

FORUM

DAS WOCHENMAGAZIN

52 SEITEN ZUM THEMA

WANDERN IM SAARLAND



Bewegung für jedermann

Die sechs schönsten Wandertouren unserer Region, dazu
Tipps zu Gesundheit, Literatur, Ausrüstung und vielem mehr

Berlin on Bike

Arrangement

Berlin on Bike

- 2 ÜN inkl. Frühstücksbuffet
- Fahrrad für 2 Tage
- Lunchpaket an 2 Tagen
- Überraschung auf dem Zimmer
- Stadtplan

**€ 199,00 für 2 Personen in
einer Juniorsuite**

**€ 179,00 für 2 Personen in
einem Standard-Doppelzimmer**

Reservierung unter Telefon 030 21914-0

Victor's
RESIDENZ-HOTEL
BERLIN
★★★★

Am Friedrichshain 17 · 10407 Berlin
www.victors.de · www.facebook.com/VictorsHotels

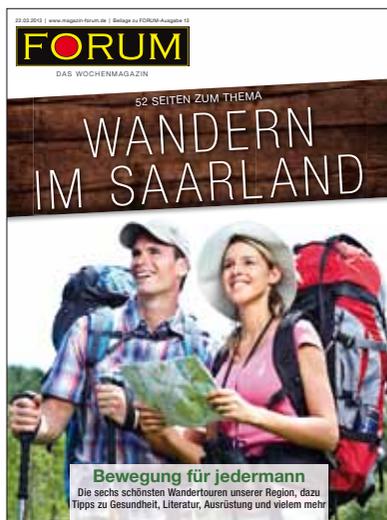


32 Die Litermont-Gipfel-Tour gehört zu den schönsten Wanderwegen Deutschlands

Titel

BEWEGUNG FÜR JEDERMANN

Deutschland gehört weltweit zu den schönsten Wandergebieten. Auch das Saarland ist gespickt mit Wanderwegen der Extraklasse. Körperlich Aktive leben etwa fünf Jahre länger als Inaktive und etwa acht Jahre länger frei von Krankheiten, sagt Prof. Dr. Thomas Wessinghage. Außerdem: Wandern macht glücklich. Was zählt mehr?



EIN PLÄDOYER FÜRS WANDERN

Die Deutschen könnten länger und vor allem gesünder leben, wenn sie sich mehr bewegen würden. Das sagt Professor Dr. Thomas Wessinghage und erklärt, wie Wandern dabei ganz entscheidend helfen kann. **4**

WANDER-LITERATUR

FORUM stellt acht Bücher zum Thema Wandern vor, die alle Lust auf Bewegung in der Natur machen. **8**

ALLE TOUREN IM ÜBERBLICK

Sechs Wandertouren beschreibt unser Autor Günter Schmitt in diesem Heft. Hier gibt's alle auf einen Blick. **10**

BLIESGAU-TAFELTOUR

Die Bliesgau-Tafeltour ist eine mittelschwere Wanderung, die eine gute Kondition erfordert. Dafür wird der Wanderer mit einer einzigartigen Landschaft belohnt. **12**

GEORGI-PANORAMA-WEG

Über sattgrüne Wiesen, weite Felder und offene Weiden führt der Georgi-Panorama-Weg. Auch seinen Namensgeber zieht es immer wieder auf diese Wanderroute. **18**

SCHAUINSLAND-WEG

Diese Strecke macht ihrem Namen alle Ehre. 13 teils spektakuläre Aussichtspunkte erwarten den Wanderer hier. **24**

BLIES-GRENZWEG

Diese Wanderung führt entlang der deutsch-französischen Grenze und bietet immer wieder fantastische Ausblicke auf die Vogesen. **28**

LITERMONT-GIPFEL-TOUR

Die Litermont-Gipfel-Tour ist eine ganz besondere Herausforderung und erinnert in manchen Teilen an eine alpine Gipfelbesteigung. **32**

ÜBER HIMMELSLEITER UND TEUFELSSCHLUCHT

Meinrad Maria Grewenig, Direktor des Weltkulturerbes Völklinger Hütte, schildert seine Tour-Eindrücke. **36**

HAHNENBACHTAL-TOUR

Diese Strecke wurde im vergangenen Jahr zum Wanderweg des Jahres gewählt und besticht auch durch kulturhistorische Höhepunkte. **40**

VON KOPF BIS FUSS AUF WANDERN EINGESTELLT

Wer richtig wandern möchte, braucht dafür die passende Ausrüstung. Wir erklären, wie diese aussieht und was sie in etwa kostet. **46**

ERLEBEN MIT ALLEN SINNEN

Günter Schmitt ist begeisterter Wanderer. Aus sehr persönlicher Sicht beschreibt er, was ihn so sehr daran begeistert. **50**

IMPRESSUM 50

Wandern im Frühling:
Das bedeutet vor allem
Wellness für die Seele
und den Körper.





Ein Plädoyer fürs Wandern

Wandern – gehört das nicht ins letzte Jahrhundert?

Wandervogelbewegung und deutsches Liedgut ist etwas für alte Leute. Dass **Klischees** nur selten der Realität entsprechen, davon ist FORUM-Autor Thomas Wessinghage besonders überzeugt.

Ein Gastbeitrag von **Thomas Wessinghage**

Zugegeben, es gibt Bevölkerungsgruppen in unserem Land, bei denen das Wandern nicht das allerhöchste Sozialprestige genießt. Und man sieht es ihnen an. Denn Bewegung – zumal sanft und ausdauernd – ist außer Mode gekommen. Keineswegs bei allen Menschen, aber doch bei so vielen von ihnen, dass die sitzende, bewegungsarme Lebensweise zum Paradigma der Gesellschaft des 21. Jahrhunderts geworden ist.

Deutschland nimmt zu. Nicht unbedingt an Bedeutung, aber auf jeden Fall an Gewicht seiner Bürger. Durchschnittlich um 500 Gramm legt der

Durchschnittsdeutsche zu – pro Jahr. Das macht das Wandern beschwerlicher. Verständlich, dass sich die durchschnittliche Gehstrecke zumindest im urbanen Umfeld mittlerweile auf 400 bis 700 Meter pro Tag reduziert hat.

Die Folgen sind unübersehbar. „Im Jahr 2009 waren insgesamt 51 Prozent der erwachsenen Bevölkerung in Deutschland übergewichtig, 60 Prozent der Männer und 43 Prozent der Frauen, wie das Statistische Bundesamt mitteilte.“ Diese Meldung war in der Zeitschrift „Stern“ am 2. Juni 2010 zu lesen. Diese Entwicklung hat zum Beispiel im Frühjahr 2012 die Fluggesellschaft Air Berlin

dazu veranlasst, die am Gang gelegenen Sitze ihrer Passagiermaschinen um jeweils sechs Zentimeter breiter zu machen.

Aber wir haben es nicht nur mit einer Veränderung der gängigen Körperformen zu tun. Bewegungsmangel führt zu Übergewicht und Übergewicht auf dem direkten Wege in die Krankheit. Diesen Weg legt man quasi automatisch zurück, während man noch auf dem Sofa sitzt. Je höher das Körpergewicht – zum Beispiel gemessen am BMI, also dem Body Mass Index –, desto höher das Risiko, Diabetiker zu werden. Die früher als Zuckerkrankheit bezeichnete Stoffwechseleränderung hat mittler-

weile mehr als zehn Millionen Deutsche zu chronisch Kranken gemacht. In der Regel sind neben dem Blutzucker auch der Blutdruck, das Cholesterin und natürlich das Körpergewicht zu hoch. Die Folgen sind dramatisch: Die Blutversorgung empfindlicher Gewebe sinkt, nach Jahren drohen Nierenversagen, Erblindung, Amputation. Und auch Herzinfarkt und Schlaganfall werden wahrscheinlicher.

Was hat das mit dem Wandern zu tun? Ganz einfach – mit mehr Bewegung könnten diese gesundheitlichen Gefahren verhindert werden. Durch regelmäßige Bewegung, zum Beispiel täglich eine Stunde Wandern oder auch Gehen und Walking, lässt sich das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen um 40 Prozent, von Diabetes mellitus Typ 2 sogar um bis zu 90 Prozent reduzieren. Kaum glaublich, aber wahr. Seit Walter Willett die Harvard School for Public Health leitete, wissen wir um diese Zahlen. Er und viele andere Wissenschaftler haben bewiesen, dass der Schlüssel zur Gesundheit vor allem in unserer Hand liegt. Nicht Arzt oder Apotheker, nicht Krankenkasse oder Pharmaindustrie – nein, wir selbst sind in erster Linie für unsere Gesundheit verantwortlich.

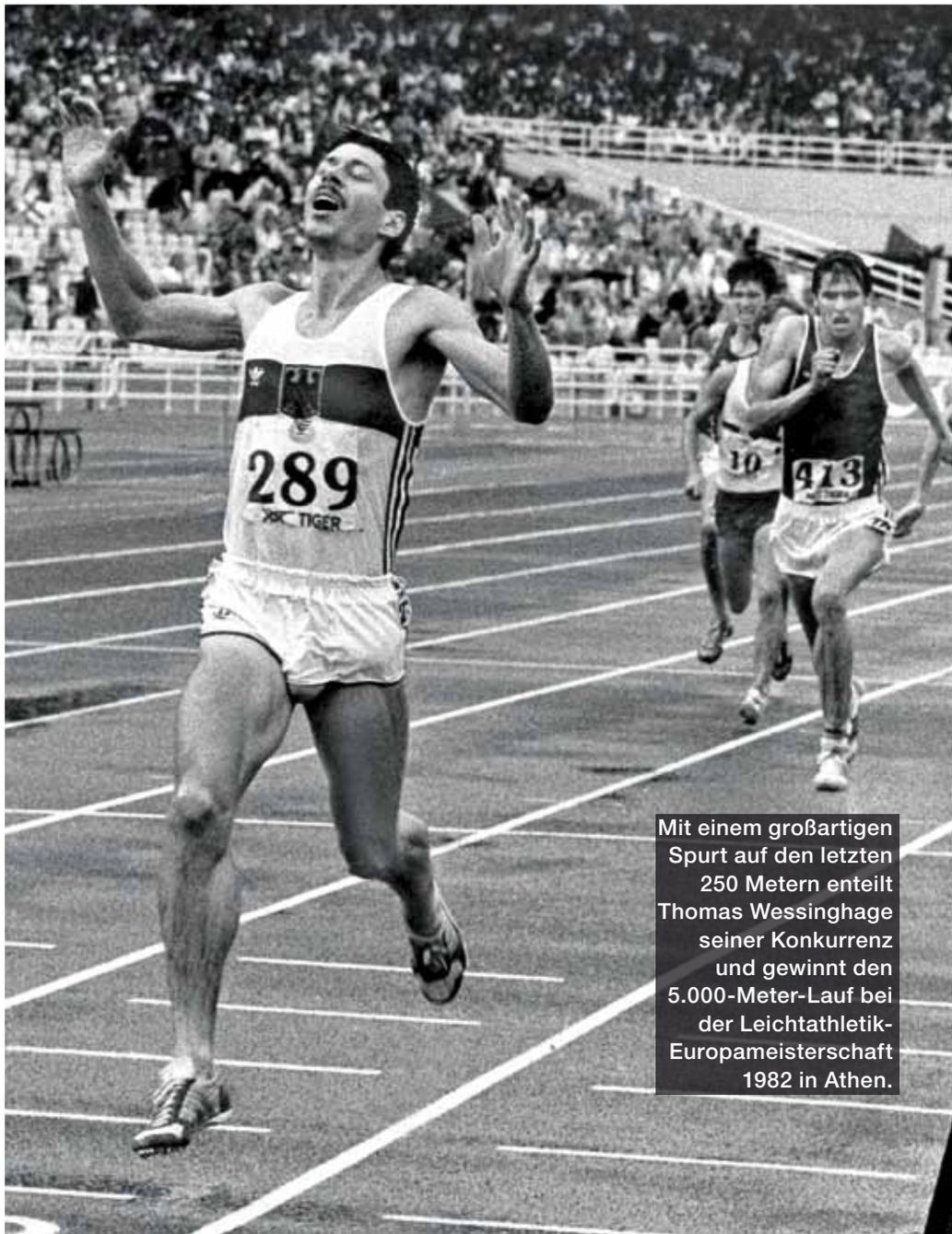
Walter Willett schätzt den Anteil des Lebensstils an der Entstehung des Diabetes mellitus auf 90 Prozent. Das bedeutet, dass neun von zehn Diabetikern ihre Krankheit selbst hätten verhindern können. In Deutschland demnach rund neun Millionen Menschen. Einfach durch einen etwas anderen Lebensstil. Weitere gesundheitliche Argumente für das Ge-

Wandern hält gesund

- Senkung des Risikos von Herzinfarkt und Schlaganfall um etwa 40 Prozent
- Senkung der Krebssterberate um etwa 25 Prozent
- Senkung des Alzheimer-Risikos um bis zu 50 Prozent
- Senkung des Risikos von Burn-out und Depressionen
- Senkung des Arthrosrisikos großer Gelenke



Auch heute geht Thomas Wessinghage in seiner Freizeit noch gerne seinem Hobby Laufen nach.



Mit einem großartigen Spurt auf den letzten 250 Metern enteilte Thomas Wessinghage seiner Konkurrenz und gewinnt den 5.000-Meter-Lauf bei der Leichtathletik-Europameisterschaft 1982 in Athen.

hen und damit das Wandern finden sich darüber hinaus in so großer Zahl und Qualität, dass deren Aufzählung den Umfang dieses Beitrags sprengen würde. In unserem Infokasten haben wir einige zusammengefasst. Doch diese Liste ist bei Weitem nicht vollständig.

Körperlich Aktive leben etwa fünf Jahre länger als Inaktive und etwa acht Jahre länger frei von Krankheiten. Und der moderne Lebensstil ist unser größter Feind dabei, oder? Im Prinzip ja, könnte man formulieren. Aber diese einfache Schlussfolgerung ist nicht ganz korrekt. Zwar verleitet uns dieser Lebensstil zu allerlei Handlungen, die unserer Gesundheit nicht zuträglich sind. Aber es lässt sich in unserer Gesellschaft gut und bequem leben, und man kann trotzdem gesund bleiben.

Ich habe mir beispielsweise zur Regel gemacht, einen Aufzug wirklich nur im Ausnahmefall zu benutzen. Vor einigen Monaten wurde ich am Check-in eines großen, noblen Hotels routinemäßig auf die nächst gelegenen Aufzüge hingewiesen. Daraufhin fragte ich, wo die Treppe sei, denn mein Zimmer befand sich nur im zweiten Stock. Man teilte mir freundlich mit, dass es keine Treppe gebe. Zwar sei vorschriftsmäßig, unter anderem aus Brandschutzgründen, eine Nottreppe vorhanden. Diese sei aber nur für die Benutzung im Notfall und dann nur abwärts von den Zimmern ins Foyer vorgesehen. Ich regte mich auf – natürlich ohne Konsequenz. Ich musste den Aufzug benutzen. Und die Mitarbeiter an der Rezeption vermuteten mit Sicherheit eine psychosomatische Störung (Klaustrophobie) bei mir.

Das mag ein Einzelfall sein. Aber wir stellen fest, dass das Zu-Fuß-Gehen ein ganz niedriges Sozialprestige hat. Daran sind wir alle schuld, da wir nicht dafür sorgen, dass das wieder anders wird. Auch ich war nicht konsequent genug. Würden Hunderte von Gästen nach der Treppe fragen und ein anderes Hotel wählen, weil keine Treppe zur Verfügung steht, würden die dafür nötigen baulichen oder vielleicht auch nur administrativen Veränderungen blitzschnell umgesetzt werden.

Selbstverständlich gibt es aber immer noch viele Menschen in unserem Land, die gern und reichlich gehen. Sicherlich mit regionalen Unterschieden. Während ich in Schleswig-Holstein lebte, begegneten mir außerhalb der zwei, drei Sommermonate immer erstaunlich wenige

In der Medical-Park-Klinik am Tegernsee ist Thomas Wessinghage als Ärztlicher Direktor tätig.



Spaziergänger, die sich am Strand den Wind um die Nase wehen lassen wollten. In Bayern trifft man mehr Wanderer, die bei mir zu interessanten Beobachtungen geführt haben. Je höher die Almhütte über dem Niveau des Parkplatzes gelegen ist – zum Beispiel im Tegernseer Tal

Deutschland ist eines der großartigsten Wanderländer

über Seeniveau –, desto geringer ist der BMI der Wanderer, die man trifft. Oder anders formuliert: Hoch oben trifft man nur schlanke Menschen.

Das ist schade, denn wer wandert, erlebt mehr und das zudem noch intensiver. Wie wunderbar ist es, Höhen zu erklimmen und von dort auf die tiefer gelegene Landschaft zu blicken. Fern von Zivilisationsgeräuschen, aber voller natürlicher Hörerlebnisse: das Pfeifen des Windes, Blätterrauschen, Vogelgezwitscher, Vogelschreie und vieles mehr. Oder sich im besten Konsumverhalten Speisen und Getränke zu gönnen, die man sich durch die Wanderung wirklich verdient hat.

Zugegeben, aller Anfang ist schwer, und wer jetzt beschließt, sich mehr zu bewegen, wird nicht gleich leichtfüßig auf die nächstgelegenen Berge seiner Umgebung schlendern können. Aber Sie werden sehr schnell merken, dass sich Ihr Körper anpasst, dass Ihnen Vieles leichter fällt und Sie sich wohler fühlen. So lange Sie das wichtigste Prinzip des

Einsteigers beherzigen: nicht überfordern! Setzen Sie sich gut erreichbare Ziele, beginnen Sie mit kleinen Schritten – bildlich gesprochen: einem Hügel – und heben Sie sich die großen Gipfel für später auf. Es macht unendlich viel Freude, die ansteigende Leistungsfähigkeit an sich zu spüren und den eigenen Aktionsradius nach und nach auszudehnen. Wenn Sie es so anstellen, werden Ihnen weder die Lust noch die Puste ausgehen.

