

Wege und Ziele

Weitwandern in Europa

Zeitschrift des Vereins Netzwerk Weitwandern e.V.

Ausgabe 67 · Oktober 2024



„Einmal im Leben über die Alpen“

Weit ab vom Mainstream: Route von Garmisch nach Sterzing

Bewertet: Tourentester
auf Großem Gipfelweg

Begangen:
Nibelungensteig



(Wander-)Extras

Tourentester: Wanderrouen als Herzenssache (Katharina Wegelt) Seite 5

Wanderbericht

Pilgern im Norden: Unterwegs in Schweden auf dem
St. Olavsleden (Gerhard Wandel) Seite 12

Nibelungensteig: ... wo Riesen ihre Finger im Spiel
haben (Friedhelm Arning) Seite 17

Alpenquerung Garmisch-Sterzing: Einmal im Leben über die
Alpen (Thomas Striebig) Seite 32

Grenzüberschreitendes „Kettenweitwandern“: Rund- und
Streckenwanderungen in Luxemburg und der Südeifel miteinander
verbunden (Angelica und Günther Krämer) Seite 43

(Wander-)Buchbesprechung

Alpenquerung auf „unschwierigen“ Wegen - Rother-Wanderführer
von Oberbayern nach Südtirol (Gerhard Wandel) Seite 48

Netzwerker machen mobil

Mitgliederwanderung 2025 im September auf Wiesenweg
im Allgäu – Anmeldung bis Ende des Jahres

Durch Thüringen, Hessen und Bayern führte uns im vergangenen Monat unsere diesjährige Mitgliederwanderung: auf dem Hochrhöner. Wie es war, das könnt Ihr in gewohnter Weise in der nächsten Ausgabe der „Wege und Ziele“ (WuZ) lesen. Wohin uns die Mitgliederwanderung 2025 führen wird, das haben wir zur Mitgliederversammlung in Eisenach beschlossen. Wir wollen uns vom 21. bis 28. September nächsten Jahres auf den Wiesensteig der Allgäuer Wandertrilogie begeben. Zuvor treffen wir uns vom 19. bis 21. September in Kaufbeuren zur jährlichen Mitgliederversammlung. Für Beides findet Ihr wie gewohnt im Mittelteil dieses Heftes den Anmeldebogen. Bitte bis Ende des Jahres ausfüllen und absenden.



auch wenn unsere Mitgliederzahl stagniert. Zum 1. Januar dieses Jahres lag sie bei 62.

Erinnerung an Thomas Striebig

Im vergangenen Monat haben wir mit Thomas Striebig eins der langjährigsten Mitglieder verloren. Thomas ist von einer Alpenquerung nicht zurückgekehrt. Noch kurz vor seinem Aufbruch zu seiner Tour hatten wir Kontakt miteinander und er hatte einen Bericht darüber für die WuZ in Aussicht gestellt.

Thomas war nicht nur Gründungsmitglied unseres Vereins, sondern vor allem ein engagierter Weitwanderer. Seine Lieblingslandschaften: die Vogesen und die Alpen. Seine umfassenden Kenntnisse hat er gern und kompetent weitergegeben: sei es zu Mitgliederversammlungen wie u.a. 2008 in Weinheim oder Berichten, nicht nur für unsere Vereinszeitschrift, vor allem aber in hervorragenden Wanderführern.

Als Erinnerung: Wer zuerst kommt, mahlt zuerst. Denn zur Wanderung nehmen wir maximal 10 bis 12 Personen mit. Im kommenden Jahr könnte das Anmeldedatum hier entscheidend sein! Denn zum gemeinsamen Wandern wollen immer mehr mit,

Mit einer Schweigeminute haben wir zur Mitgliederversammlung seiner gedacht. Erinnern können wir uns noch einmal an ihn beim Lesen seiner besonderen Alpenquerung von Garmisch nach Sterzing in dieser Ausgabe ab Seite 32:

Lutz nur noch passives Mitglied

Und noch ein Mitglied zieht sich zurück: Lutz Heidemann. Unser langjähriger Vereinsvorsitzender hat zur Mitgliederversammlung in Eisenach eine Abschiedsrede gehalten. Zwar werde er dem Verein die Treue halten, sich aber nach mehr als 25 Jahren aus der aktiven Arbeit deutlich zurückziehen. Seine an den Verein gerichteten Worte findet Ihr im Mitgliederbereich unseres Internetauftritts.

Werbung mit Plakaten und Instagram

Aber nicht nur Abschiede, sondern auch neue Vorhaben gibt es im Verein.

Unsere Plakat-Aktion ist angelaufen. Angeregt von Christian, gibt es jetzt zu jeder neu erscheinenden WuZ ein passendes Plakat. Damit kann an Auslagestellen auf unsere Vereinszeitschrift zusätzlich aufmerksam gemacht werden. Wir stellen es jeweils zum Ausdrucken unter www.netzwerk-weitwanderern.de ins Netz. Wer diese Aktion unterstützen möchte und bei sich geeignete Auslagestellen kennt, kann sich gern bei uns melden. Dann senden wir nach Absprache weitere Zeitschriften zu. Bis jetzt sind hier Friedhelm und Christian aktiv. Danke!

Neu ist auch, dass unser Verein jetzt nicht nur bei Twitter ist, sondern auch bei Instagram. Dort findet Ihr uns unter [die_weitwanderer](#). Und damit wir beide Kanäle auch gut bedienen können: Bitte schickt uns vor Euren Touren doch immer ein paar Fotos. So können wir gut auf uns aufmerksam

machen und vielleicht das eine oder andere neue Mitglied gewinnen.

Erneutes Schreiben an Wanderverband

Mehr als 100 Wanderwege tragen das Gütesiegel des Deutschen Wanderverbandes „Qualitätsweg wanderbares deutschland“. Doch was als Orientierungs- und Entscheidungshilfe für den nächsten Wanderurlaub gedacht ist, gerät leider mitunter zum Flop. Das hat Friedhelm in seinem Wanderbericht über den Fränkischen Gebirgsweg deutlich auf den Punkt gebracht (Herbstausgabe 2023).

Der Weg entspricht nicht mehr den deutschlandweiten Standards wie naturnahe Wege, ÖPNV oder Infrastruktur. In einem Schreiben an den Wanderverband haben wir darauf aufmerksam gemacht und nachgefragt, ob einmal zertifizierte Wege auch weiterhin überprüft werden. Denn, wer will es ihnen auch verübeln, die Kommunen werben mit dem großen Siegel. Wir erhielten zwar höfliche, aber nicht befriedigende Antwort. „Derzeit senken wir unsere Qualitätsmerkmale“ heißt im Antwortschreiben des Wanderverbandes. Aber kann das die Lösung sein? Wie zur Mitgliederversammlung beschlossen, bleiben wir dran und werden erneut Kontakt zum Wanderverband suchen.

Nun aber wünsche ich viel Vergnügen bei der Lektüre der neuen WuZ.

Herzlichst
Katharina Wegelt

Wanderrouren als Herzenssache

Netzwerker erneut als Tourentester für Tourismusverband Erzgebirge unterwegs - Wege-Verantwortliche nehmen Kritik ernst

Blut geleckt als Tourentester haben Hans und ich im vergangenen Jahr, als wir als „kritisches Auge“ für den Tourismusverband Erzgebirge e. V. auf dem W@nderbaren Silberberg mitten in der UNESCO-Welterbe Montanregion Erzgebirge/Krusnohori unterwegs waren („Wege und Ziele“, Ausgabe 65 vom November 2023). Dieser Einsatz hat uns auch gezeigt, dass wir als Tourentester in Ecken geführt werden, die sonst vielleicht gar nicht so auf unserer Agenda stehen würden. Unser neuer „Wander-Job“ lässt uns also Neues entdecken und obendrein etwas Gutes tun für die Region, vor allem aber die (Weit)Wanderer! Denn eine gut geführte Wanderroure ist unsere Herzenssache. Und so haben wir uns über die Osterzeit erneut als Tourentester in eine Rundtour durchs sächsische und tschechische Erzgebirge gestürzt: auf den Großen Gipfelweg.

Von Katharina Wegelt

Mit etwas mehr als 70 Kilometern ist der Große Gipfelweg nichts für „das machen wir mal eben am Wochenende“, heißt es in der Beschreibung. Auch Komoot weist die Tour als „schwere Wanderung“ aus, die Naturattraktionen und hübsche Panoramen ebenso wie kulturhistorische Einblicke in die Region verspricht.

Gut gewappnet mit einem Auszug der Broschüre „Pure Wanderlust“ des Tourismusverbandes Erzgebirge sowie unseren Wander-Apps ziehen wir los, die große Runde um die Bergstadt Marienberg zu drehen.

Es gibt (noch) keine einheitliche Beschreibung, aber die braucht es auch nicht. Es sind schon genügend Wanderzeichen vorhanden, und da die einzelnen Eckpunkte klar beschrieben sind, verhaspeln wir uns in den kommenden vier Tagen gerade mal ein einziges Mal – und das auch nur unwesentlich.

Tag 1

Wir starten im Herzen Marienbergs, der Stadt Heinrich des Frommen, der sie 1521 gründete. Marienberg ist eine Idealstadtanlage nach dem Vorbild italienischer Renaissance und wohl die früheste bis heute erhaltene nördlich der Alpen. Mit ihrem



Erzgebirgspanorama: Wer über den Kamm gelaufen ist, weiß, dass der Schein hier trägt.

Schachbrettmuster lässt sie in alle Richtungen Blicke in die Welt hinaus zu. So eingestimmt, ziehen wir los in die Weite des Erzgebirges. Unser erstes Etappenziel: Satzung an der deutsch-tschechischen Grenze. Über dem Ort thront beeindruckend der Hirtstein (891 m): Sein fächerförmiger Basaltaufschluss mutet nahezu märchenhaft an. Aber bis wir ihn erreichen, führt uns die Tour zunächst von der

Stadt Marienberg hinauf zum Alten Gericht. Von hier haben wir eine wunderbare Aussicht auf den Erzgebirgskamm mit den beiden höchsten Bergen des Erzgebirges: den Keilberg (Klinovec) (1.244 m) sowie den Fichtelberg (1.215 m). Kurz danach der schlichte, aber ansprechende Ehrenhain Gelobtland. Hier wird 154 ermordeten, zum größten Teil nie identifizierten KZ-Häftlingen gedacht. Eine Info-Tafel gibt



Erzgebirge pur: plätscherndes Bächlein in wunderschöner Landschaft



Erinnerung an erschreckende Geschichte



Beeindruckt: Hirtstein (891 m) über Satzung

Auskunft über das schreckliche Geschehen an diesem Ort am 16. April 1945. Wir halten inne. Wie gut es uns doch geht!

Ein wenig noch verläuft der Weg auf einem kaum befahrenen Asphaltsträßlein, bevor er abbiegt und romantisch entlang des Reitzenhainer Zeuggraben führt. Er versorgte einst Berg- und Pochwerke mit dem notwendigen Aufschlagwasser. An der Grenze nach Tschechien schlängeln wir uns entlang. Dort begegnen wir einer Erinnerung an Heimatdichter Anton Günther und der traurigen Geschichte von Rittmeister Münch, der 1669 auf dem Weg zu seiner Hochzeit von kaiserlichen Offizieren gemeuchelt wurde - nahe der einstigen Leuchtertanne, an die ebenfalls nur noch ein Schild erinnert. Dann erreichen wir das Stengelhaider Moor und sind damit zugleich auch auf dem Kammweg, dem wir einige Zeit folgen werden. Aber erstmal gibt's eine hübsche Rast auf dem hölzernen Aussichtsturm im Moor.

Danach ist Reitzenhain schnell erreicht, ein Ort mit noch greifbarer Nachkriegsgeschichte. Jenseits der Schwarzen Pockau ist vom Ort auf böhmischer Seite nur noch

eine Wüstung geblieben. Jedoch wird mit Tafeln an ihn erinnert.

Durchs romantische Pockau-Tal und nach einer weiteren Begegnung mit Heimatdichter Anton Günther, bei der Reißigmühle ist ein Gedenkstein für ihn, geht es zunächst auf einer Forstautobahn, dann auf einem Pfad hinauf zum Hirtstein. Wundervoll. Von hier rollen wir nur noch hinunter nach Satzungen. Der Ort beeindruckt mit wirklich hübschen Erzgebirgshäusern und einer überraschenden Lebendigkeit. Wie sehen viele junge Leute, viele Kinder ... auch in unserem Hotel „Erbgericht Satzung“.

Fazit des ersten Tages (27 km): eine wundervolle Etappe mit viel Geschichte und Geschichten, Aus-, Weit- und Einblicken ins Mittlere Erzgebirge und sehr viel Genuss.

Tag 2

Direkt am Erbgericht geht unser Wanderweg vorbei. Wir sind also am nächsten Morgen kaum aus der Tür getreten, da stehen wir schon drauf. Und sofort schlägt er uns in seinen Bann: Er führt leicht bergauf und gibt mit jedem Schritt mehr Sicht

frei. Wir fühlen uns berauscht – von Weite, Lieblichkeit und Ruhe.

Rasch ist der nahe Grenzübergang erreicht. Mit einem Schritt über den Beilbach stehen wir im Böhmischen. Aber dann, wenige Meter nach der Grenze, ist abrupt Schluss mit Genuss: Spiegelglatter Asphalt schlägt uns entgegen, und kein Entkommen scheint möglich. Die Tschechen haben den Weg offensichtlich für Radfahrer optimiert ☹. Enttäuscht verzichten wir auf den Abstecher zur Premium-Aussicht vom Haßberg (Jelení hora) und schlagen uns ins Gebüsch. Wir machen einen großen Bogen um die eigentliche Wegeführung. Damit begeben wir uns auf etwas abenteuerliche, aber wunderschöne Pfade. Ja, lieber ein paar Kilometer mehr unter die Füße genommen, als Asphalt zu tappeln. Aber ganz bleibt er uns nicht erspart.

Nachdem wir Satzung wieder erreicht haben, denn bis hierher zogen wir nur eine Schleife, geht's entlang des Grenzflüsschens. Die Sonne lacht, das Wasser plätschert ... Pause! Wie wundervoll.

Nach Kühnhaide ist es nun gefühlt nur noch ein Katzensprung. Der Stauweiher kurz zuvor hält uns etwas auf – für eine Rast und Balancierkünste. Ein Eiskaffee in unserer Unterkunft „Schwarzwassertal“ ist dann die Zielbelohnung.

Fazit des zweiten Tages (17 km): eine zwiegespaltene Tour - teils traumhaft romantisch, teils abschreckender Spiegelasphalt. Für den böhmischen Abschnitt sollte unbedingt nach einer alternativen Wegeführung gesucht werden.

Tag 3

Noch einmal geht es längs, auf und ab durch den malerischen Grenzort Kühnhaide und dann erneut mit einem Schritt übers Wasser ins Böhmisches - dieses Mal über die Schwarze Pockau. Nur kurze Zeit nach dem Start an diesem stillen Ostersonntagmorgen erreichen wir den Lauschhübel (842 m). Der Eintrag ins Gipfelbuch ist ein Muss. Bis ins nahe gelegene Nacetin (Natzschung) genießen wir den Weg, sind erstaunt über das Winter-Wildgehege, so etwas kannten wir bisher noch nicht, und den gestalteten



So macht Wandern Freude ...



... und Pause ebenfalls.

