem Kloster Bronnbach und dem Fachwerkstädtchen Wertheim auf. Den Abschluss bildet Freudenberg am Main. Wer nur eine Teilstrecke erwandern möchte, dem sei zum Beispiel die 28 km

lange Route von Bad Mergentheim nach Tauberbischofsheim empfohlen. Ausgangspunkt ist der historische Marktplatz in Bad Mergentheim. Durch Misch- und Buchenwälder, vorbei an Bildstöcken und Weinbergen mit herrlichen Ausblicken auf das Umfer- und Taubertal, gelangt man schließlich ans Ziel. Wem die Strecke zu lang ist: Sowohl Königshofen (nach 12,5 km) als auch Lauda (nach 18,5 km) verfügen über günstige Bahnanschlüsse.

- i** Tourismusverband „Liebliches Taubertal“, Gartenstr. 1, 97941 Tauberbischofsheim, Tel. 09341.825 806, www.liebliches-taubertal.de. Kartenmaterial: Freizeitkarten 512 u. 515 des Landesamtes für Geoinformation u. Landentwicklung Unteres Taubertal bzw. Bad Mergentheim.
- 🕒** Ab Bhf. Bad Mergentheim 5 Min. Fußweg bis Marktplatz. Rückfahrt ab Bhf. Königshofen, Lauda o. Tauberbischofsheim.
- !** *Taubertal Card: Bei Vorlage eines vor höchstens 3 Tagen entwerteten VRN-Fahrscheins gibt es Preisnachlässe in vielen Einrichtungen, auch bei Weingütern. Infos: www.liebliches-taubertal.de*



Pfälzer Höhenweg

Dannenfels – Bastenhaus

Wer die Donnersberg-Region kennenlernen möchte und gerne zu Fuß unterwegs ist, sollte sich auf den „Pfälzer Höhenweg“ begeben. Der 112 km lange Prädikatswanderweg zwischen Winnweiler und Wolfstein lässt den Wanderer einiges an Höhenmetern überwinden, belohnt ihn dafür aber mit atemberaubenden Ausblicken und bietet reichlich Gelegenheit zur Einkehr. Allen, die es hoch, höher, am höchsten mögen, sei die zweite, rund 15 km lange Etappe empfohlen. Sie beginnt im Luftkurort Dannenfels (Wanderparkplatz/Nähe Kastanienhof) und endet am Hotel-Restaurant Bastenhaus. Der anstrengendste Teil kommt zuerst: die Erklommung des Donnersbergs – mit 687 Metern der höchste Berg der Pfalz. Idyllische Waldpfade führen an den Aussichtspunkten Moltkefels und Hirtenfels vorbei, hinauf zu den Resten eines keltischen Ringwalls (150 v. Chr.). In dessen Nähe ragt der denkmalgeschützte Ludwigsturm 27 Meter in die Höhe, der bei klarem Wetter eine Sicht bis zur Frankfurter Skyline gewährt. Einkehren kann man im „Waldhaus“ oder in der „Keltenhütte“, um danach gestärkt den Gipfel des Donnersbergs, den Königsstuhl, zu nehmen. Hier heißt's kurz innehalten und den weiten Blick genießen. Der Abstieg durch dichten Wald verläuft recht steil und endet im malerischen Falkenstein. Von hier aus geht es gemächlich auf bequemen Forstwegen am Waldrand entlang durch das Mordkammertal zum Bastenhaus. Die Markierung des gesamten „Pfälzer Höhenwegs“ ist so übersichtlich, dass auch Ortsunkundige ohne Kartenmaterial problemlos zurechtkommen.



- i** DTV Donnersberg-Touristik-Verband, Uhlandstr. 2, 67292 Kirchheimbolanden, Tel. 06352.1712, www.donnnersberg-touristik.de
- o** Ab Bhf. Rockenhausen mit Buslinie 906 o. Ruftaxi 4912 (Tel. 06352.750 404) nach Dannenfels. Vom Bastenhaus mit Buslinie 901, 906 o. Ruftaxi zum Bhf. Rockenhausen o. Kirchheimbolanden.

Pfad der Flussgeschichte Eberbach

Ruhig fließt der Neckar bei Eberbach durch das Tal; links und rechts steile Felsen, mittelalterliche Burgen, romantische Dörfer und Städtchen. Doch der Neckar war nicht immer so gemächlich. Vor Millionen Jahren rauschte er mit gewaltiger Kraft durch



die Lande, veränderte seinen Lauf, floss auch schon mal in umgekehrte Richtung, zapfte andere Gewässer an, bildete Nebenarme, schnürte sie wieder zu und stellte Berg und Tal auf den Kopf, indem er zu Hebungen und Senkungen ganzer Landstriche beitrug. Über die spannende geologische Entwicklung des Neckars informiert der „Pfad der Flussgeschichte“.

Der als leicht eingestufte, knapp 11 km lange Rundweg ist mit 14 Tafeln versehen, die zum Beispiel Aufschluss darüber geben, wie einst aus einem Flachrelief eine Tallandschaft wurde oder was heute noch an die „Flussanzapfung“ erinnert. Ausgangspunkt ist das Naturpark-Zentrum/Thalheimsche Haus, von wo aus es zunächst durch die hübsche Altstadt Eberbachs geht (Markierung: blaues „F“, ab Breitensteinweg gelbes „F“) und dann bergauf auf den Breitenstein. Besonders schön ist der Weg durch das Naturschutzgebiet Kranichsberg bis zur Teufelskanzeln, einem Felsen, der einen fantastischen Blick über das Neckartal bietet.

- i** Tourist-Info, Leopoldsplatz 1, 6942 Eberbach, Tel. 06271.87 242, www.eberbach.de (hier auch Download der Info-Broschüre mit Karte).
- o** Ab Bhf. Eberbach ca. 400 Meter Fußweg bis zum Startpunkt Naturpark-Zentrum.



Weg der Kristalle/ Katzenbuckel Eberbach

Der Katzenbuckel ist ein prominenter Berg – nicht nur, weil er mit 626 Metern die höchste Erhebung im Odenwald und steinalt ist, sondern auch, weil er 2013 zum „Geotop des Jahres“ ernannt wurde. Diese Auszeichnung erhält ein Naturgebilde nur, wenn es besondere Einblicke in die Erdgeschichte gewährt. Und das tut der einstige Vulkan.

Wann ist er zum ersten, wann zum letzten Mal ausgebrochen? Was ist eine vulkanische Bombe? Wie sind Fossilien des Jura-Meeres in den Katzenbuckel gelangt? Diese und viele andere Fragen



beantwortet der geologische und mineralogische Lehrpfad „Weg der Kristalle“ (Markierung: gelbes Andreaskreuz). Er beginnt am Parkplatz bei der „Turmschenke“ auf halber Höhe des Berges, informiert während des Aufstiegs über die Geologie des Katzenbuckels und die Kristalle im ehemaligen Vulkanschlot und schärft das Auge für 60 Millionen Jahre alte Vulkangesteine und Tuffablagerungen mit Fossilienresten. Wer den Lehrpfad mit einer ausgedehnteren Wanderung kombinieren möchte, dem sei der „Katzensteig“ (26,5 km) empfohlen: eine anspruchsvolle Tour (Markierung: grüner Turm und Berg), die am Naturpark-Zentrum in Eberbach (Kellereistr. 36) beginnt, über den Katzenbuckel führt und am Bahnhof von Neckargerach endet. Einkehrmöglichkeiten bestehen in der „Turmschenke“ sowie in der Holznersmühle im Höllgrund.

i Tourist-Information in der Katzenbuckel-Therme, Zu den Kuranlagen 18, 69429 Waldbrunn, Tel. 06274.928 590. Info u. detaillierte Wegbeschreibung: www.waldbrunn-odenwald.de
Kartenempfehlung: Wander- u. Radwegkarte 1:20.000, Blatt 13, Hessische Verwaltung für Bodenmanagement u. Geoinformation.

o Weg der Kristalle: Ab Bhf. Eberbach mit Buslinie 821 bis „Waldkatzenbach Ort“, von dort ca. 1 km Fußweg bis „Weg der Kristalle“. Katzensteig: Ab Bhf. Eberbach ca. 400 m Fußweg.



Mit der Seilbahn auf die Rietburg Edenkoben

Edenkoben ist Ausgangspunkt für einen Wandertag, der mit einer besonderen Attraktion lockt: Die Rietburgbahn zwischen Schloss Villa Ludwigshöhe und der Rietburg ist die einzige Sesselbahn der Pfalz. Die Tour beginnt in der Villastraße am westlichen Ortsrand von Edenkoben; von hier aus läuft man ca. 45 Minuten durch Rebanlagen am historischen Weinlehrpfad entlang zur Villa Ludwigshöhe, in deren unmittelbarer Nähe sich die Talstation der Rietburgbahn befindet. In einem Doppelsessel



lässt man sich nun knapp zehn Minuten durch Kastanienhaine bis auf eine Höhe von 550 Metern hinauf schaukeln. Auf der Aussichtsterrasse der ehemaligen Raubritterburg reicht der Blick über die Rheinebene bis zum Schwarz-

wald. Die Burg stammt aus dem 13. Jahrhundert: Hermann von Riet hielt hier einst die Frau des Königs von Holland gefangen – womit er sich die Zerstörung seiner Burg einheimste. Wer noch zum Ludwigsturm möchte, begeben sich auf den ca. 4,5 km langen „Rietburg-Rundweg“, der beim Damwildgehege hinter der Ruine beginnt. Stärkung für den ca. 10 km langen Rückweg bietet die Höhengaststätte „Rietburg“. Der Abstieg (Markierung: roter Punkt) führt zunächst immer geradeaus zum Pfälzerwald Vereinshaus „Hüttenbrunnen“. Von hier geht's weiter (Markierung: rotes Kreuz, später roter Balken) am Triefenbach entlang und am idyllischen Hilschweiher (mit Bewirtung und Bootsverleih) und der Waldgaststätte „Siegfriedsschmiede“ vorbei nach Edenkoben zurück.

i Büro für Tourismus Edenkoben, Poststr. 23, 67480 Edenkoben, Tel. 06323.959 222, www.urlaubsregion-edenkoben.de
Rietburgbahn: Tel. 06323.1800 u. 1788.

P Betriebszeiten Rietburgbahn s. www.rietburgbahn-edenkoben.de

O Ab Edenkoben Bhf. mit Buslinie 500 bis „Abzw. Ludwigshöhe“. Mai-Okt. So u. Feiertage mit Buslinie 506 bis „Villa Ludwigshöhe“.



Erlebnislandschaft Erdekaut Eisenberg

Hinter dem ungewöhnlichen Namen Erdekaut verbirgt sich ein kleines, aber feines Landschaftsschutzgebiet. Das war nicht immer so, denn bis in die 1980er/90er Jahre wurde hier, im nordöstlichen Pfälzerwald zwischen Eisenberg und Hettenleidelheim, Tonerde abgebaut. Nach der Stilllegung der insgesamt 30 Gruben überließ man die Erdekaut

der Natur, die sich das Gelände schnell zurückeroberte. Aus der „Grubenlandschaft“ ist wieder eine Naturlandschaft mit üppigem Buschwerk, Schilf und Wald geworden. Das eigentliche „Wunder“ aber



ist, dass die Erdekaut Lebens- und Schutzraum für seltene, teilweise bedrohte Pflanzen und Tiere geworden ist. Dazu gehören allein 16 verschiedene Orchideenarten, Eisvögel, Kammolche und Erdkröten. Drei Rundwanderwege führen durch den Ökopark, Infotafeln weisen auf die Besonderheiten der Landschaft hin und immer wieder kann man an diversen Aussichtspunkten den Blick weit schweifen lassen. Dabei lassen sich auch schon mal Ziegen und Hochlandrinder entdecken. Mehr über den einstigen Bergbau sowie die Flora und Fauna der Erdekaut erfahren die Besucher (im Rahmen einer vorangemeldeten Führung) im Bergbaumuseum, das sich in einem historischen Gebäude der erhaltenen Grube Riegelstein befindet. Derweil können sich die Kids auf einer megalangen Rutsche, einem Matschplatz oder im größten Sandkasten der Pfalz vergnügen.

- i** Verbandsgemeindeverwaltung Eisenberg, Hauptstr. 86, 67304 Eisenberg, Tel. 06351.407 440, Anmeldung zu Führungen: j.stutzenberger@vg-eisenberg.de, www.vg-eisenberg.de
- Erdekaut: Frei zugänglich. Bergbaumuseum: Nur mit Führung (ab 8 Pers.); Anmeldung mindestens 2 Wochen vorher.
- ⊙** Ab Bhf. Eisenberg ca. 15 Min. Fußweg (ausgeschildert).
- €** Erdekaut: Frei. Bergbaumuseum: Erw. 3,- €, Kinder 1,50 €.

Heiligenberg Heidelberg

Ein Ausflug auf den 440 Meter hohen Heiligenberg oberhalb des Heidelberger Stadtteils Neuenheim lohnt sich, denn sowohl der Weg hinauf als auch das Ziel sind ein Erlebnis. Ein 13,5 km langer Rundweg führt vom Bismarckplatz über den Philosophenweg durch den Wald zum Heiligenberg. Das erste Stück ist anstrengend, weil es steil bergauf geht. Danach jedoch wird es gemächlicher; belohnt wird man immer wieder mit schönen Ausblicken



auf den Königstuhl und das Heidelberger Schloss. Oben angelangt, erblickt man zunächst die Ruine der Michaelsbasilika (10. Jh.), die auf dem Fundament eines römischen Tempels steht. Der Berg war übrigens auch schon eine Kultstätte der

Kelten; heute zeugen jedoch nur noch Reste eines doppelten Ringwalls aus dem 4. Jh. v. Chr. von deren Anwesenheit. Weiter geht's zur Thingstätte, einem Bau aus der Nazizeit, der heute als Freilichtbühne genutzt wird. Auf dem Weg nach unten ist die Ruine des Stephanklosters (11. Jh.) zu sehen, in dessen unmittelbarer Nähe sich der Heiligenbergturm, ein Aussichtsturm aus dem 19. Jahrhundert, befindet. Interessant ist das 55 Meter tiefe Heidenloch, dessen Entstehungszeitpunkt und Funktion bis heute Rätsel aufgeben. Eventuell handelt es sich um eine Zisterne oder einen Brunnenschacht aus der Römerzeit. Am Südhang des Berges steht der Bismarckturm, von wo aus man einen wunderbaren Blick auf Heidelberg hat. Von hier aus geht es wieder zurück zum Philosophenweg.

i Wegbeschreibung: <http://wandern-im-odenwald.kruemelhuepfer.de/wanderungen/neckartal-kleiner-odenwald-kraichgau/michaelsbasilika-thingstaette-bismarcksaeule/>

Kartenempfehlung: Freizeitkarte 1:20.000, Blatt 12, Heidelberg/Neckartal-Odenwald, Hessische Verwaltung für Bodenmanagement u. Geoinformation.

📍 Ab Heidelberg Hbf mit Straßenbahnlinie 5 o. 21 bis „Bismarckplatz“.



Neckarsteig

Heidelberg – Bad Wimpfen

Der Qualitätswanderweg Neckarsteig bietet nicht nur schöne Fluss-, Wald- und Wiesenlandschaften, eine staufische Burg nach der anderen, malerische Städte und jede Menge Einkehrmöglichkeiten, sondern geht auch von bester Kondition des Wanderers aus. Denn wer die 128 km lange Strecke hinter sich gebracht hat, der hat einiges an Höhenmetern gemeistert – mehr, als die Zugspitze zu bieten



hat. Man sollte sie daher gemächlich in neun Etappen angehen. Die erste führt von Heidelberg nach Neckargemünd (12 km), die zweite in die Vierburgenstadt Neckarsteinach (9,5 km). Von dort geht's weiter nach Hirschhorn (16 km) und Eberbach (12 km). Die fünfte Etappe endet in Neunkirchen (18 km); damit hat man die Hälfte und zugleich den anstrengendsten Teil hinter sich. Die sechste Etappe führt über Neckarkatzenbach nach Neckargerach (17 km), die siebte durch die wildromantische Margarethenschlucht über Diedesheim nach Mosbach (14 km). Weiter geht's über Haßmersheim nach Gundelsheim (14 km), um dann zum Endspurt zur Kaiserpfalz Bad Wimpfen anzusetzen (12 km). Problemlos lassen sich auch nur Teilstrecken erwandern; alle Start- bzw. Zielorte sind an S-Bahn und/oder Bahn bzw. Ruftaxi angeschlossen. Oder man legt eine Verschnaufpause auf einem Schiff ein und lässt sich eine Strecke den Neckar rauf- oder runterfahren.

- i Neckarsteig-Büro – Touristikgemeinschaft Odenwald, Neckarelzer Str. 7, 74821 Mosbach, Tel. 06261.841 386, www.neckarsteig.de (Downloads von Neckarsteig-Wanderkarte u. Waypoints fürs GPS-Gerät möglich). Kostenlose Faltkarte zum Neckarsteig beim Neckarsteig-Büro und bei allen an der Strecke liegenden Kommunen.
- o S-Bahn-/Bahnanschluss an allen Zielorten; von/nach Neunkirchen mit Buslinie 822 oder 824.



Burgensteig Bergstraße

Heppenheim – Hemsbach

Für den Qualitätswanderweg Burgensteig Bergstraße braucht man einiges an Kondition, denn es geht recht stramm rauf und runter. Doch die Anstrengung lohnt sich: Idyllische Wege führen über Bäche, durch Wiesen, Wälder und Weinberge und an



über 30 Burgen, Schlössern und anderen Kulturstätten vorbei. Es empfiehlt sich die 120 km lange Strecke von Darmstadt nach Heidelberg in neun Etappen (à 12-15 km) zu laufen; alle Etappenziele sind an den öffentlichen Personennahverkehr angebunden. Oder man pickt sich eine heraus – wie zum Beispiel die 14 km lange Etappe von Heppenheim nach Hemsbach. Die Halb-

tagestour beginnt in der malerischen Altstadt von Heppenheim (Markierung: blaue Burg auf weißem Grund). Und los geht's durch Wald, Weinberge und Hohlwege am Weinort Laudenbach vorbei zur Wallfahrtsstätte auf dem Kreuzberg. Diese war ursprünglich eine vorchristliche Kultstätte, auf der 1350 Lorschener Mönche eine Kapelle errichteten. Bis 1808 wurde der Ort von einer Einsiedelei betreut. Heute sind noch 14 gusseiserne Stationsbilder der Leiden Christi und ein Altarkreuz zu sehen. Nächstes Ziel ist der gut zehn Meter hohe denkmalgeschützte Waldnerturm, auch Vier-Ritter-Turm genannt. Einst Rastplatz für adlige Jagdgesellschaften ist er heute ein frei zugänglicher Aussichtsturm. Von hier aus geht's bergab nach Hemsbach, am aufwendig restaurierten Rothschild-Schloss, dem heutigen Rathaus, vorbei zum Bahnhof.

- i** Tourismus Service Bergstraße e. V., Großer Markt 9, 64646 Heppenheim, Tel. 06252.131 170, www.diebergstrasse.de (hier auch Infobroschüre mit Etappenbeschreibung).
- 📍** Bhf. Heppenheim bzw. Hemsbach.



Treidlerweg

Hördt

Der Treidlerweg erinnert an eine Tätigkeit, die es seit der Erfindung des Dampfschiffs zum Glück nicht mehr gibt: Treidler (oder deren Zugtiere) zogen die Schiffe vom Ufer aus an langen Seilen stromaufwärts. Meist waren es Knechte, mancherorts auch Strafgefangene. Wer sich heute auf die Spuren der Treidler begibt, wird vor keinen Kahn gespannt, sondern entdeckt sehr entspannt ausnahmslos Schönes. Ausgezeichnet als Premiumwanderweg ist der Treidlerweg geprägt vom Naturschutzgebiet „Hördter Rheinaue“, das auch gern „Pfälzer Urwald“ genannt wird. Die üppige, äußerst



vielfältige Vegetation, verwunschene Pfade und eine nahezu unberührte Tierwelt lassen einen in der Tat in ein „entrücktes“ Stück Natur eintauchen. Besonders faszinierend sind die unterschiedlichen Gewässer und ihre „Stimmungen“. Die Strecke ist ganzjährig begehbar, außer bei Hochwasser, weil im Urwald dann „Land unter“ ist.

Ausgangspunkt für den 14 km langen Rundweg (Markierung: weißer Balken) ist das Schützenhaus in Hördt. Zunächst folgt man dem gemächlich durch den Auenwald wabernden Michelsbach, an dessen Ufern mächtige Weiden und Pappeln stehen. Man passiert u. a. zahlreiche Fischweiher, um wenig später am Rheinufer dem ehemaligen Treidlerweg zu folgen. Nach ca. 45 Minuten verlässt man den Dammweg und biegt genau an Stelle ab, wo Rhein und Gimpelrhein (Altrheinarm) ineinanderfließen. Hier geht es wieder zurück in die „Hördter Rheinaue“, dann durch Mais- und Getreidefelder und an einem einsamen, in Schilf gebetteten Baggersee vorbei zurück zum Ausgangspunkt.

i Südpfalz Tourismus, Verbandsgemeinde Rülzheim e. V.,
Am Deutschordensplatz 1, 76761 Rülzheim,
Tel. 07272.70 021 068, www.ruelzheim.de

📍 Ab Bhf. Rülzheim mit Buslinie 552 bis „Hördt, Rathaus“ oder
2 km Fußweg.

Felsenmeer

Lautertal-Reichenbach

Wenige Kilometer hinter Bensheim befindet sich ein kleines Paradies für Wander- und Naturfreunde: der 514 Meter hohe Felsberg mit seinem Felsenmeer bei Lautertal-Reichenbach. Das Felsenmeer, mitten im Odenwald gelegen, ist eine gigantische Fläche aus abgerundeten Granitsteinen und eines der bedeutendsten Geotope im UNESCO-Naturpark Bergstraße-Odenwald. Der Sage nach haben sich hier zwei Riesen im Streit mit Felsblöcken beworfen, bis schließlich der gesamte Felsberg mit Steinen bedeckt war. Tatsächlich aber ist das Felsenmeer Ergebnis eines geologischen Prozesses, der vor



über 300 Millionen Jahren mit dem Zusammenstoß zweier Kontinente begann und Ende der letzten Eiszeit abgeschlossen war. Im 3. Jh. n. Chr. nutzten die Römer die Granitblöcke als Steinbruch und transportierten Werkstücke bis nach

Trier. Nur die „misslungenen“ Arbeiten und „Abfall“ ließen sie im Odenwald zurück. Die 327 übrig gebliebenen Werkstücke – darunter Säulen, ein Altarstein, eine Pyramide – stehen unter Denkmalschutz. Das Felsenmeer steht unter Naturschutz und ist ein relativ ungefährliches Kletterparadies, auch für Kinder geeignet. Das Informationszentrum am Fuße des Felsenmeers bietet Führungen an und veranschaulicht in einer Dauerausstellung u. a. die Entstehungsgeschichte und Geologie des Felsenmeeres, die Steinbearbeitungstechniken der Römer sowie der heutigen Steinindustrie. Höhepunkt im September ist der Event „Felsenmeer in Flammen“, bei dem der untere Teil des Felsenmeers in ein Lichtspektakel getaucht wird.

- i** Felsenmeer-Informationszentrum, Seifenwiesenweg 59, 64686 Lautertal, Tel. 06254.940 160, www.felsenmeer-informationszentrum.de u. www.felsenmeerinflammen.de

- 📍** Ab Bhf. Bensheim mit Buslinie 665 bis „Reichenbach-Markt“, von dort aus 10 Min. ausgeschilderter Fußweg.



Umweltwanderweg

Lorsch

Unter dem Motto „Umwelt bewusst erleben“ werden Besucher des Lorschener Umweltwanderwegs mit den Problemen durch Bebauung, Gewässerverbauung, Hochwasserschäden, Deponie-Sickerwasser und intensive Landwirtschaft vertraut gemacht. Informiert werden sie außerdem über Fischzucht, Naturschutzgebiete, Flächenstilllegung, Feuchtgebiete und Freizeitanlagen in der Natur. Der im UNESCO-Geopark Bergstraße/Odenwald gelegene Umweltwanderweg bietet drei Varianten: eine 8 km lange Nordroute, eine 16 km lange Südroute und eine auf 8 km verkürzte Variante der Südroute. Alle drei Varianten beginnen und enden in Lorsch am Alten Rathaus, sind gut ausgeschildert



und mit zahlreichen Infotafeln versehen. Die Wege eignen sich auch fürs Rad. Die Nordroute führt u. a. zur Kläranlage, zum Wasserwerk und zur Kompostierungsanlage der Stadt Lorsch. Auf der Südroute geht's am Deich der begrabigten Weschnitz entlang bis zum Pumpwerk. In der Folge passiert man u.a. das Naturschutzgebiet „Weschnitzinsel von Lorsch“ und das Feuchtbiotop „In der Unner“, in dem Kröten, Frösche, Ringelnattern und Wasservögel zu Hause sind. Sowohl die kurze als auch die lange Südtour führen am Vogelschutz- und Lehrpark „Birken-garten“ vorbei, hinter dem sich ein großes Freizeitgelände mit Spielgeräten und Tischtennisplatten befindet. Auch das beheizte Waldschwimmbad ist nur ein paar Meter entfernt.

- i** Tourist-Information NibelungenLand, Marktplatz 1, 64653 Lorsch, Tel. 06251.175 260, <http://lorsch.de/de/stadt/freizeit-sport.php>
- P** Tourist-Information: tägl. 10-18 Uhr. Vogelpark: Mitte April-Mitte Nov. Di-Sa 14-20 Uhr, So ab 10 Uhr.
- o** Ab Bhf. Lorsch ca. 10 Min. Fußweg bis Ausgangspunkt Altes Rathaus.



Ochsentour Maikammer

Unter einer Ochsentour versteht man normalerweise den mühsamen Karriereweg von (manchen) Politikern. Damit hat die Ochsentour im St. Martiner Tal natürlich überhaupt nichts zu tun. Sie ist ein bequemer, 4,5 km langer Rundweg um eine Art „Waldweide“ herum, auf der imposante Heckrinder grasen, die dem Auerochsen zum Verwechseln ähnlich sehen. Der Auerochse ist seit dem 17. Jahrhundert ausgestorben; die Ähnlichkeit kommt aber nicht von ungefähr, denn diese Rinder sind eine Auerochs-Nachzucht der Gebrüder Heck (Leiter der Tiergärten



in Berlin und Wien) in den 1920er Jahren. Während man das Gelände umrundet, kann man den Rindern bei ihrer Arbeit als „Gärtner“ zuschauen; ihre Aufgabe ist es nämlich, rund 40 Hektar Wald auszulichten. Da Süß-

gräser, Kleingehölz und junge Bäumchen zu den Lieblingsspeisen dieser halbwilden Vierbeiner gehören, eignen sie sich hervorragend als Landschaftsgestalter.

