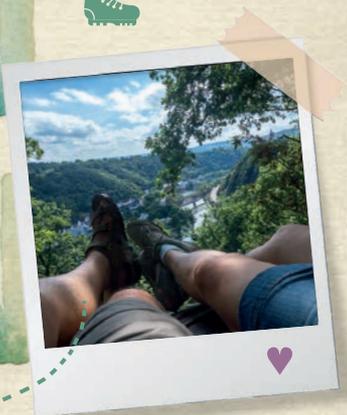


Jörg Thamer

WAN  
DERN  
FÜR DIE  
SEELE





Jörg Thamer

# Lahntal

Wandern für die Seele

20 Wohlfühlwege

Droste Verlag



# ALLE WANDERUNGEN AUF EINEN BLICK



## **TOUR 1: IDYLLISCHE QUELLEN**

7

Wo Lahn, Sieg und Ilm entspringen

13 km | 395 Hm | 4 Std. | Rundweg



## **TOUR 2: IM AUENLAND**

17

Durch die Lahnaue bei Dutenhofen

10 km | 60 Hm | 3 Std. | Rundweg



## **TOUR 3: RILKES SPUREN**

27

Berg und Tal bei Salzböden

10 km | 191 Hm | 3 Std. | Rundweg



## **TOUR 4: LAHN HAUTNAH**

35

Zwischen Aumenau und Fürfurt

9 km | 254 Hm | 3 Std. | Rundweg



## **TOUR 5: GIPFELSTÜRMER**

43

Der Entenberg bei Bad Laasphe

9 km | 351 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 6: NASSAUER AUSSICHTEN**

51

Zur Hohen Lay bei Nassau

7 km | 257 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 7: HOCHGEFÜHL**

59

Auf der Kemmenauer Sonnenterrasse

11,6 km | 601 Hm | 4 Std. | Rundweg



## **TOUR 8: GANZ OBEN**

69

Rimberg und Wichtelhäuser Steine

16,7 km | 525 Hm | 5 Std. | Rundweg



## **TOUR 9: WEINBERGSFREUDEN**

79

Durch die Weinberge bei Obernhof

10,7 km | 572 Hm | 4,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 10: FÜR GENIESSER**

91

In und um Marburg

11 km | 433 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



### **TOUR 11: ES WAR EINMAL**

Von Braunfels nach Bonbaden

13,3 km | 337 Hm | 3,5 Std. | Rundweg

103



### **TOUR 12: SOPHIES BURG**

Zum Frauenberg bei Cappel

14 km | 344 Hm | 4 Std. | Rundweg

113



### **TOUR 13: GOETHES SPAZIERWEG**

Wetzlar und Garbenheim

7 km | 209 Hm | 2,5 Std. | Rundweg

123



### **TOUR 14: KLOSTERGEIST**

Brunnenburg und Kloster Arnstein

15,5 km | 471 Hm | 4,5 Std. | Rundweg

131



### **TOUR 15: BURGENBLICK**

Schaumburg und Burg Balduinstein

6 km | 330 Hm | 2,5 Std. | Rundweg

139



### **TOUR 16: ALTE GEMÄUER**

Burgruinen Gleiberg und Vetzberg

6,3 km | 186 Hm | 2,5 Std. | Rundweg

147



### **TOUR 17: STEILE HÄNGE**

Zwischen Runkel und Villmar

9,7 km | 224 Hm | 3,5 Std. | Rundweg

155



### **TOUR 18: BAROCKE WÄSSER**

Rund ums Weilburger Wasser

9 km | 258 Hm | 3 Std. | Rundweg

165



### **TOUR 19: VITAL UND AKTIV**

Erfrischendes bei Kombach

9,6 km | 246 Hm | 3 Std. | Rundweg

175



### **TOUR 20: CONFLUENTIA**

Lahn­mündung und Rupperts­klamm

14 km | 424 Hm | 4 Std. | Rundweg

183

## Lahntal bei Nassau



# Liebe Wanderfreundin, lieber Wanderfreund,

unsere Welt wird immer hektischer und es tut der Seele gut, sich ab und an kleine Auszeiten zu gönnen. Ich möchte Sie inspirieren, dies an einem der beliebtesten deutschen Freizeitflüsse zu tun: an der Lahn!

