

**Rheinland-Pfalz-Takt**  
Bus & Bahn für unser Land



Ausgabe  
2018

# *Rheinhessen-Nahe*

Wandern und Radfahren  
mit Bus und Bahn



[www.der-takt.de](http://www.der-takt.de)

## Legende

	Anreiseweg
	Wandertour / Radtour
	Abkürzungen
	Start der Wandertour / Radtour
	Ziel der Wandertour / Radtour
	Start und Ziel der Wandertour / Radtour
	Bahnhof
	Haltestelle
	Einkehrtipps und Sehenswürdigkeiten
	Bahnlinie
	Draisinenstrecke
	Bahnlinie; stillgelegt oder nur Güterverkehr

Herausgeber: Zweckverband Schienenpersonennahverkehr  
Rheinland-Pfalz Süd (ZSPNV Süd) · Bahnhofstraße 1  
67655 Kaiserslautern · [www.zspnv-sued.de](http://www.zspnv-sued.de)  
Redaktion: Dieter Blachowski  
Agentur: Heimrich & Hannot GmbH, Köln  
Druck: Stoba-Druck GmbH  
Fotos: Dominik Ketz, Gesundheit und Tourismus für Bad Kreuznach  
GmbH (Titel, S. 1) / Tourist-Information VG Baumholder (S. 5) /  
Stadt Nieder-Olm (S. 11) / Dominik Ketz, Rheinhessen-Touristik  
(S. 13, 15, 19) / Michael Zellmer (S. 17) / VG Langenlonsheim (S. 21) /  
Peter Bender, Naheland-Touristik GmbH (S. 23, 25, 27) / Naheland  
Touristik, Timo Volz (S. 25, rechts) / VG Baumholder (S. 29) / Carsten  
Costard (S. 31, links) / Heidrun Braun (S. 31, rechts)

© 2018 ZSPNV Süd · Alle Angaben ohne Gewähr.  
Stand: Februar 2018 · VP-Nr.: 535018

Ticketangebote: Landesweite Fahrkarten	4
Ticketangebote: Regionale Fahrkarten	6
Tour 1: Kleiner Mainzer Höhenweg – Nördlicher Abschnitt	8
Tour 2: Kleiner Mainzer Höhenweg – Südlicher Abschnitt	10
Tour 3: Mit Rückenwind entlang der Selz (Radtour)	12
Tour 4: QuerRhein-Radtour	14
Tour 5: Auf dem Rheiterrassenweg von Mettenheim nach Guntersblum	16
Tour 6: HiwWeltour Staderker Warte	18
Tour 7: Vitaltour „Wald, Wein, Horizonte“	20
Tour 8: Weinwanderweg Rhein-Nahe von Norheim nach Bad Kreuznach	22
Tour 9: „Hildegard von Bingen Pilgerwanderweg“ von Monzingen zum Disibodenberg	24
Tour 10: Traumschleife „Rund um die Kama“	26
Tour 11: Heimbacher Kirchenwanderweg	28
Tour 12: Tour de Worms (Radtour)	30
Übersichtskarte Rheinland-Pfalz Süd	32
Unsere Anreiseempfehlungen	34

## Unsere Touristik-Partner:



Naheland-Touristik GmbH  
Bahnhofstraße 37  
55606 Kirn  
Tel. 06752 / 137 610  
[info@naheland.net](mailto:info@naheland.net)  
[www.naheland.net](http://www.naheland.net)



Rheinhessen-Touristik GmbH  
Kreuzhof 1  
55268 Nieder-Olm  
Tel. 06136 / 923 980  
[info@rheinhessen.info](mailto:info@rheinhessen.info)  
[www.rheinhessen.de](http://www.rheinhessen.de)

### Landesweite Tickets

Das Rheinland-Pfalz-Ticket:  
das flexible 1er-2er-3er-4er-5er-Ticket

Der Preis des Rheinland-Pfalz-Tickets richtet sich nach der Anzahl der Reisenden. Der Vorteil für Eltern und Großeltern (1 oder 2 Erwachsene): Eigene Kinder bzw. Enkel bis 14 Jahre fahren kostenlos mit.

Es gilt in ganz Rheinland-Pfalz, im Saarland und bis Bonn, Au, Siegen, Limburg, Wiesbaden, Mannheim und Karlsruhe in den Nahverkehrszügen aller teilnehmenden Eisenbahnverkehrsunternehmen in der 2. Klasse sowie in allen Verkehrsmitteln der Verkehrsverbünde – und zwar montags bis freitags von 9 bis 3 Uhr des Folgetages, am Wochenende und an gesetzlichen Feiertagen schon ab 0 Uhr.

Die folgenden Preise gelten beim Kauf am DB-Automaten oder im Internet – für 2 Euro mehr erhalten Sie es auch mit persönlicher Beratung in allen DB-Verkaufsstellen.

€	Preis gesamt	Preis pro Person
1 Reisende/r	24,00	24,00
2 Reisende	29,00	14,50
3 Reisende	34,00	11,33
4 Reisende	39,00	9,75
5 Reisende	44,00	8,80

Tarif: 01/2018

Fahrplanauskunft: 0800/1507090 (gebührenfrei aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 42 Ct./Min) | [www.bahn.de](http://www.bahn.de) | [www.bahn.de/rheinland-pfalz-ticket](http://www.bahn.de/rheinland-pfalz-ticket)



**Wichtig:** Das Rheinland-Pfalz-Ticket gilt nicht in ICE-, EC- und IC-Zügen. Rückgabe, Umtausch, Erstattung nicht benutzter Tickets, Platzreservierungen und Fahrten in der 1. Klasse sind ausgeschlossen.

### Fahrradmitnahme

In allen Zügen des Nahverkehrs in Rheinland-Pfalz und dem Saarland besteht die Möglichkeit, Montag bis Freitag ab 9 Uhr sowie Samstag, Sonntag und an Feiertagen ganztägig Fahrräder kostenlos mitzunehmen. Bitte beachten Sie die begrenzte Mitnahmekapazität, die je nach Fahrzeugtyp unterschiedlich ausfallen kann.

In Bussen ist der Platz für Fahrräder besonders eingeschränkt. Es gilt der Grundsatz: Rollstuhlfahrer und Kinderwagen haben Vorfahrt. Deshalb kann es vorkommen, dass Sie mit Ihrem Fahrrad keinen Platz in einem Bus finden – vor allem dann nicht, wenn Sie mit einer Gruppe unterwegs sind.



## Regionale Tickets

### Die Single- und Gruppen-Tageskarte des Rhein-Nahe Nahverkehrsverbundes (RNN)

Die Single-Tageskarte ist ideal für 1 Person. Die Gruppen-Tageskarte für 2 bis zu 5 gemeinsam reisende Personen. Sie gilt ohne zeitliche Einschränkungen am Geltungstag bis 4 Uhr des Folgetages in sämtlichen Verbundverkehrsmitteln für beliebig viele Fahrten im Gültigkeitsbereich. Kinder zählen als eine Person. Die RNN-Tageskarten sind ab der Startwabe sternförmig in alle Richtungen gültig, so dass Sie für Wander- oder Radtouren mit unterschiedlichen Start- und Zielpunkten diese gut nutzen können, indem Sie die Karte direkt zum preislich weiter entfernten Start- oder Zielpunkt lösen – auch wenn diese in unterschiedlichen Richtungen liegen.

€	Preisstufe	Single-Tageskarte	Gruppen-Tageskarte
	21*	3,90	9,00
	31*	3,90	9,00
	41*	4,50	9,00
	23*	8,20	12,10
	1	4,10	9,00
	2	6,50	11,80
	3	9,00	14,40
	4	11,70	16,70
	5	14,40	19,20
	6	16,80	21,60
	7	19,30	24,00
	8	20,50	26,20
	9	22,30	28,20
	10 = Netz	24,60	29,70

Preisstand: 01/2018

\* Preisstufe 21 = Preise für die Stadt Ingelheim / Preisstufe 31 = Preise für die Wabe Bingen (330) / Preisstufe 41 = Preise für die Waben Bad Kreuznach (400) oder Idar-Oberstein (450) / Preisstufe 23 = Preise für Fahrten zwischen den Gemeinden Bodenheim, Budenheim, Essenheim, Ober-Olm, Klein-Winternheim, Gau-Bischofsheim sowie Harxheim und der Großwabe Mainz/Wiesbaden (300)

Servicenummer: 06132 / 789 622  
Kostenlose RNN-App für Smartphones  
www.rnn.info



### Die Tages-Karte des Verkehrsverbundes Rhein-Neckar (VRN)

Die Tages-Karte ist ideal für bis zu 5 gemeinsam reisende Personen. Sie wird für 3 Geltungsbereiche ausgegeben und berechtigt zu beliebig häufigen Fahrten mit allen Bussen, Straßenbahnen und freigegebenen Zügen (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). Die Anzahl der gemeinsam reisenden Personen muss beim Kauf der Tages-Karte angegeben werden. Mitgeführte entgeltspflichtige Hunde werden bei der Ermittlung der Teilnehmerzahl als Person / Erwachsener berücksichtigt.

**Vorteil für Familien.** Mit der Tages-Karte für 1 oder 2 Personen können (Groß-)Eltern beliebig viele eigene (Enkel-)Kinder bis einschließlich 14 Jahre kostenlos mitnehmen.

€	Preisstufe 0-3/City/21	Preisstufe 4-5	Preisstufe 6-7 (Netz)	
	Tages-Karte			
	1 Person	6,70	12,60	18,50
	2 Personen	9,40	15,80	22,30
	3 Personen	12,10	19,00	26,10
	4 Personen	14,80	22,20	29,90
	5 Personen	17,50	25,40	33,70
	3-Tages-Karte			
	1 Person	16,20	28,70	44,40

Preisstand: 01/2018

Servicenummer: 0621 / 1 077 077  
Kostenlose VRN-App für Smartphones  
www.vrn.de



## Tour 1

# Kleiner Mainzer Höhenweg Nördlicher Abschnitt

Länge / Dauer: 16,5 km / ca. 4 Std. /  
mit Verlängerung Nieder-Olm ca. 21,5 km / ca. 5 Std.