Grenzübergang. Dort wird an die wechselvolle Geschichte des einstigen Dorfladens und dessen Besitzers erinnert.

Aber dann ... ich mag mich eigentlich gar nicht daran erinnern. In dieser wunderbaren Landschaft scheucht der Große Gipfelweg den Wanderer auf zwar mäßig befahrenen, aber dennoch Hauptstraßen durchs Gelände: von Nacetin nach Kalek und weiter nach Rübenau. Und auch ab dort geht es auf der Straße weiter, nun schon stärker befahren. Sehnsüchtig blicken wir in die wundervolle Landschaft, die so sehr zum Wandern lockt, und flüchten nach „gefühlte 20 Kilometern Asphalt“ (in sengender Sonne) auf den ersten möglichen Abzweig von der vorgegebenen Route, die wir später wiedertreffen. Auch die erste Rastbank gehört uns. Unsere Füße danken es uns, auch, als wir kurz danach am Lehmhaidnerteich nochmals stoppen. Dann nehmen wir Kurs aufs Ziel: die Hüttstattmühle. Wir haben sie für uns allein, auch die große Kühltruhe mit allerlei Eissorten. So fein gestärkt machen wir noch einen Abstecher zum nahegelegenen Vogeltoffelfelsen, eine romantische Aussichtsplattform überm Schwarzwassersertal. Dieser Moment stimmt uns wieder gnädig mit dem Tag.

Fazit des dritten Tages (20 km): Katastrophaler Abschnitt trotz ausgesprochen schöner Umgebung und wundervollen Blicken. Diese Etappe werden wir in der angegebenen Führung nicht noch einmal gehen und auch nicht weiterempfehlen.



Lauschhübel: feiner Platz für eine Rast



Natürliche Grenze: die Schwarze Pockau

Tag 4

Am Morgen wissen wir es noch nicht: Es wird ein sagenhafter Tag. Den hübschen Abschnitt über die Morgensternhöhe bis nach Zöblitz kennen wir natürlich als EB- und E3-Gänger. Er schmeichelt Füßen und Seele gleichermaßen.

In der SerpentinStadt Zöblitz, deren vielfältig nuancierten Steine nicht nur die Dresdner Semperoper ausschmücken, erleben wir eine uns noch unbekannte Ecke. Das Serpentinmuseum, schon mehrmals besucht, liegt direkt am Wanderweg.

Auf dem überraschend schönen Alten Böhmisches Steig geht's zunächst bis zur Burgruine Nidberg. Von der einstigen mittelalterlichen Spornburg ist heute nur noch ein mutmaßliches Turmfundament erhalten. Spannend ist es trotzdem.

Der Besitzer des alten Bahnwärterhäus-

chens hat den Weg bis Niederlauterstein mit Ostereiern geschmückt. Niedlich.

Und dann dominiert sie Ort und Gegend: die Burg Lauterstein, besser eigentlich Burgruine Niederlauterstein. Hoch oben auf einem markanten Gneisfelsen hat diese mittelalterliche Höhenburg viele Maler inspiriert. Heute befinden sich an ihrem Fuß neue, durchdacht gestaltete Tafeln der Stadt Marienberg, wohin Niederlauterstein eingemeindet worden ist. Wir können uns von den Sagen und Geschichten kaum loseisen ...

Aber nun kommt das dicke Ende: Bis nach Marienberg zur Drei-Brüder-Höhe ist wieder Straße angesagt – ausgenommen ein hübscher, kurzer Abschnitt von Niederlauterstein nach Lauterbach. Wir haben die Faxen ganz schön dicke, bleiben aber „brav“ auf der angegebenen Route. Uns ist völlig schleierhaft, warum die Tour von Lauterbach nach Lauta nicht dem hier gut aus-



Aussicht und Ruhe genießen auf der Aussichtsplattform Vogeltöffelfelsen - hoch überm Schwarzwassertal

geschilderten E3 folgt, sondern uns die Straße entlangführt. Wir retten uns etwas, indem wir nebenher auf dem Feld laufen. Aber das ist ja auch nicht der Weisheit letzter Schluss.

Einzig Lichtblicke: die Lauterbacher Wehrkirche sowie die Heilandskirche mit dem Altar vom Marienberger Maler Paul Müller-Callnberg, den Hans so sehr verehrt.

Dennoch sind wir so missgestimmt, dass wir nicht mal mehr in der Drei-Brüder-Höhe einkehren, sondern die Wanderung schlicht beenden.

Fazit des vierten Tages (20 km): Teil eins bis Niederlauterstein ist wandertechnisch wunderbar und sehr familienfreundlich, u.a. mit Morgensternhöhe, Serpentinmuseum und Burgruine. Aber ab Niederlauterstein bis zur Dreibrüderhöhe ist die Wegeführung traurig.

Was also sagt das Tourentesterherz zum Großen Gipfelweg? Es hüpfelt nicht, wenn es an den Großen Gipfelweg denkt, obwohl das Erzgebirge es sonst immer höherschlagen lässt. Zu viele für Wanderer völlig unattraktive Abschnitte lassen die Gesamtstrecke nicht gut wegkommen. Um empfohlen werden zu können und verliebt zu machen in diesen herrlichen Landstrich in der UNESCO-Welterbe Montanregion Erzgebirge/Krusnohori, bedarf es dringender Anpassungen.

Wir waren gespannt, wie die Wegemacher, in diesem Fall die Stadt Marienberg, mit unserem Tourentester-Ergebnis umgehen. Und nun sind wir erfreut, denn sie haben



Romantisch und sagenumwoben: Burgruine Niederlauterstein.

Daten Großer Gipfelweg

Höchster Punkt: knapp unter 900 m

Niedrigster Punkt: 476 m

Höhenmeter: 1.000 m

Der „Großer Gipfelweg“ kann als Thruhike „am Stück“ gewandert werden oder mit einzelnen Etappen als Tagestouren.



unsere Kritik ernst genommen: Sowohl die Stadt Marienberg wie auch der Verantwortlichen auf tschechischer Seite wollen den Weg anpassen. Wunderbar!!!

St. Olavsleden: Pilgern im Norden

Unterwegs in Schweden von Sundsvall nach Bräcke

Wie die Zentral- oder Südeuropäer nach Rom oder Santiago de Compostela gepilgert sind, gab es für die Pilger im Norden bzw. Osten Europas den Dom in Trondheim als Pilgerziel. Die Pilger aus Russland, Finnland und dem Baltikum überquerten die Ostsee und landeten an der schwedischen Ostseeküste. Einer der Wege führte von Sundsvall (bzw. Selanger) in nordwestlicher Richtung quer durch Mittelschweden nach Trondheim. Hier war Gerhard Wandel unterwegs.

Von Gerhard Wandel

Einen Teil des norwegischen Weges bin ich gegangen. Auch andere Pilgerwege nach Trondheim tragen den Namen „St. Olavsleden“. Bezüglich des Pilgerweges in Norwegen verweise ich auf den Wanderbericht in „Wege und Ziele“ vom April 2014 (Ausgabe 43).

1. Tag Sundsvall – Villa Vattjom (Matfors), 16 km, ca. 4 Std. Wanderzeit

Die Regenwolken hatten sich verzogen,

die Sonne wollte meine Wanderung begleiten. Der Weg beginnt bei der Kirche; hier ist bereits das Wanderzeichen für alle Pilgerwege im Norden angebracht. Man wandert entlang der Fahrstraße ca. 1 km. Bei einem Kreisverkehr geht's links ab und direkt an einem Fluss entlang, zunächst asphaltiert, dann als Schotterweg. Die Wanderfreude währte nicht lange. Ein entgegenkommender Radfahrer erklärte mir, dass ein Durchkommen auf diesem Weg aufgrund Überflutung nicht möglich sei, ich müsste auf eine Schnellstraße auswei-



Beginn der Wanderung bei Selangers kirka



Blick vom Campingplatz in Söde

chen. Ich trat den Rückweg an und nahm den Bus nach Bergsäker und begann dort meine Wanderung zunächst zur Selangers kyrka und dem dortigen Pilgerzentrum, dem eigentlichen Beginn des Weges. Vorbei an Wäldern, Flüssen, Seen, landwirtschaftlichen Flächen, einzelnen Höfen und kleinen Weilern führt der Weg nach Vattjom, meiner ersten Übernachtung in einem Privatzimmer (b+b Villa Vattjom). Der Hinweis, dass die Bezahlung in cash erfolgen muss, ist hilfreich, da sämtliche Bezahlungen per Kreditkarte in Schweden üblich sind, und ich auf meinem Wanderweg keinen Geldautomaten gesehen habe.

2. Tag Vattjom - Stöde Camping, 31 km, ca. 8 Std. Wanderzeit.

Zum Weiterweg nach Matfors muss die Schnellstraße E 14 gequert werden. Der Abstecher zum Runenstein, Freilichtmuseum Hembygsgard und zur Olavsquelle sind - wie im Führer von Conrad Stein angekündigt - markiert. Bei der Olavsquelle kann ich jedoch keine Fortführung der Markierung entlang der Schnellstraße finden. Ich gehe den Weg zum Freilichtmuseum zurück und weiter über die Straße nach



Matfors. Matfors mutet fast schon städtisch an mit Gaststätte, mehreren Einkaufsmärkten, Krankenstation und Altenheim. Man quert den Ljunganfluss bei einem Wasserkraftwerk und läuft dann den ganzen Tag auf der südlichen Seite des Ljunganflusses entlang. Wälder und vereinzelte landwirt-



Prägen das Landschaftsbild: die dunkelroten Ferienhäuser; Bild unten: Runenstein bei Matfors

schaftlich genutzte Flächen begleiten den Weg. Entlang der idyllischen Lage am Fluss bzw. dem Stödesjön-See stehen viele dunkelrote Ferienhäuser. Endlich sieht man in der Ferne die Kirche von Stöde, die allerdings nicht geöffnet hat. Kurz nach dem

Ort passiert man eine Freizeitanlage und erreicht den Campingplatz (Stöde Camping), mein heutiges Nachtquartier. Teile vom Campingplatz sind aufgrund der Unwetter der vergangenen Wochen überflutet. Meine Hütte ist jedoch frei zugänglich. Der Sonnenuntergang ist traumhaft und entschädigt für die strapaziöse Wandertour.

3. Tag Stöde – Torpshammar, 18 km, ca. 5 Std. Wanderzeit

Vor dem Start der Wanderung möchte ich noch meine Vitaminvorräte im Rucksack aufstocken. Im Lebensmittelmarkt erblicke ich 3 Kisten mit Äpfeln. Die erste Kiste

stammt aus Chile, die zweite aus Neuseeland und die dritte aus Belgien. Als überzeugter Europäer greife ich in die dritte Kiste. Die schwedischen Äpfel erblickt man nur auf oder unter den Bäumen, schmackhaft und nicht wurmig! Der gesamte heutige Weg führt dem Fluss Ljungan, der Schnellstraße und der Eisenbahnlinie entlang. Meine heutige Unterkunft ist der Torpshammar Herrgard, ein stilvolles Herrenhaus aus dem 19. Jahrhundert. Vor mir liegt eine riesige Straßenkreuzung, ohne Gehwege, rechts der Store (Supermarkt mit Tankstelle), links der Saloon (Burgerbude) mit Holzveranda davor, wie in alten Wildwestfilmen. Pferde sieht man keine, dafür aber ein paar alte amerikanische Straßenkreuzer.

4. Tag Torpshammar – Ljungaverk, 20 km, ca. 6 Std. Wanderzeit

Bei Getteran trifft man auf einen schönen Sitzplatz und rechts davon das Plumpsklo für die Pilger. Es sieht so aus, als würde der Weg rechts am Toilettenhäuschen vorbeiführen; das ist aber nur der Weg für

die Radfahrer, der nach ein paar hundert Metern an der Schnellstraße endet. Der Wanderweg führt halblinks am Gatter vorbei. Bei Vikbron kommt man an der längsten Holzbrücke Schwedens vorbei. Vor Ljungaverk passiert man eine weitere Brücke. Die Radfahrer werden nach oben geleitet, während der Fußweg unter der Brücke direkt am Ufer des Ljungan entlang verläuft und später über einen Felspfad nach oben zur Straße nach Johannisberg führt. Mein Weg führt jedoch zurück über eine Straßenbrücke zum Industriegebiet von Ljungaverk. Meine Unterkunft (b+b genannt) befindet sich in einer ehemaligen Fabrikhalle. Das Gebäude ist verschlossen. Die mir bekannte Telefonnummer führt zu einer telefonischen Ansage in Schwedisch. Ich frage in einer Pizzeria in der Nähe. Der Wirt hat die Telefonnummer des Eigentümers. Dieser kommt auch vorbei und bietet mir ein Zimmer an. Sein E-Mail-Postfach hätte er seit Monaten (?) nicht mehr angeschaut. Frühstück hat er nicht im Angebot. Da eine voll eingerichtete Küche vorhanden ist, kann ich mir



Die längste Holzbrücke Schwedens führt über den Ljungan



Bei Torpshammar wird das Gelände bergiger und der Fluss wilder

mit meinen Vorräten selbst ein Frühstück bereiten.

5. Tag Ljungaverk – Lombäcken, 27 km, ca. 7 Std. Wanderzeit

Ich laufe wieder zurück über die Brücke und weiter auf dem Weg nach Johannisberg. Ab der Brücke folgt man wieder der Markierung des Pilgerweges. Man läuft nördlich von Ljunganfluss und Borgsjön entlang. Der Weg führt direkt neben der E 14 entlang. Das im Führer vom Konrad-Stein-Verlag genannte Motel war z.Zt. wegen Eigentümerwechsels geschlossen. An der Tankstelle und dem angeschlossenen Verkaufshop kann man sich gut verpflegen. Vor Borgsjö kommt man an einem großen Sägewerk vorbei. Nach Borgsjö verlässt der Weg die Schnellstraße und führt über eine längere Waldetappe nach Lombäcken. Der Flecken besteht aus mehreren landwirtschaftlichen Gehöften. Dort stehen 2 Hütten für Wanderer, die von Familie Leander vorzüglich betreut werden. Fließendes Wasser und Strom gibt es hier nicht. Anstelle einer Dusche verläuft 100



Stöde kyrka, leider verschlossen

Meter von den Hütten entfernt der Haran-Fluss. Ein schöner Badeplatz, doch leider für verwöhnte Mitteleuropäer zu kalt! Der Vermieter bringt für jeden Wanderer eine Kühlbox mit dem Frühstück für den nächsten Morgen.

6. Tag Lombäcken - Bräcke, 28 km, ca. 7 ½ Std. Wanderzeit

Der Schotterweg führt weiter nach Jämtkrogen. Der folgende Wegabschnitt war der anstrengendste der ganzen Tour. Quer liegende Bäume, aufgeweichte Gras- und Waldpfade, nasse Füße garantiert! Bei Länsgränsen passieren wir die Provinzgrenze zwischen Medelpad und Jämtland. Nach langen Kilometern wird die Holzkirche oberhalb von Bräcke erreicht. Der Platz



Seen und Wälder bestimmen weitgehend das Landschaftsbild

bietet eine herrliche Aussicht über Bräcke und den Revsundssjön. Das Ende meiner Wanderung wird in Bräcke erreicht. Es sieht fast schon aus wie in Mitteleuropa, die Schnellstraße, die die Autofahrer zum Nordkap bringt, eine Bahnstation, ein Geldautomat (!) und natürlich die beste Eisdielen in ganz Schweden!!

