



NATURPARK
HABICHTSWALD

MOUNTAINBIKE TOUREN

Geführte MTB-Erlebnistouren im
Naturpark Habichtswald 2021



Grüne Heimat
NORDHESSEN



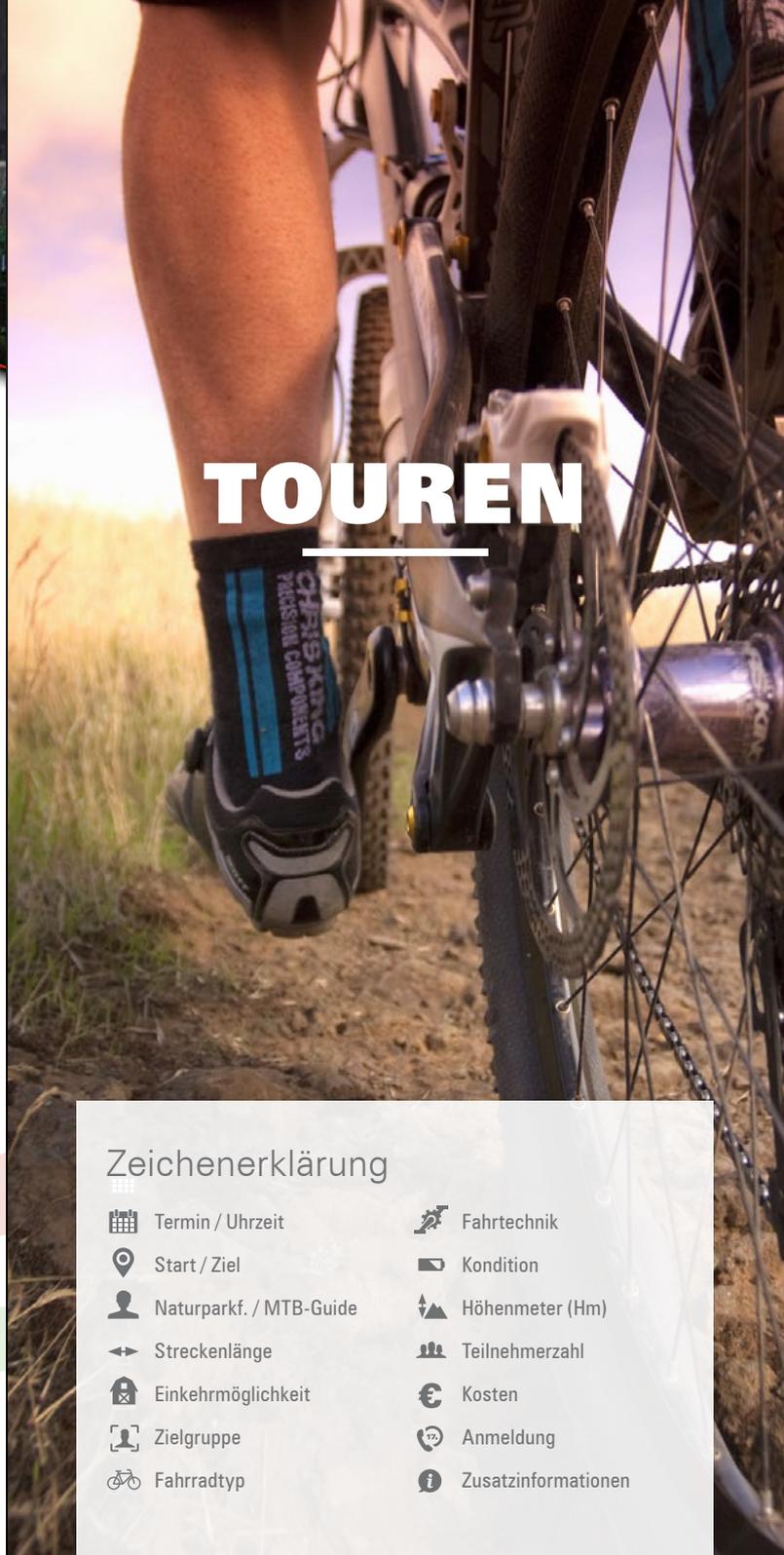
MTB-Touren – ein mitreißendes Erlebnis!

Der Naturpark Habichtswald ist mit seinem Mittelgebirgscharakter und der Mischung aus offenen und bewaldeten Flächen eine optimale Mountainbikeregion. Die abwechslungsreiche Landschaft mit ihren vielen kulturellen Besonderheiten ist seit langem begehrt bei klassischen Mountainbikern und zieht zunehmend auch Fahrer von E-Mountainbikes in ihren Bann.

Auf den folgenden Seiten möchten wir Ihnen speziell ausgewählte Touren vorstellen, die von unseren Naturparkführern und ausgebildeten Trailscouts begleitet werden.

Unsere Angebote sind so konzipiert, dass sie den Vorgaben des Waldgesetzes entsprechen. Letztlich sorgen unsere Tourenbegleiter dafür, dass das Erlebnis im Vordergrund steht und Konflikte mit anderen Naturnutzern vermieden werden.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß im Naturpark Habichtswald!