Start- und Endpunkt der Ochsentour ist der Parkplatz an der Grillhütte Sankt Martin direkt am Sandwiesenweiher. In der Grillhütte gibt's u. a. Gerichte vom Auerochsen, garantiert bio.

- i** Verein Südliche Weinstraße Maikammer e. V. – Büro für Tourismus, Johannes-Damm-Str. 11, 67487 Maikammer, Tel. 06321.952 768, www.maikammer-erlebnisland.de
Grillhütte Sankt Martin, Totenkopfstr., 67487 St. Martin, Tel. 06323.7748, www.grillhuetten-pfalz.de
- P** Öffnungszeiten siehe www.grillhuetten-pfalz.de
- O** Ab Neustadt Hbf. mit Buslinie 503 (Kalmit-Express) bis „Stauweiher“ (Mai bis Okt. So u. Feiertage) oder mit Buslinie 501 bis „St. Martin Ort“, von dort zu Fuß ca. 1,5 km die Totenkopfstraße entlang bis zum Ausgangspunkt.



Mehlinger Heide

Mehlingen

Die Mehlinger Heide, am Rande des Pfälzerwalds gelegen, ist eine der größten Heidelandschaften Süddeutschlands. Mit ihren Gräsern, Sandflächen, Tümpeln und Zwergstrauchheiden erinnert sie an Urlandschaften wie die Tundra oder eine Steppe. Tatsächlich aber ist sie eine Kulturlandschaft. Noch bis vor rund 100 Jahren stand an ihrer Stelle ein Wald, der jedoch im Ersten Weltkrieg einem Truppenübungsplatz weichen musste. Später übernahm die Wehrmacht den Übungsplatz, dann die Franzosen, dann die US-Amerikaner. Im Laufe der Jahrzehnte entwickelte sich das Gebiet zur Heidelandschaft. Heute ist diese ein 410 Hektar großes Naturschutzgebiet und Lebensraum von zahlreichen



Tier- und Pflanzenarten – wie z. B. dem Wiesen-Leinblatt und der seltenen Vogelarten Heidelerche und Ziegenmelker (Nachtswalbe) ebenso wie von Schmetterlingen, Libellen, Hautflüglern, Wildbienen und selbstverständlich der Heidschnucken. Das Erkunden der Heide ist auf gekennzeichneten Wegen und von einer Aussichtsplattform aus möglich. Empfehlenswert ist der Heide-Erlebnispfad, ein 1,5 km langer Rundweg, der an zwölf Stationen und Infotafeln vorbeiführt. Besonders beliebt bei Kindern sind das „Felsenhaus“, ein Spielhaus auf einem Sandsteinblock, und das „Grüne Klassenzimmer“ mit Bänken aus Baumstämmen und Tischen aus Stein.

i Tourismusbüro der Verbandsgemeindeverwaltung,
Hauptstr. 18, 67677 Enkenbach-Alsenborn,
Tel. 06303.913 168 o. 06303.913 120,
www.enkenbach-alsenborn.de

🕒 Ab Kaiserslautern Hbf mit Buslinie 137 bis „Mehlingen Hauptstraße“, von dort ca. 500 m Fußweg zur Heide.

Limeswanderweg

Neckarburken – Auerbach

Der Limes, einer der großen Grenzwälle der Römer, zieht sich quer durch den Odenwald. Ideal verbinden lassen sich Einblicke in die Vergangenheit mit Ausblicken in die schöne Landschaft auf dem Limesweg zwischen Neckarburken und Auerbach. Die 12 km lange Strecke beginnt am S-Bahnhof Neckarburken. In der Bahnhofstraße folgt man der Markierung „L“, überquert die Elz und gelangt zum ehemaligen Rathaus in der Ortsmitte, in dem sich das „Museum am Odenwaldlimes“ befindet. Zu den Exponaten zählen römische Inschriften, Skulpturen, grafisch gestaltete Schrifftafeln und Kleinfunde aus dem 2. Jh. n. Chr.



Nächste Station ist das Römerkastell, ebenfalls in Neckarburken, von dem Reste der Badeanlagen und des Numeruskastells erhalten sind. Von dort führt ein alter Höhenweg in Serpentina an einem

wiederhergerichteten Kalkofen vorbei hinauf zur Römerstraße, die vor über 200 Jahren zur „Churpfälzischen Chaussee“ ausgebaut und schon von Goethe und Eichendorff genutzt wurde – allerdings nicht zu Fuß, sondern in einer Postkutsche. Auf der Anhöhe sind zwei römische Limeswachtürme zu sehen. Beim alten Wegweiserstein heißt's links abbiegen; die Markierung „blaues Dreieck“ führt über Dallau und an der Elz entlang. Ca. 3 km hinter Dallau wechselt man auf die Markierung „umgedrehtes T“ und folgt ihr bis Auerbach.

- i** Gemeindeverwaltung Elztal, Hauptstr. 8, 74834 Elztal, Tel. 06261.89 030, www.elztal.de
Genauere Streckenbeschreibung: „Wandertour 10: Auf den Spuren der römischen Legionäre“, www.bahn.de/freizeit-rhein-neckar
- P** Museum Elantia am Odenwaldlimes: April-Okt. So 14-16 Uhr u. für Gruppen nach Vereinbarung (Manfred Waltereit Tel. 06261.5706).
- O** S-Bahn-Stationen Neckarburken u. Auerbach.



Sinnenpfad Neckargemünd

Der Sinnenpfad in Neckargemünd ist genau das Richtige für einen Familienausflug. Denn er ist abwechslungsreich, überschaubar (2,5 km) und – da gut ausgebaut und stufenlos – besonders für Ausflüge mit Kinderwagen geeignet. 18 Stationen laden zum Mitmachen, Ausprobieren und Erkunden ein. Man erfährt, wie ein „Baumtelefon“ funktioniert und was ein „Summstein“ ist. Man wird mit unterschiedlichen Sicht- und Tastweisen vertraut gemacht, erkundet barfuß verschiedene Böden, balanciert auf Baumstämmen, relaxt auf „Träumerliegen“, lauscht Klangspielen, wandelt durch einen „Gnom-Garten“ und erfreut sich an Kunst im Wald. Der Pfad schlängelt sich durch ein Tal und endet im 700 Jahre alten Neckargemünder Stadtteil Waldhilsbach. Wer sich vor der Rückkehr stärken möchte, kann dies in den nahegelegenen Landgasthäusern „Zur Krone“ oder „Zum Rössl“ tun.



- i** Vermittlung von Gruppenführungen: Tourist-Information Neckargemünd, Neckarstr. 21, 69151 Neckargemünd, Tel. 06223.3553, www.neckargemuend.de, www.sinnenpfad.de Landgasthaus „Zur Krone“, Schulstr. 14, www.krone-waldhilsbach.de Landgasthof „Zum Rössl“, Heidelberger Str. 15, www.roessl-waldhilsbach.de
- P** Tourist-Information: Mo, Di, Do, Fr 9-18 Uhr, Mi u. Sa 9-13 Uhr.
- 🕒** Ab Bhf. Neckargemünd ca. 15 Min. Fußweg durch die Bahnhof- u. Banngartenstraße zum Wanderparkplatz Sinnenpfad. Von Neckargemünd-Waldhilsbach aus mit Buslinie 755 zurück zum Ausgangspunkt.




Leininger Burgenweg

Neuleiningen

Für Burgenfans ist diese 22 km lange Wanderung durchs Leininger Land genau das Richtige, denn hier geht's von einer mittelalterlichen Festung zu nächsten. Am besten startet man in Neuleiningen (Markierung: drei Burgtürme auf gelbem Hintergrund). Ein Spaziergang durch das idyllische mittelalterliche Dorf, das zu Recht zu den schönsten und stimmungsvollsten



an der Weinstraße zählt, führt zur Burgruine Neuleiningen, die im Juli/August als Bühne für Theaterstücke und Konzerte genutzt wird. Auf halber Strecke erreicht man die Burgruine von Altleiningen. Der einstige Stammsitz der Grafen von Leiningen aus dem 11. Jahrhundert ist heute eine Jugendherberge (mit Schenke) und im Sommer beliebtes Ausflugsziel wegen des öffentlichen Freibads im Burggraben. In der dritten Burg, der Burg Battenberg, lädt die „Gutsschenke“ zu regionalen Speisen, Käsespezialitäten aus eigener Herstellung und Weinen aus eigenem Anbau ein, bei schönem Wetter auch im traumhaften Burggarten. Gestärkt geht's dann an die letzte Etappe, eine halbe Stunde bergauf, bergab bis zum Ausgangspunkt Neuleiningen. Der Rundweg gibt einen eindrucksvollen Einblick in das, was das Leininger Land – außer seinen Burgen – zu bieten hat: bizarre Felsformationen wie den Kupferbergfelsen, auch Kamelkopf genannt, den 20-Röhren-Brunnen in Altleiningen, die Millionen Jahre alten Battenberger „Blitzröhren“, die Battenberger Hochebene, weite Blicke in die Rheinebene und verschlungene Pfade durch Wald und Täler. Man kann die Wanderung übrigens auch auf ca. 15 km kürzen, muss dann aber auf Altleiningen verzichten.

-  Touristinformation Grünstadt-Land, Weinstr. 91 b, 67278 Bockenheim, Tel. 06359.8001-820, www.leiningerland.com
-  Gutsschenke Burg Battenberg, Hauptstr. 1, 67271 Battenberg. Mi-Fr ab 16 Uhr, Sa, So u. Feiertage ab 12 Uhr, Tel. 06359.2196, www.hofgutbattenberg.de
-  Ab Bhf. Grünstadt mit Buslinie 454 nach Altleiningen u. Neuleiningen oder mit Buslinie 453 nach Battenberg.



Vier-Burgen-Tour Nothweiler

Die Vier-Burgen-Wandertour beginnt im südwestpfälzischen Nothweiler am Parkplatz, direkt an der französischen Grenze. Wie lang man für die 9-km-Strecke braucht, hängt davon ab, wie viel Zeit man jeweils in und auf den Burgen verbringen möchte, ob man ein Picknick zwischendurch macht oder sich auf einen elsässischen Schmaus einlässt. Zunächst geht es Richtung Gimbelhof eine gute Stunde leicht aufwärts – teils auf Waldpfaden, teils auf Schotter- oder asphaltierten Wegen – über den Köhlerpfad, der das fast ausgestorbene Handwerk des „Holzkohle-Herstellers“ erläutert, zur Burg Fleckenstein bei Lembach. Bienvenue en France! Imposant liegt die Hohenstauferburg auf einem 40 Meter hohen Felsen aus rotem Buntsandstein und ist ein beliebtes Familienausflugsziel (www.fleckenstein.fr/de). Weiter geht's etwa eine halbe Stunde stracks bergauf bis zur Burg-ruine Löwenstein; die Anstrengung wird mit einem wunderbaren Blick auf das Elsass und die Pfalz belohnt. Die nächste Burg, die Hohenbourg, liegt nur fünf Minuten Fußweg entfernt. Von hier aus läuft man ca. 15 Minuten zur Wegelburg: Willkommen zurück in Deutschland und zugleich auf der höchstgelegenen Burg der Pfalz! Immerhin befindet man sich auf einer Höhe von 571 Metern. In der Burgruine sind u. a. noch einige Felsenkammern und Rundbogentüren zu sehen. In einer langgezogenen Z-Kurve geht es ca. 45 Minuten hinunter ins Tal zurück nach Nothweiler.



- i** Genaue Wegbeschreibung: <http://wandern-in-der-pfalz.kruemelhuepfer.de/wanderungen/suedlicher-pfaelzerwald-wasgau/fleckenstein-loewenstein-wegelburg/> Wanderkartenempfehlung: Top. Karte 1:25.000, Naturpark Pfälzerwald, Blatt 7, Westlicher Wasgau mit Dahn. Wander- u. Erlebniskarte 1:25.000, Dahner Felsenland, Pietruska Verlag.
- o** Ab Bhf. Hinterweidenthal mit Buslinie 252 oder Ruftaxi 2551 (Tel. 06391.1824) oder ab Pirmasens Hbf mit Buslinie 250 bis „Dahn Stadtmitte“ und weiter mit Buslinie 252 bis Nothweiler.

Teufelstour Olsbrücken

In diesem wildromantischen Premiumwanderweg steckt der Teufel gleich mehrmals: Namensgeber ist der „Teufelstein“, ein ehemaliger römischer Steinbruch bei Frankelbach, die Wegmar-



kierung ist das Teufelslogo vom Betzenberg (1. FC Kaiserslautern) – und es gibt „teuflische Anstiege“, die jedoch mit „himmlischen Aussichten“ auf das Pfälzer Bergland bis zum Donnersberg belohnt werden. Auf geht's! Für die knapp 15 km sollte man vier Stunden einplanen und gutes Schuhwerk tragen, denn die Pfade sind schmal und naturbelas-

sen. Startpunkt ist der Wanderparkplatz direkt am Bahnhof von Olsbrücken. Die Wanderung über Frankelbach und Eulenbis bis zum Endpunkt Untersulzbach (eine nicht zertifizierte Verbindungsrouten zwischen Sulzbachtal und Olsbrücken ist ausgeschildert) ist weit mehr als ein Naturerlebnis. Denn man passiert jede Menge alte, teilweise noch aktive Steinbrüche – darunter den „Teufelstein“ und ein Sandstein-Abbaugelände auf der Gemarkung Sulzbachtal –, vulkanische Gesteine und sogar ein Keltengrab. Informieren kann sich der Wanderer an entsprechenden Hinweistafeln des Landesamtes für Geologie und Bergbau und verschlafen in einem der wanderfreundlichen Gasthäuser am Wegesrand.

- i** Tourist-Information Otterbach-Otterberg, Hauptstr. 54, 67697 Otterberg, Tel. 06301.31 504, www.otterbach-otterberg.de Genaue Wegbeschreibung: <http://www.outdooractive.com/de/wanderung/pfalz/teufelstour-olsbruecken/7079169/> Kartenempfehlung: Topographische Karte 1:25.000, Westpfalz Nord, Pfälzer Bergland mit Nahe.
- o** Wanderbahnhof Olsbrücken u. Bhf. Untersulzbach.



Felsenwanderweg

Rodalben

Ein „Muss“ für passionierte Wanderer ist der Rodalber Felsenwanderweg in der Südwestpfalz. Im Laufe von mehreren Millionen Jahren haben sich im Pfälzerwald Buntsandstein-Ablagerungen von bis zu 500 Metern Länge gebildet. Als sich die Täler formten, entstanden rings um Rodalben bizarre Felsgebilde, die durch die Anlage eines eigenen Wanderwegs zugänglich gemacht



worden sind. Die ca. 43 km lange Strecke windet sich auf fast gleichmäßiger Höhe am Fuße etwa 100 gewaltiger Felsmassive durch das Rodalb-Tal und dessen Seitentäler rund um die Stadt Rodalben. Die Strecke ist so markiert („F“), dass man sie in einzelnen Etappen unterschiedlicher Länge erwandern kann. Für Kinder beispielsweise eignet sich der 6 km lange Weg zur „Bärenhöhle“. Vom 2013 ausgezeichneten Wanderbahnhof aus überquert man die Marienbrücke, biegt links ab in die Baumbuschstraße und erreicht nach ca. 200 Metern rechterhand den Otto-Stolz-Pfad, dem man mit der Markierung „F“ zum Bruderfelsen, dem Wahrzeichen der Stadt Rodalben, folgt. Von dort aus führt der Felsenwanderweg über die Straße nach Pirmasens und oberhalb des Langenbachtals zur Bärenhöhle, der größten natürlichen Felsenhöhle der Pfalz.

- i** Tourist-Information Gräfensteiner Land, Am Rathaus 9, 66976 Rodalben, Tel. 06331.234 180, www.rodalben.de
Kartenempfehlung: Wanderkarte 1:20.000, Rodalber Felsenwanderweg, erhältlich bei der Tourist-Information.
- 📍** Ab Bhf. Rodalben ca. 10 Min. Fußweg. Infotafel mit Wegbeschreibung am Bhf.

Steine, Sagen, Schluchten Schriesheim

Der Vordere Odenwald um Weinheim und Schriesheim herum ist im wahrsten Sinne des Wortes eine „steinreiche“ Gegend. Ein UNESCO Geopark-Pfad mit dem markanten Namen „Steine, Sagen, Schluchten“ führt den Wanderer auf verschlungenen Wegen durch die riesigen Granitsteinmassen hindurch und in die Geschichte der Region ein. Der 16 km lange Wanderweg (Markierung: gelbes „L“) ähnelt einem Trampelpfad und ist nur geübten Wanderern zu empfehlen. Er besteht aus zwei Schleifen – der Weinheimer und der Schriesheimer Schleife. Infotafeln



säumen den Weg und erklären die Landschaftsformen, die geologischen Besonderheiten und den Granitabbau (Weinheimer Schleife) ebenso wie die kulturgeschichtlichen Orte und die Sagen und Legenden, die sich um diese ranken: Was zum Beispiel geschah an der „Zigeunereiche“ oder am

„Wildeleutestein“? Die Schriesheimer Schleife führt zu ehemaligen Abbaugebieten von Schwer- und Feldspat-Mineralien, die bis ins 20. Jahrhundert im Tagebau gewonnen wurden. Hier lässt sich erahnen, wie mühevoll das Leben der Bergleute damals war. Selbstverständlich kann man die beiden ungefähr gleich langen Abschnitte auch einzeln erwandern; Ausgangspunkt für beide ist die Ursenbacher Höhe.

- i** Stadt- und Tourismusmarketing Weinheim e. V., Hauptstr. 47 (ab 1.7.2016: Marktplatz 1), 69469 Weinheim, Tel. 06201.874 450, www.weinheim-marketing.de
Karte u. GPS-Daten unter www.geo-naturpark.de als Download.
- o** Ab Bhf. Schriesheim mit Buslinie 628 bis „Ursenbach Ort“, von dort aus ca. 10 Min. Fußweg zur Ursenbacher Höhe.



Pfälzer Jakobswege

Speyer – Hornbach

Der Jakobsweg ist ein sehr langer Pilgerweg, der durch Frankreich über die Pyrenäen nach Santiago de Compostela zum Grab des Heiligen Jakobus führt. Eigentlich trägt die Bezeichnung

„Jakobsweg“, denn es sind viele Jakobspfade innerhalb Europas, die zum Hauptweg nach Spanien führen. Allein in der Pfalz sind zwei historische Routen bekannt. Beide beginnen am Dom in Speyer und enden in Hornbach in der Südwestpfalz. Die 148



km lange Nordroute führt am Speyerbach entlang nach Neustadt, dann durch das Elmsteiner Tal zum Johanniskreuz. Von dort geht es weiter über Trippstadt, Landstuhl, Homburg und Zweibrücken nach Hornbach. Die 135 km lange Südroute führt durch den südlichen Pfälzerwald über Germersheim, Landau und Bad Bergzabern nach Hornbach. Es gibt auch eine Verbindung zwischen den beiden Routen: Am Johanniskreuz wendet man sich – statt nach Trippstadt – in südliche Richtung nach Pirmasens und Dahn. Nach insgesamt 74 km stößt man dann bei Erlenbach auf die Südroute. Die Routen sind durchgehend mit dem Zeichen der Jakobsmuschel markiert, und alle Orte am Wege sind auf die Unterbringung und Verpflegung von wandernden Pilgern und pilgernden Wanderern eingestellt. Der Endpunkt Hornbach ist ein winzig kleiner Ort mit einem Benediktinerkloster aus dem 11. Jahrhundert, in dem sich heute ein Hotel mit Restaurant und ein multimediales Museum befinden. Man kann sich die Strecken natürlich auch in einzelnen Etappen vornehmen: Eine schöne Tageswanderung führt zum Beispiel von Speyer die Altrheinarme entlang bis Germersheim (21,5 km).

- i** Genauer Streckenverlauf, Einkehrmöglichkeiten, Unterkünfte, Kontakte unter www.jakobsweg-pfalz.de
- o** Ab Speyer Hbf mit Buslinie 564 o. 565 bis „Dom/Stadthaus“, zurück ab Bhf. Germersheim.

Trekking in der Pfalz

St. Martin/Kalmit

Zelten in freier Natur und lauschen, wie Fuchs und Hirsch sich gute Nacht sagen? Die Reise muss nicht unbedingt nach Skandinavien oder Kanada gehen, um das zu erleben. Insgesamt zwölf versteckte Trekkingplätze im Pfälzerwald bieten solche Erlebnisse, sieben davon in der Südpfalz und fünf im Donnersberger und Lautrer Land. Der Kalmit-Platz z. B. liegt auf 600 Meter Höhe inmitten alter Haardtrand-Kiefern und Blaubeeren. Den Trek-



ker erwarten Lagerplätze, Feuerstelle und Klohäuschen. Alles andere muss er mitbringen – und seinen Abfall wieder mitnehmen. Die fünf nördlichen Plätze befinden sich bei Otterbach-Otterberg,

Enkenbach-Alsenborn, Ramsen und Imsbach. Alle Trekkingorte sind zu Fuß erreichbar, liegen aber abseits gängiger Wanderwege und sind nicht ausgeschildert, damit sie möglichst unberührt bleiben. Die Ausstattung ist überall gleich. Planung und Vorgehen sind einfach: Man sucht sich unter www.trekking-pfalz.de einen Platz aus, bucht und bekommt danach die GPS-Daten und eine Wegbeschreibung zugesendet; GPS-Geräte können ausgeliehen werden. Es stehen an jedem Ort vier bis sechs Zeltplätze zur Verfügung. Man darf nur eine Nacht bleiben, kann aber problemlos zum nächsten Trekking-Platz weiterziehen.

- i** Anmeld. u. Infos: www.trekking-pfalz.de o. Südliche Weinstraße e. V., An der Kreuzmühle 2, 76829 Landau, Tel. 06341. 940 407 o. bei DTV, Uhlandstr. 2, 67292 Kirchheimbolanden, Tel. 06352.1712. Kartenmaterial: Top. Wanderkarten vom Landesamt für Vermessung u. Geobasisinformation RLP (1:25.000), Naturpark Pfälzerwald Bl. 1, 2, 6 u. 8.
- Buchungen April-Okt auf www.trekking-pfalz.de
- Die Ausgangspunkte sind gut mit Bus und/oder Bahn zu erreichen (Übersicht auf www.trekking-pfalz.de). Zum Kalmit-Platz ab Neustadt Hbf o. ab „St. Martin Ort“ mit Buslinie 503 bis „Kalmit“ (Mai-Okt. So u. Feiertage).
- €** 10,- € pro Zelt/Nacht (2-3 Pers.). GPS-Leihgebühr: 5,- €/Tag.



Skulpturenweg Steinwenden

Der Skulpturenweg „Steine für Steinwenden“ eignet sich für jede Alters- und Konditionsklasse: Er ist mit einer Länge von gut 6 km überschaubar, die Steigungen sind moderat und Einkehrmöglichkeiten gibt es auch. Die „Kunst-Wanderung“ führt durchs Moorbachtal, den Wackenberg hinauf, von wo aus man einen schönen Ausblick hat, und durch die drei Gemeinden Steinwenden, Weltersbach und Obermohr. Den Rundweg säumen zwölf Großskulpturen aus unterschiedlichen Gesteinen, die

während eines Steinbildhauersymposiums im Juli 2012 in Steinwenden entstanden. Die Werke stammen von regionalen wie internationalen Künstlern. Sehr beeindruckend sind zum Beispiel der „Moment der Freiheit“, eine hohe, weiße Marmorsäule des Ägypters Nagy Fareed, der „Baum der Hoffnung“ der türkischen Bildhauerin Evrim Kiliç, die rote Sandstein-„Säule für die Arbeiter“ von Evrim Çamoğlu, ebenfalls



aus der Türkei, oder das „Steinhaus“ des Bulgaren Petre Petrov. „Steine für Steinwenden“ ist Teil des Skulpturenwegs Rheinland-Pfalz, der seit über 20 Jahren durch die jährlichen international ausgerichteten Bildhauersymposien kontinuierlich wächst.

- i Palatia Art e. V., Goethestr. 7, 66879 Steinwenden,
Tel. 06371.9818-22 (Frau Partika), www.palatia-art.de
- o Bhf. Steinwenden o. Bhf. Obermohr.

Karlstalschlucht

Trippstadt

Der Landschaftsgärtner Friedrich Ludwig von Sckell beschrieb das Karlstal 1780 euphorisch als „eines der schönsten Thäler, die ich in dieser Art gesehen habe“. Seine Begeisterung ist auch heute noch nachvollziehbar: Die 1 km lange, von der Moosalb durchflossene Felsenschlucht ist nach wie vor weitgehend nat-



turbelassen. Charakteristisch sind Felsen aus rotem Buntsandstein, Wasserfälle und ein Mischwald mit uraltem Baumbestand. Ein Geheimtipp ist sie insbesondere an heißen Sommertagen, da sie stets angenehm kühl und schattig ist. Von Trippstadt

aus bietet sich ein 11,5 km langer Rundwanderweg an. Dem grün-gelben Kreuz folgend wendet man sich Richtung Schlosspark, von hier führt ein Weg abwärts ins Kaltenborner Tal. Weiter geht's zum Wilensteinerhof und zur Burgruine Wilenstein. Wenig später erreicht man die Klug'sche Mühle, die zur Einkehr einlädt, bevor es in die Karlstalschlucht geht. Ein rotes Kreuz weist den knapp halbstündigen Weg durch die Schlucht und anschließend zum Rothenberg. Hier stößt man wieder auf die Markierung „grün-gelbes Kreuz“, die über die Sägmühle (Einkehrmöglichkeit) und den Sägmühlweiher (Badesee) zurück zum Ausgangspunkt führt.

i Tourist Information Trippstadt, Hauptstr. 26, 67705 Trippstadt, Tel. 06306.341, www.trippstadt.de Genaue Wegbeschreibung: <http://wandern-in-der-pfalz.kruemelhuepfer.de> (Wanderungen/Nördlicher u. mittlerer Pfälzerwald). Kartempfehlung: Top. Karte 1:25.000, Naturpark Pfälzerwald, Blatt 5, Vom Johanniskreuz bis Pirmasens, Landesamt für Vermessung u. Geobasisinformation Rheinland-Pfalz.

P Tourist Information: Mo-Fr 8-12 Uhr u. 14-16 Uhr, Sa 10-12 Uhr (Ostern bis Okt.).

⊙ Ab Kaiserslautern Hbf mit Buslinie 170 bis „Trippstadt, Bürgermeisteramt“.