Zum Glück ist Deutschland eines der großartigsten Wanderländer weltweit. Kaum anderswo findet sich ein so großes, weit verzweigtes Netz von Wanderwegen und eine so unglaubliche Vielzahl von Wanderzielen. Und wenn wir Österreich und die Schweiz hinzunehmen, reichen die Möglichkeiten gleich für mehrere Leben, ohne auch nur eine einzige Route zweimal begangen zu haben. ●



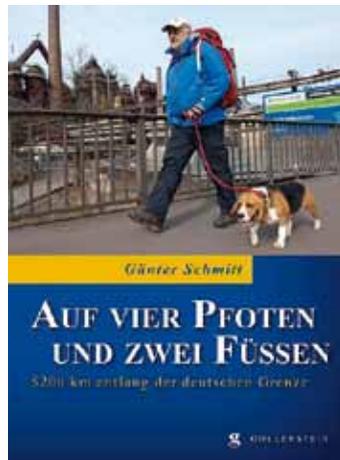
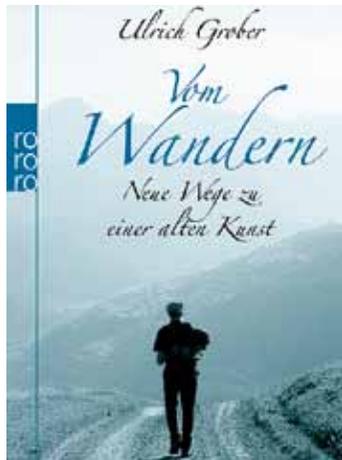
Der Autor Prof. Dr. Thomas Wessinghage (60, Foto) war über 20 Jahre Leichtathlet als Mittel- und Langstreckenläufer. 22 Mal wurde er deutscher Meister, nahm an zwei

Olympischen Spielen teil, war 1979 Weltcup Sieger über die 1.500-Meter-Strecke und wurde 1982 in Athen Europameister über 5.000 Meter. Von 1996 bis 2002 war er im Saarland Ärztlicher Direktor und Chefarzt der Rehablinik Saarschleife in Orscholz. Seit 2008 ist er Ärztlicher Direktor der drei Kliniken der Medical Park AG in Bad Wiessee am Tegernsee.

Ulrich Grober: Vom Wandern. Neue Wege zu einer alten Kunst.

Der Autor erzählt von seinen eigenen Wanderungen. Allein. Mit Kindern. Mit Freunden. Auf dem Kolonnenweg an der ehemaligen Grenze zur DDR oder am Rhein entlang. Über die Alpen. Auf Heideggers und Hesses Spuren. Er berichtet über das innere Echo eines nächtlichen Zikaden-gesangs, über den süßen Geruch von Heu, über die Anstrengungen einer winterlichen Schneeschuhpartie. Ulrich Grober schlägt den Bogen von Ötzi bis zu den Neonoma-den mit Laptop und Isomatte. Sein Buch – ein philosophisches Brevier: wir gewinnen wir unsere Zeitsouveränität zurück? Werden die nomadischen Fähigkeiten zu einer Schlüsselkompetenz des neuen Jahrtausends? Ein kluges Buch. Das Motto: „Ohne Schritte kein Fortschritt. Ohne Bewegung: Stillstand.“ ●

Rowohlt Taschenbuch Verlag. Reinbeck bei Hamburg, 2011. 416 Seiten. ISBN 978-3-499-62685-2. Preis 9,99 Euro.



Günter Schmitt: Auf vier Pfoten und zwei Füßen.

Am 20. März 2010 macht sich der saarländische Journalist Günter Schmitt auf zum Abenteuer seines Lebens: Zu Fuß will er rund um Deutschland laufen, entlang der Grenze, ohne Unterbrechung, nur begleitet von Beagle-Hündin Emma. Vom Saarland führt der Weg an den Grenzen zu Frankreich, Luxemburg, Belgien und den Niederlanden entlang. Die Küsten an Nord- und Ostsee erwandert er ebenso wie die deutsch-dänische Grenze. An-

schließend ist er an den Grenzen zu Polen, Tschechien und Österreich unterwegs. Von dort folgen Günter Schmitt und Emma der Grenze entlang des Bodensees und der Schweizer Grenze und weiter entlang der Grenze zu Frankreich zurück ins Saarland. Acht Monate waren Herr und Hund unterwegs und haben dabei 5.200 Kilometer zurückgelegt. Dabei war der Autor stets begleitet von der Grundidee, den Begriffen „Heimat“ und „Grenze“ nachzuspüren: in sich selbst und den Menschen, denen er begegnete. ●

Gollenstein Verlag. Merzig, 2010. 384 Seiten. ISBN 978-3-86390-003-8. Preis 16,90 Euro.

WANDER-LITERATUR

Anne Butterfield: Ich bin da noch mal hin. Mit Gott und Hape auf dem Jakobsweg.

Der Weg ist wichtiger als das Ziel. Dieser grundlegenden Wahrheit des Camino spürt Anne Butterfield 2010 ein zweites Mal nach. Neun Jahre zuvor ist die kleine, zierliche Engländerin den Jakobsweg schon einmal gegangen – damals an der Seite von Hape Kerkeling. Doch die Erinnerungen beginnen zu verblassen, und sie beschließt, mit dem Fahrrad zurückzukehren. Allerdings erweist sich das Fahrrad schon bei der Überquerung der Pyrenäen nicht als Erleichterung. Die quirlige Pilgerin muss eine folgenschwere Entscheidung treffen. So wird der Weg nach Santiago de Compostela erneut zur harten Prüfung. Egal ob beim Kampf um die richtige Ausrüstung, beim Aushalten körperlicher Strapazen oder in übervollen Herbergen, sie muss über ihre eigenen Grenzen hinauswachsen. ●

Piper Verlag. München, 2012. 360 Seiten. ISBN 978-3-89029-411-7. Preis 19,99 Euro.

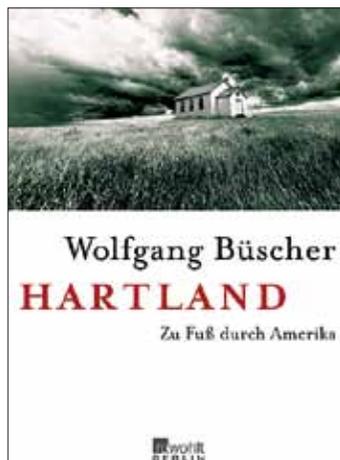


Wolfgang Büscher: Hartland. Zu Fuß durch Amerika.

Zu Fuß in das Herz Amerikas, drei Monate, 3.500 Kilometer von Nord nach Süd, ein spannendes Abenteuer. Wolfgang Büscher lässt sich durch die schneebedeckte Prärie Norddakotas treiben, entdeckt den verlassenen Ort Hartland, der einst Heartland hieß, und freundet sich in den Great Plains mit einem rätselhaften indianischen Cowboy an. Dann folgt er der Route 77 vom Missouri bis zum Rio Grande. Bob Dylan nannte diese historische Straße einmal das eigentliche Herz Amerikas.

In Kansas muss Büscher mit gespreizten Armen und Beinen am Wagen des Sheriffs stehen, auf offener Landstraße, er schläft in gespenstischen Motels und viktorianischen Herrenhäusern und flieht aus einem Nachtasyl. Dann Texas, Ranches, so groß wie kleine Staaten, die Sonne brennt erbarmungslos. Büscher lässt sich weitertreiben, immer weiter nach Süden, durch die Desierto de los Muertos, bis er schließlich über den Rio Bravo in Mexiko ankommt. ●

Rowohlt. Berlin, 2011. 304 Seiten. ISBN 978-3-87134-685-9. Preis 19,95 Euro.



Rudolf Wötzel: Über die Berge zu mir selbst.

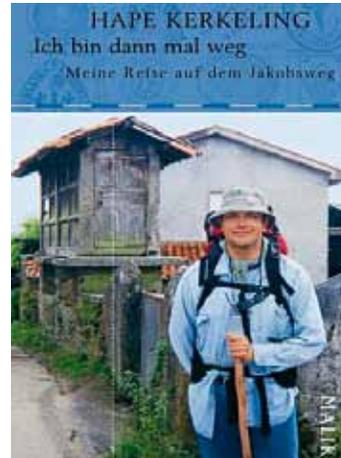
Eine packende Geschichte einer radikalen Neuorientierung – vom Abenteuer, alles hinter sich zu lassen und ein neues Leben zu beginnen. 1.800 Kilometer Fußmarsch quer durch die Alpen, von Salzburg nach Nizza. Rudolf Wötzel hat seinen Weg in 120 Etappen eingeteilt, viele davon hochalpin. 129 Gipfel will er besteigen, darunter 33 Viertausender, und 65 Dreitausender, 63 Hütten und 13 Biwaks.

Es ist die Geschichte eines Menschen, für den Erfolg, Luxus und Prestige selbstverständlich waren. Rudolf Wötzel wird auf der Suche zu sich selbst zum Bergpilger. Ein Mensch, der in vielen Stunden der Einsamkeit seine persönlichen Prägungen und seine schillernde Vergangenheit verarbeitet. Der durch intensive Begegnung mit der wilden Natur und mit den Menschen der Berge endlich zu sich selbst findet. Nach sechs Monaten erreicht er sein Ziel: Nizza. Er rennt lachend mit seinen Kleidern ins Meer und ist bei sich selbst angekommen. ●

*Integral-Verlag. München. 2009. 495 Seiten.
ISBN 978-3-7787-9208-7. Preis 19,95 Euro.*

**Hape Kerkeling: Ich bin dann mal weg. Meine Reise auf dem Jakobsweg.**

Es ist ein nebelverhangener Morgen, als Hape Kerkeling in Saint-Jean-Pied-de-Port aufbricht. Sechs Wochen Fußmarsch auf dem legendären Camino Francés liegen vor ihm, allein mit sich und seinem knallroten Rucksack, über die Pyrenäen, quer durch das Baskenland, Navarra und die Rioja, Kastilien-



León bis nach Galicien zum Grab des Apostels Jakob. Mit Humor schildert er den Reiz jeder Etappe, erlebt Einsamkeit und Stille, Erschöpfung und Zweifel, aber auch Hilfsbereitschaft, Freundschaften und Momente, die für alle Entbehrungen entlohn. „Dieser Weg“, so Kerkeling, „ist hart und wundervoll. Er ist eine Herausforderung und eine Einladung. Und er baut dich wieder auf. Er nimmt dir alle Kraft und gibt sie dir dreifach zurück.“ ●

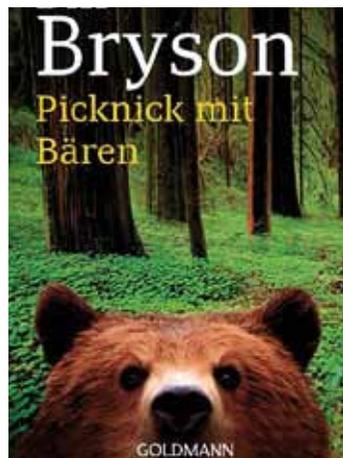
*Piper Verlag. München. 2006. 352 Seiten.
ISBN 978-3-89029-312-7. Preis 19,90 Euro.*

SPANNENDE BÜCHER ZUR INSPIRATION

Bill Bryson: Picknick mit Bären.

Anders als seine amerikanischen Landsleute, von den Bill Bryson süffisant feststellt, sie würden sich täglich nicht mehr als 300 Meter zu Fuß bewegen, hat er sich Großes vorgenommen: Gemeinsam mit seinem alten Freund Stephen Katz, der aufgrund seiner Leibesfülle und ausgesprochenen Leidenschaft für Snickers allerdings nicht die besten Voraussetzungen mitbringt, plant er eine Bezwingung des „Appalachian Trail“ – jenes legendären längsten Fußweges der Welt, der sich über 3.000 Kilometer an der Ostküste Amerikas entlangwindet und die spektakulärsten Naturschönheiten offenbart. Unberührte Wälder, verwunschene Seen und atemberaubende Schluchten sind nicht das Einzige, was dieser Trip den Beiden beschert: Es lauern allenthalben Gefahren im Dickicht, und da selbst die einschlägige Fachliteratur keine verlässlichen Tipps für den Fall einer Bärenattacke zu geben vermag – außer, unter gar keinen Umständen Snickers bei sich zu führen – nimmt das Bange kein Ende. ●

*Goldmann Verlag. München. 1999.
344 Seiten. ISBN 978-3-442-44395-6. Preis 8,99 Euro.*

**Jon Krakauer: In eisige Höhen. Das Drama am Mount Everest.**

Im März 1996 wurde Jon Krakauer beauftragt, über die „Kommerzialisierung des Everest“ zu schreiben. Er schloss sich einem Team um den erfahrenen Bergsteiger Rob Hall an. Als er den Gipfel erreichte, hatte er 57 Stunden lang nicht geschlafen und taumelte vor Erschöpfung und Sauerstoffmangel. Er war bereits wieder auf dem gefährlichen Abstieg, als sich noch zwanzig andere Bergsteiger verbissen zum höchsten Punkt drängten. Keiner von ihnen hatte

registriert, wie der Himmel sich verdunkelte. Sechs Stunden später und 1.000 Meter tiefer rettete sich Krakauer mit letzter Kraft aus dem peitschenden Schneesturm in sein Zelt. Er war in Sicherheit, aber sechs seiner Kameraden hatten ihr Lager nicht mehr erreicht und rangen erbittert ums Überleben. ●

*Piper Verlag. München.
1998. 400 Seiten.
ISBN 978-3-492-22970-8.
Preis 9,99 Euro.*



● WANDERN IM SAARLAND

Luxemburg

Trier

Rheinland-Pfalz

GEORGI-PANORAMA-WEG

Seite 18



Länge: 13 km.
Gehzeit: 3,5 bis 4 Stunden.
Startpunkt: Dorfstraße 12,
66709 Weiskirchen-Weierweiler,
Restaurant „School Kättchen Café“.

Merzig

LITERMONT-GIPFEL-TOUR

Seite 32



Länge: 10,4 km.
Gehzeit: 3,5 Stunden.
Startpunkt: Waldparkplatz
„Am Litermont“, Am Litermont 40
(Ende der Etzelbachstraße),
66809 Nalbach.

Saarlouis

BLIES-GRENZWEG

Seite 28



Länge: 16 km.
Gehzeit: 4 bis 5 Stunden.
Startpunkt: Parkplatz Ecke
L106 / Nauwieser Straße,
66271 Kleinblittersdorf.

Frankreich



HAHNENBACHTAL-TOUR

Seite 40



Länge: 9,4 km.
Gehzeit: 3,5 bis 4 Stunden.
Startpunkt: Parkplatz an der Schinderhannes-Tränke, Ringstraße 22, 55626 Bundenbach.

Idar-Oberstein

Rheinland-Pfalz

Wadern

St. Wendel

SCHAUINSLAND-WEG

Seite 24



Länge: 10,5 km.
Gehzeit: 3 bis 3,5 Stunden.
Startpunkt: Fischweiher Randsbach, Bushaltestelle Schafbrücker Mühle, 66564 Ottweiler.

Saarland

Neunkirchen

Homburg

Saarbrücken

BLIESGAU-TAFELTOUR

Seite 12



Länge: 16,5 km.
Gehzeit: 5 Stunden.
Startpunkt: Hotel Bliesbrück, Rubenheimer Straße 13, 66453 Gersheim-Herbitzheim.

Horst Heck, Ulrich Grober und Jörn Wallacher (von links) auf den Höhen des Bliesgaus.





Abschalten vom Alltag

Sanfte Hügel, Wald, Wiesen und Ackerland und wie auf einer Landkarte dahingepinselte Dörfer – das **Biosphärenreservat Bliesgau** erinnert an ein Landschaftsgemälde eines der großen Künstler.

Von **Günter Schmitt**

Unsere Wanderung beginnt am Hotel Bliesbrück. Dort folgen wir dem Symbol der schwarzen Kochmütze. Nach wenigen Minuten beginnt zwischen zwei Wohnhäusern der Weg nach oben über einen verborgenen Wiesenpfad. Bis zur Bergkuppe des Hanickel steigen wir stetig, 100 Höhenmeter sind zu überwinden. Als wir den ersten Querweg erreichen, ist es still um uns herum geworden. Nur das Rauschen des Windes in den Baumkronen dringt an unsere Ohren. Die Wiesen, die wir durchqueren, leuchten in Kornblumenblau und Klatschmohnrot. Dazwischen violette, weiße und gelbe Blütentupfer soweit das Auge reicht.

Auf den winzig grünen Blättchen des Wiesenthymians hängt noch der Morgentau. In der Sonne glitzern die zart violetten Blüten wie Amethyste. Ich zerreiße einige Zweige zwischen den Fingern, die ätherischen Öle des Thymians steigen mir in die Nase.

Wir steigen weiter nach oben zum Waldrand. Unser Blick reicht bis weit nach Frankreich, die Ausläufer der Vo-

gesen sind gut erkennbar. Unsere Wanderung führt mitten durchs Biosphärenreservat Bliesgau. Schmale Wiesenwege lösen Waldwege ab, deren Bäume reichlich Schatten spenden. Immer wieder öffnet sich die Landschaft für ungeahnte Weitblicke. Vertrautes stilles Land im Grenzgebiet. Die alte Kulturlandschaft zwischen dem Saarland und Lothringen hat für mich eine ganz besondere Ausstrahlung. Schon so oft bin ich hier gewandert, doch immer wieder bin ich fasziniert von diesem Landschaftsflickenteppich: sanfte Hügel, Wald, Wiesen und Ackerland und wie auf einer

Im Frühling betört der Duft des jungen Bärlauchs

Landkarte dahingepinselte Dörfer – eine unverwechselbare Komposition.