TOUREN

Zeichenerklärung

- | | |
|---|---|
|  Termin / Uhrzeit |  Fahrtechnik |
|  Start / Ziel |  Kondition |
|  Naturparkf. / MTB-Guide |  Höhenmeter (Hm) |
|  Streckenlänge |  Teilnehmerzahl |
|  Einkehrmöglichkeit |  Kosten |
|  Zielgruppe |  Anmeldung |
|  Fahrradtyp |  Zusatzinformationen |



Alle Termine im Überblick

April

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour
So. 25. April	10 – ca. 14.30 Uhr	MTB-Einsteiger-Tour zur Kugelsburg mit Martin Dillschneider

Mai

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour
Mi. 5. Mai	8.30 – ca. 14 Uhr	HOCHhinAUS mit Frank Pfennig
Sa. 8. Mai	11 – 15 Uhr	Durch den Escheberger Wald zur Geibelhütte mit Horst Schwarz und Markus Wagner
Sa. 8. Mai	16 – 19 Uhr	Seentour im Hohen Habichtswald mit Thomas Weiland
So. 9. Mai	10 – 13.30 Uhr	Rundkurs um Niedenstein mit Thomas Weiland
Sa. 29. Mai	11 – 15 Uhr	Tour zum Hohen Gras mit Horst Schwarz und Markus Wagner

Juni

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour
Sa. 12. Juni	11 – 17 Uhr	Mit Frauenpower auf den Hohen Dörnberg mit Antje Hirdes, nur E-MTB
Sa. 12. Juni	11 – 15 Uhr	Durch den Escheberger Wald zur Geibelhütte mit Horst Schwarz und Markus Wagner
Sa. 19. Juni	11 – 17 Uhr	Mit Frauenpower auf den Hohen Dörnberg mit Antje Hirdes, MTB und E-MTB
So. 20. Juni	9 – 13 Uhr	E-Mountainbike-Tour zum Naturparkzentrum mit Jürgen Depenbrock

Juli

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour
Sa. 3. Juli	10 – 15.30 Uhr	MTBergsteiger-Panorama-Tour: Wilhelmshöhe – Herkules – Dörnberg mit Stefan Schmale
Fr. 9. Juli	17 – 18 Uhr	Bikepacking-Vorbereitungstreffen, Theorie mit Bijan Otmischi und Mario Schön
So. 25. Juli	8.30 – ca. 13.30 Uhr	TRailtrAUM mit Frank Pfennig
Sa. 31. Juli – So. 1. August	10 Uhr	Bikepacking Tour – Dem „Strom“ entlang zu den Basaltkuppen, B. Otmischi und M. Schön
Sa. 31. Juli	16 – 19 Uhr	Seentour im Hohen Habichtswald mit Thomas Weiland

August

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour
So. 1. August	10 – 13.30 Uhr	Rundkurs um Niedenstein mit Thomas Weiland
So. 22. August	10 – 18 Uhr	Die MTB-Rauszeit-Tour zur Weidelsburg mit Martin Dillschneider
Sa. 28. August	11 – 17 Uhr	Mit Frauenpower auf den Hohen Dörnberg mit Antje Hirdes, nur E-MTB

September

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour
Sa. 4. September	11 – 17 Uhr	Mit Frauenpower auf den Hohen Dörnberg mit Antje Hirdes, MTB und E-MTB
So. 5. September	8.30 – ca. 14.30 Uhr	GRENZERFAHRUNG durch das Wolfhager Land mit Frank Pfennig
Sa. 25. September	11 – 15 Uhr	Tour zum Hohen Gras mit Horst Schwarz und Markus Wagner

Oktober

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour
Oktober	???	Bikepackingtour mit Stefan Schmale, Hendrik Müller und Martin Dillschneider



MTB-Einsteiger-Tour zur Kugelsburg – Ein entspannter Einstieg in die Welt des Mountainbikens

Du hast dir gerade ein neues (E-)Bike gekauft und möchtest jetzt richtig loslegen? Dann nutze die Gelegenheit und buche unsere Tour, welche dich in die Welt des Mountainbikens einführt. Du lernst, dein Bike richtig einzustellen, um ergonomisch und sicher zu fahren, und bekommst wertvolle Tipps zum Fahren und Bremsen auf verschiedenen Untergründen – für noch mehr Spaß! Wir starten entspannt in Breuna und fahren über den Hohen Steiger (Pause 1) zur Kugelsburg (Pause 2) und zurück zum Startpunkt.

- 📅 So. 25. April, 10 – ca. 14.30 Uhr
Weitere Termine mit diesem Angebot sind möglich und werden 2 Wochen zuvor im Naturparkzentrum bekannt gegeben.
- 📍 34479 Breuna, Stadtpfad 2, Landhotel Sonneneck
- 👤 Martin Dillschneider
- ↔ 25 km
- 🏠 Wir pausieren auf dem Hohen Steiger und der Kugelsburg (Einkehr gegebenenfalls möglich), unterwegs Selbstverpflegung (1,5 Liter Wasser, 2 Riegel, Banane)
- 👶 15 bis 99 Jahre
- 🚲 MTB, E-MTB
- 🏃
- 🚶
- 📏 300 Hm
- 👥 min. 2, max. 10 Personen
- 💶 10 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum
- 📢 Die durchschnittliche Geschwindigkeit wird der Gruppe angepasst. Das Angebot ist für Gruppen auf Anfrage buchbar.

Erläuterungen zu den Touren

Anmeldungen über das Naturparkzentrum Tel.: 05606 533266.
Bei zu geringer Beteiligung können Touren abgesagt werden. Sie werden dann benachrichtigt.