Allgemeines zur Tour und Wandern in Schweden:

Das Wetter war mit Temperaturen zwischen 10 ° und 20 ° Celsius und nur einem kurzen Regenschauer optimal. Von einer Mückenplage, wovon jeder warnt, konnte keine Rede sein. Die Wanderung erfolgte im Zusammenhang mit einer Interrail-Tour durch Schweden. An Fußwanderern habe ich unterwegs zwei getroffen: Eine Schwedin, die seit Jahren in Kanada lebt, und einen US-Amerikaner aus Tennessee. Dazu kommen noch zwei Radwanderer. Auf der gesamten Wanderstrecke habe ich mit einer Ausnahme nur Pkw mit schwedischen Kennzeichen gesehen. Schweden ist teuer? Jein. Alkohol mit Sicherheit, aber man darf die Stockholmer Preise nicht auf ge-

samte Land umsetzen. Die üblichen Selbstbedienungsrestaurants sind günstig. Wer jedoch auf ein gewisses Ambiente Wert legt, muss tiefer in die Tasche greifen. Außer in den Privatunterkünften will kein Mensch Bargeld sehen. Meine Kreditkartenabrechnung sah am Ende ganz akzeptabel aus. Unterkünfte gibt es in allen Kategorien und Preisklassen. Ich persönlich greife gerne auf die Unterkünfte des Schwedischen Fremdenverkehrsverbands (STF) zurück, die der gesamten Berghütten, aber auch Hostels und Hotels in ganz Schweden betreiben. Bei dieser Wandertour gab's jedoch keine.

Hilfsmittel: Outdoor Wanderführer Schweden/Norwegen St. Olavsleden von Selanger nach Trondheim, Conrad Stein Verlag, 1. Auflage 2020

Karten unter stolavsleden.com/maps (Übersichtskarte) und darunter pdf-Kartenausdrucke

Accommodation along St. Olavsleden (Unterkunftsverzeichnis):

<https://stolavsleden.com>, ich hatte alle Unterkünfte vorgebucht.



Auch Wanderer lieben first-class-Unterkünfte



Zum Abschluss die beste Eisdielen in ganz Schweden!

... wo Riesen ihre Finger im Spiel haben

Nibelungensteig von Zwingenberg (Hessen)
nach Miltenberg (Bayern)



Der Nibelungensteig führt auf rund 130 km durch den Odenwald in Hessen, Bayern und Baden-Württemberg. Netzwerker Friedhelm Arning war dort im Frühjahr unterwegs, „im Einklang mit der Schöpfung“ wie er sagt. Und er hat nicht nur die wichtigsten (oder bekanntesten) Schauplätze der Nibelungensage besucht ...

Von Friedhelm Arning

*Uns ist in alten mären wunders vil geseit
von helden lobebären, von grôzer arebeit,
von fröuden hôchgezîten, von weinen und von
klagen,
von küener recken strîten muget ir nu wunder
hören sagen.*

Ostern ist vorbei und zumindest kalendarisch ist der Frühling auf dem Vormarsch. Da will ich ihm doch ein wenig entgegenkommen und so starte ich in Bensheim an der Bergstraße - da kommt er nämlich angeblich auf seinem Weg nach Norden immer vorbei - meine Wanderung auf dem Nibelungensteig.

Da es für diese Zeit – Osterferien – ums Verrecken nicht möglich war, die Tour selbst zu organisieren, weil die erforderlichen Übernachtungen nicht hintereinander zu bekommen waren, habe ich die Tour bei einem entsprechenden Anbieter mit Ge-

päcktransport gebucht. Dabei gibt es zwar auch nicht in jedem Etappenzielort eine Übernachtungsmöglichkeit, aber man wird dann mit dem Taxi zu einer hingefahren und am nächsten Morgen wieder zum Startpunkt für die nächste Etappe gebracht.

Für diese Wanderung erwies sich diese Lösung für mich zusätzlich als ein besonderer Glücksfall, hatte ich mir doch blöderweise zwei Wochen, bevor es losgehen sollte, noch bei einem Sturz mit dem Fahrrad eine Rippe gebrochen. Ich befürchtete schon, die ganze Unternehmung abblasen zu müssen, aber mein Orthopäde meinte, die Wanderung könnte ich durchaus machen, allerdings nur mit leichtem Gepäck. Manchmal fügt sich eben doch noch alles irgendwie und so starte ich zum ersten Mal eine Weitwanderung mit einer gebrochenen Rippe.

1. Etappe: Zwingenberg – Reichenbach

*Es wuhos in Bûrgonden ein vil édel magedîn,
daz in allen landen niht schoeners mohte sîn,*

*Kriemhilt geheizen: si wart ein scoene wîp.
dar umbe muosen degene vil verliesên den lîp.*

Erstmal karrt mich ein Taxi nach Zwingenberg, weil es dort, obwohl offizieller Startort des Nibelungensteigs, keine Übernachtungsmöglichkeit mehr gibt. Am Marktplatz geht's dann mit der Wanderung richtig los. Ich gebe zu, wegen meiner Rippe mit Bangen, denn es steht gleich der Aufstieg auf den mit 517 m höchsten Gipfel der Bergstraße an, den Melibokus. Ein seltsamer Name, der auf einem Irrtum beruht. Der altgriechische Geograf Ptolemäus hatte einen Gipfel im Harz beschrieben und als Melibokus benannt. Man ging aber lange Zeit davon aus, dass es sich dabei um den Malchen im Odenwald handele. Als der Irrtum dann aufgeklärt war, war es zu spät, und der Name „Melibokus“ hatte sich für den Malchen schon unverrückbar eingebürgert.

Allen Befürchtungen zum Trotz gelingt der Aufstieg erstaunlich gut und je länger ich bergauf stapfe – natürlich piano, piano –, desto weniger achte ich auf meine gebrochene Rippe, und das scheint ihr ganz gut zu bekommen – Nichtachtung wird daher auch weiterhin das Mittel der Wahl sein. Oben angekommen erwartet mich ein UFO-ähnlicher Aussichtsturm mit Kiosk, aber beide natürlich, wenn überhaupt, nur an Wochenenden geöffnet. Also gibt's das zweite Frühstück im Stehen, aber doch mit einem weiten Blick über die gesamte Bergstraße, den Odenwald und die Rheinebene bis hinüber zum Pfälzer Wald. Wo es steil rauf geht, geht es meistens auch

steil wieder runter, so auch hier durch lichten Wald und über die Hänge des Balkhäuser Tals bis zu einem Parkplatz am Schöllrain. Mittlerweile hat leichter Regen eingesetzt und so mache ich einen Abstecher in den nahegelegenen Ort Balkhausen in der wahnwitzigen Hoffnung, einer der beiden dortigen Gasthöfe könnte ja vielleicht geöffnet haben, aber Pustekuchen. Immerhin finde ich bei einem Schuppen eine überdachte Bank und kann meine verdiente Mittagspause wenigstens im Trocknen verbringen.

Gestärkt geht's dann wieder rauf zum zweithöchsten Gipfel der Bergstraße, dem Felsberg (510 m). Hier steht der Ohlyturm, der aber schon ziemlich auffällig ist, so dass man nicht mehr oben rauf darf. Er ist mit seinen 27 m komplett aus Granit errichtet und gewissermaßen das Eingangstor zu dem nur wenig weiter gelegenen geologischen Highlight dieser Etappe, dem Reichenbacher Felsenmeer – ein grandioser Anblick. Wie eine Lawine aus riesigen granitenen Felsbrocken schiebt es sich mehrere hundert Meter einen relativ steilen Abhang hinunter. Natürlich haben bei einem solchen gigantischen Naturdenkmal Riesen ihre Finger im Spiel gehabt. Der eine bewohnte den Felsberg, der andere den gegenüberliegenden Hohenstein, und als sie mal wieder in einen heftigen Streit gerieten, bewarfen sie sich mit Felsbrocken. Dabei war der Hohensteiner im Vorteil, da er über wesentlich mehr Munition verfügte und seinen Widersacher unter einem Meer aus Felsen begraben konnte. Tatsächlich kann man ihn, wenn man ganz

still ist, noch heute darunter atmen hören.

Der Nibelungensteig schlängelt sich z. T. auf steilen Pfaden abwärts durch und über die Felsen. Da der Regen heftiger und der Fels glitschiger geworden ist, muss ich höllisch aufpassen, denn Ausrutschen und Stolpern sind für mich laut orthopädischer Expertise streng verboten. Aber alles geht gut und ich komme wohlbehalten unten am Geopark-Informationszentrum an. Auf dessen Besuch hatte ich mich sehr gefreut, aber es war leider wegen des schlechten Wetters geschlossen. So laufe ich denn stracks weiter nach Reichenbach hinein und bin glücklich, nass wie ich inzwischen bin, ein nettes Café geöffnet zu finden, um so auf angenehme Weise die Zeit, bis ich mein Zimmer beziehen kann, bei Kaffee und Williams-Christ-Torte zu überbrücken. Dann geht's auf ein gemütliches warmes Zimmer im Gasthaus am Nibelungensteig, wo mein Koffer schon auf mich wartet.

2. Etappe: Reichenbach – Lindenfels/Winkel

*Sivrit was geheizen der snelle degen guot.
er versúochte vil der ríche durch ellenthaften muot.
durch sínes líbes sterke er reit in menegiu lant.
hey was er sneller degene sit zen Búrgónden vant!*

Tiefes Gewölk hängt über dem Lautertal, als ich aufbreche, aber noch ist es trocken. Ein heftiger Wind ist über Nacht gekommen. Die ersten 8 km geht es ständig bergauf. Nach 2½ km erreiche ich dann den sagemumwobenen Felsen Hohenstein – wir erinnern uns: Hier hauste der andere Streithammel, dem wir das Reichenbacher Felsenmeer verdanken. Heute ist der Hohenstein ein beliebter Kletterfelsen. Ein Stück weiter des Weges hinauf gelange ich zum Hofgut Hohenstein, einem imposanten Gebäudekomplex inmitten einer Wiesen- und Waldlandschaft, der als landwirtschaftliches Gut und als Eventlocation für exklusive Feierlichkeiten genutzt wird, wie mir der Verwalter erläutert, den ich zufällig an der Hofeinfahrt treffe.



Gibt Raum für Fantasie: Reichenbacher Felsenmeer im Lautertal

Der Weg schlängelt sich unterhalb des Knodener Kopfes weiter den Berg hinauf und erreicht schließlich über Felder und Wiesen den kleinen Ort Knoden. Dessen Einwohnern sagt man nach, dass sie die Kunst des Bannens beherrschen. So wird berichtet, dass sie im Dreißigjährigen Krieg fremde Truppen mit Blicken gebannt und sie dann erschossen haben. Heute nutzen sie angeblich ihre Fähigkeiten, um sich gegen die Verspargelung ihrer schönen Umgebung durch Windräder zu widersetzen.

Inzwischen hat wieder Regen eingesetzt, begleitet von heftigen Winden, so dass ich froh bin, in Schannenbach für eine Trinkpause ein überdachtes Bushaltesthäuschen zu finden. Von dort führt der Weg am Schannenbacher Moor vorbei, das seinerzeit durch Drainagemaßnahmen arg gelitten hatte, jetzt aber durch intensive Renaturierungsmaßnahmen langsam seinen ursprünglichen Charakter zurückgewinnt. Es geht weiter aufwärts bis zum Aussichtspunkt Mathildenruhe, aber mit Aussicht ist heute nix. Es regnet mittlerweile in Strömen und so laufe ich gottergeben weiter bis auf den Krehberg, mit 575 m einen der höchsten Gipfel im Odenwald. Aber so rechte Gipfelstimmung will bei mir angesichts des umfassenden Triefens nicht aufkommen. Also schnell wieder runter durch Wald mit bizarren Felsformationen und dazwischen Regen und ziehende Wolken-schleier doch noch eine mystische Stimmung in diese Etappe, auch wenn der Abstieg nach Schlierbach bei diesem nassen Untergrund noch mal volle Konzentration erfordert.

In Schlierbach gibt es rund um die Dorfkirche einen besonderen Friedhof, auf dem statt der üblichen Grabsteine sogenannte Stickelbretter die Gräber zieren. Wahrscheinlich brachten Calvinisten aus der Schweiz nach dem Dreißigjährigen Krieg diesen Brauch, der bis heute erhalten geblieben ist, mit in den Odenwald.

Angesichts des nach wie vor heftigen Regens spare ich mir den Besuch von Lindenfels für morgen auf und laufe direkt zum Hotel nach Winkel, wo ich mich endlich der nassen Klamotten entledigen kann, bevor der wohlverdiente Kaffee auf mich wartet.

3. Etappe: Lindenfels/Winkel – Gras-Ellenbach

*Noch weiz ich an im mêre daz mir ist bekannt
einen lintrachen den sluoc des helden hant.
er badet' sich in dem bluote: sîn hût wart hûmîn.
des snidet in kein wâfen. daz ist dicke worden scîn.*

Im Gegensatz zu gestern werde ich heute zwar kaum von oben nass, aber schon früh morgens beim Abmarsch aus Winkel ist es bereits recht schwül, so dass ich hinauf nach Lindenfels schon ordentlich ins Schwitzen gerate. Das passt allerdings irgendwie auch gut zu den feuerspeienden Drachen, die mich dort an jeder Ecke erwarten. Die vielen Ungeheuer sind natürlich nicht zufällig in Lindenfels unterwegs, denn irgendwo hier in diesem Areal soll der herrliche Recke Siegfried den schrecklichen Fafnir erschlagen haben, und daraus schlägt der Ort heute natürlich touristisches Kapital, u. a. mit einem Drachen-

museum. Aber auch darüber hinaus hat er interessante Ecken zu bieten, die ich mir etwas genauer anschauere, bevor ich mich wieder zurück auf den Nibelungensteig mache. Besonders ins Auge sticht natürlich die die Stadt überragende und schon von weither sichtbare Burgruine. Sie wurde Anfang des 11. Jh. errichtet und rasch entwickelte sich darum herum ein wohlhabendes Städtchen. Im Dreißigjährigen Krieg begann dann ein schleichender Verfall der Burg, obwohl sie nie von feindlichen Truppen angegriffen und zerstört wurde. Im 18. Jh. durfte dann jeder Bürger gegen ein geringes Entgelt für eigenen Bedarf Steine aus der Burg brechen. Doch schon einige Jahre später wurde das wieder verboten und die übrig gebliebene Ruine unter Schutz gestellt, und so ihr heutiges Aussehen als Wahrzeichen von Lindenfels bewahrt.



Die moderne Variante vom Drachentod

Nach ein wenig kreuz und quer durch die Stadt erreiche ich dann gegen Mittag wieder den Nibelungensteig. Nachdem ich den bewohnten Teil hinter mir gelassen habe, wird der Weg zu einem schmalen Pfad durch ein verwunschenes idyllisches Bachthal, der hinauf führt auf weite Wiesenflächen, über die man das Gumpener Kreuz erreicht, schon im Mittelalter ein wichtiger Knotenpunkt diverser Handelsstraßen, heute von Bundes- und Landstraßen.

