

Andreas Werner

WAN
DERN
FÜR DIE
SEELE



Mit Nordpfälzer Bergland

Nah
DROSTE



An aerial photograph of a scenic valley. A river flows through the center, with a stone bridge crossing it in the lower-left. The valley is surrounded by rolling hills with vineyards and forests. The sky is blue with light clouds.

Andreas Werner

Nahe

Mit Nordpfälzer Bergland

Wandern für die Seele

20 Wohlfühlwege

Droste Verlag

ALLE WANDERUNGEN AUF EINEN BLICK



TOUR 1: DURCH DIE WEINBERGE

7

Auf Kirschroths Fuchspfad

12 km | 380 Hm | 4,5 Std. | Rundweg



TOUR 2: VIEL ZU ENTDECKEN

15

Gipfelglück am Königsberg

15 km | 650 Hm | 5,5 Std. | Rundweg



TOUR 3: IM MUSIKANTENLAND

25

Lichtenberg, Burg mit Rekordlänge

9 km | 250 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 4: SCHLUCHT UND BURG

33

Falkenstein im Donnersberger Land

10 km | 280 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 5: AUF DEM PLATEAU

41

Wanderung am Rotenfels

9 km | 250 Hm | 3 Std. | Rundweg



TOUR 6: HISTORIENRUNDE

51

Klosterkirche Sponheim

10 km | 145 Hm | 3 Std. | Rundweg



TOUR 7: MYSTISCHER WALD

61

Naheblick vom Lemberg

10 km | 320 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 8: NORDPFALZ PUR

71

Obermoschel, kleinste Stadt der Pfalz

11,7 km | 290 Hm | 4 Std. | Rundweg



TOUR 9: IM REBENMEER

81

Weinwanderweg in Niederhausen

4,7 km | 89 Hm | 1,5 Std. | Rundweg



TOUR 10: VIELFALT GENIESSEN

91

Die Weinberge bei Meisenheim

13,4 km | 250 Hm | 4,5 Std. | Rundweg



TOUR 11: IM KELTENLAND

101

Rund um den Donnersberg

14,5 km | 520 Hm | 5 Std. | Rundweg



TOUR 12: WEINBERGSCHAUKEL

109

Wald & Aussicht bei Wallhausen

12 km | 300 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 13: KLOSTERMEDITATION

117

Spaziergang am Disibodenberg

6 km | 120 Hm | 2 Std. | Rundweg



TOUR 14: LICHT UND SCHATTEN

125

Waldrunde am Potzberg

7 km | 250 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



TOUR 15: LAUFEN UND LIEGEN

133

Frauenberger Gräfin-Loretta-Runde

12 km | 300 Hm | 4 Std. | Rundweg



TOUR 16: GELÖST WANDERN

143

Wald & Aussicht bei Bärenbach

8,6 km | 315 Hm | 3 Std. | Rundweg



TOUR 17: FÜSSE IM WASSER

153

Bachrunde bei Bad Sobernheim

12,5 km | 300 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 18: FLUSS & FELSEN

163

Nahe-Natur bei Enzweiler

7 km | 100 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



TOUR 19: WALDERFRISCHUNG

173

Burgen, Felsen & Wasser bei Kirn

13,9 km | 400 Hm | 4,5 Std. | Rundweg



TOUR 20: WILDROMANTISCH

183

Abenteurpfad Schmidthachenbach

8,6 km | 190 Hm | 3 Std. | Rundweg



Niederhausen

Liebe Wanderfreunde,

ich möchte Sie mitnehmen auf Wanderungen an der Nahe und im Nordpfälzer Bergland, die Gegend, aus der ich komme, in der ich meine Jugend verbrachte und in die ich immer wieder gerne zurückkehre. Deshalb ist dieses Buch eine Herzensangelegenheit für mich – auch, weil die Region häufig unterschätzt wird und doch so viel zu bieten hat. Neben leckerem Wein und Essen ist die Landschaft mit Hügeln, Felsen, Flüssen, Bächen und natürlich Burgen einfach erkundenswert.

Wandern tut der Seele gut. Picknicken – wie soll ich sagen – beschert uns zusätzliche Wohlfühlmomente. Gerade wenn wir in den Weinbergen an der Nahe unterwegs sind, sollten wir Kleinigkeiten zum Essen und Trinken dabeihaben. Wenn wir unterwegs Menschen beim Picknicken sehen, dann ist nicht selten Wein das Getränk, das wir erblicken. Draußen Pausen zu machen ist einfach wichtig – gleich ob im Weinberg, im Wald, am Bach oder auf der Wiese. Gemächlichkeit hilft!