- Geeignete Kleidung und Sicherheitsausrüstung (Helm etc.) bedenken! Ggf. Ersatzschlauch mitnehmen.
- Versorgung beachten (Müsliriegel, Wasser etc.)
- Einkehr erfolgt i.d.R. in Absprache mit der Gruppe
- Dauer = Summe Fahrtzeit + Aufenthaltszeit bei Sehenswürdigkeiten + Pausen
- Touren generell nicht geeignet für E-MTB > 25 km/h
- Höhenmeter: Summe der zu überwindenden (Bergauf-) Höhenmeter (Hm)
- Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr
- Erläuterung der Schwierigkeitsgrade:
leicht:
mittel:
anspruchsvoll:



HOCHhinAUS

Nach dem Start in Niedenstein biken wir auf weitestgehend befestigten Feld- und Waldwegen dem ersten Höhepunkt der Strecke entgegen, dem Burghasunger Berg. Von dort führt der Weg durch das War-metal zum Hohen Gras, wo wir einkehren können. Gestärkt begeben wir uns auf die Spur des Firnbaches. Den Langenberg erklimmen wir auf schönen Trails und mit dem Vogelrain ist der letzte Berg geschafft. Auf flowigen Trails biken wir zum Ausgangspunkt zurück.

- 📅 Mi. 5. Mai, 8.30 – ca. 14.30 Uhr
- 📍 Hallenbad Niedenstein, Am Schwimmbad 2
- 👤 Frank Pfennig
- ↔ ca. 50 km
- 🏠 Waldgaststätte Hohes Gras
- 🧑‍🏍️ fortgeschrittene Touren-Mountainbiker*innen
- 🚲 MTB, E-MTB
- 🏹
- 🏔️
- 📏 1.000 Hm
- 👥 max. 10 Personen
- 💶 12 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum



Durch den Escheberger Wald zur Geibelhütte

Unsere abwechslungsreiche Tour führt von Zierenberg in Richtung Burghasungen am Rohrberg entlang ins Wolfhager Land. Der tiefste Punkt wird vor Ehringen erreicht, von da geht es in den Escheberger Wald, zur Malsburg und über die Geibelhütte zurück nach Zierenberg. Die Tour verläuft hauptsächlich auf festen Wegen und Asphalt. In Escheberg kann gegebenenfalls in der Gaststätte am Golfplatz eingekehrt werden.

- 📅 Sa. 8. Mai, 11 – ca. 16 Uhr
- 📅 Sa. 12. Juni, 11 – ca. 16 Uhr
- 📍 Parkplatz Freibad in Zierenberg, Dörnbergstraße
- 👤 Horst Schwarz, Markus Wagner
- ↔ 45 km
- 🏠 Einkehrmöglichkeiten bestehen nach 30 km in der Gaststätte am Golfplatz sowie am Ziel
- 🧑‍🏍️ Erwachsene
- 🚲 MTB, keine E-Bikes
- 🏹
- 🏔️
- 📏 800 Hm
- 👥 max. 12 Personen
- 💶 10 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum
- 📌 Die Tour wird dem technischen Können und der Kondition der Teilnehmer und den jeweiligen Witterungsbedingungen angepasst. Für Gruppen auf Anfrage buchbar.





Seentour im Hohen Habichtswald

Die Tour führt uns zu den zwei idyllischen Waldseen Silbersee und Asch, denen man kaum mehr ansieht, dass sie ursprünglich künstlich angelegt wurden bzw. durch den Basaltabbau entstanden sind. Weiter geht es zum Vorwerk Sichelbach, dessen Teich als Wasserreservoir für die barocken Wasserkünste am Herkules dient. Auf der anspruchsvollen Tour, die aus abwechslungsreichen Wegen und knackigen Trails besteht, passieren wir auch weitere kulturelle Besonderheiten wie den Herkules und die Löwenburg.

- 📅 So. 8. Mai, 16 – 19 Uhr
- 📅 Sa. 31. Juli, 16 – 19 Uhr
- 📍 Wanderparkplatz „Sandweg“ an der Druseltalstraße in Kassel
- 👤 Thomas Weiland
- ➔ 24 km
- 🏠 Herkulesterrassen
- 🚲 Mountainbiker*innen mit Trailerfahrrad
- 🚲
- 🚲
- 📏 482 Hm
- 👤 min. 4, max. 10 Personen
- 💶 10 € pro Person
- 🗓️ Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum
- 📞 Für Gruppen auf Anfrage buchbar.

Rundkurs um Niedenstein

Die Tour führt uns rund um Niedenstein mit immer wieder herrlichen Ausblicken in den Chattengau. Nach kurzer Einrollphase starten wir mit einem knackigen Anstiegstrail zum Aussichtspunkt Bilstein. Weiter geht es über die Langenberge mit immer wieder anspruchsvollen Trails und herrlichen Ausblicken in die durch zahlreiche Basaltkuppen geprägte Landschaft. Danach passieren wir Relikte aus der Vergangenheit wie die Ruine Falkenstein und die Altenburg. Gegen Ende unserer Autofahrt besteht gegebenenfalls die Möglichkeit, in der Weißenthalsmühle einzukehren.

- 📅 So. 9. Mai, 10 – 13.30 Uhr
- 📅 So. 1. August, 10 – 13.30 Uhr
- 📍 Parkplatz beim Schwimmbad in Niedenstein, Am Schwimmbad 2
- 👤 Thomas Weiland
- ➔ 30 km
- 🏠 Weißenthalsmühle oder Schwimmbad Niedenstein
- 🚲 Mountainbiker*innen mit Trailerfahrrad
- 🚲 MTB, E-MTB
- 🚲
- 🚲
- 📏 650 Hm
- 👤 min. 4, max. 10 Personen
- 💶 10 € pro Person
- 🗓️ Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum
- 📞 Für Gruppen auf Anfrage buchbar.