Exotenwald Weinheim

Ein Sammler der besonderen Art war der Freiherr von Berckheim: Er sammelte exotische Bäume aus aller Welt und pflanzte sie an der Bergstraße an. Viele dieser Exemplare stehen noch heute im Exotenwald von Weinheim und sind nach nunmehr fast 150 Jahren zu prächtigen Bäumen herangewachsen. Drei Rundwege laden die Besucher ein, eine der eindrucksvollsten Baum-

sammlungen mit mehr als 140 verschiedenen Baumarten zu erkunden. Der Schwarzkiefern-Rundweg (Nr. 1; 2,4 km) führt zum Mittelpunkt des Waldes. Zu sehen sind u. a. Atlaszedern, Gelb- und Schwarzkiefern, Kalifornische Mammutbäume, Sichel-tannen aus Japan und



Urweltmammutbäume aus China. Der Exotenwald-Rundweg (Nr. 2; 3,1 km) führt an einem Großteil der Bestände vorbei zum historischen Anbauschwerpunkt. Bemerkenswert sind – neben den Küstenmammutbäumen mit ihrer leuchtend roten Rinde – vor allem Birkenarten aus Nordamerika und Ostasien. Der Große Rundweg (Nr. 3; 4,4 km) ist eine Kombination aus den beiden Rundwegen Nr. 1 und Nr. 2. Sehenswert ist auch der angrenzende Schlosspark im englischen Stil des frühen 19. Jahrhunderts: Hier steht die älteste Zeder Deutschlands mit 250 Jahren auf dem Buckel bzw. auf der Rinde. Als Begleitlektüre empfiehlt sich die Broschüre „Weinheims Grüne Meilen“, erhältlich beim Stadt- und Tourismusmarketing Weinheim.

- i Stadt- und Tourismusmarketing Weinheim e. V., Hauptstr. 47 (ab 1.7.2016: Marktplatz 1), 69469 Weinheim, Tel. 06201.874 450, www.weinheim.de
- P Exotenwald u. Schlosspark sind ganzjährig u. durchgehend geöffnet. Führungen auf Anfrage.
- O Bhf. Weinheim (DB o. Stadtbahnlinie 5), von dort aus ca. 15 Min. Fußweg.



Wolfsschlucht Zwingenberg (Neckar)

Die rund 720 Einwohner zählende Gemeinde Zwingenberg liegt mitten im Naturpark Neckartal-Odenwald und gehört mit ihrem Schloss und dem historischen Ortskern zu den „Bilderbuch-Dörfern“ entlang des Neckars. Das mittelalterliche Schloss ist im August Veranstaltungsort für die alljährlich stattfindenden Zwingenberger Schlossfestspiele. Die romantische Wolfsschlucht



grenzt unmittelbar an das Schloss. Vor Wölfen muss man sich jedoch nicht mehr fürchten: Der letzte Wolf des Odenwalds wurde genau hier am 12.3.1866 erlegt. Allerdings sollte man festes Schuhwerk tragen, da die Schlucht recht unwegsam ist. Der abwechslungsreiche Wanderweg führt zu Beginn steil aufwärts. Man folgt der roten Raute bis an den Ortseingang von Oberdielbach

(ca. 4 km) und orientiert sich nun am Katzenbuckel, dem höchsten Berg des Odenwalds, den man über Waldkatzenbach und einen kleinen See erreicht (ca. 2,5 km). Die „Turmschenke“ am Katzenbuckel lädt zur Verschnaufpause ein. Entweder man wandert nun wieder zurück durch die Wolfsschlucht nach Zwingenberg oder folgt der blauen Raute nach Eberbach. Über die Ruine Eberbach geht es steil abwärts zum Bahnhof (ca. 5,5 km).

- i** Bürgermeisteramt, Alte Dorfstr. 8, 69439 Zwingenberg a. N., Tel. 06263.45 152, www.zwingenberg-neckar.de
Turmschenke, Katzenbuckelstr. 28, 69429 Waldbrunn, Tel. 06274.383, www.turmschenke.de
- D** Schlossbesichtigung nur mit Führung u. Voranmeldung beim Forstamt Zwingenberg, Tel. 06263.411 010, www.schloss-zwingenberg.de Turmschenke: April-Dez. Mi-So ab 10 Uhr, Jan.-März „flexible“ Öffnungszeiten, d. h. vorher anrufen!
- C** Bhf. Zwingenberg (Baden).



Nibelungensteig Zwingenberg – Grasellenbach

Der Qualitätswanderweg Nibelungensteig ist auch für passionierte und geübte Wanderer eine Herausforderung. Denn die Strecke von Zwingenberg (Bergstraße) nach Grasellenbach bietet über 1.600 Höhenmeter auf 40 km Länge. Neben guter Kondition ist gutes Schuhwerk erforderlich, da der Weg auf schmalen Pfaden stramm bergauf und bergab führt. Belohnt wird man mit wunderbaren Ausblicken, abwechslungsreicher Landschaft, Burgen, Wehrkirchen, malerischen Fachwerkhäusern und Hirtenhäuschen. Man kann den Nibelungensteig in zwei Etappen zurücklegen oder auch nur eine Teiletappe bestreiten. Die Wegmarkierung ist ein rotes „N“ auf weißem Hintergrund. Die erste



Etappe (27 km) führt von Zwingenberg aus auf den Melibokus (517 m) und danach durch das Reichenbacher Felsenmeer. Dann geht es wieder hinauf, diesmal auf den Hohenstein-Kletterfelsen (321 m), weiter nach Schlierbach und schließlich zum Kurort Lindenfels. Man kann auch in Reichenbach einsteigen; bis Lindenfels sind es dann 14,5 km, bis Zwingenberg gute 12 km. Die zweite Etappe (14 km) führt von Lindenfels aus zum Gumpener Kreuz, von dort nach Fürth-Weschnitz, zur Walburgis-Kapelle auf dem Kahlberg, nach Gassbachtal und schließlich nach Grasellenbach. Insgesamt ist der Nibelungensteig 130 km lang und endet (oder beginnt) in Freudenberg am Main.

- i** Tourist-Information NibelungenLand, Marktplatz 1, 64653 Lorsch, Tel. 06251.175 260, www.nibelungensteig.info
Kartenempfehlung: Top. Wanderkarte 1:20.000 des Geo-Naturparks Bergstraße-Odenwald u. des Odenwaldklubs.
- 🕒** Start Zwingenberg: Bhf. Zwingenberg (Bergstraße). Start Reichenbacher Felsenmeer: Ab Bhf. Bensheim mit Buslinie 665 bis „Reichenbach-Markt“, von dort 10 Min. ausgeschilderter Fußweg. Start Lindenfels: Ab Bhf. Bensheim mit Buslinie 665 bis „Lindenfels Mitte“, Kur- u. Touristenservice, Burgstr. 37. Rückfahrt ab „Grasellenbach, Ort“ mit Buslinie 681 bis Bhf. Weinheim.

Tropfsteinhöhle

Eberstadt

„Weiße Frau von Eberstadt“, „Elefantenrüssel“, „Vesuv“ oder „Hochzeitstorte“ – diese und viele andere eindrucksvolle Tropfstein-Formationen lassen sich in der Eberstadter Tropfsteinhöhle in der Nähe von Buchen im Odenwald bewundern. Sie gehören zur geheimnisvollen Untertagewelt des „unteren Muschelkalks“,



die 1971 bei Sprengarbeiten zufällig entdeckt wurde. Heute sind rund 600 Meter der Höhle kinderwagen- und behindertengerecht ausgebaut und so geschickt beleuchtet, dass die teils mehrere hunderttausend Jahre alten Tropfsteine wie Fabelwesen erscheinen. Bei der rund ein-

stündigen Führung lernt der Besucher die verschiedenen Sinterbildungen und deren Namen kennen und erfährt Interessantes über die Entstehung der Höhle. Die Temperatur beträgt konstant 11 °C – es empfiehlt sich also auch im Sommer, warme Kleidung dabeizuhaben. Im Besucherzentrum „Höhlenwelten“ ist die Erdgeschichte, vor allem die Zeit des Muschelkalkmeeres, multimedial aufbereitet und leicht verständlich präsentiert. Für Kinder hält das Zentrum einige Überraschungen parat, z. B. eine Höhlenrutsche. Wer sich danach noch ein wenig bewegen möchte, dem seien der Naturlehrpfad oder der geologische Lehrpfad – beide in unmittelbarer Nähe der Höhle – empfohlen. En passant erhält man hier weitere Informationen über die Höhle sowie die Tier- und Pflanzenwelt der Umgebung.

- i** Tourist Information, Verkehrsamt der Stadt Buchen, 74722 Buchen, Tel. 06281.2780, www.buchen.de u. www.tropfsteinhoehle.eu
- P** März-Okt. tägl. 10-16 Uhr, März/April u. Sept./Okt. Mo geschl.; Nov.-Feb. Sa, So u. fast alle Feiertage 13-16 Uhr. Zugang nur mit Führung (Sonderführungen möglich).
- O** Ab Bhf. Osterburken, Seckach o. Buchen mit Buslinie 848 bis „Eberstadt, Tropfsteinhöhle“.
- €** Erw. 4,- €, Gruppen ab 20 Pers. 3,50 € pro Pers., Kinder (3-15 J.)/Schwerbehinderte 3,- €.

Schlossberghöhlen

Homburg/Saar

Mächtige Kuppelhallen und kilometerlange Gänge auf zwölf Stockwerken – die Schlossberghöhlen in Homburg gelten als die größten Buntsandsteinhöhlen in Europa. Vermutlich sind sie



im frühen Mittelalter entstanden, als man Fluchtgänge für die Festung Hohenburg in den Schlossberg grub. Später wurde der weiche Buntsandstein zu einem gefragten Rohstoff – für Mörtel, Putz- und Scheuersand. Noch heute lassen sich Spuren mittelalterlicher Grabwerkzeuge erkennen. Die Höhlen gerieten in Vergessenheit, bis 1930 spielende Kinder sie wiederentdeckten. Im Zweiten Weltkrieg dienten sie als Schutz vor Fliegerangriffen. Die Stockwerke 10 bis 12 können im Rahmen einer Führung besichtigt werden. Um längere Wartezeiten zu vermeiden, empfiehlt sich eine Voranmeldung. Auch an warme Kleidung sollte gedacht werden, denn in den Höhlen herrscht eine konstante Temperatur von 10 °C.

- i** Infos/Anmeld. Tel. 06841.2064,
www.homburger-schlossberghoehlen.de
- 🕒** April-Okt. tägl. 9-17 Uhr, Nov.-März tägl. 10-16 Uhr,
Dez. u. Jan. geschl.
- 📍** Ab Homburg Hbf ca. 15 Min. Fußweg in die Altstadt. Von dort aus sind die Höhlen über einen Treppenzugang (140 Stufen) erreichbar.
- €** Erw. 5,- €, Kinder (bis 16 J.) 3,- €.

Bergbauerlebniswelt

Imsbach

In der Pfalz hat der Bergbau eine lange Tradition, die in einigen Gebieten bis in die Zeit der Kelten zurückreicht. Imsbach, ein Dorf an den südwestlichen Ausläufern des Donnersbergs, bietet den Besuchern Gelegenheit, sich auf die Spuren der einstigen Bergleute zu begeben. Denn zwei der stillgelegten Gruben sind für die Öffentlichkeit zugänglich. Bergbauelemente aus den letzten 600 Jahren begegnen dem Besucher bei einem Rund-



gang durch das ausgedehnte Stollensystem der „Weißen Grube“, wo Kupfer-, Silber-, Kobalt- und Eisenerze mühsam ans Tageslicht gebracht wurden. Die noch heute in allen Farben leuchtenden Mineralien lassen den ein-

stigen Reichtum der Grube erahnen. In der über 250 Jahre alten „Grube Maria“ wird speziell über das Eisenerzvorkommen und Bergbautechniken informiert. Die Bergwerke sind nur in Begleitung eines Führers zu besichtigen; die Führung dauert jeweils ca. eine Stunde. Wer sich nach der Besichtigung noch ein wenig die Beine „über Tage“ vertreten möchte, dem sei einer der drei montan-historischen Rundwanderwege (alle mit Infotafeln über die Bergbauergangenheit der Gemeinde versehen) empfohlen. Der ca. 7 km lange „Kupferweg 2“ zum Beispiel beginnt am Parkplatz bei der „Weißen Grube“ und führt zum Pfälzischen Bergbaumuseum (Ortsmitte), wo man alles über Erze, Gesteine und die fossilen Brennstoffe der Region erfährt.

- i** Bergwerke: Langental 1, 67817 Imsbach. Museum: Ortsstr. 2, 67817 Imsbach. Infos & Anmeld. beim Tourismusbüro der Verbandsgemeinde Winnweiler: Tel. 06302.6020 o. 06302.60 261, www.bew-imsbach.de
- 🕒** April-Okt. Sa 13-17 Uhr, So u. Feiertage 11- 17 Uhr, Gruppen (ab 15 Pers.), unter der Woche n. Voranm.
- 📍** Ab Bhf. Winnweiler o. Kirchheimbolanden mit Buslinie 903 o. 905 bis „Imsbach, Ortsmitte“.
- 💰** Museum & beide Gruben: Erw. 6,- €, Erm. 3,50 €. Museum & eine Grube: Erw. 4,- €, Erm. 2,- €.



Erzgrube Sankt Anna

Nothweiler

Schon die Kelten gewannen im Übertagebau Eisenerz, das vor rund 45 Millionen Jahren – damals in heißer Form – aus dem Erdinnern hinauskatapultiert wurde. Die seit Ende des 19. Jahrhunderts stillgelegte Erzgrube St. Anna mit ihrem tiefen Stollen ist heute ein technisches Kulturdenkmal. Während des 420 Meter langen Rundgangs unter Tage erfährt der Besucher viel über die Erzgewinnung, Abbauorte und Lebensbedingungen der „Kumpels“ von damals. Beeindruckend sind Einrichtungen wie zum Beispiel ein 40 Meter tiefer Sturzschatz oder auch die autarke Wasserversor-



gung in Form einer Zisterne, die natürliche Belüftung durch einen 80 Meter hohen Wetterschatz und Dome mit farbenprächtigen Eisenerzadern. Die Grube ist ebenerdig, trocken, hell erleuchtet und sehr bequem zu begehen.

- i** Gemeinde Nothweiler, Lembacherstr. 11, 76891 Nothweiler, www.nothweiler.de/erzgrube.html
Anmeld. Gruppen: Zechenhaus, Tel. 06394.5354 o. Ortsbürgermeister Kurt Görtler, Tel. 06394.1223 o. 0176.25 510 121.
- 🕒** Ende März-Okt. Mi-So u. Feiertage 11-17 Uhr. Führungen zur vollen Stunde.
- 📍** Ab Bhf. Hinterweidenthal mit Buslinie 252 oder Ruftaxi 2551 (Tel. 06391.1824) oder ab Pirmasens Hbf mit Buslinie 250 bis „Dahn Stadtmitte“ und weiter mit Buslinie 252 bis Nothweiler. Der Weg zur Erzgrube ist ab Dorfmitte ausgeschildert (ca. 15 Min. Fußweg).
- 💶** Erw. 5,- €, Rentner/Schwerbehinderte 4,- €, Gruppen (ab 12 P.) 0,50 € Ermäßigung, Kinder (ab 6 J.)/Schüler/Studenten 3,50 €.
- !** *Bei Vorlage einer gültigen VRN-Tages- oder Jahreskarte oder eines DB-Ländertickets 0,50 € Rabatt pro Eintritt!*

Bergwerk Grube Anna- Elisabeth Schriesheim

Ein Ausflug ins rund 500 Jahre alte Bergwerk Grube Anna-Elisabeth bedeutet ein Abtauchen in eine andere Welt. In eine Welt, in der unter großen Mühen und Gefahren bis 1817 Silber und später Eisen- und Kupfervitriolerze abgebaut wurden. 1943 diente ein Teil des Stollens als Luftschutzbunker. Auch die



Außenanlagen aus dem 18. Jahrhundert – zum Beispiel ein Sudhaus zur Erzaufbereitung – sind teilweise noch erhalten und zu besichtigen. Das Bergwerk kann nur mit Führer begangen werden, der über die lange Geschichte des Bergwerks und die harte Arbeit der Bergleute informiert. Bevor es losgeht, bekommt jeder Besucher einen Schutzkittel und einen

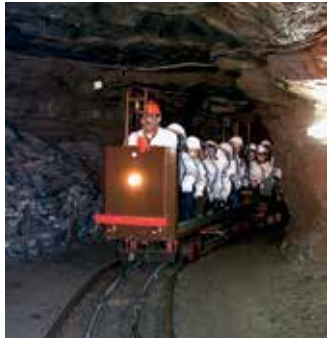
Helm, denn man bewegt sich durch schmale Stollen und steigt über Leitern und Treppen hinauf und hinab zu den verschiedenen Abbau-Bereichen. Am Ende weiß man es zu schätzen, nicht täglich in Dunkelheit und feuchter Kälte „malochen“ zu müssen. Die Führung dauert eineinviertel Stunden bzw. zweieinviertel Stunden, wenn man zusätzlich in den 18 Meter tiefer liegenden Stollen der Tiefsohle klettern möchte. Der Besuch des Bergwerks ist auch für Kinder geeignet!

- i** Grube Anna-Elisabeth, Talstr. 157, 69198 Schriesheim, Tel. 06203.68 167, www.bergwerk-schriesheim.de
- 🕒** Mitte März-Okt. So u. Feiertage (außer Karfreitag u. Allerheiligen) 11-16.30 Uhr (ohne Voranmeldung, mit Führung). Sonderführungen für Gruppen (mit Voranmeldung) Mitte März -Nov. Mo-Sa jederzeit möglich. 2. u. 3. Juli 2016 Bergwerksfest; 31. Okt. Halloween im Bergwerk.
- 📍** Ab Bhf. Schriesheim o. Bhf. Ladenburg mit Buslinie 628 bis „Edelstein“.
- 💰** Erw. 5,- €, Kinder (4-14 J.) 3,- €, Mindesteintritt Gruppen 55,- €. Führung mit Tiefsohle: Erw. 9,- €, Kinder 6,- €, Mindesteintritt Gruppen 65,- €.



Kalkbergwerk Wolfstein

Bis 1967 war das Kalkbergwerk in Wolfstein am Königsberg in Betrieb. Es gilt heute als Industriedenkmal und ist offen für geführte Besichtigungen. Die Führung beginnt mit dem Austeilen von weißen Bergwerksjacken und Helmen. Nach der Erläuterung der Kalkbrennöfen werden die Besucher mit einer Grubenbahn durch einen Stollen in die Tiefe des Bergs gefahren, vorbei an der Sprengkammer und eindrucksvollen Kalkablagerungen an den Stollenwänden bis zu einer Höhle. Von hier geht es zu Fuß weiter durch Stollen und Kammern mit der Originaleinrichtung und -gerätschaft, die für das Kalksteinbrechen notwendig



waren. Die alten Geräte werden demonstriert, die Arbeitsmethoden erläutert. Wieder „über Tage“ erwarten den Besucher eine Ausstellung zum Thema und ein Film über Wolfstein und die Arbeit im Berg. Die Führung dauert ca. eineinhalb Stunden. Festes Schuhwerk und warme Kleidung sind ratsam, da die Temperatur ganzjährig 13 °C beträgt. Ein besonderes Leckerli sind die Weinproben „unter Tage“ an jedem 3. Samstag im Monat um 18.30 Uhr (tel. Anmeldung erforderlich). Der Besuch des Bergwerks ist für Rollstuhlfahrer geeignet.

- i** Kalkbergwerk Wolfstein, Hauptstr. 48, 67752 Wolfstein. Info: Tourist-Information der Verbandsgemeinde Lauterecken-Wolfstein, Tel. 06382.7910, www.kalkbergwerk.com
- P** Ende März-Anfang Nov. So u. Feiertage 13-18 Uhr. Führungen nach Vereinbarung für Gruppen (ab 20 Pers.) u. Schulklassen. Anmeld. bei Tourist-Information. Zusätzliche Führungen in den rheinlandpfälzischen Oster-, Sommer- und Herbstferien: Di u. Fr um 14 Uhr.
- o** Ab Bhf. Wolfstein ca. 10 Min. ausgeschilderter Fußweg.
- €** Erw. 5,50 €, Jugendliche 4,50 €.
- !** *Bei Vorlage einer gültigen VRN-Tages- oder Jahreskarte oder eines DB-Ländertickets 0,50 € Rabatt pro Eintritt!*

Draisinentour Altenglan – Lauterecken – Staudernheim

Was macht man mit einer Bahnstrecke, auf der kein Zug mehr fährt? Ganz einfach: weiter nutzen mit anderen Fahrzeugen – der Draisine beispielsweise, die zu Vergnügungszwecken zwischen Altenglan und Staudernheim verkehrt. Damit auf der eingleisigen Strecke alles glatt läuft, fahren die Draisinen an



geraden Tagen von Staudernheim nach Altenglan und an ungeraden umgekehrt. Die rund 40 km durchs Glantal sind landschaftlich äußerst idyllisch. Alle 1,5 km kann man an besonderen Haltepunkten die Draisine parken, die Gegend zu Fuß erkunden und/

oder einkehren und es sich bei regionalen Spezialitäten gut gehen lassen. Man sollte also Zeit einplanen. Denn außerdem liegen etliche interessante Sehenswürdigkeiten an der Strecke: zum Beispiel die Klosterruine Disibodenberg, die historische Altstadt von Meisenheim, Schloss Veldenz in Lauterecken und die Ölmühle in Sankt Julian. Ebenfalls empfehlenswert sind der Barfußpfad zwischen Staudernheim und Bad Sobernheim sowie das Freilichtmuseum in Bad Sobernheim. Man kann die Strecke auch um die Hälfte einkürzen und die Tour in Lauterecken beginnen oder beenden.

- i** Tourist-Information Kusel, Bahnhofstr. 67, 66869 Kusel, Tel. 06381.424 270, www.draisinentour.de
- P** Mitte März-Okt. tägl., Reservierung erforderlich.
- C** Bhf. Altenglan, Lauterecken, Staudernheim. Vom Bhf. Staudernheim aus ca. 10 Min. ausgeschilderter Fußweg.
- €** Fahrraddraisine (4 Pers.) u. barrierefreie Draisine: Mo-Fr 39,- €, Sa, So, Feiertage 49,- €. Konferenzdraisine (7 Pers.): Mo-Fr 69,- €, Sa, So, Feiertage 79,- €. Elektro-Konferenzdraisine: Mo-Fr 92,- €, Sa, So, Feiertage 96,- €. Handhebeldraisine (8-13 Pers.): pro Pers. 12,- €, mind. 110,- €. Planwagendraisine (bis 20 Pers.): ab 9,50 € p. P., Preise für ganztägige Nutzung.
- !** *Rabatt von 5,- € pro Draisine bei Vorlage einer gültigen VRN-Tages- oder Jahreskarte oder eines DB-Länder-Tickets.*

Südpfalz-Draisine

Bornheim – Westheim

Eine Draisine ist ein Schienenfahrzeug, das ursprünglich für Streckenkontrollen von Bahnanlagen verwendet wurde. Der Name geht auf den Erfinder des Schiebe- und Tretrads, Karl Friedrich Drais, zurück. Heute dient die Draisine mehr dem Vergnügen als der Arbeit, zumindest auf der 12 km langen Strecke zwischen Bornheim und Westheim in der Südpfalz. Bei mittlerem Tempo benötigt man ca. eineinhalb Stunden, doch man kann sich auch mehr Zeit lassen und zwischendurch eine Rast einlegen. Haltemöglichkeiten



an der Strecke sind ausgewiesen. Startpunkt ist das „Storchendorf“ Bornheim an der Südlichen Weinstraße. Von hier geht es in Richtung Dreihof; nach dem Bahnübergang winkt schon der erste Haltepunkt mit Einkehrmöglichkeit. Die Strecke führt nun in den Hochstadter Wald; nach 2 km ist der Bahnhof Hochstadt in Sicht. Nach weiteren 2 km durch den Wald erreicht man das „Zwiebeldorf“ Zeiskam. Zeiskam ist ein altes Bauerndorf mit Fachwerkhäusern, ebenso der nächste Stopp, Lustadt, das zu den ältesten Dörfern der Vorderpfalz zählt. Von hier aus geht's weiter durch Gemüesfelder und Äcker zum Endhaltepunkt Westheim; es empfiehlt sich ein Abstecher in den hübschen Ortskern.

- i** Postanschrift: Südpfalz-Draisinenbahn, Hauptstr. 78 a, 67368 Westheim, Tel. 06344.944 2670, www.suedpfalzdraisine.de
- ▣** April-Okt. tägl. Start 10-11.30 Uhr, Rückfahrt 14-17.30 Uhr.
- Ab Landau Hbf mit Buslinie 539 bis Bornheim „EKZ“.
- €** 4-Sitzer/5-Sitzer/7-Sitzer: Mo-Fr 40,- €/50,- €/70,- €; Sa, So, Feiertage 44,- €/55,- €/80,- €.
- !** *Werktags Ermäßigung von 10 % auf alle Draisinen bei Vorlage einer gültigen VRN-Tages-Karte oder eines Rheinland-Pfalz-Tickets.*

Unterwegs mit dem Bundenthaler Dahner Felsenland

Das Dahner Felsenland im südlichen Teil des Pfälzerwalds, unmittelbar an der Grenze zum Elsass, zählt mit seinen bizarren Felsformationen, Burgen, Wiesen, Wäldern und Seen zu den interessantesten Landschaften Deutschlands. Viele der



dortigen Sehenswürdigkeiten sind, ebenso wie Rad- und Wanderwege, mit dem Ausflugszug Bundenthaler gut zu erreichen, der von Mai bis Oktober zwischen Neustadt/Weinstraße und Bundenthal-Rumbach (mit vielen Zwischenstopps) verkehrt, ab

Landau teilweise mit historischen Wagen. Von Hinterweidenthal-Ort aus zum Beispiel führt ein Weg zum Teufelstisch, einer eigenwilligen Felsformation, an dessen Fuß sich der „Erlebnispark Teufelstisch“, eine Freizeitanlage mit zahlreichen Spielangeboten, befindet. Von hier, ebenso wie von Dahn aus, führt ein Radweg durch das Wieslauertal nach Wissembourg. Die Mitnahme von Rädern im Bundenthaler ist kostenlos. Von Dahn-Süd aus bietet sich eine Wanderung auf dem „Dahner Felsenpfad“, einem Wanderweg der Premiumklasse, an. Oder man stattet der Felsenburg Berwartstein einen Besuch ab. Beliebt sind auch Ausflüge zum Biosphärenhaus in Fischbach. Beide Ziele sind per Bus ab Bahnhof Dahn erreichbar; die Busverbindungen sind mit den Ankunftszeiten des Bundenthalers abgestimmt.

- i** Tourist-Information Dahner Felsenland,
Tel. 06391.919 6222, www.dahner-felsenland.net
Fahrplan Bundenthaler: www.vrn.de
- D** Mai-Okt. Mi, So u. Feiertage. Mi Abfahrt Neustadt/Weinstraße 9.01 Uhr, Abfahrt Bundenthal 16.27 Uhr. So u. Feiertage Abfahrt Neustadt/Weinstraße 9.16 Uhr, Abfahrt Bundenthal 16.47 o. 17.27 Uhr.
- €** Es gelten die VRN-Tarife.