Sehenswertes: Naturschutzgebiete und Kulturlandschaften rund um Mainz / Lennebergturm / Schloss Waldthausen / sieben Weiher

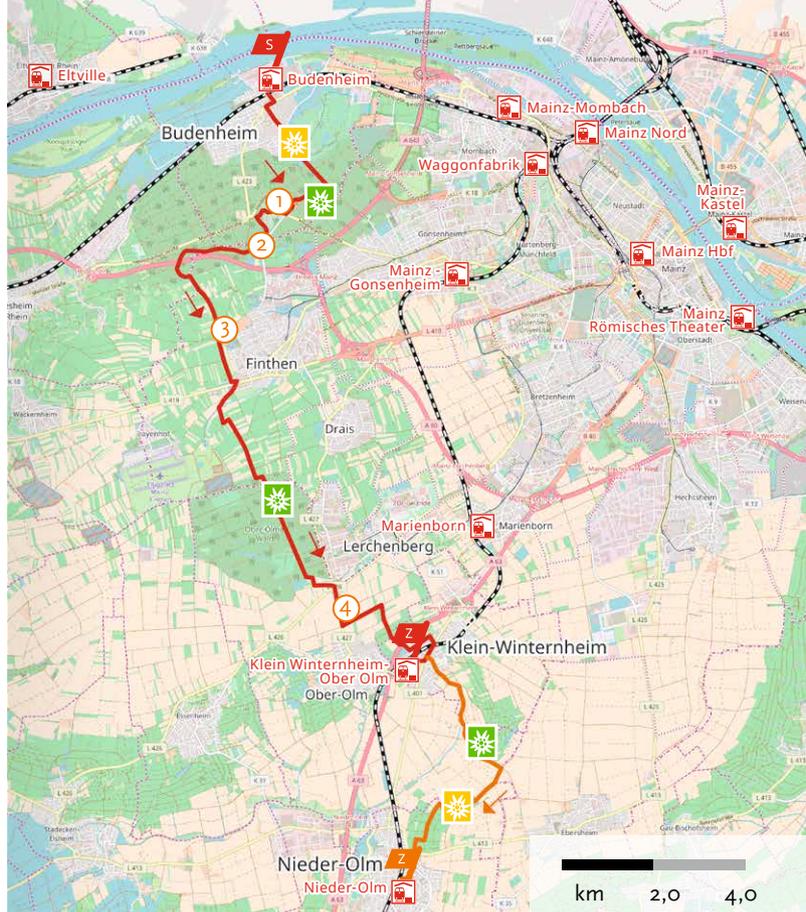
Start:  Bahnhof Budenheim

Ziel:  Bahnhof Klein-Winternheim  
 Bahnhof Nieder-Olm  
Beschilderte Abkürzungen zu den Straßenbahnhaltstellen in Mainz-Finthen und Mainz-Lerchenberg

Einkehrtipps: Restaurant am Lennebergturm, Im Wald 3, Budenheim / Waldgaststätte, Am Wald 4, Ober-Olm / Stadtmitte Nieder-Olm, Pariser Straße, viele Angebote

**Wegbeschreibung:** Direkt auf dem Bahnsteig des  Bahnhofs Mainz-Budenheim weist Ihnen der Blick auf die Sankt Pankratius Pfarrkirche von 1747 den Weg zur Hauptstraße, den Beginn der Zuwegung zum Kleinen Mainzer Höhenweg . Im Anschluss geleiten Sie die gelben Edelweißmarkierungen durch die Gonsenheimer Straße direkt in den 700 ha großen Lennebergwald. Kiefern und Eichen beherrschen das Naturschutzgebiet. 400 m hinter der Waldgrenze trifft die Zuwegung  auf den Kleinen Mainzer Höhenweg, ab dem Sie der grünen Edelweißmarkierung  in Richtung „Altes Forsthaus Ober-Olm“ folgen. Das erste Wanderziel ist der Lennebergturm ①, den Sie über eine Treppenanlage erreichen. Der 1880 errichtete Turm wurde 2017 restauriert und bietet von seiner 13 m hoch liegenden Aussichtsplattform einen weiten Blick über die Frankfurter Skyline bis hin zum Odenwald. Die weitere Wanderroute erreicht nach wenigen Minuten die prächtige Kastanienallee zum Schloss Waldthausen ②. Das unter Denkmalschutz stehende Schloss wurde von 1908 bis 1910 historisierend im Stil der Staufener- und Pfälzerarchitektur errichtet und dient heute als Sparkassenakademie.

Der gut markierte Waldweg führt Sie im Anschluss vorbei an den romantischen sieben Weihern ③ in das Obstanbaugebiet Mainz-Finthen, das besonders zur Blütezeit einen Besuch wert ist. Die Edelweißmarkierungen  erreichen jetzt den Ober-Olmer Wald, seit 2017 Naturschutzgebiet und mit ca. 350 ha eines der größeren, zusammenhän-



genden Waldgebiete in Rheinhessen. Nach dem 1764 als Jagdschloss erbauten Alten Forsthaus ④ prägen Landwirtschaft und ausgedehnte Rebflächen das Hügelland bis nach Klein-Winternheim. Ab der Ortsmitte ist der Zuweg  zum  Bahnhof Nieder-Olm beschildert.

Für ambitionierte Wanderer bietet sich eine Verlängerung nach Nieder-Olm an: Hinter dem Ort durchwandern Sie die Felder und Gärten im Haibachtal. Nach einem kurzen, etwas steilen Aufstieg verlassen Sie den Kleinen Mainzer Höhenweg in Richtung Nieder-Olm und wandern weiter, wie in Tour 2, auf dem Wilhelm-Holzamer-Literaturweg.

## Tour 2

# Kleiner Mainzer Höhenweg Südlicher Abschnitt

Länge: ca. 16 km / ca. 4 Std. (Schwierigkeitsgrad: einfach)

Sehenswertes: Hochwasserschutzpolder Mainz-Laubenheim-Bodenheim / Glockenberghütte Gau-Bischofsheim

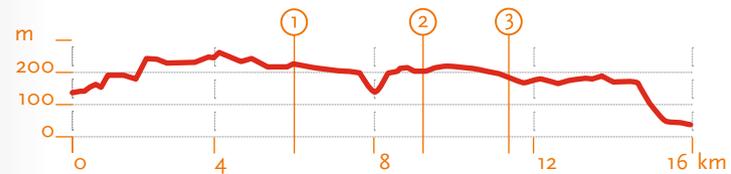
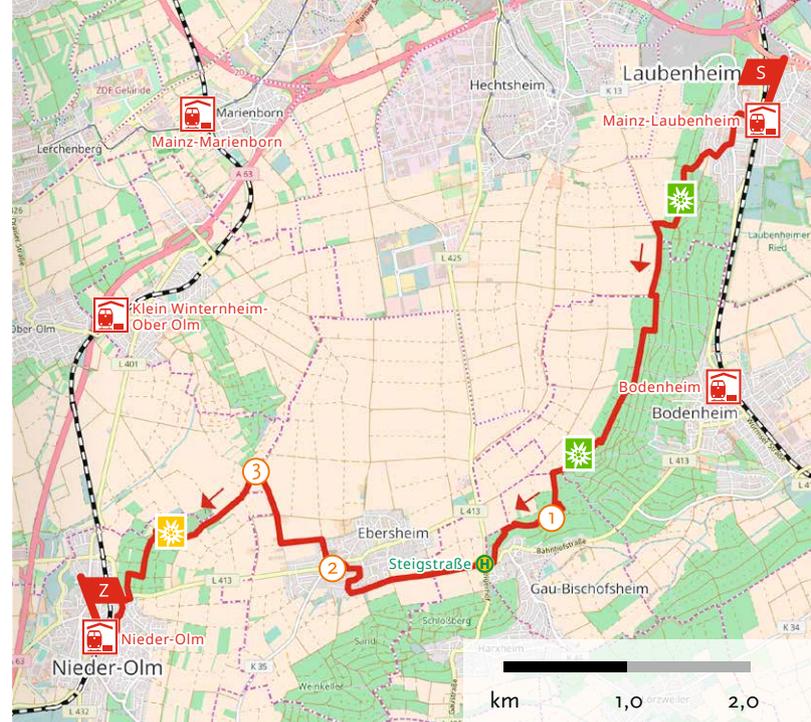
Start:  Bahnhof Mainz-Laubenheim

Ziel:  Bahnhof Nieder-Olm

Einkehrtipps: Trattoria Da Rocco, Römerstraße 8, Mainz-Ebersheim / Stadtmitte Nieder-Olm, Pariser Straße, viele Angebote

**Wegbeschreibung:** Vom  Bahnhof Mainz-Laubenheim folgen Sie den Wegweisern des Kleinen Mainzer Höhenweges  durch die Oppenheimer Straße bis zum Markt mit der Bronzestatur des „Ausschellers und Polizeidieners“. Der weitere Weg durch die Hans-Zöller-Straße führt vorbei am Marienhof, einem ehemaligen Sommersitz der Mainzer Bischöfe. Die Markierungen führen Sie über leicht aber stetig ansteigende Straßen zum Ortsrand, wo ein idyllischer Hohlweg zum Laubenheimer Polderblick hinauf führt: Der Polder kann bei Rheinhochwasser geflutet werden, um den Wasserstand abzusenken. Das nächste Ziel ist die Glockenberghütte ① auf dem Gauberg (210 m. ü. NN), mit einem herrlichen Rundblick vom Taunuskamm über die Frankfurter Skyline bis zum Odenwald. Auf dem weiteren Weg oberhalb von Gau-Bischofsheim nach Mainz-Ebersheim kreuzen Sie die Gaustraße (L 425) in Höhe der Bushaltestelle „Steigstraße“ der ORN-Linie 660. Von dort sind es noch 900 m bis zum Ortsrand von Mainz-Ebersheim. Das grüne Edelweiß  geleitet Sie sicher zur Ortsmitte ②, die am 42,40 m hohen Turm der katholischen Kirche St. Laurentius schon von weitem zu erkennen ist. Der älteste Teil der Kirche ist das Mittelschiff, welches 1724–1729 erbaut wurde.

Die Wegmarkierungen führen ab jetzt durch die Straße „Großgewann“ zum Ortsrand, den ein Feldkreuz von 1891 markiert. 230 m. ü. NN begehen Sie den höchsten Teil ihrer Tour mit Ausblick auf den Donnersberg, den Soonwald und den Rheingau. Auf dem Kleinen Mainzer Höhenweg beginnt jetzt der Abstieg ins Haibachtal. Sie verlassen den Weg jedoch in Richtung Nieder-Olm. An einem Rastplatz ③ ist der Abzweig mit Wegweisern und einer Infotafel gekennzeichnet.