Tour zum Hohen Gras

Unsere Tour führt von Zierenberg über Habichtswald-Ehlen, das Hohe Gras und die Igelsburg, den Dörnberg und das Heilerbachtal zurück nach Zierenberg. Bei Lust und ausreichend Kondition der Teilnehmer machen wir auf dem Rückweg eine Schleife auf den Hohen Dörnberg – diese zusätzlichen 100 Hm werden mit einer traumhaften Aussicht belohnt. Die Tour verläuft hauptsächlich auf festen Wegen, mit einem geringen Anteil Trail und Asphalt. Bei Interesse kann die Strecke auch mit einem höherem Trailanteil gefahren werden.

- 📅 Sa. 29. Mai, 11 – ca. 16 Uhr
- 📅 Sa. 25. September, 11 – ca. 16 Uhr
- 📍 Parkplatz am Freibad in Zierenberg, Dörnbergstraße
- 👤 Horst Schwarz, Markus Wagner
- ➔ 35 km
- 🏠 Gaststätte Hohes Gras, Bergcafé am Friedrichstein sowie am Ziel
- 👤 Erwachsene
- 🚲 MTB, keine E-Bikes
- 🏹
- 🏹
- 📏 600 Hm
- 👤 max. 12 Personen
- 💶 10 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum.
- 📌 Die Tour wird dem technischen Können und der Kondition der Teilnehmer und den jeweiligen Witterungsbedingungen angepasst.
Für Gruppen auf Anfrage buchbar.



FRAUEN
aufgepasst!

Mit Frauenpower auf den Hohen Dörnberg

Eine landschaftlich wunderschöne Tour auf den Hohen Dörnberg, nur für Frauen. Durch den Escheberger Wald fahren wir Richtung Laar, durch Wälder und Wiesen geht es durch eine wunderschöne Landschaft über tolle Trails zum Dörnberg. Hier erwartet uns eine fantastische Aussicht. Nachdem wir diese genossen und uns gestärkt haben, fahren wir durch ein abwechslungsreiches Waldgebiet wieder zurück. Eine normale Grundkondition reicht aus. Wer ohne Motor fährt, sollte entsprechend fit sein.

- 📅 Sa. 12. Juni und Sa. 28. August, 11 – 17 Uhr, nur E-MTB
- 📅 Sa. 19. Juni und Sa. 4. September, 11 – 17 Uhr, MTB und E-MTB
- 📍 Breuna und zurück
- 👤 Antje Hirdes
- ➔ ca. 45 km
- 🏠 Unterwegs im Cafe Helfensteine oder zum Abschluss in der Märchenlandtherme Breuna. Wer mag, kann sich anschließend in der Sauna der Märchenlandtherme von den Anstrengungen erholen.
- 👤 Erwachsene
- 🚲 MTB und E-MTB, siehe Termine
- 🏹
- 🏹
- 📏 650 Hm
- 👤 min. 2, max. 8 Personen
- 💶 10 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum und auch an Antje Hirdes, E-Mail: ahirdes@gmx.de
- 📌 Für Gruppen auf Anfrage buchbar. Infos bei: ahirdes@gmx.de





Tolle MTB-
ERLEBNIS
Strecke

Die Mountainbike-Arena für Sportliche

Die Mountainbike-Strecke „Um das Habichtspiel“ ist ein ca. 16 Kilometer langer Rundkurs mit zwei Einstiegsmöglichkeiten und verschiedenen sportlichen Herausforderungen. Die Strecke verläuft auf befestigten Forstwegen mit drei längeren Trail-Abschnitten und ist die Mountainbike-Arena im Naturpark Habichtswald.

Einstiegspunkte sind die Wanderparkplätze „Roter Stollen“ und „Unteres Firnsbachtal“.

Beginnend am Einstieg „Roter Stollen“ südlich der Ehlerer Straße steigt die Strecke auf einem ersten Trail-Abschnitt an und führt dann über die noch erkennbare Infrastruktur einer ehemaligen militärischen Anlage, bevor der Weg in einen alten Buchenbestand eintaucht. Am Ende dieses Weges geht die

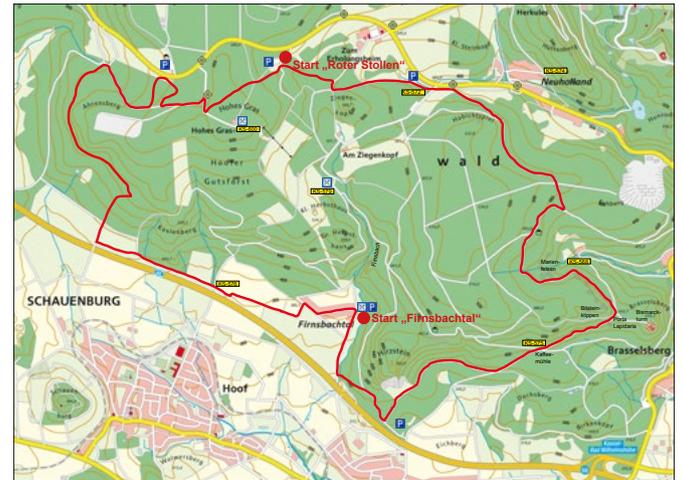
Strecke in eine weitere Trail-Passage über, die hangabwärts bis zum Waldausgang verläuft. Danach wird auf einem asphaltierten Abschnitt entlang der A44 die Siedlung Firnsbachtal erreicht, die eine Einkehrmöglichkeit bietet.

Unweit der Siedlung verlässt die Route den Fahrweg und überquert auf einem weiteren Trail den Firnsbach. Unterhalb des Naturschutzgebietes Hirzstein beginnt der stetige Anstieg auf einer Schotterstrecke.

