

Programm für GehTreff und Wandern Stand: 05.12.2022

Daten für eine **Wanderung** ist nur mit der **Streckenlänge unvollständig**, es gehört auch die **Höhenangabe** (+) dazu.

NUR Mittwochs GehTreff, 9.30 Uhr bis ca. 11.30 Uhr, **Treffpunkt:** Nähe **Eschborn Bahnhof, Schwalbacher Straße**
Süßbacher Straße → **Arboretum (1-2 Runden)** → **Treffpunkt: Bahnhof** *Wir starten normalerweise pünktlich!*

Wegen **Corona** kann beim **Wandern** auch alles anders sein z. B. keine gemeinsame **Abschlussrast**.

Wandertouren mit 3FW&K im **Jahresüberblick 2022 – 2026 1/2** **Änderungen vorbehalten**

Vorbei an **Kultur (KD)**-, **Naturdenkmälern (ND)** und **Naturschutzgebiete (NSG)**

In den **hessischen Sommer-Schulferien** ist auch abends mittwochs-GehTreff (18.30 Uhr Treffpunkt, 1 Runde + Oldtimer-Gymnastikanlage + Abschlußstrunk). **Bei über 30 °C fällt der GehTreff aus.**

Kostenlos geführte Wanderungen + GehTreff

2 Sonntagswanderungen/ Monat mittags: **Rucksack-Verpflegung** abends: **Gasthof**

Die **Sonntags-Wanderungen** unterscheiden sich mit **unterschiedlichen Wander-Strecken** zu Fuß.

Start der Sonntagswanderungen vor Ort: 9.30 Uhr **Ausnahmen:** u.a. **Mehrtagestouren**

Witterungs- & Systembedingt kann die **Wander-Strecke** auch **verkürzt** werden! **Im Extremfall ausfallen.**

Im Winterhalbjahr ab ca. **Dezember/15.30 Uhr Dämmerung**, ab ca. **16.30 Uhr dunkel**. Verschiebung bis zu einer Stunde. **Ab Februar heller**

▼ 2022 ++++++ 20. **Wanderjahr** ▼ ++++++ 2022 ▼

Achtung: Neue **Festnetz-Telefon-Nummer** 06196- **96 75 460**.

An wanderfreien Sonn – und Feiertagen wird der **Frankfurter Osten** erwandert/ liegengelassenes im **Frankfurter Osten**. **Derzeit wird geübt und Ausflüge in der Region gemacht.**

▼ 2023 ++++++ 21. **Wanderjahr** ▼ ++++++ 2023 ▼

08. Januar, südlicher **Vogelsberg-Süd**, ca. 22 km, **Bad Soden**, **Salz**, ca. 22 km, **Romsthal**, **Kinzig-Stausee**, **Bad-Soden**

15. Januar, südlicher **Vogelsberg-Süd**.

05., Februar, **Main**, **Kahl** am **Main** > Nord/ West, ca. 22 km,

12. Februar, **Main**, **Kahl** am **Main** > Ost/ Süd, ca. 22 km,

05., März, **Bergstraße**, **Pfungstadt**, **Seeheim**, **Langenberg**, **DA-Eberstadt**, **Pfungstadt**.

12., März, **Bergstraße**, **Pfungstadt**, **Malchen**, **Burg Frankenstein**, **Nieder-Beerbach**, **Frankenhausen**, **Waschenbach**, **Pfst.**

02., April, **Hochtaunus**, **Hirschgarten**, **Herzberg**

16., April, **Hochtaunus**, **Hirschgarten**

01., Mai, **Vordertaunus** und **Hochtaunus**, ca. xx km, **8.30 Uhr Start: Eschborn**, **Niederhöchstadt**, **Westerbach**, **Schönberg**, **Weißer Mauer**, **Kronberg**, **Kronthaler Tal**, **Limesstadt-Ost**, **Schwalbach**, **Arboretum**, **Eschborn**

*Beide **Mai-Wanderungen** sind Vorbereitung für die **Mehrtagestour**.*

07., Mai, **Vordertaunus** und **Hochtaunus**, ca. x km, ca. ± x00 m, **8.30 Uhr Start: Eschborn**, **Steinbach**, **Hohe Mark**, **Panoramaweg**, **Sandplacken**, **Großer Feldberg**, **Fuchstanz**, **Bürgel-Platte**, **Schönberg**, **Westerbach-Tal**, **Niederhöchstadt**, **Eschborn**.