### Auf Holzamers Weg nach Nieder-Olm

Ab jetzt folgen Sie der mit einem gelben Edelweiß  gekennzeichneten Zuwegung. Ihr Weg durch das Landschaftsschutzgebiet „Im Loh“ ist Teil des Wingert-Literaturrundweges ([www.wilhelm-holzamer.de](http://www.wilhelm-holzamer.de)): Der Schriftstellers Wilhelm Holzamer (1870–1907), konnte hier jene Eindrücke von der rheinhessischen Landschaft sammeln, die als Naturbeschreibungen in sein literarisches Werk eingeflossen sind. Nieder-Olm schon bald vor Augen, erreichen Sie schnell den Stadtrand. Vor der Heimreise sollten Sie einen Aufenthalt in der jungen Stadt Nieder-Olm einplanen: Am Marktplatz geben sich die barocke Pfarrkirche Sankt Georg (1778/79) und das klassizistische Rathaus (1827) ein Stelldichein, umgeben von aktuellen kulinarischen Angeboten für jeden Geschmack.

### Tour 3

## Mit Rückenwind entlang der Selz (Radtour)

Länge / Dauer: ca. 22 km / ca. 2 Std.

Sehenswertes: Nieder-Olm: Elftausend-Mägde-Mühle / Großwinternheim: Selztal-dom / Ingelheim: Burgkirche und Kaiserpfalz

Start:  Bahnhof Nieder-Olm

Ziel:  Bahnhof Ingelheim

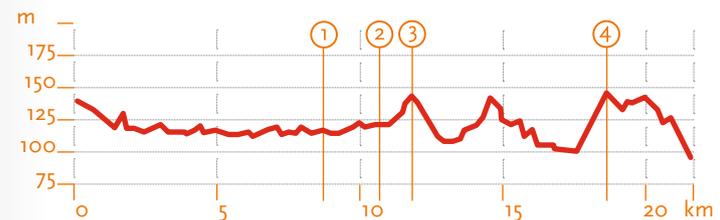
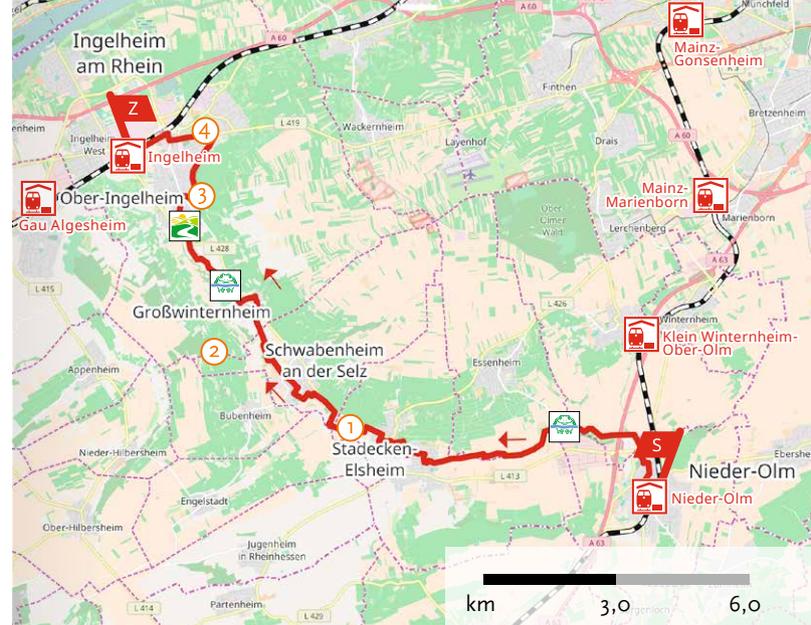
Einkehr-Tipps: Eiscafé Piccin (Nieder-Olm) / Vinothek und Winzercafé Magarethenhof (Schwabenheim) / Landgasthof Eulenmühle (Groß-Winternheim) / Vinothek Wasems Kloster Engelthal (Ingelheim)

Karten-Tipp: Radkarte „Radrouten Rheinhessen“ (Touristische Übersichtskarte) / ADFC Regionalkarte Rheinhessen (1:50 000, BVA Verlag)

**Wegbeschreibung:** Vom  Bahnhof Nieder-Olm fahren Sie Richtung Pariser Straße durch die Bahnhofsstraße über einen Kreisverkehr, bis Sie rechts „Am Woog“ abbiegen. Ab hier befinden Sie sich auf dem Selztal-Radweg  und können der Beschilderung Richtung Ingelheim folgen.

Die Etappe Nieder-Olm – Ingelheim bietet Entspannung pur, ist kurzweilig, lockt mit einer Vielzahl an schönen Einkehrmöglichkeiten, Sehenswertem und Vinotheken. So kann die eigentliche Feierabendtour auch schnell zur Halbtagestour werden.

Ab Nieder-Olm führt die Route im Talgrund durch renaturiertes Selzgebiet, wo sich seltene Vogelarten zu Hause fühlen. In dieser Idylle trifft man auf die Elftausend-Mägde-Mühle ① von Elsheim, einen wunderschönen Rastplatz mit sagenumwobener Geschichte. Unweit von dort lockt Schwabenheim mit zahlreichen Einkehrmöglichkeiten. Vor Ingelheim wird der Radweg auf einer 1,5 km langen ehemaligen Bahntrasse geführt. Entlang von Pferdekoppeln, Wiesen und Weinbergen rollt es sich locker bis ins Zentrum der Rotweinstadt, Schloss Westerhaus ② zur Linken. Dort, wo der Selztal-Radweg  auf die Hiwwel-Route  trifft (markiert durch eine große Informationstafel), lohnt sich für den Kulturinteressierten ein Abstecher



Radfahren im Selztal



Burgkirche Ingelheim

nach Ober-Ingelheim, dem historischen Teil der Stadt mit seiner Burgkirche ③ und vielen historischen Adelshofgebäuden. Über diese Route gelangen Sie auch zu den beeindruckenden, freigelegten Überresten der Kaiserpfalz ④ und dem angeschlossenen Museum in Nieder-Ingelheim.

Ab der Kaiserpfalz gelangen Sie zum  Bahnhof Ingelheim über die Ottonenstraße, Binger Straße bis zum Marktplatz der „Neuen Stadtmitte“. Den  Bahnhof finden Sie rechter Hand.

## Tour 4

# QuerRhein-Radtour

**Länge:** ca. 36 km / ca. 3,5 Std. (Fährzeiten beachten)  
(Schwierigkeitsgrad mittel-schwer)

**Sehenswertes:** Burgkirche und Kaiserpfalz Ingelheim / Schloss Vollrads / Schloss Johannisberg

**Start / Ziel:**  Bahnhof Bingen (Rhein) Stadt  
oder  Bahnhof Bingen (Rhein) Hbf

**Wegbeschreibung:** Vom  Bahnhof Bingen (Rhein) Stadt startet man in östlicher Richtung entlang der Hindenburganlage und fährt auf den Rheinradweg .

Vom Start an der Hindenburganlage geht es auf dem Rheinradweg  parallel zum Binger Kulturufer ① in Richtung Ingelheim. Ab dem Autofähr-Anleger und nach den imposanten Resten der Hindenburgbrücke ② aus dem Zweiten Weltkrieg beginnt das Naturschutzgebiet „Fulder-Aue / Ilmen-Aue“, wo Sie unmittelbar am Rheinufer und auf nicht asphaltiertem Weg radeln. In Bingen-Gaulsheim geht es der allgemeinen Radwegebeschilderung folgend ins „Landesinnere“ auf den ersten Terrassenhöhenzug des Rheinhessischen Hügellandes – nächstes Ziel ist Ockenheim.

Von der Ockenheimer Anhöhe radelt es sich dann entspannt bergab bis Gau-Algesheim. Kurz vor dem  Bahnhof Gau-Algesheim lohnt ein Abstecher zum historischen Marktplatz und zum Schloss Ardeck ③ mit dem Rheinhessischen Fahrradmuseum. Vom Stadtzentrum aus folgen Sie der Obstroute  unterhalb des Westerbergs in die Rotwein- und Kaiserpfalzstadt Ingelheim. Um zur mittelalterlichen Burgkirche in Ober-Ingelheim zu gelangen, nimmt die Tour Kurs auf Nieder-Olm in südöstlicher Richtung und bringt Sie links abzweigend über die Altegasse mit kräftigem Anstieg in den historischen Stadtteil.

Vom Marktplatz aus folgen Sie der Hiwwel-Route  über das Burgkirchen-Areal ④ Richtung Mainz und erreichen die ehemalige Kaiserpfalz Karls des Großen ⑤ in Nieder-Ingelheim. Am Francois-Lachenal-Platz folgen Sie wieder der allgemeinen Fahrradwegweisung über die Sebastian-Münster-Straße/Nathalie von Harder-Straße, bis Sie auf die Straße Vorderer Böhl stoßen, die über die Bahnstrecke hinweg Richtung Frei-Weinheim führt. Weiter führt der Weg auf den Deich zur Rheinfähre Frei-Weinheim – Oestrich-Winkel. In Oestrich-



Rheinuferpromenade Ingelheim

Winkel angekommen folgen Sie der Beschilderung „Zubringer zum R3a“. Mitten im Rebenmeer treffen Sie auf den Radfernweg R3a , dem Sie ab hier folgen. Sie radeln auf schöner Panoramastrecke durch die Rheingauer Weinberghänge entlang der Schlösser Vollrads ⑥ und Johannisberg ⑦. In Johannisberg angekommen geht es nach 200 m rechts ins freie Feld über Geisenheim in die Weinstadt Rüdesheim. Ab der Schmidtstraße folgen Sie der Beschilderung „Zubringer R3a“, der Sie zur Personenfähre jenseits von Bundesstraße und Bahnschienen führt. Schließlich genießen Sie erneut eine Fährüberfahrt mit Urlaubsflair und Blick auf den Binger Mäuseturm ⑧. Am Ufer angekommen, fahren wir über die Hindenburganlage wieder zurück zum  Bahnhof Bingen (Rhein) Stadt.

## Tour 5

# Auf dem RheinTerrassenWeg von Mettenheim nach Guntersblum

Länge / Dauer: ca. 10,5 km / ca. 3 Std.