Über die „Kaffeemühle“ erreicht man die Porta Lapidaria. Von dort aus lohnt sich ein kurzer Abstecher zum Bismarckturm, der einen grandiosen Blick über Kassel gewährt.

Weiter geht es durch das beeindruckende Felsenmeer der Bilsteinklippen, in deren Anschluss der Weg moderat ansteigt. Nach der Passage abwechslungsreicher Waldbilder streift man den Golfplatz und erhält einige schöne Aussichten auf den Herkules, dem Wahrzeichen des UNESCO Weltkulturerbes im Bergpark Wilhelmshöhe, bevor der Parkplatz „Roter Stollen“ wieder erreicht wird.

Über 280 Meter Höhendifferenz liegen zwischen dem höchsten und dem niedrigsten Punkt der Strecke, insgesamt sind 425 Höhenmeter zu bewältigen. Damit bietet diese Tour auch für anspruchsvolle Mountainbiker eine sportliche Herausforderung.



Mehr Infos und Touren gibt es unter:
www.naturpark-habichtswald.de/natur-erleben/mountainbike





MTBergsteiger-Panorama-Tour: Wilhelmshöhe – Herkules – Dörnberg

Knackige Anstiege, tolle Abfahrten und phänomenale Ausblicke – wenn es das ist, was für dich eine gute MTB-Tour ausmacht, dann bist du hier genau richtig! Der erste Anstieg führt uns gleich zu Beginn durch den Bergpark und rauf zum Herkules. Nach einem entspannten Blick über Kassel nehmen wir die nächste Steigung in Angriff. Vorbei an Silbersee und Igelsburg geht es auf den fast 600 m hohen Dörnberg, der ebenfalls mit einem beeindruckenden Ausblick aufwarten kann. Kurvige Trails führen uns zu einer kleinen Pause in das Café Helfensteine und im Anschluss genauso genussvoll wieder zurück zum Herkules. Bei Gelegenheit werden Fitness- und Fahrtechnik-Übungen in die Tour integriert.

- 📅 Sa. 3. Juli, 10 – ca. 15.30 Uhr
- 📍 Besucherzentrum Wilhelmshöhe, 34131 Kassel, Wilhelmshöher Allee 380
- 👤 Stefan Schmale
- ↔ ca. 35 km
- 🏠 Café Helfensteine
- 🚴 Tourenfahrer*innen mit Trail-Erfahrung
- 🚲 MTB und E-MTB
- 🏔️
- 🏔️
- 🏔️ 950 Hm
- 👤 min. 3, max. 10 Personen
- 💶 10 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum.
- 📌 Für die Teilnahme an der Tour sollte deine Kondition für 900 Höhenmeter reichen und du musst sicher auf Trails (= schmalen Pfaden) fahren können! Bitte ausreichend Verpflegung mitnehmen.

E-Mountainbike-Tour zum Naturparkzentrum

Die leichte E-MTB-Tour mit einigen für Anfänger geeigneten Trailabschnitten führt uns aus Richtung Kassel zum Naturparkzentrum auf dem Dörnberg. Wir halten an mehreren interessanten Punkten und erfahren zum Beispiel etwas über den rätselhaften Hohlstein und das Loch in der Basaltwand der Katzensteine.

- 📅 So. 20. Juni, 9 – 13 Uhr
- 📍 Wanderparkplatz/Bushaltestelle „Auskopf“ an der L 3298
- 👤 Jürgen Depenbrock
- ↔ ca. 25 km
- 🏠 auf halber Strecke im Kiosk des Cafés Helfensteine
- 🚴 Erwachsene
- 🚲 E-MTB
- 🏔️
- 🏔️
- 🏔️ 150 Hm
- 👤 max. 10 Personen
- 💶 8 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum.



TRailtrAUM

Nach dem Start fahren wir zunächst auf flowigen Trails zum ersten langen Anstieg auf Forstwegen in die Langenberge hinein. Nach einigen Trails in dem hügeligen Gelände wechseln wir oberhalb von Elmshagen in die westlichen Waldgebiete von Niedenstein. Steile Waldwege und lange Trails führen uns über Falkenstein und Altenburg in das Tal der Wiehoff. Dem Ziel Hessenturm stellt sich der letzte Anstieg mit bis zu 18-prozentiger Steigung in den Weg. Dort endet die Tour und zum Abschluss genießen wir den Ausblick in den schönen Chattengau – Weitblick bei gutem Wetter garantiert. Der Hessenturm ist bewirtschaftet und bietet Getränke sowie Kaffee und Kuchen.

- 📅 So. 25. Juli, 8.30 – ca. 13.30 Uhr
- 📍 Hallenbad Niedenstein, Am Schwimmbad 2
- 👤 Frank Pfennig
- ➔ ca. 40 km
- 🏠 zum Abschluss auf dem Hessenturm
- 🗺️ fortgeschrittene Touren-Mountainbiker*innen
- 🚲 MTB und E-MTB
- 🏔️
- 📏 1.000 Hm
- 👥 max. 10 Personen
- 💶 12 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum.