Letzter Versuch, Mehrtagestour-Teilnahme Ende **Mai/ Mitte Juni: Gesund! TrainingsVorschlag: Teilnahme** an den **Sonntagstouren**. **Rucksackgewicht steigern**, im **März** auf 4 kg (**April** 6 kg) + 1 Liter **Flüssigkeit**. **Oder** vergleichbares **Training oder** unter 55 Jahren.

2023, D-Tour Südwest, 17 Tage wandern = + **An- und Abreise**. **Geplant** u.a.: **Fahrt nach Pirmasens** > **Zweibrücken** > **Blieskastel** > **Saarbrücken/ Saar** > **Wadgassen** > **Merzig/ Saar** > **Trassem** > **Trier/ Mosel** > **Kordel** > **Bittburg-Ost** > **Bittburg-Nordw.** > **Waxweiler** > **Prüm** > **Stadtkyll** > **Hellenthal** > **Monschau** > **Stolberg** > **Aachen**, **Aachen-Rückreise**

In 2021+2022 ausgefallen wegen **Corona**, **Umzug**, **Scheidung** (über 49 Jahre **verheiratet**), **Krieg Russland-Ukraine**. **Mehrtagestour** wird in **2023** **grenznah wiederholt**. (Planung Ende 2022)

02., Juli, **Naturpark Nassau**, ca. 23 km, **Lahntal**, (**Obernhof**), **Goethepunkt**, **Liebeslay**, **Wolfslei**, **Laurenburg**, **Lahnseitenwechsel**, **Brunnenburg**, (**Kloster Armstein**), **Lahn-Seitenwechsel**, **Obernhof**,

09., Juli, **Naturpark Nassau**, ca. 22 km, **Weinähr**, **Lahntal**, (**Obernhof**),

06., August, **Odenwald**, ca. 23 km, **Michelstadt**, **Eulbach**, **Ernsbach**, **Erbach**, **Mossauer Höhe**, **Michelstadt**

13., August, **Odenwald**, ca. 2x km, **Michelstadt**,

03., September, **Bayerischer Unter-Main/ westlicher Spessart**, ca. 24 km, ± 473 m, **Obernburg/ Main**, **Main-Brücke**, **Elsfeld**, **Buckelsgraben**, **Hochberg**, **Hofstetten**, **Kirchhöhe**, **Schweizer Hof**, **Wolfsschlinge**, **Mainufer**, **Main-Brücke**, **Großwallstadt**, **Leimberg**, **Mainhöllenberg**, **Obernburg/ Main**

10., September, **Bayerischer Unter-Main/ westlicher Spessart**, ca. 25,5 km, ± 332 m, **Obernburg/Main**, **Main-Brücke**, **Elsfeld**, **Mühl-rain**, **Schippach**, **Schippacher Wald**, **Veilchenbachtal**, **Mechenhard**, **Seitenbachtal**, **Klingenberg**, **Main-Brücke**, **Wörth/M**, **Obernburger Stadtwald**, **Mainuferweg**, **Obernburg/Main**.

01., Oktober, **Rheingau-Taunus**, **Wisper-Campingplatz**,

08., Oktober, **Rheingau-Taunus**, ca. 23 km, ± 385 m, **Kemel**, **Römersgrundbach-Tal**, **Dornbach-Tal**, **Wispertal**, **Wisper-See**, **Wisper (Ort)**, **Wispener Kopf**, **Steinberg**, **Mappershainer Kopf**, **Mappershain (Ort)**, **Wisperquelle**, **Kemel**.