Sehenswertes: Mettenheim: Historisches Rathaus und Kirche / Alsheim: Heidenturmkirche / WeinAromaMeile / Kirchenruine Hangen-Wahlheim / Guntersblum: Sarazenturmkirche / Leiningere Schlösser

Start:  Bahnhof Mettenheim

Ziel:  Bahnhof Guntersblum

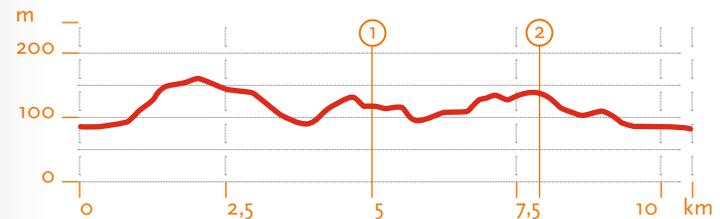
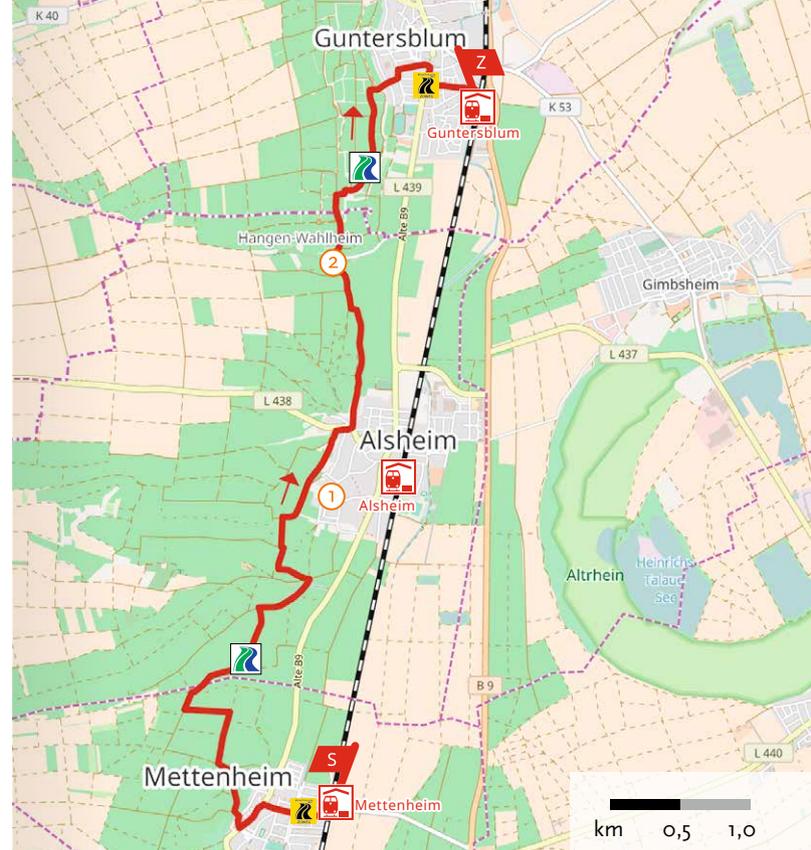
Einkehr-Tipps: Gutsschänke Reblausstube  
(Eimsheimer Straße 54, 67583 Guntersblum)

Karten-Tipp [www.rheinhessen.de](http://www.rheinhessen.de) (Tourenplaner)

**Wegbeschreibung:** Die Wanderung beginnt am  Bahnhof Mettenheim, wo Sie der gelb markierte Zuweg  vorbei am historischen Rathaus in die Weinberge führt. Dort trifft man den RheinTerrassenWeg  und begibt sich auf den Goldberg, mit aussichtsreichen Blicken zum Odenwald und Donnersberg.

Sanft senkt sich die Trasse durchs Rebenmeer ab, bis man erstmals durch einen urigen Hohlweg wandert und wenig später an der Weißmühle eintrifft. Vom hiesigen Rastplatz steigt der Wanderweg leicht an und offenbart dabei herrliche Panoramablicke. Die akkurate Rebenlandschaft wird immer wieder durch Gehölze aufgelockert und von sehr beeindruckenden Hohlwegabschnitten gekrönt, die sich tief in den Löß eingeschnitten haben. Man erreicht die Ausläufer des Weinortes Alsheim, wo besonders die markante Heidenturmkirche  auffällt. Zwei Zuwege binden die Gemeinde mit Bahnanschluss an.

Der Hauptweg berührt Alsheim nur kurz. Er führt über die WeinAromaMeile, einen Weinlehrpfad mit vielen spannenden Informationspunkten, zurück in die Weinberge. Hier kann man die Wanderung mit einer Schleife durch das Hohlwegparadies ergänzen, doch auch der RheinTerrassenWeg  führt durch weitere beeindruckende Hohlwege. Im Ortsteil Hangen-Wahlheim lockt etwas neben der Strecke ein Abstecher zur sehenswerten Kirchenruine . Dann steuert man bei herrlicher Aussicht Guntersblum an,



 Kirchenruine von Hangen-Wahlheim

wo besonders die Sarazenturmkirche auffällt. Ein gelb markierter Zuweg  führt in den Ort und passiert dabei den berühmten Kellerweg, bevor er die Leiningere Schlösser streift und weiter zum  Bahnhof Guntersblum führt.

## Tour 6

# Hiwweltour Stadecker Warte

Länge / Dauer: 9,7 km / ca. 3 Std.  
(+ Zuwegung von der Bushaltestelle ca. 10 min)

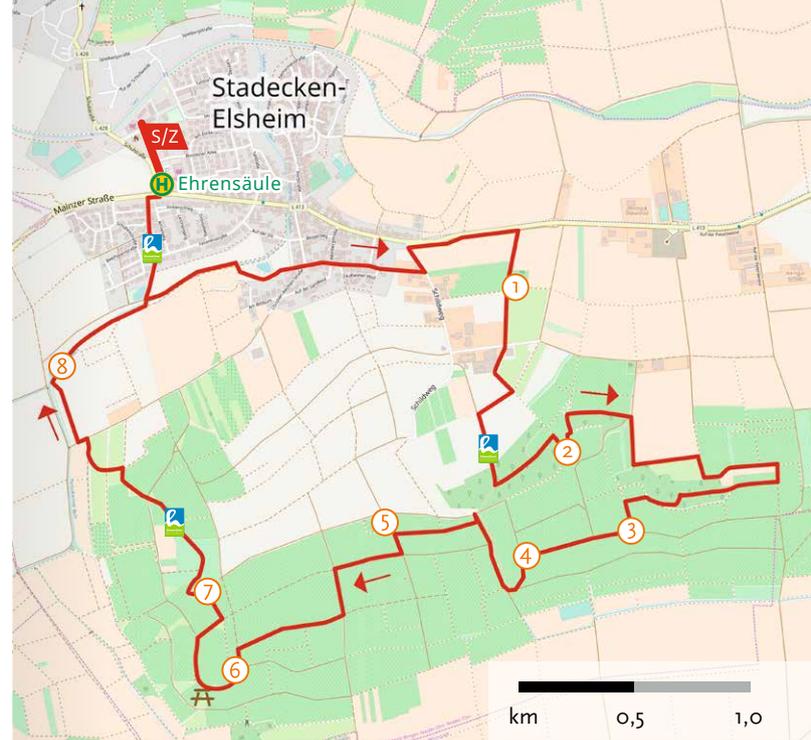
Sehenswertes: Ortsmitte Stadecken-Elsheim / Terroir-Bodenprofile / Stadecker Warte

Start / Ziel:  Bushaltestelle „Ehrensäule“

Einkehr-Tipps: Gutsausschank Weingut Schott, Gutsschänke Weingut Burghof, Straußwirtschaft Weingut Bollerklonek (alle nur saisonal geöffnet)

**Wegbeschreibung:** Die rheinhessische Ortschaft Stadecken-Elsheim liegt knapp 15 km südwestlich der Landeshauptstadt Mainz. Ein guter Startpunkt der Hiwweltour  ist die  Bushaltestelle „Ehrensäule“, wo ein Zuweg zum Wanderweg führt. Den Startpunkt erreichen wir von den Bahnhöfen  Ingelheim und  Nieder-Olm mit der BusRegioLinie 640 oder von den Bahnhöfen  Mainz Hbf und  Sprendlingen mit der BusRegioLinie 650.

Zunächst geht es parallel zur Ortschaft, vorbei am „Alten Friedhof“  1 von Hedesheim und an Pferdekoppeln, bis man einen kleinen Quellwald durchquert. Nach dem ersten Anstieg wird der „Rastplatz Auf dem Ermel“  2 erreicht, der mit einem wunderschönen Ausblick ins Selztal wartet. Die Strecke führt weiter am Waldrand entlang, durch Getreidefelder hindurch, bis man sich inmitten der Weinberge wiederfindet. Sowohl das Wingertshaus Schindegaul  3 als auch wenige Meter später der Tisch des Weins laden zur gemütlichen Rast ein. Unmittelbar unterhalb des Tisches liegt das erste Terroir-Bodenprofil. Das Kalksandsteinprofil  4 und die dazugehörige Infotafel geben Aufschluss über die Geologie des Weinbaus. Der Wanderweg führt weiter durch idyllische Weinberge in Richtung Stadecker Warte  5, die man mit einem kleinen Abstecher aus der Nähe betrachten kann. Das zweite Terroir-Bodenprofil dieser Hiwweltour zeigt den Tonmergelboden  6 des Stadecker Spitzbergs. Der letzte Aufstieg der Wanderung führt zum großen Pavillon  7 mitten im Wingert. Hier oben wird man mit einem tollen 360-Grad-Panoramablick über die Weinberge belohnt. Von nun an führt die Strecke bergab ins Saubachtal  8, wo einige Stellen renaturiert wurden. Entlang des Saubachs führt der Weg auf den letzten Metern zurück nach Stadecken-Elsheim und zur  Bushaltestelle „Ehrensäule“.