Bikepacking Tour – Dem „Strom“ entlang zu den Basaltkuppen

Bikepacking? So nennt sich die Mischung aus Fahrradfahren durchs Gelände und Camping, die sich inzwischen von einem Trend zu einem festen Stil etabliert hat. Du hast so richtig Lust darauf, unsere wunderbare nordhessische Landschaft nicht nur auf dem Fahrrad zu erleben, sondern am Ende eines erlebnisreichen Tages draußen in der Natur zu übernachten? Es fehlt dir aber der richtige Kick, weil du nicht weißt, ob die Ausrüstung die Richtige ist und wo du überhaupt draußen übernachten kannst? Dann bist du genau richtig bei unserer abwechslungsreichen Tour. Wir treffen uns morgens zur Abfahrt mitten in Kassel, am KulturBahnhof. Auf der historischen Treppenstraße werfen wir einen ersten Blick in den Landkreis und suchen den „Strom“ der A7, folgen ihrem Verlauf auf und ab durch die Kasseler Berge. Etwa in Höhe der Autobahnabfahrt Guxhagen biegen wir ab und erkunden die nordhessische Basaltkuppen-Landschaft. Hier verproviantieren wir uns und biken mit Rädern und Gepäck schließlich zu unserem Spot (= Lagerplatz). Am nächsten Morgen bauen wir unser Lager nach dem Outdoor-Frühstück wieder ab, beladen die Räder und hinterlassen keine Spuren vor Ort. Wir folgen dem „Strom“ einer stillgelegten Eisenbahntrasse bergab bis zum Fluss, der einen Wasser-„strom“ bildet, der uns mit seiner Strömung wieder in die Großstadt Kassel führt.

Was brauche ich eigentlich auf solch einer Bikepacking-Tour? Zur Vorbereitung darauf laden wir dich zu einem Vortreffen in das Naturparkzentrum ein. Hier bekommst du jede Menge Tipps zur Ausrüstung und wie sich so eine Tour planen lässt.

- 📅 Teil 1, Theorie: Fr. 9. Juli, 17 – 18 Uhr
- 📅 Teil 2, Praxis bzw. Tour: Sa. 31. Juli – So. 1. August, ab 10 Uhr
- 📍 Teil1: Theorie: Naturparkzentrum Habichtswald auf dem Dörnberg
- 📍 Teil 2: Praxis: KulturBahnhof Kassel
- 👤 Bijan Otmschi, Mario Schön
- ➔ ca. 68 km
- 🗺️ Mountainbiker, Gravelbiker, Tourenfahrer
- 🚲 MTB, E-MTB, Gravelbike
- 🏔️
- 📏 500 Hm
- 👥 max. 8 Personen
- 💶 Theorie: 5 € pro Person, Praxis: 20 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis drei Tage vor dem Theorieteil über das Naturparkzentrum.
- 👤 Die durchschnittliche Geschwindigkeit wird der Gruppe angepasst.





Die MTB-Rauszeit-Tour zur Weidelsburg – Trails, Naturerfahrung, Erlebnis

Dein Chef stresst, die Ohren sausen und dein Blutdruck steigt? Zeit für eine „Rauszeit“ mit dem Mountainbike! Komm mit auf eine Mountainbike-Tagestour auf den Schwingen des Habichts: erlebe Freiheit, Abenteuer, Natur pur. Mit Trails zum Verlieben, Naturmomenten zum Genießen und Erlebnissen zum Teilen. Erfahre auf dieser Tagestour warum es uns gut geht, wenn wir draußen in der Natur sind, was mit uns im Wald passiert, warum uns Natur schützt, gesund und fit macht. Die sportliche MTB-Rundtour bietet Fitness- und Fahrtechnikübungen für Mountainbiker und führt von Breuna zur Weidelsburg und zurück. Die Tour wird von mindestens mindestens zwei MTB-Guides begleitet.

- 📅 So. 22. August, 10 – max. 18 Uhr
Weitere Termine mit diesem Angebot sind möglich und werden 2 Wochen zuvor im Naturparkzentrum bekannt gegeben.
- 📍 34479 Breuna, Stadtpfad 2, Landhotel Sonneneck
- 👤 Martin Dillschneider
- ↔ ca. 60 km
- 🛠 Tankstelle und Imbiss an und auf der Weidelsburg bei Ippinghausen
- 👤 fortgeschrittene Touren-Mountainbiker*innen
- 🚲 MTB und E-MTB
- 🏔 ca. 1.100 Hm
- 👥 min. 2, max. 12 Personen
- 💶 10 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum.
- 📌 Die durchschnittliche Geschwindigkeit wird der Gruppe angepasst. Das Angebot ist für Gruppen auf Anfrage buchbar.

GRENZERFAHRung

Die Tour startet mit einem herrlichen Blick auf Hessenturm, Niedenstein und Fritzlar. Auf feinen und abwechslungsreichen Feld- und Waldwegen biken wir über Balhorn und Ippinghausen in die Waldgebiete rund um die Weidelsburg. Dann führt uns der Weg nach Naumburg, wo eine größere Pause geplant ist. Gestärkt fahren wir auf die Trails von Wart- und Kuhberg Richtung Bad Emstal. Nach den letzten (auch steilen) Anstiegen auf den Falkenstein lassen wir den Blick nochmals in das Wolfhager Land schweifen, um anschließend nach einer kurzen flowigen Abfahrt zum Ausgangspunkt zurück zu fahren.

- 📅 So. 5. September, 8.30 – ca. 14.30 Uhr
- 📍 Wanderparkplatz „Falkenstein“ bei Elmshagen (an der Straße von Breitenbach nach Niedenstein)
- 👤 Frank Pfennig
- ↔ ca. 53 km
- 🛠 Cafe Hasenacker
- 👤 fortgeschrittene Touren-Mountainbiker*innen
- 🚲 MTB und E-MTB
- 🏔 ca. 850 Hm
- 👥 max. 10 Personen
- 💶 12 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum.