Hier kann man Landschaft riechen, wenn die Holunderblüten ihren süßlichen Duft verströmen. Wer im Frühjahr hier im Wald unterwegs ist, wird durch einen einzigartigen, intensiven Duft betört. Der junge Bärlauch bedeckt hier riesige Waldflächen. Hier kann man Landschaft hören, wenn die spitzen Schreie des Habichts oder des Falken ertönen, der Fasan mit Geschrei das Weite sucht, hier kann man die Land-

schaft schmecken, das Obst der Bäume der Streuobstwiesen, den Sauerampfer in den Wiesen, die Beeren an den Sträuchern.

Oberhalb von Wolfersheim tangieren wir im Kappelwald einen Grabhügel aus der Hallstattzeit (750 bis 450 v. Chr.). Auf dem Weg von Wolfersheim nach Ballweiler durchqueren wir verwilderte Steinbrüche. Es folgt eine lange Waldpassage, bis wir die Schornwaldhütte erreichen. Zwischen Ballweiler und Erfweiler-Ehlingen genießen wir auf einer Bank die herrliche Weitsicht. Am Flughafen in Saarbrücken-Ensheim startet scheinbar lautlos ein Flugzeug über der Silhouette des Eschbergs vor den Toren der Landeshauptstadt Saarbrücken.

Vor uns wiegen sich Grashalme im Wind, über uns steigen Lerchen auf. Nach einer Rast in der Schornwaldhütte, die nicht bewirtschaftet ist, überqueren wir oberhalb von Erfweiler-Ehlin-

Fantastischer Blick bis weit nach Lothringen

gen die Landstraße (L231). Eine längere Waldpassage, dicht am Waldsaum, steht uns bevor. Mit nur wenigen Schritten erreicht man rechter Hand des Weges die offene Wiesenlandschaft. Ungeahn-

te Blicke ins Biosphärenreservat. Auf dem Bergrücken wandern wir parallel zu zwei Tälern. Rechter Hand fließt die Blies von Blieskastel kommend Richtung Saargemünd in Lothringen, wo sie in die Saar mündet. Linker Hand der Mandelbach, nach dem die Gemeinde Mandelbachtal benannt ist. Über Wittersheim und Bebelsheim fließt der Bach nach Habkirchen, wo er in die Blies mündet.

Der Weg verläuft bis zur Krehberghütte, die ebenfalls nicht bewirtschaftet ist, über schmale Wiesenpassagen. Anschließend sind wir direkt am Waldrand auf einem weichen Wiesenweg unterwegs und genießen nach jeder Biegung grenzenlose Weitsichten. Doch der Hö-

ZUR PERSON

Ulrich Grober (63, Foto), Publizist und Buchautor, Jahrgang 1949, lebt in Marl am Rande des Ruhrgebiets. Studium der Germanistik und Anglistik in Frankfurt am Main und Bochum. Tätigkeit in der Erwachsenenbildung. Ab 1985 freiberufliche Arbeit als Autor für Radio und Printmedien auf den Themenfeldern Kulturgeschichte, Ökologie, Nachhaltigkeit, nachhaltige Lebensstile.

1998 erschien sein erstes Buch („Ausstieg in die Zukunft“) über Projekte einer alternativen Ökonomie. Es folgte 2006 ein Buch über das Wandern als Übung zur Naturwahrnehmung und Entschleunigung („Vom Wandern – Neue Wege zu einer alten Kunst“).

Nach umfangreichen Vorarbeiten veröffentlichte er 2010 „Die Entdeckung der Nachhaltigkeit – Kulturgeschichte eines Begriffs“. In dieser „Begriffsarchäologie“ geht er den historischen Aufladungen des modernen Nachhaltigkeitsbegriff nach, um zu dessen Klärung und Schärfung beizutragen und hält hierzu zahlreiche Vorträge.

Im Oktober 2012 erschien eine englische Ausgabe des Buches unter dem Titel „Sustainability – A cultural history“.

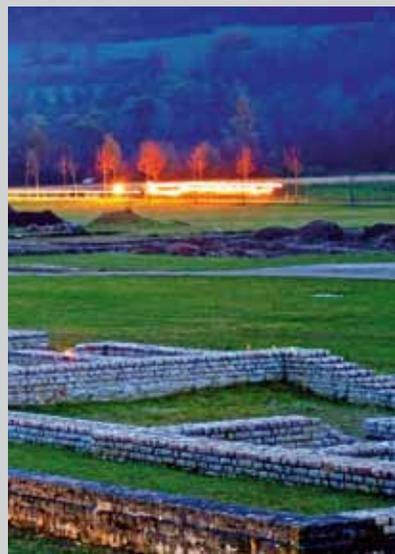


Grenzüberschreitender Europäischer Kulturpark Bliesbruck-Reinheim

Seit über zwei Jahrhunderten verläuft die Grenze zwischen Frankreich und Deutschland durch das Bliestal. Mit der Schaffung des Europäischen Kulturparks Bliesbruck-Reinheim wurde 1987 dem Tal seine natürliche Einheit wiedergegeben und die Grenze „aufgehoben“.

Nachdem der Kiesgrubenbesitzer Johann Schiel im Bliestal 1954 ein kleines Bronzefigürchen entdeckt hatte, führten

Ausgrabungen des damaligen Staatlichen Konservatoramtes zu einer außerordentlichen Entdeckung: einem Fürstinnengrab. Dieses Grab aus den Anfängen des vierten Jahrhunderts vor Christus offenbart den materiel-



Eingebettet in den Bliesgau erstreckt sich die alte Römersiedlung auf der Ländergrenze.

len und kulturellen Reichtum keltischer Aristokratie. Der Schmuck sowie die Opfergaben sind Meisterwerke keltischer Kunst. Die römische Villa, der Vicus (römisches Dorf) und die gallorömischen Thermen zeugen von einer mehr als 6.000-jährigen wechselvollen Geschichte, die hier auf engstem Raum unter der Erde verborgen liegt und nach und nach ihre Geheimnisse preisgibt. ●

Weitere Informationen: *Europäischer Kulturpark Bliesbruck-Reinheim, Robert-Schumann-Straße 2, 66453 Gersheim-Reinheim, Telefon 06843-900211, www.kulturpark-online.de*



Blüten- und
Blumenpracht
begleiten die
Wanderer auf
dem Weg nach
Herbitzheim.



Spuren im
Feld kurz vor
der Bergkuppe
des Hanickel.

Bliesgau-Tafeltour 16,5 km

Anspruch: Mittelschwere Tour, gute Kondition.

Charakteristik: Die Wanderung über schmale Wiesenpfade und Schatten spendende Waldwege führt mitten durchs Biosphärenreservat Bliesgau. Immer wieder öffnet sich der Wald und gibt den Blick frei über eine parkähnliche Landschaft mit grünen, sanften Hügeln, Streuobstwiesen und bewaldeten Kuppen.

Höhendifferenz: 325 Meter.

Gehzeit: 5 Stunden.

Startpunkt: Hotel Bliesbrück, Rubenheimer Straße 13, 66453 Gersheim-Herbitzheim.
GPS: 7°13'17,6"O/49°10'01,4"N.

Anfahrt mit dem Auto: A8 Ausfahrt Homburg-Einöd, weiter über B423 bis Blieskastel, dann über L105 bis Bliesdalheim, am Ortsende abbiegen auf L231 nach Herbitzheim. Parken am Hotel Bliesbrück.

Anfahrt mit Bahn und Bus: Mit dem Zug bis Homburg, dort weiter mit dem Bus nach Herbitzheim. Fahrplanauskunft über www.saarvv.de.

Rastmöglichkeiten:

- Hotel Bliesbrück, Rubenheimer Straße 13, 66453 Gersheim-Herbitzheim, Telefon 06843-80000, geöffnet MO bis SO von 18 bis 22 Uhr und SO von 11.30 bis 14 Uhr.
- Restaurant am Golfplatz, Katharinenhof 1, 66453 Gersheim, Telefon 06843-901884, geöffnet DI bis SO von 9 bis 21 Uhr (April bis September) oder DI bis SO von 10 bis 21 Uhr (Oktober bis März), MO Ruhetag.
- Restaurant am Römerturm, Am Römerturm 9, 66399 Mandelbachtal, Erfweiler-Ehlingen, Telefon 06803-1752, geöffnet MI bis SA von 18 bis 24 Uhr, SO und feiertags von 11 bis 14 Uhr und von 17.30 bis 24 Uhr, MO und DI Ruhetag.
- Jungholzhütte, geöffnet MI von 14 bis 21 Uhr, SA von 14 bis 19 Uhr sowie SO und feiertags.

Weitere Infos zur Tour:

Telefon 06841-1047174
www.saarpfalz-touristik.de

hepunkt der Wanderung liegt noch vor uns. Die Kontraste könnten nicht größer sein.

Nach dem Dunkel des Waldes breitet sich rechts und links des geteerten Weges ein malerisches Blütenmeer aus. Danach folgt ein Wiesenweg. Über den Wiesen flattern Schmetterlinge von einer Blüte zur nächsten. Ich entdecke die ersten Orchideen. Auf den fruchtbaren Muschelkalkböden finden sie gute Wachstumsbedingungen. Der weiche Untergrund des Weges lässt uns

beschwingt weiterziehen. Wenn die Buschhecken es zulassen, erkennen wir linker Hand im Tal die Dörfer Herbitzheim und Bliesdalheim. Fast kernengerade scheint dieser Wegabschnitt ins Unendliche zu führen.

Ein steiler Abschnitt bringt uns über Muschelkalksteine zurück ins

Bliestal und zum Ausgangspunkt. Auf der Außenterrasse des Hotels Bliesbrück in Herbitzheim sitzen wir zum Abschluss unserer Tour und träumen uns zurück zum Weg. ●

Wegabschnitte schier ins Unendliche



Ulrich Grober bei seiner wohlverdienten Pause.

Bliesgau-Impressionen von Ulrich Grober

Es hat etwas Befreiendes: den Alltag, die Stadt, die dichtbesiedelten, verkehrsreichen Räume hinter sich lassen und im Bliesgau wandern gehen. Und sei es nur für einen Tag, auf einer Tafeltour. Vor deinen Blicken öffnet sich eine überwältigend weite, ruhige Landschaft. Helle Hügel, ein Mosaik von Feldern und Gewässern, Wiesen, Obstgärten und Wald, Dörfern und Bauernschaften. Grenzüberschreitende Horizonte, wandernde Wolken – das „panoramische“ Gefühl kann süchtig machen.

Der Feldweg windet sich bergan und verschwindet im Waldinneren. Du kannst dich seiner Sogwirkung kaum entziehen. Also: einfach losgehen. Wer auf den Wegen durch das Land, diesem alten Grenzland zwischen Lothringen und dem Saarland, wandert, fühlt früher oder später: Du bist hier im Herzen Europas. Aus dem Erleben von intakter Natur, freier Bewegung, Geselligkeit und kulinarischem Genuss entsteht ein Stück Lebensqualität. Liegt darin nicht die Essenz des „europäischen Traums“? ●

Kulinarische Termine

Ostern

Sichern Sie sich jetzt unsere Specials:

Karfreitag, 29. März, ab 18 Uhr

Oster-Fischbuffet

Traditioneller Genuss in allen Varianten
€ 20,50 pro Person

Ostersonntag, 31. März, 12 bis 14.30 Uhr

Feiertags-Brunch

Reichhaltiges Buffet mit kalten und warmen
Köstlichkeiten inklusive Kaffee, Tee, Säften
und einem Glas Sekt

€ 25,00 pro Person

Kinder unter 6 Jahren brunchen kostenfrei,
6- bis 12-jährige zahlen die Hälfte.

Reservierung unter Telefon 0681 4102-0

BEST WESTERN

Victor's

RESIDENZ-HOTEL

RODENHOF

★ ★ ★

BEST WESTERN Victor's Residenz-Hotel Rodenhof · Kálmánstraße 47-51
D-66113 Saarbrücken · www.victors.de · www.facebook.com/VictorsHotels



Foto: Günter Schmitt

Gemeinsam mit Freunden unterwegs zwischen Weierweiler und dem Schwarzwälder Hochwald.



Wanderspauß für die ganze Familie

Über sattgrüne Wiesen, weite Felder und offene Weiden erschließt sich das einzigartige Panorama dieses Premiumwanderweges. Seinen Namen verdankt der Wanderweg **Hanspeter Georgi**, dem ehemaligen Wirtschaftsminister des Saarlandes, selbst ein begeisterter Wanderer.

Von **Günter Schmitt**

Vom School Kättchen Café in der Dorfstraße gelangen wir nach wenigen Metern in die Straße „Zum Herrngarten“, passieren dort den Ruwerbach-Hof und Reiterhof Ruwerbach. Vor allem in den Sommer-

monaten tummeln sich hier viele Kinder und Jugendliche, die dort ihre Reiterferien verbringen. Hinter dem Hof biegen wir links ab, vorbei an einer Pferdekoppel des Hofes, auf der Islandpferde gemächlich grasen. Kurz danach über-

queren wir den Ruwerbach und sind unterwegs auf der Zubringerstrecke des nahegelegenen Campingplatzes Weierweiler Mühle.

Oberhalb des Campingplatzes geht die Strecke durchs Naturschutzgebiet



Über endlose Weiten reichen die ausgedehnten Pfade zwischen Mitlosheim und der Rittscheidhütte.

mit dichtem, dornigem Heckenbewuchs am Wegesrand. Über einen Damm gelangen wir weiter weg vom Dorf auf offene Feld. Wir erreichen einen asphaltierten Feldwirtschaftsweg. Nach kurzer Zeit verlassen wir die Teerstraße, wan-

Ein wunderbares Postkartenidyll

dern über einen Feldweg leicht bergan. Unser Blick schweift über Wiesen und Felder, dahinter die Dörfer Rappweiler und Mitlosheim am Fuß der ansteigenden Höhen des Schwarzwälder Hochwalds. Ein wunderbares Postkartenidyll. Wir ziehen weiter, der Blick über die Dörfer hält uns gefangen.

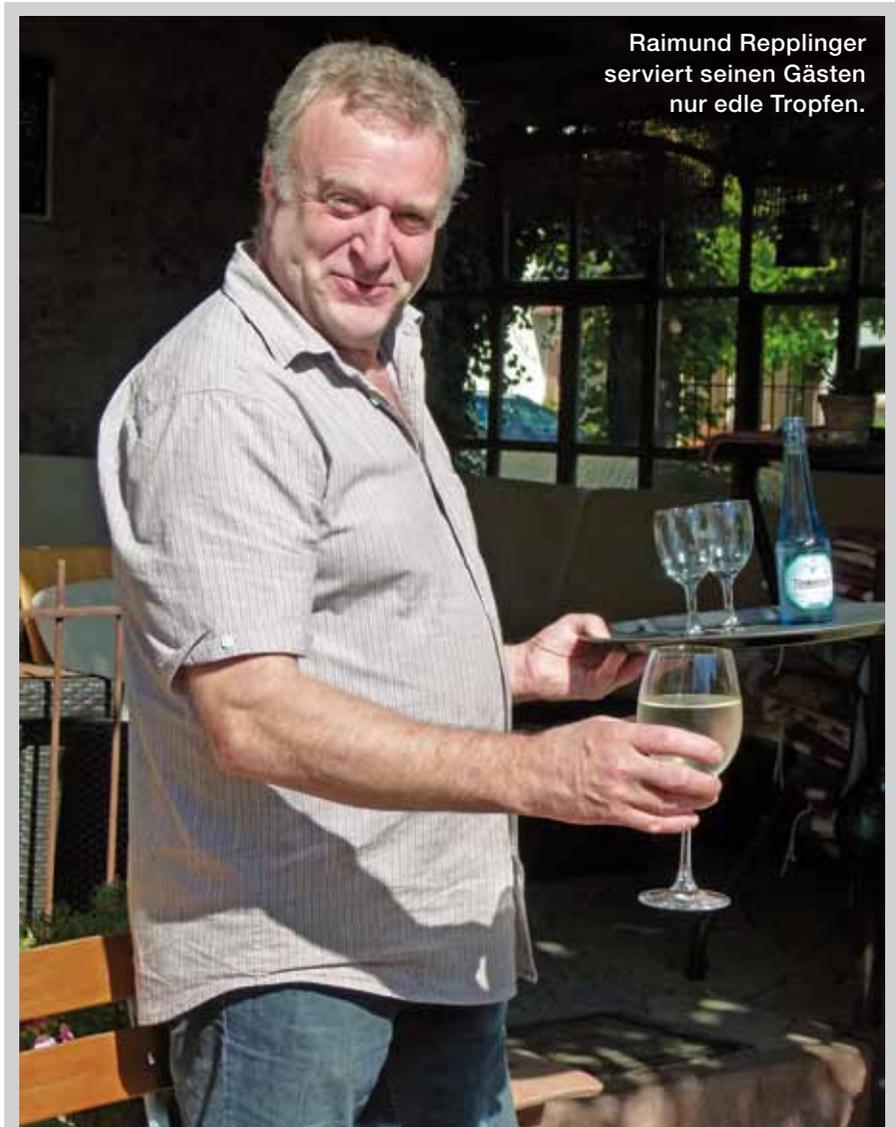
Nach einigen Richtungswechseln überqueren wir die Landstraße L373, die Weierweiler mit Rappweiler verbindet. Zwischen Spießkopf (343 Meter) und Hölzbach wandern wir an der Hangkante mit Blick zum Bach. Später überqueren wir über einen Holzsteg den

ZUR PERSON

Hanspeter Georgi (Foto), geboren am 17. August 1942 in Berlin, seit 1969 verheiratet, vier Kinder, inzwischen fünf Enkel. Nach dem Abitur 1962 studiert er in Berlin, Saarbrücken und Münster Volkswirtschaftslehre. Als diplomierter Volkswirt wird er wissenschaftlicher Assistent mit Lehrtätigkeit am Institut für Verkehrssicherheit in Münster und promoviert zum Dr. rer. pol. 1972 wird er Mitarbeiter der IHK Saarland, 1989 wird er Hauptgeschäftsführer der IHK, zehn Jahre später, 1999, avanciert er zum saarländischen Wirtschaftsminister. Dr. Georgis Engagement galt und gilt vor allem der Aufwertung des Wirtschaftsstandortes Saarland, der Zusammenarbeit in der Großregion SaarLorLux, der Weiterentwicklung der beruflichen Bildung und dem Dialog zwischen Wirtschaft und Schulen.



