



# Jakobswege Rheinhesse

- 1 Haupttroute Jakobsweg
- Alternative Wegführung
- 11 Ortsschleifen



WIESBADEN

- 1 Haupttroute Jakobsweg
- Alternative Wegführung
- 11 Ortsschleifen

Main

Gonsenheim

MAINZ

Ingelheim

Gau-Algesheim

Rhein -

Bingen

Appenheim

Selz

Nieder-Olm

hessen

Wolfsheim

Saulheim

Schornsheim

Oppenheim

Nahe

Bad Kreuznach

Sulzheim

Wörstadt

Selz

Eich

Alzey

Albig

Framersheim

Bechtheim

Westhofen

Osthofen

Kirchheim-Bolanden

Worms

Pfimm

# JAKOBSWEGE RHEINHESSEN

*Wandern auf historischen Pilgerpfaden*

**Frank Hamm**



**NÜTZLICHES VORWEG**

**STADTTOUREN AM RHEIN**

**DURCH DIE MITTE**

**ALTERNATIVROUTEN**

**ORTSSCHLEIFEN**

## NÜTZLICHES VORWEG 10

### Tipps zum Pilgern & Wandern

#### ZUM GEBRAUCH DIESES BUCHS 12

Das Tourtelegramm: Alles auf einen Blick 12

Gehzeit & Kilometer 13

#### RHEINHESSEN IST BESONDERS 15

Tipps zum Wandern in Rheinhessen 18

Einkehr und Proviant 18

Wege und Pfade 19

Orientierung & GPX 20

Besonderheiten für den Wanderrucksack 20

Info-Stellen für Wanderer und Pilger ..... 22

Mit Bahn und Bus ..... 24

## STADTTOUREN AM RHEIN 26

In 3 Etappen nach Bingen

3 Etappen = 43,6 km

Mainz: Die Domstadt ..... 26

#### 01: VON MAINZ NACH GONSENHEIM 28

Route & Besonderheiten = 11,8 km, 3 Std 29

Service-Adressen Mainz – Gonsenheim 37

Wald, Fluss und Kaiserpfalz ..... 37

#### 02: VON GONSENHEIM NACH INGELHEIM 40

Route & Besonderheiten = 16,6 km, 4 Std 42

Service-Adressen Gonsenheim – Ingelheim 49

Burgkirche, Bismarckturm & Binger Loch ..... 49

#### 03: VON INGELHEIM NACH BINGEN 50

Route & Besonderheiten: 15,2 km, 3:45 Std 50

Service-Adressen Ingelheim – Bingen 58

**DURCH DIE MITTE**

60

Hügel und Täler

5 Etappen = 85,4 km

Wallfahrten und Klöster ..... 60

**04: VON BINGEN NACH APPENHEIM** 63

Route &amp; Besonderheiten: 17,1 km, 4 Std 63

Service-Adressen Bingen – Appenheim 69

Türme, Kirchen und Dörfer ..... 69

**05: VON APPENHEIM NACH WÖRRSTADT** 71

Route &amp; Besonderheiten: 18,5 km, 4:30 Std 72

Service-Adressen Appenheim – Wörrstadt 78

Enuff un enunner ..... 78

**06: VON WÖRRSTADT NACH FRAMERSHEIM** 79

Route &amp; Besonderheiten: 17,1 km, 4 Std 79

Service-Adressen Wörrstadt – Framersheim 87

Von heilig bis heidnisch ..... 87

**07: VON FRAMERSHEIM NACH WESTHOFEN** 89

Route &amp; Besonderheiten: 14,3 km, 3:30 Std 89

Service-Adressen Framersheim – Westhofen 94

Luther und der Dom ..... 94

**08: VON WESTHOFEN NACH WORMS** 96

Route &amp; Besonderheiten: 18,4 km, 4:30 Std 97

Service-Adressen Westhofen – Worms 104

**AUF ALTERNATIVEN WEGEN**

106

Ab durch die Mitte

2 Etappen = 33,8 km

Durchs Zentrum des Weinbaus ..... 106

**09: VON WOLFSHEIM NACH SCHORNSHEIM** 108

Route &amp; Besonderheiten: 17,9 km, 4:15 Std 108

Service-Adressen Tour Wolfsheim – Schornsheim 116

Wallfahrt zum Petersberg ..... 116

**10: VON SCHORNSHEIM NACH FRAMERSHEIM** 119

Route &amp; Besonderheiten: 15,9 km, 4 Std 119

Service-Adressen Tour Schornsheim – Framersheim 126

Rheinessen oder Rheingau? .....	
<b>11: GAU-ALGESHEIM</b>	130
Route & Besonderheiten: 10,8 km, 2:30 Std	130
Service-Adressen Gau-Algesheim	135
Römisch, germanisch oder fränkisch? .....	
<b>12: WOLFSHEIM</b>	136
Route & Besonderheiten: 7,9 km, 2 Std	136
Service-Adressen Wolfsheim	140
Weinberge und Bäche .....	
<b>13: SULZHEIM</b>	141
Route & Besonderheiten: 11,1 km, 2:45 Std	141
Service-Adressen Sulzheim	145
Rathaus und Neunröhrenbrunnen .....	