„HEIMKEHR“ – Das Bikepacking Mikroabenteuer

Heimgekehrt ist jeder schon mal, aus dem Urlaub, von einem Auslandsjahr oder einer langen Reise. Gemeinsam mit euch möchten wir die Gefühle des Unterwegsseins und des Heimkehrens wieder aufleben lassen.

„Heimkehr“ ist auch der Buchtitel von Wolfgang Büschers Bestseller. Ein Buch über den Traum vom Aussteigen (auf Zeit) mitten in Deutschland. Zufällig leben wir genau da und nehmen euch mit auf seine Reise. Wir besuchen den Ort, an dem Büscher ein dreiviertel Jahr verbracht hat und geben euch einen Einblick in seine Geschichte. Unter diesem Motto steht unsere kleine Reise: Aussteigen. Und wenn`s nur für ein Wochenende ist – ein echtes Mikroabenteuer. Du bist richtig, wenn du mehr Abenteuer, mehr Natur in deinem Leben willst und wenn du am Montag an der Arbeit oder im Web-Meeting mal etwas zu erzählen haben willst. Es geht um dich! 2,5 Tage draußen, 2,5 Tage abschalten. Jetzt raus und machen. Sei dabei!

📅 Fr. 1. Oktober, 15 Uhr bis So. 3. Oktober, am Nachmittag

📍 Breuna Hotel Sonneneck, Stadtpfad 2, 34479 Breuna

👤 Martin Dillschneider und Stefan Schmale

➔ 1. Tag: ca. 35 km, 2. Tag: ca. 60 km, 3. Tag: ca. 30 km

🏠 spontan, Selbstverpflegung

🚲 Mountainbiker, Gravelbiker, Bikepacker

🚲 MTB, Gravelbike, Tourenbike (geländetauglich)

🏠

🏠

⚡ 1. Tag: ca. 400 Hm, 2. Tag: ca. 700 Hm, 3. Tag: ca. 300 Hm

👤 min. 3, max. 8 Personen

💶 35 € pro Person

🕒 Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum.

🗨️ Die Geschwindigkeit wird der Gruppe angepasst.

Wir übernachten an ausgewählten Waldhütten mit Feuerstelle.

Du benötigst Outdoor-Equipment für die Übernachtung in der Natur und Taschen, mit denen du die Ausrüstung transportieren kannst.

Für diese Tour sollte schon etwas Bikepackingerfahrung vorhanden sein, die ihr auch beim „Bikepacking-Vorbereitungstreffen, Theorie mit Bijan Otmischi und Mario Schön am 9. und 31. Juli“ sammeln könnt.



Unser Bike-
TIPP!

Biketreff im Chattengau

Rund um Niedenstein bietet der Trailscout Frank Pfennig regelmäßige Mountainbiketreffs an.

Hier gibt es keine festgelegten Touren, sondern die Strecke wird am Veranstaltungstag nach entsprechender Witterung und Teilnehmerfähigkeit festgelegt. Bei Bedarf werden auch kleinere fahrtechnische Übungen eingebaut. Start ist immer der Parkplatz des Hallenbades in Niedenstein, Am Schwimmbad 2.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Auskunft zu Terminen und weitere Infos erteilt gerne Frank Pfennig, biketouch@web.de, Tel.: 05624 8253.

MTB-Streckenempfehlungen

Wer lieber auf eigene Faust in Wald, Feld und Flur unterwegs ist und nach interessanten Streckentipps für Mountainbiker sucht, wird auf unserer Internetseite www.naturpark-habichtswald.de fündig.

Hier haben wir eine Auswahl an abwechslungsreichen und landschaftlich reizvollen Streckenempfehlungen im südlichen Naturpark Habichtswald zusammengestellt – mit ausführlichen Tourenbeschreibungen und GPS-Tracks.

Die Strecken werden während der Saison regelmäßig abgefahren und aktualisiert – Fahrspaß garantiert!



Mehr Infos und die Touren gibt es unter:
www.naturpark-habichtswald.de/natur-erleben/mountainbike





Servicepartner für den Naturpark Habichtswald

Der Bike Profi

Cornelius-Gellert-Str. 68a, 34266 Niestetal,
Tel.: 0561 8706873, Mail: info@derbikeprofi.de
www.derbikeprofi.de



Fahrradhof VSF GmbH

Wilhelmshöher Allee 261, 34131 Kassel
Tel.: 0561 471132, Mail: info@fahrradhof.de
www.fahrradhof.de

FAHRRAD HOF

Fahrradhandel Edelmann Bike

Goethestraße 37 – 39, 34119 Kassel
Tel.: 0561 17769, Mail: info@edelmann-bike.de
www.edelmann-bike.de

edelmann bike

Zweirad Stehl

Kasseler Str. 35, 34560 Fritzlar
Tel.: 05622 6026, Mail: zweirad-stehl@t-online.de
www.zweirad-stehl.de



Bike FACTS! GmbH

Zentgrafenstr. 61, 34130 Kassel
Tel.: 0561 65975, Mail: bikefacts@aol.com
www.bike-facts.de



Pedalwerk Baunatal

Wilhelmshöher Str. 9 – 11, 34225 Baunatal
Tel.: 0561 95318078, Mail: info@pedalwerk.de
www.pedalwerk.de



Uwe's Fahrrad-Ecke

An der Linde 4 A, 34295 Edermünde-Besse
Tel.: 05603 6945, Mail: info@fahrrad-ecke.com
www.fahrrad-ecke.com



Der Fahrradladen Gudensberg, Habenicht & Peter

Metzer Str. 15, 34281 Gudensberg
Tel.: 05603 6645, Mail: info@der-fahrradladen.de
www.der-fahrradladen.de



MTB-TrailRIDE

**FAHRTECHNIKKURSE
TOUREN & CAMPS
KIDS ON BIKE**

Die MOUNTAINBIKESCHULE in Kassel

Thorsten Juraschka

lizenzierter Fahrtechniktrainer, mobil: +49172-7402173
MTB-Guide, TrailScout & email: info@mtb-trailride.de
Kinder- und Jugendtrainer web: www.mtb-trailride.de

Verhaltenskodex

Die Deutsche Initiative Mountain Bike e. V. (DIMB) hat einen Verhaltenskodex erarbeitet, der eine gute Grundlage für einen unbeschwer- ten und konfliktfreien Naturgenuss bietet.

