



Checkliste für zukünftige Wanderprofis

*Entdecke deine Abenteuerlust
- mit Sicherheit!*



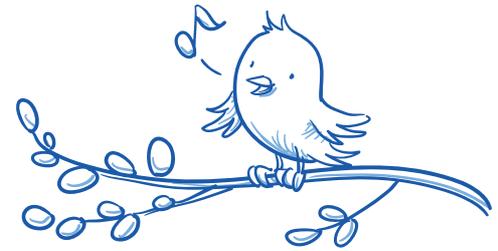
© PHORMAI

an der Nahe



© PHORMAT

Durchatmen.



Mit Abstand genießen und dabei eine schöne Zeit haben.
Raus in die Natur und Energie tanken.

Das alles ist auf den **traumhaften Premiumwanderwegen in der Nationalparkregion Hunsrück-Hochwald** möglich. Um euch den Start in euer Wanderabenteuer zu erleichtern, haben wir hier eine Checkliste für Neu-Wander-Fans zusammengestellt:

Wähle eine Strecke, die alle Familienmitglieder mit
Genuss schaffen

Auf www.nationalparkregion-hunsrueck-hochwald.de findet ihr eine große Auswahl an Premium-wanderwegen und familienfreundlichen Themenwanderwegen in und um den Nationalpark Hunsrück-Hochwald.



Wichtig: Berücksichtigt bei der Planung den Schwierigkeitsgrad und die Länge des jeweiligen Wanderweges und bedenkt, dass ihr mit Kindern und ausgedehnten Picknick-Pausen immer etwas länger braucht. Die angegebene Wanderzeit auf den Wegen bezieht sich auf ein gemütliches, aber stetiges Lauftempo. Mit Kindern habt ihr öfters kleine Pausen um zum Beispiel die Natur am Wegesrand zu entdecken.

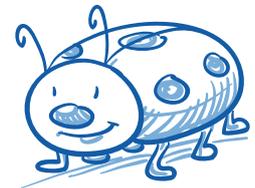


*Odels Uwe in Kronweiler -
Schatzsucher finden
Edelsteine am Weg!*

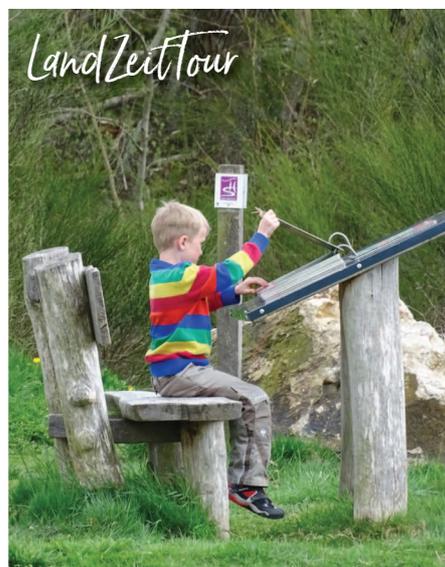
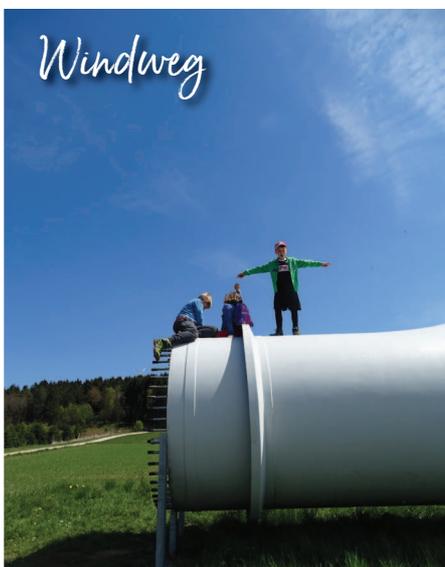


*Speziell für Familien
sind folgende Wege besonders gut geeignet*

- » Nationalpark-Insel-Tour, Thranenweiher
- » Traumschleifchen Zauberwald, Oberhambach
- » Traumschleife Rund um die Kama, Idar-Oberstein
- » Traumschleife Frau Holle, Reinsfeld
- » Naturerkundungspfad, Hermeskeil
- » Hunsrücker Windweg, Berglicht
- » Traumschleifchen Der kleine Märker, Thalfang
- » Familientour der Traumschleife Hahnenbachtaltour, Bundenbach
- » Traumschleife Zwischen den Wäldern, Allenbach
- » Traumschleife LandZeitTour, Morbach



*Nehmt euch Zeit
für die kleinen Dinge*





Was solltet ihr dabei haben?

Auf eurer Wanderung benötigt ihr nicht viel. Ein paar Dinge allerdings sind in den Wiesen und Wäldern der Nationalparkregion unerlässlich, damit aus dem Abenteuer Natur kein Albraum wird.

In euren Rucksack solltet ihr packen:

- Sonnencreme
- Ausreichend Getränke, Verpflegung
- Ein gesunder Snack zwischendurch und erfrischendes Wasser oder eben ein leckeres Picknick mit regionalen Zutaten – erhältlich bei unseren Gastgebern
- Pflaster
- Mücken- und Zeckenschutz
- Mundschutz und Desinfektionsmittel für die Einkehr unterwegs
- Fernglas – fabelhafte Weitsichten warten an der ein oder anderen Stelle

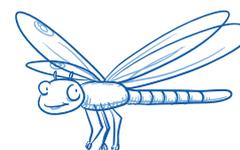
Die geeignete Wanderausrüstung ergänzt ihr mit:

- Festem Schuhwerk – auch im Sommer, damit ihr trittsicher unterwegs seid!
- Sonnenschutz (Mütze, Tücher, Sonnenbrille – niemals die Sonne unterschätzen!)
- Regen/Windschutz – denn einen unvorbereiteten Wetterumschwung möchte niemand erleben

Tipp: Tragt euer Wanderoutfit im guten alten Zwiebellook, dann könnt ihr euch individuell an Wind oder Sonne anpassen.



