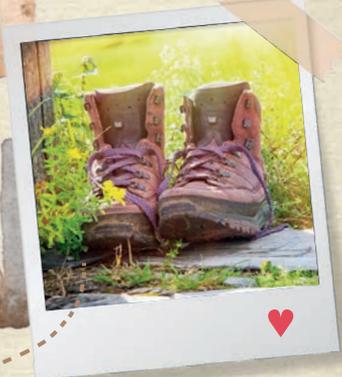


Karl-Georg Müller

WAN  
DERN  
FÜR DIE  
SEELE



Wohlfühlwege

Rheingau/Taunus

DROSTE



Karl-Georg Müller

# Rheingau / Taunus

Wandern für die Seele

20 Wohlfühlwege



Droste Verlag

# ALLE WANDERUNGEN AUF EINEN BLICK



## **TOUR 1: HÖRE AUF DEIN HERZ**

7

Der Herzweg des Friedens im Einrich

8,8 km | 161 Hm | 3 Std. | Rundweg



## **TOUR 2: RÖMISCHER RUNDWEG**

15

Beim Limeskastell

11,6 km | 124 Hm | 3 Std. | Rundweg



## **TOUR 3: GRÜNE OASE DER STILLE**

23

Im Palmbachtal

7,4 km | 156 Hm | 2 Std. | Rundweg



## **TOUR 4: SONNE SATT, NATUR PUR**

33

Auf dem Wispertalsteig

14,6 km | 478 Hm | 5 Std. | Rundweg



## **TOUR 5: WEIN UND WANDERN**

43

Der Historienweg bei Rüdesheim

15,3 km | 475 Hm | 5 Std. | Rundweg



## **TOUR 6: ROMANTISCHE RUINEN**

53

Im Usinger Land

15 km | 494 Hm | 4,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 7: DER STADTBERG**

63

Goldsteintal und Neroberg

13,2 km | 185 Hm | 4 Std. | Rundweg



## **TOUR 8: DREI-BURGEN-WEG**

71

Burgen bei Königstein und Kronberg

12,2 km | 329 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 9: DER TAUNUSGIPFEL**

79

Auf dem Großen Feldberg

12,7 km | 282 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 10: EIN TURM FÜRS HERZ**

89

Rund um die Saalburg

8,9 km | 279 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



### **TOUR 11: WILDKRÄUTERWEG**

97

Wilde Kräuter bei Assmannshausen

9,2 km | 389 Hm | 3 Std. | Rundweg



### **TOUR 12: VERLOCKENDE FRÜCHTE**

105

Die Rauenthaler Spange

8,5 km | 119 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



### **TOUR 13: GUT KIRSCHEN ESSEN**

115

Frauensteiner Kirschenfreuden

13,8 km | 264 Hm | 4 Std. | Rundweg



### **TOUR 14: FACHWERKIDYLL**

125

Rund um Idstein

14,3 km | 211 Hm | 4 Std. | Rundweg



### **TOUR 15: KLÖSTERLICHES LEBEN**

135

Auf dem Hildegard-Weg

6,9 km | 165 Hm | 2 Std. | Rundweg



### **TOUR 16: ES KLAPPERT DIE MÜHLE**

143

Besinnung im Elsterbachtal

11,9 km | 180 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



### **TOUR 17: AUF ZEITREISE**

153

Kloster Eberbach und Kiedrich

13,2 km | 313 Hm | 4 Std. | Rundweg



### **TOUR 18: TRAUMHAFTE TÄLER**

165

Vier-Täler-Tour bei Nassau

26 km | 551 Hm | 7,5 Std. | Rundweg



### **TOUR 19: IM SCHWEIZERTAL**

175

Täler und Felsen bei Frücht

12,7 km | 279 Hm | 4 Std. | Rundweg



### **TOUR 20: AM WISPERSEE**

185

Im Tal der kleinen Wisper

9,9 km | 106 Hm | 3 Std. | Rundweg

## Orientierungshilfe auf dem Wildkräuterweg



# Liebe Wanderfreunde und Auszeitsucher,

es gibt ein Leben jenseits der Hektik im Alltag. Dieses wollen Wanderer gerne auf eigenen Füßen „erlaufen“. Wir haben dafür 20 entspannende Touren im Rheingau und im Taunus zusammengestellt, bei denen die Seele mit auf Wanderschaft gehen kann.