Rastplatz am Bodenprofil Tonmergel

## Tour 7

# Vitaltour „Wald, Wein, Horizonte“

**Länge / Dauer:** 17 km / ca. 4,45 Std. (Schwierigkeitsgrad: mittel)  
(+ Zuwegung vom Bahnhof ca. 30 min.)

**Sehenswertes:** Ausblicke ins Rheintal / Donnersberg / Hügelgräber / jüdische Friedhöfe / Bergkapelle

**Start / Ziel:**  Bahnhof Langenlonsheim

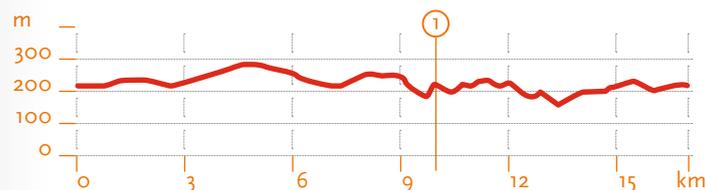
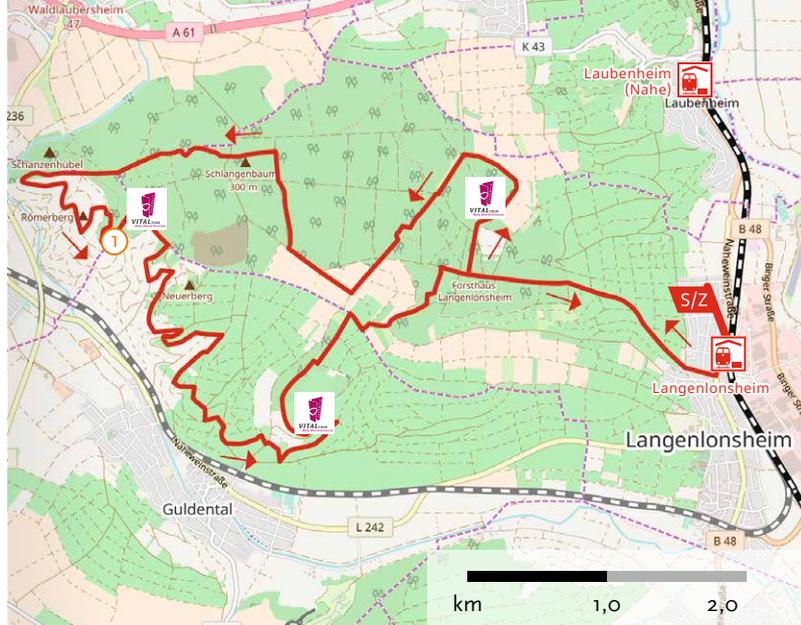
**Einkehr-Tipps:** Wir empfehlen Rucksackverpflegung. Einkehrmöglichkeiten gibt es in Windesheim, Guldental und Langenlonsheim. Infos: [www.langenlonsheim.de](http://www.langenlonsheim.de)

**Karten-Tipp** [www.naheland.net](http://www.naheland.net) (Tourenplaner)

**Wegbeschreibung:** Vom  Bahnhof Langenlonsheim gehen wir links in die Naheweinstraße und biegen nach ca. 300 m rechts in die Waldstraße ein, der wir ca. 1,5 km durch die Weinberge hinauf in den Wald folgen. Gegenüber dem alten Forsthaus im Langenlonsheimer Wald beginnt die Vitaltour. Von hier aus folgen wir der Markierung .

Wir laufen zuerst durch den Wald und am Waldrand entlang. Es geht weiter über den Lettkopf. Der Weg führt geradeaus auf einem Waldweg Richtung Schlangenbaum. Er schlängelt sich weiter auf einem alten Forstpfad und einem Wirtschaftsweg, und wir passieren mehrere Hügelgräber, u. a. auch ein „Fürstengrab“.

Der Pfad verläuft weiter in Richtung Schanzenhübel. Wir verlassen den Wald, erblicken Windesheim, laufen bis zum Aussichtspunkt Soonwaldblick und weiter bis zur Bergkapelle ① in Windesheim. Von hier erklimmen wir einen relativ steilen Weinberg, den Römerberg. Die Vitaltour führt uns auf Waldpfaden durch den Windesheimer Wald vorbei an alten jüdischen Friedhöfen. Der Weg führt danach aus dem Wald und hangelt sich durch die herrlichen Weinberge oberhalb von Guldental. Wir passieren den Neuerberg, den Butterberg und erreichen beim Wetterberg einen schönen Aussichtspunkt. Wir sehen Guldental, das uns auf den nächsten Kilometern begleiten wird. Vom Aussichtspunkt Guldenbachblick geht's in ein kleines Waldstück. Der Weg führt uns am Waldrand entlang, durch die Weinberge und wieder in den Wald, bis wir den Ausgangspunkt erreichen. Zum  Bahnhof Langenlonsheim sind es knapp 2 km bergabwärts.



**Tipp:** Die Vitaltour kann abgekürzt werden, entsprechende Schleifen sind gekennzeichnet.

## Tour 8

# Weinwanderweg Rhein-Nahe von Norheim nach Bad Kreuznach

Länge / Dauer: ca. 12,2 km / ca. 3,5 Std. (Schwierigkeitsgrad: mittel)

Sehenswertes: Rotenfels / Roseninsel

Start:  Bahnhof Norheim

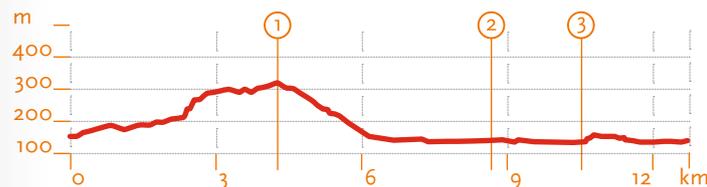
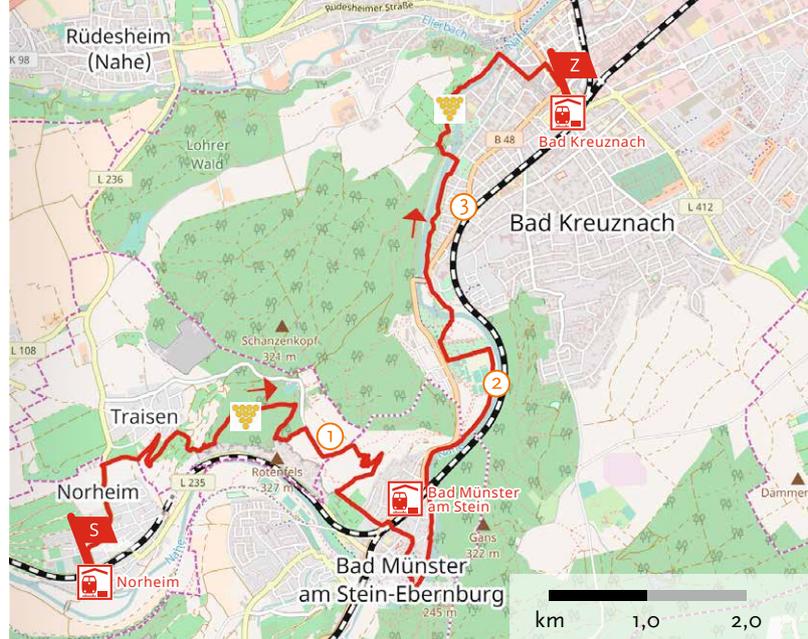
Ziel:  Bahnhof Bad Kreuznach

Einkehr-Tipp: Gastronomieführer Bad Kreuznach  
[www.bad-kreuznach-tourist.de](http://www.bad-kreuznach-tourist.de)

Karten-Tipps: [www.naheland.net](http://www.naheland.net) (Tourenplaner),  
Wanderkarte Weinwanderweg Rhein-Nahe 1:50.000

**Wegbeschreibung:** Vom  Bahnhof Norheim sind es ca. 700 m, bis wir an der L236 auf die Markierung Weinwanderweg Rhein-Nahe  treffen. Auf der Bahnstraße gehen wir erst in südwestlicher Richtung, bis wir rechts in den Hellenweg abbiegen. Nach rund 180 m biegen wir wieder rechts auf die Hüffelsheimer Straße ab, folgen ihr bis zum Kreisverkehr.

Von hier aus folgen wir der Markierung  erst noch ein Stück am Straßenrand der L236 entlang, bis der Wanderweg nach rechts in Richtung Traisen führt. Von hier aus können wir bereits den Rotenfels erkennen. Am Ortsrand von Traisen geht es in einer großen Rechtskurve durch die Weinberge in Richtung Götzenfels. Der folgende Abschnitt beschert uns tolle Ausblicke auf Norheim, das Nahetal und in einiger Entfernung auf die Ebernburg. Es geht anschließend auf einem schmalen Felsenpfad bergauf zum Rotenfels. Mit 202 m ist der Rotenfels  die höchste Steilwand zwischen den Alpen und Skandinavien. Auf dem Kamm folgen wir dem Pfad, bis uns die Markierung über Serpentina hinunter nach Bad Münster am Stein-Ebernburg führt. In den Ort hinein geht es über die Rotenfelsstraße, Berliner Straße und Kurhausstraße in den Kurpark von Bad Münster am Stein-Ebernburg und weiter durch das Salinental  bis Bad Kreuznach. Das Salinental ist mit seinen Gradierwerken mit einer Gesamtlänge von 1,1 km das größte Freiluftinhalatorium Europas. Nach dem Salinental-Schwimmbad überqueren wir auf einer Brücke die Nahe und folgen dem Weg vorbei am Brauhaus Brauwerk und dem Parkplatz Saline Karlshalle bis zur Unterquerung der Brücke. Am rechten Naheufer geht's weiter über die Roseninsel 



Auf dem  
Rotenfels

in die Kaiser-Wilhelm-Straße bis zur Hängebrücke zum Quellenhof. Nach der Hängebrücke wandern wir links weiter, bis wir in die Klappergasse kommen und zur Fußgängerzone Mannheimer Straße. Hier verlassen wir den Weinwanderweg Rhein-Nahe , gehen nach rechts an den Brückenhäusern vorbei durch die Fußgängerzone bis zur Salinenstraße, Wilhelmstraße und über den Europaplatz bis zum  Bahnhof Bad Kreuznach.

## Tour 9

# „Hildegard von Bingen Pilgerwanderweg“ von Monzingen zum Disibodenberg

Länge / Dauer: 13,6 km / ca. 3,5 Std. (Schwierigkeitsgrad: leicht)  
(zum Bahnhof Staudernheim + 1,5 km / 0,45 Std.)