Planung, Organisation & Durchführung: Gerhard Kuhn Berliner Straße 31-35 D-65 760 **Eschborn**

Telefon: 061 96 --96 75 460 (**Festnetz**)

www.wandern-kultur.de

e-mail: GURKuhn@t-online.de

10. Etage

05., November, Wetteraukreis, Nidda (Ort), Kesselberg, Michelnau (Ort), Haißbach-Tal, Friedrichsberg, Ober-Schmitten (Ort), Platte, Ulfa (Ort), Ulfa-Tal, Kohden-Berg Ruine Alteburg, Nidda (Ort)
12., November, Wetteraukreis, Nidda (Ort),
03., Dezember, Spessart, , ca. 21 km,, ± xxx m, Gemünden/ Main, Ruine Scherenburg, Adelsberg, Wernfeld am Main, Staustufe Harrbach. Main-Querung, Mainufer, Main -Brücke, Gemünden/ Main
10., Dezember, Spessart, ca. 21 km, ± xxx m, Gemünden/ Main, Main-Querung, Burgruine Schönrain, Freitags-Mühle, Wiesenfeld, Massenbuch, Main-Querung, Gemünden/ Main
Sonntags-Wanderungen-Ende für 2023

▼ 2024 ++++++ 22. Wanderjahr ▼ ++++++ 2024 ▼

Januar, Rheinhessen, Flonheim, Galgen, Gindkopf, Heimersheim, Alzey Nordost, Nordwest, Feldgewann Kirschg., Fl. Januar, Rheinhessen, Flonheim > Galgen, Gindkopf, Metzental, Alzey Südost, Weinheim, Weißes Häuschen, Flonhei.
Februar, Nördlicher Odenwald, ca. 25 km, Reinheim, Groß-Bieberau, Steinbrüche, Nieder-Beerbach, Burg Falkenstein, Reinheim.
Februar, Nördlicher Odenwald, ca. 25 km, Reinheim, Groß-Zimmern, Ober-Ramstadt, Reinheim
März, Weinstraße/ Pfälzerwald, ca. 25 km, Wachenheim, Wachenheimer Tal, Stabenberg, Ruppertsberg, Deidesheim, Wachenheim.
März, Weinstraße/ Pfälzerwald, ca. 25 km, Wachenheim,
April, Oberes Mittelrheintal, ca. 17,5 km, +/- 508 m, Urbar, Rheintal, Oberwesel, Niederberg, Spitzenstein-Berg, Kellerlochtal, Gründelbach, Sankt Goar, Rheintal, Urbar (Achtung: Lokal schließt 18 Uhr!)
April Oberes Mittelrheintal (West+Nord), ca. 22 km, +/- 632 m, Urbar, Sankt Goarer Stadtwald, Gundelbachtal, Boxbergerhof, Forsthaus Brandswald (KD), Werlau, Sankt Goar, Biebernheim, Urbar (Achtung: Lokal schließt 18 Uhr!)
Mai, Vordertaunus und Hochtaunus, ca. x km, ca. ± x00 m, 8.00 Uhr Start: Eschborn, Niederhönstadt, Westerbach, Schönberg, Weiße Mauer, Altkönig, Kronberg, Kronthaler Tal, Limesstadt-Ost, Schwalbach, Arboretum, Eschborn
Beide Mai-Wanderungen sind Vorbereitung für die Mehrtagestour.

Mai, Vordertaunus und Hochtaunus, ca. x km, ca. ± x00 m, 8.00 Uhr Start: Eschborn, Steinbach, Hohe Mark, Panoramaweg, Sandplacken, Großer Feldberg, Fuchstanz, Bürgel-Platte, Schönberg, Westerbach-Tal, Niederhönstadt, Eschb.

Mehrtagestour-Teilnahme im Mai-Juni: Gesund! Trainingsvorschlag: Teilnahme an den Sonntagstouren. Rucksackgewicht steigern, im März auf 4 kg (April 6 kg) + 1 Liter Flüssigkeit. Oder vergleichbares Training oder unter 55 Jahren.

Mai/ Juni, D-Tour West 17 Tage wandern, zusätzlich An- und Abreise. > Aachen > Heinsberg > Brüggem > Venlo > Kevelaer > Kleve > Bocholt > Gronau > Nordhorn > Haren > Papenburg > Leer > Aurich > Nordsee.