Fröhlich glucksend entspringt sie in einem grün schimmernden Teich im Rothaargebirge. Das junge Bächlein Lahn durchfließt verwunschene Wälder und grüne Wiesen im oberen Lahntal. Der heranwachsende Fluss genießt die weiten Auenlandschaften Mittelhessens. Schließlich schlängelt sich die erwachsene Lahn, vorbei an steil aufragenden Felsen, durch die herrliche Mittelgebirgslandschaft von Taunus und Westerwald. Bei Lahnstein nimmt sie Vater Rhein in die Arme.

Die Lahn durchfließt herrlich unberührte Natur. Urige Fachwerkstädtchen, erhabene Schlösser und trutzige Burgen begleiten sie. Freundliche Beherbergungsbetriebe und gemütliche Einkehrmöglichkeiten verwöhnen nicht nur den Leib, sondern streicheln auch die Seele.

Begleiten Sie die Lahn und lassen Sie sich von ihrer Schönheit begeistern. Genießen Sie den Moment und sammeln Sie beim Wandern im Lahntal frische Kraft für den Alltag. Besinnung auf das Wesentliche, Auszeiten und die richtige Erdung – das wünsche ich Ihnen mit diesem Wanderführer.

Viel Spaß und großartige Erlebnisse beim Wandern im Lahntal!

Jörg Thamer 



**NATUR-INFO**



**KULTUR-INFO**



**TOUREN-/EVENT-INFO**



**GENUSS-INFO**

- 
- 13 Kilometer
  - 395 Höhenmeter
  - 4 Stunden
  - Rundweg

## Die noch junge Lahn

# Idyllische Quellen

## Wo Lahn, Sieg und Ilm entspringen



Wir starten unsere Wanderung zu den idyllischen Quellen von Lahn, Sieg und Ilm am Wanderparkplatz, der direkt hinter dem **Jagdhof Glashütte ①** zu finden ist. Die kleine Siedlung Glashütte gehört zu Volkholz und liegt im Wittgensteiner Bergland. Vom Wanderparkplatz aus folgen wir den Wegmarkierungen des lokalen **Wanderweges A2** (weiß auf schwarzem Grund) und des **Zugangsweges des Rothaarsteiges** (liegendes schwarzes R auf gelbem Grund). Diese führen uns zunächst einige Meter geradeaus. Dann wenden wir uns nach links und schlendern durch eine kleine Talsenke, die der quirlige **Großenbach** durchfließt. Die beiden gut ausgeschilderten Wanderwege beschreiben danach eine Rechtskurve. Den in der Kurve nach links abzweigenden Weg ignorieren wir. Dafür halten wir uns kurz darauf an der nächsten Wegegabelung links und ein breiter Waldweg nimmt uns ganz gemächlich mit hinauf.

Praktischerweise können wir uns weiter an den bekannten Wegemarkierungen orientieren, biegen weder rechts noch links ab und erreichen dann nach knapp 1,5 Kilometern den **Hexenplatz ②**. Hier erwartet uns nicht nur eine wunderbare Aussicht, sondern auch die nach dem langen Aufstieg willkommene Rastmöglichkeit. Ein etwas unscheinbarer **Gedenkstein** erinnert an die gruselige Zeit der Hexenverfolgung.