Sehenswertes: Hildegard-Tafeln / Barfußpfad / Heimatmuseum  
Priorhof / Mitmach-Museum Nahe der Natur /  
Klosterruine Disibodenberg

Start:  Bahnhof Monzingen

Ziel:  Bahnhof Staudernheim

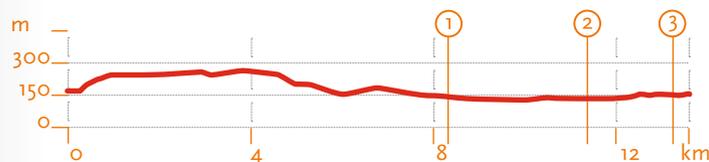
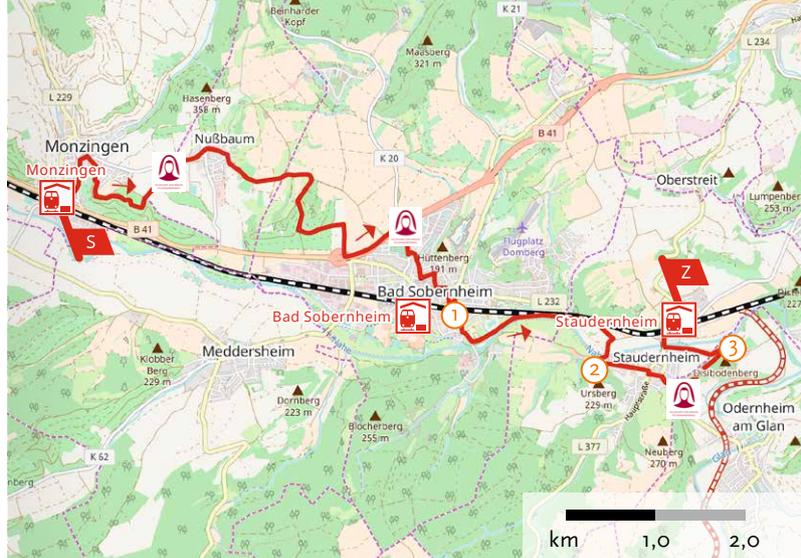
Einkehr-Tipp: Ehemalige Disibodenberger Kapelle und Cafés in  
Bad Sobernheim

Karten-Tipps: [www.naheland.net](http://www.naheland.net) (Tourenplaner)

**Wegbeschreibung:** Die vierte Etappe des insgesamt 137 km Pilgerwanderweges führt von der Weinbaugemeinde Monzingen ins Zentrum des Hildegardweges, dem Disibodenberg.

Vom  Bahnhof Monzingen queren wir zunächst die B 41, gehen in die Soonwaldstraße und biegen nach ca. 100 m rechts in die Hauptstraße in den Ort ein. Nach rund 600 m treffen wir auf den Hildegardweg und folgen der Markierung . Durch Wiesen und Weinberge geht der Weg nach Nussbaum. Weiter führt der Weg nach Bad Sobernheim, das als Felke-Kurort bekannt geworden ist. In Bad Sobernheim geht der Weg durch die Innenstadt und an der Disibodenberger Kapelle ① vorbei. Die spätgotische Kapelle gehörte einst zum Wirtschaftshof des Klosters Disibodenberg und ist zum Brauhaus umgebaut worden, das auch Pilger zur Rast einlädt. Weiter geht es entlang des beliebten Barfußpfades. Nach der Überquerung der Nahe lohnt auf dem Weg nach Staudernheim der Besuch im „Museum Nahe der Natur“ ②. Wir gehen durch Staudernheim und folgen weiter der Beschilderung .

Das letzte Wegstück verläuft ca. 300 m entlang der Stauderner Landstraße (L 234) Richtung Odernheim. Auf der Bergkuppe zweigt der Weg links zum Disibodenberg ab. Nach rund 1 km erreichen wir den Eingangsbereich des Disibodenberges ③ mit einem kleinen Museum. Für den Besuch der Klosterruine sollten wir etwas Zeit einplanen. Zum  Bahnhof Staudernheim gehen wir auf dem Wirt-



## Hildegard von Bingen lebte rund 40 Jahre im Kloster auf dem Disibodenberg

schaftsweg hinab Richtung Nahe. Dort erreichen wir den Glan-Blies-Radweg , dem wir nach links naheaufwärts rund 400 m folgen. Wir treffen dort auf den Nahe-Radweg . Jetzt ist es nur 1 km bis zum  Bahnhof Staudernheim.

## Traum Schleife „Rund um die Kama“

**Länge / Dauer:** ca. 7,6 km / ca. 2,75 Std. (Schwierigkeitsgrad: leicht)  
+ Zuwegung vom Bahnhof ca. 20 Minuten

**Sehenswertes:** Deutsches Mineralienmuseum / Felsenkirche / Industriedenkmal Bengel / Deutsches Edelsteinmuseum / Historische Weiherschleife / Edelsteinminen Steinkaulenberg

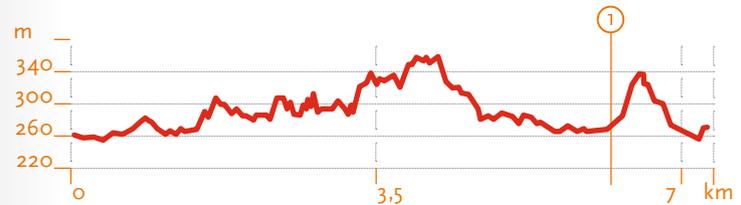
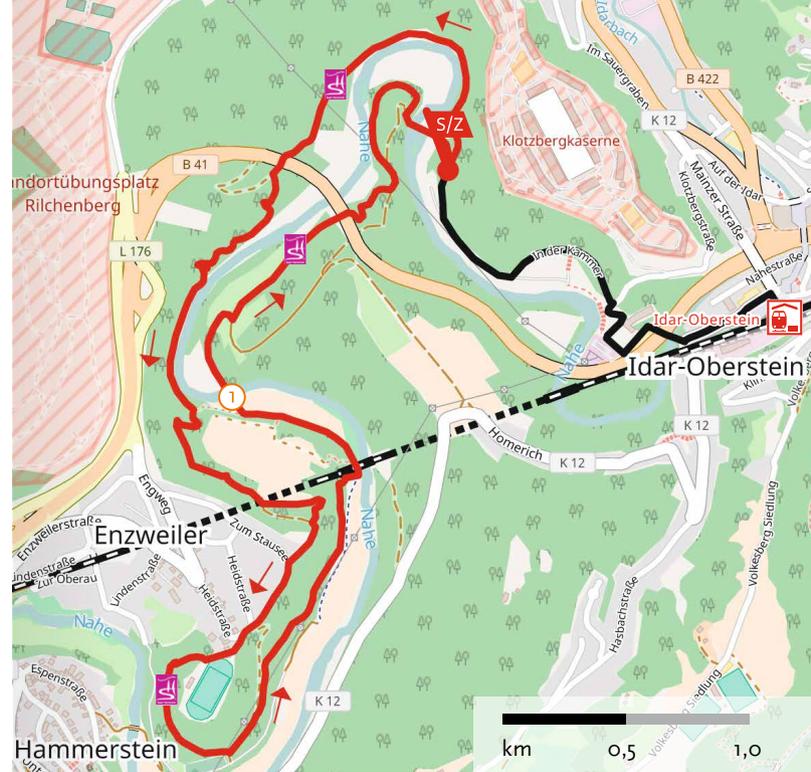
**Start / Ziel:** 55743 Idar-Oberstein,  
In der Kammer, Restaurant Kammerhof

**Einkehr-Tipps:** Idar-Oberstein, Restaurant Kammerhof  
Tel.: 06781 243 48 / [www.restaurant-kammerhof.de](http://www.restaurant-kammerhof.de)

**Karten-Tipp:** [www.naheland.net](http://www.naheland.net) (Tourenplaner)

**Wegbeschreibung:** Vom  Bahnhof Idar-Oberstein aus links der Beschilderung „Zuweg“ folgen und durch die Bahnhofstraße bis zur Abbiegung zur Fußgängerbrücke Weinsau gehen. Von dort weiter der Zuwegung bis zum Startpunkt am Kammerhof (ca. 1,2 km) folgen. Der 6,2 km lange Rundweg „Rund um die Kama“  beginnt 100 m vom Parkplatz am Restaurant Kammerhof. Zwischen steilen Felsen und der Nahe wandern wir entlang der Felswände. Anschließend sind wir im Wald unterwegs, dabei bleibt die Nahe immer in Sichtweite. Unmittelbar am Naheufer gelangen wir zu der alten Hoppstätt Achatschleife und etwas weiter an die ehemalige Ausgrabungsstätte einer römischen Villa. Infotafeln geben Auskunft über die Hintergründe dieser Doppelschleife und der Ausgrabungen. Nach einem kurzen Anstieg befinden wir uns auf dem Weg nach Enzweiler.

Vorbei an der Schutzhütte, weiter vorbei an einigen Häusern gelangen wir zum Sportplatz und folgen der Wegeführung nach rechts. Oberhalb des Nahetals, mit Blick zur tief unten fließenden Nahe und nach Hammerstein, setzen wir unseren Weg fort. Auf Wald- und Wiesenboden bringt uns die Wegetrasse nochmals ins Nahetal und wir wandern parallel der Nahe entlang. Nach der Unterquerung der Eisenbahnlinie kommen wir zu einer Sinnesbank mit großartigem Blick auf die gegenüberliegende Felswand des Naturschutzgebiets Kammerwoog-Krechelsfels. Über die blaue Radwegbrücke  queren wir die Nahe und wer mehr als nur den Blick auf den Krechelsfels genießen möchte, hat dort die Möglichkeit, einen Abstecher zum Krechelsfels zu machen. Ansonsten geht es fast am Naheufer



 Blaue Radwegbrücke

entlang und nochmals ein kurzes Stück bergauf weiter. Ein schattiger Waldweg bringt uns zum Nahewehr. Am Wehr überqueren wir nochmals die Nahe und sind wenige Minuten später am Ausgangspunkt angekommen und kehren zurück zum  Bahnhof Idar-Oberstein.