Historische Bergbahn Heidelberg

Man kann Heidelberg natürlich zu Fuß erobern. Interessant ist aber auch eine Fahrt mit der als „Kulturdenkmal von besonderer Bedeutung“ ausgezeichneten historischen Bergbahn. Man startet am Kornmarkt, im Herzen der Altstadt, und fährt über das Schloss und die Molkenkur hinauf zum Königstuhl, dem 550 Meter hohen Hausberg Heidelbergs. Hier erwarten den Besucher nicht nur ein wunderbarer Blick über Heidelberg, das Neckartal und bei klarem Wetter sogar bis zum Elsass, sondern auch eine Falknerei, ein Märchenparadies und etliche Wanderwege. Ein besonderes Angebot ist das „Schloss-ticket“, das für die Hin- und Rückfahrt vom Kornmarkt bis zur Molkenkur sowie die Besichtigung des Heidelberger Schlosses mit Schlosshof, Fasskeller und Deutschem Apotheken-Museum gilt (Erw. 7,-/Erm. 4,- Euro).



Die Bergbahn ist übrigens eine Bahn der Superlative: Mit einer Gesamtlänge von 1,5 km ist sie die längste Bergbahnstrecke in Deutschland, die untere Bergbahn vom Kornmarkt bis zur Molkenkur ist die modernste und die obere Bahn von der Molkenkur bis zum Königstuhl die älteste elektrisch betriebene Standseilbahn in deutschen Landen.

- i** Infos u. Sonderfahrten: Tel. 06221.513 2150, www.bergbahn-heidelberg.de
- o** Ab Heidelberg Hbf mit Buslinie 33 bis „Rathaus/Bergbahn“.
- €** Gesamte Strecke Hin- u. Rückfahrt: Erw. 12,- €, Kinder (6-14 J.)/Erm. 10,- €. Folgende Fahrscheine werden anerkannt: Jahreskarte Jedermann, Monatskarte Jedermann für Großwabe 125, Job-Ticket, MAXX-Ticket, Karte ab 60, Semester-Ticket, Rhein-Neckar-Ticket (je ohne Eintritt in Schlosshof, Fasskeller, Apotheken-Museum).

Solar-Draisine Mörlenbach – Wald-Michelbach

Die über 100 Jahre alte denkmalgeschützte Überwaldbahnstrecke zwischen Mörlenbach und Wald-Michelbach ist auf originelle Weise zu neuem Leben erweckt worden. Seit August 2013 befahren 26 Draisinen die 11 km lange Strecke. Die Fahrt ist sehr reizvoll, da sie nicht nur durch eine besonders schöne Mittelgebirgslandschaft des Odenwalds führt, sondern auch vier Viadukte, zwei Tunnel und den imposanten Mackenheimer Steinbruch bei Abtsteinach passiert. Vor



den Steigungen muss sich niemand fürchten, denn die Draisinen sind „Hybrid-Fahrzeuge“, d.h. ein Elektromotor hilft nach. Das Besondere daran: Auf den Dächern der Draisinen sind Solarzellen angebracht, die dafür sorgen, dass ein Teil des Energiebedarfs durch Sonnenenergie abgedeckt wird. Der Rest kommt aus dem Stromnetz und stammt ebenfalls aus erneuerbaren Energiequellen. Die einfache Fahrt dauert bei maximal 15 km/h eine gute Stunde.

- i** Überwaldbahn gGmbH/Draisinenbahnhof, Weinheimer Straße 16, 69509 Mörlenbach, Tel. 06209.797 5345, kontakt@solardraisine-ueberwaldbahn.de, www.solardraisine-ueberwaldbahn.de
- 📍** Abfahrtszeiten unter www.solardraisine-ueberwaldbahn.de
- 🕒** Bhf. Mörlenbach. Oder ab Bhf. Weinheim o. Birkenau mit Buslinie 681 oder ab Bhf. Hirschhorn mit Buslinie 685 bis Wald-Michelbach.
- 💰** Hin- u. Rückfahrt/Einfache Fahrt: Mo-Do 69,- €/49,- €, Fr-So u. Feiertage 99,- €/79,- € pro Draisine (max. 8 Pers.).



Zellertalbahn

Monsheim – Kaiserslautern

Das idyllische Zellertal am Rande des Nordpfälzer Berglands im südlichen Rheinhessen bietet Wanderwege durch das gleichnamige Weinbaugebiet, zahlreiche Einkehrmöglichkeiten mit gutem Wein – und die Zellertalbahn. Deren Strecke verläuft durch das Pfrimmtal zwischen Marnheim und Monsheim, vorbei an den Ausläufern des Donnersbergs, und weiter über Enkenbach bis Kaiserslautern und zurück. Die Ausflugszüge machen Zwischenstopps in Wachenheim, Harxheim, Albisheim, Marnheim, Göllheim-Dreisen und Münchweiler. Auf der Fahrt nach Kaiserslautern gibt es einen Zusatzhalt in Hochspeyer mit direktem



Anschluss an die S2 nach Neustadt und weiter nach Mannheim und Heidelberg. Auf der Rückfahrt fahren die Züge direkt nach Enkenbach. Insgesamt dauert die Fahrt rund eine Stunde – wenn man nicht zwischendurch eine kleine Wanderung oder eine Rast einlegt und dann den nächsten Zug nimmt. Wandergelegenheiten bieten sich vor allem rund um die Zellertalbahn-Haltestellen: zum Beispiel auf dem „Zellertalweg“ zwischen Monsheim und Marnheim. Oder man legt ein Stück des Jakobswegs – von Zell bis Göllheim etwa – zurück. Alternativ bietet sich der 27 km lange Radweg „Zellertal“ an; die Radmitnahme ist in der Zellertalbahn erlaubt.

- i** Donnersberg-Touristik-Verband, Uhlandstr. 2, 67292 Kirchheimbolanden, Tel. 06352.1712, www.donnensberg-touristik.de u. www.der-takt.de
- 🕒** Mai-Okt. So u. Feiertage. Abfahrt Monsheim: 10.04 Uhr, 12.04 Uhr, 15.04 Uhr u. 18.04 Uhr. Abfahrt Kaiserslautern: 10.45 Uhr, 13.45 Uhr u. 16.45 Uhr
- €** Es gelten die VRN-Tarife.

Krebsbachtalbahn Neckar- bischofsheim – Hüffenhardt

Mit dem Sonderzug mal ausnahmsweise nicht nach Pan-
kow, sondern ins schöne Krebsbachtal im Kraichgau fahren?
Warum nicht! Vor allem wenn es sich um einen historischen
Triebwagen mit dem Namen „Roter Flitzer“ handelt, der mit
einer Höchstgeschwindigkeit von 60 km/h durch das roman-
tische Tal schaukelt. Über 17 km führt die Strecke von Ne-
ckarbischofsheim-Nord im Kraichgau bis hinauf nach Hüf-
fenhardt im Kleinen Odenwald. Die Fahrt ist ein Genuss für
alle Naturfreunde, denn das Krebsbachtal ist ein Landschafts-
schutzgebiet und der Zug fährt quasi parallel zum Krebs-



bach. Wer möchte, kann
zwischen durch aussteigen
und zu Fuß oder mit dem
Fahrrad die Landschaft er-
kunden. Gut ausgebaute
Wanderwege führen ins
Fünfmühlental, zur Deut-
schen Greifenwarte auf
der Burg Guttenberg und

in die Kurstadt Bad Rappenau. Auch ein Bummel durch das
mittelalterliche Neckarbischofsheim lohnt sich. Den Besu-
cher erwarten zahlreiche denkmalgeschützte Gebäude, Ein-
kehrmöglichkeiten und ein großer Schlosspark. Die Zugbe-
gleiter geben gerne zusätzliche Informationen.

- i** Förderverein Krebsbachtalbahn e. V., Akazienweg 52,
74924 Neckarbischofsheim, Tel. 07263.6595,
www.krebsbachtal-bahn.de Info-Flyer unter www.vrn.de
- D** 1. Mai bis 3. Sonntag im Okt. jeden So u. Feiertag, April-Okt.
auch jeden 2. Mi. Fahrplan unter www.krebsbachtal-bahn.de
und www.vrn.de Anmeldung Fahrradmitnahme und Sonder-
fahrten für Gruppen: verkehrsforum2000@gmx.de (bitte
Abfahrtszeit und Fahrtstrecke angeben)
- O** Ab S-Bahnhof Neckarbischofsheim Nord.
- €** Es gelten alle VRN-Fahrscheine; Fahrscheine können auch im
Zug gekauft werden.



Kuckucksbähnel

Neustadt/Weinstraße

Etwas für Nostalgiker ist die 20 km lange Fahrt mit dem Kuckucksbähnel von Neustadt/Weinstraße nach Elmstein, denn die Dampflok stammt aus dem Jahr 1904. Die Reise beginnt am Neustadter Hauptbahnhof auf Gleis 5 und dauert etwa 1,5 Stunden. In Elmstein lohnt sich ein Besuch der „Alten Samenklenge“, wo ursprünglich Zapfen getrocknet und Samen gewonnen wurden. Heute kann sich der Besucher über Försterei, Jagd, die Köhlerei, Harzgewinnung und das einst schwere Leben der Waldarbeiter informieren. Bei der Rückkehr in Neustadt kann man sich noch die 30 historischen Eisenbahnfahrzeuge im Eisenbahnmuseum direkt am Bahnhof anschauen. Das Kuckucksbähnel fährt regulär nur an Sonn- und Feiertagen von Frühling bis Herbst. Es können aber für Gruppen (ab 10 Pers.) auch andere Termine vereinbart werden. Das Gleiche gilt für den Besuch des Eisenbahnmuseums.



- i** Tourist-Information Elmstein, Bahnhofstr. 14, 67471 Elmstein, Tel. 06328.234, www.elmstein.de u. www.alte-samenklenge.de Anmeld. für Sonderfahrten: Herr Kayser, Tel. 06321.30 390, info@eisenbahnmuseum-neustadt.de, www.eisenbahnmuseum-neustadt.de
- 📅** Kuckucksbähnel: Mai-Mitte Okt., Fahrtermine u. Abfahrtszeiten auf der Webseite. Eisenbahnmuseum: Di-Fr 10-13, Sa, So, Feiertage 10-16 Uhr. Alte Samenklenge: 15. März-15. Nov. Mi, Sa, So u. Feiertage 14-17 Uhr und auf Anfrage.
- 📍** Neustadt Hbf.
- €** Zugfahrt (Hin- & Rückfahrt): Erw. 16,- €, Kinder (6-15 J.) 8,- €, Familienkarte 34,- €. Eisenbahnmuseum: Erw. 5,- €, Kinder (4-14 J.) 2,- €. Alte Samenklenge: Erw. 2,- €, Erm. 1,- €. Das Kuckucksbähnel gehört nicht zum VRN; es gilt ein besonderer Tarif.
- !** *Bei Vorlage einer gültigen VRN-Zeitkarte gibt es 2,- € Ermäßigung auf die Hin- u. Rückfahrt bzw. 3,- € auf eine Familienkarte.*

Stumpfwaldbahn Ramsen

Ein ganz besonderes Vergnügen – insbesondere für Eisenbahnliebhaber – ist es, mit der Stumpfwaldbahn vom Bahnhof Eiswoog aus durch das Eistal nach Ramsen zu fahren. Die bis zu 70 Jahre alten Dieselloks fahren auf einer ca. 3,5 km langen Schmalspurbahn (600 mm); Gleise und Bahnen stammen überwiegend aus der Zeit, als noch Ton, Sand und Kies in der Gegend von Hettenleidelheim, Eisenberg und Ramsen abgebaut und mit sogenannten Feld- und Grubenbahnen



transportiert wurden.

Die Strecke Eiswoog – Ramsen und zurück dauert ca. 40 Minuten. Vor der Heimfahrt sollte man unbedingt den Eiswoog erkunden. Der See liegt mitten im Wald und bietet auch

im heißesten Sommer angenehme Kühle und – da von sieben Quellen gespeist – gute Badequalität. Um den See herum führt ein barrierefreier Naturerlebnispfad. Die Wanderwege durch den Wald sind gut gekennzeichnet. Wer Stärkung braucht, kehrt am besten im „seehaus forelle“ ein. Es liegt direkt am Eiswoog und tischt vorwiegend regionale Produkte und frische Forellen aus der benachbarten Zucht auf.

- i** Stumpfwaldbahn Ramsen e. V., Bahnhof Eiswoog, 67305 Ramsen, Tel. 06356.8035, www.stumpfwaldbahn.de
Seehaus Forelle: Eiswoog 1, 67305 Ramsen, Tel. 06356.60 880, www.seehaus-forelle.de
- P** Mai-Anfang Okt. So u. Feiertage (außer Christi Himmelfahrt), Abfahrtszeiten unter www.stumpfwaldbahn.de
Seehaus Forelle: Mo-Sa 11.30-21 Uhr, So 11.30-20 Uhr.
- ⊙** So u. Feiertage mit der Bahn bis Bhf. Eiswoog. Mo-Sa mit der Bahn bis Bhf. Ramsen.
- €** Die Stumpfwaldbahn gehört nicht zum VRN; es gilt ein besonderer Tarif: Hin- u. Rückfahrt Erw. 4,50 €, Kinder 3,50 €.

Sommerrodelbahn Wald-Michelbach

Die Sommerrodelbahn „Odenwald-Bob“ inmitten der Wälder und Wiesen des Überwalds ist eine echte Gaudi für alle, die gern flott unterwegs sind. Im Zweier-Bob flitzt man mit 40 km/h die 1.000 Meter lange Abfahrt hinunter. Schwindelerregende Kurven und Wellen werden quasi im Fluge genommen. In luftiger Höhe passiert die Bahn eine Landstraße, um gleich darauf in zwei Kreisel zu sausen und für den Bruchteil einer Sekunde sogar kopfzustehen – und das sechs Meter über dem Boden. Das Tempo können die Rodler übrigens selbst bestimmen. Die rund 360 Meter lange Bergaufahrt per automatischem Lifter verläuft relaxter. Kinder sind erst ab dem dritten Lebensjahr auf der Bahn zugelassen und Kinder unter acht Jahren nur in Begleitung Erwachsener. Für die kleinen Gäste ist daher extra gesorgt: Direkt neben der Rodelbahn befindet sich die „Spielscheune“ mit Bällchenbad, Kletterlandschaft, Jumbo-Legosteinen und einer Röhrenrutsche.



- i** Sommerrodelbahn, Kreidacher Höhe 2, 69483 Wald-Michelbach, Tel. 06207.922 4848, www.sommerrodelbahn-wald-michelbach.de
- ▣** April-Okt. tägl. 10-18 Uhr. Nov.-März Sa u. So 13-16 Uhr; für Gruppen (ab 25 Fahrten) nach Voranmeldung auch an anderen Tagen.
- ◎** Ab Bhf. Weinheim mit Buslinie 681, ab Bhf. Mörlenbach mit Buslinie 683 oder ab Bhf. Hirschhorn mit Buslinie 685 bis „Kreidacher Höhe“; an Wochenenden ohne Umsteigen.
- €** Rodelbahn/1 Fahrt: Erw. 3,- €, Kinder (3-14 J.) 2,50 €, Gruppen (ab 15 Pers.) Erw. 2,30 € p. P., Kinder 1,50 € p. P. Spielscheune: 2,- € pro Kind und Tag.

Südpfalz Therme Bad Bergzabern

Thermalbecken innen u. außen, Wasserfontäne, Sprudelliegen, Massagedüsen, Bewegungs- u. Meditationsraum, Infrarotkabine, Wasserbetten, Kräuterbad, Fußreflexzonen-Parcours; Rosen-/Ruusu- u. Aroma-Licht-Sauna, Duwwak- u. Winzer-Schwitze, Dampfbad, Saunadachgarten, Sprudel-/Tauchbecken, Erlebnis- u. Kübeldusche, Eisbrunnen, Kneippschläuche; Salzgrotte; Kneippraum, Massagen, div. Wellnessangebote.

- i Kurtalstr. 27, 76887 Bad Bergzabern, Tel. 06343.934 010, www.suedpfalz-therme.de
- p So-Do 9-22 Uhr, Fr u. Sa 9-23 Uhr; Damensauna: Di 9-22 Uhr (außer an Feiertagen u. in den Weihnachtsferien).
- o Ab Bhf. Bad Bergzabern ca. 15 Min. Fußweg o. mit Buslinie 525, 545 o. 546 bis „Thermalbad“.
- € Therme & Sauna: Erw. 12,50 € (2 Std.)/17,50 € (Tag), Kinder (2-15 J.) 50 % Ermäßigung.
- ! *Bei Vorlage eines gültigen VRN-Fahrscheins 2,50 € Ermäßigung auf die Tageskarte Sauna & Therme.*

Salinarium Bad Dürkheim

Hallen- u. Freibad mit Sportbecken innen (25 m) u. außen (50 m), beheiztem Sole-Außenbecken, Whirlpool, Sprudelliegen,



Rutsche, Kleinkind-Bereich, Spielbecken, Sprunganlage; finnische Sauna, Blockhaussauna, Dampfbad, Schmiedebadsauna, Kneipp-Becken, Sanarium; Thai-Massage, Honig- u. Salzanwendungen.

- i Kurbrunnenstr. 28, 67098 Bad Dürkheim, Tel. 06322.935 865, www.salinarium.de
- p Bad: Mo 9-17.45 Uhr, Di u. Do 9-22 Uhr, Mi 6.45-22 Uhr, Fr 9-23 Uhr, Sa, So, Feiertage 9-21 Uhr. Sauna: Mo 12-22 Uhr, Di-Do 10-22 Uhr, Fr 10-23 Uhr, Sa, So, Feiertage 10-21 Uhr. Do Damensauna (außer an Feiertagen u. in den Ferien).
- o Ab Bhf. Bad Dürkheim ca. 10 Min. Fußweg.
- € Erw. 5,10 € (2 Std.)/6,40 € (Tag), Kinder (ab 6 J.) 2,90 € (2 Std.)/3,60 € (Tag). Sauna & Bad: Erw. 13,80 € (Tag).



Odenwaldtherme Bad König

Innen- u. Außenbecken (miteinander verbunden), Wildwasserkanal, Massagedüsen, Sprudelliegen, Geysire, Wasserkanone, Whirlpool, Kinderbecken, Therapiebecken; Außensauna („Odenwaldsauna“), Kräutersauna, Sanarium, Dampfbad, Aromabäder, Erlebnisduschen, Tauchbad, Eisbrunnen, Solarien, Wärmebank; Salzgrotte; Massagen u. div. Beauty- u. Wellnessangebote.



- i** Elisabethenstr. 13, 64732 Bad König, Tel. 06063.57 850, www.odenwaldtherme.de
- ▣** So-Do u. Feiertage 9-22 Uhr, Fr u. Sa 9-23 Uhr, Damensauna: Mo 19-22 Uhr (außer an Feiertagen).
- ⊙** Ab Bhf. Bad König ca. 10 Min. Fußweg (VRN-Fahrscheine der Preisstufe 7 werden anerkannt, außer Einzelfahrscheine u. MAXX-Tickets an Schultagen bis 14 Uhr).
- €** Bad: Erw. 9,- € (3 Std.)/11,- € (Tag), Erm. 8,- € (3 Std.)/10,- € (Tag). Sauna & Thermalbad: Erw. 16,- € (3 Std.)/19,- € (Tag), Erm. 15,- € (3 Std.)/18,- € (Tag).

Solymar Therme Bad Mergentheim

6 verschiedene Sole-Heilwasser-Thermalbecken, Außenbecken, Strömungskanal, Wasserstrahler, Massagestationen; Sportbecken (25 m), Rutschen, Sprungbretter, Eltern-Kind-Bereich; Holzhaussauna mit Panoramablick, Salzauna (außen), Aufguss-, Bio-Kräuter- und Klangsauna, Dampfbad, Innen- u. Außenpools, Luftsprudelsitze; div. Massagen.

- i** Erlenbachweg 3, 97980 Bad Mergentheim, Tel. 07931.481 300, www.solymar-therme.de
- ▣** Tägl. 9-22 Uhr, Sport- u. Familienbad Mo u. Mi ab 7 Uhr, Solebad u. Sauna Fr u. Sa bis 23 Uhr.
- ⊙** Ab Bhf. Bad Mergentheim mit Buslinie 958 bis „Solymar“.
- €** Sport- u. Familienbad: Erw. 4,50 € (2 Std.)/9,- € (Tag), Kinder (6-12 J.) 3,- € (2 Std.)/7,- € (Tag). Solebad & Sportbad: Erw. 15,- € (2 Std.)/20,50 € (Tag), Kinder 8,50 € (2 Std.)/14,50 € (Tag). Sauna & Bäder: Erw. 20,- € (2 Std.)/25,- € (Tag).

RappSoDie Bad Rappenau

Ausgezeichnet mit 5 „Wellness Stars“! Div. Sole-Mineralbäder,



Sole-Wellenfreibad; Kelo-Saunahaus, finnische u. isländische Sauna, Panorama-Sauna mit Naturbadeteich, Salzstollen-Sauna, Dampfbäder, Totes-Meer-Salzgrotte, Mineralbäder, Warmsprudelbecken, Massagen.

- i** Salinenstr. 37, 74906 Bad Rappenau, Tel. 07264.206 9330, www.rappsodie.info
- 🕒** Bad: Mo-Sa 8-21 Uhr, So u. Feiertage 8-20 Uhr. Sauna: Mo-Do 9-23 Uhr, Fr u. Sa 9-24 Uhr, So u. Feiertage 9-20 Uhr.
- 📍** Ab Bhf. Bad Rappenau ca. 10 Min. Fußweg.
- 💶** Bad: Erw. 8,50 € (3 Std.)/13,- € (Tag), Sa, So, Feiertage zzgl. 1,- €, Kinder (bis 18 J.) 5,50 € (3 Std.)/10,- € (Tag). Sauna & Bad: Mo-Fr 19,- € (4 Std.)/22,- € (Tag), Sa, So u. Feiertage 21,- € (4 Std.)/25,- € (Tag).

Thermarium Bad Schönborn

6 Thermal-Sole-Becken (innen u. außen), Sprudelliegen, Whirlbuchten, Strömungskanal, Boden- u. Sitzsprudler, Nackenduschen, Champagnersprudelleisten, Solarien; finnische Sauna, Caldarium, Dampfbad, Sanarium, Vitalsauna, Kelo-Loftsauna, Eisgrotte, Totes-Meer-Salzgrotte, Erlebnisduschen, Außenpool mit Wassersprudlern, Saunagarten; med. Fitnesszentrum, Physiotherapie, Massagen, div. Beauty- u. Kosmetikangebote.

- i** Kraichgaustr. 14, 76669 Bad Schönborn, Tel. 07253.80 270, www.thermarium.de
- 🕒** Therme: Mo 14-22 Uhr, Di-Sa 9-22 Uhr, So u. Feiertage 9-20 Uhr. Sauna: Mo 14-22 Uhr, Di u. Do-Sa 9-22 Uhr, So u. Feiertage 9-20 Uhr, Damensauna: Mi 9-22 Uhr. Salzgrotte: Mo 14-20 Uhr, Di-Fr 9-20 Uhr, Sa 10-19 Uhr, So u. Feiertage 10-18 Uhr.
- 📍** Ab Bhf. Bad Schönborn-Kronau mit Buslinie 132 bis „Mingolsheim, Kurpark“ bzw. „Mingolsheim, Thermarium“.
- 💶** Bad: Tageskarte Erw. 11,90 €, Kinder (4-15 J.) 7,50 €. Sauna & Bad: Erw. 21,50 € (Tag)/18,90 € (4 Std.).

Felsland Badeparadies Dahn

Vom Deutschen Saunabund mit dem Zertifikat „Sauna Premium“ ausgezeichnet! Hallen- u. Freibad mit Strömungskanal, Wasserpilz, Whirlpool, Warmsprudelbecken, Riesenrutsche, Massagedüsen; finnische Kelo-Sauna, Panoramasauna, Bergkristallsauna, Steinschwitzbad, Dampfbäder, Sanarium, Biothermium; Massagen, div. Wellnessangebote.



- i** Eybergstr. 1, 66994 Dahn, Tel. 06391.2179, www.felsland-badeparadies.de
- ▣** Bad: Mo-Do 9-21 Uhr, Fr 9-22 Uhr, Sa, So u. Feiertage 9-20 Uhr. Sauna: Di u. Mi 10-22 Uhr, Do-Sa 10-23 Uhr, So u. Feiertage 10-20 Uhr, Damensauna: Mo 11-22 Uhr.
- ⊙** Ab Bhf. Bad Bergzabern mit Buslinie 545 bis „Dahn, Braut und Bräutigam“.
- €** Bad: Erw. 3,90 € (2 Std.)/5,90 € (Tag), Kinder (4-15 J.) 1,90 € (2 Std.)/2,90 € (Tag), Ermäßigte 2,90 € (2 Std.) / 4,50 € (Tag). Sauna & Bad: Erw. 18,- €, Erm. 16,50 €.

Badepark Haßloch

Hallen- u. Freibad mit Sportbecken (25 m), Abenteuerbecken Rutschen, Strömungskanal, Felsengrotte, Whirlpool, Wasserspielplatz, Matschplatz; Aufgussauna, Dampfbad, Sanarium, Hot Whirlpool, Farbtropfen-Terrasse.

- i** Lachener Weg 175, 67454 Haßloch/Pfalz, Tel. 06324.599 4760, www.badepark.de
- ▣** Bad & Sauna: Di, Mi, Sa 10-20 Uhr, Do, Fr 10-22 Uhr (im Sommer bis 21 Uhr), So u. Feiertage 10-19 Uhr. Mo im Sommer 10-20 Uhr (Sauna geschl.), im Winter nur in den Schulferien RLP 10-20 Uhr u. wenn Mo ein Feiertag ist 10-19 Uhr.
- ⊙** Ab Bhf. Haßloch mit Buslinie 510 o. 574 bis „Haßloch, Badepark“.
- €** Bad: Erw. 6,- €, Erm. 4,- €, Kinder unter 6 J. frei. Sauna & Bad: Tageskarte 12,- €.

Aquadrom Hockenheim

Hallen- u. Freibad mit Sportbecken (25 m), Solebecken innen u. außen, Sprudel- u. Wellenbecken, Springerbecken, Wasserfall, Lagune, Wasserpilz, Massagedüsen, Riesenrutsche, Strömungskanal, Kleinkind-Bereich; Blockhaus-, Kräuter-, Feuer-, Aromasauna, Dampfbad, FKK-Garten; Massagen u. Wellnessangebote.

- i** Beethovenstr. 41, 68766 Hockenheim, Tel. 06205.285 5600, www.aquadrom-hockenheim.de
- 🕒** Tägl. 10-22 Uhr. Freibadsaison: 1.5.-30.9. Vom 1.6. bis Ende der BaWü-Sommerferien ist das Freibad ab 8.30 Uhr geöffnet.
- 📍** Ab Bhf. Hockenheim mit Buslinie 731 bis „Aquadrom“.
- €** Bad: Mo-Sa Erw. 7,50 €, Erm. 5,- €. So u. Feiertage Erw. 8,50 €, Erm. 6,- €. Sauna & Bad: Mo-Sa 14,- €, So u. Feiertage 15,- €.