Danach geht's auf dieser Etappe zum ersten Mal auf einem historischen Grenzweg richtig steil bergauf. Hin und wieder kann man einen der alten Grenzsteine entdecken, die noch heute Geschichte(n) vom

Hin und Her dieser Region erzählen: Im 13. Jh. gelangten große Teile des Odenwaldes, die bis dato zur Abtei Lorsch (Kurfürstentum Pfalz) gehört hatten, durch eine Schenkung Kaiser Friedrichs I. an den Erzbischof von Mainz. Damit begann ein jahrhundertelanger Streit. 1461 kam das Gebiet durch Verpfändung dann wieder zur Pfalz und wurde sofort mit Grenzsteinen versehen, auf denen die Pfälzer Raute eingeschlagen war. Nach dem Dreißigjährigen Krieg fiel das Gebiet wieder an das Erzbistum Mainz. Aus Kostengründen wurden dann die Grenzsteine nicht erneuert, sondern unter die Pfälzer Raute wurde nun das Mainzer Rad eingeschlagen, versehen mit der Jahreszahl 1650 und dem Hinweis

„Abgelöst“, um die neuen Machtverhältnisse zu demonstrieren.

Nach 2 km ist endlich der höchste Punkt dieses Anstieges erreicht und ich mache erstmal Pause. Es ist schon ganz lecker warm. Der Abstieg führt auf einem schönen Panoramaweg hinunter nach We-schnitz. Der einzige Gasthof des Ortes ist, nachdem sich die Wirtsleute zur Ruhe gesetzt haben, für immer geschlossen - wie so viele in dieser Region. So wandere ich weiter durchs Ostertal, vorbei am We-schnitzer Friedhof, dessen Eingangstor die Inschrift ziert „Im Tode sind alle gleich“, führt der Weg nun in zahlreichen Serpentin-ten wieder steil hinauf zur Walburgis-Kapelle. Sie ist der hl. Walburga gewidmet, einer zu Beginn des 8. Jh. in England geborenen Äbtissin, die mit ihrem Onkel, dem hl. Bonifatius, nach Deutschland kam und hier angeblich anlässlich einer Predigt vor heidnischen Horden in einer Höhle Schutz suchen musste. Der vormals keltische Kultplatz wurde daraufhin zu einem Wallfahrtsort mit einer kleinen Kapelle, die dann 1815 ihr heutiges Aussehen bekam. Sie soll sehr schöne Fenster enthalten, aber leider ist sie nur sonntags und zu Pilgertagesdiensten geöffnet. Aber ich kann von dieser Stelle noch einmal eine großartige Aussicht auf Lindenfels mit seiner Burgruine genießen.

Von hier aus sind es nur 200 m bis zum Kahlberg. Hier hielt Karl der Große im Jahr 795 Gericht und legte die Grenze zwischen dem Kreis Bergstraße und dem Odenwaldkreis fest, die bis heute Bestand

hat. Ein Gedenkstein am Weg erinnert daran. Im Anschluss führt mich der Nibelungensteig auf schönen Pfaden auf weichem Waldboden hinab ins liebeliche Gaßbachtal und direkt hinein in Bauers Café und Konditorei – ein El Dorado für Kuchenfreunde wie mich. Mit einem ordentlichen Stück hervorragender Himbertorte im Bauch geht's dann die letzten Kilometer durchs Gaßbachtal bis zum gleichnamigen Hotel in Gras-Ellenbach. Ein paar hundert Meter vorm Hoteleingang erwischt mich doch noch ein Regenguss, aber gemessen daran, dass eigentlich für den Nachmittag heftigere Gewitter angesagt waren, bin ich ausgesprochen glimpflich davongekommen. Übrigens, zum Abendessen kann ich den Italiener in der Nibelungenhalle von Gras-Ellenbach nachdrücklich empfehlen.

4. Etappe: Gras-Ellenbach – Erbach

*Dâ der Herre Sîfrit ob dem brunnen tranc,
er schôin durch das kriuze, daz von der wunden
spranc
daz bluot im von dem herzen vaste an die Ha-
genen wât.
sô grôze missewende ein helt nu nimmer mêr
begât.*

Die heutige Etappe ist mit 23 km die zweitlängste des Nibelungensteiges und führt tief hinein in die gleichnamige Sagenwelt. Man quert in Gras-Ellenbach die Guntherstraße, passiert die Pension Kriemhildenruh und wandert dann, bevor man den Ort verlässt, die Siegfriedstraße bergauf. Hier beginnt auch der Anstieg zum Spessartkopf, begleitet von zahlreichen Geopark-Infota-

feln, die kurz gefasst die einzelnen Kapitel der Nibelungensage erzählen von Siegfrieds Wanderjahren bis zum Rachegemetzel an Attilas Hof. Auch wenn man die Sage schon kennt, macht es doch Freude, sie sich hier inmitten der Natur des Odenwaldes an den einzelnen Stationen noch einmal zu vergegenwärtigen, ist sie doch ein grandioses Epos über Liebe, Verrat, Intrige, Macht, Raub, Mord und Totschlag.

Ein Highlight am Weg ist natürlich der Siegfriedbrunnen, an dem der Held hinterrücks ermordet wurde. Nun muss man aber zunächst einmal Folgendes festhalten: Zwei solcher Brunnen habe ich schon auf dem Saar-Hunsrück-Steig besucht und im Odenwald gibt es allein deren sieben. Und jetzt? Generationen von Profi- und Amateurforschern haben sich inzwischen bemüht und sind immer noch dabei, herauszufinden, welche Orte und Ereignisse, von denen die Nibelungensage in künstlerischer Freiheit kündigt, tatsächlich historisch belastbar sind. Und man kann mit

aller Vorsicht sagen, sollte ein gewisser Hagen von Tronje einen gewissen Siegfried während eines Jagdunternehmens an einem Brunnen mit einem Speer durchbohrt haben, dann ist es mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit genau derjenige gewesen, an dem ich jetzt stehe und die perfide Tat noch einmal nachempfinden kann.

Nachdem am Spessartkopf, dem höchsten Punkt der heutigen Etappe, die Nibelungenstory erst einmal auserzählt ist, führt der Wanderweg nach einem gemütlichen Abstieg am Naturschutzgebiet „Rotes Wasser“ vorbei, ein seltenes Hochmoor, in dem ausgefallene Pflanzen und besondere Libellen- und Amphibienarten beheimatet sind. Seinen Namen verdankt das Moor einer rot schimmernden Wasseralge, die je nach Sonnenstand das Wasser rot erscheinen lässt. Ein friedlicher und eindrucklicher Ort, der zu einem längeren Verweilen einlädt.

Kurze Zeit später kommt man am Olfener Bild vorbei, ein altertümlicher großer Bild-



Siegfriedbrunnen: Hier soll der Held hinterrücks ermordet worden sein - oder vielleicht auch anderswo



Paradies für viele Vögel: ein Baum voller Villen

stock, an dem sich in früheren Zeiten die Pilger nach Schöllnbach und Walldürn versammelten. Nach einer halben Stunde erreiche ich dann Güttersbach, um von dort noch einmal kurz und heftig 150 m zur Frankfurter Hütte aufzusteigen. Hier gibt es einen netten Rastplatz mit Tischen, Bänken und einer Hütte. Also Rucksack runter, Pauschen machen und die schöne Aussicht ins Mossautal und auf das nächste Ziel, das Dörfchen Hüttenthal, genießen. Dorthin führt mich dann ein 2½ km langer Abstieg auf einem Vogellehrpfad. Auch hier gibt's eine Siegfriedquelle, an der der Mord verübt worden sein soll. Seinen Namen verdankt der Ort Erz verarbeitenden Werken, die bereits vor dem Dreißigjährigen Krieg bestanden, der älteste Betrieb wurde schon 1366 urkundlich erwähnt. Nach Ende des Krieges war Hüttenthal weitgehend ausgestorben, bis sich dann Schweizer ansiedelten und 1686 die Schmelzöfen und Hammermühlen wieder in Betrieb genommen wurden. Einen historischen Eisenhammer kann man heute noch im Ortszentrum bewundern. Hüttenthal beherbergt auch die kleinste

Molkerei Südhessens, ein 1900 gegründetes Genossenschaftsprojekt. Dazu gehört auch ein kleiner aber feiner Hofladen mit exklusiven örtlichen Molkereiprodukten, mit denen ich meine Mittagspause in dem angrenzenden hübschen Gastgarten aufpeppe. Der leckere Käse reicht auch noch für morgen.

Hier muss ich wegen der fehlenden Übernachtungsmöglichkeiten die Normalroute des Nibelungensteiges verlassen und die wesentlich weitere Variante direkt nach Erbach nehmen, das ich dann am späten Nachmittag erreiche, nicht ohne vorher noch im Wald-Biergarten „Käsback“ ein bei den jetzt sommerlichen Temperaturen höchst willkommenes Hefeweizen zu zischen – wenn denn schon mal eine solche Lokalität direkt am Weg geöffnet ist. In Erbach gönne ich mir, bevor alles geschlossen ist, noch eine kleine, aber lohnende Sightseeing-Runde, um danach erst mal unter der Dusche den Schweiß dieser relativ langen Etappe abzuspuhlen. Erfrischt kann ich dann zum Nachtessen das Erbacher Brauhaus ansteuern, das seit 1762 die Stadt mit dem lebensnotwendigen Bier versorgt.

5. Etappe: Erbach – Hesselbach

Do gedächte diu getriuwe: „sīt ich vriunde hân alsō vil gewonnen, sō soll ich reden lān die liute swaz si wellen, ich jāmerhaftez wip. waz ob noch wirt errochen des mīnen lieben mannes līp?“

Von meinem Hotel in Erbach werde ich pünktlich um 10 Uhr mit dem Taxi abge-



Grafenschloss zu Erbach



An der Mumling in Erbach

holt und auf die Normalroute nach Bullau zurückgebracht, da das einzige Hotel dort den Betrieb eingestellt hat. Das ist allerdings gar nicht so schlecht, denn so kann ich die heutige Etappe erst mal mit einem etwa 9 km überwiegend gemächlichen Bergab beginnen. Auf einem teilweise nicht sehr angenehm zu begehenden Schotterweg ist das zwar nicht besonders spektakulär, aber die Ruhe und die gefühlt

grenzenlose Waldeinsamkeit, die mich auf diesem Abschnitt umgeben, sind schon besonders. Immer wieder kreuzen Wildtiere meinen Weg: Ein Reh sieht mich erschrocken an und flüchtet dann in hohen Sätzen; ein Fuchs schlägt sich rasch in die Büsche, als ich näherkomme; und zwei Wildschweine pflügen am Waldrand die Erde um, lassen sich aber von mir nicht weiter stören.

Kurz vor Schöllnbach mache ich, vom Outdoor-Wanderführer empfohlen, einen Abstecher zum idyllisch gelegenen Eutersee, angeblich der kälteste See des Odenwaldes. Doch heute bewegen sich die Temperaturen jenseits der 20 Grad-Marke, so dass schon einige Stand-Up-Paddlerinnen auf dem Wasser ihre Runden drehen, allerdings noch keineswegs so perfekt, als dass sie vor einem Reinfall gefeit erscheinen. Aber da ich nicht schadenfroh bin, warte ich nicht darauf, dass es passiert, und wandere über einen schon gut frequentierten Jugendzeltplatz immer dicht am plätschernden Euterbach entlang nach Schöllnbach.

Dieser Ort ist wegen zweier Besonderheiten interessant: Zum einen wegen eines vorchristlichen Quellheiligtums, über dem bereits im Mittelalter eine kleine Kapelle errichtet wurde. Weil man dem Wasser eine

wundertätige Heilwirkung zuschrieb, pilgerten dort bald die Gläubigen in Massen hin und die Kapelle musste durch eine größere gotische Wallfahrtskirche ersetzt werden, wie sie jetzt noch dasteht. Hinter deren Marienaltar verschwindet das heilige Wasser in einem unterirdischen Gang und kommt bis heute an der Kirchhofsmauer wieder zutage. Noch immer wird es als Taufwasser verwendet. Aber ein junges Paar, das dort gerade die Markierungen des Nibelungensteiges nachbessert, erzählt mir, dass es häufiger noch bei Festlichkeiten im Ort zum Kühlen von Bier genutzt wird – heilig und profan zugleich.

Die zweite ziemlich kuriose Besonderheit besteht darin, dass die Landesgrenze zwischen Hessen und Baden-Württemberg direkt durch den Ort verläuft. 240 Einwohner*innen wohnen in Hessen und 25 in Baden-Württemberg. Deswegen gibt es mitten im Ort noch einmal ein Ortsschild mit der Aufschrift „Badisch Schöllnbach“.

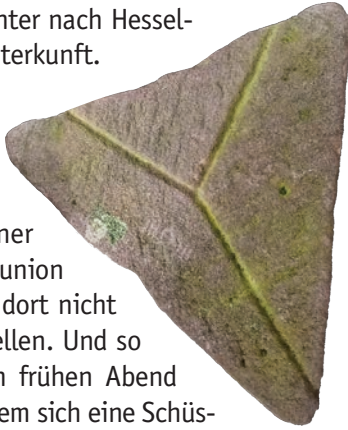


Wallfahrtskirche in Schöllnbach

Bild Seite 27: Dreiländerstein Bayern, Baden, Hessen

Ab Ortsausgang Schöllnbach gibt es dann einen knackigen und heute schweißtreibenden 45-minütigen Steilanstieg hinauf bis zur Gemeinde Hesselbach, meinem heutigen Etappenziel. Dort am Ortsrand liegt ein schöner Rastplatz, der zur Mittagspause einlädt. Da es noch früh am Tag ist, mache ich mich auf eine etwa 8 km lange Rundtour um den Ort, weil es dabei noch Interessantes zu entdecken gibt: zum einen die Überreste eines Römischen Wachpostens am Limes und zum anderen den Dreiländerstein, der hier die Grenze zwischen Hessen, Baden-Württemberg und Bayern markiert. Von

dort geht's wieder hinunter nach Hesselbach und zu meiner Unterkunft. Das Abendessen gestaltet sich dann ein wenig komplexer. Weil in der einzigen Gaststätte gerade in geschlossener Gesellschaft eine Kommunion gefeiert wird, kann ich dort nicht essen, aber etwas bestellen. Und so kommt es, dass ich am frühen Abend mit einem Tablett, auf dem sich eine Schüssel mit Maultäschle, ein Teller mit Salat und zwei große Bier befinden, vorsichtig von der Gaststätte durch den Ort zu meiner Pension balanciere, wo ich mir dann an einem schönen Gartentisch alles schmecken lasse.



6. Etappe Hesselbach – Amorbach

*Die küenen Burgonden hin ze hove riten;
si kômen hêrlîche nâch ir landes siten.
dô wunderte dâ zen Hiunen vil manegen hûenen man
umb Hagenen von Tronege, wie der waeré getân.*

Bei 20 Grad schon um 9 Uhr in der Früh mache ich mich auf den Weg zur längsten Etappe meiner Nibelungensteigwanderung. Normalerweise wird diese Etappe zweigeteilt mit einer Übernachtung in Preunschen, aber mein Hotel ist nun einmal in Amorbach vorgebucht, also heißt es, die 25 km auch zu absolvieren. Doch gleich vorweg: Das fällt nicht schwer, denn es ist die landschaftlich reizvollste Etappe des gesamten Steiges.