# Heimbacher Kirchenwanderweg



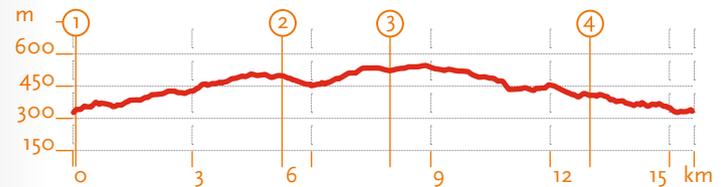
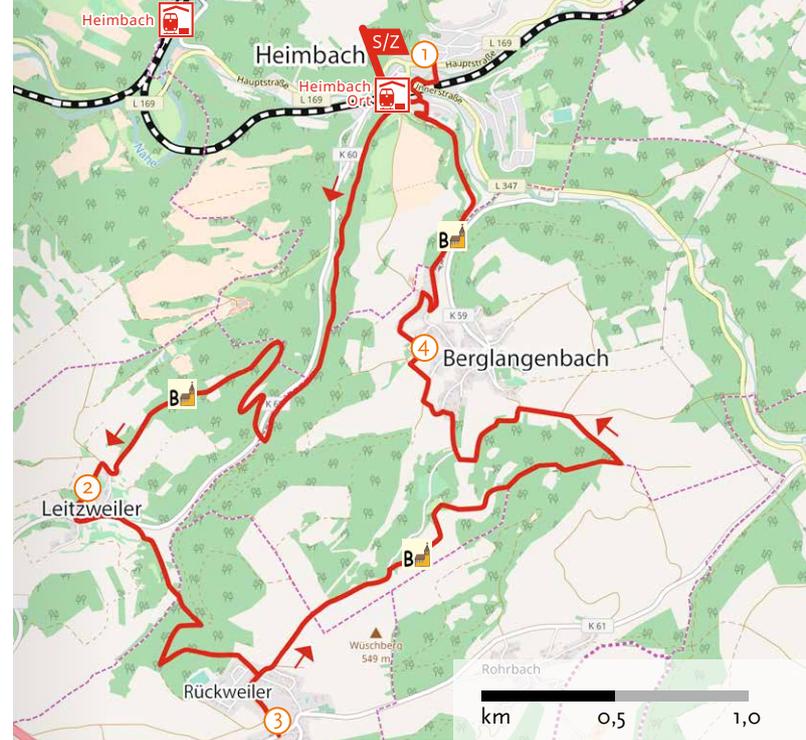
Länge / Dauer: 15,5 km / ca. 4,5 Std.  
(Schwierigkeitsgrad: mittel)

Sehenswertes: Kirche Heimbach / Mariengrotte /  
Kirche Rückweiler / Kirche Berglangenbach

Start / Ziel: Bahnhof Heimbach Ort

**Wegbeschreibung:** Die Rundtour ist ca. 15 km lang und führt von der Kirche in Heimbach ① über die Mariengrotte ② in Leitzweiler zum Heidedom ③ in Rückweiler und von dort über die Kirche ④ in Berglangenbach wieder nach Heimbach zurück. Die Tour ist mittelschwer und festes Schuhwerk ist zu empfehlen. Ausgezeichnet ist der Rundwanderweg mit einem Kirchen-Symbol und dem Buchstaben B. Vom Wanderbahnhof Heimbach Ort wendet man sich in Richtung der alten Gaststätte und geht über einen schmalen Weg. Man überquert die Hauptstraße und geht direkt gegenüber die Straße hinein und wendet sich dann nach links „In der Treibe“. Nun kann man der Ausschilderung mit dem Kirchensymbol weiter folgen. Auf dem Weg zur Kirche, die „In der Treibe“ 6 ist, kommt man an einer Bäckerei vorbei, in der man sich den nötigen Proviant für die Strecke besorgen kann, denn eine Gaststätte gibt es unterwegs nicht. Für die Rundstrecke wurden als Thema die Kirchen gewählt, die sich hier sehr unterschiedlich darstellen. In der katholischen Kirche in Heimbach sind Kirchenbilder des bekannten schlesischen Kirchenmalers Alfred Gottwald zu sehen. Die evangelische Kirche in Berglangenbach ist klein, aber fein und hat eine sehr schöne Orgel. Die Pfarrkirche „Herz-Jesu“ in Rückweiler, auch als „Heidedom“ bezeichnet, wartet mit schönen und reichhaltigen floralen Decken- und Wandmalereien auf. Nicht zu vergessen ist die Mariengrotte in Leitzweiler, die liebevoll von den Dorfbewohnern gepflegt wird.

Aber nicht nur die Kirchen sind ein Anziehungspunkt auf diesem Weg. Auch landschaftlich bietet die Strecke Abwechslung und tolle Fernsichten in den Hunsrück. Neben ruhigen Abschnitten im Wald, entlang eines kleinen Baches, geht es auch durch eine strukturreiche Feld- und Wiesenlandschaft und natürlich durch die kleinen Dörfer. Der Rundweg endet wieder an der Kirche in Heimbach, von der aus man in 3 Min. auch zurück an der Bahnhaltestelle Heimbach Ort ist. Da die Kirchen in der Regel außerhalb des Gottesdienstes abgeschlossen sind, empfiehlt es sich vorab Kontakt mit den Orts-



Orgel in der Kirche  
Berglangenbach

bürgermeistern aufzunehmen, wenn man die Kirchen auch von innen betrachten möchte. Einmal im Jahr findet eine geführte Wanderung statt, an der die Kirchen geöffnet sind. Zusätzliche Informationen finden Sie unter [www.vgv-baumholder.de](http://www.vgv-baumholder.de)

## Tour de Worms (Radtour)

Länge / Dauer: 44 km / ca. 4 Std. (Schwierigkeitsgrad: mittel)

Sehenswertes: Worms: Dom St. Peter / Jüdischer Friedhof / Rheinufer / Flörsheim-Dalsheim: Fleckenmauer / Westhofen: Seebachquelle und Ruine Liebfrauenkirche / Osthofen: Weinbergsturm „Leckzapfen“ / KZ Gedenkstätte / Worms-Herrnsheim: Schloss mit Park und Orangerie

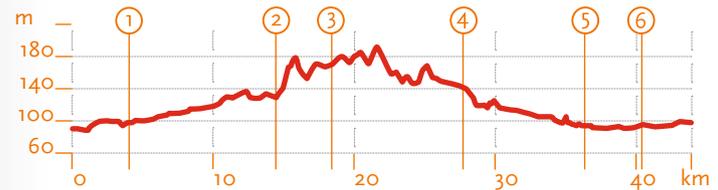
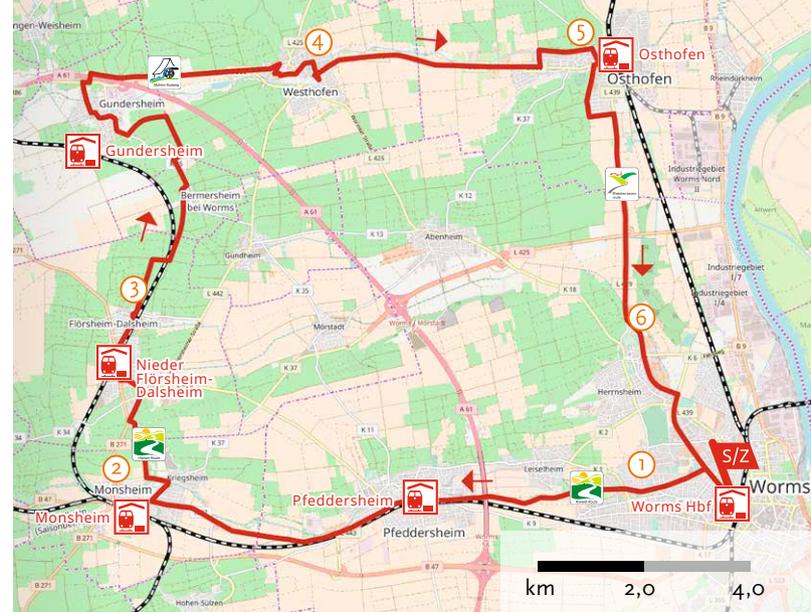
Start / Ziel:  Worms Hbf

Einkehr-Tipps: Flörsheim-Dalsheim: Café Sommer / Café Augenwaide / Weinschänke Krause / Gundersheim: Gud Stubb / Worms-Herrnsheim: Kabinett / Worms Rheinufer: Kolb's Biergarten

**Wegbeschreibung:** Vom Rhein zum Wein und zurück zur Wiege der Nibelungen. Eine lockere Runde durch die Weinlandschaft von Zellertal und Wonnegau mit leichten Anstiegen, herrlichen Ausblicken, idyllischen Örtchen. Ob direkt zu Beginn der Radrunde oder am Ende als krönender Abschluss, Worms hat viel zu bieten: den Dom St. Peter (2018: 1000 Jahre Wormser Dom), den Jüdischen Friedhof „Helliger Sand“, das Niebelungenmuseum und die Rheinpromenade.

Die Tour führt auf den Radwegen Hiwwel-Route , Mühlen-Radweg  und Rheinterrassenroute . Beginnend am  Hauptbahnhof Worms geht es rückseitig über den Kreisel an der Von-Steuben-Straße in nordwestlicher Richtung, dann links über die Pfrimmanlage zum Pfrimmpark ① auf der Hiwwel-Route . Auf ruhigen Parkwegen entlang des Bachlaufs der Pfrim geht es aus der Stadt hinaus ins nahe gelegene Monsheim mit seinem Renaissanceschloss und der Anhäuser Schlossmühle ②.

Hier folgt die Tour dem Verlauf der Hiwwel-Route  gen Norden durch den Wonnegau, wo es wieder hügelig wird. Sehenswert ist die „Fleckenmauer“ ③ in Flörsheim-Dalsheim, eine mittelalterliche Ortsbefestigung. Ab Gundersheim rollt man genüsslich auf entspannten Abfahrten des Mühlen-Radweges  bis Westhofen. Hier entspringt der Seebach ④, der dem Radweg bis Osthofen die Richtung vorgibt. Vorbei am markanten Weinbergsturm „Leckzapfen“ ⑤ in Osthofen wechselt die Tour ab der Ludwig-Schwamb-Straße auf die Rheinterrassenroute  und nimmt wieder Kurs auf die Domstadt Worms mit