Am Hexenplatz halten wir uns rechts, lassen ein Privatgrundstück rechts liegen und erreichen dann den **Aufmarschplatz der Kavallerie ③**. Vermutlich im



*Der Überlieferung nach wurden im Mittelalter am **Hexenplatz** rothaarige Jungfrauen gefoltert, um sie dazu zu bewegen, von ihrer angeblichen Hexerei abzuschwören. Gut, dass diese Zeiten inzwischen vorbei sind und der Platz seinen Schrecken verloren hat.*

## Aussicht vom Hexenplatz



Jahr 1568 marschierte die Kavallerie Wilhelms I. v. Oranien-Nassau zur Schlacht von Heiligerlee an dieser Stelle auf. Wir bestaunen nicht nur die entsprechende Gedenktafel, sondern auch zahlreiche Wegweiser zu Orten in Nah und Fern.

Keine Sorge. Das laut Wegweiser 295 Kilometer von hier entfernte Wilhelmshaven ist keineswegs unser heutiges Wanderziel. Aber die Siegquelle ist schon ganz nah. Wir wandern auf dem geschotterten Weg weiter und lassen die Ortschaft **Großenbach** rechts liegen. Nach knapp 600 Metern und weiteren herzerfrischenden Ausblicken erreichen wir die Großenbacher Straße und damit auch den **Rothaarsteig-Hauptweg**

(liegendes weißes R auf rotem Grund). Um im **Landgasthof zur Siegquelle** ④ einzukehren, verlassen wir hier unseren Wanderweg und nehmen den wenige Schritte langen Abstecher nach rechts gerne in Kauf.

Bei unserer Einkehr haben wir frische Kraft gesammelt und kehren zur Wegekreuzung zurück. Kurz dahinter führt uns der Rothaarsteig auf einem





## Für die Seele

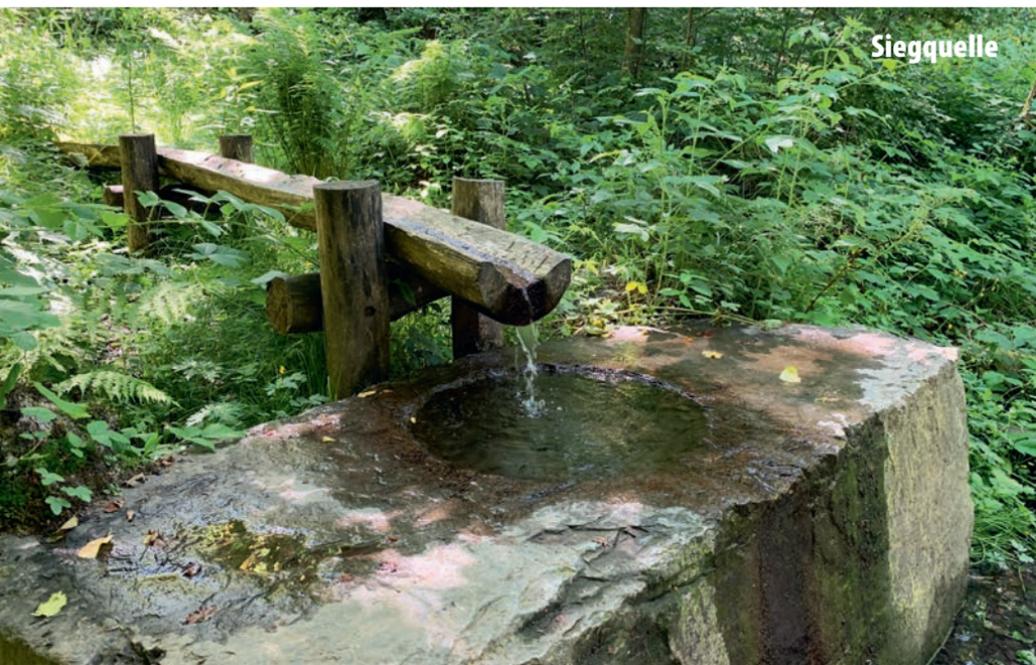
Wir wandern hinauf zu idyllisch gelegenen Quellen, aus denen das Wasser erfrischend plätschert – und das junge Bächlein Lahn führt uns wieder ins Tal hinunter.

schmalen Pfad links in den Wald hinein. Auf diesem Pfad gelangen wir kurze Zeit später zur **Siegquelle 5**. Was für eine willkommene Erfrischung! Über eine Holzleitung fließt hier das Wasser in einen großen Steinquader, von wo aus die noch spärlich fließende Sieg ihren Weg fortsetzt. Beflügelt wandern wir über einen Holzsteg weiter und überqueren die Landstraße, die unter dem Namen **Eisenstraße** bekannt ist. Bis ins Hochmittelalter wurde auf dieser Straße der Eisenhandel abgewickelt.