Fotos: Becker & Breidel – Günter Schmitt (2)



Raimund Repplinger serviert seinen Gästen nur edle Tropfen.

Restaurant-Tipp

School Kättchen Café verdankt seinen Namen der früheren Besitzerin des Hauses, die mit Vornamen Katharina hieß. Und wer im Saarland Katharina heißt, wird schnell zu Käthe, Kätt oder Kättchen verniedlicht. Nachdem Anfang des 19. Jahrhunderts in Preußen die allgemeine Schulpflicht eingeführt worden war, diente ein Teil des alten Lothringer Bauernhauses als Wander- oder Winterschule für die Kinder des Dorfes. In den Wintermonaten unterrichteten „gedungene“ Wanderlehrer gegen geringes Entgelt die Dorfkinde. Den Rest des Jahres hatten sie schulfrei, denn bei den anstehenden Arbeiten

auf den Feldern waren sie unentbehrliche Helfer. Heute betreibt Raimund Repplinger mit seinem Team einen gastronomischen Betrieb mit einem besonderen Flair. Behutsam wurden die Innenräume renoviert, und in den Abendstunden wird das urgemütliche „Restaurant-Wohnzimmer“ mit Kerzenlicht erleuchtet. Auf der Speisekarte finden wir eine bunte Mischung: Bretonische Fischsuppe, Bratkartoffeln mit Spiegelei und frischem Salat, Lendchen vom Eifelschwein, Gefüllte Klöße mit Sauerkraut und Hoorische mit Specksoße oder Ziegenkäse mit Honig und Kräutern. ●

Wegeindrücke von Hanspeter Georgi

Gerne gehe ich mit Verwandten und Freunden den nach mir benannten Weg. Er ist mit dem Logo der Libelle ausgewiesen, ein Hinweis darauf, dass den Wanderer Bäche und Teiche erwarten. Heinrich Heines Gedicht „Die Libelle“ beginnt mit ihrer Beschreibung: „Es tanzt die schöne Libelle – wohl auf des Baches Welle – sie tanzt daher, sie tanzt dahin – die schimmernde, flimmernde Gauklerin.“



Dr. Hanspeter Georgi (links).

kann man an drei Standorten: Weierweiler, Rappweiler oder an der Rittscheidhütte in Mitlosheim. Immer, wenn ich den Weg gehe, ist es wie Urlaub – und meine Freunde sind stets überrascht, wie schön unser Land ist. Wenn ich mal längere Zeit nicht mehr auf dem Georgi-Panorama-Weg war, empfinde ich Sehnsucht nach ihm. Wer das nachempfinden möchte, schaue sich in der Rittscheidhütte um oder ver-

Abwechslungsreiche Landschaften bleiben nach den Wanderungen ohne

größere Anstiege noch lange in Erinnerung. Beginnen mit der Wanderung

bringe mit Freunden in School Kättchen einen dorfidyllischen Abend. ●

Georgi-Panorama-Weg 13 km

Anspruch: Familienfreundliche, mittelschwere Tour. Ein kurzer, steiler Anstieg.

Charakteristik: Offene, ausgedehnte Wiesen- und Feldpassagen durch die leicht hügelige Landschaft sorgen für traumhafte Ausblicke. Dazwischen liegen Waldpassagen und Bachläufe mit Sumpfbereichen.

Höhendifferenz: 352 Meter.

Gehzeit: 3,5 bis 4 Stunden.

Startpunkt: Dorfstraße 12 in 66709 Weiskirchen-Weierweiler, Am Restaurant „School Kättchen Café“. GPS 6°49'10,8''O/49°31'27,3''N.

Anfahrt mit dem Auto: A1, Ausfahrt Nonnweiler-Primstal, weiter über die L147 bis Primstal, weiter über die L148 Krettnich, Lockweiler, Dagstuhl, Wadern bis Noswendel. Von dort über die L151 Richtung Weiskirchen bis Thailen. Dort über die Hauptstraße (L152) und den Weierweilerweg nach Weierweiler.

Anfahrt mit Bahn und Bus: Mit dem Zug bis Merzig, dort weiter mit dem Regio-Plus-Bus R1 (Merzig-Wadern) bis Weiskirchen, von dort mit der Linie 204 oder 470 nach Weierweiler. Weitere Auskünfte über Hochwald Touristik GmbH, Telefon 06876-70937, www.weiskirchen.de

Rastmöglichkeiten:

- School Kättchen Café, Dorfstraße 12, 66709 Weiskirchen, Telefon 06874-1229, geöffnet MO und MI bis SA von 16.30 bis 24 Uhr (Küche von 18 bis 23 Uhr), SO von 11 bis 24 Uhr (Küche von 12 bis 22 Uhr), DI Ruhetag.
- Rittscheidhütte, 66679 Losheim am See-Mitlosheim, Telefon 0152-03982589 oder 0174-4393754, E-Mail norbert-keuper@t-online.de, geöffnet MI bis SO ab 11 Uhr, MO und DI Ruhetag (Oktober bis März) oder DI bis SO ab 11 Uhr, MO Ruhetag (April bis September), angemeldete Gruppen ab acht Personen auch an Ruhetagen.
- Restaurant La Provence mit Bistro Le Mistral, Merziger Straße 25, 66709 Weiskirchen-Rappweiler, Telefon 06872-4326, geöffnet DI bis SA von 18 bis 22 Uhr, SO von 12 bis 14 Uhr und von 18 bis 22 Uhr, MO Ruhetag.
- Pizzeria Alt-Rappweiler, Merziger Straße 21, 66709 Weiskirchen-Rappweiler, Telefon 06872-4437, geöffnet MO bis SA von 18 bis 23 Uhr, SO von 11.30 bis 14 Uhr, DO Ruhetag.

Weitere Infos zur Tour:

Telefon 06861-80440
www.saarschleifenland.de

Höhlbach, durchwandern ein kleines Waldstück. Nach wiederum etlichen Richtungsänderungen auf freiem Feld wird der Blick frei aufs nahe gelegene Mitlosheim. Kurz vorm Dorf biegen wir zur Rittscheidhütte ab. Die ausgiebige Pause haben wir uns verdient.

Wir verlassen die Hütte entlang des Lannenbachs. Ein breiter Weg entlang des Baches, Wald und eine ausgedehnte sumpfige Wiese prägen das Bild. An der idyllischen Quelle, „Jungenwald-Buar“ probieren wir frisches Quellwasser, bevor wir uns auf den Weg auf

Schmale Pfade durch abwechslungsreiche Landschaft

steilem, schmalem Pfad durch den Wald machen. Es wird der einzige steile Anstieg der Tour bleiben. Die Wegführung bleibt landschaftlich weiterhin abwechslungsreich. Kurz nachdem wir zum zweiten Mal den Höhlbach überqueren, erreichen wir einen Rastplatz mit Tisch und Bänken.

Auf dem weiteren Weg nach Weierweiler durchqueren wir ein größeres Waldstück, dann wandern wir an Weiden entlang und gelangen kurz vor dem Ende der Wanderung an den Holzbach. Die ersten Häuser von Weierweiler tauchen auf. ●

Frohe Ostern

mit unseren Arrangements

Einfach mal raus aus dem Alltag:

Bostalsee

Freitag, 29. März bis Montag, 1. April 2013

- 3 ÜN/HP inkl. österlicher Festtagsmenüs
- Kleiner Ostergruß auf dem Zimmer
- Nutzung unseres Wellness-Bereichs

ab € 233,50 p.P. im DZ

Buchen Sie jetzt: 06852 889-0

Schloss Berg

Freitag, 29. März bis Montag, 1. April 2013

- 3 ÜN/HP mit österlichen Genüssen
- Oster-Überraschung mit Winzersekt
- Unterhaltungsprogramm am Samstag
- Tea Time am Sonntag
- Nutzung unseres Wellness-Bereichs

ab € 425,00 p.P. im DZ

Buchen Sie jetzt: 06866 79-0



Fantastische Aussichten

Der **Schauinsland-Weg** macht seinem Namen alle Ehre. Insgesamt 13 Aussichtspunkte laden dazu ein, die Schönheit der Umgebung zu genießen – vorbei an Weiheranlagen, offenen Landschaften mit Wiesen, Wäldern und engen, tiefen Schluchten.

ZUR PERSON

Cornelia Hoffmann-Bethscheider (44, Foto) wurde 1968 in Quierschied geboren. Die sportliche Leidenschaft der heutigen Landrätin gehörte in ihrer Jugend dem Tischtennis. Beim ATSV Saarbrücken spielte sie in der Bundesligamannschaft. Seit 1994 ist die studierte Juristin mit Jürgen Bethscheider verheiratet. Sohn Jonas wurde 1997 geboren. Neben ihrem Interesse für Sport, insbesondere Tischtennis und Jogging, zählen Reiki, Yoga und Lesen zu ihren Hobbys. Die SPD-Politikerin



gehörte von 1999 bis 2011 dem Saarländischen Landtag an. Seit 1. April 2011 ist sie Landrätin des Landkreises Neunkirchen.

In der Nähe des Leimersbrunnens genießen nicht nur die Wanderer Ruhe und Aussicht.

Museums-Tipp

Im Ottweiler Schulmuseum kann man in zwei Klassenräumen die Atmosphäre einer längst vergangenen Schulzeit nachempfinden. In sieben weiteren Räumen sind Themenzimmer eingerichtet. So findet der Besucher allerlei Interessantes zur Lehrerbildung, zum Schulanfang und Schulleben oder auch zu Fächern wie Lesen, Schreiben, Rechnen und der Musischen Bildung. Die ältesten Ausstellungsstücke stammen aus dem 16. Jahrhundert.

Der „Ottweiler Schulweg“ führt über sieben Stationen entlang historischer Schulgebäude in Ottweiler (Dauer: 50 Minuten).

● *Individuelle Führungen durchs Museum sind nach Absprache möglich. Das Museum befindet sich in der Goethestraße 13, 66567 Ottweiler, Telefon 06824-4649. Geöffnet ist das Museum Dienstag und Donnerstag von 10 bis 17 Uhr und Sonntag von 11 bis 17 Uhr.*

Der Name des Weges leitet sich vom Hangarder Bergrücken „Schauinsland“ ab. Dreizehn Aussichtspunkte machen während der Tour dem Namen des Weges alle Ehre. Startpunkt ist der Randsbacher Weiher, zwischen Ottweiler und Wiebelskirchen. Vom Parkplatz gelangen wir über einige Treppeinstufen direkt zum Randsbacher Weiher, wo einige Angler darauf warten, dass die Fische anbeißen. Wir gehen direkt am Ufer weiter, und überqueren über eine lange Holzbrücke den Fischweiher. Hinter der Brücke halten wir uns links, wandern ein kleines Stück über einen Wiesenweg und biegen am Parkplatz des Waldhotels nach rechts in den Wald. Nur wenige

Fernsichten und Panoramablicke

Meter bleibt es flach, dann beginnt ein langer Anstieg Richtung Hiemshütte. Am Aussichtspunkt Hienhöll der erste Ausblick ins Tal der Blies und über Ottweiler.

Wir steigen weiter, vorbei am Himsbrunnen und der Hütte des Wandervereins Wiebelskirchen kommen wir über einen steilen Wiesenpfad zum Waldrand. Am Aussichtspunkt

Sauerwiese bietet sich der nächste Blick über Ottweiler und die dahinter liegenden Höhenzüge. Einer kleinen Waldpassage folgt entlang des Waldes ein Wiesenweg, und wir stehen bereits am nächsten Punkt mit wunderbarer Fernsicht. Von „Haus Tanneck“ geht der Blick nach rechts zur Kreisstadt Neun-

kirchen, der riesige Gasometer und die Anlage der ehemaligen Grube König sind gut erkennbar.

Zunächst wandern wir weiter durch Wiesen des Höhenrückens, haben bald am Steinbacher Berg Gelegenheit, uns an einer weiteren

Fernsicht zu begeistern. Anschließend wandern wir über einen geteernten Feldwirtschaftsweg nach unten. Sehr schnell haben wir wieder einen erdigen Pfad unter den Füßen, wenn wir nach links entlang einiger Pferdekoppeln unterwegs sind. Zwischen Wald und Ackerland schlängelt und windet sich der Pfad weiter, die Aussichtspunkte „Rohn“ mit Blick auf Hangard sowie der Aussichtsplatz Hofplatzweg sind unsere nächsten Ziele.

Knorrige, alte Obstbäume, teilweise mit Flechten und Moosen überzogen, bestimmen für einige Minuten das Landschaftsbild. Am Aussichtspunkt Finsternsterren sind wir für kurze Zeit durch offene Landschaft unterwegs. Wir gönnen uns für einige Augenblicke den

Blick ins gegenüberliegende Waldgebiet. Danach ist wieder Wald das bestimmende Element der Wegführung.

Entlang der Hangkante wandern wir durch den Wald, müssen später bergab und erreichen an einem breiten Forstweg

einen Grenzstein von 1763. Dort halten wir uns nach rechts unten. Nach wenigen Metern verlassen wir den

Forstweg, um in Serpentina weit nach unten ins Tal zu gelangen. Entlang eines Baches führt der Weg durch ein schmales Kerbtal. Die Steilhänge auf beiden Seiten des Weges lassen keinen Laut von außerhalb zu. Die hin und wieder durchfallenden Sonnenstrahlen verzaubern den Weg in eine Märchenlandschaft: kleine, sonnenüberflutete Flecken im Bachtal, die Farbe Grün dominiert dank vieler Farne und Moose, die im feuchten Tal einen guten Nährboden finden. Bis zum Kerbacher Loch, wo wir eine in Stein gehauene Wildsau entdecken, bleiben wir in diesem traumhaften Tal. Dann müssen wir wieder steigen. In

Über Serpentina in eine Märchenlandschaft



Blickt ins Land:
Dr. Siegfried Grote.

Serpentina schlängelt sich der Weg nach oben, wir passieren die Freizeitanlage Kerbacher Loch mit Brunnenanlage und Grillhütte. Hinter der Anlage steigt der Weg weiter aufwärts, bis wir im Wald kurz vor dem Sportplatz von Steinbach nach links abbiegen. Der Waldweg endet an einem bewirtschafteten Feld. Vom nächsten Aussichtspunkt,

Verträumte Wiesenwege
zwischen den beiden
Flüssen Oster und Blies.





Landrätin Cornelia Hoffmann-Bethscheider mit Autor Günter Schmitt am Randsbacher Weiher.

Eindrücke von Cornelia Hoffmann-Bethscheider

Der Premiumweg „Schauinsland-Weg“ beeindruckt mich durch seine vielfältigen Landschaftsformen und ist für mich ein Abbild des gesamten Landkreises Neunkirchen.

Weiheranlagen, offene Landschaften mit Wiesen, Wäldern, mit engen und tiefen Schluchten zeigen die bewegte Topografie, und die 13 Aussichtspunkte bieten beeindruckende Einblicke und Aussichten in den Landkreis mit

seiner interessanten Natur- und Industriekulturlandschaft.

Er führt die Riege der Premiumwege im Landkreis Neunkirchen an, und in Verbindung mit den anderen Premium- und Wanderwegen im Landkreis, die von unseren ehrenamtlichen Wegepaten konstant gepflegt werden, bieten sich hier vielfältige Möglichkeiten zum Wandern für die unterschiedlichen Ansprüche. ●

dem „Hahnenberg“, bietet sich ein Blick nach Münchwies und den dahinter liegenden markanten Höcherberg mit seinen Türmen.

Nochmals müssen wir nach oben, zunächst im Wald, dann durch wunderbare Wiesenwege zum Ausblick Betzelhübel mit Panoramablick über das Blietal. Kaum sind wir von diesem Traumblick gestartet, bietet sich die nächste Sicht ins Land vom „Abendrot Betzelhübel“. In den Abendstunden kann man von hier, oberhalb des Neubaugebiets Ott-

weiler, den Sonnenuntergang Richtung Westen genießen.

Linker Hand der Wald, rechter Hand neu angelegte Streuobstwiesen, wandern wir zum Husarenkopf und stauen über das nächste Aussichtsfenster, bevor wir nach unten zum Weiher am Leimersbrunnen gelangen. Hinter dem Angelweiher geht es zunächst weiter bergab, dann müssen wir ein letztes Mal zwischen Wald und Wiesen bergauf. Nach einem scharfen Rechtsknick wandern wir entlang des Waldsaums,

Schauinsland-Weg 10,5 km

Anspruch: Mittelschwere Tour mit einigen, kräftigen Anstiegen.

Charakteristik: Die Wanderung führt durch wechselnde offene Landschaft, mal durchwandert man Wiesenlandschaften, Felder und Obstbaumanlagen, dazwischen folgen Mischwälder und Buschbaulandschaft, und immer wieder bringen uns kurze Anstiege auf Höhenlagen mit großartigen Aussichtspunkten.

Höhendifferenz: 308 Meter.

Gehzeit: 3 bis 3,5 Stunden.