„Die Höhe“, wie der Taunus jahrhundertlang genannt wurde, begeistert mit sanft geschwungenen Bergen im Norden und ist nur durch die Lahn begrenzt. Der Blick geht tief hinab ins Lahntal, durch eingekerbte Bachtäler nähern wir uns dem Fluss. Tiefer im Taunus begegnen uns die Römer, die vor 2000 Jahren rund um den Limeswall ihre Spuren hinterlassen haben. Ihnen folgen wir durch stille Wälder und auf den Großen Feldberg. Malerische Städte und Dörfer bereichern die Landschaft. Burgen künden von Rittern und Adligen, die im Mittelalter Fuß im Taunus und im Rheingau fassten. Und von Bergfrieden und Aussichtstürmen genießen wir famose Fernsichten. Im Wispertal locken stille Plätze und verschwiegene Gewässer.

Der Rheingau zeigt sich lebhafter. Doch auch hier, mitten im Reich des Rieslings, entdecken wir ruhige Wege und einsame Winkel. In drei Klöstern warten besinnliche Augenblicke. Ein Ozean an Weinbergen strömt sanft zum Rhein hin, und die Weinreben leuchten in tausend Grüntönen und duften, wenn die Trauben reif sind.

Das leibliche Wohl lassen wir nicht außer Acht. Die Einkehrtipps haben wir alle persönlich getestet. Besonders im Rheingau empfehlen wir, an sonnigen Tagen Plätze zu reservieren. Jeder Ort zeigt seinen ganz eigenen Charme. Doch allen ist gemeinsam: Sie fordern uns auf, unsere Seele baumeln zu lassen.

*Viel Freude beim Wandern für die Seele wünscht  
Ihr Karl-Georg Müller*



**NATUR-INFO**



**KULTUR-INFO**



**TOUREN-/EVENT-INFO**



**GENUSS-INFO**

- 8,8 Kilometer
- 161 Höhenmeter
- 3 Stunden
- Rundweg



# Höre auf dein Herz

## Der Herzweg des Friedens im Einrich



Unsere außergewöhnliche Wanderung starten wir bei der zweibogigen Brücke aus Bruch- und Backstein aus dem 19. Jahrhundert über den Dörsbach. Wir durchschreiten das mit Sägespänen ausgelegte **Herztor 1**, die erste Station auf dem Herzweg des Friedens. Wir folgen dem Herz als Markierungszeichen, das auf Holz oder Metall aufgetragen und weiß unterlegt ist, und entdecken dabei am Wegesrand 13 Stationen mit sogenannten Herz-Impulstafeln.

Rechts am Herztor baumelt ein Band, an dessen Ende symbolisch der eigene „Herzschlüssel“ schwingt. Auf der linken Seite sehen wir das Herz mit dem passenden Schloss zum Herzschlüssel. Sinnbildlich gehen wir also durch das Herztor ins Herzzinnere und sehen dabei am Holzgeländer unzählige Schlösser angebracht, mit denen wir den Zugang zu unserem Herzen aufschließen können.

Auf einem grasbewachsenen, weichen Weg geht es vorbei an grünen Feuchtwiesen mit leuchtend gelben Sumpfdotterblumen. Der Dörsbach trinkt die Talaue satt mit Feuchtigkeit.

Dann steigt der Weg sanft an, doch rechter Hand nimmt uns sofort Station 2 mit dem Thema „Glaube“ gefangen. Der Herzweg wird jeweils stimmig zur Jahreszeit dekoriert.