In Anlehnung an diese „Trail Rules“ möchten wir allen Mountain- bikefahrern und -fahrerinnen im Naturpark Habichtswald folgende Hinweise ans Herz legen:

1. Fahre nur auf Wegen!

Fahre nie querfeldein, du schädigst sonst die Natur! Respektiere lokale Wegesperrungen! Forstwirtschaft, Viehtrieb und Belange des Naturschutzes rechtfertigen dies. Auch in Naherholungsgebieten können lokale Sperrungen berechtigt sein.

2. Hinterlasse keine Spuren!

Bremse nicht mit blockierenden Rädern (Ausnahme in Notsituatio- nen)! Blockierbremsungen begünstigen die Bodenerosion und ver- ursachen Wegeschäden. Stelle deine Fahrweise auf den Untergrund und die Wegebeschaffenheit ein. Nicht jeder Weg verträgt jedes Bremsmanöver und jede Fahrweise.

3. Halte dein Mountainbike unter Kontrolle!

Unachtsamkeit, auch nur für wenige Sekunden, kann einen Unfall ver- ursachen. Passe deine Geschwindigkeit der jeweiligen Situation an. In nicht einsehbaren Passagen können jederzeit Fußgänger, Hindernisse oder anderer Biker auftauchen. Du musst in Sichtweite anhalten kön- nen! Zu deiner eigenen Sicherheit und derer anderer Menschen.

4. Respektiere andere Naturnutzer!

Kündige deine Vorbeifahrt frühzeitig an. Erschrecke keine anderen Wegenutzer! Vermindere deine Geschwindigkeit beim Passieren auf Schrittgeschwindigkeit oder halte an. Bedenke, dass andere Wege- nutzer dich zu spät wahrnehmen können. Fahre, wenn möglich, nur in kleinen Gruppen!

5. Nimm Rücksicht auf Tiere!

Weidetiere und alle anderen Tiere in Wald und Flur bedürfen besonde- rer Rücksichtnahme! Schließe Weidezäune, nachdem du sie passiert hast. Verlasse rechtzeitig zur Dämmerung den Wald, um die Tiere bei ihrer Nahrungsaufnahme nicht zu stören.

6. Plane im Voraus!

Prüfe deine Ausrüstung, schätze deine Fähigkeiten richtig ein und wähle die Gegend, in der du fahren willst, entsprechend aus. Schlech- tes Wetter oder eine Panne können deine Tour deutlich verlängern. Sei auch für unvorhersehbare Situationen gerüstet: Denke an Werk- zeug, Proviant und Erste-Hilfe-Set. Trage eine Sicherheitsausrüstung! Ein Helm kann schützen, ist aber keine Lebensversicherung.

7. Verhalte dich generell vorbildlich und gefährde nicht den Ruf der Mountainbiker in deiner Region!

Impressum

Redaktion

TAG Naturpark Habichtswald e. V. (Julia Schüßler, Ingo Seifert-Rösing) und Zweckverband Naturpark Habichtswald (Jürgen Depenbrock)

Gestaltung

Designbüro 2 HEKTAR LAND

Bildnachweise

Pressedienst Fahrrad (Kay Tkatzik, Martin Erd, Florian Schuh, Peter Bender), Dylan Van Weelden, Stadt Breuna, Rainer Kaufhold, Stefan Schmale, Martin Dillschneider, Jürgen Depenbrock, Wolfgang Köhler, Pixabay (MaBraS), Pexels (Marek Piwnicki), Mario Schön, Förderverein Weidels- burg (Dirk Lindemann), Frank Pfennig, Thorsten Juraschka (MTB-TrailRIDE)

Irrtümer und Änderungen vorbehalten!





NATURPARK
HABICHTSWALD

Naturparkzentrum Habichtswald

Auf dem Dörnberg 13

34289 Zierenberg

Tel.: +49 (0)5606 533266

Fax: +49 (0)5606 533291

E-Mail: info@naturpark-habichtswald.de

www.naturpark-habichtswald.de

Öffnungszeiten

März – Okt.:

Di. bis So. 10:00 – 17:00 Uhr

Nov. – Feb.:

Di. bis Fr. 12:00 – 16:00 Uhr

Sa. + So. 10:00 – 16:00 Uhr

Anfahrt

Auto: Anfahrt über die L 3214 zwischen Zierenberg und Calden-Ehrsten

Bus: Der Bus fährt an Wochenenden und an Feiertagen von 9:45 – 17:45 Uhr ab Bhf. Wilhelmshöhe im 2-Std.-Takt zum Naturparkzentrum.

Er startet als Linie 110 und wird dann zur Linie 117. Der Bus fährt über Dörnberg und Ehlen.

Aktuelle Infos im Internet unter:

www.naturpark-habichtswald.de

 www.facebook.com/naturparkhabichtswald

 www.instagram.com/naturparkhabichtswald

Mit freundlicher Unterstützung von:

