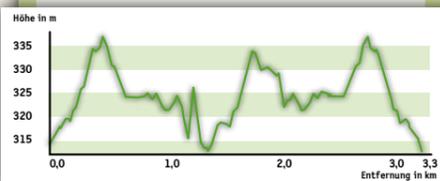


Tour 1 Sonnenhang



Schwierigkeitsgrad leicht/blau
Länge 3,3 km
Gesamtanstieg ca. 45 m

Charakterisierung

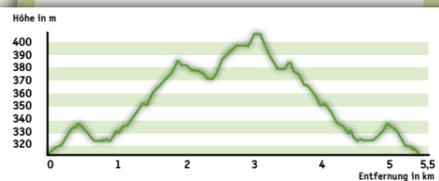
Einfache Tour für Einsteiger auf gut begehbaren Wegoberflächen aus Asphalt und Schotter ohne größere Steigungen. An der Bahnlinie entlang des „Sonnenhangs“, dort auch die Möglichkeit auf einer Rastbank die Aussicht auf die umgebenden Wälder und den Ort zu genießen. Ein kleines Wäldchen wird umrundet, danach führt die Tour auf derselben Trasse zurück zum Ausgangspunkt.

Streckenbeschreibung

Vom Kneippark bergauf, vorbei am Kur-, Sport- und Freizeitzentrum, die Landstrasse L 3050 am Kreisverkehr überqueren und weiter bis bergan bis über die Bahnstrecke unterhalb des „Sonnenhangs“ bis ein asphaltierter Weg kreuzt, links befindet sich eine Rastbank.

Diese Strasse queren, weiter oberhalb der Gleise halten. Kurz darauf geht es wenige Meter bergab und fast anschließend folgt ein kurzer Anstieg. Hier ist der Wendepunkt der Tour. Am Waldrand entlang stößt die Tour schon bald wieder auf die Bahnstrecke und folgt dem Hinweg zurück zum Ausgangspunkt.

Tour 2 Wade



Schwierigkeitsgrad mittel/rot
Länge 5,5 km
Gesamtanstieg ca. 90 m

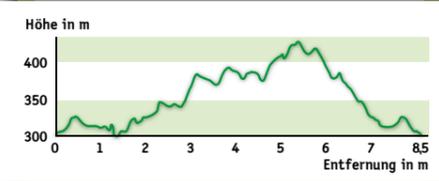
Charakterisierung

Mittelschwere Tour durch Waldgebiet und Freiflächen vorwiegend auf Schotter, teils Asphalt mit einem Hauptanstieg. An der Hangkante der „Wade“ mit schönem Ausblick auf Bad Endbach und die umliegenden Wälder. Nach einer Schleife auf dem Gipfel folgt der Abstieg auf derselben Trasse wie beim Hinweg.

Streckenbeschreibung

Entlang der Bahngleise bis zur Rastbank wie bei Tour 1. Auf Schotter bergauf zum Waldgebiet „Wade“ und dort vorwiegend auf Schotterwegen eine Schleife, erst auf Freifläche entlang der Hangkante, anschließend durch das Waldgebiet. Nachdem die Tour wieder auf den Startpunkt der Schleife trifft folgt ein Abstieg auf einem breiten Schotterweg. Danach zurück an den Bahngleisen entlang.

Tour 3 Wollscheid



Schwierigkeitsgrad schwer/schwarz
Länge 8,5 km
Gesamtanstieg ca. 155 m

Charakterisierung

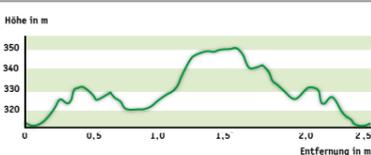
Schwere Tour mit zwei Passagen auf Natur belassenen Pfaden. Über mehrere kurze, teils steile Anstiege wird der höchste Punkt der Tour erreicht. Dem Abstieg Richtung „Wommelshausen“ folgt ein letzter Anstieg auf die Anhöhe

„Wollscheid“. Danach auf Schotter bergab und auf bekannten Wegen zurück zum Ausgangspunkt.