Juli, Hintertaunus Ost, Langgöns, ca. 25,5 km, (Süd, West), Kirch-Göns, Vollnkirchen, Weidenhausen, Langgöns
Juli, Hintertaunus Ost, Langgöns, ca. 25,5 km, (Nord, West), Mühlberg, Großen-Linden, Sturzkopf, Rechtenb., Langg.
August, Weinstraße/ Zellertal, ca. 24,5 km, +/- 443 m, Wachenheim/ Pfrimm, (>Süd), Kahlenberg, Lautersheim, Quirnheim, Mertesheim, Sieghof, Grünstadt, Obrigheim-Albshiem, Kindenheim, Wachenheim/ Pfrimm
August, Weinstraße/ Zellertal, ca. 24,5 km, +/- xxx m, Wachenheim/ Pfrimm, (>Ost), Pfrimm-Tal, Worms, Wachenheim
September, Rheingau; ca. 25 km, WI-Schierstein (Hafen), (>Nord), Rheinaue, Martinthal, Rauenthal, Georgen., Frauenstein, WI- Schierstein Hafen
September, Rheingau; ca. 25 km, WI-Schierstein (Hafen), um Wiesbaden, Niederwalluf, Schlangenbad, WI- Schierstein Hafen
Oktober, Taunus, ca. 25 km, Oberjosbach. Schloßborn, Atzelberg, Fischbach, Eppstein, Vocken., Oberjosbach.
Oktober, Taunus, ca. 25 km, Oberjosbach, Salzlack-Wald, Wildsachsen, Judenkopf, Eppstein, Hof Häusel, Oberjosbach.
November, Westerwald, Willingen-Fuchskaute, Willingen-Fuchskaute, Willingen, Bretthausen, Salzburger Kopf, Lippe, Lipper Höhe, Flughafen Siegerland, Liebenseid, Drei-Länder-Eck, Hainberg, Fuchskaute
November, Westerwald, Willingen-Fuchskaute, Möhrendorf, Nister, Warth, Segelflugplatz, Nisterau, Bad Marienberg, Lautzenbrücken, Nisterberg, Backofen, Bretthausen, Fuchskaute.
Dezember, Taunus, WI-Auringen, ca. 22 km, N.-Erbesenacker, Kellerskopf, Platte, Rassel, Niedernhausen, Auringen.
Dezember, Taunus, WI-Auringen, ca. 22 km, Wildsachsen, Lorsbach, Kelkheim-Münster, Eppstein, Judenkopf, Seyenberg, Medenbach, Auringen.

▼ 2025 ++++++ 23. Wanderjahr ▼ ++++++ 2025 ▼

Jan. Taunus, Matzenmühle, Schmandkopf, Roterberg, Obergladbach, Ernstbachtal, Katzenlei, Linsenborn, Matzenmühle
Januar, Taunus, Matzenmühle
Februar, Spessart, ca. 24 km, Bad Soden-Salmünster-Mernes, Jossa, Burgjoß, Wegscheide, Markberg, Mernes
Februar, Spessart, ca. 26 km, Mernes, Jossa-Tal-Nord, Eisenkopf, Tierpark, Golf, Alsberg, Klingbachtal, Mernes
März, Hoher Wester Wald, Bad Marienberg (Nord-Ost), ca. 22 km, Bahnhof, Basaltpark, Hedwigsturm, Nisterberg (Ort), Hof, Neustadt (WW), Großseifen, Bad Marienberg Bahnhof
März, Hoher Wester Wald, Bad Marienberg (Süd-West), ca. 24 km, Bahnhof, NisterTal, Höhn, Dreisbach (Ort), NisterTal, Bad Marienberg, Bahnhof

Fortsetzung nächstes Blatt, Seite 3

Planung, Organisation & Durchführung: Gerhard Kuhn	Berliner Straße 31-35	D-65 760 Eschborn
Telefon: 061 96 -96 75 460	www.wandern-kultur.de	e-mail: GURKuhn@t-online.de