Der erste Abschnitt führt durch den Wildpark der Fürsten zu Leiningen, den Emich Carl zu Leiningen um 1803 in dem Gebiet ein-

richten ließ, das dem Fürstenhaus als Entschädigung für die durch die Napoleonische Besetzung in der Pfalz verlorenen Besitztümer zugeeignet wurde. Mitten in dem riesigen naturbelassenen Park steht noch das Jagdschloss Waldleiningen. Es wurde 1828 im englischen Stil nach dem Vorbild von Schloss Abbotsford in Südschottland erbaut. Heute beherbergt es eine psychosomatische Klinik. Von dort wandere ich durch das idyllische Breitenbachtal. Von oben die Sonne, von rechts oder links das Plätschern des Baches und von überall her das Zwitschern der Vögel – einfach schön und ganz im Einklang mit der Schöpfung. Eine große Madonna mit Christuskind auf freiem Feld beschützt diesen schönen Fleck Erde. Ich erreiche die St. Wendelin- und St. Nikolauskapelle, seit 1741 als Wallfahrtskapelle viel besucht. Sie ist das einzige Gebäude, das vom gesamten ehemaligen Dorf Breitenbach übriggeblieben ist. Das Dorf wurde in den Wildpark eingegliedert. Den Bauern wurden ihre Höfe abgekauft und dann abgerissen, Felder und Wiesen wurden aufgeforstet und so ebenfalls für die Jagd nutzbar gemacht.

Kurz hinter der Kapelle fordert der Weg dann aber mal wieder alle Kräfte. Zunächst noch mäßig steil durch das Dörnbachtal hinauf nach Ottdorfszell. Die paar Häuser sind schnell passiert und dann geht's richtig zur Sache: Zwei Kilometer in der Direktissima hinauf nach Preunschen. Da klebt mir die Zunge am Gaumen und keinerlei

Aussicht auf einen Schluck frisches Wasser. Alles ist zu und keine Menschenseele in Sicht. Als ich diesen ausgestorbenen Ort wieder verlasse, führt mich der Weg am Waldmuseum „Watterbacher Haus“ vorbei – natürlich auch geschlossen – aber hier habe ich immerhin eine nette Begegnung mit einer älteren Dame, die am nächsten Wochenende mit ihren Enkelkindern das Museum und die Burg Wildenberg besuchen will und von mir wissen möchte, wie weit es vom Museum zur Burg ist. Ich checke das mal schnell und so entspinnt sich ein interessantes Gespräch zwischen Großeltern. An der Burgruine Wildenberg treffe ich auf eine weitere Großmutter, die dort mit zwei Enkelkindern unterwegs ist und selbst gerne und häufig wandert, was zu einem intensiven Austausch über mehr oder weniger zu empfehlende Wandertouren in Deutschland und Europa führt. Ich verweise sie natürlich auf unsere Homepage vom Netzwerk Weitwandern.

Trotz netter Begegnungen mit Großmüt-

tern, Durst hab' ich immer noch. Aber dann komme ich zur ehemaligen Hofmühle, heute ein schmucker Bio-Bauernhof, und der Chef, der gerade seinen Rasen mäht, erlaubt mir, für eine Mittagspause in seinem Garten Platz zu nehmen. Er bringt gleich mal eine große Flasche Mineralwasser, als wäre mir der Durst ins Gesicht geschrieben, und wir kommen über dies und das ins Plaudern. Er bedauert, dass die Leute immer nur an seinem Hof vorbeilaufen und freut sich sichtlich, dass ich mir hier bei ihm eine Pause gönne und er mir einiges über seinen Biohof erzählen kann.

Dann folgt ein letzter Anstieg nach Beuchen – 250 Höhenmeter auf 1,4 km. Oben gibt's noch mal eine kleine Pause mit einem Stückchen Kuchen, das ich vom Frühstücksbuffet stibitzt habe, und vielen Schlucken aus der nun wieder gut gefüllten Wasserflasche. Gemächlich geht's dann hinunter nach Amorbach, wo heute noch die Fürsten von Leiningen zuhause sind und das Theodor W. Adorno als seinen Lieblingsort bezeichnet



Amorbach Leiningens Palais, noch heute das Zuhause der Fürsten von Leiningen

und seit seiner Kindheit immer wieder aufgesucht hat. Auch wenn die Etappe heute lang und manchmal schweißtreibend war, ein kleiner Stadtrundgang durch Amorbach muss noch sein und ist äußerst lohnend.

7. Etappe: Amorbach – Miltenberg

*Dô was gelegen aller dâ der veigen lip.
ze stûken was gehouwen dô daz edele wîp.
Dietrich und Etzel weinen dô began,
si klagten inneclîche beide mâge und man.*

Von Amorbach führt mich heute die letzte Etappe an den Main nach Miltenberg. Deutlich kälter ist es geworden, ein frischer Wind bläst mir ins Gesicht und die Sonne lässt sich heute auch kaum blicken. Dennoch ist diese Etappe noch einmal wunderschön. Sie führt durch im wahrsten Sinne des Wortes blühende Landschaften im leuchtend hellgrünen Gewand des frühen Frühlings. Auch eine genussvolle Passage durch eines der idyllischsten Bachtäler, an denen der Odenwald ja so reich ist, darf nicht fehlen, diesmal durchflossen vom Weilbach. Natürlich gibt es neben beeindruckender Naturkulisse auf dieser Etappe auch Kulturhistorisches am Weg zu bewundern. So führt gleich der erste heftige Anstieg hinter Amorbach in steilen Serpentinien hinauf zum Gotthardsberg mit der Ruine der gleichnamigen romanischen Basilika aus dem 12. Jh. Ein durchaus mystischer Ort, an dem ich gerne länger verweilt hätte. Aber hier oben ist es schon empfindlich kalt und zudem geht auch noch ein Regenschauer hernieder, so dass ich mich darauf beschränke, mir die Reste der Basilika genauer anzuschauen, um dann

gleich weiterzulaufen. Ursprünglich stand auf dem Gotthardsberg eine Raubritterburg, die auf Befehl des Kaisers Barbarossa zerstört wurde, um dann an ihrer Stelle ein Benediktinerinnenkloster zu errichten. Doch auch dieses wurde während der Bauernkriege 1525 komplett zerstört. Anfang des 17. Jh. wurde die Klosterkirche als Basilika wieder aufgebaut, brannte aber hundert Jahre später nach einem Blitzschlag völlig aus und verfiel zusehends. 1956 konnte man dann wenigstens den weiteren Verfall durch eine Dachkonstruktion stoppen. Irgendwie hat an diesem Ort wohl ein Fluch der Raubritter weitergewirkt.

Auf stillen Waldpfaden geht es dann hinauf nach Monbrunn, einem Dorf mit weit ver-



Miltenberg am Main



Staffelbrunserbrunnen in Miltenberg

streut auf einer Hochebene liegenden Bauernhöfen und allerlei grasendem und herum pickendem Hausgetier. Mitten drin ein großer Agroforstbetrieb, bei dem Gehölze mit Ackerkulturen und Tierhaltung so auf einer Fläche kombiniert werden, dass zwischen den verschiedenen Komponenten ökologische und ökonomische Vorteilswirkungen entstehen (hab' ich auf einer Infotafel am Hofeingang gelesen). Monbrunn wurde 2006 zum schönsten Dorf Deutschlands gekürt.

Kurz hinter dem Ort tauche ich wieder in alte Geschichte ein und überquere die Reste eines keltischen Ringwalls. Die zugehörige Siedlung lag auf einem Felssporn,

der nach drei Seiten steil zum Main hinabfällt, doch genau von der Seite, von der heute die Nibelungensteigwanderer einfallen, kamen früher Invasoren, die weniger harmlos waren. Also wurde zum Schutz zu der Seite hin ein Ringwall errichtet. Er entstand etwa zwischen 1200 und 700 v. Chr. und bestand aus einem äußeren und einem inneren Ring, 4,20 m bzw. 2,40 m hoch. Das war schon ein imposantes, nur schwer zu überwindendes Bollwerk.

Da die heutige Etappe mit 14 km relativ kurz ist, kann ich schon am frühen Nachmittag mein Zimmer beziehen und habe ausreichend Zeit, die kleine, sehr hübsche und baulich wie historisch interessante Stadt Miltenberg zu erkunden. Das erfordert kaum Aufwand, liegen doch nahezu alle Sehenswürdigkeiten an der 3 km langen Hauptstraße, die, überwiegend autofrei, parallel zum Main durch den Ort verläuft. Da auch nette Cafés, die zur Einkehr locken, die Flaniermeile säumen, vergeht die Zeit bis zum Abendessen wie im Fluge. Da hat man dann die Qual der Wahl, wird doch in Miltenberg nach Übereinstimmung einschlägiger Expert*innen das beste Bier in ganz Deutschland gebraut. Und so gibt es denn auf gut 9000 Einwohner drei Brauereien mit angeschlossener Gastronomie. Ich entscheide mich für die Craft-Bier-Brauerei Faust und ich muss sagen, die Biersorten, die ich dort verkosten konnte, haben mir alle exzellent gemundet, und so ist ein leichter Schwips eine angenehme Folgeerscheinung, der dann allerdings letztendlich verhindert, auch noch den anderen beiden Brauereien meine Aufwartung zu machen.



Malerisch: der Marktplatz in Miltenberg

Mein Fazit:

Der Nibelungensteig ist ein lohnenswerter Weitwanderweg, landschaftlich ausgesprochen reizvoll und meist recht gut zu laufen, wenn auch hin und wieder die mittlerweile üblichen Probleme bestehen, wie grob geschotterte Forststraßen und rücksichtsloser Einsatz schwerer Maschinen für Forstarbeiten, was gerade die naturbelassenen Wege besonders in Mitleidenschaft zieht und sie bei entsprechenden Witterungsverhältnissen in kaum passierbare Sumpflandschaften verwandelt. Auf Asphalt ist man allerdings glücklicherweise nur wenig unterwegs.

Die Wegmarkierung ist exzellent, nie gab es auch nur den geringsten Zweifel, wo's langgeht. Es gibt viel Interessantes am

Weg und man kommt durch einige schöne, sehenswerte Orte. Die fürs Weitwandern erforderliche Infrastruktur bezüglich Übernachtungs-, Einkehr- und Einkaufsmöglichkeiten ist allerdings, wie inzwischen auf vielen Weitwanderwegen in Deutschland, ziemlich katastrophal und wäre dringend verbesserungsbedürftig.

Daten zum Weg

1. Etappe: Zwingenberg – Reichenbach, 14 km, 750 m Aufstieg (↗), 650 m Abstieg (↘)
2. Etappe: Reichenbach – Lindenfels/ Winkel, 16 km, 670 m (↗), 510 m (↘)
3. Etappe: Lindenfels/Winkel – Gras-Ellenbach, 21 km, 550 m (↗), 520 m (↘)
4. Etappe: Gras-Ellenbach – Erbach 23 km, 520 m (↗), 680 m (↘)
5. Etappe: Erbach – Hesselbach 18 km, 490 m (↗), 450 m (↘)
6. Etappe: Hesselbach – Amorbach 25 km, 750 m (↗), 1030 m (↘)
7. Etappe: Amorbach – Miltenberg 15 km, 460 m (↗), 470 m (↘)

Übernachtung

Hotel, Pension, Übernachtungsmöglichkeiten sind z.T. dünn gesät, so dass hin und wieder ein Taxi benutzt werden musste.

Führer

Nibelungensteig Outdoor Handbuch Band 364 Conrad Stein Verlag, 1. Aufl. 2015

Wenig brauchbar, da ziemlich veraltet und der Weg ausgezeichnet markiert ist.

„Einmal im Leben über die Alpen“

Eine der vielen und doch weniger bekannten Varianten lässt keine Wünsche offen: von Garmisch nach Sterzing

Alpenüberquerungen sind in? Eine gewaltige Untertreibung! Die Beliebtheit vieler Touren von den Nordalpen über den Alpenhauptkamm auf die Südseite des Gebirges ist in den letzten Jahren geradezu kometenhaft angestiegen. Nahezu alle Wandernden träumen davon, wenigstens einmal im Leben über die Alpen, das heißt zumindest, von Oberbayern über den Alpenhauptkamm nach Südtirol zu wandern.

Von Thomas Striebig

noch
**Geheim-
Tipp**

Den „Klassiker“ der Alpenüberquerung von Oberstdorf nach Meran begehen jedes Jahr Tausende – wobei durchaus nicht alle wie geplant Meran erreichen, denn die Anforderungen dieser Tour sind keineswegs zu unterschätzen. Auch die „einfache“ Alpenüberquerung vom Tegernsee ins Südtiroler Städtchen Sterzing wird immer beliebter – erklärlich, denn auf dieser Route können alle mit solider Kondition über die Alpen wandern, ohne hochalpines Gelände zu erreichen und ohne auf Schlafplätze in Hütten angewiesen zu sein. Deutlich anspruchsvoller ist der „Traumpfad vom Marienplatz zum Markusplatz“; vor allem ist er viel länger als die beiden genannten Wochentouren, denn wer die komplette Route von München nach Venedig gehen möchte, benötigt neben dem erforderlichen Kleingeld einen vollen Monat, und wer kann schon so viel Urlaub am Stück nehmen!

Daneben gibt es eine kaum noch zu überblickende Fülle weiterer Routen über die Alpen, etwa die recht fordernde neue Tour Salzburg – Triest, die häufig unterschätzte Tour vom Königssee nach Lienz in Osttirol oder die alten österreichischen Weitwanderwege (Nord-Süd-Weg, Eisenwurzenweg, Salzsteigweg), um die es etwas ruhig geworden ist. Ein Grund könnte darin liegen, dass sie östlich der



Am Lautersee über Mittenwald kann man das Karwendel in all seiner Pracht bewundern.



Auf Schloss Elmau tagten bereits zweimal die Staatschefs der G7.

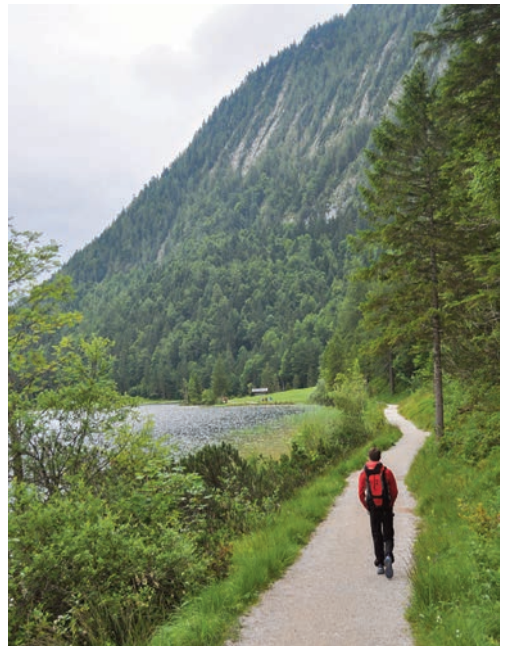
vergleitscherten Zentralalpen verlaufen, also in deutlich geringerer Höhe; gleichwohl sind sie nicht zu unterschätzen. So ist der „nur“ 2277 m hohe Hochschwab in der Steiermark bei Wetterstürzen wiederholt zur tödlichen Falle geworden. Und jeder dieser Weitwanderwege beinhaltet mindestens eine Etappe von neun Stunden Gehzeit oder mehr.