Die Arbeit an diesem Buch war der überaus willkommene Anlass, mit Freunden und Familie viele Touren zu erkunden. Vielen Dank auch an Heike, Lilian, Martina G., Paul und natürlich an meine Frau!

Wandern Sie also los, nehmen Sie Ihre Liebsten mit, picknicken Sie ausführlichst oder besuchen Sie Restaurants. Ich wünsche Ihnen viele glückliche Stunden an der Nahe und in der Nordpfalz!

Andreas Werner 



NATUR-INFO




KULTUR-INFO



TOUREN-/EVENT-INFO



GENUSS-INFO

- 
- An aerial photograph of a vineyard in Kirschroth. The vineyard is a large, terraced field of green grapevines, organized into neat, parallel rows that follow the contours of the hillside. In the foreground, a small village is visible, featuring a prominent church with a tall, dark, pointed steeple and a brick facade. Other houses with red-tiled roofs and green roofs are scattered around the church. The background shows a dense forest of trees on a hillside.
- 12 Kilometer
 - 380 Höhenmeter
 - 4,5 Stunden
 - Rundweg

Panoramablick auf Kirschroth

Durch die Weinberge Auf Kirschroths Fuchspfad



Wir beginnen unsere Tour am **Parkplatz am Bärweilerweg** und gehen durch die Häuserreihe des Weinbergblicks. So gelangen wir auf den Fuchspfad und wandern bergauf. Schon gehen wir auf Rebenreihen zu – die gelungene Einstimmung auf unsere Auszeitour. Wir lassen unseren Blick über die sanften Hügel schweifen, wandern nach links am Weinberg entlang, um nach 200 Metern gleich zweimal rechts abzubiegen. Auf dem Wiesenweg zwischen den Reben zu gehen, fühlt sich leicht an. Im Herbst sehen wir hier **rote und weiße Trauben**, hören das Wasser des im Tal fließenden Rheinerbachs rauschen – genau so sollen sich Mußestunden anfühlen.

Wir stoßen auf eine kleine Landstraße, biegen rechts ab und nach einigen Metern wieder links auf einen Wirtschaftsweg, dabei folgen wir der **Markierung Fuchspfad**. Rechts von uns stehen nun Tannenbäume, im Sommer sehen wir Wildrosen, im Herbst Hagebutten, links die inzwischen vertrauten Reben. So gehen wir etwa 1,2 Kilometer. Mal liegen Felder neben uns, mal Wald, im Herbst sehen wir Pilze auf den Wiesen und stachelig eingehüllte Nüsse an den **Edelkastanien** hängen – eine durchaus angenehme Abwechslung.



***Kirschroth** ist eine kleine Weinbaugemeinde mit knapp 300 Einwohnern bei Bad Sobernheim in einem südlichen Seitental der Nahe. Im Ort gibt es acht Weingüter.*



Rote Trauben vor der Ernte

Limbacher Höhe



Meist Mitte August findet das **Kirschrother Weinwander-Wochenende** mit vielen Weinständen, Kuchenbüfett und Frühschoppen statt.



An der **Weintankstelle** des Weinguts Theis gibt es im Boden deponierten und damit wohltemperierten Wein im Selfservice zu kaufen.

An einer Gabelung möchte uns die Markierung des Fuchspfades nach links leiten, wir jedoch gehen geradeaus am Waldrand weiter. So haben wir mitunter ein wenig Schatten und sparen eine Winzigkeit an Höhenmetern. An der nächsten Kreuzung biegen wir rechts ab und steigen 400 Meter etwas steiler bergauf zu einem Höhepunkt unserer Tour, der **Limbacher Höhe ①** mit einer hervorragenden Fernsicht auf die umliegenden Orte. Die Bänke bieten sich allemal für eine Pause an, zumal wir knapp den höchsten Punkt unserer Runde erreicht haben – es ist Picknick-Zeit!

Wir folgen jetzt wieder der Beschilderung Fuchspfad, rechts neben uns liegt Wald, links ist das Gelände offen, bis wir nach etwa einem halben Kilometer an einem **Pinienwäldchen ②** vorbeikommen. Dort gibt es im Oktober wunderbare Zapfen zu entdecken. Wir erkunden das Wäldchen ein wenig – wir haben Zeit, und es geht bergab bis zur **Weintankstelle ③**. Dies ist ein Platz mit herrlicher Aussicht auf Kirschroth und das Tal. Wozu also Hektik, wenn die Pause so verführerisch ist? Mit diesem Blick, dem Wein und Schatten spendenden Bäumen lässt es sich hier selbst im Hochsommer entspannt verweilen und die Auszeit genießen.

Für die Seele

Wir genießen die herrlich hügelige Landschaft um Kirschroth. Dort lassen wir uns von einer Weintankstelle überraschen und entdecken die kleinen Köstlichkeiten des Ortes.

