

Mehrtageswanderung auf dem HOCHRHÖNER „Wandern im Land der offenen Fernen“ - vom 21. bis 25. September 2026 -



Liebe Wanderfreundinnen, liebe Wanderfreunde,

wir freuen uns, euch zur diesjährigen mehrtägigen Wanderung im Herbst 2026 einzuladen. Unser Ziel führt uns diesmal auf einen der bekanntesten Fernwanderwege Deutschlands: den HOCHRHÖNER. Unter dem Motto „Wandern im Land der offenen Fernen“ wollen wir gemeinsam die Magie und Weite der Rhön erleben und die landschaftliche Vielfalt dieser einzigartigen Mittelgebirgsregion entdecken.

Der HOCHRHÖNER – Ein Weg mit Weitblick

Der HOCHRHÖNER gilt als einer der schönsten Fernwanderwege Deutschlands und wurde bereits mehrfach ausgezeichnet. Er verbindet auf rund 180 km die schönsten Landschaften der Rhön und führt von Bad Kissingen in Bayern bis nach Bad Salzungen in Thüringen. Charakteristisch für den Hochrhöner sind spektakuläre Panoramen, sanfte Höhenzüge, offene Kuppen, artenreiche Wiesen und mystische Moore.

Unsere geplante Wanderung konzentriert sich auf das Herzstück des HOCHRHÖNER und der „Extratouren“: die Kuppen- und Lange Rhön. Hier erleben wir die Rhön von ihrer ursprünglichsten und eindrucksvollsten Seite.

Die Kuppenrhön

Die Kuppenrhön ist das geologisch älteste Gebiet der Rhön und geprägt von zahlreichen voneinander abgesetzten, meist sanft gerundeten Vulkankuppen. Diese weiten, offenen Höhenzüge vermitteln ein Gefühl von Freiheit und Weite, weshalb die Rhön auch gern „Land der offenen Fernen“ genannt wird. Zahlreiche seltene Pflanzen und Tiere, ausgedehnte Magerrasen und der stete Wind geben der Landschaft ihren unverwechselbaren Charakter.



Die Lange Rhön

Die Lange Rhön schließt sich nördlich an die Kuppenrhön an und bildet einen langgestreckten Höhenzug – eine Art Rückgrat der Rhön. Hier erwarten uns ausgedehnte Hochflächen, zauberhafte Moore wie das Schwarze Moor und

das Rote Moor, offene Wiesenfluren, naturnahe Buchenwälder und zahlreiche Aussichtspunkte. Besonders reizvoll sind die offenen Fernen, die sich über das Land spannen und immer wieder neue Blickachsen eröffnen. Die Lange Rhön ist als UNESCO-Biosphärenreservat von besonderem ökologischem Wert und Schutz.



Wanderrouen und Etappenplanung

Unsere Wanderung ist als Mehrtageswanderung konzipiert und umfasst den Zeitraum vom 21.09. bis 25.09.2026. Wir werden auf dem zertifizierten Qualitätswanderweg HOCHRHÖNER sowie den Varianten „Extratouren“ unterwegs sein und täglich ausgewogene Etappen zurücklegen. Die genaue Etappenplanung orientiert sich an den landschaftlichen Highlights und der guten Erreichbarkeit.

Wanderprogramm:

1. Tag (21.09.): *Anreise* nach Bischofsheim in der Rhön. Einstiegswanderung, gemeinsamer Start zum Einrollen und Kennenlernen der Gruppe hinauf zum Kreuzberg, „Heiliger Berg der Franken“ mit Kloster und Brauerei. Einkehr in der Klostergaststätte, anschließend Fahrt zum Hotel und gemeinsames Abendessen.
8 km | 3:00 Std. Gehzeit | 500 m Aufstieg, 60 m Abstieg | mittelschwer

Bischofsheim in der Rhön – Ausgangspunkt unserer Wanderung, ist eine malerische Kleinstadt im unterfränkischen Landkreis Rhön-Grabfeld. Der staatlich anerkannte Erholungsort liegt am Fuße des Kreuzbergs und ist ein beliebtes Ziel für Naturliebhaber, Wanderer und Wintersportler.

- Geschichte: Bischofsheim wurde erstmals im Jahr 760 urkundlich erwähnt und blickt auf eine bewegte Vergangenheit zurück. Die historische Altstadt mit ihren Fachwerkhäusern und dem barocken Marktplatz lädt zum Erkunden ein.
- Kultur & Sehenswürdigkeiten: Sehenswert sind die Stadtpfarrkirche St. Georg, das Alte Rathaus sowie das Franziskanerkloster. Auch das Heimatmuseum gibt einen Einblick in das Leben der Rhöner Bevölkerung.
- Umgebung: Die hügelige Landschaft rund um Bischofsheim bietet zahlreiche Wander- und Radwege, die durch idyllische Wälder und Wiesen führen.