Monte Mare Kaiserslautern

Hallenbad mit Sportbecken (25 m), Wellenbad, Sprungturm,



Kinderspielbereich, Rutschen, Whirlpool, Erlebnisbecken mit Turboduschen, Stromschnellen u. Massage-liegen, Außenbecken mit Liegewiese; Aufguss-, Niedrigtemperatur-, Trocken-Sauna, Saunagarten mit Teich-,

Erd- u. Gartensauna, Dampf-, Schlammbad, Laconium, Solarien, Aromazisterne, Solebecken, Massagen, Wellness-Bereich.

- i** Mailänder Str. 6, 67657 Kaiserslautern (PRE-Park), Tel. 0631.30 380, www.monte-mare.de
- 🕒** Bad: Mo-Fr 10-21 Uhr, Di u. Do auch 6.30-8 Uhr, Sa u. So 10-19 Uhr. Sauna: Mo-Do 9-23 Uhr, Fr u. Sa 9-24 Uhr, So 9-21 Uhr.
- 📍** Ab Kaiserslautern Hbf mit Buslinie 102 o. 170 bis „Stadtmitte“, weiter mit Buslinie 104 bis „KL, monte mare“.
- €** Bad: Erw. 4,50 € (75 Min.)/8,- € (3 Std.), Kinder (bis 17 J.) 3,50 € (75 Min.)/6,- € (3 Std.); Sa, So u. Feiertage zzgl. 3,- €; Kinder bis 1 Meter frei. Sauna & Bad: Mo-Fr 19,- € (2 Std.)/29,50 € (Tag), Sa, So u. Feiertage zzgl. 3,- €.

La Ola Freizeitbad Landau

Hallenbad mit Außen-Thermalbecken, Sportbecken (25 m), Sprunganlage, Kleinkindbereich, Wellenbecken mit Ozeanbrandung, Whirlpools, Riesenrutsche; Panoramasauna, finnische Sauna, Kelo-Saunaanlage, Erdsauna im Freien, Dampfbad, Sanarium, Tepidarium, Rötharium, Dampfaromakabine, Infrarotkabine, Eisiglu, Feng-Shui-Ruheraum, Thai-Massage. Textilsauna (Eintritt in Badekleidung).



- i** Horstring 2, 76829 Landau/Pfalz, Tel. 06341.139 200, www.la-ola.de
- 🕒** Mo 14-23 Uhr (Ferien RLP ab 10 Uhr), Di-Do u. Sa 10-23 Uhr, Fr 10-24 Uhr, So u. Feiertage 10-21 Uhr. Mo Damensauna (außer an Feiertagen).
- 📍** Ab Landau Hbf mit Buslinie 536, 539 o. 550 bis „Hallenbad“.
- €** Bad: Erw. 4,- € (2 Std.)/8,- € (Tag), Erm. 3,- € (2 Std.)/6,- € (Tag), Kinder (unter 6 J.) 1,- € (2 Std.)/2,- € (Tag). Sauna & Bad: Erw. 13,50 € (2 Std.)/17,50 € (Tag). Zuschläge: Wochenende u. Feiertage 1,50 €.

CUBO Sauna & Naturerlebnisbad Landstuhl

Freibad mit natürlicher Wasseraufbereitung; finnische Sauna, Panoramasauna, Laconicum, Sanarium, Dampfbad, Caldarium, Blockhaus-Maa-Sauna, mediterraner Saunagarten, fernöstliche Wellnessangebote.



- i** Kaiserstr. 126, 66849 Landstuhl, Tel. 06371.130 571, www.cubo-sauna.de u. www.neb-landstuhl.de
- 🕒** Bad: Mitte Mai-Mitte Sept. tägl. 10-20 Uhr. Sauna: Mo-Do 10-22 Uhr, Fr u. Sa 10-23 Uhr, So u. Feiertage 10-20 Uhr.
- 📍** Ab Bhf. Landstuhl o. Kindsbach mit Buslinie 143 bis „Landstuhl Naturerlebnisbad“.
- €** Bad: Erw. 3,- €, Kinder (6-17 J.) 1,50 €. Sauna: Erw. 19,- € (Tag).

Aquabella Mutterstadt



Allwetterbad, Sportbecken mit Sprungbrettern, Eltern-Kind-Bereich, Riesenrutsche, Außenbecken mit Sprudelliegen u. Massagedüsen, Erlebnisbecken, Spiel- u. Liegewiese; finnische Sauna, Saunarium, Dampfbad, Außen-Blockhaus-Sauna.

- i** Waldstr. 61, 67112 Mutterstadt, Tel. 06234.94 530, www.kreisbaeder.de u. www.mutterstadt.de
- 🕒** Öffnungszeiten unter www.kreisbaeder.de
- 📍** Ab Bhf. Limburgerhof mit Buslinie 581 bis „Mutterstadt, Kreisbad“.
- 💶** Bad: Erw. 5,- €, Erm. 3,50 €, Kinder unter 6 J, frei. Sauna & Bad: Erw. 12,50 €, Erm. 10,50 €.

Plub Pirmasens



Hallen- und Freibad mit Sportbecken innen (25 m) u. außen (50 m), Aktions- u. Erlebnisbecken, Hot Whirlpool, Whirlliegen, Riesentunnelrutsche, Baby- und Kinderbecken, Sprungturm, Wärmebänke, Sonnenwiese mit Wärmestrahlern; finnische Sauna, Dampfbad, Aromabad, Sanarium, Eisbrunnen, Wasserbetten, Solarien.

- i** Lemberger Str. 41, 66955 Pirmasens, Tel. 06331.72 500, www.plub.de
- 🕒** Bad: Mo 12-21 Uhr, Di-Sa 9-21 Uhr, So u. Feiertage 8-20 Uhr. Sauna: Mo 12-22 Uhr, Di-Sa 9-22 Uhr, So u. Feiertage 8-20 Uhr. Zusätzlich zur Gemeinschaftssauna: Mo-Do, Sa u. So Damensauna, Fr Herrensauna.
- 📍** Ab Pirmasens Hbf mit Buslinie 208 o. 240 bis „Exerzierplatz“, von dort mit Buslinie 201 bis „Plub“.
- 💶** Bad: Erw. 5,- € (3 Std.)/8,50 € (Tag), Kinder (6-15 J.) 3,- € (3 Std.)/5,50 € (Tag). Sauna & Bad: Erw. 14,50 € (3 Std.)/18,- € (Tag).



Azur Ramstein

Hallen- u. Freibad mit Sportbecken innen (25 m) u. außen (50 m), beheiztem Außenbecken, Sprungbecken, Riesenrutsche, Wasserkanonen, Massagedüsen, Schwall- u. Nackenduschen, Hot-Whirlpool, Planschbecken mit Schiffchenkanal, Areal für Beachvolleyball, Basketball, Tischtennis; Aufguss-Sauna, Dampfsauna, Solarien, Massagen.

- i** Schernauer Str. 50, 66877 Ramstein-Miesenbach, Tel. 06371.71 500, www.freizeitbad-azur.de
- 🕒** Bad: Mo 13-22 Uhr (Herbst-, Winter-, Osterferien RLP ab 10 Uhr), Di-Fr 10-22 Uhr (Herbst-, Winter-, Osterferien RLP ab 9 Uhr), Sa 10-20 Uhr (Herbst-, Winter-, Osterferien RLP ab 9 Uhr), So u. Feiertage 9-20 Uhr. Sauna: Mo-Do 16-22 Uhr, Fr 12-22 Uhr, Sa 10-20 Uhr, So u. Feiertage 9-20 Uhr. Di Damensauna, Do Herrensauna.
- 📍** Ab Bhf. Ramstein mit Buslinie 153 bis „Ramstein, Azurbad“.
- €** Bad: Erw. 5,50 € (3 Std.)/11,- € (Tag), Erm. 4,50 € (3 Std.)/8,50 € (Tag). Sauna: Erw. 11,50 €, Erm. 8,- €.

Bellamar Schwetzingen

Hallen- u. Freibad mit Sport-, Wellen-, Sprungbecken, Riesen- u. Breitrutsche, Wassergrotten, Eltern-Kind-Bereich, Abenteuerbereich für Kids, Sonnenwiese, Kneippanlage, Strömungskanal mit Wellenmaschine, Whirlpools, Wassermassagen; Classic-, Kräuter-, Bio-, Panorama-Sauna, Hamam, Schwall- u. Erlebnis-duschen, Tauchbecken, Saunagarten; Massagen.



- i** Odenwaldring, 68723 Schwetzingen, Tel. 06202.978 280, www.bellamar-schwetzingen.de
- 🕒** Hallenbad u. Sauna: tägl. 10-22 Uhr, Do Damensauna. Freibad: 7-21 Uhr.
- 📍** Ab Bhf. Schwetzingen mit Buslinie 715 bis „Bellamar“.
- €** Eintrittspreise unter www.bellamar-schwetzingen.de

Thermen & Badewelt Sinsheim

Mehr als 400 echte Südseepalmen, Panorama-Cabrio-Dach, Sportbecken (25 m), Sprungbretter (1- u. 3- Meter); Mineralbecken mit Sole, Calcium, Lithium u. Selen, Dampfbad, 9 Themensaunen wie z. B. japanische Koi-Sauna, Tropen-, Kino-, Wüstensauna; Solarien, Massagen u. Beautyangebote.

- i** Badewelt 1, 74889 Sinsheim, Tel. 07261.40 280, www.badewelt-sinsheim.de
- D** Bad: Mo 9-17 Uhr, Di-So & Feiertage 9-21 Uhr. Sauna u. Palmenparadies: Mo-Do 10-22 Uhr, Fr 10-23 Uhr, Sa 9-24 Uhr, So u. Feiertage 9-22 Uhr.
- O** Ab Sinsheim Hbf mit Buslinie 771 bis „Badewelt“.
- €** Bad: 3,- €, Erm. 2,- € (3 Std.). Palmenparadies & Bad: Mo-Fr 18,- € (3 Std.)/27,- € (Tag), Sa, So u. Feiertage zzgl. 3,- €. Sauna & Bad & Palmenparadies: 26,- € (3 Std.)/35,- € (Tag), Sa, So u. Feiertage zzgl. 3,- €.
- !** *Bei Vorlage einer gültigen VRN-Tages- oder Jahreskarte oder eines DB Länder-Tickets gibt's Mo-Do (außer an Feiertagen und während der Ferien) eine Bonusstunde.*

Bademaxx Speyer

Vom Deutschen Saunabund mit dem Zertifikat „Sauna Premium“ ausgezeichnet! Hallen- u. Freibad mit Sportbecken innen u. außen (25 m), Nackenduschen, Sprung-, Plansch-, Wellen-, Freizeitbecken, Regengrotte, Riesenlaufrad, Strömungskanal, Rutsche; Panorama-, Bio-, finnische Sauna, Dampfbad; Massagen.

- i** Geibstr. 3, 67346 Speyer, Tel. 06232.625 1500 www.bademaxx.de
- D** Hallenbad & Sauna: Mo-Sa 10-22 Uhr, So u. Feiertage 10-20 Uhr; Di u. Do auch 6.30-8 Uhr; Mo Damensauna (außer an Feiertagen). Freibad (Mitte Mai-Anfang Sept.): Mai, Juni u. Sept. tägl. 10-19 Uhr, Juli u. Aug. tägl. 8-20 Uhr.
- O** Ab Speyer Hbf mit Buslinie 564 o. 565 bis „Bademaxx/Jugendherberge“.
- €** Hallen- u. Freibad: Erw. 3,80 € (2 Std.)/8,- € (Tag), Erm. 3,- € (2 Std.)/6,- € (Tag). Freibad: Erw. 6,- €, Erm. 4,- € (Tag). Sauna & Bäder: Erw. 13,- € (3 Std.)/16,- € (Tag).



Katzenbuckel-Therme Waldbrunn

Sportbecken (25 m), Fitness-, Gesundheits-, Außen-, Kinderbecken, Ruhesitzpool, Gegenstromanlage, Bodensprudler, Massagedüsen, Whirlpool, Wasserspeier, Luftsprudelmassageliegen, Elefantenrutsche; (Textil-)Sauna, Dampfbad, Tauchbecken, Solarium, Infrarotkabine; Massagen.



- i** Katzenbuckel-Therme, Zu den Kuranlagen 18, 69429 Waldbrunn, 06274.928 590, www.katzenbuckel-therme.de
- 🕒** Bad: Di-Do 10-21 Uhr, Fr 8-21 Uhr, Sa, So u. Feiertage 9-20 Uhr. Sauna: Mi u. Fr 16-21.30 Uhr, Sa 15-20 Uhr, So (Nov.-März) 15-20 Uhr, Damensauna: Di 16-21 Uhr.
- 📍** Ab Bhf. Eberbach mit Buslinie 821 Sa und So von April bis Oktober bis „Katzenbuckel-Therme“.
- €** Bad: Erw. 4,30 € (1,5 Std.)/7,50 € (Tag), Kinder (5-17 J.) 2,50 € (1,5 Std.)/4,50 € (Tag), Kleinkinder (0-4 J.) 1,20 € (Tag). Sauna & Bad: Erw. 13,50 €, Erm. 13,- € (Tag).

AQWA Bäder- u. Saunapark Walldorf

Hallen- u. Freibad mit Sportbecken (25 m), Sprunganlage, Aktionsbecken, Sprudelliegen, Massagedüsen, Badesee mit Sandstrand, Kleinkindbereich, Warmsprudelbecken, Wassermassageliegen, Riesenrutsche; div. Saunen (60-100 °C), Dampfbad, Rasulbad, Salzlounge mit Solevernebelung; Wellnessangebote.

- i** Schwetzing Str. 88, 69190 Walldorf, Tel. 06227.828 8260, www.aqwa-walldorf.de
- 🕒** Hallenbad: Di u. Do-So 9.30-22.30 Uhr, Mi 7.30-22.30 Uhr, Mo nur in den Ferien 9.30-22 Uhr. Freibad: Mo-Fr 7-21 Uhr, Sa, So u. Feiertage 8.30-20.30 Uhr. Sauna: Tägl. 10-22.30 Uhr. Mo Damensauna (außer an Feiertagen).
- 📍** Ab Bhf. Wiesloch-Walldorf mit Buslinie 708 o. 721 bis „Schwimmbad“.
- €** Hallenbad: Erw. 4,50 € (2 Std.)/6,50 € (Tag), Erm. 3,- € (2 Std.)/5,- € (Tag). Freibad: Erw. 4,50 € (Tag), Erm. 3,- € (2 Std.)/5,- € (Tag). Sauna: Erw. 14,50 € (3 Std.)/16,50 € (Tag), Erm. 13,- € (3 Std.)/15,- € (Tag).

Miramar Weinheim



Hallenbad, Naturbadesee, Salz- und Kristalltherme, Wellen- u. Massagebad, Strömungskanal, Edelstein-Whirlpools, Solebecken, Erlebnisrutschen, Dschungelbucht; Großraum-Kelo-Sauna, Kristall-, Bio-, Aroma-, Orangen-/Zitronensauna, Aroma-Grotte, Hamam, Dampfbad, Caldarium, Eis-Nebel-Grotte; Salz-u. Kristalltherme, Sole-Relax-Raum.

- i** Waidallee 100, 69469 Weinheim/Bergstraße, Tel. 06201.60 000, www.miramar-bad.de
- 🕒** Mo-Do 9.30-22 Uhr, Fr 9.30-24 Uhr, Sa 9-24 Uhr, So u. Feiertage 9-22 Uhr, Feiertage am Fr u. Sa 9-24 Uhr. FKK-Pflicht Di ab 18 Uhr.
- 📍** Ab Bhf. Weinheim mit Buslinie 631 o. 682 bis „Waid/Miramar“.
- 💶** Bad: Erw. 14,50 € (4 Std.)/17,70 € (Tag), Kinder (6-15 J.) 9,90 € (4 Std.)/12,60 € (Tag). Sauna & Bad & Therme: Erw. 21,70 € (4 Std.)/24,90 € (Tag).

Badeparadies Zweibrücken

Hallenbad, Massage-, Wellen-, Kinder-, Babybecken, Riesenrutsche; Finnische Sauna, Dampfsauna, Sanarium, Tepidarium, Meersalzgrotte.

- i** Hofenfelsstr. 120, 66482 Zweibrücken, Tel. 06332.874 460, www.badeparadies-zw.de
- 🕒** Bad: Mo 10-21 Uhr, Di-Sa 8-21 Uhr, So u. Feiertage 8-18 Uhr. Sauna: Mo 13-23 Uhr, Di, Do u. Sa 8-21 Uhr, Mi u. Fr 8-23 Uhr, So u. Feiertage 8-18 Uhr. Damensauna: Di u. Do 13-21 Uhr, Fr 14-23 Uhr, Sa 8-13 Uhr. Herrensauna: Mo 13-23 Uhr, Mi 8-23 Uhr, Fr 8-13 Uhr. Damensauna: Di u. Do 8-21 Uhr, Fr 14-23 Uhr, Sa 8-13 Uhr.
- 📍** Ab Zweibrücken ZOB mit Buslinie 224, 225 o. 226 bis „Zweibrücken, Mannlichplatz“, von dort 100 Meter Fußweg.
- 💶** Bad: Erw. 4,50 € (3 Std.), Erm. 3,- € (3 Std.). Sauna & Bad: Erw. 13,- € (3 Std.)/16,- € (Tag), Erm. 11,50 € (3 Std.)/13,50 € (Tag).



Bad Dürkheim



In Bad Dürkheim stehen dem Nordic Walker insgesamt fünf Strecken zur Verfügung: Drei führen durch die Weinberge, zwei durch den Pfälzerwald. Dabei kommen sowohl Einsteiger als auch Fortgeschrittene auf ihre Kosten.

... Großes Fass

Startpunkt für die drei Strecken rund um den Michelsberg ist das Große Fass in Bad Dürkheim. Alle drei Strecken verlaufen durch die Dürkheimer Rebenlandschaft mit ihren Weinbergterrassen und Trockenmauern, durch den Edelweinort Ungstein, vorbei an der Römerkeller. Besonders schön ist es im März, wenn die Mandelbäume blühen.

Streckenlänge: ■ leicht: 4,5 km ■ mittel: 6 km ■ schwierig: 9,6 km. Alle drei Strecken haben nur geringe Steigungen.

... Forsthaus Weilach

Wer lieber auf Waldboden läuft, sollte bis zum Forsthaus Weilach fahren. Zwei Strecken, eine leichte und eine mittelschwere, führen durch den Pfälzerwald und das Naherholungsgebiet „Weilach“, vorbei am keltischen Ringwall und dem Aussichtspunkt „Kaiser-Wilhelm-Denkmal“ mit Ausblick auf die Klosterruine Limburg. Die mittelschwere Strecke verläuft bis zum „Kriemhildenstuhl“, dem besterhaltenen Römersteinbruch nördlich der Alpen; hier erwartet den Nordic Walker ein Fitnessparcours. Die leichte Strecke passiert die alte Hofgut-Ruine Weilach.

Streckenlänge: ■ leicht: 2,1 km ■ mittel: 5,2 km

- i** Tourist Information Bad Dürkheim, Tel. 06322.935 140, www.bad-duerkheim.de
- o** Ab Bhf. Bad Dürkheim bis zum Fass ca. 10 Min. Fußweg. Zum Forsthaus Weilach ab Bhf. Bad Dürkheim mit Buslinie 488 bis „Leistadt, Weilach“.



Bad Mergentheim

Der Kurpark in Bad Mergentheim ist Ausgangspunkt für zwei ausgeschilderte malerische Nordic-Walking-Strecken. Genommen startet man am Kneipp-Becken beim Haus des Kurgastes. Hier befinden sich auch die Karten mit dem Verlauf der beiden Touren.



Für Anfänger: Eine leichte Tour ohne Steigungen ist die knapp 2 km lange Strecke durch den Kurpark und eine Pappelallee, an Teichen und Mandelbäumen entlang bis zum Schlosspark. Von hier geht es an der Tauber und später an Lavendelwiesen vorbei wieder zurück zum Ausgangspunkt.

Für Fortgeschrittene: Die zweite Strecke erfordert etwas mehr Kondition. Für die 7,5 km sollte man eineinhalb Stunden einplanen. Auch sie führt erst durch den Kurpark, dann durch eine Lindenallee und Hohlwege, über Wiesen bergauf zum Stadtteil Löffelstelzen. Zurück geht es durch einen Mischwald mit altem Baumbestand.

Training: Es besteht die Möglichkeit, (nach Voranmeldung) an einem speziellen Nordic-Walking-Training teilzunehmen. Treffpunkt ist jeden Dienstag und Donnerstag um 14 Uhr das Foyer im Haus des Kurgastes. Das Training dauert eine, maximal eineinhalb Stunden. Stöcke können ausgeliehen werden.

- i** Info-Schalter Kurverwaltung, Lothar-Daiker-Str. 4, 97980 Bad Mergentheim, Tel. 07931.965 250 (auch Anmeldung für Trainingsstunde), www.bad-mergentheim.de
- o** Ab Bhf. Bad Mergentheim mit Buslinie 957 o. 958 bis „Kursaal“.
- €** Trainingsstunde 10,- €, Leihgebühr für Stöcke 3,- €.



Dallau

Fast überflüssig zu erwähnen, dass der Naturpark Neckartal-Odenwald ein beliebtes Ziel nicht nur für Wanderer, sondern auch für Nordic Walker ist. Alle Strecken sind einheitlich markiert und mit Informationstafeln zur Streckenauswahl und Nordic-Walking-Technik ausgestattet. An den Einstiegspunkten informiert ein Streckenplan über die verschiedenen Touren und die Höhenprofile der einzelnen Routen.

Besonders schön wackt es sich im Trienzbachtal, einem Land-



schaftsschutzgebiet südöstlich von Eberbach. Für die zwei ausgewiesenen Routen sollte man jedoch schon etwas trainierter sein. Ausgangspunkt ist Dallau (Gemeinde Elztal).

Die **mittelschwere Tour 1** – Krähwald-Route (5 km) führt durch den Krähwald und am Trienzbach entlang.

Die **schwere Tour 2** – Krähwald-Route (12 km) zieht eine Schleife durch den Bürger- und den Krähwald. Teilweise verläuft die Streckenführung auf dem Dallauer Naturlehrpfad.

i Karte: <http://karte.wanderwalter.de/odenwald/1722.html>
Infos u. Flyer mit allen Nordic-Walking-Strecken im Naturpark Neckartal-Odenwald unter: www.naturpark-neckartal-odenwald.de

o Ab S-Bhf. Dallau über Güterbahnhofstr. u. Marientalstr. 400 Meter Fußweg bis Parkplatz „Herrlich Au“.



Edenkoben

Eigentlich müsste es bei den drei DSV-zertifizierten Nordic-Walking-Strecken rund um Edenkoben und Rhodt unter Rietburg „Wein-Walking“ statt Nordic Walking heißen, denn sie führen durch ein wahres Rebenmeer. Ausgangspunkt der unterschiedlich schweren Rundstrecken ist der Parkplatz unterhalb des Schlosses Villa Ludwigshöhe.



Die 4,5 km lange **„Königin Therese Tour“** (blaue Markierung) ist die leichteste; sie führt mitten durch die Weinbergslagen Rhodter Schlossberg und Klosterpfad und bietet wunderbare Ausblicke auf die Rheinebene und die Burgen der Haardt.

Die mittelschwere, 6 km lange **„Prinzregent Ludwig Tour“** (rote Markierung) eignet sich für heiße Sommertage, denn hier geht's auf breiten, schattigen Wegen durch den Pfälzerwald, am Triefenbach entlang zum Hilschweiher.

Die 10,5 km lange **„König Ludwig Tour“** (schwarze Markierung) ist recht anspruchsvoll. Bergauf und bergab geht es auf einem Weg, der im Sommer wenig Schatten bietet, zum Kohlplatz, wo man mit einem schönen Blick auf die Weinhänge und die Rheinebene belohnt wird.

Stöcke und eine spezielle Nordic-Walking-Karte sind beim Tourismusbüro Edenkoben erhältlich.

i Südliche Weinstraße Edenkoben e. V. Tourismusbüro,
Poststr. 23, 67480 Edenkoben, Tel. 06323.959 222,
www.garten-eden-pfalz.de

o Ab Bhf. Edenkoben Mai-Okt. So u. Feiertage mit Buslinie
506 bis „Villa Ludwigshöhe“.



Heidelberg

Wer direkt bei Heidelberg walken möchte, sollte den Königstuhl-Walking-Parcours nutzen. Die drei Nordic-Walking-Strecken auf naturbelassenen Wegen eignen sich für Anfänger wie für Fortgeschrittene. Die **Kohlhof-Route** (4,5 km) wird als leicht eingestuft. Sie beginnt an der Reha-Klinik Heidelberg-Königstuhl und führt über Drei Eichen und den Leopoldstein wieder zurück zur Reha-Klinik. Die **Königstuhl-Route** (4,8 km) gilt ebenfalls als leicht. Sie beginnt an der Kaltteichhütte, führt zum Königstuhl hinauf, dann zum Leopoldstein und über den Kohlbrunnen zur Reha-Klinik. Die **„Gesamtroute“** (7,5 km) (mittelschwer) beginnt an der Reha-Klinik, führt an der Kaltteichhütte vorbei und ein Stück über die Via Naturae hinauf zum Königstuhl. Von dort aus geht's weiter über den Leopoldstein und den Oberen St. Nikolausweg bis zu Drei Eichen, dann an der Posseltslust vorbei wieder zurück zur Reha-Klinik. Ein Einstieg in die Strecken zwei und drei ist auch vom Königstuhl aus möglich.

- i** Infos u. Flyer mit allen Nordic-Walking-Strecken im Naturpark Neckartal-Odenwald unter www.naturpark-neckartal-odenwald.de
- o** Ab S-Bahn-Haltestelle Heidelberg Weststadt-Südstadt wenige Min. Fußweg bis „Alois-Link-Platz“, von dort weiter mit Buslinie 39 bis „Kohlhof Fachklinik“ o. „Königstuhl“. Oder ab Heidelberg Hbf mit Buslinie 33 bis „Rathaus/Bergbahn“ u. weiter mit der Bergbahn (nicht im VRN-Tarif) bis „Königstuhl“.

Hochspeyer

Die Leutenberger Hütte am Ortsausgang von Hochspeyer ist der Portalstandort für drei Pfälzer Strecken, die sich besonders für diejenigen eignen, die keine Steigungen mögen.

- **leicht:** Humberg-Strecke, 2,2 km, ca. 0,5 Std.
- **mittel:** Bremenberg-Strecke, 4,6 km, ca. 1 Std.
- **schwierig:** Fitness-Strecke, 8,3 km, ca. 1,5 Std.

- i** Karte unter www.hochspeyer.de
- o** Ab Bhf. Hochspeyer wenige Minuten Fußweg bis zum Startpunkt am Ortsausgang, Leutenberger Hütte.