Ich zeig euch den Weg!



Allgemeine Tipps für euer Wanderabenteuer

- » **Nochmal auf die Toilette gehen vor dem Start** - entlang der Wanderstrecken gibt es zwar Gastronomiebetriebe, aber bis ihr da hin kommt, kann es schon eine Weile dauern. Von daher: erst entleeren, damit ihr leichten Fußes vorankommt
- » **Wo geht's los?** Die Wanderparkplätze sind in den digitalen Karten des jeweiligen Premiumweges eingezeichnet und als Startpunkte markiert oder über Zuwegungen erreichbar, die ebenfalls ausgeschildert sind.
- » **Immer in Laufrichtung** – so ist Wandern „mit Abstand“ am schönsten! Die Traumschleifen haben eine bestimmte Laufrichtung angegeben. Haltet euch an diese, dann wird es nicht zu anstrengend werden und ihr könnt unnötige Begegnungen an Engstellen vermeiden.
- » **Die Wege sind gut beschildert** – Traumschleifen sind von Natur aus Rundwanderwege, die so gut wie unverlauffbar beschildert sind. Einfach den entsprechenden Markierungen folgen und ihr kommt problemlos ans Ziel
- » **Rastplätze sind vorhanden** – alle Premiumwege halten in regelmäßigen Abständen Ruhebänke oder Rastplätze für euch bereit, an denen ihr euch ausruhen könnt
- » **Müll bleibt nicht im Wald** – ihr werdet an den Traumschleifen wenige bis gar keine Mülleimer finden. Nehmt bitte eure Picknickverpackungen wieder mit nach Hause. Der Umwelt zuliebe!
- » **Spielerisch ins Wanderabenteuer starten** – einige familiengeeignete Wanderwege bieten Spiel- oder Lernstationen entlang der Strecke. Auf anderen Wanderwegen oder zwischen den einzelnen Stationen könnt ihr den jungen Wanderern die Wanderung mit Spielen versüßen. Beispiele gefällig?!
 - » Das Kind ist der Wanderführer und geht vorweg um die nächste Markierung zu suchen.
 - » Ein Hut, ein Stock, ein Regenschirm ... Der altbekannte Wanderzählreim bringt euch voran und sorgt für Abwechslung beim Sortieren der Beine.
 - » Ich sehe was, was du nicht siehst ...



Wir sind 'ne wilde Ecke



- » **Nach Zecken absuchen!** Ihr habt es geschafft? Herzlichen Glückwunsch! Nun ist besonders wichtig, dass du dich und deine Familienangehörigen zu Hause gründlich nach Zecken absuchst, damit ihr euer Wanderabenteuer ohne Nachwirkungen in Erinnerung behalten könnt.

Unsere Bitte in eigener Sache

- » Ihr entdeckt unterwegs kaputte Markierungen, defekte Bänke oder einen umgestürzten Baum über dem Wanderweg? Helft uns, die Wege in Ordnung zu halten und meldet uns die Schäden. Den passenden Ansprechpartner findet ihr auf den Infotafeln am Wanderparkplatz.
- » Euer Wanderabenteuer war ein tolles Erlebnis? Dann sag es weiter! Stellt doch zum Beispiel eure liebsten Fotomomente der Tour auf Facebook oder Instagram ein
- » Euch hat etwas nicht gefallen?
Dann sagt es uns, damit wir es verbessern können!

Wir wünschen euch ein tolles Wanderabenteuer und eine schöne Zeit mit euren Familien in der Nationalparkregion Hunsrück-Hochwald!

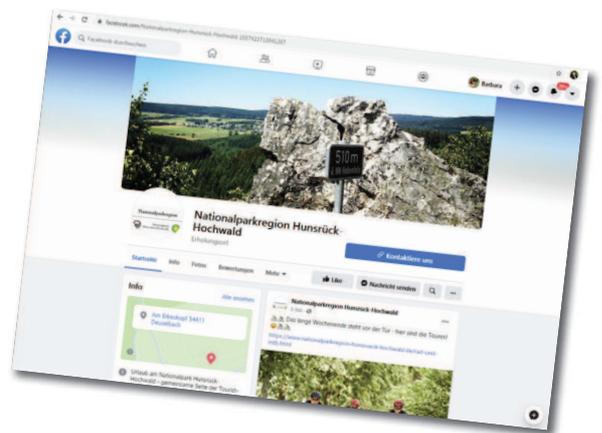
Die Teams der Tourist-Informationen In der Nationalparkregion Hunsrück-Hochwald



Nationalparktour
Hunsrückhaus am Erbeskopf

Info-Tel.: 06504 778

Natur- und Nationalpark-Infostelle Hunsrückhaus



**Service Team der
Nationalparkregion Hunsrück-Hochwald**
Tourist-Information Baumholder
Tourist-Information des Birkenfelder Landes
Tourist-Informationen EdelsteinLand
Büro Idar-Oberstein und Herrstein
Tourist-Information Hermeskeil
Tourist-Information Morbach
Gemeinde Nohfelden
Tourist-Information Nonnweiler
Tourist-Information Thalfang