Streckenbeschreibung

Bis zum Wendepunkt der Tour 1 verläuft diese Strecke auf denselben Wegen. Wenig später geht es kurz auf Asphalt bergauf, mitten im Anstieg links und weiter über Wiesenwege. Ein Anstieg führt am Waldrand des „Sonnenhangs“ hinauf zum Waldgebiet „Wade“. Dort auf Schotterweg entlang der Hangkante und wenig später ein Abstieg Richtung „Wommelshausen“. Am Ende des Waldstücks auf Schotter entlang des Waldrands, es folgt ein Anstieg auf Asphalt, auf der Anhöhe „Wollscheid“ über Schotterweg zurück ins Waldgebiet „Wade“. Dort trifft diese Route auf Tour 2 und folgt deren Verlauf zurück bis zum Startpunkt.

Tour 4 Kneipp-Tour



Schwierigkeitsgrad leicht/blau
Länge 2,5 km
Gesamtanstieg ca. 40 m

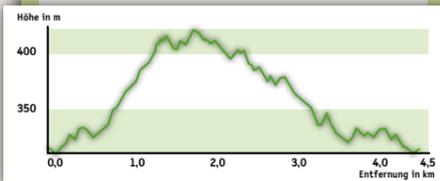
Charakterisierung

Einfache Einsteigertour mit einem kurzen Anstieg. Auf gut begehbaren Waldwegen vorbei an einer Wassertretanlage, anschließend wird eine kleine Lichtung mit Bachlauf umrundet und danach geht es zurück in den Kneippark.

Streckenbeschreibung

Vom Kneippark bergab, die „Salzböde“ überqueren und vorbei an der Heckenmühle. Auf Asphalt Richtung Ort, kurz darauf bergauf am Waldrand entlang. Eine kleine Schleife durch den Wald, vorbei an einem Wassertretbecken, anschließend eine Lichtung mit Bachlauf umrunden. Ab Ortsrand führt dieselbe Trasse wie beim Hinweg zum Startpunkt zurück.

Tour 5 Enwuch



Schwierigkeitsgrad mittel/rot
Länge 4,6 km
Gesamtanstieg ca. 120 m

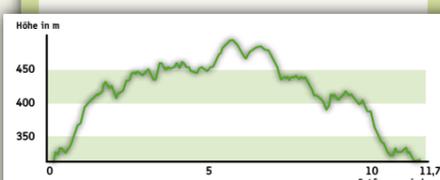
Charakterisierung

Mittelschwere Tour ausschließlich auf gut geschotterten oder asphaltierten Wegen. Einem lang gezogenen Anstieg im Waldgebiet „Enwuch“ vorbei an einer Lichtung mit Pferdekoppel, folgt nach Erreichen des Waldrands mit Blick auf „Günterod“ ein langer Abstieg. Vorbei an einer Wassertretanlage und zurück zum Ausgangspunkt.

Streckenbeschreibung

Bis zum Waldrand nach dem ersten kurzen Anstieg auf der Trasse der Tour 4. Anschließend auf Schotter weiter bergauf ins Waldgebiet „Enwuch“ hinein. An einer Lichtung mit Pferdekoppel wird die Steigung schwächer. Ab Waldrand mit Blick auf „Günterod“ geht es stetig bergab, direkt wieder zurück in „Enwuch“. Immer auf Schotter, vorbei an Wassertretbecken und ab Ortsrand führt dieselbe Trasse wie beim Hinweg zum Startpunkt zurück.

Tour 6 Schönscheid



Schwierigkeitsgrad schwer/schwarz
Länge 11,7 km
Gesamtanstieg ca. 240 m

Charakterisierung

Längste Tour mit den meisten Höhenmetern und einigen Natur belassenen Pfaden. Kurze und lang gezogene An- sowie Abstiege wechseln sich ab mit flachen Passa-

gen. Auch landschaftlich wechseln ausgedehnte Waldpassagen mit Lichtungen und Freiflächen die es ermöglichen den Blick in die umgebende Landschaft schweifen zu lassen.