Unser Wanderziel, der *Kreuzberg*, ist mit 928 Metern Höhe einer der bekanntesten Berge der Rhön. Er ist nicht nur landschaftlich reizvoll, sondern auch ein bedeutender Wallfahrtsort.

- Bedeutung: Der Kreuzberg wird oft als „Heiliger Berg der Franken“ bezeichnet. Auf dem Gipfel befindet sich das bekannte Kloster Kreuzberg, das seit dem 17. Jahrhundert von Franziskanermönchen geführt wird.
- Kreuzbergkloster: Das Kloster ist berühmt für seine eigene Klosterbrauerei, in der das traditionelle Kreuzbergbier gebraut wird. Ein Biergarten lädt zur gemütlichen Rast ein. Im Kloster gibt es zudem eine Klosterschänke sowie Übernachtungsmöglichkeiten.
- Aussicht: Vom Gipfel des Kreuzbergs bietet sich ein weiter Blick über die Rhön und den Spessart. Bei gutem Wetter reicht die Sicht bis zum Steigerwald und in die Fränkische Schweiz.
- Wallfahrten: Jährlich pilgern zahlreiche Gläubige und Wanderer auf den Kreuzberg. Die drei Kreuze auf dem Gipfel erinnern an die Kreuzigung Jesu und sind ein markantes Wahrzeichen.

2. Tag (22.09.): HOCHRHÖNER - Etappe: Oberweißenbrunn bis Wasserkuppe

14,3 km | 5:00 Std. Gehzeit | 530 m Aufstieg, 240 m Abstieg | mittlerer Schwierigkeitsgrad

Am steilen Grashang des Himmeldunk weiden Rhönschafe mit dem charakteristischen schwarzen Kopf. Der Kreuzberg beherrscht die Aussicht, ehe der HOCHRHÖNER den Schwedenwall aus dem 30-jährigen Krieg erreicht. Dunkle Wasser und ein Wald niedriger Karpatenbirken erwarten den Wanderer am Roten Moor. Bis in die 60er Jahre wurde hier Torf für die Kurorte der [Rhön](#) abgebaut. Heute ist das Hochmoor Naturschutzgebiet. Hier teilt sich der HOCHRHÖNER® in Ost- und Westroute. Auf letzterer gibt der Wald bald den Blick frei auf die Wasserkuppe, mit 950 Meter die höchste Erhebung der Rhön. Der Weg auf den Berg der Segelflieger führt vorbei an der Quelle der Fulda, die mit der Werra zur Weser wird. Segelflugmuseum und Groenhoff-Haus des Biosphärenreservats laden zum Besuch auf der Wasserkuppe ein.

3. Tag (23.09.): Durch die Lange Rhön – Heute erleben wir das „Herz der Rhön! Start: Frankenheim – Ziel: Kaltensundheim

13,2 km | 4:00 Std. Gehzeit | 80 m Aufstieg, 371 m Abstieg | mittelschwer

Startpunkt ist in Frankenheim, dem höchst gelegenen Dorf der [Rhön](#). Über Wiesen und Weiden sowie durch Wald geht es zum Ellenbogen, der weite Ausblicke nach Norden ermöglicht. Vom Eisenacher Haus unterhalb des Gipfels geht es durch jungen Buchenwald, in dem im Frühjahr ein Meer von weißen und gelben Buschwindröschen blüht. Nach langen Strecken durch Wald öffnet sich die Landschaft wieder. Mächtige alte Buchen in vollem Grün stehen im Kontrast zu anderen, die anderen die nur mehr kahle Stämme haben. Im Zickzack geht der Weg ins Tal.

Unten folgt der HOCHRHÖNER einem kleinen Wasserlauf in einer Senke. Zwischen den Dörfern Kaltenwestheim und Mittelsdorf führt der Wanderweg hindurch. Eine Abzweigung führt die Wanderer in den Etappenort Kaltensundheim.

4. Tag (24.09.): Durch die Lange Rhön: kilometerweite Fernblicke, seltene Pflanzen und Tiere, Besuch des Schwarzen Moors und Einkehr in der Naturschutzstation.

Start: Parkplatz Schornhecke – Ziel: Birx.