Sollte uns hier die Lust am Wandern verlassen oder haben wir zu lange Pause gemacht, führt der Weg bergab direkt ins Dorf. Sind wir noch fit und haben genügend Zeit mitgebracht, dann lohnt sich der Fuchspfad 1 Kilometer bergauf. Die Vegetation wird licht, und wir dürfen ins Nachbartal blicken, dann erreichen wir den Gipfel des **Wingertsberg 4**. Möglicherweise bedauern wir an dieser Stelle, dass sich zwischen uns und den Weinbergen Bäume befinden – bald tauchen wir auf unserem Weg zur **Weinbergsschaukel** wieder in die Rebenwelt ein und wandern 2 Kilometer bergab.

Die Weinbergsschaukel steht an der **Schönsten Weinsicht 2016 5** am Meddersheimer Altenberg, ja, wir befinden uns auf der **Gemarkung Meddersheim**. Auch wenn die Weinbergsschaukel toll aussieht – die Panoramaliegen sind möglicherweise noch ein wenig netter für unsere nächste Pause, ob wir noch Wein dabei haben oder nicht. Knapp 9 Kilometer liegen hinter uns, und es sind noch 3 Kilometer bis Kirschroth auf dem Fuchspfad. Wir sollten die Gelegenheit zu einer weiteren ausführlichen Pause bei einer solch ausgezeichneten Sicht nutzen. Sollte uns doch ein wenig zu warm sein: Hier steht ein großer Baum, der Schatten spendet.

Der Rückweg nach Kirschroth steht an. Dazu folgen wir der Markierung des Fuchswegs. Prinzipiell könnten wir, wenn wir den Wald erreichen, auch geradeaus gehen und 200 Meter sowie einige Höhenmeter sparen – aber wozu? Lasst uns einfach die ver-



Das Deutsche Weininstitut zeichnet alle vier Jahre die „Schönsten Weinsichten“ der deutschen Weinbaugebiete aus. 2016 war es der Meddersheimer Altenberg.



Untergehende Sonne bei Kirschroth





Auszeitour 1

bleibenden 3 Kilometer dem Fuchspfad folgen, durch die Weinberge schlendern – vielleicht schon der Abendsonne entgegen.

In Kirschroth warten Weinstuben und Winzer auf uns, um einen völlig entspannten Tag ausklingen zu lassen, zum Beispiel die **Weinstube Allenbacher 6**, der **Winzerhof Kleine Auszeit 7** und das **Weingut Werner 8**. Etwas Zeit werden wir ohnehin noch im Ort benötigen, in der Gemeinde gibt es einige Winzer, die im Herbst Federweißen anbieten. Lassen wir uns treiben und genießen wir das einfache Leben in den Dörfern an der Nahe. Und – sollten wir bei einem Winzer vor verschlossenen Türen stehen, dann fragen wir einfach bei den Einheimischen, wer heute offen hat.





Entspannung ★★★★★

Genuss ★★★★★

Romantik ★★★★★



WIE & WANN:

Hauptsächlich Wirtschaftswege, mal Gras-, mal Waldwege, gelegentlich auch geteerte Wege durch die Weinberge und schwach befahrene Straßen im Ort. Am schönsten ist der Weg von September bis in den November hinein. An den Wochenenden haben Straußwirtschaften und Weinstuben offen. Auch im Mai und Juni sehr schön; im Hochsommer sollten es keine zu heißen Tage sein, da die Tour nur wenig Schatten bietet.

HIN & WEG:

Auto: Parkplatz Bärweilerweg/Weinbergsblick, 55566 Kirschroth
(GPS: 49.759728, 7.575654)

ÖPNV: Kirschroth liegt an der Buslinie 262 des RNN von Bad Sobernheim nach Meisenheim und wird von Montag bis Freitag angefahren. Bad Sobernheim hat einen Zuganschluss.

ESSEN & ENTSPANNEN:

Weinstube Allenbacher ⑥ Merxheimer Straße 16, 55566 Kirschroth, Tel. (0 67 51) 54 22

Winzerhof Kleine Auszeit / Weingut Theis ⑦ Kirchstraße 11, 55566 Kirschroth, Tel. (0 67 51) 13 47, www.weingut-theis.de

Weingut Werner ⑧ Meddersheimer Straße 13, 55566 Kirschroth, Tel. (0 67 51) 52 87, werner-weingut.de (bietet auch Planwagenfahrten durch die Weinberge an)

ENTDECKEN & ERLEBEN:

Limbacher Höhe ①

Pinienwäldchen ②

Weintankstelle ③

Wingertsberg ④

Schönste Weinsicht 2016 ⑤