Startpunkt: Fischweiher Randsbach, Schafbrücker Mühle.

GPS: 7°10,43'345''O/49°23'08,303''N.

Anfahrt mit dem Auto: A8, Ausfahrt Neunkirchen, weiter über L124 bis Wiebelskirchen, dort weiter über L121 bis kurz vor Ottweiler. Parken: am Fischweiher Randsbach.

Anfahrt mit Bahn und Bus: Mit der Bahn bis Ottweiler, mit der Buslinie 302 bis Schafbrücker Mühle.

Rastmöglichkeiten:

- Heike's Fischerhütte, Am Randsbacher Weiher, Telefon 06821-51478, geöffnet DI bis SA von 10 bis 13 Uhr und von 15 bis 21 Uhr, SO und feiertags von 10 bis 21 Uhr, MO Ruhetag.
- Hotel-Restaurant Schafbrücker Mühle, Schafbrücker Mühle 9, 66564 Ottweiler, Telefon 06824-3237, www.schafbruecker-muehle.de

Weitere Infos zur Tour:

Telefon 06821-51376 und 51495, www.schauinslandweg.de www.rosenkreis.de

genießen vom Aussichtspunkt Miesbach den letzten Blick ins weite Land, ehe wir uns bergab zur Hiemsklamm begeben. Über Treppenstufen steigen wir hinab zur Klamm und sind anschließend auf schmalen Pfad und einigen Stahlbrücken im engen Kerbtal nach unten unterwegs. Über einen breiteren Forstweg erreichen wir die Talsohle und nach wenigen Minuten den Randsbacher Weiher, wo wir unsere Wanderung in der Fischerhütte ausklingen lassen. ●

Günter Schmitt



Die „Moulin de la Blies“ beherbergt heute das Steingut-Technik-Museum in Saargemünd.

Wandern auf der Grenze

Wildromantische Flussauen entlang der Blies, das Nachbarland Frankreich dabei immer im Blick, dazu Passagen mit fantastischen Aussichten auf die Vogesen – der **Blies-Grenzweg** ist ein ganz besonderes Erlebnis für jeden Wanderfreund.

Von **Günter Schmitt**

Hinter dem Ortsrand von Sitterswald erleben wir nach wenigen Minuten den ersten Höhepunkt: Die Blies zieht uns mit ihren scheinbar unberührten Uferzonen in ihren Bann. Bis wir die Fußgängerbrücke, die Deutschland

mit Frankreich verbindet, überqueren, fließt das Wasser lautlos und träge. Dann hören wir es durch das Stauwehr der „Moulin de la Blies“ rauschen. Im alten Mühlengebäude befindet sich das Museum für Steingut-Technik. Aufgrund seiner speziellen Thematik

ist es einzigartig in Frankreich (siehe Museums-Tipp).

Zurück von der Brücke, zurück zum Grenzweg. Der wunderbare Wiesenpfad entlang der Blies dürfte nie enden. Schönwetterwolken spiegeln sich im glatten Wasser, die Bäume, Sträucher und Blumen der Uferzone vermitteln Sommeridylle. Über uns steht mit schnellem Flügelschlag ein Falke auf der Suche nach geeignetem Futter. Ein Entenpaar macht sich lautlos davon, vom gegenüberliegenden Ufer in Lothringen vernehmen wir aus der Ferne das Kikeriki eines Hahns.

Die Blies macht sich im nördlichen Saarland unweit der Nahequelle auf

ZUR PERSON

Schorsch Seitz (60, Foto) stammt aus Elversberg. Er ist verheiratet, hat zwei erwachsene Töchter und lebt mit Ehefrau Inge, die zugleich Managerin und Geschäftsführerin ist, in Saarbrücken. 1977 gründet er zusammen mit Volker C. Jacoby die Zwei-Personen-Kabarett-Gruppe „Jacoby & Schorsch“, die bald überregional ein Markenzeichen für typisch saarländische Lieder wird. Das Multitalent ist aber nicht nur aktiv als Komponist, Sänger und Texter, neben seiner schauspielerischen Tätigkeit beim Theater wirkt er in Fernsehproduktionen wie „Familie Heinz Becker“, „Tatort“, „Geschichten aus der Heimat“ und anderen mit. Für Titelsongs von Fernsehproduktionen wie „Peter Strohm“ oder „Tatort“ liefert er Songtexte ab. „He's a man“, gesungen von Mandy Winter, schafft



es bis in die Top Fifty, „Winner on the night“ wird von keinem Geringeren als der englischen Hardrock-Gruppe Nazareth interpretiert.

1992 bringt er seine erste Solo-CD mit dem Titel „Ich mach mir nix aus Kaviar“ heraus. Die Musik sowie die Arrangements dieses Albums stammen von Herry Schmitt. 1993 singt er das offizielle Lied zum deutschen Einheitsfest im Saarland: „Freunde kennen keine Grenzen.“

Heute ist Schorsch im Saarland „weltbekannt“. Die rote Jacke, der schwarze Hut und die Gitarre sind zum unverwechselbaren Outfit

des Künstlers geworden. Übrigens: Der im Saarland meistzitierte Satz, der original von Schorsch Seitz stammt und mittlerweile saarländisches Allgemeinut ist, lautet: „Der Mensch denkt, Gott lenkt und der Saarländer schwenkt!“

Stille im Traumland an Blies und Mühlenwaldweiher

den Weg. 120 Flusskilometer führen sie von Biesen über St. Wendel nach Ottweiler und von dort über Neunkirchen, Bexbach und Homburg nach Blieskastel. Dem Bliesgau hat der Fluss seinen Namen gegeben. In scheinbar endlosen Windungen kommt sie in Habkirchen an. Auf dem letzten Stück bis zur Mündung in die Saar in Saargemünd ist sie Grenzfluss zwischen Deutschland und Frankreich.

Ein überwältigender
Ausblick auf die sanften
Hügel des Bliesgaus.



Plötzlich biegt der Weg vom Ufer weg, wir folgen der Beschilderung in den Wald und stehen alsbald wieder am Wasser. Der mit Schilf bewachsene, grünlich schimmernde Mühlenwaldweiher liegt direkt am Wegesrand. Wir legen uns ins Gras, genießen die Stille und bewundern dieses Traumland. Dann sind wir froh, im Wald zu

wandern, denn gegen Mittag wird es heiß im Biosphärenreservat Bliesgau. Auf schmalen Pfad durchwandern wir den Wald, passieren einen alten Kalksteinbruch, den wir erst beim zweiten Hinsehen erkennen. Die grüne „Bepflanzung“ durch Moose, Efeu und Flechten hat den Bruch fest im Griff. Bald ist die „Waldschleife“ beendet,

wir kommen zurück zur Blies, wandern nahe am Wasser bis zu einer alten Brücke. Schon um 1900 ist an dieser Stelle zwischen dem lothringischen Blies-Guersviller und der Bliesersweiler Mühle auf saarländischem Boden eine Holzbrücke erbaut worden. In alten Zeiten war hier eine Furt, durch die man die Blies überqueren konnte.

Museums-Tipp

Die Saargemünder Steingut-Industrie begann 1790, als die Brüder Nicolas-Henri und Joseph Jacobi gemeinsam mit Joseph Fabry am Stadtrand eine Werkstatt einrichten, um mit der Herstellung von glasiertem, gebranntem Ton zu beginnen. Zu Beginn des 20. Jahrhunderts ist Saargemünd dank seiner Produktpalette von Steingut, Va-

sen, Übertöpfen, Kachelöfen, Kaminen und Wandfresken weltweit bekannt. In der Bliesmühle, einer ehemaligen „Wackenmühle“, die zur Herstellung von Steingut-Masse genutzt wurde, wurden im Themenmuseum für Steingut-Technik die alten Produktionswerkstätten fast originalgetreu rekonstruiert. Elf Zitate von Zeitzeugen wurden aus-

gewählt, um dem Besucher akustisch die Welt der Technik näherzubringen. Auf jedem Tonträger befindet sich auch die Stimme eines Arbeiters, der von seiner Arbeit und dem Alltag in der Fabrik erzählt. ●
Weitere Informationen und Öffnungszeiten im Internet unter www.sarrequemines-museum.com

Eindrücke von Schorsch Seitz

Der Blies-Grenzweg hat uns auf unserer Wandertour von Anfang an begeistert. Gleich zu Beginn haben wir über die Bliesbrücke die Grenze zu Frankreich überschritten und den romantischen Blick auf die „Moulin de la Blies“ genossen. Danach ging es weiter über Streuobstwiesen, teils mit grandiosem Panoramablick bis hin zu den Vogesen.

Das Schöne an der Tour ist die Abwechslung. Tiefe, urwüchsige Waldpassagen mit Überraschungen wie etwa die Ruinen der ehemaligen Villa Rexroth wechseln



Nicht nur als Entertainer auf Tour: Schorsch Seitz.

sich ab mit goldgelben Getreidefeldern auf sonnigen Hochebenen. Hier kommen wir mit netten Menschen aus der Umgebung ins Gespräch und erfahren viele interessante Details zum Biosphärenreservat Bliesgau.

Etwas Kondition brauchen wir schon für die Strecke von 15,6 Kilometern, aber die vielen Highlights lassen uns häufig pausieren, um einfach nur zu entspannen und zu genießen. Fazit:

Der Blies-Grenzweg hat alles, was man von einem Premiumwanderweg erwartet! ●

Nach wenigen Metern müssen wir nun das Ufer der Blies endgültig verlassen. Wir überqueren die L106 unmittelbar an der Bliesgersweiler Mühle und gehen dann an der ersten Kreuzung nach links und steil nach oben. Meter für Meter gewinnen wir an Höhe. Nachdem wir das Wohngebiet hinter uns gelassen haben, folgen wir der Wegführung nach rechts. Doch bevor wir wieder im Wald verschwinden, machen wir Rast. Wir sind überwältigt vom Blick in den Bliesgau.

Berauscht von Landschaftsbildern in Gold und Grün

Rechter Hand der Ort Bliesransbach, linker Hand das lothringische Blies-Schweyen und das saarländische Bliesmengen-Bolchen, dazwischen sanfte Hügel mit goldgelben Feldern, grünen Wiesen und tiefgrünem Wald. Wir sind berauscht von diesem Landschaftsbild.

Nach der Rast folgt eine längere Waldpassage, die kurzfristig am Waldcafé Rexrothhöhe, oberhalb von Kleinblittersdorf, unterbrochen wird. Sobald wir den abschüssigen Weg entlang alter Obstbäume verlassen haben, sind wir wieder im Wald unterwegs. Altes Gemäuer zeugt davon, dass hier am Südhang einstmals terrassenartig Rebflächen bewirtschaftet wurden.

Wir müssen wieder steigen. Entlang der Teufelsbachklamm steigen wir auf schmalen Pfad nach oben. Dort angekommen, verlassen wir den Wald und befinden uns auf einem Höhenrücken mit atemberaubender Fernsicht bis zu den Ausläufern der Nordvogesen. Wildblumen und Wildkräuter in den Wiesen, darüber gaukeln Schmetterlinge durch die Landschaft, Bienen folgen emsig dem Duft der Blüten, Habichtschreie über uns und Rundumblicke in weite Teile des Bliesgaus. Die Landschaft bezaubert uns, während wir an einer Sitzgruppe mit Holztisch in der Wiese eine zweite Rast einlegen. Hier wollen wir bleiben.

Auf dem Weg nach Sitterswald genießen wir nochmals auf einer Sinnesbank den Ausblick ins Tal, bevor wir absteigen und die ersten Häuser vor uns auftauchen. ●

Blies-Grenzweg 16 km

Anspruch: Mittelschwere Tour mit einigen Anstiegen.

Charakteristik: Der Weg bietet alles, was eine gute Wanderung ausmacht: schattige Waldabschnitte, Wiesenwege mit grenzenlosen Aussichten, Auf- und Abstiege sowie zu Beginn ein Stück direkt entlang der Blies. Das Ganze gemixt mit Grenzgeschichte und Heimatkunde direkt vor Ort.

Höhendifferenz: 363 Meter.

Gehzeit: 4 bis 5 Stunden.

Startpunkt: Parkplatz Ecke L106 /Nauwieser Straße, 66271 Kleinblittersdorf.
GPS: 7°04'14,0''O/49°07'52,9''N.

Anfahrt mit dem Auto: A6, Ausfahrt Gündingen, weiter über die B51 Richtung Rilchingen-Hanweiler, weiter auf der L106 Richtung Sitterswald. Parken am Startpunkt Ecke L106/ Nauwieser Straße.

Anfahrt mit Bahn und Bus: Mit der Saarbahn bis Bahnhof Kleinblittersdorf. Von dort mit dem Bus nach Sitterswald.

Rastmöglichkeiten:

- Gehlbachhof, 66271 Kleinblittersdorf-Sitterswald, Telefon 06805-43 08, geöffnet MO bis DO von 11.30 bis 14 Uhr und von 16 bis 23 Uhr, FR und SA von 11.30 bis 24 Uhr, SO von 10.30 bis 24 Uhr.
- Waldcafé Rexrothhöhe, Waldstraße 30, 66271 Kleinblittersdorf, Telefon 06805-8587, geöffnet MO bis FR von 12.30 bis 19 Uhr, SO und feiertags von 11 bis 19 Uhr (Mai bis Oktober) oder FR bis MI von 14 bis 19 Uhr (November bis April), DO Ruhetag (außer feiertags), Gruppenreservierungen möglich.

Weitere Infos zur Tour:

Telefon 0681-938090
www.die-region-saarbruecken.de

Eine Kulisse wie in den Alpen: das Litermont-Kreuz auf felsigem Untergrund.

Vom Froschparadies in luftige Höhen

Verwegene Kletterpartien an Seilen, grandiose Aussichten, mehrere Naturquell-Bereiche, Weidendom, Mondsteine, Froschparadies und Teufelsschlucht – all das erwartet den Wanderer auf der **Litermont-Gipfel-Tour**, einem der schönsten Wanderwege Deutschlands.



Von **Günter Schmitt**

Die Litermont-Gipfel-Tour wurde 2007 zum schönsten Wanderweg Deutschlands gekürt. Ein Wanderweg der Superlative wartet auf uns. Wandergenuss auf höchstem Niveau. Vom Waldparkplatz sind es nur wenige Hundert Meter bis zum ersten Höhepunkt: dem Froschparadies. Von der Abbruchkante der ehemaligen Sandgrube überblicken wir das gesamte Areal. Neben uns kauert überlebensgroß ein grüner Holzfrosch mit goldener Krone. Wir steigen den Steilhang über Treppenabstiege nach unten, wandern – unten angekommen – im Froschparadies auf tiefsandigem Untergrund, der anschließend bis zum Teich von einem langezogenen Holzsteg abgelöst wird. Je näher wir dem Teich kommen, umso lauter hören wir das Gequake der Frösche, die gut getarnt im Schilfbewuchs nicht zu erkennen sind.

Hinter dem Froschparadies müssen wir ein kurzes Stück steil nach oben.

Vorbei an Mariengrotte und Schweinetränke

Auf einer bereitstehenden Sinnesbank können wir verschnaufen und nochmals den Blick nach unten genießen.

Vorbei an der Mariengrotte geht es nun für längere Zeit bergab. Nachdem wir die wenig befahrene Straße überquert haben, folgt eine weitere Passage bergab, zunächst durch einen Fichtenwald. Über einen weiteren langen Holzsteg gelangen wir zum Piesbach, dem wir weiter nach unten folgen. Am tiefsten Punkt der Tour stehen wir am Schweinsborn, einer ehemaligen Schweinetränke. Sie stammt aus der Zeit, als Schweine noch frei herumliefen und von Schweinehirten gehütet wurden.

Hinterm Schweinsborn müssen wir auf einen schmalen Pfad nach links abbiegen. Über Serpentinaen steigen wir nach oben. Kurze Zeit später verlassen wir den breiten Forstweg und gelangen über eine Baumbrücke, die ein Kerbtal überspannt, zur anderen Seite. Der steile Hangweg entlang des wildromantischen Tals lässt uns wieder an Höhe gewinnen.

Es folgt nun, vorbei an Ginsterbüschen, ein Waldweg mit Grasbewuchs,



anschließend ein wunderbarer Hohlweg. Bald befinden wir uns auf dem Hochplateau der Gemarkung „Falmerich“ mit einem Wiesenweg, der wie ein Wiesenteppich wirkt und unsere Schritte federn lässt. Am Ende des Wiesenteppichs wandern wir über Serpentina bergab zum Klingeborn. Wanderhütte, Grillplatz sowie ein Kinderspielplatz laden zur Rast ein. Etwas abseits, rechter Hand, eine alte Pferdetränke mit flie-

ßendem Quellwasser. Wiederum durchwandern wir ein Bachtal über schmale Pfade, Stege und einem Treppenanstieg. Danach überqueren wir die schmale Landstraße, welche die Orte Piesbach und Düppenweiler miteinander verbindet.

Nochmals führt der Weg entlang einer Hangkante, wir passieren winzige Wasseradern und erreichen nach dem Anstieg ein Biotop und kurz danach den Hechtborn, einen der vielen Quellbereiche des Piesbachs. Nach wenigen Schritten stoßen wir im dunklen Wald auf eine kleine Mariengrotte. Dort biegen wir nach rechts in einen Hohlweg, passieren bald einen gesprengten Bunker der ehemaligen Westwallanlage und befinden uns dann in einem weitläufigen Wald mit hohen Buchen, Eichen und Kiefern. Es steigt bergan.