Radfahren im Zellertal



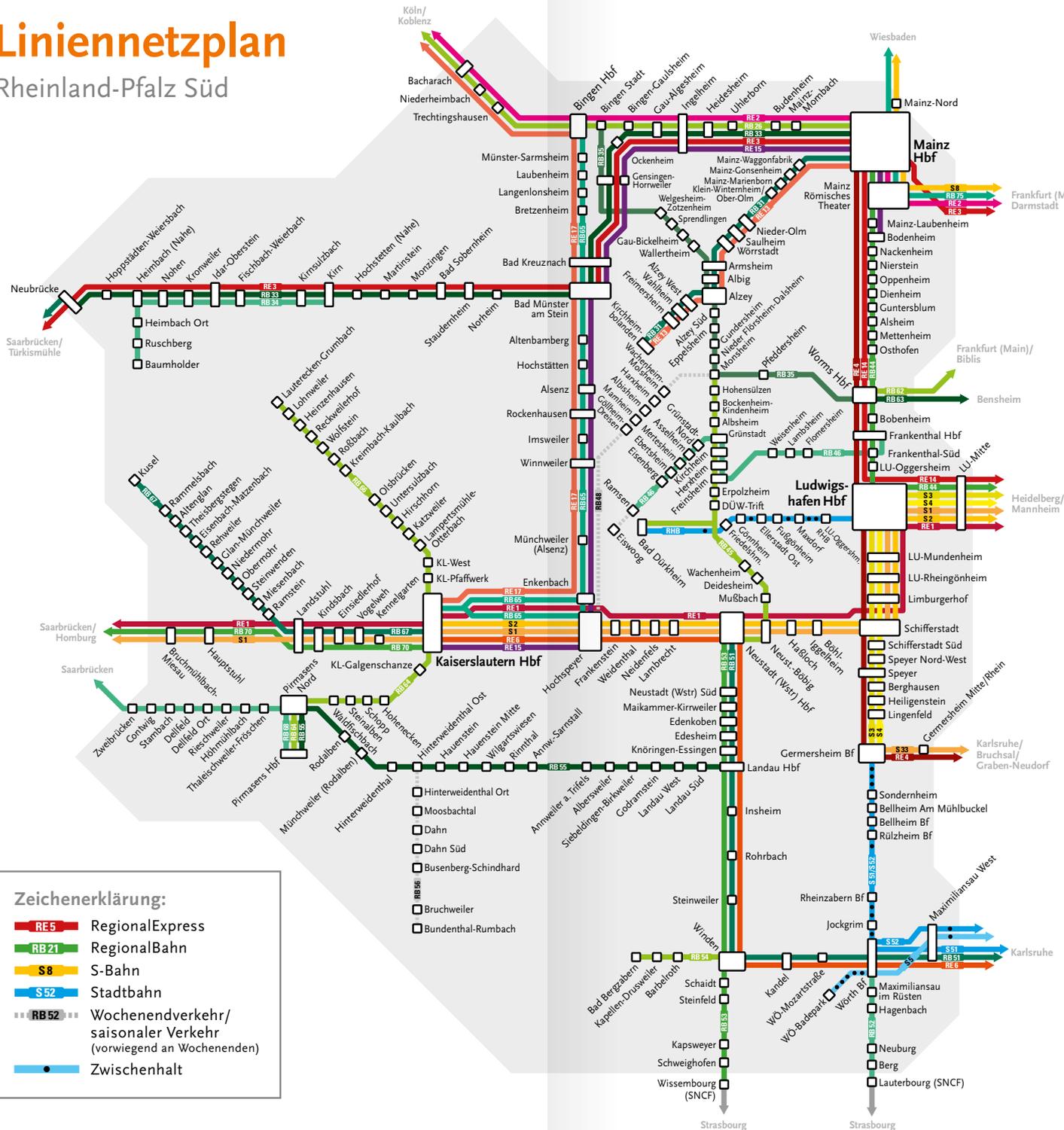
Herrnsheimer Schloss

einem unbedingten Zwischenstopp am Herrnsheimer Schloss ⑥ und so zurück zum  Hauptbahnhof Worms.

**Hinweis:** Die Route führt auf vier verschiedenen Radwegen, an den Übergängen auf Markierungswechsel achten. In mehreren Orten entlang der Tour haben Sie einen Anschluss an die Züge des Rheinland-Pfalz-Taktes.

# Linienetzplan

Rheinland-Pfalz Süd



## Zeichenerklärung:

- RE 5 RegionalExpress
- RB 21 RegionalBahn
- S 8 S-Bahn
- S 52 Stadtbahn
- RB 52 Wochenendverkehr/  
saisonaler Verkehr  
(vorwiegend an Wochenenden)
- Zwischenhalt

Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten. Stand: 02/2018  
 © Zweckverband Schienenpersonennahverkehr Rheinland-Pfalz Süd

## Unsere Anreiseempfehlungen

In der Regel fahren die Züge auch am Wochenende im gleichen Grundtakt wie montags bis freitags. Es kann vorkommen, dass sich kurzfristig die Abfahrtszeiten ändern (z. B. durch eine Baustelle). Daher sollten Sie Ihre Fahrpläne kurz vor Ihrer Abreise aktualisieren. Eine detaillierte Fahrplanauskunft erhalten Sie unter: [www.der-takt.de](http://www.der-takt.de) oder bei einem der auf den Seiten 6 und 7 genannten Nahverkehrsverbände.

### Kleiner Mainzer Höhenweg – Nördlicher Abschnitt

RE 13 Mainz – Nieder-Olm – Alzey – Kirchheimbolanden / RB 26 Koblenz – Bingen – Mainz-Budenheim – Mainz / RB 31 Mainz – Klein Winterenheim-Ober Olm – Nieder-Olm – Alzey – Kirchheimbolanden

### Kleiner Mainzer Höhenweg – Südlicher Abschnitt

RE 13 Mainz – Nieder-Olm – Alzey – Kirchheimbolanden / RB 31 Mainz – Alzey – Kirchheimbolanden / RB 44 Mainz – Ludwigshafen – Mannheim

### Mit Rückenwind entlang der Selz (Radtour)

RE 2 Koblenz – Bingen – Ingelheim – Mainz – Frankfurt/M / RE 3 Saarbrücken – Bad Kreuznach – Ingelheim – Mainz – Frankfurt/M / RE 15 Kaiserslautern – Bad Kreuznach – Ingelheim – Mainz / RE 13 Mainz – Nieder Olm – Alzey – Kirchheimbolanden / RB 26 Koblenz – Bingen – Ingelheim – Mainz / RB 31 Mainz – Nieder Olm – Alzey – Kirchheimbolanden / RB 33 Neubrück – Idar-Oberstein – Bad Kreuznach – Ingelheim – Mainz

### QuerRhein-Radtour

RE 2 Koblenz – Bingen – Mainz Frankfurt/M / RB 26 Koblenz – Bingen – Mainz / RB 35 Worms – Alzey – Bingen / RB 65 Kaiserslautern – Bad Kreuznach – Bingen

### Auf dem Rheinterrassenweg von Mettenheim nach Guntersblum

RB 44 Mainz – Guntersblum – Mettenheim – Ludwigshafen – Mannheim

### Hiwweltour Stadecker Warte

RE 2 Koblenz – Bingen – Ingelheim – Mainz – Frankfurt/M / RE 3 Saarbrücken – Bad Kreuznach – Ingelheim – Mainz – Frankfurt/M / RE 4 Karlsruhe – Germersheim – Schifferstadt – Ludwigshafen – Worms – Mainz / RE 13 Kirchheimbolanden – Alzey – Nieder-Olm – Mainz / RE 14 Mannheim – Ludwigshafen – Worms – Mainz / RB 26 Koblenz – Bingen – Ingelheim – Mainz / RB 31 Kirchheimbolanden – Alzey – Nieder-Olm – Klein Winterenheim-Ober Olm – Mainz / RB 44 Mannheim – Ludwigshafen – Worms – Mainz / BusRegioLinie 640 Ingelheim – Stadtecken-Elsheim – Nieder-Olm / BusRegioLinie 650 Mainz – Stadtecken-Elsheim – Sprendlingen

### Vitaltour „Wald, Wein, Horizonte“

RB 65 Bingen – Langenlonsheim – Bad Kreuznach – Kaiserslautern

### Weinwanderweg Rhein-Nahe von Norheim nach Bad Kreuznach

RE 3 Saarbrücken – Bad Kreuznach – Ingelheim – Mainz – Frankfurt/M / RE 15 Kaiserslautern – Bad Kreuznach – Ingelheim – Mainz / RE 17 Kaiserslautern – Bad Kreuznach – Bingen – Koblenz / RB 33 Neubrück – Idar-Oberstein – Norheim – Bad Kreuznach – Ingelheim – Mainz / RB 65 Kaiserslautern – Bad Kreuznach – Bingen

### „Hildegard von Bingen Pilgerwanderweg“ von Monzingen zum Disibodenberg

RE 3 Saarbrücken – Idar-Oberstein – Staudernheim – Bad Kreuznach – Ingelheim – Mainz – Frankfurt/M / RB 33 Idar-Oberstein – Monzingen – Staudernheim – Bad Kreuznach – Ingelheim – Mainz.

### Traumschleife „Rund um die Kama“

RE 3 Saarbrücken – Idar-Oberstein – Bad Kreuznach – Ingelheim – Mainz – Frankfurt/M / RB 33 Neubrück – Idar-Oberstein – Bad Kreuznach – Ingelheim – Mainz / RB 34 Baumholder – Idar-Oberstein – Kirn

### Heimbacher Kirchenwanderweg

RB 34 Baumholder – Heimbach Ort – Idar-Oberstein – Kirn

### Tour de Worms (Radtour)

RE 4 Karlsruhe – Germersheim – Schifferstadt – Ludwigshafen – Worms – Mainz / RE 14 Mannheim – Ludwigshafen – Worms – Mainz / RB 35 Bingen – Alzey – Worms / RB 44 Mannheim – Ludwigshafen – Worms – Mainz / RB 62 Biblis – Worms / RB 63 Bensheim – Worms

Alle Angaben ohne Gewähr.

## Ihre Meinung ist uns wichtig!

Wir sind ständig bemüht, dass unsere Broschüren Ihnen den bestmöglichen Nutzen bieten. Daher freuen wir uns über konkrete Anregungen. Schreiben Sie uns:

**Zweckverband SPNV**  
RHEINLAND-PFALZ SÜD

Zweckverband  
Schienenpersonennahverkehr  
Rheinland-Pfalz Süd Bahnhofstraße 1  
67655 Kaiserslautern  
[info@zspnv-sued.de](mailto:info@zspnv-sued.de)

# Aktiv unterwegs – wir zeigen Ihnen, wo es langgeht!

Die regionalen Broschüren der Serie „Wandern und Radfahren mit Bus und Bahn“ bieten Ihnen für das südliche Rheinland-Pfalz detaillierte Tourenbeschreibungen mit Hinweisen auf Sehenswürdigkeiten und Einkehrmöglichkeiten.

Sie bekommen die Broschüren kostenlos an vielen Bahnhöfen, bei Tourist-Informationen sowie unter [www.der-takt.de](http://www.der-takt.de)



Wir produzieren umweltschonend:

