

NÜTZLICHES VORAB

Gebrauchsanweisung zum Buch	12
Das Tourtelegramm: Alles auf einen Blick	13
Ausrüstung & Co. beim Wandern	14
Checkliste Gehzeitenberechnung	15
Karte & GPS	16
Wandern mit Kindern	16
Verhalten bei Gewitter	17
Wandern und Umweltschutz	18
Info-Portale Wandern	19
Unterkunft in der Jugendherberge	19
<i>Waldbaden für Anfänger: Alle 5 Sinne schärfen</i>	20
Angebote der Deutschen Bahn	22
Bahn & Bus der Verkehrsverbünde	23

DAS TOPPING: DIE DREI SCHÖNSTEN WANDERWEGE

1 Tourtelegramm Guckalsee 20,3 km	26
Rund um die Wasserkuppe: Extratour Guckalsee	27
Route & Besonderheiten	27
<i>Das Biosphärenreservat Rhön und das Rote Moor</i>	31
Service-Adressen Rhön	32
2 Tourtelegramm Rheinstein: Kloster Eberbach – Oestrich-Winkel 14,5 km	36
Rheinstein: Dort, wo er am schönsten ist	37
Route & Besonderheiten	37
<i>Klimakrise im Wald</i>	42
Service-Adressen Rheinstein	43
3 Tourtelegramm Urwaldsteig: Etappe Knorrelchenstieg 12,1 km	46
Urwaldsteig Edersee: Einem Naturwunder auf der Spur	47
Route & Besonderheiten	48
Service-Adressen Edersee	51

MÄRCHENHAFTER NORDEN: DIE SCHÖNEN IM NORDEN

4 Tourtelegramm Märchenlandweg Reinhardswald	
Etappe 26: Bad Karlshafen – Sababurg 16,2 km	56
Märchenlandweg Reinhardswald: Barocke Wege durch	
Dornröschens Heimat	57
<i>Ein schlechter Verlierer: Graf Reinhard</i>	58
Route & Besonderheiten	59
<i>Der Reinhardswald: Ein Geheimtipp für den sanften Tourismus</i>	63
Service-Adressen Reinhardswald	64
5 Tourtelegramm P1 Hoher Meißner 13,4 km	68
P1 Hoher Meißner: Wo Frau Holle ihre Gaben ausschüttet	69
Route & Besonderheiten	70
<i>Frau Holles Wohnsitz: Hoher Meißner</i>	72
Service-Adressen Geo-Park Frau-Holle-Land	74
6 Tourtelegramm P4 Hessische Schweiz 15,5 km	78
P4 Hessische Schweiz: Von Traumblick zu Traumblick	79
Route & Besonderheiten	81
<i>Fluchtwege über die Gobert</i>	82
<i>Die Salzfrau und das „Weiße Gold“</i>	85
Service-Adressen Hessische Schweiz	85
7 Tourtelegramm Extratour Christenberg 16 km.....	88
Extratour Christenberg: Durch den Zauberwald	89
Route & Besonderheiten	89
Service-Adressen Burgwald	94
8 Tourtelegramm Lochbachpfad 8,2 km	96
Lochbachpfad und Lochbachklamm: Zwei Knüller im Wald	97
Route & Besonderheiten	98
<i>Blühende Landschaften</i>	101
Service-Adressen Knüll	102

AUSSICHTSREICHE MITTE: HOHE WEGE UND WEITE BLICKE

9 Tourtelegramm Hohe Straße 13,9 km	106
Extratour Hohe Straße: Auf altem Handelsweg durchs Lahn-Dill-Bergland	107
Route & Besonderheiten	108
<i>Eine Fernhandelsstraße im Naturpark? Die Hohe Straße</i>	111
Service-Adressen Lahn-Dill-Bergland	112
10 Tourtelegramm Schächerbachtour 9 km	114
Schächerbachtour: Wo Räuber und Jungfrauen versunken sind	115
Route & Besonderheiten	115
<i>Straßenräuberlied</i>	119
Service-Adressen Vogelsberg (West)	120
11 Tourtelegramm Westerwaldsteig: Etappe Herborn – Breitscheid 15,5 km ...	122
Westerwaldsteig: Rauhe Schale, grüner Kern	123
Route & Besonderheiten	125
Service-Adressen Westerwald Herborn	128
12 Tourtelegramm Hugenottenpfad 18,4 km	132
Historischer Hugenottenweg: Vollä, la nature!	133
Route & Besonderheiten	135
Service-Adressen Westerwald Hugenottenpfad	139
13 Tourtelegramm Lauterbach 15,4 km	142
Bachtour Lauterbach: Viele Bäche, ganz leise	143
Route & Besonderheiten	144
<i>In Lauterbach hab' ich mein' Strumpf verlor'n</i>	147
Service-Adressen Vogelsberg (Nord)	148
14 Tourtelegramm Gipfeltour 13,2 km	150
Gipfeltour Schotten: Rund um den Hoherodskopf	151
Route & Besonderheiten	152
<i>Heckenökologie</i>	154
Service-Adressen Vogelsberg Hoherodskopf	156

SONNIGER SÜDEN: VOM RHEINGAU BIS ZUM ODENWALD

15 Tourtelegramm Wispertalsteig 15,5 km	162
Wispertalsteig: Wo Bäche und Bäume wispern	163
Route & Besonderheiten	164
<i>Von Glattrnasen und Mausohren: Fledermäuse</i>	166
Service-Adressen Rheingau-Taunus	168
 16 Tourtelegramm Flötenweg 10,5 km	 170
Flötenweg: Die Anti-Durststrecke im Rheingau	171
Route & Besonderheiten	173
<i>Schloss Johannisberg & der Riesling</i>	177
Service-Adressen Rheingau	178
 17 Tourtelegramm Weiltalweg: Etappe Rotes Kreuz – Altweilnau 18 km	 180
Weiltalweg: Wart' ein Weilchen!	181
Route & Besonderheiten	183
<i>Römerkastell Kleiner Feldberg</i>	185
Service-Adressen Taunus	186
 18 Tourtelegramm 7-Hügel-Steig 13,1 km	 190
Sieben-Hügel-Steig: Zwischen Bergstraße und Odenwald	191
Route & Besonderheiten	193
<i>Buchstäblich: Die Buche</i>	198
Service-Adressen Darmstadt	199
 19 Tourtelegramm Nibelungensteig: Etappe Hesseneck – Hetzbach 15,5 km ...	 202
Nibelungensteig: Urlaub im Odenwald	203
<i>Das Lied der Nibelungen</i>	205
Route & Besonderheiten	205
<i>Eine Eisenbahn für den Odenwald: Krähhertunnel & Himbächel-Viadukt</i>	209
Service-Adressen Odenwald	210

ANHANG