Lambrecht (Pfalz)

Die Verbandsgemeinde Lambrecht (Pfalz) hat insgesamt sieben Nordic-Walking-Parks mit jeweils drei unterschiedlich langen Strecken eingerichtet. Die Strecken sind alle von der Nordic-Walking-Union zertifiziert, es werden Lauftreffs und geführte Touren angeboten. In einem der Parks lässt sich die Pfalz rund um Lambrecht „erwalken“:

- **Runde 1:** leicht, 4,2 km, ca. 1 Std., 165 Höhenmeter
- **Runde 2:** mittel, 7,3 km, ca. 1 ¾ Std., 370 Höhenmeter
- **Runde 3:** schwierig, 11,1 km, ca. 2 ¾ Std., 566 Höhenmeter



Alle drei Strecken beginnen und enden am S-Bahnhof von Lambrecht.

Gaudi und Herausforderung zugleich ist der Nordic-Walking-Gäsbocklauf (auch für Wanderer!), der jedes Jahr im Mai (Lauf: 22.5.2016, Anmeldeschluss: 17.5.2016) stattfindet. Die Teilnehmer haben die Wahl zwischen einer 22-km-Strecke und einer 10-km-Strecke.

- ❶ Touristinformation „Tal vital“, Verbandsgemeinde Lambrecht (Pfalz), Sommerbergstr. 3, 67466 Lambrecht (Pfalz), Tel. 06325.181 110, www.vg-lambrecht.de (auch Kartenmaterial u. Info Gäsbocklauf). Startpunkt Gäsbocklauf: Pfalzakademie, Franz-Hartmann-Str. 9., Anmeldung Gäsbocklauf: nordic-walking-LGlambrecht@t-online.de.
- ⦿ S-Bhf. Lambrecht.
- € Gäsbocklauf: 7,50 € (22 km), 5,- € (10 km).



Leinsweiler

In unmittelbarer Nähe der Pfälzer Madenburg, einer Burgruine aus dem Jahr 1076, und des Slevogthofs, dem ehemaligen Wohnsitz des Impressionisten Max Slevogt, finden sowohl ungeübte wie auch geübte Nordic Walker im DSV-Nordic-Walking-Zentrum Leinsweiler-Eschbach ihre Strecke:

- **leicht:** 3,1 km, mäßiger Anstieg
- **mittel:** 7 km, einmal steiler Auf- und Abstieg
- **schwierig:** 8,6 km, permanenter Auf- und Abstieg.



Ausgangspunkt ist der Parkplatz am Brünnel in der Trifelsstraße, wo sich auch Info-Tafeln mit Details zur Beschaffenheit der einzelnen Strecken befinden. Unterwegs stößt man in regelmäßigen Abständen auf Schilder mit Informationen zu den Routen und Fitnessstipps. Materialverleih vor Ort.

- ❶ Info u. Karte: Haus des Gastes, Hauptstr. 4, 76829 Leinsweiler, Tel. 06345.3531, www.leinsweiler.de
- 📍 Ab Landau Hbf mit Buslinie 530 bis „Leinsweiler Ort“, dann der Straße Richtung NW folgen bis Parkplatz am Brünnel in der Trifelsstraße.



Lindenfels

Lindenfels, die „Perle des Odenwalds“, ist ein anerkannter heilklimatischer Kurort mitten im Geo-Naturpark Bergstraße-Odenwald. Entsprechend schnappt man nicht nur frische, sondern auch sehr gesunde Luft. Man kann dem Körper also kaum etwas Besseres antun, als hier im gesunden Heilklima zu walken. Drei unterschiedliche Strecken starten und enden in Lindenfels:

■ **Schenkenberg-Runde:** mittel, 6 km, ca. 1 Std.

■ **Buch-Runde:** schwierig, 7,5 km, ca. 1 ½ Std.

■ **Kapp-Runde:** schwierig, 9,5 km, ca. 2 Std.

Startpunkt ist der Parkplatz am Ortseingang Lindenfels aus Richtung Reichelsheim kommend. Die zu bewältigenden Höhenmeter liegen zwischen 290 (Schenkenberg-Runde) und 370 Meter (Buch-Runde). Die Schenkenberg-Runde verläuft ausschließlich, die beiden anderen überwiegend auf Waldboden.

- ❶ Kur- und Touristikservice (auch Infos/Anmeld. Kurse o. Schnupperkurse), Burgstr. 37, 64678 Lindenfels, Tel. 06255. 30 644, www.lindenfels.info
- 📍 Ab Bhf. Bensheim mit Buslinie 665 bis „Lindenfels, Post“.

Neidenfels

Das Papiermachedorf (bis heute!) Neidenfels liegt tief im Pfälzerwald und ist Ausgangspunkt für drei von der Nordic-Walking-Union zertifizierte, recht anspruchsvolle Strecken:

■ **Runde 1:** mittel, 6,4 km, ca. 1 ½ Std., 246 Höhenmeter

■ **Runde 2:** schwierig, 9,7 km, ca. 2 ¼ Std., 391 Höhenmeter

■ **Runde 3:** schwierig, 11,9 km, ca. 2 ¾ Std., 408 Höhenmeter

Start- und Endpunkt der drei Strecken ist der S-Bahnhof von Neidenfels. Hier befinden sich auch eine Übersichtstafel mit Karte, Streckenverläufen und Höhenprofil sowie Tafeln mit Tipps für Aufwärm- und Dehnübungen.

- ❶ Touristinformation „Tal vital“, VG Lambrecht (Pfalz), Sommerbergstr. 3, 67466 Lambrecht (Pfalz), Tel. 06325.181 110, www.vg-lambrecht.de (auch Kartenmaterial).
- 📍 S-Bhf. Neidenfels.



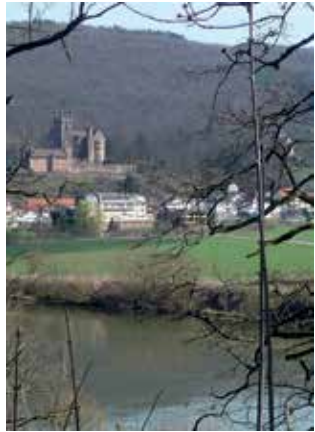
Neckarsteinach

Die Vier-Burgen-Stadt ist der Ausgangspunkt für drei Rundwege durch das schöne Steinachtal, genau genommen durch den „Nordic-Walking-Park Steinachtal“. Der Einstieg erfolgt am Gasthof „Zum Schwanen“, wo eine Tafel über die Streckenverläufe (Markierung: N) und Schwierigkeitsgrade (blau = leicht, rot = mittelschwer, schwarz = anspruchsvoll) informiert.

Die **blaue Strecke** (8,5 km/105 m Gesamtanstieg) führt entlang der Steinach, durch Mischwald, an der Brunnenberg-Quelle vorbei zur Mittelburg; von hier könnte man noch einen Abstecher zur Burg Schwalbennest machen. Oder man kehrt direkt zum Ausgangspunkt zurück und lässt es sich im „Schwanen“ gut gehen.

Die **rote Strecke** (11,5 km/157 m Gesamtanstieg) führt zunächst an der Steinach entlang und schwenkt dann auf den Radweg Richtung Schönau ab. Am Ortseingang von Schönau lädt ein gemütlicher Biergarten zur Stärkung ein, bevor es knackig bergauf geht. Danach verläuft der Weg aber wieder recht gemächlich zum „Schwanen“ zurück.

Die **schwarze Strecke** (14 km/330 m Gesamtanstieg) gilt zu recht als anspruchsvoll, denn hier heißt's den Darsberg zu erklimmen, und zwar recht stramm. Verschnaufen kann man am Aussichtspunkt „Parkplatz Kaisereiche“. Danach geht's mäßig steil weiter bergauf, durch Mischwald bis zum höchsten Punkt, dem „Goethe-Blick“, der bei klarem Wetter Aussichten bis in den Kraichgau gewährt. Innehalten, durchatmen und dann wieder runter durchs Steinachtal zum Ausgangspunkt.



i Tourist-Information, Neckarstr. 47, 69239 Neckarsteinach, Tel. 06229. 708914, www.neckarsteinach.de u.

www.steinachtal-aktiv.de

o S-Bhf. Neckarsteinach, von dort ca. 500 m Fußweg bis zum Einstieg am Gasthaus „Zum Schwanen“ (Neckarstr. 42).

Neustadt/Weinstraße

Startpunkt für drei Nordic Walking-Strecken in der Pfalz ist der Sportplatz in der Hainstraße in Neustadt-Gimmeldingen. Die **leichte Strecke** (4,1 km), auch „Meerspinn-Tour“ genannt, führt auf kleinen asphaltierten Straßen und Feldwegen durch den Weinort Gimmeldingen und die Weinlagen. Kaum Steigungen.



Die **mittelschwere Strecke** (7,4 km) passiert sowohl die Weinlandschaft als auch den Wald. Zuerst geht es durch das Weindorf Haardt mit Blick auf die Ebene, dann parallel zum Mandelring und durch das Meisenental in den Pfälzerwald und zurück nach Gimmeldingen. Geringfügige Steigung. Die **schwierige Strecke** (9,2 km) führt zuerst gemächlich am Mußbach entlang bis zur Waldhütte Benjental. Von da an geht es stetig bergauf bis in die Höhen des Weinbiets. Auf Serpentinwegen gelangt man schließlich zurück ins Tal zum Ausgangspunkt.

- i** Tourist-Information, Hetzelplatz 1, 67433 Neustadt/Weinstraße, Tel. 06321.926 892, www.neustadt.pfalz.com
- o** Ab Neustadt Hbf mit Buslinie 512 bis „Gimmeldingen Denkmal“, von dort wenige Minuten Fußweg.



Weidenthal

Wer die Abgeschlossenheit liebt und einmal tief durchatmen möchte, sollte sich samt Stöcken ins kleine knapp 300 m hoch gelegene Weidenthal im Pfälzerwald begeben.

Drei von der Nordic-Walking-Union zertifizierte Strecken führen von Weidenthal aus, teilweise am Hochspeyerbach entlang, mitten durch den zu jeder Jahreszeit schönen Pfälzerwald:

- **Runde 1:** leicht, 3 km, ca. $\frac{3}{4}$ Std., 130 Höhenmeter
- **Runde 2:** mittel, 6,3 km, ca. 1 $\frac{1}{2}$ Std., 333 Höhenmeter
- **Runde 3:** schwierig, 11,1 km, ca. 2 $\frac{3}{4}$ Std., 453 Höhenmeter



Je nach Wetterlage bietet ein an der mittelschweren und schwierigen Strecke gelegener Badeweiher Abkühlung.

Start- und Endpunkt der drei Strecken ist der S-Bahnhof von Weidenthal. Hier befinden sich auch eine Übersichtstafel mit Karte, Streckenverläufen und Höhenprofil sowie Tafeln mit Tipps für Aufwärm- und Dehnübungen.

i Touristinformation „Tal vital“, VG Lambrecht (Pfalz), Sommerbergstr. 3, 67466 Lambrecht (Pfalz), Tel. 06325.181 110, www.vg-lambrecht.de (auch Kartenmaterial).

o S-Bhf Weidenthal.

High-Moves

Bensheim

High-Moves – der Name, den sich die Kletterhalle in Bensheim gegeben hat, ist Programm: Sie ist genau der richtige Ort für große und kleine Kletterer, geübte und ungeübte, die hoch hinaus möchten und sich gerne ganz oben bewegen. Die 1.650 Quadratmeter große Kletterhalle bietet 160 Kletterrouten von



einfach bis schwer; dabei kann es schon mal bis zu 15 Meter hoch gehen. Die einzelnen Routen sind bis zu 30 Meter lang. Doch das ist längst nicht alles: Für den sogenannten Airwalk steht ein langer Indoor-Hochseilgarten zur Verfügung. Es gibt einen Boulderraum für Klettern ohne Seil und Sicherung in Absprunghöhe, eine Außenkletterwand, einen Kletterbaum und einen Boulderblock sowie einen Outdoor-Hochseilgarten mit Seilrutsche. Für Kinder ist ein eigener Kletterbereich eingerichtet. High-Moves bietet neben diversen Kletterkursen und Trainings auch die Ausrichtung von Kindergeburtstagen, Schul- und Betriebsausflügen an. Wer noch keine lückenlosen Sicherungskennnisse beim Klettern hat, muss vorab eine Trainerbetreuung reservieren.

- i** Albert-Einstein-Allee 8, 64625 Bensheim, Tel 06251.989 4363, www.kletterhalle-bensheim.de
- D** Kletterhalle: Mo-Sa 9-23 Uhr, So 9-21 Uhr. Hochseilgarten: April-Sept. Sa u. So 13-17 Uhr (wetterabhängig; auf Anfrage auch zu anderen Zeiten geöffnet).
- O** Ab Bhf. Bensheim mit Buslinie 640 bis „Stubenwald-Allee“ oder mit Buslinie 674 bis „Albert-Einstein-Allee“.
- €** Tageskarte: Erw. 13,- €, Erm. 11,- €, Kinder (5-12 J.) 8,- €, Familien (2 Erw. + 2 Kinder) 30,- €.



Ziplinepark Elmstein

Mal so richtig mit Schwung durch den Pfälzerwald? Dann ab in den brandneuen Ziplinepark in Elmstein! Hier erlebt man den Wald aus der Vogelperspektive, indem man doppelt gesichert am Stahlseil (Zipline) hoch oben in den Baumwipfeln unterwegs ist. Das Besondere an dieser Tour ist, dass es sich nicht um ein einzelnes Seil handelt, womit man ins Tal rast, sondern um insgesamt 18 Ziplines mit Seilstrecken von bis zu 120 Meter Länge. So saust man einiges an Kilometern von einer Baumplattform zu nächsten, unterbrochen von vier Absprüngen an Abseilgeräten aus bis zu 20 Meter Höhe. Das kostet vielleicht ein wenig Überwindung, doch Angst muss man nicht



haben, denn ausgebildete Sicherheitstrainer helfen beim Anlegen des Klettergurts, führen in die Sicherheitstechnik ein und sind während der gesamten Tour von 2,5 bis 3,5 Stunden mit dabei. Ziplinen darf jeder ab 12 Jahren mit mehr als 35 kg und weniger als 120 kg Körpergewicht.

- i** Eschkopfstr., 67471 Elmstein/Iggelbach, Tel. 06328.984 9460, www.zipline-elmstein.de
- 📅** Öffnungszeiten u. Buchungen unter www.zipline-elmstein.de Anmeldung erforderlich!
- 📍** Ab S-Bhf. Iggelbach mit Buslinie 517 bis „Iggelbach, Zimmerplatz“.
- €** Vorkasse/Online-Buchung: Erw. 29,- €, Jugendliche (12-17 J.) 25,- €. Bar-/Kartenzahlung vor Ort: Erw. 35,- €, Jugendliche (12-17 J.) 30,- €.

Pfalz Rock Frankenthal

Die Kletterhalle in Frankenthal ist eine Einrichtung des Deutschen Alpenvereins und wurde in Absprache mit erfahrenen Wettkampfkletterern spezialangefertigt. Sie ist bis zu 15 Meter hoch und hat eine Kletterfläche von über 1.000 Quadratmetern. Man hat einiges zu tun, bis man die etwa 150 Routen in den Schwierigkeitsgraden 2 bis 10 alle ausprobiert hat. Zwei Speedkletterwände, Geländewechsel in der Wand, 150 Quadratmeter Boulderfläche und diverse Sonderkonstruktionen sorgen dafür, dass keine Langeweile aufkommt. Anfängern und Kindern steht ein spezieller Schulungsbereich zur Verfügung.

- ❶ Mörscher Str. 89, 67227 Frankenthal, Tel. 06233.366 157, www.pfalz-rock.de
- 🕒 Mo-Fr 14-23 Uhr, Sa, So u. Feiertage 10-21 Uhr. Für größere Gruppen nach Voranmeldung auch Mo-Fr vormittags.
- 📍 Ab Frankenthal Hbf mit Buslinie 464 bis „Nordring“, von dort 250 Meter Fußweg oder ab Hbf 20 Min. Fußweg.
- 💶 Erw. 13,50 €, Erm. 11,50 €, Jugendliche (14-17 J.) 8,20 €, Kinder (6-13 J.) 7,30 €.

VertiGo DAV Kletterzentrum Heidelberg

Das VertiGo ist eine Einrichtung des Deutschen Alpenvereins Sektion Heidelberg 1869 e.V. Neben der Möglichkeit des eigenständigen (und eigenverantwortlichen) Kletterns bietet der Verein jede Menge Kurse an: vom Erlernen der Partnersicherung über Toprope-Klettern (Klettern mit Seilsicherung von oben) bis hin zum fortgeschrittenen Sportklettern.

- ❶ Harbigweg 20, 69124 Heidelberg (Kirchheim), Tel. 06221.180 8116, www.kletterzentrum-heidelberg.de
- 🕒 Mo-Fr 15-23 Uhr, Do ab 11 Uhr, Sa, So u. Feiertage 10-22 Uhr.
- 📍 Ab Heidelberg Hbf mit Buslinie 33 bis „Kirchheim, G.-Mendel-Realschule“.
- 💶 Ab 27 J. 13,- €, 14-26 J. 8,- €, 5-13 J. 5,- €.



Kletterhalle Rocktown Kaiserslautern

Der Slogan von Rocktown lautet: Klettern macht jedem Spaß, weil es in unserer Natur steckt – jedes Kind beweist dir das! Wer das bisher bei sich noch nicht entdeckt hat, kann sich in einem Schnupper- oder Grundkurs überzeugen lassen. Dabei erfährt man auch schnell, dass es eigentlich nicht Kletter-, sondern



Boulderhalle heißen muss und man sich nicht wehtut, wenn man abstürzt, weil man auf dicken, weichen Schaumstoffmatten landet. Allzu tief fällt man auch nicht, denn „Bouldern“ bedeutet Klettern in „Absprunghöhe“, ohne Seil und Sicherungstechnik – und ohne Höhenangst. Was wie eine verspielte Form des Kletterns aussehen mag, ist tatsächlich ein ganzheitliches Training für Kopf und Körper. Die großzügige Rocktown-Halle (1.500 Quadratmeter) bietet mit unterschiedlichen, originellen Wandstrukturen und Elementen zahlreiche Möglichkeiten, sich am „Fels“ zu erproben.

- i** Kantstr. 38, 67663 Kaiserslautern, Tel. 0631.8929 0850, www.rocktown.eu
- 🕒** Mo, Di u. Do 13-23 Uhr (für Schulklassen u. größere Gruppen nach Voranmeldung auch vormittags), Mi, Fr u. Sa 9-23 Uhr, So u. Feiertage 9-21 Uhr.
- 📍** Ab Kaiserslautern Hbf mit Buslinie 102 bis „Betzenberg, Kantstraße“.
- €** Erw. 8,- €, Erm. 7,- €, Kinder (5-11 J.) 5,- €, Kleinkinder (bis 5 J.) 3,- €.

FunForest AbenteuerPark

Kandel

Wer sich gern wie Tarzan und Jane durch die Bäume schwingt, sollte den Abenteuer-Park im Bienwald bei Kandel besuchen.



Auf einer Fläche von sieben Hektar sind mehr als 200 Bäume mit Stahlseilen und Kletterstationen so miteinander verbunden, dass die Besucher den Park in einer Höhe von zwei bis 20 Metern ablaufen können, ohne den Boden zu berühren. Gesichert sind sie dabei, wie beim Bergsteigen, mit Helm und Gurt. Für Kids ab drei Jahren gibt's zwei extra Kinder-Parcours.

Insgesamt stehen den Kletterern 25 Parcours (darunter sechs Einweisungsparcours) mit unterschiedlichen Schwierigkeitsniveaus zur Verfügung. Highlights sind das „Surfboard“ und unterschiedliche Rutschvergnügen, u. a. eine 250 Meter lange Seilrutsche.

- ❶ Badalée, Nähe Waldschwimmbad, 76870 Kandel, Tel. 07275.618 032, www.abenteuerpark-kandel.de
- 🕒 Mitte-Ende März tägl. 12-18 Uhr, Ende März-Mitte Sept. Di-So. 10-19 Uhr, Mo nur geöffnet an Feier- u. Brückentagen, in den Ferien BaWü u. RLP u. nach vorheriger Anmeldung. Mitte Sept.-Anfang Nov. siehe unter www.abenteuerpark-kandel.de
- 📍 Ab Bhf. Kandel ca. 10 Min. Fußweg (ausgeschildert).
- 💶 Erw. 20,90 €, Schüler/Stud./Azubis 17,90 €, Kinder (bis 13 J.) 14,90 €, Kinderparcours (ab 3 J.) 5,90 €.
- ⚠️ *Ermäßigung von 20 % bei Vorlage eines gültigen VRN-Fahrscheins oder Rheinland-Pfalz-Tickets.*



Kletterhalle Fitz Rocks

Landau

Insgesamt 2.300 Quadratmeter Indoor-Kletterfläche auf drei Ebenen stehen dem Kletterer und Boulderer im Landauer Fitz Rocks zur Verfügung. Bis zu 16 Meter Höhe lassen sich in der großen Kletterhalle erklimmen. Die Wände sind den Buntsandstein-Formationen der Südpfalz nachempfunden. Etwa ein Drittel von ihnen sind 3D-Curves, d. h. nahezu perfekte Nachbildungen von natürlichen Wänden mit fließenden Übergängen. Außerdem bietet die Halle u. a. Vorstiegsbereiche, mächtige Überhänge, Toprope-Routen und variable Wandmodule. Neben der Kletterhalle gibt es für diejenigen, die weniger hoch hinaus wollen, eine 400 Quadratmeter große Boulderfläche mit ausladenden Dächern von vier bis fünf Metern Spannweite und einer maximalen Höhe von 4,2 Metern. Entspannen lässt sich im Bistro oder Wellnessbereich.



- i** Albert-Einstein-Str. 4, 76829 Landau, Tel. 06341.994 9050, www.fitzrocks.de
- 🕒** Mo 14-22 Uhr, Di-Fr 10-22 Uhr, Sa 10-21 Uhr, So u. Feiertage 10-20 Uhr.
- 📍** Ab Landau Hbf ca. 15 Min. Fußweg.
- €** Preise unter www.fitzrocks.de

Kletterzentrum Extrem Mannheim & Ludwigshafen

Als das Ludwigshafener Kletterzentrum Extrem vor mehr als 20 Jahren eröffnet wurde, war es nicht nur eins der ersten seiner Art in Deutschland, sondern mit einer Kletterfläche von 1.850 Quadratmetern auch lange die größte Kletterhalle bundesweit.



Heute gehört es immer noch zu den größten Anlagen Europas. Soft- wie Hardmover kommen bei mehr als 200 definierten Touren in allen Schwierigkeitsgraden voll auf ihre Kosten. Bei schönem Wetter ist Outdoor-Klettern an einer großflächigen Außenwand angesagt. Die Extrem-Halle in Mannheim verfügt über 1.100 Quadratmeter

modernster Kletterwände mit einer maximalen Höhe von 10,5 Metern. Für Kinder gibt es einen eigenen, abgetrennten Bereich. In beiden Hallen kann man eigenständig oder unter Anleitung eines Trainers klettern. Bedingung für eigenständiges Klettern ist, dass man über ausreichende Kenntnisse einer anerkannten Sicherungstechnik verfügt. Einweisungen sind im Rahmen eines Kurses (mit Voranmeldung) möglich.

i LU: Saarburger Str. 25, 67071 Ludwigshafen, Tel. 0621. 511 287.

MA: Am Ullrichsberg 10, 68309 Mannheim, Tel. 0621.128 1692, www.kletterzentrum.de

□ Mo-Fr 10-23 Uhr, Sa, So u. Feiertage 10-21 Uhr.

○ LU: Ab S-Bahn-Haltepunkt LU-Mitte (Haltestelle „Berliner Platz“) oder Hbf mit Stadtbahnlinie 4 bis „Heinrich-Pesch-Haus“, von dort ca. 10 Min. Fußweg.

MA: Ab Mannheim Hbf mit Stadtbahnlinie 4 bis „Käfertal, Im Rott“, von dort 5 Min. Fußweg.

€ Preise siehe unter www.kletterzentrum.de



K1 Waldseilpark Mehlingen

Ein Stück Pfälzerwald von oben erleben kann man im nur wenige Minuten vom Naturschutzgebiet Mehlinger Heide entfernten K1 Waldseilpark. Auf insgesamt acht Parcours mit über 120 Übungen von leicht bis schwer arbeitet man sich durch die Baumwipfel hindurch. Hindernisse in Form von Drahtseilen, Schaukeln, Seilbrücken und Holzstegen lassen den Weg von Plattform zu Plattform bzw. von Baum zu Baum zu einem kleinen Abenteuer werden. Absturzgefahr besteht nicht, da die Parcours nur mit entsprechender Sicherheitsausrüstung betreten werden dürfen. Die Leihgebühr für Helm sowie Klettergurt mit Rollen- und Einhandkarabinern ist im Eintrittspreis enthalten. Die Ausrüstung wird unter Anleitung zertifizierter Trainer angelegt. Außerdem muss jeder Baumkletterer, bevor es losgeht, an einer Sicherheitseinweisung teilnehmen.



- i** Werner-Liebrich-Str./neben Sportpark „Rote Teufel“, 67678 Mehlingen, Tel. 06303.806 045, www.k1-waldseilpark.de
- ▣** Ende März-Okt. Di-Do für Gruppen nach Anmeldung, Fr 14-19 Uhr, Sa, So u. Feiertage 10-19 Uhr, Schulferien RLP Di-So 10-19 Uhr.
- Ab Kaiserslautern Hbf mit Buslinie 136 bis „Fröhnerhof, Sportpark“, von dort 15 Min. Fußweg.
- €** Erw. 19,- €, Jugendliche (ab 14 J.)/Schüler/Azubis/Stud. 17,- €, Kinder (7-13 J.) 14,- €, Kinder (3-6 J.) 10,- €. Die Preise gelten für 3 Std.; jede weitere Std. kostet zusätzlich 5,- €.

Kletterwald

Speyer

Vom Kind bis zum Senioren – der Kletterwald in Speyer eignet sich für jedes Alter. Auch behinderte Menschen können einen Teil der zahlreichen unterschiedlich anspruchsvollen Kletter-



elemente bewältigen. Bevor man sich auf Netzbrücken und schwankende Bohlen wagt, stellen die Betreuer des Kletterwaldes das Sicherheitsschema vor und weisen die Besucher in die Handhabung des Equipments ein. Danach kann's losgehen – von Baum zu Baum, auf insgesamt zehn Parcours mit sich steigenden Schwierigkeitsgraden. Bei den ersten Parcours bewegt man sich noch in überschaubaren Höhen, die auch von Kindern

eigenständig gemeistert werden können. Beim letzten Parcours erwarten den Mutigen und Schwindelfreien hingegen luftige Höhen von bis zu zwölf Metern. Zur Beruhigung sei erwähnt, dass so genannte „Sicherheitsmanager“ ein Auge auf die Kletterer haben und bei Bedarf helfend zur Seite stehen.