Hinauf zu einem Schotterweg trägt es uns, dort halten wir uns rechts. Wir wandern entlang von Hecken und Getreidefeldern und nähern uns bald Dörsdorf. Station 3 erwartet uns, „Grenzweg“ nennt sie sich, weil sie sich auf die Grenzen bezieht, auf die wir



## Auszeitour 1

in unserem Leben treffen und an denen wir uns entscheiden müssen.

Die nächste Station ist wie alle Plätze fantasievoll gestaltet und fordert uns durch rustikale Bänke zum längeren Verweilen auf. Dem Markierungszeichen Herz folgen wir vor den ersten Häusern Dörsdorfs auf einem Feldweg bergauf, flanieren bald auf weichem Wiesenweg an der **K57** entlang und überqueren sie an einer übersichtlichen Stelle.

„Gipfel“ nennt sich die nun folgende Station – wie passend, haben wir an diesem Platz doch wirklich die Anhöhe unterhalb des Galgenkopfs erklommen. Gut 600 Meter stromern wir nun eben weiter, links von uns ein umzäuntes Waldareal, rechter Hand dagegen der freie Blick über die Taunushöhen. Die Felder werden von den Rapsblüten goldgelb gesprenkelt.

Bei einer Rastbank wenden wir uns rechts den Berg hinunter. Zielstrebig wandern wir auf Dörsdorf zu, doch kurz bevor wir die ersten Häuser erreichen, gehen wir an einem **Tiergehege 2** mit vorwitzigen





## Für die Seele

Jede einzelne der 13 Stationen des Herzwegs streichelt die Seele.



Ziegen vorbei und entdecken mit „Die Versuchung“ eine weitere Station. Gleich dahinter halten wir uns rechts und schauen uns im **Kirchweg** den **Sauberborn 3** an. Die mit Steinen eingefasste Quelle besteht vermutlich seit dem 13. Jahrhundert.

Über die **Schulstraße** und, nachdem wir die **Hauptstraße** überquert haben, über **Am Ackerbach** verlassen wir Dörsbach, wenden uns im Tal an einer Rastbank nach rechts und steigen auf einem Wiesenweg zügig den Hang hinauf. Oben erwartet uns die Station „Der Zweifel“ an einem hübsch gelegenen Platz, der gut geeignet ist, sich dem Thema Angst oder Alleinsein gedanklich zu nähern.

Nur wenige Schritte weiter gelangen wir an einer kleinen Obstplantage vorbei zur **K 55**, gehen über den frisch gemähten Randweg keine 200 Meter an der Straße nach links und überqueren sie dann am höchsten Punkt unserer Rundwanderung bedacht-sam.

Nun geht es wieder bergab. Wir erreichen die zusammengefassten Stationen 8 und 9. Kirschbäume spenden uns Schatten, die Äste bekrönen den Rastplatz mit schönen Aussichten nach Berghausen und über den Einrich. Weil wir bis jetzt nicht gerastet haben, nutzen wir die kernigen Bänke und lassen uns von der Stille umarmen. Vielleicht schreiben wir auf ein Stück Papier eine Herzbotschaft und legen diese in den **Himmelsbriefkasten 4**.

Nun zieht der Weg erst am Waldrand entlang, später zwischen den Feldern. Einen Abzweig nach



## Auszeitour 1

links verpassen wir fast, steuern dann aber auf dem richtigen Weg auf einen einsam stehenden Apfelbaum zu. Von dort sind es nur noch wenige Schritte bis zur offen in der Landschaft platzierten nächsten Station mit einem aus Stroh geformten, großen Herz und bunten Bändern und der in eine Baumscheibe eingefügten „Herzinschrift“.

In einer Schleife wandern wir nahe beim Dörsbach zurück zu unserem Ausgangspunkt, queren dabei mit Umsicht die **Landstraße** und die **Bruchsteinbrücke** und finden uns beim Herztor wieder.

Doch noch ist unsere Herzenswanderung nicht zu Ende. Wir wenden uns zur **Bergstraße**, die bergan nach Berghausen führt, und gehen auf der anderen Seite auf einem Feldweg an Bäumen und Äckern entlang aufwärts.

Kurz vor Berghausen führt unser Weg an einer Gabelung nach links, zieht uns weiter durch die Felder. In einer Linkskurve entdecken wir, malerisch in einer baumbewachsenen Talsenke, die nächste Herzensstation. „Gottvertrauen“ lautet ihr Name.

Noch ein kurzes Stück nimmt uns der weiche Wiesenweg den Hügel aufwärts mit, unterbrochen nur von der vorletzten Station zum Motiv „Bewusstsein“. Wir wenden uns auf der Anhöhe in die **Hauptstraße** und spazieren in den Ort hinein.

Bei Hausnummer 9 a schließlich erwartet uns die 13. und letzte Station – die „Mitte“ –, die sich am Haus der Initiatorin findet. Angekommen in der Herzmitte, steht uns nach Voranmeldung der **Lichtraum 5** mit großer Lichtkerze und vielen kleinen Kerzen offen.

Von dieser letzten Station aus wandern wir die Hauptstraße weiter bis zum nächsten Abzweig: Ein schmaler Weg, der zwischen den Wohnhäusern aus Berghausen wegführt und uns nach einer kleinen Schleife zur **Bergstraße** leitet. Diese überqueren wir und legen auf der anderen Seite am Randstreifen die letzten Meter bis zum Parkplatz zurück. Unser Herz





# Auszeitour 1



*Im Berghof wird besonderer Wert auf Regionalität oder ausgesuchte Produkte gelegt – die Metzgerei für die Fleischprodukte liefert mit Herkunftsgarantie und steht für artgerechte Tierhaltung, und regional ansässige Kleingärtner und Bauern sorgen für frisches Gemüse. Der Kuchen schmeckt auf jeden Fall köstlich.*

ist übertoll nach dieser Wanderung, sodass wir nun an unser leibliches Wohl denken können, denn Essen und Trinken hält bekanntlich Leib und Seele zusammen. Das **Hotel Berghof 6** in Berghausen ist dafür bestens geeignet. Wir erreichen es entweder mit dem Auto, indem wir die Bergstraße bis hinter den Ortseingang hinauffahren. Oder wir sind, bevor wir in Berghausen den Abzweig von der Hauptstraße gewählt haben, dort einfach rund 100 Meter gradeaus weitergegangen.

Wir wählen einen Platz auf der Terrasse und entscheiden uns für einen leckeren Kuchen, der von der Bäckerei Zorn im benachbarten Katzenelnbogen stammt.



Entspannung ★★★★★

Genuss ★★★★★

Romantik ★★★★★



#### WIE & WANN:

Weiche Wiesenwege und landwirtschaftliche Wege, Straßen in den Ortschaften;  
beste Wanderzeit von April bis Oktober

#### HIN & WEG:

**Auto:** Parkplatz am Abzweig L 322 nach Berghausen, Bergstraße, 56368 Berghausen  
(GPS: 50.255623, 8.999255)

**ÖPNV:** Bus 203 von Katzenelnbogen Rheinstraße nach Berghausen Hauptstraße,  
Bus 580 von St. Goarshausen Bf. nach Katzenelnbogen Marktstraße

#### ESSEN & ENTSPANNEN:

**Hotel Berghof**  Bergstraße 3, 56368 Berghausen, Tel. (0 64 86) 9 12 10,  
[www.hotelberghof.de](http://www.hotelberghof.de)

#### ENTDECKEN & ERLEBEN:

Herztor  **1**

Tiergehege  **2**

Sauerborn  **3**

Himmelsbriefkasten  **4**

Lichtraum  **5** Herzweg des Friedens, Birgit Meyer, Hauptstraße 9 a,  
56368 Berghausen, Tel. (0 64 86) 91 93 05, [www.birgit-meyer.com](http://www.birgit-meyer.com)