ZUR PERSON

Meinrad Maria Grewenig (58, Foto) wurde 1954 in Saarbrücken geboren. Seit 1991 ist er mit Anette Grewenig, geborene Herz, verheiratet und hat mit seiner Frau drei gemeinsame Töchter. 1974 Abitur im mathematisch-naturwissenschaftlichen Zweig des Staatlichen Realgymnasiums in Völklingen, 1976 erwarb er den Gesellenbrief als Maler und Lackierer der Handwerkskammer des Saarlandes. 1974 bis 1983 Studium der Kunstgeschichte, klassischen Archäologie, Philosophie, Erziehungswissenschaften und katholische Theologie an der Universität des Saarlandes in Saarbrücken und der Paris-Lodron-Universität Salzburg, bis zur Promotion zum Doktor der Philosophie in Kunstgeschichte und klassischer Archäologie mit Philosophie 1983. 1984 bis 1992 Saarland Museum Saarbrücken, Stiftung Saarländischer Kulturbesitz, Saarbrücken, seit 1989 als stellvertretender Direktor. 1992 bis 1999 Direktor des Historischen Museums der Pfalz in Speyer und Geschäftsführender Vorstand der Stiftung Historisches Museum der Pfalz. 1997 Berufung durch das Land Rheinland-Pfalz zum Ausstellungskommissar für die Ausstellung zum Hambacher Fest im Hambacher Schloss. Seit 1999

Generaldirektor und CEO des Weltkulturerbes Völklinger Hütte – Europäisches Zentrum für Kunst und Industriekultur.



Waghalsiger Anstieg an verankerten Tauen

Oben angekommen, beginnt der sogenannte „Maldix-Wilderer-Trail“. Zunächst wandern wir auf schmalen Pfad bergab über grobkörniges Geröll, dann entlang eines Hangwegs, bevor uns zwei Schilder mit der Aufschrift „leicht“ oder „schwer“ den steilen Anstieg nach oben signalisieren. Wir entscheiden uns für den „schweren“ Anstieg, hangeln uns an kräftigen in den Felsbrocken verankerten Tauen nach oben. Dort folgt eine kurze ebene Passage, ehe es über etliche Treppenstufen weiter aufwärts geht. Wir befinden uns nun an der oberen Kante



Museums-Tipp

In einem ehemaligen Westwallbunker ist das Litermont-Museum untergebracht. Zum einen wird hier der Gefallenen des Zweiten Weltkriegs gedacht, zum anderen wird dem Besucher die Sagenwelt des Litermont nähergebracht. Seit vielen Jahrhunderten werden Geschichten von der frommen Burggräfin Margarete erzählt, die eine Wohltäterin des Ortes gewesen sein soll und im Chor der Kirche in Nalbach begraben worden

sei. Die bekannteste Sage um Margarete und ihren Sohn Maldix ist die des wilden Jägers Maldix – nachzulesen im Buch von Karl Lohmeyer „Die Sagen der Saar“. Im Außenbereich befasst sich der Geschichtspark mit landwirtschaftlichen Geräten aus der Zeit des vergangenen Jahrhunderts. ● *Öffnungszeiten im Sommer zwischen 14 und 16 Uhr oder nach Voranmeldung unter Telefon 06836-83504. Der Eintritt ist frei.*



Über eine Baumbrücke geht es in den verwunschenen, mystischen Wald.

des Blockschuttwaldes, einem Waldgebiet mit grobem Felsersatz, der auf die Tätigkeiten im ehemaligen Steinbruch am Litermont zurückzuführen ist.

Einige Höhenmeter müssen wir wieder nach unten und stehen rasch an der Abbruchkante der Teufelsschlucht, einem ehemaligen Steinbruch, in dem Quarzit abgebaut wurde, der zu Chamotte-Steinen weiterverarbeitet wurde. Auf einer Bank genießen wir die Aussicht bis zu den Höhen von Berus.

Steil über uns ist das Kreuz des Litermont bereits zu erkennen. Nun beginnt der Aufstieg durch die Felsen zum Gipfel. Wiederum können wir uns zwischen zwei Routen nach oben entscheiden: leicht oder schwer. Die schwerere

mit dicken Tauen scheint verlockender. Wir fühlen uns wie Gipfelstürmer, als wir uns über die Felsbrocken nach oben winden. Geschafft! Wir stehen am Gipfelkreuz mit atemberaubendem Ausblick übers Prims- und Saartal bis weit nach Frankreich.

Trauungen in der Natur im Weidendom

Das Litermont-Kreuz wurde 1852 zu Ehren der Burgfrau Margarete vom Litermont errichtet. Heute ist das Kreuz das Wahrzeichen der Gemeinde Nalbach. Neben dem Gipfelkreuz befindet

sich der Weidendom. Der aus Weidenruten entstandene Dom wird von vielen Brautpaaren zur Trauung im Freien genutzt.

Bevor wir den Gipfel verlassen, ein kurzer Blick zur nachgebauten optischen Telegrafestation aus der Zeit Napoleons. 1813 war die Verbindung von Metz nach Mainz gebaut worden, wobei eine Station auf dem Litermont errichtet wurde. Die nächsten Stationen befanden sich auf dem nahegelegenen Hoxberg bei Lebach und auf der Siersburg. Wir verlassen den Gipfel, wandern durch einen Burggraben, anschließend durch das Felsmassiv „Mondsteine“.

Lesen Sie weiter auf Seite 38...

Über Himmelsleiter und Teufelsschlucht

Gemeinsam mit Wanderexperte Günter Schmitt und dessen Hund Emma hat sich Meinrad Maria Grewenig, Direktor des Weltkulturerbes Völklinger Hütte, auf den Weg zur **Litermont-Gipfel-Tour** gemacht – und wurde dadurch zehn Jahre jünger.

Ein Gastbeitrag von **Meinrad Maria Grewenig**

Wir wollen die Litermont Gipfel-Tour nicht bei Schnee wandern“, war die klare Ansage von Günter Schmitt Anfang November 2012. Immer wieder hat sich unser gemeinsamer Wandertermin verschoben – bis in den Spätherbst hinein. Schließlich hatten wir Freitag, 9. November 2012, ausgewählt. Der Wetterdienst kündigte goldenen Sonnenschein und angenehme Wandertemperaturen an. Vorausgegangen war bei mir die Beschaffung angemessener Wanderkleidung, die auf Empfehlung von Günter Schmitt aus einer regendichten und dampfdurchlässigen Regenjacke, Funktionshose, Kappe, Handschuhen und den Meindl-Wanderschuhen bestand, die ich mir schon rechtzeitig im Spezialgeschäft „Horizont“ in Saarbrücken besorgt hatte.

Ich war sehr aufgeregt, mit dem König der Grenzwanderer, Günter Schmitt, diese Gipfel-Tour zu machen. Günter Schmitt, der Buchautor, der Heimatbildsammler, der Journalist und Grenzwanderer, hat als einziger Mensch bisher nonstop eine Wanderung rund um die Grenzen Deutschlands gewagt. 2010, von März bis November, lief er zu Fuß rund um Deutschland. Ohne Unterbrechung, nur begleitet von seiner Beagle-Hündin Emma.

Er selbst spricht vom Abenteuer seines Lebens. Dabei ist ein imponierendes Reisebuch „Auf vier Pfoten und zwei Füßen“ entstanden, das die Befindlichkeiten und Charaktere der Deutschen an der Grenze zu ihren Nachbarn versammelt. Deutschland entlang seiner Grenzen zu den Nachbarn, Deutsche im Dialog mit Franzosen, Luxemburgern, Belgiern und Niederländern. An Nord- und Ostsee der Dialog mit den Dänen,

die Menschen im Grenzgebiet zu Polen, Tschechien, Österreich und der Schweiz am Bodensee. Wieder an der Grenze zu Frankreich zurück zum Startpunkt, dem Weltkulturerbe Völklinger Hütte im Saarland, diesem außergewöhnlichen Kulturort des 21. Jahrhunderts, dessen Entwicklung mich seit mehr als zehn Jahren bewegt.

Der Weg, den wir gemeinsam gehen wollten, ist einer der Highlights der Premiumwanderwege überhaupt. Das Internet ist voll des Lobes zur Litermont-Gipfel-Tour: „Das Verwegene, Kletterpartien an Seilen, grandiose Aussichten, mehrere Naturquell-Bereiche, Weidendom, Mondsteine, Frosch-

Hochgefühle ganz neuer Art vermittelt der alpine Wanderweg

paradies und Teufelsschlucht“ (www.wanderbares-saarland.de/wanderwege/litermontgipfeltour.html).

„Hochgefühle ganz neuer Art vermittelt diese fast alpine Wanderung, die man sicherlich so schnell nicht mehr vergessen wird: Zehn Kilometer ist sie lang, die Nalbacher ‚Litermont-Gipfel-Tour‘, überwindet insgesamt 425 Höhenmeter und ist – mit erreichten 74 Erlebnispunkten“ (Quelle Deutsches Wandereinstitut) ganz nebenbei Deutschlands höchstprämierter Premiumwanderweg der Jahre 2006 und 2007. Und nach der Neuzertifizierung 2010 mit 84 Punkten immer noch an der Spitze.

Günter Schmitt, Emma und ich brachen an jenem Freitag am frühen Vormittag vom Maldix-Waldparkplatz in

Nalbach auf. Der Himmel war noch etwas diesig und verhangen. Seit gestern hatte es nicht mehr geregnet, der Boden war mittelschwer. Die Luft war kühl, aber angenehm und roch würzig und sehr gut nach Herbst, war sehr klar. Schon nach kurzer Zeit erreichten wir das Froschparadies, ein ungewöhnliches Biotop in einer ehemaligen Sandgrube, das sich vor uns im tiefen Tal ausbreitete. Der Weg führte weiter durch den Wald am Marienheiligtum. Bäche begleiteten den Weg. Gegen Mittag erreichten wir ein weites Feld, die Sonne hatte die Wolken vertrieben. Ein würziger Duft parfümierte die Luft und füllte meine Lungen prall.

Günter Schmitt erzählte von den vielen unterschiedlichen Menschen, denen er bei seiner Deutschland-Grenzumwanderung begegnet ist. Wir sprachen über die Zeit, als Schmitt Journalist bei der Saarlandwelle war. Für mich war er über viele Jahre das Gesicht dieses Senders, wenn es um das Saarland, saarländische Befindlichkeiten, saarländische Besonderheiten und saarländische Genüsse ging. Gern erinnerte ich mich an eine Reihe von Weinproben an der saarländischen Obermosel in Perl mit ihm, die mir einen tiefen Einblick in die Qualitäten saarländischer Winzer eröffneten. Erinnerungen an meine Speyerer Zeit kamen hoch, als ich als Direktor unter anderem das älteste und größte Weinmuseum der Welt hütete und täglich Weine auch für die Sammlung des Museums verkostete.

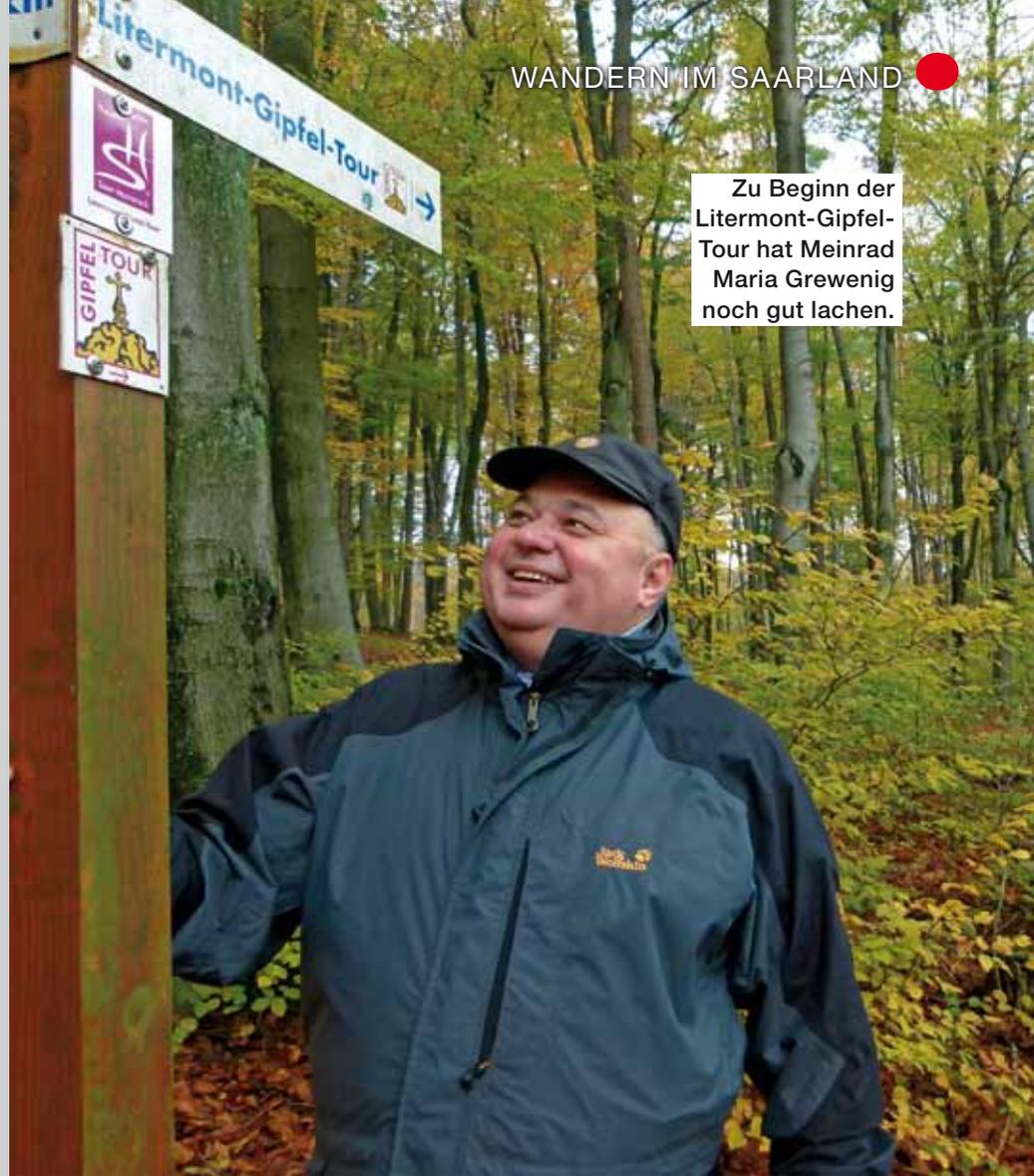
Emma war uns immer einige Meter voraus, manchmal machte sie durch ein leises Knurren auf eine besondere Situation oder ein Wild im Gebüsch aufmerksam. Wir passierten die Sinnesbank, probierten sie aus und schauten

Zu Beginn der Litermont-Gipfel-Tour hat Meinrad Maria Grewenig noch gut lachen.

uns die Bienenstation an, die liebevoll zu einer Skulptur am Waldrand zusammengefügt war – Waben und Nistmöglichkeiten für Bienenvölker.

Wir tauchten nochmals in den Wald ein, die Bilder wechselten, der Weg wurde abschüssig und steil. Dann stieg er wieder an. Wir erreichten eine Anhöhe mit einer Bank und fantastischer Aussicht, wir machten Rast. Günter Schmitt packte Bioäpfel aus dem Bliesgau aus und reichte mir einen. Es war ein köstliches Mahl. „Du musst sie mit Gehäuse aufessen“, sagte er, und ich folgte ihm darin. Es war ausgezeichnet. Zum Abschluss bekam Emma ihre Butterkekse und wir auch. Der Blick über das Saartal war atemberaubend. Meine Lungen waren prall gefüllt mit frischer, würziger Luft. Die Sonne wärmte leicht die Haut. Ich hatte meine Wanderjacke umgehängt, so warm war es.

Doch der aufregendste Teil sollte noch folgen. Der Weg ging erneut bergab, um dann noch einmal anzusteigen. Erleben und Staunen war angesagt, denn es geht ziemlich hoch und runter. Der alpine Teil folgte mit einer verwegenen Kletterpartie in engen Felsschluchten. Hängend an Seilen, kämpfte ich mich dem Gipfel entgegen. Ich selbst hatte noch keine Gipfelbesteigung in den Alpen gemacht, aber ich war sicher, so muss eine Gipfelbesteigung dort sein. Ein perfekter Höhepunkt einer Wanderung am Ende einer „himmlischen“ Tour, ein außergewöhnliches Ereignis mit „Himmelsleiter“ und „Teufels-



schlucht“ und dem Erreichen des Litermont-Gipfelkreuzes. Ein atemberaubender Ausblick auf alles, was Saarland ist. Und ein weiteres Highlight an der Strecke – der sogenannte Weidendom, eine besondere Attraktion. Aus mehr als 400 Weiden und 300 Birkenstämmen wurde hoch oben auf dem Litermont-Gipfel eine grüne Kuppelkonstruktion geschaffen. Der Raum umfasst einen Durchmesser von zehn Metern, die den freien Blick in den Himmel ermöglicht. Günter Schmitt sagte mir, dass viele junge Paare sich hier, in dem größten lebenden Bauwerk des Saarlandes, ihr Ja-Wort geben.

Etwas weiter der originalgetreue Nachbau einer optischen Telegrafestation aus napoleonischer Zeit – „Telefon“ wie vor rund 200 Jahren. Hier wurden Schriftzeichen gezeigt, die mit dem Fernglas aus großer Entfernung entzifferbar waren.

Vom Litermont-Gipfelkreuz ging es dann wieder zum Parkplatz, an den „Mondsteinen“ und dem Naturdenkmal „Grauer Stein“ und der keltischen Kultstätte und der „Erlebniswelt Litermont“ vorbei.