Der Kletterwald bietet auch spezielle Programme für Schulklassen ebenso wie Teamschulungen an.

- ❶ Erster Richtweg 5, 67346 Speyer, Tel. 0176.6101 1199, www.kletterwald-speyer.de
- 🕒 Ende März-Anfang Nov.: Öffnungszeiten unter www.kletterwald-speyer.de
- 📍 Ab S-Bhf. Speyer Nord/West ca. 10 Min. Fußweg.
- 💶 Erw. (ab 18 J.) 24,- €, Jugendliche (12-17 J.) 18,- €, Kinder (bis 11 J.) 14,- €. Alle Preise für 3-4 Std. Klettervergnügen.

Kletterwald Rhein-Neckar Viernheim

Den K2, die Annapurna oder nur die Seiser Alm erklimmen? Kann man alles machen, und zwar in Viernheim. Die zwölf Parcours im Kletterwald Rhein-Neckar sind nach bekannten Gipfeln benannt. So ist die Seiser Alm der ideale Anfängerparcours.



Es folgen Cevedale, Gran Zebrù und Mont Blanc in jeweils vier bis sechs Metern Höhe. Weiter geht's über Weißkugel, Ortler, Eiger und Grasherbrum bis zum K2, der schon nicht mehr so ganz ohne ist mit seinen bis zu 17 Meter Höhe. Es folgen der Sella-Ronda-Parcours, der um den Wald herum führt, und schließlich als Höhepunkt der Annapurna-Parcours, der dem Kletterer u. a. einen Tarzansprung mit freiem Fall abverlangt. Auf allen Parcours gilt es, Hindernisse wie Seilrutschen, Hängebrücken, Wackelbalken oder verschiedene Netzverbindungen zu überwinden. Bevor es losgeht, werden die Besucher jedoch mit professioneller Kletterausrüstung ausgestattet und in Sachen Sicherheit unterwiesen.

- i Lorsche Weg, 68519 Viernheim, Tel. 06198.519 0190, www.kletterwald-viernheim.de
- Öffnungszeiten unter www.kletterwald-viernheim.de oder telefonisch erfragen.
- ◎ Ab Bhf. Viernheim mit Buslinie 612 bis „Waldfriedhof“.
- € Mo-Fr: 9,90 € (2 Std.) o. 11,90 € (3 Std.). Sa, So u. Feiertage zzgl. 2,- €.

Kletterwald

Wald-Michelbach

Der Kletterwald, direkt neben der Sommerrodelbahn (s. S. 53), bietet mit insgesamt neun Parcours unterschiedlicher Höhe, Länge und Schwierigkeitsgrade und 80 Kletterübungen jedem Kletterfan genau das, was er sucht und braucht. Der niedrigste



Parcours mit einer Standhöhe von einem Meter kann bereits von Kindern ab vier Jahren genutzt werden. Von da aus geht es Schritt für Schritt bzw. Griff um Griff immer weiter hinauf, bis man eine luftige Höhe von 15 Metern erreicht hat. Für einen Adrenalinschub sorgt der Flying Fox Parcours; hier sausen die Kletterer an einem Seil mit Blitzgeschwindigkeit über eine Wiese hinunter ins Tal.

Neu ist das Kletterlabyrinth für Kinder zwischen drei und zwölf Jahren. Es kann ohne Kletterausrüstung genutzt werden und ist mit speziellen Netztunneln gesichert.

- ❶ Kreidacher Höhe 2, 69483 Wald-Michelbach, Tel. 06207. 922 4848, www.sommerrodelbahn-wald-michelbach.de
- 📅 April-Okt. tägl. 10-18 Uhr.
- 📍 Ab Mörlenbach Bhf. mit Buslinie 683 bis „Kreidacher Höhe“.
- 💶 Erw. 15,- €, Kinder (6-14 J.) 12,- €.

Camp4 Kletterzentrum

Zweibrücken

Dem Camp4 sieht man heute nicht mehr an, dass es früher einmal der Vorführraum eines Kinos der US-Armee war. Benannt ist es nach dem legendären Campground Yosemite Nationalpark, wo sich nach dem Zweiten Weltkrieg Menschen aus aller Welt



zum Klettern trafen. Mit insgesamt 130 Routen (2. bis 10. Grad) auf 800 Quadratmetern Fläche und bis zu zehn Metern Höhe bietet die Kletterhalle Camp4 jede Menge Möglichkeiten, sich auszutoben oder für Watzmann und Himalaya fit zu machen. Auch Boulderfreaks kommen im großen separaten Boulderbereich nicht zu kurz. Außerdem gibt es einen Raum zum Relaxen und Fachsimpeln, ein Bistro und einen Shop, der die gesamte Grundausrüstung und vieles mehr anbietet. Für Anfänger ist ein Einsteigerkurs obligatorisch.

- i** Pariser Str. 24, 66482 Zweibrücken, Tel. 06332.481 369, www.campvier.de
- 🕒** Mo-Fr 14-23 Uhr (nach Absprache vormittags auch für Schulklassen u. Gruppen), Sa 10-21 Uhr, So u. Feiertage 10-21 Uhr.
- 📍** Ab Zweibrücken Hbf mit Buslinie 226 bis „Pariser Straße“.
- €** Tageskarte: Erw. 9,50 €, Erm. 7,50 €, Kinder (7-14 J.) 5,- €, Familien 19,- €.



Icehouse Eppelheim

Laufschule, Eiskunstlaufen, Party on Ice, Restaurant.

- i** Rudolf-Diesel-Str. 20, 69214 Eppelheim, Tel. 06221.768 392, www.icehouse-eppelheim.de
- 🕒** Di-Do 9-12 Uhr u. 13-16.30 Uhr, Fr 9-12 Uhr u. 13-17.30 Uhr, Sa 14-18 Uhr u. 18.30-22 Uhr (Party on Ice), So 11.30-18 Uhr. Laufschule für Kids von 4-11 J.: So 10.30-11.30 Uhr, Eiskunstlaufen (ab 5 J.) unter www.tgworms.de o. Tel. 06247.477. Saison: Anfang Sept.-Anfang April.
- 📍** Ab Heidelberg Hbf mit Buslinie 32 o. Straßenbahnlinie 24 oder ca. 5 Min. Fußweg bis „Betriebshof“. Weiter mit Straßenbahnlinie 22 bis „Eppelheim, Jakobsgrase“, von dort ca. 5 Min. Fußweg.
- €** Erw. 5,- €, Kinder (4-11 J.) 4,- €, Jugendliche (12-17 J.) u. Stud. 4,50 €, Party on Ice 5,50 €; Schlittschuhverleih 3,50 €.

Freiluft-Kunsteisbahn Heddesheim



Kinderlauf, Eisdisco, 1x monatlich eine Sonderveranstaltung (z.B. Chart Hits, Ü-30-Party, R&B Night).

- i** Ahornstr. 78, 68542 Heddesheim, Tel. 06203.403 9686, www.heddesheim.de
- 🕒** Mo 14-17 Uhr (Kinderlauf), Di, Do u. Fr 9.30-22 Uhr, Mi 9.30-19 Uhr, Sa 9.30-16.30 Uhr u. 17-22 Uhr (Eisdisco), So 9.30-19 Uhr. Saison: Nov.-Mitte/Ende März. Um 11.30, 14, 16.30 u. 19 Uhr 30 Min. Laufpause wg. Aufbereitung der Eisfläche.
- 📍** Ab OEG-Bhf. Heddesheim Mo-Fr mit Buslinie 629 bis „Heddesheim, Sportzentrum“, Sa u. So mit Ruftaxilinie 6926 (tel. vorbestellen unter 06201/67806) bis „Heddesheim, Nordbadenhalle“.
- €** Erw. 3,20 €, Erm. 2,20 €; Discozuschlag 1,- €.



Christmas on Ice Heidelberg

Die Eisbahn ist in den Weihnachtsmarkt integriert. Glühwein, Punsch und Bratwurst sind rund um die Eisbahn erhältlich.

- i** Karlsplatz, Heidelberg, www.heidelberg-event.com
- 🕒** Jährlich Ende Nov.-Anfang/Mitte Jan. (21.11.16-8.1.17), tägl. 10-22 Uhr, Heiligabend geschl., 25./26. Dez. u. 1. Jan. 12-22 Uhr, 31. Dez. 12-1 Uhr.
- 📍** Ab Heidelberg Hbf mit Buslinie 33 bis „Rathaus/Bergbahn“, von dort aus wenige Min. Fußweg oder ab Bhf. Heidelberg-Altstadt ca. 10 Min. Fußweg.
- €** Erw. 4,- €, Kinder 3,- € (Laufzeit 90 Min.), Schlittschuhverleih 3,- €.

Open-Air-Eisstadion Ludwigshafen

2 Eisflächen, Laufschule, Eisdisco, Kiosk-Bistro.



- i** Saarlandstr. 70, 67061 Ludwigshafen, Tel. 0621.563 997, www.ercl.org
- 🕒** Vormittags: Mo-Fr 9-12 Uhr, Sa u. So 10-13 Uhr, Sa 12-13 Uhr Laufschule. Nachmittags: Mo-Sa 14.30-17.30 Uhr, So 15-19 Uhr. Abends: Fr u. Sa 19-22 Uhr Eisdisco. Saison: Mitte Okt.-Mitte März.
- 📍** Ab S-Bhf. Ludwigshafen-Mitte wenige Min. Fußweg bis „Berliner Platz“, von dort mit Stadtbahnlinie 6 bis „Stifterstraße“.
- €** Erw. 4,- €, Kinder (bis 17 J.) u. Stud. 3,- €, Erm. 2,50 €, Eisdisco 5,- €, Schlittschuhverleih 3,50 €.
- !** *Bei Vorlage einer gültigen Tages- oder Jugendgruppen-Karte oder eines Rheinland-Pfalz-Tickets 0,50 € Ermäßigung pro Person auf Eintritt und Schlittschuhverleih, einmalig 20 % Ermäßigung pro Ticket im Bistro bei Einkauf ab 5,- €. Ermäßigungen gelten Mo-Fr von 9-12 und 14.30-17.30 Uhr, Sa und So von 10-13 Uhr.*



Eissportzentrum Mannheim

2 Eishallen, Eisdisco, Anfängerlauf, Seniorenlauf, Schlägerlauf/
Eishockey (in den Herbst- u. Winterferien BaWü), Cafeteria.

- i** Käthe-Kollwitz-Str. 23 (am Neuen Messplatz), 68169 Mannheim, Tel. 0621.301 095 o. Infoline „Sport & Freizeit“ 0621.293 4004, www.mannheim.de
- Öffnungszeiten unter www.mannheim.de
Saison: Anfang/Mitte Okt.-Mitte März.
- Ab Mannheim Hbf mit Stadtbahnlinie 1 o. 3 bis „Neuer Messplatz“, von dort ca. 5 Min. Fußweg.
- €** Erw. 4,20 € (Tages- u. Abendlauf), Erm. 2,80 € (Tageslauf), 4,20 € (Abendlauf), Eisdisco 5,50 €, Schlittschuhverleih 4,60 €.

Eislaufen unter den Burgen Weinheim

Glühwein- u. Imbissstände an der Eisfläche.



- i** Atrium an der Bahnhofstraße, Weinheim.
- Erster Sa im Dez.-Mitte Feb., tägl. 10-22 Uhr.
- Ab Bhf. Weinheim ca. 500 m Fußweg.
- €** 3,- € pro Pers., Schlittschuhverleih 3,50 €.



Eissporthalle Wiesloch

Eisdisco, Kinderdisco, Bistro.

- i** Parkstr. 1, 69168 Wiesloch, Tel. 06222.935 070,
www.eishalle-wiesloch.de
- 🕒** Mo 10-17.45, Di 10-17.30, Mi 10-21, Do 10-18 Uhr, Fr 10-23.30 Uhr (ab 20 Uhr Disco), Sa 10-23.30 Uhr (ab 18 Uhr Disco), So 10-19 Uhr (ab 16 Uhr Kinderdisco); in den Schulferien längere Öffnungszeiten (siehe www.eishalle-wiesloch.de).
Saison: Sept.-April.
- 📍** Ab Bhf. Wiesloch/Walldorf mit Buslinie 702, 703, 706, 707 o. 708 bis „Wiesloch, Ringstraße“, von dort 10 Min. Fußweg.
- €** Erw. 5,- €, Kinder 4,- €, Jugendliche (12-17 J.) 4,50 €; Abendläufe u. Disco zzgl. 1,- €. Schlittschuhverleih 3,50 €.



ICE-Arena Zweibrücken

Eisdisco, Seniorenlauf, Familienlauf, Ladies Night, Bistro & Sportsbar.

- i** Europaallee 11, 66482 Zweibrücken, Tel. 06332.481 7977,
www.ice-arena.de
- 🕒** Mo 10-12 Uhr (Seniorenlauf), Mi 14-17 Uhr (Familienlauf) u. 19-21 Uhr, Fr 14-16 Uhr u. 20-22 Uhr (Ladies Night), Sa 15-17 Uhr u. 19-23 Uhr (ICE-Disco), So 10-12 u. 14-17 Uhr.
Saison: Okt.-April.
- 📍** Ab Zweibrücken Hbf mit Buslinie 226 bis „Eishalle“.
- €** Erw. 4,50 €, Kinder (bis 16 J.) 3,50 €, ICE-Disco 5,- €, Schlittschuhverleih 3,50 €.



Neckartalradweg

Bad Wimpfen – Mannheim

Der 420 km lange Neckartalradweg zwischen Schwenningen und Mannheim gehört zu den interessantesten und abwechslungsreichsten des Landes. Er verläuft meist auf gut ausgebauten Feld- und Wirtschaftswegen immer am Neckar entlang. Besonders schön ist die Burgen- und Schlösser-Etappe von der Stauferstadt Bad Wimpfen nach Mannheim. Das sind sportliche 120



km (6-8 Std.), die nicht unbedingt an einem Tag zurückgelegt werden müssen; die Strecke ist reich an idyllischen Orten, einladenden Gasthäusern und Sehenswürdigkeiten, für die es sich lohnt, einen Stopp einzulegen. Die Altstadt von Mosbach z. B. verzaubert mit ihren prächtigen Fachwerkhäusern, den verwinkelten Gassen und zahlreichen Einkehrmöglichkeiten. Die nächste Pause könnte im beschaulichen Hirschhorn, der „Perle des Neckartals“, eingelegt werden oder in der Vier-Burgen-Stadt Neckarsteinach, bevor es über Heidelberg nach Mannheim geht. Weiter geht's nicht, zumindest nicht auf dem Neckartalradweg, denn hier mündet der Neckar in den Rhein.

-  Genaue Streckenbeschreibung u. Hinweise auf Kartenmaterial: www.fahrrad-tour.de/Neckar u. www.neckartalradweg-bw.de
-  Bhf. Bad Wimpfen. Gute Bahnanschlüsse auf der gesamten Strecke.

Kraut und Rüben Radweg

Bockenheim – Schweigen

Der knapp 140 km lange Kraut und Rüben Radweg (Routenlogo „Rübe“) zwischen Bockenheim und Schweigen sollte das Label „Genießertour“ tragen. Denn zum einen radelt es sich auf den gut ausgebauten Rad- und Wirtschaftswegen in der flachen Rheinebene (kaum Steigungen!) hervorragend, auch mit Kindern. Zum anderen haben fast 70 Winzer- und Bauernhöfe, Ho-



teliers, Gastronomen, Freizeiteinrichtungen und Dienstleister „am Wege“ ihr Angebot speziell auf Radler abgestimmt. Neben Betten, Speis und Trank stellen sie Fahrradwerkzeug, Radwanderkarten und Bahnfahrpläne zur Verfügung. Die Betriebe sind entsprechend gekennzeichnet.

Die landwirtschaftsorientierte Radtour führt parallel zur Deutschen Weinstraße durch Obstanbaugebiete, Tabakfelder, Waldauen, Weinberge und Dörfer und vermittelt sehr eindrücklich die Charakteristika der Pfalz.

Auch Teilstrecken lassen sich problemlos fahren; gute Bahnverbindungen gibt es z. B. in Freinsheim, Haßloch, Neustadt und Kandel.

i Interessengemeinschaft Kraut und Rüben Radweg e. V.,
Gartenstr. 13, 67482 Altdorf, Tel. 06327.2341,
www.kraut-und-rueben-radweg.de

📍 Bhf. Bockenheim, Freinsheim, Haßloch, Neustadt, Kandel.

Skulpturen-Radweg



Buchen

Der Skulpturen-Radweg im Odenwald entstammt einem außergewöhnlichen Projekt, das 2004 mit einem Skulpturen-Wettbewerb der Kunstakademien Karlsruhe, Stuttgart und Halle begann. Etwa 45 Studenten waren damals vor Ort und evaluierten Radstrecke, Landschaft und kulturhistorische Besonderheiten, um auf dieser Basis ihre Entwürfe einzureichen. Eine Fachjury



wählte 18 Arbeiten aus, die nun den Radweg zu einer interessanten und originellen Ausstellungsstrecke machen.

Buchen eignet sich als Ausgangspunkt für die 77 km lange Rundstrecke über Seckach, Adelsheim, Ravenstein, Rosenberg und Osterburken. Der Weg ist am Bahnhof bereits ausgeschildert und führt durch den Ortsteil Bödighheim zum ersten Kunstwerk – zwei vielbeinigen weißen Wesen –, das den Namen „Glück unterwegs auf der Suche nach“ trägt. Besonders schön ist die filigrane Edelstahlkonstruktion „Flora und Fauna“ von Verena Frank am Ortsrand von Seckach. Und witzig, aber nicht minder beeindruckend ist der 18 Meter lange „Manta“ von Stefan Rohrer, der wie ein fossiler Urfisch am Wegesrand bei Rosenberg liegt.

-  Streckenbeschreibung, Karten, ausführliche Skulpturenradweg-Broschüre: www.skulpturenradweg.de
-  Bhf. Buchen. Gute Bahnanschlüsse auf der gesamten Strecke.

Queichtalradweg

Germersheim – Hauenstein

Dieser Radweg könnte auch „Der Queich auf der Spur“ heißen, denn er führt von deren Mündung in den Rhein bis zur Quelle im Pfälzerwald. Die 58 km lange Strecke ist recht einfach zu erra-



deln, da sie überwiegend eben und größtenteils auf autofreien, asphaltierten Wegen verläuft. Von der Festungsstadt Germersheim aus geht es zunächst Richtung Bellheim, dann nach Offenbach, wo man mit etwas Glück Weißstörche auf den Queichwiesen beobachten kann, und weiter bis Landau. In dem sympathischen Universitätsstädtchen kann man die erste Verschnaufpause einlegen. Oder man hebt sie sich für den nächsten Ort, das schicke Winzerdorf Siebeldingen, auf. Ein weiterer Stopp bietet sich in Annweiler am Trifels an, dessen historische Altstadt mindestens einen Bummel wert ist, bevor es an den Endspurt geht. Das letzte Stück des Weges führt über Rinnthal und Wilgartswiesen durch das idyllische Queichtal in die Schuhstadt Hauenstein.

i Infos u. Streckenbeschreibung: Südpfalz-Tourismus,
Luitpoldplatz 1, 76726 Germersheim, Tel. 07274.53 300,
www.suedpfalz-tourismus.de

o Bhf. Germersheim u. Bhf. Hauenstein



Barbarossa-Radweg

Glan-Münchweiler – Worms

Wer sich auf den 88 km langen Barbarossa-Radweg begibt, quert die Pfalz von West nach Ost und durchradelt dabei die typischen Landschaften der Pfalz: das Pfälzer Bergland, den Pfälzerwald und schließlich die von Weinbau geprägte Rheinebene. Die Strecke verläuft überwiegend auf autofreien, meist asphaltierten Forst- und Wirtschaftswegen. Teilweise sind die Wege jedoch naturbelassen, d. h. für Rennräder nicht geeignet. Die Strecke ist relativ eben; nur auf dem 5 km langen Abschnitt zwischen Eiswoog und Alsenborn sind einige Steigungen zu nehmen.



Startpunkt ist der Bahnhof von Glan-Münchweiler. Wirtschaftswege und ruhige Landstraßen führen, an kleinen Flussläufen entlang, über Mackenbach und Siegelbach an Kaiserslautern vorbei (27 km). Auf Waldwegen geht's weiter ins Landschaftsschutzgebiet Eselsbach. Über Enkenbach-Alsenborn, den Eiswoog und Ramsen gelangt man nach Eisenberg (32 km). Der nächste Ort ist Ebertsheim; ab hier geht es auf einem Fuß- und Radweg parallel zur Landstraße nach Asselheim. Der Radweg Deutsche Weinstraße führt nun nach Bockenheim, ins „Weinland“. Nach einer Rieslingschorle radelt es sich beschwingt durchs Eisbachtal nach Worms. Der Weg endet an der Nordostseite des Doms (29 km).


-  Streckenbeschreibung u. Kartendownloads: www.pfalz.de
-  Bhf. Glan-Münchweiler u. Bhf. Worms. Gute Bahnanbindung auf der gesamten Strecke.


Kurpfalzroute Heidelberg – Speyer

Die Kurpfalzroute eignet sich gut für einen Familien-Tagesausflug. Denn sie ist mit 31 km überschaubar und verläuft weitgehend eben. Man kann die Tour in Heidelberg am Hauptbahnhof oder am Kornmarkt unterhalb des Schlosses beginnen. Erster



Anhaltspunkt ist Eppelheim, dann geht es durch die Felder der Kurpfalz über Plankstadt nach Schwetzingen. Nun hat man fast die Hälfte der Tour zurückgelegt. Grund genug, vom Sattel zu steigen und eine Verschnaufpause einzulegen. Es lohnt sich, einen Blick auf das Schloss zu werfen, durch den Schlossgarten zu bummeln – besonders im Frühling, wenn die japanischen Kirschbäume blühen – und die Seele baumeln zu lassen in einem Café am schönen Schlossplatz. Von hier aus geht es dann über Ketsch weiter durch Felder, Wälder, am Altrhein entlang und schließlich durch die Rheinebene und über den Rhein nach Speyer. Die Tour endet am Kaiserdom, einem Meisterwerk romanischer Baukunst. Die weltweit größte romanische Kathedrale gehört seit 1981 zum UNESCO-Weltkulturerbe.

 Infos u. Streckenbeschreibung www.heidelberg.de u. www.tourismus-bw.de



 Hbf Heidelberg o. S-Bhf. Karlstorbahnhof u. Speyer Hbf.

Drei-Länder-Radweg Hirschhorn – Michelstadt

Der 225 km lange Drei-Länder-Radweg durch Baden-Württemberg, Hessen und Bayern ist etwas für geübte Radfahrer, da es einige Höhen zu überwinden gilt. Die Strecke führt von Obernburg im Norden über Michelstadt nach Ebersberg im Westen, über Hirschhorn nach Mosbach im Süden, von dort nach Walldürn im Osten und über Miltenberg zurück zum Ausgangspunkt. Als Tagesausflug eignet sich z. B. die knapp 50 km lange Strecke zwischen dem Schloss- und Burgsitz Hirschhorn am Ne-



ckar und dem Mittelalter-Städtchen Michelstadt. Auf gut befahrbaren Waldwegen geht es zunächst bergauf nach Rothenberg; die Müh' wird mit einem prachtvollen Panoramablick belohnt. Bis Beerfelden verläuft der Weg auf einem Höhenrücken. Von dort geht's bergab nach Hetzbach und an der historischen Eisenbahnbrücke „Himbächel-Viadukt“ vorbei nach Ebersberg. Hier heißt es noch mal die Zähne zusammenbeißen und eine kurze Anhöhe nehmen, um dann auf einem Höhenweg mit herrlichem Blick ins Mümlingtal bis Erbach zu radeln. Dort sollte man sich Zeit für einen Abstecher in die Altstadt mit Schloss, Orangerie und Lustgarten nehmen und das Elfenbeinmuseum besuchen. An der Mümling entlang radelt es sich schließlich ganz bequem die letzten beiden Kilometer nach Michelstadt, wo ein frisch gezapftes Bier im „Rathausbräu“ in der schönen Altstadt den krönenden Abschluss der Tagestour bilden könnte.



-  Genaue Streckenbeschreibung u. Hinweise auf Kartenmaterial: www.fahrradreisen.de und www.tg-odenwald.de
-  Bhf. Hirschhorn u. Michelstadt.

Rund um die Spargelstadt Lampertheim

Lampertheim und Umgebung lassen sich ganz wunderbar mit dem Rad erschließen, denn das Land ist eben und die Gemeinde verfügt über ein sehr gut ausgebautes Radwegenetz. Die insge-



samt neun Routen (6 bis 17 km) eignen sich für Ausflüge mit Kindern und sind so angelegt, dass sie den einen oder anderen Abstecher zulassen. Der „Rundweg um Lampertheim“ z. B. wird vom Bahnhof aus in Richtung Lorsch erreicht. Mit 14 Kilometern ist diese Tour zwar überschaubar, doch sollte man genügend Zeit einplanen – für einen Besuch des Heimatmuseums etwa oder für die Hauptattraktion Lampertheims, die Pfarrkirche St. Michael, einen Barockbau von Balthasar Neumann, im Stadtteil Hofheim. Besonders idyllisch ist das Natur- und Vogelschutzgebiet „Lampertheimer Altrhein“, eine von Auenwäldern und -wiesen, Obstbäumen, Pyramidenpappeln und Stieleichen geprägte Flusslandschaft. Bekannt ist das Schutzgebiet für seine enorme Artenvielfalt von seltenen Brut- und Rastvögeln; knapp 100 Vogelarten sind bisher entdeckt worden. Also, ruhig mal vom Rad absteigen und den Blick schweifen lassen (Fernglas nicht vergessen!). Wer Glück hat, entdeckt vielleicht auch eine der selten gewordenen Sumpfschildkröten.

-  Rathaus-Service im „Haus am Römer“, Domgasse 2, 68623 Lampertheim, Tel. 06206.935 100, www.lampertheim.de (hier auch Kartenmaterial).
-  Die Radrouten beginnen am Bhf. Lampertheim.



Aller-retour en vélo

Landau – Wissembourg

Warum nicht mal eben nach Frankreich radeln und es sich gut gehen lassen? Die rund 100 km lange Radtour von Landau nach Wissembourg und zurück kann ganz flexibel angegangen werden, da Teile der Strecke auch mit dem Zug zurückgelegt werden können. Von Landau aus radelt man auf dem schönen Queichtal-Radweg über Annweiler und Hauenstein nach Hinterweidenthal



(34 km). Die Strecke ist gut ausgebaut, hat kaum Steigungen, eignet sich also auch für Kinder. Nun begibt man sich auf den deutsch-französischen Pamina-Radweg, der ebenfalls leicht zu nehmen ist, und fährt an der Lauter entlang durch Dahn, Bruchweiler und Bobenthal nach Wissembourg (30 km). Hier auf jeden Fall absteigen, Patisserien oder Flammkuchen goutieren und verschnauen – denn die Weiterfahrt auf der Deutschen Weinstraße verlangt einiges an Kondition ab. Bergauf, bergab geht's über Schweigen (3 km), Bad Bergzabern (10 km) und Birkweiler (16 km) zurück nach Landau (8 km).