Auf der anderen Seite der Straße tauchen wir in einen Wohlfühlwald ein. Die Sonne wirft ihre Strahlen durch das herrlich grüne Blattwerk der Bäume. Wir



Die gut 155 Kilometer lange **Sieg** mündet zwischen Bonn und Niederkassel in den Rhein. Ihr Name hat wohl nichts mit dem „Siegen“ im Sinne von „gewinnen“ zu tun, sondern könnte vom indoeuropäischen „seik“ (rinnen, tröpfeln) stammen.



**Siegquelle**



## Aussicht in der Nähe der Ilmquelle

bleiben weiter auf dem Pfad des Rothaarsteiges und passieren eine einladende **Pausenhütte** an einem aufgelassenen Steinbruch. Den Weg säumen interessante wie lehrreiche Stationen eines **Walderlebnispfades**. Waldgitarre, Rindenfühler und Quellbrille laden uns zum Staunen, Fühlen und zur Achtsamkeit ein. Der gut ausgeschilderte Rothaarsteig nimmt uns nun auf die andere Seite der Eisenstraße mit. Dort bleiben wir aber nur für knapp 400 Meter.

Dann wechseln wir wieder auf die rechte Seite der Straße, wo die mit Steinen eingefasste **Ilmquelle 6** auf uns wartet. Die Ilm ist ein nur etwa 2 Kilometer langer Zufluss der Lahn und wir werden heute sogar noch sehen, wo sie sich mit unserem Wanderfluss Lahn vereint. An der Ilmquelle wandern wir links über eine Freifläche, bis wir an eine Bank kommen.

Hier mündet der Pfad in einen Weg, dem wir nach links folgen. Gelb leuchten die Ginsterbüsche am Wegesrand. Wie herrlich es hier duftet! Nach 400 Metern biegen wir vor der Straße rechts in Richtung **Lahnhof** ab. Ein uriger Pfad führt leicht bergab. An der nächsten Freifläche wandern wir nun links wieder aufwärts. Auf diesem Weg mit prächtigen Ausblicken bleiben wir für etwa 500 Meter.

## Wo Lahn, Sieg und Ilm entspringen



Am Ende der Freifläche, dort wo ein **Kilometerstein** des Rothaarsteiges steht, führt uns der Fernwanderweg auf einem asphaltierten Weg nach links. Kurze Zeit später überqueren wir wieder die uns schon bekannte Eisenstraße und biegen wenige Schritte später in den Pfad nach rechts ein. Auf diesem Pfad kommen wir nach kurzer Zeit zum **Lahnhof** und treffen dort erneut auf die wenig befahrene Straße.

Entlang dieser wandern wir nun bis zur **Lahnquelle 7**. Grün schimmert das Wasser des Quellteiches in der Sonne. Gemütliche Bänke laden uns zu einer Auszeit ein. Entschleunigung pur! Und da wir nicht nur dem Körper, sondern auch der Seele etwas Gutes tun möchten, gönnen wir uns noch eine schmackhafte Einkehr im **Forsthaus Lahnquelle 8**.

Nach unserer Pause setzen wir unsere Wanderung entlang der wenig befahrenen Straße fort. Wir passieren mit dem **Landgasthof Lahnhof** eine weitere Einkehrmöglichkeit und biegen später am **Knotenpunkt 25** nach links auf den Lahnradweg in Richtung Feudingen ab. Nach 750 Metern überqueren wir auf dem Schotterweg die noch ganz junge **Lahn**, die hier als kleines Bächlein durch ein grünes Tal mit saftigen



*Die Lahn durchfließt auf rund 245 Kilometer gleich drei Bundesländer. Von ihrer Quelle am Lahnhof in Nordrhein-Westfalen fließt sie einmal quer durch Hessen und erreicht dann in Rheinland-Pfalz den Rhein bei Lahnstein.*



**Lahnquelle**



Das „Bächlein“ Lahn



Wiesen plätschert. Wir begleiten sie ab hier ein gutes Stück talabwärts.