Die Litermont-Gipfeltour war zu Ende. Eine zehn Kilometer lange, aufregende und sehr abwechslungsreiche Wanderung zu dem Litermont-Gipfel in 425 Metern Höhe mit dem König der Grenzwanderer Günter Schmitt. Meine Lungen waren gefüllt mit

König der Grenzwanderer

frischer Luft. Mein Blut zirkulierte, ich fühlte mich müde, aber sehr glücklich. Es war ein ausgesprochen schöner Tag mit spannenden Gesprächen. Am Abend bei der Eröffnung im Deutschen Zeitungsmuseum wurde ich angesprochen, was ich getan hätte, ich sähe zehn Jahre jünger aus. Ich lächelte. Morgen werde ich wahrscheinlich ein wenig Muskelkater haben. ●



Emma ist der treueste kleine Wanderfan und eine passionierte Sonnenanbeterin.



Der Wiesenweg auf dem Hochplateau „Falmerich“ wirkt wie ein Teppich und lässt die Schritte sanft federn.

...Fortsetzung von Seite 35

Dieses stark verkieselte sogenannte Unterrotliegendkonglomerat entstand vor etwa 260 Millionen Jahren. Bis zum „Grauen Stein“ ist es nicht mehr weit. In unmittelbarer Nähe befindet sich das Restaurant „Margret’s Bauernstube“.

Danach wandern wir leicht abschüssig durch einen Hallenwald. Eine Informationstafel am Wegesrand klärt uns auf: Die bis zu 180 Jahre alten Buchen mit ihrem ausladenden Laubwerk wirken, als befänden wir uns in einer rie-

sigen Halle. Tatsächlich vermitteln die Bäume dieses Gefühl.

Wir steigen weiter nach unten und wandern ein Stück über den Walder-

Steinlabyrinth und Drachenschaukel

lebnispfad. Hier wurde ein weitläufiger Wald-Abenteuerspielplatz geschaffen mit Stationen wie Waldmemory, Steinlabyrinth, Klettermikado oder Dra-

chenschaukel. Weiter geht’s bergab und zielstrebig zum nächsten Höhepunkt: In den Steilhang gehauene Treppenstufen führen direkt zur Teufelsschlucht. Nach dem steilen Abstieg über schier endlose Treppenstiege folgt ein weiterer Abstieg durch die Teufelsschlucht über Felsstein.

Ein zweites Mal helfen uns dicke Tauen beim Ausbalancieren. Unten angekommen sind wir stolz, es geschafft zu haben. Vom Ausgangspunkt der Wanderung trennen uns nur noch wenige Minuten. ●

Litermont-Gipfel-Tour 10,4 km

Deutschlands schönster Wanderweg 2007

Anspruch: Gute Kondition und Trittsicherheit erforderlich.

Charakteristik: Wildromantische Bachlandschaften, schroffe Schluchten, Mondsteine, Weidendom, Gipfelbesteigungen, Froschparadies, Teufelsschlucht, Maldix-Wilderer-Trail, Fernblicke sind Höhepunkte einer außergewöhnlichen Wanderung.

Höhendifferenz: 313 Meter.

Gehzeit: 3,5 Stunden.

Startpunkt:

Waldparkplatz Am Litermont.

GPS: 6°47'08,9"O/49°23'56,0"N.

Anfahrt mit dem Auto: A8 Ausfahrt Saarwellingen, dort Beschilderung nach Nalbach folgen. Parken auf dem Waldparkplatz, Etzelbachstraße, Am Litermont, 66809 Nalbach.

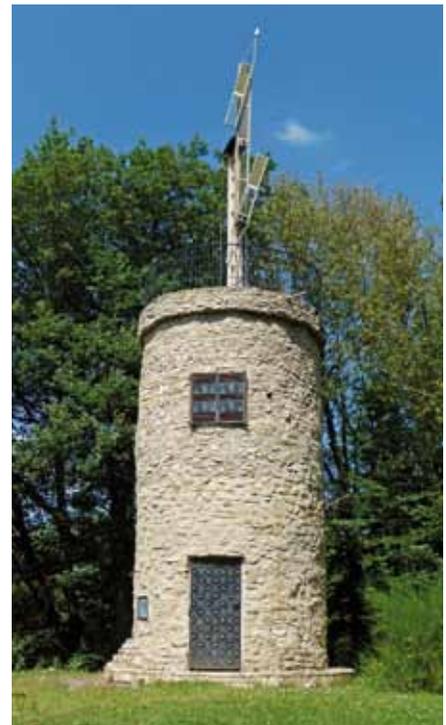
Anfahrt mit Bahn und Bus: Mit der Bahn bis Saarlouis, dann vom Bahnhof mit der Linie 401 nach Nalbach-Ortmitte. Vom Ausstieg an der Kirche am Marktplatz über die Etzelbachstraße zum Start der Wanderung am Waldparkplatz (knapp zwei Kilometer).

Rastmöglichkeiten:

- Margret’s Bauernstube, Litermontstraße 22, 66701 Beckingen-Düppenweiler, Telefon 06832-800804, geöffnet MI bis FR und SO von 11.30 bis 23 Uhr.
- Hotel-Restaurant Maldix, Am Litermont, 66809 Nalbach, Telefon 06851-89970, geöffnet MO und MI bis SA ab 5.30 Uhr, DI ab 16 Uhr, SO und feiertags ab 8 Uhr.

Weitere Infos zur Tour:

Telefon 06831-444449
www.kreis-saarlouis.de
www.nalbach.de



Der Wanderer kommt am Nachbau der optischen Telegrafenstation aus der napoleonischen Zeit vorbei.

C H E Z VICTOR'S

BRASSERIE PARISIENNE

La vie est belle.

Voyage Culinaire im März und April:

La Corse



Korsische Kräutersuppe

€ 5,80

Warme Ziegenkäse-Croustini an Tomatensalat

€ 11,80

Gegrillte Sardinen mit Kräuterfüllung
an Ratatouille

€ 16,80

Stufatu – überbackenes Lamm- und
Kalbsragout mit Oliven auf Makkaroni

€ 18,30

Wildschweinragout, Tagliatelle und Salat

€ 19,30



Wechselnde Plat du Jour und das schnelle
Menu „TGV“ für die Mittagspause



CHEZ VICTOR'S

im Victor's Residenz-Hotel Saarbrücken
Deutschmühlental 19 · D-66117 Saarbrücken
Telefon +49 681 58821-950 · Fax +49 681 58821-199
www.chez-victors.de · www.facebook.com/chezvictors



Foto: Uwe Anhäuser

Wunderbarer
Blick hinunter ins
Hahnenbachtal
und über die
Hunsrückhöhen.

Traumoaase der Ruhe

Die **Hahnenbachtal-Tour**, Deutschlands schönster Wanderweg 2012, bietet ein besonderes Wandererlebnis durch eine stimmige Komposition aus abwechslungsreichen Waldgebieten, kleinräumigen Wiesenflächen und schönen Gewässerabschnitten sowie kulturhistorischen Höhepunkten.

Von **Günter Schmitt**

Die Schinderhannes-Tränke im Rücken, folgen wir auf einem schmalen Pfad der Markierung der Traumschleife. Für ein längeres Wegstück verläuft die Hahnenbachtal-Tour auf der Wegtrasse der zweiten Etappe des Soonwaldsteigs. Den ersten Höhepunkt unserer Wanderung haben wir rasch erreicht. Im Besucherbergwerk Herrenberg erhält man Einblicke in die Arbeit der Schieferbrecher. Bereits im Mittelalter wurde sowohl über Tage als auch unter Tage Schiefer abgebaut. Im historischen Bergwerk sind während eines 30 Minuten dauernden Rundgangs die terrassenähnlich angelegten Abbauzonen und Weitungen

400 Millionen Jahre alte Fossilien

gut erkennbar. Quarzadern im Wechsel mit graublauem Schiefer zeichnen ausgefallene, unverwechselbare Naturbilder, goldglänzende Pyrite in den Wänden und Tropfsteine sorgen für unverfälschte Naturbilder.

Der Hunsrückschiefer entstand aus Ablagerungen eines kaum über 200 Meter tiefen Meeres. Im Fossilienmuseum finden wir eine Auswahl von etwa 400 Millionen Jahre alten Fossilien von Tieren und Pflanzen. Sie werden wegen ihres guten Erhaltungszustandes weltweit in vielen Museen ausgestellt.

Als wir weiter wollen, entdecke ich ein Hinweisschild mit der Überschrift: „Der Berg soll sein Geheimnis bewah-



Im reizenden Garten des Hotel-Restaurants „Historische Schlossmühle“ in Horbruch bei Morbach.

ren.“ Es erinnert an die Filmarbeiten des „Heimat“-Zyklus von Edgar Reitz. Die Schieferhöhle ist Schauplatz von „Heimat“ und „Heimat 3“. In „Heimat“ schlendert das junge Hermännchen mit seinem Klärchen durch die Bergwerkshöhle. Noch ahnt Hermann nicht, dass er Jahre später als Komponist hierher zurückkehren und seine eigene Komposition mit einem Chorgesang in Hunsrücker Platt inszenieren wird. Sie soll „Gehaichnis“ heißen, ein Ausdruck, der im Hunsrücker Dialekt für Geborgenheit, Vertrauen und Nestwärme steht.

Ein Waldweg führt zum nächsten kulturellen Höhepunkt nach oben zur Altburg und den rekonstruierten Häusern einer ehemaligen Keltensiedlung. Hier sind wir am höchsten Punkt unserer Wanderung angekommen.

Zurück zum Wanderweg. Wir steigen bergab Richtung Hahnenbachtal, vorbei an der Schieferhalde Sinsbach. Sie liegt oberhalb des Bachtals und gewährt einen wunderbaren Ausblick ins



Über eine alte Steinbrücke erreichen Wanderer die Überreste der ausladenden Schmidtburg.

scheinbar unberührte Tal. Otilie Theis schreibt in ihrem Buch (erschienen 1978) „Hunsrücker Bergleute erzählen wahre Begebenheiten“: „Entlang des Hahnenbaches und in den Tälern seiner Nebenbäche kann man heute noch wandern, ohne von dem Geräusch eines Autos aufgeschreckt zu werden, ja ohne überhaupt einer Menschenseele zu begegnen. Selbst vom Hämmern und Klopfen auf den 21 vom Fürstentum Birkenfeld 1865 aufgezeichneten Schiefergruben ist fast nichts mehr zu vernehmen.“

So auch heute. Beim Abstieg ins Tal durch den Rennwald erleben wir atemlose Stille, ab und zu unterbrochen vom Piepsen und dem Gezitscher einiger Vögel. Unten angekommen, überqueren wir über eine Holzbrücke den Hahnenbach und folgen der Wegtrasse über einen wunderbaren Wiesenweg am Waldrand entlang. Das Tal verlassen wir steil

Das ungelöste Rätsel der Region

bergauf im Wald. Plötzlich, mitten im Wald, stehen wir 60 Meter über dem Tal vor der Ruine Hellkirch. Wir genießen den Ausblick ins Tal und über die bewaldeten Hunsrückkuppen.

Eine Hinweistafel erläutert, dass es sich bei der auf dem Bergsporn liegenden Ruine um eines der ungelösten Rätsel der Region handelt. Auffallend sei das 1,5 Meter starke Mauerwerk. Die Dicke des Mauerwerks, die quadratische Form der Anlage und ein gut erhaltenes gotisches Rundbogenfenster weisen auf ein hohes Alter der Ruine Hellkirch hin. Es spricht wohl einiges dafür, dass es sich um eine ehemalige Kirche oder Kapelle der im Mittelalter untergegangenen Wüstungen „Blickersau“ und „Kaffeld“ handelt.

Wir verlassen die Traumoase der Ruhe, wandern steil bergab ins Hahnenbachtal, überqueren später den Brieler Bach und können alte Grenzsteine ent-

ZUR PERSON

Rüdiger Liller (69, Foto) geboren 1943 in Rockenberg in Hessen, lebt heute im Hunsrück. Er ist mit Anne verheiratet und hat drei Kinder. Nach seiner Ausbildung zum Restaurantfachmann und Koch beginnen seine beruflichen Wanderjahre, die ihn nach Überlingen (Bodensee), Zürich, Davos, Genf und Berlin bringen. In Bad Münster am Stein beginnt 1969 mit dem Hotel St. Georg der Weg in die Selbstständigkeit. 1973 erwirbt er in Horbruch im Hunsrück die „Historische Schlossmühle“,

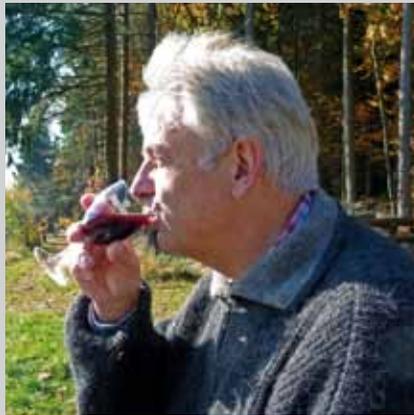


die er gemeinsam als Hotel und Gastronomiebetrieb mit seiner Frau, seiner Schwiebertochter und seinem Sohn betreibt.

Wandereindrücke von Rüdiger Liller

Beeindruckend und haften bleibend an dieser Wanderung ist die Stille und Ruhe der Landschaft. Immer wieder gibt es fantastische Bilder auf Wiesen-tälern, Herbstwäldern und die dominante Burgruine „Schmidtburg“, durch die auch ein Teil der Traumschleife geht. Erlebnisreich ist auch der ständige Wechsel zwischen Tal- und Höhenwanderung. ●

Wandern kann auch sehr entspannend sein. Rüdiger Liller beim „Pausentee“.



decken, die an die alte Grenze zwischen dem Königreich Preußen (Woppenroth) und dem Großherzogtum Oldenburg (Bundenbach) erinnern.

Entlang des Wassererlebnispfades Hahnenbachtal passieren wir die ehemalige Schleifmühle Götzenau. Nur noch Mauerreste und der wasserführende Mühlengraben sind erhalten geblieben. Ein Hinweisschild erklärt, dass man mit etwas Glück durchaus den ein oder anderen Achatsplitter im Mühlengraben finden kann.

Nachdem die Blockschutthalde „Teufelsrutsche“ hinter uns liegt, haben wir die Ruinen der mächtigen Schmidtburg bald erreicht. Über eine Steinbrücke gelangen wir zum Gelände der Burg, die einst zu den bedeutendsten Burganlagen des Hunrück-Nahe-Raumes gehörte. Die Burg wurde vermutlich 926 errichtet, die erste sichere urkundliche Erwähnung erfolgte 1084 im Zusammenhang mit dem Besitzer Emicho. Nachdem die Burg in den Besitz des Kurfürsten und Erzbischofs Balduin von Trier gelangte, war die Schmidtburg kurtrierische Landburg und Amtssitz. Während die Unterburg bereits im 16. Jahrhundert

Hahnenbachtal-Tour 9,4 km

Wanderweg des Jahres 2012

Anspruch: Mittelschwere Tour mit einigen Anstiegen.

Charakteristik: Auf teils schmalen Pfaden und Wiesenwegen führt der Weg durch Wald, Wiesen, offene weiträumige Flächen und Wald. Dazwischen liegen kulturelle Höhepunkte: ein Fossilienmuseum, das Besucherbergwerk Herrenberg, eine rekonstruierte Keltensiedlung, die Ruine Hellkirch sowie die alles überragende Burganlage Schmidtburg.

Höhendifferenz: 385 Meter.

Gehzeit: 3,5 bis 4 Stunden.

Startpunkt: Parkplatz an der Schinderhannes-Tränke.

GPS: 7°23'114"O/49°50'808"N.

Anfahrt mit dem Auto: A61 Ausfahrt Bad Kreuznach, Richtung Idar-Oberstein-Kirn, B41 bis Abfahrt Kirn-West L183, weiter L182 bis Bundenbach A1 Ausfahrt Otzenhausen, A62 Richtung Pirmasens-Käferslautern bis Ausfahrt Birkenfeld, weiter auf B269/B41 bis Kirn, L182 bis Bundenbach.

Anfahrt mit Bahn und Bus: Mit der Bahn bis Bahnhof Kirn, weiter mit Rhein-Nahe-Bus 352 bis Bundenbach (MO bis FR). Weitere

Auskünfte: www.rnn.info oder www.orn-online.de

Rastmöglichkeiten:

- Gaststätte „Zum Bremme Dick“, Hauptstraße 41, 55626 Bundenbach, Telefon 06544-650, geöffnet DI bis SO von 10 bis 14.30 Uhr und ab 16.30 Uhr, MO Ruhetag.
- Hotel-Restaurant „Forellenhof“, 55606 Rudolfshaus bei Kirn, Telefon 06544-373, geöffnet DI bis SO von 8 bis 22.30 Uhr (warme Küche von 11.30 bis 14 Uhr und von 17.30 bis 21 Uhr), MO Ruhetag.
- Gasthaus „Birkenmühle“, 55606 Rudolfshaus bei Kirn, Telefon 06544-612 oder 06544-811, geöffnet Mo bis DO auf Anfrage, FR bis SA von 12 bis 14 Uhr und ab 16 Uhr, SO ab 10 Uhr.
- Heimatdorf „Schabbach“, An der L184, 55490 Woppenroth, Telefon 06544-992391, geöffnet DO bis SO ab 16 Uhr und nach Vereinbarung.
- Gasthaus „Zur Schmidtburg“, Hauptstraße 9, 55608 Schneppenbach, Telefon 06544-99235005, geöffnet MO bis FR ab 16.30 Uhr, SA ab 14.30 Uhr, SO ab 10 Uhr, DI Ruhetag.

Weitere Infos zur Tour:

Telefon 06872-9018100
www.saar-hunsrueck-steig.de
www.vg-rhaunen.de

Felstunnel aus der Zeit des Schieferabbaus

verfiel, wurden die übrig gebliebenen Befestigungsanlagen während des Pfälzischen Erbfolgekrieges durch die Franzosen 1688 endgültig zerstört.