Eine nicht ganz so bekannte Alpenüberquerung, die der Innsbrucker Martin Rainer erkundet hat, verläuft von Garmisch-Partenkirchen nach Sterzing; sie wird von mehreren Agenturen, vor allem von der Alpinschule Innsbruck, als Pauschale mit Gepäcktransport angeboten. Auch hier kommt man nicht in hochalpine Regionen und findet, so man das möchte, am Ende jeder Etappe ein Hotelzimmer. Landschaftlich bleiben ganz sicher keine Wünsche offen; vor allem hinsichtlich der Aussichtspunkte ist dieser Weg ganz grandios. Die Route führt hauptsächlich durch die östlichen Stubaier Alpen, die ganz andere Landschaftsbilder bieten, als wir sie in den österreichischen Zentralalpen zwi-

schen Silvretta und Hohen Tauern erwarten würden. Hier bleiben die vergletscherten Dreitausender ein wenig auf Distanz; vielmehr finden wir dort mäßig hohe, meist sanfte und sehr aussichtsreiche Graskämme. Aus diesen ragen allerdings überall wilde Kalkgipfel hervor, die an die Nördlichen Kalkalpen, teilweise sogar an die Dolomiten erinnern.

Von Bayern nach Tirol

Bevor wir in die Stubaier kommen, müssen wir erst einmal von Garmisch ins Inntal gelangen. Ein einfaches Unterfangen, denn zwischen den wilden Massiven des Wetterstein mit der Zugspitze und des Karwendel ist eine Art Mittelgebirge eingelagert, das gerade einmal Schwarzwaldhöhen erreicht. Zudem können wir uns den ersten Aufstieg



Spazierweg am Ferchensee

über 500 Höhenmeter von der neuen Seilbahn zum Eckbauer abnehmen lassen (die Talstation ist beim Skistadion mit der großen Sprungschanze, auf der seit vielen Jahrzehnten im Rahmen der Vier-Schanzen-Tournee das berühmte Neujahrsspringen ausgetragen wird). Natürlich geht es auch zu Fuß, etwa durch die Partnachklamm, in der große Trekkingrucksäcke allerdings zuweilen etwas hinderlich sind. Vom Eckbauer bummeln wir unspektakulär, aber bequem über den Waldkamm und steigen schließlich zum Schloss Elmau ab, das bereits zweimal Schauplatz von G7-Treffen war (das Foto des US-Präsidenten Barack Obama, der dort vor dem großartigen Bergpanorama lässig auf einer Bank sitzt, ging seinerzeit durch die Medien). Die nächsten Stationen lauten Ferchensee und Lautersee; die Steigungen sind nicht der Rede wert, dafür findet man ausreichend Einkehr- und auch Bademöglichkeiten. Abschließend noch ein Aufstieg über kaum mehr als 150 Höhenmeter zum Restaurant auf der Ederkanzel – zwar ist die früher hervorragende Aussicht ziemlich zugewachsen, aber man kann schon den ersten Grenzübertritt auf dieser Tour feiern.

Der wurzelige Abstieg ins Tiroler Leutaschtal ist steil, aber kurz; wer ihn, etwa bei starkem Regen, umgehen möchte, kann vom Lautersee rasch nach Mittenwald und von dort mit dem Bus oder zu Fuß durch die „Geisterklamm“ die Leutasch erreichen. Das breite Leutaschtal unter den Südostabstürzen des Wetterstein ermöglicht ganz bequemes Schlendern, sofern man nicht den Linienbus vorzieht.



Der Katzenkopf über Leutasch bietet eine schöne, wenngleich nicht gerade einsame Rastmöglichkeit mit herrlichem Blick auf das Wettersteinmassiv.

Fast noch bequemer, zudem kürzer ist die zweite Etappe. Vom Leutascher Ortsteil Weidach erreichen wir in schönem Aufstieg die Hütte auf dem Katzenkopf, wo man erneut eine herrliche Aussicht genießt; Bequeme können mit dem Sessellift herauf-fahren. Weiter geht es zur wunderschön gelegenen, wenngleich nicht gerade einsamen Wildmoosalm an ihrem nur zeitweise anzutreffenden See (es gibt in der Umgebung noch mehr saisonal verschwindende Gewässer) und ins mondäne Seefeld.

Das stark besiedelte Inntal ist nicht gerade ein Wanderparadies; nur Puristen tun sich dessen Durchquerung an, andere fahren mit der Bahn von Seefeld in die Tiroler Landeshauptstadt Innsbruck hinunter. Dabei überwinden die Schienen stolze 600 Höhenmeter in teilweise spektakulärer Fahrt durch die Martinswand – wer einen Sitzplatz in Fahrtrichtung rechts findet, kann die Aussicht in vollen Zügen genießen. Jenseits des Inntals erblicken wir schon die unverwechselbaren Zacken der zu den Stubai Alpen gehörenden Kalkkögel, auch – und nicht ohne Berechtigung

– Nordtiroler Dolomiten genannt. Morgen kommen wir ihnen ganz nahe. Oder erst übermorgen? Innsbruck lohnt auf jeden Fall einen Zusatztag. Nur bei hochsommerlicher Hitze hat man an der Stadtbesichtigung sicher keine reine Freude.

Von Innsbruck ins Stubaital

Dann mal auf zu den Kalkkögeln! Das sind veritable Zweieinhalbtausender, während Innsbruck nur auf gut 500 m Höhe liegt. Aber viele Höhenmeter werden uns auch hier abgenommen. Zunächst fahren wir mit der Stubaitalbahn bis Mutters (die Weiterfahrt nach Fulpmes wäre übrigens auch sehr eindrucksvoll), übernachten dort und lassen uns am nächsten Morgen zeitig mit der Muttereralmbahn in die Höhe bringen. Keine Sorge, wir werden uns schon

noch austoben können! Zunächst steil, dann auf Höhenwegen geht es zum offenbar aufgegebenen Birgitzköpflhaus über der Axamer Lizum, die vielen sicher noch von den Olympischen Winterspielen 1976 bekannt ist, als dort Rosi Mittermaier in den alpinen Ski-Disziplinen zweimal Gold und einmal Silber gewann. Bis vor Kurzem startete die Etappe in der Axamer Lizum (die Tour Garmisch – Sterzing ist eine noch sehr junge Weitwanderoute, daher gab es in den letzten Jahren noch einige Wegmodifizierungen); diese Route trifft im Halsl auf unseren Höhenweg.

Ein fulminanter Höhenweg! Man weiß nicht, wovon man mehr schwärmen soll: von den wechselnden Ausblicken ins Inntal mit der Stadt Innsbruck, der Karwendel-



So lässt es sich hoch über dem Stubaital rasten.



Auf zu den Kalkkögeln: Auch der Start der dritten Etappe in der Axamer Lizum unter den Zweieinhalbtausendern hat viel für sich.

Nordkette, dem Wetterstein mit der unverkennbaren Zugspitze und den Mieminger Bergen – oder von den merkwürdigen Kalkkögeln. Deren Bezeichnung als Nordtiroler Dolomiten erscheint spätestens jetzt keineswegs übertrieben. Generationen von Kletterern aus dem Innsbrucker Raum haben hier trainiert. Das erwähnte Halsl ist ein Passübergang von der Axamer Lizum ins Stubaital; jenseits öffnen sich neue Ausblicke: vor allem auf die Serles, das alpine Wahrzeichen Innsbrucks, sowie links von ihr auf den Olperer in den Zillertalern. Wenig später werden auch einige Stubaier Dreitausender sichtbar, zunächst der Habicht, dann der noch stark vergletscherte Wilde Freiger. Gerade rechtzeitig können wir uns in der einladenden Pfarrachalm stärken, ehe wir noch einen problemlosen, aber sich etwas in die Länge ziehenden Abstieg ins Stubaital vor uns haben. Übernachtet wird in Fulpmes oder gleich in Mieders, das in wenigen Minuten mit dem Bus erreicht werden kann.

Eine grandiose, eine überragende Wanderung, die lediglich eine gewisse Trittsicherheit erfordert.



Prachtblicke von der Nockspitze aufs Stubaital mit dem markanten Habicht (Mitte) und den Gipfeln der Kalkkögel (rechts).

sicherheit erfordert. Ja, ist die denn überhaupt noch zu toppen? Die Antwort lautet tatsächlich ja! Vor allem, wenn wir uns auch dazu entschließen können, eine Hüttenübernachtung einzuschalten. Aber der Reihe nach.

Edelweißwiese am Blaser

Die östlichen Stubaier Alpen bilden grob gesagt mehrere Kämme, die von Osten bzw. Nordosten nach Südwesten bzw. Westen verlaufen. Dazwischen erstrecken sich Seitentäler, die allesamt ins Wipptal mit der Brennerautobahn münden – aber keine Sorge, vom Verkehr bekommen wir rein gar nichts mit. Das erste dieser Seitentäler, das Stubaital, haben wir bereits gequert. Der Übergang ins ungleich ursprünglichere Gschnitztal wird uns wieder von einer Seilbahn erleichtert, von deren Bergstation wir zunächst ohne größere Höhenunterschiede zum Kloster Maria Waldrast mit seiner weit hin bekannten Wallfahrtskirche spazieren.

Kurz nach dem Kloster gabelt sich die Route und mit dem Spazieren ist es vorbei. Die kürzere, unspektakulärere Variante ver-



Blickfang bei der vierten Etappe: die markante Serles, 2718, das alpine Wahrzeichen der Tiroler Landeshauptstadt Innsbruck.

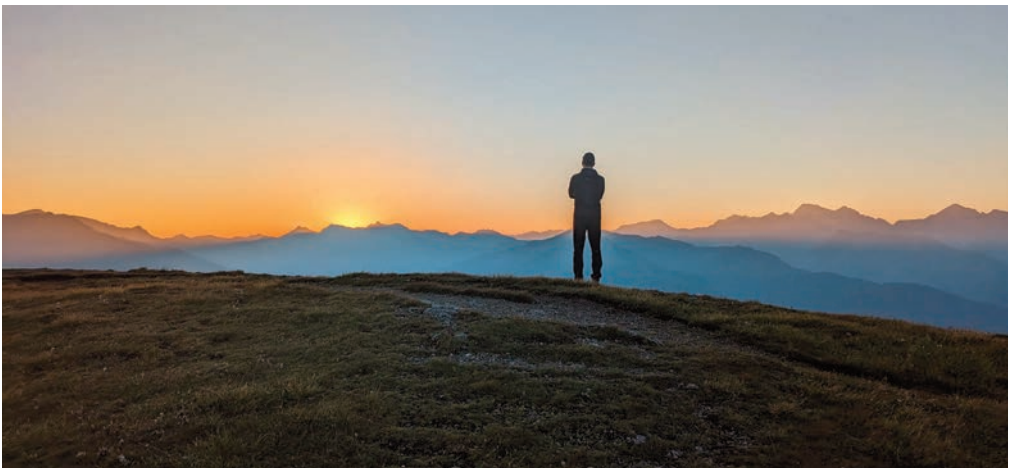


Von der Blaserhütte aus zeigt die Serles ihre „schwache“ Seite, über die der unschwierige Normalweg verläuft.

läuft auf dem sogenannten Trinsersteig – eine lange, etwas Trittsicherheit erfordernde Waldwanderung in großer Einsamkeit, allerdings ohne besondere Höhepunkte. Bei guten Verhältnissen würde ich den Weg über die Blaserhütte klar vorziehen; dazu müssen wir von der Matreier Ochsenalm, wo wir vorzüglich verköstigt werden, noch satte 650 m Höhenmeter ansteigen. Der Weg wird aber nie anspruchsvoller als „rot“, also mittelschwer, und ausgesetzte Passagen gibt es keine.

Die Blaserhütte bietet sich für eine Übernachtung an – sie wird zwar gerne besucht, aber vorwiegend von Tagesausflüglern. Das kleine, liebevoll bewirtschaftete Domizil ist ganz einfach ein Ort zum Wohlfühlen.

Vor allem aber warten hier gleich drei Attraktionen auf uns. Einmal der kaum zehn Minuten entfernte Gipfel des Blaser, von der Hütte aus nur eine unscheinbare Wiesenkuppe, die aber trotz ihrer relativ bescheidenen Höhe von 2241 m ein über-



Unvergessliches Erlebnis: Sonnenaufgang auf dem Gipfel des Blaser.

wältigendes 360°-Panorama bietet. Zweitens ist der Blaser weithin bekannt als „Blumenberg“; so fand ich direkt neben der Hüttenterrasse, auf einer ebenen Bergwiese, ungelogen Hunderte von Edelweißblüten – man hat dort wirklich zu tun, keine der Blüten zu zertreten. Und schließlich kann man auf der Hüttenterrasse oder am Gipfel unvergessliche Sonnenaufgänge erleben, zudem in tiefer Stille. Wer zudem noch einen zusätzlichen Gipfel ersteigen möchte, für den bietet sich die in einer knappen Stunde ab Hütte gut erreichbare Peilspitze, 2392 m, an (etwas steiler als der Blaser, aber auch nur mittelschwer).

Vom Blaser nach Südtirol

Der Abstieg ins Gschnitztal verläuft bald auf einem Fahrweg und endet in Trins

(Bushaltestelle am Gemeindeamt). Oder man steigt gleich nach Steinach ab und übernachtet im JUFA-Hotel bei der Seilbahn. Wofür wir uns entscheiden, hängt von der Routenwahl für den folgenden Tag ab. Von Trins aus liegt ein Anstieg über ca. 1000 Höhenmeter zum Egger Joch vor uns, vorbei an der bewirtschafteten Trunahütte. Neuerdings bevorzugen jedoch viele die Seilbahnfahrt zum Nösslachjoch, von wo aus uns ein grandioser Panoramaweg zuerst zum Egger Joch und dann zum zauberhaften Lichtsee bringt, immer auf das Kalkmassiv der Tribulaune zu. Unterwegs zeigt sich sogar kurz der Langkofel in den Südtiroler Dolomiten. Vom Lichtsee aus bringt uns ein steiler Abstiegsweg hinunter nach Obernberg und direkt zum einzigen Hotel dieses Tals.



Höhepunkt des Übergangs ins Obernberger Tal: der Lichtsee, dahinter das Tribulaunmassiv.



Die Etappe vom Gschnitztal ins Obernberger Tal verläuft auf einem wunderschönen und zudem einfachen Höhenweg.



Die lange sechste Etappe beginnt überaus idyllisch mit einer Talwanderung auf das Tribulaunmassiv zu.

Wer es alpiner mag, dem bietet sich ab Lichtsee aber auch eine hochinteressante Variante: Aufstieg zum Gstreinjöchl, 2.540 m, und jenseits steil und geröllig hinab (dieser Weg ist definitiv nicht mehr nur „mittelschwer“) zur österreichischen Tribulaunhütte, wo man wohl übernachten wird. Am folgenden Tag überschreitet man an der 2599 m hohen Pflerscher Scharte den Alpenhauptkamm und erreicht, vorbei an der Südtiroler Tribulaunhütte an ihrem kleinen Bergsee, in einer beeindruckenden Dolomiten-Szenerie in zuletzt steilem Abstieg das hintere Pflerschtal. Ja – „Dolomiten-Szenerie“! Denn wer zum Tribulaunmassiv blickt, wähnt sich in der Tat in den Dolomiten. Umso eigenartiger ist der Kontrast, wenn wir uns nur umdrehen – jenseits der Tribulaune ragen die für die Zentralalpen eigentlich typischen kristallinen Gipfel auf.

Das Obernberger Tal ist jedoch ganz sicher nicht bloß „zweite Wahl“ im Vergleich zum Abstecher in die Tribulaungruppe; es gilt als eines der ursprünglichsten Täler Tirols. Fast fühlt man sich hier auf einer Zeitreise.