13,1 km | 4:00 Std. Gehzeit | 100 m Aufstieg, 200 m Abstieg

„O, schaurig ist´s übers Moor zu gehen...“ so schrieb Anette von Droste-Hülshoff in ihrem Gedicht „Der Knabe im Moor“. Das kann auch in den Mooren der Rhön zutreffen, wenn graue Nebel die Sicht verschleiern oder Regen und Graupel vom kalten Wind getrieben werden und die Wanderer nicht eben streicheln. An vielen anderen Tagen leuchten die zahlreichen Birken im Grün und die Wollgräser wiegen sich im leichten Wind. Eines ist sicher, eine Wanderung über die Hochflächen der Rhön mit ihren Mooren ist immer ein Naturerlebnis.



Das Schwarze Moor in der Rhön, ein einzigartiges Hochmoor im UNESCO-Biosphärenreservat: Das Schwarze Moor ist eines der bekanntesten und bedeutendsten Hochmoore Deutschlands. Es liegt im Biosphärenreservat Rhön, im Dreiländereck Bayern, Hessen und Thüringen, auf etwa 770 Metern Höhe. Dieses beeindruckende Naturdenkmal

zieht jährlich zahlreiche Besucher an und bietet faszinierende Einblicke in die einzigartige Flora und Fauna der Hochmoore.

Entstanden ist das Hochmoor nach der letzten Eiszeit vor etwa 12.000 Jahren, als sich in Senken Wasser staute und sich Torfmoos ansiedelte. Über Jahrtausende bildeten sich so mächtige Torfschichten, die heute das Moor prägen.

Die Vegetation des Schwarzen Moores ist geprägt von speziellen Moorpflanzen wie Wollgras, Sonnentau, Moosbeere und verschiedenen Torfmoosen. Besonders beeindruckend ist die Vielfalt an seltenen Pflanzen, die an die nährstoffarmen und sauren Bedingungen angepasst sind. Das Gebiet bietet Lebensraum für zahlreiche Tierarten, darunter Libellen, Schmetterlinge und verschiedene Vogelarten wie den Brachvogel oder das Braunkehlchen.

Das Schwarze Moor steht unter besonderem Schutz und ist Teil des UNESCO-Biosphärenreservats Rhön. Als eines der besterhaltenen Hochmoore Mitteleuropas spielt es eine wichtige Rolle für den Arten- und Klimaschutz. Moore speichern große Mengen Kohlenstoff und leisten so einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz. Das Betreten des Moores ist nur auf ausgewiesenen Wegen erlaubt, um die empfindliche Natur zu schützen. Für Besucher gibt es einen gut angelegten Bohlensteg, der durch das Moor führt und einen sicheren und naturverträglichen Zugang ermöglicht. Informationstafeln entlang des Weges bieten Wissenswerte zur Entstehung, Flora, Fauna und zur Bedeutung des Moores. Ein Aussichtsturm bietet zudem einen beeindruckenden Rundblick über das Gebiet. Führungen und Exkursionen werden regelmäßig angeboten, insbesondere für Schulklassen und Naturinteressierte.

5. Tag (25.09.): Wandern am Grünen Band von Seiferts nach Birx (Parkplatz Rhönwald); Fahrt nach Bad Salzungen - Heimreise
Unsere Wanderung am Grünen Band führte uns durch eine beeindruckende Landschaft, die nicht nur durch ihre Natur, sondern auch durch ihre Geschichte besticht. Das Grüne Band, welches sich entlang der ehemaligen innerdeutschen Grenze erstreckt, bietet ein einzigartiges Zusammenspiel aus unberührter Natur und Erinnerungen an die Teilung Deutschlands. Während unserer Etappe konnten wir seltene Pflanzen und Tiere beobachten und an verschiedenen Stellen Informationstafeln zur Geschichte des Grenzstreifens entdecken. Die Mischung aus Naturerlebnis und Zeitgeschichte macht diese Wanderung zu einem besonderen Erlebnis.

13,0 km | 4:00 Std. Gehzeit | 360 m Aufstieg, 90 m Abstieg

Nach dem Abschluss unserer Wanderung Fahrt nach Bad Salzungen. Die Kurstadt ist bekannt für ihre Solequellen und ihre charmante Altstadt. Möglichkeit zu einer gemeinsamen Einkehr in einem der gemütlichen Lokale, um uns zu stärken und die Eindrücke des Tages miteinander zu teilen. Anschließend treten wir die Heimreise an.

Je nach Gruppenzusammensetzung und Witterung können einzelne Etappen individuell angepasst werden.