Unmittelbar entlang einer Außenmauer verlassen wir das Burggelände bergab ins Hahnenbachtal. Eine längere Wegpassage lässt uns entlang des Baches wandern. Wir genießen nochmals Stille, die lediglich an verschiedenen Passagen vom Plätschern des Baches unterbrochen wird. Über eine weitere Holzbrücke gelangen wir zum Forellenhof Reinhartsmühle. Dort gönnen wir uns eine ausgiebige Rast. Das letzte Teilstück unserer Tour windet sich in Serpentina nach oben. Zwei Felstunnel und alte Gleisteile erinnern an die Schiefergrube Bundenbach und den schwierigen Abtransport des Schiefers. Immer wieder lässt der Wald den Blick auf die imposante Ruine der Schmidtburg zu. Unser Naturerlebnis Hahnenbachtal-Tour endet am Parkplatz am Waldrand. ●

FRÜHLINGS- ERWACHEN

GRATIS
Zimmer-
Upgrade *

Arrangement

Frühlingserwachen

- 2 ÜN inkl. Genießer-Frühstücksbuffet
- Begrüßungsgetränk
- ein blühender Frühlingsgruß auf dem Zimmer
- zwei 4-Gang-Menüs abends im Restaurant „Bacchus“ oder in der „Scheune“ (nach Verfügbarkeit)
- Nachmittagskaffee mit ofenfrischem Kuchen
- Nutzung unseres Wellness-Bereichs mit Schwimmbad, verschiedenen Saunen uvm.
- ein Peeling-Produkt von Clarins

Kategorie Superior:

€ 240,- pro Person im DZ/

€ 323,- im EZ

Buchbar März bis Mai 2013, ausgenommen Ostern

* Buchen Sie jetzt unter dem Stichwort „Frühlingserwachen“, und wir reservieren Ihnen (sofern verfügbar) ein Zimmer der nächsthöheren Kategorie ohne Aufpreis!

Victor's

RESIDENZ-HOTEL

SCHLOSS BERG

★ ★ ★ ★ ★

Von Kopf bis Fuß auf Wandern eingestellt

Selbstverständlich kann man bei seinen ersten Wanderschritten mit soliden Turn- oder Freizeitschuhen, einer bequemen Hose und einem locker sitzenden Freizeithemd auf Tour gehen. Nicht vergessen sollte man einen kleinen Rucksack für die wichtigsten „Dinge des Lebens“. Wer sich allerdings längerfristig fürs Wandern entscheidet, sollte ein **Fachgeschäft für Wanderbedarf** aufsuchen und sich individuell beraten lassen.

Von **Günter Schmitt**

Bereits im vergangenen Jahr erzählte mir meine Physiotherapeutin Sarah während einer gemeinsamen Wanderung, dass sie in diesem Jahr unbedingt mehr wandern wolle. Also machten wir uns auf den Weg nach Saarbrücken. In der Großherzog-Friedrich-Straße befindet sich seit dreißig Jahren das Fachgeschäft „Horizont“, geballte Fachkompetenz für Wanderfreaks, Bergsteiger und Kletterkünstler. Sabine Blaß informiert uns über atmungsaktive Kleidung, über Flies und Softshell, Mikrofasern und Moskitodichte, Merinowolle und Kunstfaser, Velours sowie über wasserdichte und windundurchlässige Kleidung.

Saraha's Wanderrüstung von Kopf bis Fuß sah dann am Ende so aus: Beim langärmeligen Unterhemd und der langbeinigen Unterhose stand jeweils eine Kunstfaser oder Merinowolle zur Verfügung. Sarah entschied sich für Merinowolle, weil man diese Teile schon mal mehrere Tage nacheinander anziehen kann, ohne dass Schweißgeruch durchdringt. Außerdem sind sie absolut kratzfrei.

Bei der Wanderhose riet Sabine Blaß zu einer Hose mit offener Länge – kann man selbst kürzen. Abtrennbare Beinteile, Moskitodichte und viele kleine Taschen waren weitere Attribute. Eine blaue Bluse aus Kunstfaser gefiel Sarah auf Anhieb. Der Rat, sich nicht für eine Baumwollbluse zu entscheiden, kam prompt, da bei Baumwolle der Geruch schnell in die Nase steigt und – sollte

Zwiebellook: Mit der Wärme fallen die Kleidungsstücke

man mal in einen Regenschauer geraten – das Abtrocknen sehr lange dauert. Ein weiterer Vorteil der Kunstfaser: Sie ist bügelfrei.

Da man sich beim Wandern je nach Witterung im Zwiebellook kleiden sollte – je wärmer es tagsüber wird, umso mehr Kleidungsstücke werden im Rucksack verstaut – stand Sarah nun vor der Wahl einer ärmellosen Jacke für kühle,

windige Tage. Zur Auswahl standen Jacken aus Flies, wattierter Kunstfaser oder Softshell. Softshell, was ist das eigentlich? Wir werden aufgeklärt: Softshells sind Funktionsjacken aus meistens reinem Kunstfasermaterial. Sie zeichnen sich durch uneingeschränkte Bewegungsfreiheit aus, haben ein anschmiegsames Obermaterial und sind sehr weich. Durch ihre dichte Webart oder eingearbeitete Membranen schützen sie außerordentlich gut vor Wind. Softshells sollten vor allem bei längeren Regengüssen unter einer dickeren Jacke getragen werden, da sie nicht vor stundenlangem Regen schützen.

Es gibt für den Winter extra warme, dicke Softshells, für warme Sommertage dünnere Softshells. Die anprobierte Softshelljacke wollte Sarah nicht mehr ausziehen. Wandersocken, ein Halstuch und eine wärmende Mütze waren schnell gefunden.

Neben der Wanderbekleidung sind die Wanderschuhe das wichtigste Detail der gesamten Ausrüstung. Die Schuhe sollten das „Wohnzimmer für die Füße“ sein. Sie müssen gut sitzen, dennoch



Puppe oder Mensch?
Physiotherapeutin Sarah
Poschke präsentiert
angemessene
Wanderkleidung.



1 Elementar für die kalten Tage: ein langärmeliges Unterhemd und eine langbeinige Unterhose.



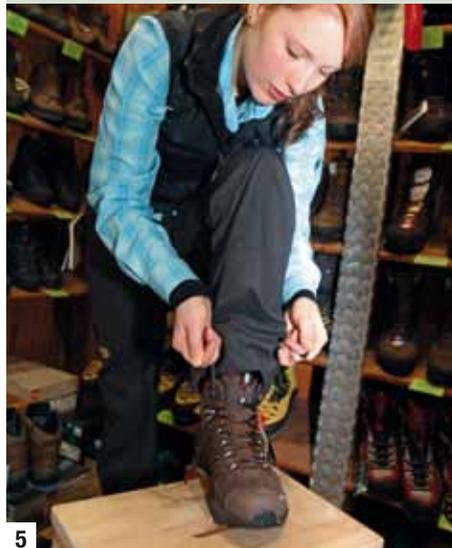
4 Als kurzärmelige Variante unter der eigentlichen Wanderjacke bietet sich insbesondere eine Softshell-Westе an.



6 Geballte Fachkompetenz für Kletterkünstler, Bergsteiger und Wanderfreaks: Sabine Blaß (rechts) hat für alle die richtigen Tipps...



2 Bei der Hosenwahl empfiehlt sich ein Modell mit abtrennbaren Beinteilen und Moskitodichte.



5 Ohne sie läuft nichts: Wanderschuhe sind das „Wohnzimmer für die Füße“ und müssen vor allem bequem sein.



9 Kopftücher sind in erster Linie für die Wandersfrau ein Allroundtalent. Sie können sowohl um den Kopf geschlungen werden...



3 Als Oberteil eignen sich Hemd oder Bluse aus Kunstfaser: Sie trocknen leichter und sind bügelfrei.



12 Komplettiert wird das Outfit durch einen passenden Rucksack, der über Brust- und Bauchgurt verfügen sollte.



13 Auf diese Weise ausgestattet, und mit einem gut gefüllten Rucksack, kann die nächste Wanderung problemlos gestartet werden.



7

...und hilft bei der optimalen Auswahl. Besonders wichtig bei der Überjacke die richtige Farbwahl: Am besten sind grelle Signalfarben, damit der Wanderer gesehen wird.



8

Sarah entscheidet sich für eine himmelblaue Wanderjacke, die vor allem atmungsaktiv und sowohl wind- als auch wasserdicht sein muss und eine Kapuze hat.



10

...als auch in den kälteren Jahreszeiten bei starkem Wind oder eisiger Kälte hinter dem Kopf gebunden werden, wodurch die untere Gesichtshälfte geschützt wird.



11

Mützen – wie hier die modische Pudelmütze – schützen nicht nur im Winter vor Kälte, sondern auch in der warmen Jahreszeit vor starker Sonneneinwirkung.

muss Bewegungsfreiheit für die Zehen gegeben sein. Der Schuh darf nirgendwo drücken oder an den Wandersocken reiben.

Sabine Blaß empfahl einen halbhothen Schuh fürs Mittelgebirge, bestehend aus Veloursleder mit Goretex, da dieser Schuh immens wasserdicht ist. Auch er war schnell gefunden.

Bei der Überjacke sollte man auf folgende Faktoren achten: wind- und wasserdicht, atmungsaktiv und Kapuze. Atmungsaktive Kleidung darf man nicht mit Weichspüler behandeln. Waschmittel für atmungsaktive Kleidung findet man im Fachhandel (zum Beispiel Eco-Wash für elf Euro).

Im hinteren Teil des Geschäfts hängen Unmengen von Rucksäcken an der Wand – für Tagestouren bis längere Wanderreisen und in allen erdenklichen Farben.

Ein Rucksack sollte angenehm und gut sitzen und über einen Brust- und Bauchgurt verfügen. Die meisten Rucksäcke haben auch einen integrierten Regenschutz (90 Prozent). Ist dieser nicht vorhanden, sollte man ihn unbedingt dazukaufen.

Sarah hat versprochen, mich in diesem Jahr bei einigen meiner längeren Touren zu begleiten. Für den Wandervorrat will sie auch noch sorgen. Das Wanderjahr kann also beginnen. ●

Einkaufstour

Budget für die Anschaffung einer Wander-Grundausrüstung

Unterhemd (Merinowolle)	85 Euro
Unterhose (Merinowolle)	85 Euro
Socken	18 Euro
Wanderhose	ab 80 Euro
Bluse	ab 60 Euro
Ärmellose Softshell	ab 150 Euro
Halstuch	ab 18 Euro
Mütze	ab 15 Euro
Wanderschuhe	ab 140 Euro
Wanderjacke	ab 150 Euro
Rucksack für Tagestour	ab 70 Euro
Gesamtsumme	871 Euro

Erleben mit allen Sinnen

Wandern kann jeder. Wer gehen kann, kann auch wandern und Schritt für Schritt seinen Rhythmus finden. Wandern hält fit, eine Art **sanfter Ausgleichssport**.

Am besten lässt man seine Uhr zu Hause und verstaubt das Handy im Rucksack für Notfälle. Nur so kann man zeitlos werden, wandern ohne Termindruck, sich einlassen auf einen Weg. Beim Wandern steht das Naturerleben im Vordergrund. Landschaftsbilder aufnehmen mit allen Sinnen.

Landschaft sehen: den Wald zu verschiedenen Jahreszeiten, die sanften Hügel des

Bliesgaus mit den schier unendlichen Streuobstwiesen, den Saargau mit seinen wie auf einer Leinwand dahingepinselten Dörfern, die Tiere, die wir während einer Wanderung beobachten können. Bei einer Wanderung durch kühlen, feuchtnassen Wald kreuzten unlängst drei Feuersalamander meinen Weg. Ich nahm mir die Zeit, um sie mit meinen Augen zu verfolgen. Über eine

Sehen, schmecken, riechen, fühlen

halbe Stunde dauerte es, bis sie sich zwischen den Baumwurzeln am Wegesrand in Sicherheit wiegen.

Landschaft fühlen: Wer jemals einen dicken Moostepich berührt hat, weiß, wie weich, frisch und kühl es sich anfühlt. Die Flechten an den Steinen und Felsen, wie hart und rau sie sich anfüh-

len. Oder die unterschiedlichsten Wegbeschaffenheiten, mit federndem Schritt über einen Wiesen- oder Sand-

weg laufen, der harte Untergrund eines steinigen Weges, sanfte Rutschpartien nach längerer Regenzeit oder das weiche Eintauchen in den Schnee während einer Winterwanderung.

Landschaft schmecken: den Sauerampfer in den Wiesen im Frühjahr, den wilden Schnittlauch, den die ersten Sonnenstrahlen sprießen lassen und fast zeitgleich die jungen Triebe des Bär-

lauchs, die den Waldboden bedecken, die ersten Waldbeeren des Jahres noch vom Morgentau gekühlt, wilde Himbeeren oder Brombeeren während einer Wanderung gepflückt, oder den ersten Apfel am Baum.

Landschaft hören: das Gurgeln eines Baches, wenn wir an ihm entlangwandern – mal laut, mal leise, das Geschnatter brütender Enten und Gänse, der schrille Schrei eines Raubvogels oder der fast heiser klingende Ruf des Fasans. Wenn ich im Frühjahr in meiner näheren Umgebung auf Feld- und Wiesenwegen unterwegs bin, scheint das Tirilieren der Feldlerchen nicht aufhören zu wollen.

Landschaft riechen: Wer jemals unter einem blühenden Lindenbaum stand, wird diesen intensiven Duft der Lindenblüten niemals mehr vergessen. Oder wer das süße, betörende Odeur der Wildrosen am Wegesrand einmal in sich aufgesogen hat, kennt das verführerische Bukett der kleinen, fast unscheinbar wirkenden Blüten, der Geruch nach frischer Erde, wenn sie gerade mit dem Pflug bearbeitet wurde – Gerüche, die man nur erlebt, wenn man durch den riesigen Landschaftspark Erde unter freiem Himmel unterwegs ist.

Die Wegbeschaffenheiten in der Natur sind Fitness-Center voller Herausforderungen, mal sanft, mal steil, mal felsiger Untergrund, mal ein weicher Wiesenweg, schmale Pfade, kleine Stege, Holzplatten und Steine zum balancieren. Während meiner achtmonatigen Wanderung 2010 entlang der deutschen Grenze war der Weg mein Ziel. Mit einem Abstand von zweieinhalb Jahren – am 17. November 2010 bin ich in Völklingen wieder angekommen – kann ich sagen: Ich bin gelassener worden, nehme mich nicht mehr so wichtig. Früher war ich oftmals ruhe- und rastlos, jetzt bin ich viel ausgeglichener. Wenn ich zwei, drei Tage nicht an der frischen Luft war, muss ich raus, Sauerstoff tanken – egal bei welchem Wetter. Meine lange Reise rund um Deutschland hat mich zeitlos werden lassen, ich trage keine Uhr mehr. Auf meiner letzten Alpenetappe hatte mich eine Schweizerin begleitet. Sie zieht jedes Jahr mit dem Lineal einen Strich auf einer Landkarte. Dann versucht sie, auf dieser virtuellen Linie von A nach B zu laufen – mal drei Tage, mal eine Woche oder auch länger. Versuchen sie es einmal, es ist nie zu spät. Wandern macht glücklich. Was zählt mehr?! ●

Günter Schmitt

FORUM

DAS WOCHENMAGAZIN

Verlag:

FORUM Agentur für Verlagswesen,
Werbung, Marketing und PR GmbH,
Deutschmühltal,
Am Deutsch-Französischen Garten,
66117 Saarbrücken,
Telefon 0681-93613-2

Geschäftsführung:

Susanne Kleehaas (V.i.S.d.P.)

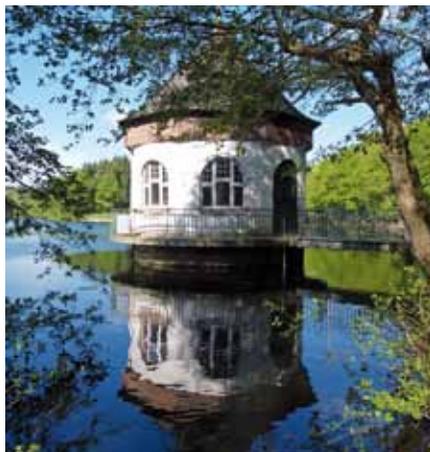
Verlagsleitung: Dr. Bernd Coen

Projektmanagement:

inplan-media GmbH

Redaktionelle Umsetzung: Jörg Heinze

FORUM erscheint wöchentlich freitags.
Der Einzelverkaufspreis beträgt 3,30 Euro.



Das historische Pumpenhaus am Itzenplitzer Weiher in der Gemeinde Schiffweiler ist hübsch anzuschauen.

Rundum entspannt!

Arrangement

Wintermärchen

- 2 ÜN mit Frühstück
- 2 Abendessen als 3-Gang-Menü
- jeden Nachmittag Kaffee und Kuchen

€ 151,- pro Person im Standard-DZ

€ 181,- pro Person im EZ

Victor's

SEEHOTEL

WEINGÄRTNER

★ ★ ★ ★



C H E Z
VICTOR'S

BRASSERIE PARISIENNE

Tanz in den Mai



Dienstag, 30. April 2013

ab 18.00 Uhr

Tanzen Sie mit uns in den Wonnemonat Mai. Genießen Sie unserer reichhaltiges Buffet – Inkl. Apéritif, verschiedenen Vorspeisen und Hauptgängen sowie köstlichen Desserts. Für Live-Musik sorgt die Band „Top Connection“. Bei schönem Wetter kann auch auf der Terrasse getanzt werden. € 35,00 pro Person



CHEZ VICTOR'S

im Victor's Residenz-Hotel Saarbrücken
Deutschmühlental 19 · D-66117 Saarbrücken

Telefon +49 681 58821-950 · www.facebook.com/chezvictors.de · www.chez-victors.de