Auch Seilbahnen oder Skilifte suchen wir hier vergeblich. So müssen wir uns die Überschreitung des Alpenhauptkamms „by fair means“, wie es früher so schön hieß, erarbeiten. Aber was heißt hier erarbeiten! Keine Stunde nach unserem Aufbruch erreichen wir, vorbei an der herrlichen Barockkirche von Obernberg, den Obernberger See, einen wahren landschaftlichen Glanzpunkt. Fast schade, dass es bis Südtirol noch so weit ist, an diesem See ließe sich wunderbar die Zeit verträdeln und verträumen! Aber der Weiterweg führt bald aus dem Wald heraus und durch eine sanfte, wahrhaft paradiesisch grüne Landschaft – so sanft hätte sich wohl niemand die Zentralalpen vorgestellt. Erst nach und nach wird unser Weg steiler, bleibt aber geotechnisch einfach, bis wir das 2164 m hohe Sandjöchl erstiegen haben. Südtirol ist erreicht! Wenngleich der Grenzübertritt sehr unspektakulär ist. Aber dafür werden wir wieder mit tollen Ausblicken auf die Zillertaler verwöhnt. Auch noch einige Zeit während des Abstiegs. Der Rest der Etappe zieht sich dagegen etwas in die Länge: In über 20 teilweise langgezogenen Serpen-



Über dem Obernberger See thront die Kapelle Unserer Lieben Frau am See.



Der Aufstieg zum Alpenhauptkamm verläuft durch eine liebliche, geradezu paradiesische Landschaft.

tinen, lange Zeit durch dichten Wald, der keinerlei Ausblicke zulässt, erreichen wir Gossensass, den ersten Südtiroler Ort südlich des Brenners. Ein Straßenname erinnert daran, dass sich hier zeitweise der Norweger Henrik Ibsen aufhielt, der zu den bedeutendsten Theaterautoren des 19. Jahrhunderts zählt; einige seiner naturalistischen Dramen wie „Nora oder Ein Puppenheim“ und „Gespenster“ sorgten für handfeste Skandale.

Endspurt nach Sterzing

In Gossensass mündet das Pflerschtal ins Wipptal, das von Sterzing zum Brenner hinaufführt (beide am Brenner ihren Anfang nehmenden Täler, sowohl das nach Norden bis Innsbruck als auch das nach Süden bis Sterzing ziehende, nennen sich Wipptal, was zu Verwechslungen führen kann). Der Linienbus bringt uns am folgenden Tag einige Kilometer ins Pflerschtal hinein bis zum Start der letzten Etappe, der Ladurner Seilbahn (während diese Anlage aufwendig restauriert wurde, musste man direkt von Gossensass zur Vallmingalm ansteigen, was

auch sehr schön, aber ungleich weniger aussichtsreich ist). Die Bergfahrt bringt uns auf 1700 m und zum Start des Dolomieuwegs; gegenüber ragt rechts neben kristallinen Bergen und daher umso auffälliger der Pflerscher Tribulaun in seiner ganzen Pracht auf. Der Name unseres heutigen Wegs erinnert an den französischen Geografen Déodat de Dolomieu (1750-1801), der an den Tribulaunen – und nicht, wie man vermuten sollte, in den Dolomiten – das nach ihm benannte Dolomitgestein erforscht hat. Keine Frage: Der wuchtige, stolze 3097 m hohe Pflerscher Tribulaun würde auch im Grödnertal oder bei Cortina d'Ampezzo eine gute Figur machen.

Auf dem Dolomieuweg, der anfangs etwas Höhe verliert, bald aber mäßig steil ansteigt, wird die Aussicht auf den Alpenhauptkamm mit dem hellen Tribulaunmassiv (neben dem Pflerscher Tribulaun gibt es zwei weitere, etwas niedrigere Tribulaune, den Gschnitzer und den Obernberger), immer umfassender. Später schauen wir auch auf den Talkessel von Gossensass

hinunter, ehe unser Höhenweg in ein Seitental abbiegt, wo er rasch das urige Almdörfchen „Jörgner Kaser“ der Vallming-Alm erreicht. Wer dort nicht einkehrt, ist selbst schuld. Denn anschließend müssen wir nur noch einen kurzen Steilanstieg bewältigen, der aber durch zahlreiche Stufen entschärft und somit völlig unproblematisch ist – und schon treffen wir bei der Bergstation der von Sterzing heraufführenden neuen Rosskopf-Seilbahn ein. Wer will, kann – ob mit oder ohne Seilbahnhilfe – noch den 2.189 m hohen Gipfel des Rosskopf ersteigen. Danach schweben wir hinab nach Sterzing, wo wir in wenigen Minuten die malerische, allerdings auch stark besuchte Altstadt erreichen und das obligatorische Belegfoto der erfolgreichen Alpenüberquerer vor dem mittelalterlichen Sterzinger

Zwölferturm schießen können. Lebhaft geht es in der Stadt übrigens nur tagsüber zu, abends wird es in der Fußgängerzone ganz schnell ruhig. Vielleicht findet sich ja nach dem Abendessen noch eine offene Weinstube, wo wir unsere sicher unvergessliche Alpenüberquerung gebührend feiern können? Verdient hätten wir uns einen guten Südtiroler Wein, vielleicht einen Lagrein oder Gewürztraminer, jetzt allemal.

Praktische Tipps

Anreise: Am besten mit der Bahn; wer mit dem Auto anreist, muss in Garmisch-Partenkirchen einen Parkplatz für eine gute Woche finden, was zusätzliche Kosten bedeutet. Außerdem ist in diesem Fall eine mehrstündige Rückreise von Sterzing nach Garmisch erforderlich. Bei weiterer Anfahrt



Blick vom Dolomieuweg auf das Pflerscher Tal. Darüber von links das Massiv der Feuersteine, die Weißwandspitze (erkennbar an der kleinen weißen Gipfelpyramide auf dem dunklen, kristallinen Sockel) und die Tribulaengruppe mit Pflerscher und Gschnitzer Tribulaun

kann daher eine zusätzliche Übernachtung nötig werden.

Vom Flughafen Innsbruck aus bietet Air-dolomiti (eine Tochtergesellschaft der Luft-hansa) mehrmals am Tag Direktflüge nach Frankfurt/Main an. Das ist zwar alles andere als ökologisch, aber evtl. eine zu bedenkende Alternative, wenn bei der Bahn (mal wieder) Störungen zu erwarten sind.



Entspanntes Wandern auf dem Dolomieuweg.

Unterkünfte:

An jedem Etappenziel findet man ausreichend Übernachtungs- und Einkehrmöglichkeiten. Eine Ausnahme ist Obernberg, wo es nur ein einziges Hotel gibt. In diesem Bericht werden nur wenige Unterkünfte angeführt, die der Autor fast alle selbst kennengelernt hat.

Garmisch-Partenkirchen: Zahlreiche Hotels aller Kategorien, u. a. Vier Jahreszeiten (direkt am Hauptbahnhof), vierjahreszeiten.cc.

Leutasch: Vor allem im Ortsteil Weidach viele Hotels; für Wandernde sehr zu empfehlen ist der Hubertushof in Leutasch-Reindlau (sehr gute Küche), hubertushof-leutasch.at/de.

Mutters: Hotel Sonnhof, sonnhof-mutters.at. Weitere Hotels im Ort.

Stubaital: Fulpmes: u. a. Alpin Resort Stubaierhof (nicht billig, aber sehr angenehm, sehr gute Küche), stubaierhof.at. Im Ort weitere Unterkünfte. Mieders: Mehrere Hotels, u. a. Hotel Wiesenhof, wiesenhof-stubaital.at.

Gschnitztal: Steinach in Tirol: JUFA-Hotel, Wipptal, jufahotels.com (liegt direkt

an der Seilbahn zum Nösslachjoch), weitere Hotels im Ort; Trins: Hotel Zita, hotel-zita.at (ruhige Lage, beim Abstieg vom Blaser nach Trins kurz vor der Durchgangsstraße beim Hinweisschild rechts abzweigen, dann noch 2-3 Min.), weitere Hotels im Ort.

Obernberg: Almi's Berghotel, almis-berghotel.at. Sollte man dort nicht unterkommen, so ist auch die Bus- oder Taxifahrt zurück nach Steinach eine Option.

Gossensass: Hotel Erna (Bahnhofsnähe, trotzdem ruhige Lage, sehr gute Küche), hotel-erna.it. Weitere Hotels im Ort.

Sterzing: Hotel Mondschein (zentral gelegen), hotelmondschein.it; weitere Hotels in der Stadt. Man kann auch gut eine zweite Nacht in Gossensass verbringen, stündliche Zugverbindungen mit Sterzing, nur wenige Min. Fahrzeit.

Literatur:

Thomas Striebig, Alpenüberquerung Garmisch – Sterzing, Rother Wanderführer. Aktualisierungen bei rother.de/de/alpenuberquerung-garmisch-sterzing.html

Grenzüberschreitendes „Kettenweitwandern“

Seniorengerechtes Weitwandern: Rund- und Streckenwanderungen in Luxemburg und der Südeifel miteinander verbunden

Der Müllerthal Trail und die als Premiumwege zertifizierten Felsenwege im DeLux-NaturWanderPark, der das Grenzgebiet zwischen Deutschland und Luxemburg links und rechts des Grenzflusses Sauer umfasst, ermöglichen eine ganz besondere Art des Weitwanderns. Hier können Rund- und Streckenwanderungen mit kleinem Tagesrucksack wie Kettenglieder aneinandergesetzt werden. Als Standort ist das Städtchen Echternach in Luxemburg, aber auch Irrel in der Südeifel, ideal. Ein nicht zu unterschätzender Vorteil ist der Gratis-Nahverkehr in Luxemburg, der alle Ausgangs- und Endpunkte der Wanderungen gut bedient. Nur am Wochenende ist der Fahrplan stark ausgedünnt.

Von Angelica und Günther Krämer

Wir haben diese seniorengerechte Art des Weitwanderns im heißen August 2022 getestet. Lange Wegabschnitte verlaufen im Wald oder gar in Felsschluchten, so dass wir die 11 Wandertage wirklich genießen konnten. Auf exakte Wegbeschreibungen kann verzichtet werden, denn die Premiumwege, aber auch der Müllerthal Trail sind bestens markiert.

Tag 1

Abenteuerliche 9-Euro-Ticket-Anreise mit der Bahn nach Trier, von dort mit

dem Bus (stündlich) nach Irrel, wo wir unser Basislager im Hotel Koch Schilt aufschlagen. Vorteil: Busbahnhof, Bäcker und Edeka gleich um die Ecke. Ansonsten ist Irrel nicht gerade attraktiv, ganz im Gegensatz zum Nachbarstädtchen Echternach in Luxemburg, wo das Preisniveau aber auch höher ist.

Tag 2: Premium-Rundwanderung auf dem Felsenweg 5 (19 km, 400 Höhenmeter An- und Abstieg):

Gleich zu Beginn geht es am Westwallmuseum und am Obst-Lehrgarten vorbei steil hoch zum Katzen-





Ausblick von der Liborius-Kapelle



Ringkampf in der Natur

kopf. Ab hier dann an der oft felsigen Hangkante über dem Prüm-Tal zum Feriendorf Prümer Burg, weiter durch den Wald und über von der Sommerhitze verbrannte Wiesen bis zur kleinen Siedlung Holsthumberg. Durch den Wald hinunter zur Rochuskapelle, unserem Rastplatz oberhalb von Holsthum. Zurück nach Irrel am Waldrand mit einem Abstecher hoch zur Ruine der Prümer Burg und am Ende zum Westwallmuseum.

Tag 3: Premium-Rundwanderung auf dem Felsenweg 6, den wir etwas modifizieren (14 km, 250 Hm)

Von Irrel auf dem markierten Weg 14 zu den Irreler Wasserfällen und weiter nach Prümzurly. Die Schäden des Katastrophen-Hochwassers von 2021 sind auch hier an der Prüm zu beobachten. An der Prümbrücke in Prümzurly treffen wir auf den Weg 4, gleichzeitig Erlebnispfad Wasser und Natur, der steil hinauf zum eigentlichen Premiumweg 6 und zu unserer Einkehr an der Naturbeobachtungsstation führt. Viele Tagesausflügler begegnen uns in der wilden Sandstein-Felsenlandschaft der Teu-

felsschlucht, aber bald wird es ruhiger auf dem Weg Richtung Echternacherbrück und Echternach. Von hier mit dem Bus zurück nach Irrel.

Tag 4: Premium-Rundwanderung auf dem Felsenweg 6 und auf dem Felsenweg 1 (20 km, 450 Hm)

Mit dem Bus nach Echternach, dann von Echternacherbrück steil hoch zum Aussichtspunkt bei der Liborius-Kapelle auf der Kuckuckslay. Ein Traumpfad führt uns über die Kletschberge, die Stubenlay, die Falkenlay und die Schweineställe hinunter zum Schloss Weilerbach (Einkehrmöglichkeit). Auf der Dr.-Alfred-Toepfer-Brücke überqueren wir die Sauer und damit die Grenze zu Luxemburg. Ab der Hohllay (Freilichtbühne, ehemalige Sandsteinbrüche zur Gewinnung von Mühlsteinen) verlaufen Felsenweg 1 und die Müllerthal-Route 2 auf derselben Trasse. Wildromantisch ist der Weg durch das Labyrinth und die Wolfsschlucht zurück nach Echternach. Leider stört dabei zeitweise der Autolärm der parallel verlaufenden Straße.



Radlersperre bei Rosport

Tag 5: Müllerthal Route 2 Berdorf – Müllerthal (11 km, 200 Hm)

Mit Umsteigen in Echternach bringt uns der Bus nach Berdorf. Wenige 100 Meter nur auf der Hochfläche, dann Abstieg ins Felsenlabyrinth. Treppen, Brücken, Kinderparadies. Wir stellen uns die Frage, wie es hier nach starken Regenfällen aussehen würde, denn der Weg führt manchmal durch das jetzt völlig trockene Bachbett. Ruhiger geht es weiter nach Müllerthal, wo einige Sehenswürdigkeiten und eine Einkehr auf uns warten. Rückfahrt wieder mit dem Bus über Echternach.

Tag 6: Ruhetag

Den Ruhetag nutzen wir zu einem Bus-Ausflug in die Stadt Luxemburg.

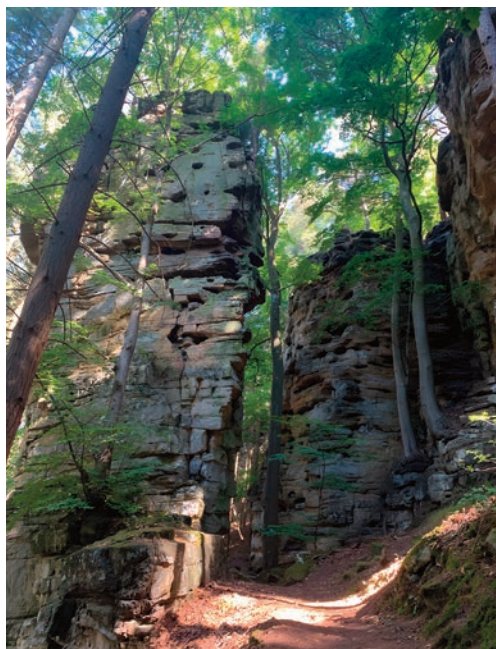
Tag 7: Müllerthal Extratour Müllerthal – Consdorf (12 km, 300 Hm)

Mit dem Bus nach Consdorf. Markiert mit einem blauen Fähnchen-Symbol wandern wir auf der rechten Talseite des Consdrefbaachs hinunter nach Müllerthal und auf der linken Talseite wieder hinauf Richtung Consdorf. Immer wieder überraschen

uns wilde Felsformationen. Gerade noch rechtzeitig, ehe ein heftiges Sommergewitter losbricht, erreichen wir die Consdorfer Millen. Hier können wir im Trockenen gut einkehren und das Ende des Gewitters abwarten. Nur noch kurz ist der Weg nach Consdorf zur Bushaltestelle.