April Nördlicher Odenwald, ca. 24,5 km, ± m, Gross-Bieberau Bf., Ruthsenmühle, Steinbruch, Fränkisch -Crumbach, Ruine Rodenstein, Fallender Bach, ND Wildweibchenstein, Freiheit, Rimdidim, Meßbach, Teich, Fischbachtal, Niedernh., Nördlicher Odenwald, Gross-Bieberau Bf., Klingerberg, Ueberau, Reinheim, Engelberg, Dörnbach-östlicher Waldrand, Röhrbach, Asbach, Rodau, Bocksmühle, Fischbach-Tal, Gross-Bieberau, Schuchmannsmühle, Fischbach-Pfad, B38, Bf.
Mai Pfälzerwald, ca. 25 km, Neustadt a. d. Weinstraße (NW), Hambacher Schloss, Kalmit, St. Martin, Weinstr. NW

Beide Mai-Wanderungen sind Vorbereitung für die Mehrtagestour.

Mai/ Juni, 17-tägige Mehrtagestour

Mai Pfälzerwald, ca. 25 km, **Neustadt** an der **Weinstraße** (NW), Lambrecht, Ruine Breitenstein, Totenkopf, NW
Juli, Mittlere Nahe, ca. 24 km, ± m, **Feilbingert**, **Lembergblick (Gastst.)**, Trombachschlucht, **Nahe** Staustufe, Niederhausen, **Nahe-Uferweg**, Oberhausen/ **Nahe**, Lemberg, **Hagenbach-Tal**, **Ruine Montfort**, Feilbingert, **Lembergblick**.
Juli, Mittlere Nahe, ca. 22 km, ± m, **Feilbingert**, **Lembergblick**, Hallgarten (ORT), Langer Stein, Hochstätten, **Lemberg**.
Aug., **Hintertaunus**, ca. 24 km, ± m, **Weilmünster** (Sportpark) [> West], **Weil-Tal**, Aulenhäuser, Weinbach, Fürtfurt, **Lahn-Tal**, Aumenau, Klein-Weinbach, Rohnstadt, Weilmünster (Sportpark).
Aug., **Hintertaunus**, ca. 24 km, ± m, **Weilmünster** (Sportpark) [> Nord], **WeilTal**, Ernsthausen, Laimbach, Bernbach, Hirschhausen, Freienfels, Weilmünster (Sportpark).
Sept., **Östliche-Eifel**, **Andernach/ Rhein** [> Nord + West], **Laacher See**, Andernach/ **Rhein**.
Sept., **Östliche-Eifel**, **Andernach/ Rhein** [> Süd + West], Andernach/ **Rhein**.
Oktober, **Eschborn** + Frankfurt/ Main > Osten, Felder, Niederusel, **Nidda** ▼, Rödelheim, Eschborn.
Oktober, **Eschborn** + Frankfurt, > Osten, Nidda ▲ Rödelheim, Hausen, **Nidda-Park**, **Nidda**, Felder, Eschborn.
November, **Aartal**, **Hahnstätten** > Norden, Schönborn, Lohrheim, **Aar**, Oberneisen, Heringen, **Aar**, Hahnstetten.
November, **Aartal**, **Hahnstätten** > Süden, Hohlenfels, Muderhausen, Berghausen, **Aar**, Hausen, Burg Schwalbach, Hahnst.
Dezember, **Vordertaunus**, **Eschborn**, Steinbach, **Oberursel**, Kronberg, Eschborn
Dezember, **Vordertaunus**, **Eschborn**, Schwalbach, Limesstadt, Mammolshain, **Königstein**, Altenhain, Bad Soden, Eschb.

▼ 2026 ++++++ 24. Wanderjahr ▼ ++++++ 2026 ▼

Januar, nördlicher Odenwald, **Groß-Umstadt**: > *Norden*. G-U, Ober-Forst (*Dieburg-Ost*), Hohe-Str., Richen, G-U.
Januar, nördlicher Odenwald, **Groß-Umstadt**: > *Süden*. G-U, Wiebelsbach, Zipfen, Lengfeld, NSG, (Semd), G-U.
Februar, nördlicher Odenwald, **Groß-Umstadt**: > *Osten*; G-U, Wald-Amorbach, Dorndiel, Groß-Umstadt.
Februar, nördlicher Odenwald, **Groß-Umstadt**: > *Westen*; G-U, Semd, Klein-Zimmern, Habitzheim, Groß-Umstadt.
März, **Lahn-Dill-Kreis**, ca. 22 km, **Bischoffen**, Bad Endbach, Siegbach-Eisenroth, Uebernthal, Bischoffen.
März, **Lahn-Dill-Kreis**, ca. 22 km, **Bischoffen**, Tringenstein, Tringensteiner Scheide, Oberscheld, Offenbach, Bischoffen.
April, **Naturpark Nassau**, ca. 22 km, **Hirschberg** Kirche, *West + Nord*; Altendiez Baggersee Lahn; Hambach, **Hirschberg**
April, **Naturpark Nassau**, ca. 22 km, **Hirschberg** Kirche, *Ost + Süd*, Isselbach, Gackenbach, **Hirschberg** Kirche.
Mai, **Vordertaunus** und **Hochtaunus**, ca. x km, ca. ± x00 m, **8.00 Uhr Start**: **Eschborn**, Niederhönstadt, **Westerbach**, Schönberg, Weiße Mauer, Altkönig, Kronberg, Kronthaler Tal, Limesstadt-Ost, Schwalbach, Arboretum, Eschborn

Beide Mai-Wanderungen sind Vorbereitung für die Mehrtagestour.

Mai, **Vordertaunus** und **Hocht.**, ca. x km, **8.00Uhr Start**: **Eschborn**, Steinbach, Hohe Mark, Panoramaweg, Sandplacken, Fuchstanz, Bürgel-Platte, Schönberg, **Westerbach**-Tal, Niederhönstadt, Eschborn
Juli, **Büdingen Wald**, **Wächtersbach** Bf. ca. 25,5 km, ± 473 m > *West-Nord-Ost*. Breitenborn (Ort), Basalt, Arnoldsberg,
Büdingen Wald, **Wächtersbach** Bf., ca. 22,5 km, ± 445 m, Wald, Neuwirtheim, Wirtheim, Kassel, **Kasselbach**Tal, Wald,
Hof Löwelsberg/ Christinenhof, Aufenau-West, Landstraßen, Wächtersbach Bf.
August, **Westerwald**, **Hahn am See**, ca. 18,5 km, ± 210 m, **Wald-See**, Ca
mping, Elbingen, Mähren, Westert, Guckheim, Weltersburg, Salz, Schloss Neurath, Bilkheim, Herschbach, Eisen,
Ehriehausen, **Hahn am See**.möm
September, **Vogelsberg-Süd**, **Steinau an der Straße**, ca. 21,5 km, ± 343, A66 *Schlüchtern-Süd*, **Steinebachtal**, diverse
NSG, Kressenbach, Ulmbach, Ost, Feld + Wald, Am Berg, Steinau an der Straße.
Wetterau, **Wöllstadt**, Assenheim, Nidda-Ufer, Ilbenstadt (Kloster), Wald, Okarben, Nidda-Ufer, Wöllstadt. = *flache Tour*
Wetterau, **Kloppenheim Bahnhof**, Karben, Wald, Büdesheim, Rendel, Golfplatz, Dortelweil, Karben = *flache Tour*.
Naturpark Nassau, Mohrenhof, Waldschmidtmühle, unteres Hasenbachtal, Niedertiefenbach
Naturpark Nassau, Mohrenhof, unteres Jammertal, Lahn, Attenhausen, Roth Mohrenhof
nördlicher Odenwald, ca. km, **Mömlingen** Schützenverein, diverse Wege, Grüner Punkt, Obernburg/Main, Mömlingen
nördlicher Odenwald, ca. km, **Mömlingen**, Schützenverein, Grüner Punkt, **Main**, Wörth, Mömlingen

Achtung **Dezember** und **Januar** ab ca. 16.30 Uhr dunkel!

Wanderhandy: 0162 - 45 30 181 nicht nur am Tag der Wanderung aktiv. Handy = Mobilphone

Planung, Organisation & Durchführung:	Gerhard Kuhn	Berliner Straße 31-35	D-65 760 Eschborn
Telefon: 061 96 -- 96 75 460 (Festnetz)	www.wandern-kultur.de	e-mail: GURKuhn@t-online.de	
10. Etage			