Streckenbeschreibung

Bis zum Anstieg im Waldgebiet „Enwuch“ auf der Trasse der Tour 5. Anschließend auf schmalen, Natur belassenem Pfad weiter bergauf. Über eine Lichtung mit Pferdekoppel, danach auf Schotter kurz bergab. Über einen kurzen, steilen Anstieg am „Hauptberg“ zu einer weiteren Lichtung. Der nächste Anstieg führt durch Waldgebiet des „Watzberg“ zu Skihang/Skilift. Kurz nach Erreichen des Waldrand ist Wendepunkt der Tour erreicht und es geht auf Schotter bergauf, zurück ins Waldgebiet „Schönscheid“. Über Freiflächen, die Blick auf umgebende Landschaft ermöglichen. Nach Querung Ortsverbindungsstrasse am Waldrand entlang bis zu Schutz- und Grillhütte. Durch Wald zurück zur bereits bekannten Lichtung mit Pferdekoppel, anschließend auf Trasse der Tour 5. Im Verlauf des lang gezogenen Abstiegs zweigt die Tour auf weiteren, schmalen, Natur belassenen Pfad ab. Stößt jedoch bereits nach wenigen Metern wieder auf Tour 5 und folgt diesem Verlauf vorbei an Wassertretbecken zurück zum Startpunkt.

Streckenbeschreibungen

Ausgangs- und Endpunkt aller ausgeschilderten Rund-Touren ist die Informationstafel im Kneipp-Park zwischen Lahn-Dill-Bergland-Therme und der Thermalquelle. Dort sind auch Aufwärmübungen möglich. Parkplätze stehen am nahegelegenen Kultur-, Sport- und Freizeitzentrum zur Verfügung.

Bei Tourismus & Marketing können Sie auch, gegen Pfand, Nordic Walking Stöcke leihen.

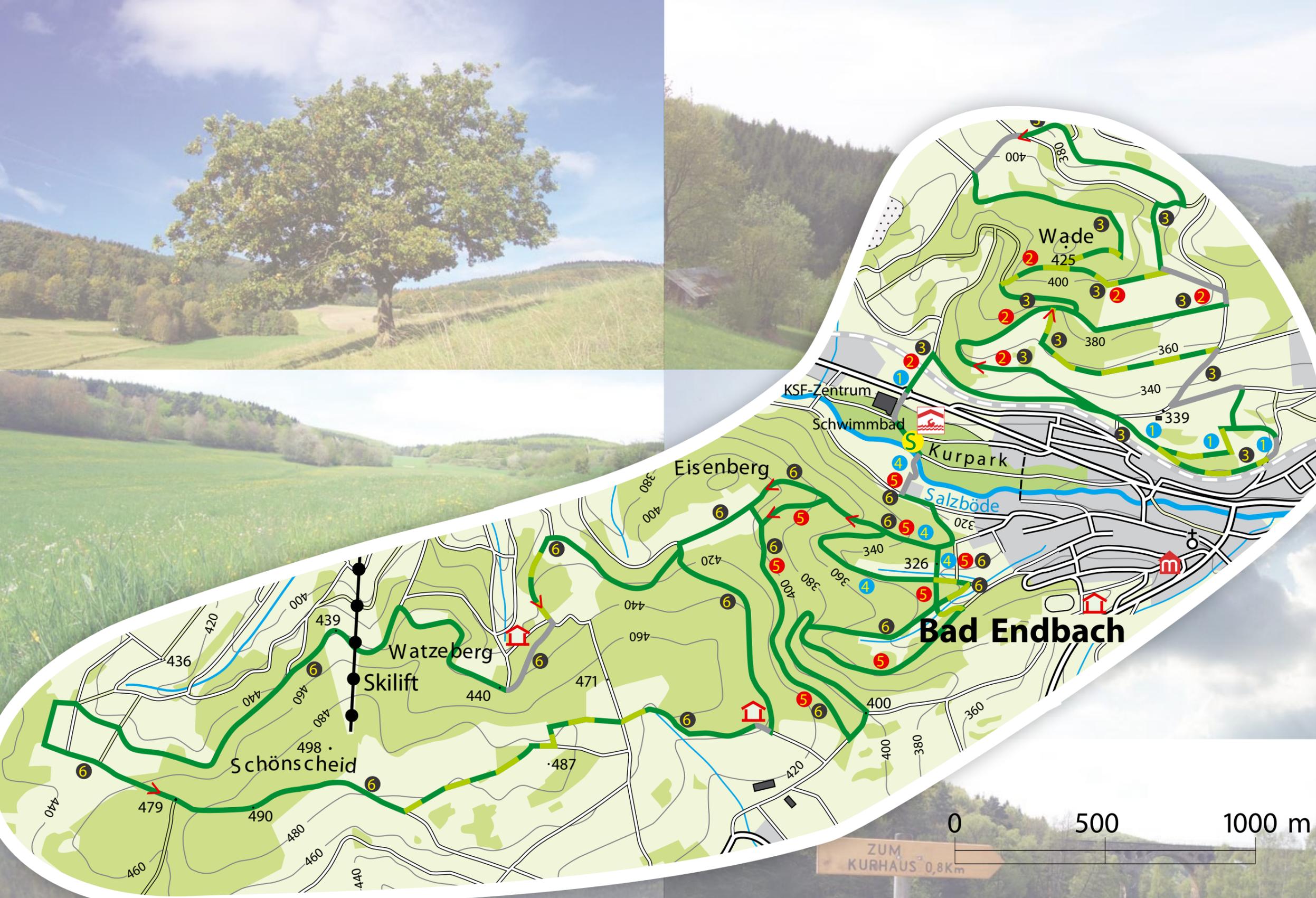
Kontakt und weitere Informationen über Kurse, Treffs, geführte Touren und Pauschalangebote unter:

Tourismus & Marketing Bad Endbach
 Herborner Str. 1 · 35080 Bad Endbach
 Tel: 02776/ 80113 · Fax: 02776/ 1042

E-Mail: info@bad-endbach.de
 Internet: www.bad-endbach.de

Nordic Walking IN BAD ENDBACH





- Siedlung
- Wald, Gehölz
- Park
- Hauptstraße
- Innerortsstraße
- befestigter Wirtschaftsweg
- unbefestigter Feldweg
- unbefestigter Waldweg
- Fußweg, Pfad
- Bahntrasse
- Schutzhütte
- Kirche
- Museum
- Einzelnes Haus
- Steinbruch
- Höhenlinie mit Höhenangabe
- Höhenpunkt
- Wegebelag**
- Schotter, wassergebunden
- unbefestigt, „Grasweg“
- Asphalt
- Neigung**
- in Pfeilrichtung mind. 7% Steigung

Die Touren

Schwierigkeitsgrad	Länge	Gesamtanstieg
Tour 1 Sonnenhang leicht	3,3 km	ca. 45 m
Tour 2 Wade mittel	5,5 km	ca. 90 m
Tour 3 Wollscheid schwer	8,5 km	ca. 155 m
Tour 4 Kneipp-Tour leicht	2,5 km	ca. 40 m
Tour 5 Enwuch mittel	4,6 km	ca. 120 m
Tour 6 Schönscheid schwer	11,7 km	ca. 240 m

Nordic Walking
 Nordic Walking wurde als eine Sommer-Trainingsmethode für Langlauf und Biathlon entwickelt. Eine sanfte, effektive Bewegung für jeden Typ, bei der 90% aller Muskeln im Körper beansprucht werden. Es werden u.a. Verspannungen gelöst, Streß abgebaut und das Immunsystem gestärkt. Schnell und leicht erlernbar, bietet es einen neuen Genuss von Landschaft und Natur. Auf den rund 30 km des Bad Endbacher Nordic Walking Parks können Sie diesen unbeschwert erleben.