Nachdem wir gut 1,5 Kilometer bergab gewandert sind, stößt von rechts ein Weg zu uns. Wir aber gehen geradeaus weiter, sehen rechter Hand einen Teich und links eine Schutzhütte. An dieser Stelle begegnen wir nun auch dem Bächlein **Ilm** wieder, das hier seine kurze Reise beendet und in die Lahn mündet. Wir folgen der Beschilderung des nun asphaltierten Lahnradweges und durchqueren kurze Zeit später den kleinen beschaulichen Weiler **Welschengeheu 9**. Was für ein sperriger, langer Name für so einen winzigen Ort! Fast scheint in der, nach dem Lahnhof, ersten Siedlung an der Lahn die Zeit stehen geblieben zu sein. Nicht verwunderlich, denn Welschengeheu ist mit dem Auto nur auf der Kreisstraße 34 aus nördlicher Richtung zu erreichen und diese endet dann auch hier.

Hinter Welschengeheu biegen wir rechts auf den **Rundweg A7** ab und folgen diesem Richtung Glashütte. Wir überqueren die Lahn auf einer Brücke und halten





# Auszeittour 1

uns dann am Waldrand links. Auf diesem schattigen Waldweg mit Ausblicken bleiben wir nun für 1,5 Kilometer. Bei **Glashütte** zweigt der A7 auf einem Pfad schräg links hinunter in den malerischen Wiesengrund ab. Hier sind wir auch wieder auf dem Zugangsweg des Rothaarsteiges. Ein schmaler Pfad führt über den Wiesengrund und eine **Holzbrücke mit Pausenbank** verführt uns dazu, weitere Auszeitmomente an der noch sehr jungen Lahn zu genießen.

Und wir sind ja auch schon fast am Ziel. Wir schlendern nun hinüber zum **Jagdhof Glashütte** mit den Jagdstuben. Hinter dem Jagdhof halten wir uns links auf dem Zugangsweg Rothaarsteig und sind wieder am Wanderparkplatz.





Entspannung ★★★★★

Genuss ★★★★★

Romantik ★★★★★



## WIE & WANN:

Naturfade, Wald- und Wirtschaftswege. Beste Wanderzeit von April bis Oktober.

## HIN & WEG:

**Auto:** Wanderparkplatz Glashütte, Glashütter Straße hinter dem Hotel Jagdhof, 57334 Bad Laasphe (GPS: 50.92062, 8.27925)

**ÖPNV:** Bus A383 oder A383 bis Haltestelle Glashütte

## ESSEN & ENTSPANNEN:

**Jagdhof Glashütte** ① Glashütter Straße 20, 57334 Bad Laasphe, Tel. (0 27 54) 39 90, [www.jagdhof-glashuette.de](http://www.jagdhof-glashuette.de)

**Landgasthof zur Siegquelle** ④ Großenbacher Straße 2, 57334 Bad Laasphe, Tel. (0 27 54) 83 21, [www.landgasthof-zur-siegquelle.de](http://www.landgasthof-zur-siegquelle.de)

**Forsthaus Lahnquelle** ⑧ Lahnhof 1, 57250 Netphen, Tel. (0 27 37) 5 95 80, [www.forsthaus-lahnquelle.de](http://www.forsthaus-lahnquelle.de)

## ENTDECKEN & ERLEBEN:

Hexenplatz ②

Aufmarschplatz der Kavallerie ③

Siegquelle ⑤

Ilmquelle ⑥

Lahnquelle ⑦

Welschengeheu ⑨