Übernachtung und Verpflegung

Die Übernachtungen ist in einem ausgewählten, wanderfreundlichen Hotel in der Region geplant. Frühstück und abendliches gemeinsames Essen sind im

Angebot enthalten. Für die Tagesverpflegung werden Lunchpakete organisiert oder unterwegs eingekehrt.

URLAUB IM RHÖN HOTEL - **BERGHOF WASSERKUPPE** -

Willkommen im idyllischen Hotel in der Rhön! Freuen wir uns auf einzigartige Natur, gemütliche Zimmer mit Halbpension und erstklassigen Service.



Für uns reserviert:

- 17 Doppelzimmer mit Dusche/WC, TV inkl. unserem liebevollen Verwöhnfrühstück & 3-Gang-Schlemmermenü/buffet im Haupthaus
- 7 Doppelzimmer mit Dusche/WC, TV inkl. unserem liebevollen Verwöhnfrühstück & 3-Gang-Schlemmermenü/buffet im Gästehaus

Dies waren die letzten verfügbaren Zimmer. Nach Absprache können einige Doppelzimmer auch zur Einzelnutzung besetzt werden.

Das Gästehaus Fuldaquelle liegt ca. 2-3 Gehminuten vom Haupthaus Hotel Berghof Wasserkuppe entfernt. Alle Mahlzeiten werden im Haupthaus Hotel Berghof Wasserkuppe serviert.



Der Preis beträgt pro Tag und Person nur:

98,50 Euro im Doppelzimmer (bei 2 Personen Belegung)

128,50 Euro im Doppelzimmer (zur Einzelnutzung)

zzgl. der örtlichen Bettensteuer von 2,10 Euro pro Person und Tag, die an die Stadt Gersfeld gehen.

Ausrüstung und Vorbereitung

Die Rhön ist ein Mittelgebirge – das bedeutet, wir bewegen uns auf Höhen zwischen 500 und 950 m. Einfache bis mittelschwere Wanderetappen mit Tagesdistanzen von ca. 8 bis 14 km sind vorgesehen. Gutes, eingelaufenes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung, ein Tagesrucksack und persönliche Ausrüstung (Trinkflasche, Sonnenschutz, evtl. Wanderstöcke) sind erforderlich.

Naturschutz und Besonderheiten

Die Rhön ist als UNESCO-Biosphärenreservat besonders schützenswert. Das bedeutet für uns: Wir bleiben auf den markierten Wegen, lassen keine Abfälle zurück und respektieren die einzigartige Flora und Fauna. Besonders in den Mooren und Schutzgebieten ist Rücksicht oberstes Gebot.

Hintergrund: Die Rhön und der HOCHRHÖNER

Die Rhön erstreckt sich über die drei Bundesländer Bayern, Hessen und Thüringen und ist bekannt für ihre „offenen Fernen“, die lichten Höhen und die weiten Ausblicke. Der Hochrhöner verbindet diese Landschaft auf besonders eindrucksvolle Weise. Unterwegs begegnen wir Basaltkuppen, uralten Buchen, Wacholderheiden und einer seltenen Tier- und Pflanzenwelt: Vom Schwarzstorch über das Birkhuhn bis zu Orchideen und Enzianen reicht die Vielfalt.

Der Hochrhöner ist durchgehend bestens beschildert – das orangefarbene „H“ zeigt uns immer den Weg. Abkürzungen oder Varianten wie die „Extratouren“ bieten zusätzliche Optionen.

Organisation und Anmeldung

Die Organisation der Wanderwoche erfolgt über das WanderführerTeam (Kontakt siehe unten). Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, daher bitten wir um **verbindliche Anmeldung** bis spätestens 31.03.2026. Weitere Informationen zur Wanderung und Anmeldung:

- **Kontakt:** Wolfgang Rödding, Tel. 0176-41293542
E-Mail: wolfgang.roedding@hwgv-kassel.de
- **Anmeldeschluss:** 31.03.2026
- **Wandertermin:** 21.09. bis 25.09.2026

Ausblick

Der Hochrhöner bietet nicht nur grandiose Naturerlebnisse, sondern auch Begegnungen mit der Kultur der Rhön, regionaler Küche und gastfreundlichen Menschen. Wir freuen uns auf abwechslungsreiche Tage, intensive Naturerfahrungen und gesellige Abende in der Wandergruppe. Bei Fragen, Wünschen oder Anregungen stehe ich jederzeit zur Verfügung.

Mit lieben Grüßen

Euer WanderführerTeam