Tag 8: Müllerthal Route 2 Consdorf – Echternach (18 km, 200 Hm)

Mit dem Bus wieder nach Consdorf. Der Müllerthal Trail ist auf dieser Etappe weniger spektakulär, entsprechend wenige Wanderer sind hier unterwegs. Eigentlich eine ruhige Wald- und Tälerwanderung – wenn nicht immer wieder der Lärm von nahen Straßen stören würde. Am Séi = See am Stadtrand von Echternach endet unsere heutige Tagestour mit einer Einkehr im See-Café.



Felsenweg

Tag 9: Müllerthal Route 1 Echternach – Rosport (8 km, 150 Hm)

Heute wandern wir nur im Tal der Sauer. Anfangs durch den Uferpark am Stadtrand von Echternach, später durch die prächtigen, naturnahen Hangwälder auf der rechten, der luxemburgischen Seite des Tales. Bis auf die Naturschutzgebiete werden die Wälder auch forstwirtschaftlich genutzt. Im Gegensatz zu Deutschland sehen wir keine Spuren von waldzerstörenden Monster-Holzerntemaschinen. Dafür wird in jedem Dorf Werbung für Produkte aus heimischem Holz gemacht. Überraschung in Rosport: Ein flotter kleiner Elektrobus bringt uns nach Echternach zurück.



Schiessentümpel

Tag 10: Müllerthal Route 1 Rosport – Herborn (18 km, 450 Hm)

Mit dem Bus wieder nach Rosport. Vorbei am Tudor-Schloss hinauf in den Hangwald und weiter zur Wallfahrtskapelle Girsterklaus. Immer wieder überraschen Ausblicke über das Sauerthal. Auf der Höhe vom Morsdorf biegt der Weg ab auf die Hochfläche. Leider nehmen ab jetzt Asphaltanteil und Hitze zu. In Mompach hoffen wir vergeblich

auf ein Gasthaus oder wenigstens einen Dorfladen. Immerhin erbarmt sich ein Dorfbewohner und spendiert ein bitteres Bit und Mineralwasser. In Herborn steigen wir wieder in den Elektroflitzer.

Tag 11: Müllerthal Route 1 Herborn – Echternach (10 km, 100 Hm)

Dieser bringt uns wieder nach Herborn, von wo der Müllerthal Trail nach 1 km Asphalt in den Wald führt. Meist auf Schotterwegen geht es durch die naturnah bewirtschafteten Wälder Hierberbësch, Groussebësch und Haard zum Séi bei Echternach.

Tag 12

Nach neun staubigen, sandigen und vor allem heißen Wandertagen treten wir die



Bei Müllerthal

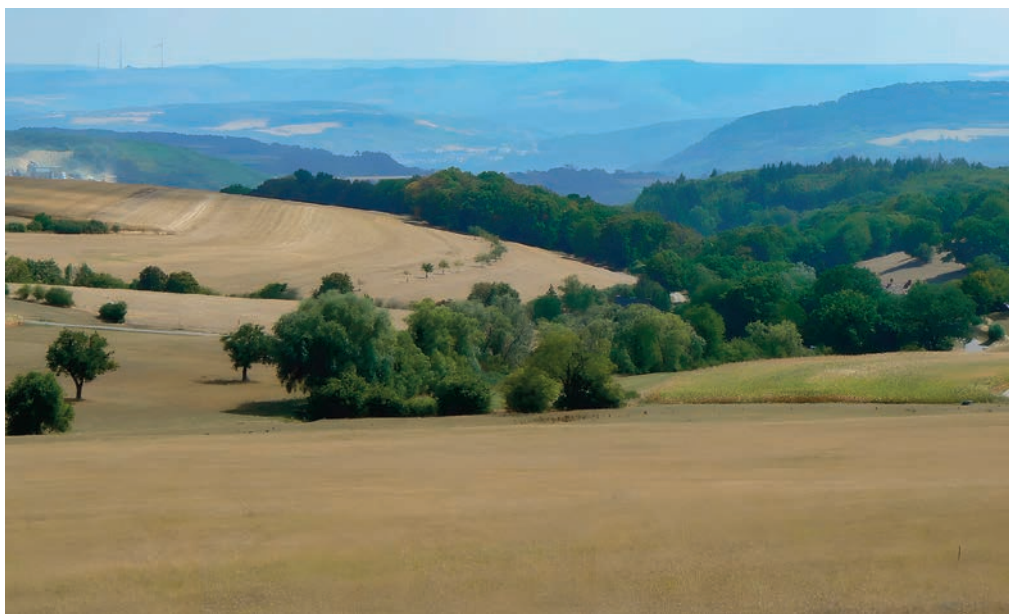
wieder mal abenteuerliche 9-Euro-Ticket-Rückreise mit Bus und Bahn an.

Fazit: Da es im automobilen Luxemburg und in der Südeifel kaum noch Dorfläden und Dorfwirtshäuser gibt, sind die Felsenwege und der Müllerthal Trail für Weitwandern von Quartier zu Quartier nicht geeignet. Luxemburg leistet sich aber einen gut ausgebauten Gratis-Nahverkehr, was das Wandern mit kleinem Tagesrucksack sehr begünstigt. Der ÖPNV in der Südeifel ist noch ausbaufähig. Vielleicht führt die durch das 49-Euro-Ticket angeregte Nachfrage zu Verbesserungen.

Immer wieder sind Treppen zu bewältigen, was nicht gerade Knie schonend ist. Wir empfehlen dringend, Wanderstöcke zu benutzen und sie richtig einzusetzen. Vor

allem die Wolfsschlucht ist für Seniorenknie nicht einfach. Klaustrophobe müssen keine Angst vor den Engstellen in Sandsteinschluchten haben, es wird schnell wieder hell. Sehr ausgesetzte Wegabschnitte sind gesichert.

Unsere „Kettenwanderung“ lässt sich um eine ganze Wanderwoche erweitern: In Müllerthal besteht Anschluss an die 3-tägige Müllerthal-Trail-Route 3, die vor allem mit ihren Burgen und Schlössern prunkt. In Weilerbach schließt der zweitägige Premium-Felsenweg 3 an den von uns erwarteten Felsenweg 1 an. Und in Bollendorf besteht Anschluss an den Premium-Felsenweg 2. Seit Februar 2023 ist auch der Felsenweg 4 als Premiumweg zertifiziert, der zwischen Rosport und Moersdorf an die Müllerthal-Trail-Route 1 anschließt.



Weitblick von der Hochfläche ins Sauer-Tal



Alpenüberquerung Garmisch - Sterzing 7 Etappen mit GPS-Tracks

Striebig, Thomas
Bergverlag Rother (2022)
Kartonierte, 144 Seiten
Format 11,5 x 16,5 cm, Taschenbuch
ISBN-13: 978-3-7633-4606-6
14,90 Euro [D]

Alpenquerung auf „unschwierigen“ Wegen

Rother-Wanderführer von Oberbayern nach Südtirol

Zu Fuß über die Alpen – und das auf einfachen Wanderwegen. Diesen Traum macht wohl die Alpenüberquerung von Garmisch nach Sterzing wahr (siehe Wanderbericht auf Seite 32). Im Wanderführer „Alpenüberquerung Garmisch – Sterzing“ wird die Tour beschrieben: Auf leichten, aber herrlichen Bergpfaden und in nur sieben Etappen über den Alpenhauptkamm. Natürlich gibt es GPS-Tracks zum Download und zu jeder Etappe ausführliche Infos zu Unterkünften, Einkehr und Alternativen.

Von Gerhard Wandel

Zu den vielen beschriebenen Alpenüberquerungen hat nun Thomas Striebig beim Rother Verlag eine weitere Alpenquerung Garmisch – Sterzing (Vipiteno) hinzugefügt (Erstauflage 2022). Mit sieben Etappen ist er auch für nicht trainierte Ausdauersportler geeignet. Das Rucksackgewicht kann durch Ho-

telaufenthalte reduziert werden. Zusätzlich bieten auch Veranstalter, wie die Alpenschule Innsbruck, Touren mit Gepäcktransport an. Die Tour stellt mit der höchsten Erhebung unter 2200 Metern keine echte Hochgebirgstour dar. Die schneefreie Begehung wird dadurch verlängert.

Der Führer ist wie folgt gegliedert:

1) Etappen-Highlights

2) Hinweise für unterwegs

- Einstufung nach Schwierigkeitsgrad
- Klima, Wetter
- GPS-Tracks können beim Rother Verlag kostenlos heruntergeladen werden
- Gehzeit
- Reisezeit
- Gefahren
- Ausrüstung
- An- und Abreise
- Wanderkarten
- Einkehr / Unterkunft

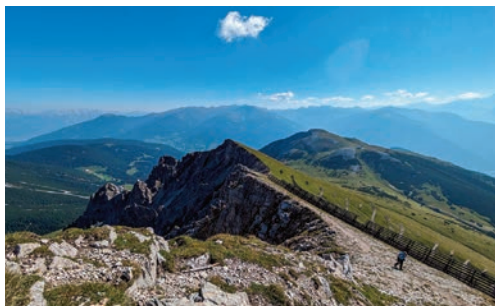
3) Unterwegs, Flora und Fauna, Essen und Trinken

4) Wanderregionen und Stadtbeschreibung Innsbruck

5) Einzeletappen

- Allgemeinen Tourenkopf
- Ausgangspunkt, Endpunkt
- Einkehr, Unterkünfte
- Verkehrsmittel
- Varianten
- Kartenausschnitte 1:75000
- Höhendiagramm

Die solide Aufmachung entspricht den bisherigen vom Rother Verlag herausgegebenen Führern, insbesondere auch der vom gleichen Autor verfassten Alpenüberquerung Tegernsee – Sterzing. Der Wanderführer erweist sich als wertvolle Hilfe für diese Tour. Neben der Aufgabe als Wanderführer bietet der Führer auch eine Kurzeinführung in die Kultur und Geschichte der durchwanderten Gebiete.



Der Autor scheint sich in die Gegend verliebt zu haben! So viele Varianten zu den eigentlichen Hauptwegen werden selten beschrieben. Der Leser am heimischen Schreibtisch wird irritiert sein, wenn er bei der Etappe von Mieders nach Trins und bei der Teilvariante 1 den gesamten Text der Route erneut wiederfindet.

Ich bin einen Teil des Weges selbst gegangen. Der Ausweis der Etappe 6 als „einfach“ würde ich bei der Länge des Abstiegs jedoch nicht unterschreiben. Sofern nur Teilstrecken begangen werden, sollten beim Karteneinkauf sorgfältig auf die Grenzen der Wanderkarten geachtet werden. Die BEV-Karte Sterzing 1:50.000 deckt die Etappe 5 der Tour nicht vollständig ab.

Die Wegführung der Etappe 3 ist von der Alpenschule Innsbruck zwischenzeitlich geändert worden. Diese Änderung sollte bei einer Neuauflage des Führers berücksichtigt. Änderungen sind in einem Update bei Rother aufgeführt.

Infolge der guten Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr lassen sich die Etappen 1 und 2 auch gut als Tagestouren durchführen.

Vorschau aufs April-Heft 2025



Via degli Dei

Die Via degli Dei ist die Schöpfung einiger Bologneser Alpenvereinsmitglieder, die ihre liebste Hauswanderstrecke zu einem der erfolgreichsten Wanderweg-Projekte Italiens zum Teil auf der Trasse der antiken Via Flaminia ausbauten. Über ihre Tour auf dem Abschnitt von Bologna über Florenz bis Siena berichten Angelica und Günther Krämer.



Traumhaft: Wege in Wales

Fast wie Bergwandern: Auf dem Pembrokeshire Coast Path in Wales geht es ordentlich auf und ab an der herrlichen Westküste der Insel: Auf rund 300 Kilometern sind 8.500 Höhenmeter zu bewältigen. Für alle Kraftanstrengungen belohnen fantastische Fauna und Flora, malerische Orte, traumhafte Strände und faszinierende Felsformationen.



Bericht der Mitgliederwanderung 2024

Im nächsten Heft berichten wir unter anderem über die diesjährige Mitgliederwanderung: Wir haben uns im September auf den Hochrhöner begeben und haben uns dort für die sogenannte Hochrhöner-Runde entschieden. Start und Ziel der einwöchigen Tour, die uns abschnittsweise auch durch Hessen und Bayern führte, war jeweils Bad Salzungen in Thüringen.

Herausgeber: Vorstand des Vereins Netzwerk Weitwandern e. V.
Redaktion: Katharina Wegelt (V.i.S.d.P.) Telefon: 01522 311 88 90,
 Mail: wegelt.katharina@gmail.com
 Friedhelm Arning
Fotos: Hans Bienert, Katharina Wegelt, Gerhard Wandel, Friedhelm Arning,
 Roland Reischl (S. 32), Sven Eschbeck (S. 33), Andreas Pilot
 (S. 37, 38), Thomas Striebig, Angelica und Günther Krämer
Satz: satzpunkt HÖNIG, Nonnengasse 31 a, 09599 Freiberg/Sa.
Druck: saxoprint.de - SAXOPRINT GmbH
 Enderstr. 92 c, 01277 Dresden
Auflagenhöhe: 150
Erscheinungsweise: halbjährlich

Die mit dem Verfassernamen gekennzeichneten Artikel müssen nicht die Meinung der Redaktion widerspiegeln. Aus dem Inhalt der Artikel kann keinerlei Haftung für den Verfasser oder die Redaktion abgeleitet werden. Alle Rechte beim Herausgeber. Die Vereinszeitschrift Wege & Ziele ist für Mitglieder kostenfrei, ein Jahresabonnement für Nichtmitglieder kostet 10,00 €, der Einzelverkaufspreis beträgt 5,95 €.

Die nächste Wege & Ziele erscheint im **April 2025** (Redaktionsschluss: 1. März 2025).

Vorstand

Friedhelm Arning, Vorstandssprecher
 Dessau-Roßlau
Farning@gmx.de

Carsten Dütsch, Vorstandssprecher
 Freiberg
c.duetsch@netzwerk-weitwandern.de

Klaus Stanek, Vorstandssprecher
 Naundorf/Sachsen
stanek.ki@gmx.de

Jürgen Berghaus, Schatzmeister
 Kaarst
juergen@berghaus-clan.de

Katrin Göhlert, Schriftführerin
 Mühlacker
katrin.goehlert@gmx.de



Pembrokeshire Coast Path, Nationaltrail in Wales.

Internet:

www.netzwerk-weitwandern.de

Bankverbindung:

IBAN: DE12 3055 0000 0093 5573 95
BIC: WELADEDNXXX / Sparkasse Neuss