- i** Infos u. Kartenmaterial: Südliche Weinstraße e. V., An der Kreuzmühle 2, 76829 Landau, Tel. 06341.940 407, www.suedlicheweinstrasse.de
- o** Landau Hbf. Gute Bahnanschlüsse auch in Hinterweidenthal, Wissembourg, Bad Bergzabern, Birkweiler und weiteren Bahnhöfen an der Strecke.



Welterbe-Radweg

Lorsch – Speyer

Natur pur und Kultur vom Feinsten verbindet der Welterberadweg zwischen Lorsch und Maulbronn. Denn man erradelt sich drei von der UNESCO als Weltkulturerbe anerkannte Sehenswürdigkeiten: Kloster Lorsch, den Kaiserdom zu Speyer und Kloster Maulbronn.

Dafür müssen allerdings sportliche 170 km zurückgelegt werden. Als (stramme) Tagestour eignet sich die rund 60-km-Strecke von Lorsch nach Speyer (Wegmarkierung: orange Domtürme mit Hochrad). Startpunkt ist Kloster Lorsch mit seiner berühmten karolingischen Königshalle aus dem 9.



Jahrhundert. Von hier geht's über Hemsbach nach Weinheim, womit man bereits ein Viertel der Strecke hinter sich gelassen hat. Grund genug für eine erste Pause, am besten in einem Café auf dem historischen Marktplatz, den Kaiser Joseph II. mit dem denkwürdigen Satz „Hier fängt Deutschland an, Italien zu werden!“ kommentierte. Nach weiteren 15 km ist das äußerst idyllische Ladenburg am Neckar erreicht. Auch hier kann man ruhig mal vom Sattel steigen und ein wenig durch die Gassen flanieren, bevor es nach Schwetzingen geht. Sehenswert sind hier das Schloss, die einstige Sommerresidenz Karl Theodors, und der weitläufige Schlossgarten, und es locken etliche Einkehrmöglichkeiten am hübschen Schlossplatz. Knapp 20 km sind es nun noch bis Speyer mit seinem Kaiserdom, einem Meisterwerk romanischer Baukunst, der mit seiner Größe und zugleich Schlichtheit beeindruckt.

- i** Tourist-Information Speyer, Maximilianstr. 13, 67346 Speyer, Tel. 06232.142 392, www.speyer.de
Streckenbeschreibung: www.adfc.de
- 📍** Bhf. Lorsch u. Bhf. Speyer

Odenwald-Radrundweg

Mosbach – Zwingenberg

Diese sehr schöne, knapp 60 km lange Rundtour, die vom Neckartal über wunderbare Alleen in die Höhen des Odenwalds und wieder zurück führt, lässt sich bequem an einem Tag (4 bis 5 Std.) erradeln. Es geht zwar bis zu 590 Meter in die Höhe, doch so gemächlich, dass auch wenig Trainierte mühelos hinauf-



kommen. In Mosbach sollte man nicht losfahren, ohne sich den Marktplatz mit seinen hübschen Fachwerkhäusern angesehen zu haben. Ca. 2 km hinter Mosbach beginnt der „Odenwald-Madonnenradweg“, auf dem man die nächsten rund 35 km bleibt. Zunächst geht es auf einer ehemaligen Eisenbahntrasse stetig bergauf. Bergab geht es erst in Unterdielbach, aber dann mit einigem Tempo. In Zwingenberg lohnt sich die Besichtigung der Burg. Hier heißt es dann auch wechseln auf den „Neckarradweg“; nach rund 20 km hat man den Ausgangspunkt wieder erreicht.

i Genaue Wegbeschreibung unter www.fahrrad-tour.de/Odenwald/Odenwaldradtour1.htm

Kartenempfehlung: Odenwald-Südost, 1:50.000, Landesamt für Geoinformation u. Landesentwicklung Baden-Württemberg (Blatt 31).

📍 Bhf. Mosbach.

Mit eingebautem Rückenwind Pirmasens

Lust auf eine Radtour in und um Pirmasens herum, aber zu viel Respekt vor den sieben Pirmasenser Hügeln? Kein Problem! Dafür gibt es Pedelecs, auch Elektroräder oder E-Bikes genannt. Ein Elektromotor hilft beim Treten nach, so dass man nach einer Radtour zwar fit, aber nicht fix und fertig ist. Das Gute am Pedelec ist, dass es kein Mofa ist: Der Motor wird erst aktiv, wenn man in die Pedale tritt, und gleicht über einen Bewegungssensor nur das aus, was an Muskelkraft fehlt. Pedelecs eignen sich für Gruppenausflüge, da meist nicht alle Teilnehmer die gleiche Leistungsstärke haben: Mit dem eingebauten Rückenwind verliert niemand den Anschluss. Man muss übrigens nicht befürchten, irgendwann auf der Strecke liegen zu bleiben. Eine Akkuladung reicht für 80 bis 100 km; damit kann man ein ganzes Stück der Schuhmetropole Pirmasens und der Südwestpfalz erobern. Zu empfehlen ist der 24,5 km lange Dynamikum-Rundweg: Er führt durch zwei wildromantische Täler, an einem Geopfad und an 13 Außenexponaten des Dynamikum Science Centers entlang und informiert an 38 Stationen über Geschichte und Landwirtschaft der Region. Oder man macht auf dem 41 km langen Radweg „Le vent dans le dos“ einen Abstecher nach Bitche in Frankreich. Beide Touren starten am Dynamikum Science Center, direkt an der Touristinfo.



- i Mietstation für 10 Pedelcs: Touristinfo im Reinberger, Fröhnstr. 8, 66954 Pirmasens, Tel. 06331.239 4321, tourismus@pirmasens.de, www.pirmasens.de
- P Reservierung empfohlen! Weitere Infos u. Verleihstationen unter www.moveo.com
Verleih: Mai-Okt.
- O Ab Pirmasens Hbf ca. 5 Min. Fußweg
- € 19,- €/1 Tag (9-18 Uhr); 9,50 €/4 Std.
- ! *Bei Vorlage eines gültigen VRN-Fahrscheins 1,- € Rabatt auf Pedelec-Tageskarte u. 0,50 € auf Halbtageskarte.*



Leimbachroute

Schwetzingen – Sinsheim

Die 46 km lange Leimbachroute folgt dem Lauf des Leimbachs von dessen Quelle im Kraichgau bei Sinsheim bis zur Mündung in den Rhein bei Schwetzingen. Die Tour gilt als leicht, da sie fast durchgehend eben ist und auf bequemen Wirtschafts- und



Feldwegen, meist abseits verkehrsreicher Straßen verläuft. Sie ist außerdem gut ausgeschildert, und an den fünf Bahnhöfen auf der Strecke weisen ausführliche Infotafeln auf die Leimbachroute hin. Die Route führt von Schwetzingen aus über Oftersheim (S-Bhf.), Sandhausen, Leimen (S-Bhf.), Nussloch, Wiesloch (S-Bhf.) und Dielheim nach Sinsheim-Hoffenheim und ist als heimatkundliche Gewässer-Erlebnistour konzipiert. Sie führt durch Rheinauen, urbane Siedlungen und idyllische Kraichgaudörfer; man entdeckt ursprüngliche, aber auch neugestaltete Abschnitte des Leimbachs, radelt an Spargelhöfen und ehemaligen Zigarrenfabriken vorbei, steht plötzlich vor einem alten Bergwerk, einem alten jüdischen Friedhof oder einem kurfürstlichen Wasserwerk.

-  Infos u. Streckenbeschreibung/Routenführer unter www.leimbachroute.de
„Routenführer Leimbachroute“ kostenlos zu beziehen bei den zehn Leimbach-Gemeinden o. beim Nachbarschaftsverband Heidelberg-Mannheim unter www.nachbarschaftsverband.de
-  Schwetzingen Bhf. u. Sinsheim-Hoffenheim S-Bhf.




E-Biken durchs Taubertal

Tauberbischofsheim

Das Taubertal ist wegen seiner Landschaft und der sehr guten Radwege beliebtes Ausflugsziel für Radfahrer. Da zahlreiche Touren – vor allem die in die Seitentäler der Tauber und in die Ausläufer Hohenlohes und des Odenwaldes – mit ziemlichen



Höhenunterschieden versehen sind, empfiehlt sich die Nutzung eines E-Bikes. Die Region ist mittlerweile mit recht vielen Ausleih- und Akkuladestationen ausgestattet. Tauberbischofsheim z. B. bietet beides und ist Ausgangspunkt für einige Rundtouren. Eine von ihnen führt nordwestlich von Tauberbischofsheim durchs Brehmbachtal zum Hohen Herrgott (58 km). Mit E-Bike ist die hügelige, teilweise stark ansteigende Strecke (zwischen Königheim und Külsheim) leicht zu nehmen. In Bronnbach sollte man sich das Kloster anschauen. Wer eine kleinere Runde drehen möchte, für den ist die knapp 27 km lange Tour durch die ländlich geprägten Stadtteile Dittwar, Dittigheim, Distelhausen und Impfingen genau richtig. Mit E-Bike bleibt dann auch noch genug Puste, um sich die am Weg liegenden Barockkirchen und Bildstöcke anzuschauen und einen Schoppen zu sich zu nehmen.

-  E-Bike-Verleih: 2-Rad-Esser, Daimlerstr. 5, 97941 Tauberbischofsheim, Tel. 09341.5118, www.2-rad-esser.de
Infos zu Radtouren u. allen Akkulade- u. Verleihstationen im Taubertal: Tourismusverband „Liebliches Taubertal“, Tel. 09341.825 806, www.liebliches-taubertal.de
-  Bhf. Tauberbischofsheim. Startpunkt: Marktplatz bzw. Türmersturm.
-  Leihgebühr: 20,- €/Tag

Bergstraßen-Radweg naturnah



Weinheim – Heidelberg

Der Bergstraßen-Radweg naturnah (Markierung: „die bergstrasse naturnah“) schlängelt sich zwischen Darmstadt und Heidelberg auf romantischen Wegen durch die Täler der schönen Bergstraße.



Mit etwas sportlichem Ehrgeiz und guter Kondition schafft man die ca. 85 km der als mittelschwer eingestuften Tour in sechs Stunden. Wer das Ganze entspannter angehen möchte, nimmt sich eine Teilstrecke vor – zum Beispiel das letzte Viertel des Bergstraßen-Radwegs von Weinheim nach Heidelberg – und verweilt dafür hier und da ein wenig länger. So sollte man Weinheim nicht verlassen, ohne sich zum Tour-Auftakt einen Kaffee auf

dem historischen Marktplatz zu gönnen und das südländische Flair auf sich wirken zu lassen. Erster Zwischenstopp könnte das mittelalterliche Hirschberg sein. Weiter geht's über Schriesheim (hübsche Altstadt!) nach Ladenburg. Auch hier lohnt es sich abzustiegen, durch die gepflegte historische Altstadt zu bummeln und – warum nicht? – einen Blick in die Fahrradausstellung im Automuseum Dr. Carl Benz zu werfen. Bis zum Tourenendpunkt, der Alten Brücke in Heidelberg, sind es dann über Dossenheim nur noch ein paar Kilometer.

-  Info u. Streckenbeschreibung unter www.diebergstrasse.de
-  Weinheim Bhf.



Pirminius-Radweg

Zweibrücken – Waldfischbach

Dem Wandermönch, „Pfalzmissionar“ und Gründer vieler Klöster in Südwestdeutschland und dem Elsass, Pirminius, ist dieser Radweg zwischen Hornbach in der Südwestpfalz, nahe der französischen Grenze, und Wilgartswiesen/Spirkelbach an den südöstlichen Ausläufern des Pfälzerwalds gewidmet. Die ca. 75 km lange Tour durch das einstige Wirkungsgebiet des frommen Mannes verläuft größtenteils auf Forst-, Wirtschafts- und Rad-



wegen und fast die gesamte Strecke ist asphaltiert. Trotzdem sollte man wegen einer steilen vier Kilometer langen Steigung bei Pirmasens gut trainiert sein. Möchte man auf diese Anstrengung verzichten, empfiehlt sich die schöne knapp 30 km lange Teilstrecke zwischen Zweibrücken und Waldfischbach. Von Zweibrücken aus geht es auf bequemen, überwiegend verkehrsfreien, ruhigen Wegen immer gen Osten durch das breite Tal des Schwarzbaches bis Thaleischweiler-Fröschen. Von dort radelt man nochmals etwa 5 km in nordöstlicher Richtung bis Waldfischbach.

-  Info u. Streckenbeschreibung unter www.pfalz.de und www.adfc-tourenportal.de
-  Zweibrücken Bhf. u. Waldfischbach-Burgalben Bhf.



Autofreie Tage/Radlertage

Rheinradeln

Termin 22. Mai 2016, 10-19 Uhr

Info www.rheinradeln.com

Start/Ziel Worms – Oppenheim

Weinstraße: Aktionstag des Kraut und Rüben Radwegs

Termin 12. Juni 2016

Info www.kraut-und-rueben-radweg.de

Start/Ziel Bockenheim – Schweigen/Deutsches Weintor

Mobil ohne Auto – Lebendiger Neckar



Termin 19. Juni 2016, 11-19 Uhr

Info www.lebendigerneckar.de

Start/Ziel Mannheim – Eberbach

Autofreies Wallhalbtal

Termin 19. Juni 2016, 9-18 Uhr

Info www.pfalz.de

Start/Ziel Wallhalben



Natürlich Mobil

Termin 19. Juni 2016, 8-18 Uhr

Info www.tg-odenwald.de

Start/Ziel Mosbach – Heilbronn

Pirmasens: Schlabbeflicker-Radmarathon

Termin Marathon: 26. Mai 2016 (immer Fronleichnam)

Info www.pirmasens.de, www.rsv-pirmasens.de

Start/Ziel Stadion im Sportpark Husterhöhe

Autofreies Lautertal

Termin 7. August 2016, 10-18 Uhr

Info www.pfalz.de

Start/Ziel Otterbach – Lauterecken

Autofreier Sonntag Liebliches Taubertal

Termin 7. August 2016, 10-18 Uhr

Info www.liebliches-taubertal.de

Start/Ziel Bad Mergentheim – Rothenburg ob der Tauber

Familientag im Appelbachtal

Termin 21. August 2016, 10-18 Uhr

Info www.rockenhausen.de

Start/Ziel Würzweiler – Pfaffen-Schwabenheim

Erlebnistag Deutsche Weinstraße

Termin 28. August 2016

Info www.pfalz.de

Start/Ziel Bockenheim – Schweigen

Autofreies Eistal

Termin 3. Oktober 2016 u. 2017, 10-18 Uhr

Info www.eisenberg.de

Start/Ziel Eiswoog/Ramsen – Obrigheim

Unterwegs mit dem Verkehrsverbund Rhein-Neckar (VRN)

Mehr als 50 Verkehrsunternehmen in 24 Städten und Landkreisen sorgen im Verkehrsverbund Rhein-Neckar (VRN) mit einheitlichen Tarifen und gut aufeinander abgestimmten Fahrplänen dafür, dass Sie bequem mit Bus und Bahn unterwegs sein können.

Rund 10.000 Quadratkilometer groß ist das Gebiet, in dem VRN-Tarifangebote uneingeschränkt gelten. Es umfasst Teile der drei Bundesländer Baden-Württemberg, Rheinland-Pfalz und Hessen und reicht von Alzey und Bensheim im Norden bis Germersheim, Sinsheim und Wissembourg an der französischen Grenze im Süden, von Kusel und Zweibrücken im Westen bis weit in den Odenwald, ins Taubertal und nach Würzburg im Osten.








Die Tages-Karte – das ideale Ticket für Ihren Ausflug

Die Tages-Karte gilt für bis zu fünf gemeinsam reisende Personen. Die Anzahl der gemeinsam reisenden Personen muss beim Kauf der Tages-Karte angegeben werden. Die Tages-Karte wird für drei Geltungsbereiche (Preisstufen) ausgegeben und berechtigt zu beliebig häufigen Fahrten mit allen Bussen, Straßenbahnen und freigegebenen Zügen (DB: RE, RB und S-Bahn jeweils in der 2. Klasse) im jeweiligen Geltungsbereich am Tag der Entwertung bis 3 Uhr des Folgetages (bis 6 Uhr in den Nächten Fr/Sa und Sa/So sowie vor gesetzlichen Feiertagen). Hunde werden wie erwachsene Personen gezählt. Vorteil für Familien: Mit der



Tages-Karte für eine oder zwei Personen können (Groß-) Eltern beliebig viele eigene (Enkel-) Kinder bis einschließlich 14 Jahre kostenlos mitnehmen.

Tages-Karte

Preisstufen					
0 - 3	6,50 €	9,20 €	11,90 €	14,60 €	17,30 €
4 - 5	12,00 €	15,20 €	18,40 €	21,60 €	24,80 €
6 - 7 (Netz)	17,50 €	21,30 €	25,10 €	28,90 €	32,70 €

Tarif 1/2016

Besondere Tickets für Kindergarten-, Schüler- und Jugendgruppen

Kindergartengruppen in Begleitung können bis zu einer Gruppengröße von 30 Personen mit einer Tages-Karte für drei Personen der entsprechenden Preisstufe die Verkehrsmittel im VRN nutzen. Regelmäßige Fahrten zwischen Wohnort und Kindergarten sind hiervon ausgenommen.

Jugendgruppen-Karte

Preisstufen	5 Personen
0 - 3	11,10 €
4 - 5	17,30 €
6 - 7 (Netz)	23,40 €

Tarif 1/2016

Schüler- und Jugendgruppen fahren am günstigsten mit der Jugendgruppen-Karte. Sie gilt wie die Tages-Karte einen Kalendertag lang für bis zu fünf gemeinsam reisende Personen bis einschließlich 17 Jahre, wobei eine Person pro Karte älter sein darf. Schülerinnen

und Schüler mit MAXX-Ticket benötigen in der Regel keinen zusätzlichen Fahrausweis. Ausnahmen: Fahrten in Übergangstarifgebiete und in die Westpfalz. Bitte melden Sie Ihre Kindergarten- oder Klassenausflüge einige Tage vor Fahrtantritt bei dem jeweiligen Verkehrsunternehmen an.

Fahrradmitnahme im VRN

Vor allem in den Zügen der Deutschen Bahn ist die Fahrradmitnahme meistens bequem möglich. In den Straßenbahnen und Bussen können Sie Ihr Fahrrad ebenfalls zu bestimmten Zeiten mitnehmen, mehr dazu finden Sie unter www.vrn.de im Menüpunkt „Tickets“. Montags bis freitags ab 9 Uhr und

an Wochenenden und Feiertagen ist die Fahrradmitnahme kostenlos; wochentags vor 9 Uhr brauchen Sie für Ihr Rad einen Fahrradfahrchein der entsprechenden Preisstufe. Grundsätzlich gilt aber: Die Fahrradmitnahme ist nur möglich, wenn der Platz ausreicht; Kinderwagen und Rollstühle haben Vorrang.

Weitere attraktive Tarif-Angebote über die Grenzen des VRN-Gebiets hinweg:

hessenticket

Das hessenticket ist ein Angebot der drei hessischen Verkehrsverbände. Mit ihm fahren bis zu fünf Personen montags bis freitags von 9 Uhr bis Betriebsende, an Wochenenden und gesetzlichen Feiertagen in Hessen von Betriebsbeginn bis Betriebsende in allen Verbundverkehrsmitteln (2. Klasse) im Bundesland Hessen und darüber hinaus in den Waben 43 (Worms), 65 (Weinheim) und 107 (Eberbach) des RMV/VRN-Übergangstarifgebiets sowie in Mainz. Es kostet 34,- €.

Rheinland-Pfalz-/Saarland-Ticket

Das Rheinland-Pfalz-/Saarland-Ticket kann von bis zu fünf gemeinsam reisenden Personen oder von Eltern/Großeltern (max. zwei Erwachsene) mit beliebig vielen eigenen Kindern/Enkeln bis einschließlich 14 Jahre („Familienkinder“) genutzt werden. Es kostet 24,- € plus 5,- € für jede weitere zahlungspflichtige Person (im Internet und am Automaten). Familienkinder und Kinder bis einschließlich 5 Jahre fahren unentgeltlich. Es gilt an einem Tag Ihrer Wahl, montags bis freitags von 9 Uhr bis 3 Uhr des Folgetags, an Wochenenden und gesetzlichen Feiertagen von 0 bis 3 Uhr des Folgetags in allen Nahverkehrszügen (2. Klasse) der DB AG in Rheinland-Pfalz und im Saarland. Im VRN wird dieses Ticket ebenfalls anerkannt, und zwar in allen Bussen und Bahnen im rheinland-pfälzischen Teil des VRN bis Mannheim Hbf.

Baden-Württemberg-Ticket

Das Baden-Württemberg-Ticket kann von bis zu fünf gemeinsam reisenden Personen oder von einer Person oder von Eltern/Großeltern (max. zwei Erwachsene) mit beliebig vielen eigenen Kindern/Enkeln bis einschließlich 14 Jahre („Familienkinder“) genutzt werden. Ein Ticket kostet 23,- € plus 5,- € für jede weitere zahlungspflichtige Person (im Internet und am Automaten). Familienkinder und Kinder bis einschließlich 5 Jahre fahren un-



entgeltlich. Es gilt an einem Tag Ihrer Wahl, montags bis freitags von 9 Uhr bis 3 Uhr des Folgetags, an Wochenenden und gesetzlichen Feiertagen von 0 bis 3 Uhr in allen Nahverkehrszügen (2. Klasse) der DB AG in Baden-Württemberg. Im VRN wird dieses Ticket ebenfalls anerkannt und zwar in allen Bussen und Bahnen im baden-württembergischen Teil des VRN sowie auf der Strecke Mannheim-Viernheim-Weinheim.

IMPRESSUM

HERAUSGEBER Verkehrsverbund Rhein-Neckar GmbH (VRN GmbH)

Unternehmensgesellschaft Verkehrsverbund Rhein-Neckar GmbH (URN GmbH)

VERANTWORTLICH FÜR DEN INHALT

Geschäftsführer Volkhard Malik (VRN GmbH)

Geschäftsführer Rüdiger Schmidt (URN GmbH)

KONZEPT UND REALISIERUNG

Konzept: Beate Siegel, VRN GmbH

Text: Nadja Encke; Gestaltung: imke-krueger-gestaltung.de

Druck: Druckerei Ziegler, Neckarbischofsheim

Karte Umschlagklappe: Kartographie Peh & Schefcik GbR

BILDNACHWEISE

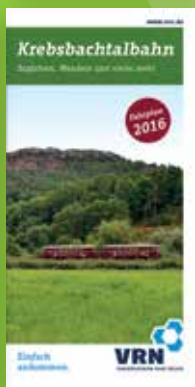
Titelfoto: Ryan McVay Getty Images; S 7: Dr. Peter Dell; S. 9: Pfalz.Touristik e. V./ Dominik Ketz; S. 11: Donnersberg-Touristik-Verband; S. 12: Martin Riedl/Stadt Eberbach; S. 14: Katja Heil Fotografie; S. 16: Heidelberg Marketing GmbH; S. 17: Bernd Bachert; S. 18: Tourismus Service Bergstraße e. V.; S. 25: BYTE XXL IT GmbH; S. 29: Roland Robra; S. 30: Kuntz Verlags GmbH; S. 31: WIESENFARTH@ BEN-FOTODESIGN.DE; S. 34: Maria Zimmermann; S. 35: wikipedia/Urlunkwill; S. 36: Stadt Lindenfels, Klaus Johe; S. 38: Stadt Buchen; S. 39: Josef Scherer; S. 49: fengbarth; S. 51: DGEG Pfalzbahnmuseum Neustadt; S. 55: HHV; S. 60: Jan-Erik Nord; S. 63: Gemeinde Waldbrunn; S. 66 Stadt Bad Mergentheim Kurverwaltung; S. 67: Naturpark Neckartal-Odenwald; S. 68: Thomas Haltner, Bildarchiv Südliche Weinstrasse e. V.; S. 71: Dominik Ketz, RPT GmbH, Bildarchiv Südliche Weinstraße; S. 73: Immanuel Giel, wikipedia; S. 74: Rolf Schädler; S. 95: Südpfalz-Tourismus Landkreis Germersheim e.V.; S. 96: Dieth & Schröder; S. 97: Heidelberg Marketing GmbH/Foto Tobias Schwerdt; S. 98: TG Odenwald; S. 99: Euregio Rhein-Waal, Projekt Demarrage, P. Gawandtka; S. 100: Dominik Ketz – Südliche Weinstrasse e. V.; S. 101: Wirtschaftsförderung Bergstraße GmbH (WFB); S. 104: Nachbarschaftsverband Heidelberg-Mannheim; S. 107: Südwestpfalz Touristik; S. 108: Heidelberg Marketing GmbH, Tobias Schwerdt. Für die restl. Fotos liegen die Rechte bei der jeweiligen Institution.

5. aktualisierte Auflage. Stand März 2016. Tarifstand 1/2016.

Alle Angaben ohne Gewähr.

Diese Broschüre wurde klimaneutral gedruckt.

Weitere Ausflugstipps:



Alle Broschüren zum Download unter www.vrn.de, erhältlich bei vielen Verkaufsstellen im VRN-Gebiet.

**App laden.
Ticket buchen.
Losfahren!**

Einfacher geht's nicht:
Das **Handy-Ticket!**
www.vrn.de/handyticket



**Einfach
ankommen.**

*Beim VRN gibt es
Fitnessgeräte, die Sie
wirklich weiterbringen.*

*Das VRNnextbike.
Miet' mich in
MA, HD, IU und SP.*



**Einfach
ankommen.**



VRN

VERKEHRSVERBUND RHEIN-NECKAR

Weitere Informationen:

VRN-Fahrplanauskunft

Ihren individuellen Weg zum Ziel finden Sie einfach und bequem mit der VRN-Fahrplanauskunft. Geben Sie einfach Ort und Ausflugsziel ein und wir zeigen Ihnen, wie Sie am schnellsten hinkommen.

www.vrn.de

Unter der VRN-Service Nummer 01805.876 4636*
Tarifauskünfte Mo bis Fr 8-17 Uhr,
Fahrplanauskünfte rund um die Uhr

VRN-Online-Ticket

Die Tickets für Ihren Ausflug können Sie auch bequem online kaufen und zu Hause ausdrucken: Ein Klick auf www.vrn.de/onlineticket genügt.

VRN-Handy-Ticket

Unterwegs bargeldlos Einzelfahrscheine, Tageskarten und Städtetickets kaufen? Das geht einfach und bequem mit den Handy-Ticket-Apps von rnv und DB. Infos unter www.vrn.de/handyticket

Service Nummer

01805.876 4636*

Kostenlose VRN-App für Smartphones

www.vrn.de

* 14 Cent/Min. aus dem Festnetz,
max. 42 Cent/Min. aus Mobilfunknetzen