<b>14: WÖRRSTADT</b>	146
Route & Besonderheiten: 16,8 km, 4 Std	147
Service-Adressen Wörrstadt	152
Von Reilchen und Römern .....	
<b>15: ALBIG</b>	153
Route & Besonderheiten: 9 km, 2:15 Std	153
Service-Adressen Albig	157
Basilika und Bahnbrücke .....	
<b>16: BECHTHEIM</b>	158
Route & Besonderheiten: 5,9 km, 1:30 Std	158
Service-Adressen Bechtheim	162
Bergkirche, Leckzapfen und KZ-Gedenkstätte .....	
<b>17: OSTHOFEN</b>	163
Route & Besonderheiten: 9,2 km, 2:30 Std	163
Service-Adressen Osthofen	169

Register der Orte & Sehenswürdigkeiten, Personen & Stichworte .....	172
Impressum .....	177
Platz für Ihre Pilgerstempel .....	178
Zeichenerklärung Karten .....	181
Stadtplan Mainz .....	182
Stadtplan Worms .....	184
Verkehrslinienplan Rheinhessen .....	186

### ZWISCHENDURCH: ESSAYS ZU DEN TOUREN

Straußwirtschaften: Begründete Karl der Große die Tradition?	18
Checkliste Rucksack	21
Die Leiden des alten Doms: Brände und Kriege als Feinde des Mainzer Doms	31
Paläste für die Wanderkaiser: Als es noch keine Hauptstädte, sondern Wanderkaiser gab	47
Kein Pilgern auf dem Rhein: Warum Pilger nicht mit dem Schiff fahren	54
Die Pest und der Heilige Rochus: Kirche und Wallfahrt aus Dankbarkeit für den Heiligen	66
Türme aus dem Mittelalter? Die meisten Wingertstürme sind nur wenige Jahre alt	74
Mit Kanonen auf Stare: Die Geschichte der Wingertschützen	85
Heidenturmkirchen: Die „orientalischen Kirchen“ von Rheinhessen	92
Luther in Worms: Die Worte, die Luther nie sagte	104
Die Sage von den drei Schwestern: Bergkirchen als Quelle für die Sagenbildung	114
Simultankirchen in Rheinhessen: Rheinhessen und die Folgen der Reformation	124
Offene Kirche: Eine Initiative der Evangelischen Kirche Hessen und Nassau	133
Die Besiedlung Rheinhessens: Kelten, Römer und Germanen in Rheinhessen	139
Röhrenbrunnen in Rheinhessen: Wasserversorgung für Bevölkerung und Vieh	151
Reilchen: Schmale Wege durchs Dorf	156
Bahnstrecken in Rheinhessen: Schneller, mehr und weiter mit der Bahn	161
Gedenkstätte KZ Osthofen: NS-Dokumentationszentrum	168

## ÜBER DEN AUTOR

Frank Hamm, geboren 1961 in Ingelheim am Rhein, war viele Jahre als PR-Manager und als Kommunikationsberater in der Wirtschaft tätig. Inzwischen ist er als „Der Entspannende“ unterwegs als *Kultur- und Weinbotschafter Rheinhes-*  
*sen*, Wanderblogger und Autor. Statt Unternehmen zu beraten,

vermittelt er Kultur- und Weinwissen über seine Region. Er erkundet und genießt wandernd sein Rheinhessen und andere Regionen, fotografiert Landschaften und schreibt darüber. Mit dabei im Rucksack ist immer sein Motto „Entspannen geht auch schnell. Langsam macht aber mehr Spaß“.



# VORWORT



*Wandert gern entspannt: Autor  
Frank Hamm*

**Willkommen in Rheinhessen, dem größten Weinbaugebiet Deutschlands mit seiner sanften Hügellandschaft und herrlichen Aussichten. Die Region ist ein wichtiges Durchzugsgebiet für die Pilger auf ihrer Reise des Glaubens nach Santiago de Compostela. Ebenso für persönliche Meditation und für neugierige Wanderer öffnet sich am Rande des geschäftigen Rhein-Main-Gebietes eine wunderbare Sammlung von Wegen und Kleinoden zum Innehalten.**

Mit diesem Buch möchten ich Ihnen die faszinierenden Sehenswürdigkeiten und die Schönheit der Region näherbringen. Als begeisterter Wanderer sowie Kultur- und Weinbotschafter der Region erkunde ich ständig Rheinhessen und entdecke immer wieder neue Höhepunkte auf meinen Touren.

In diesem Buch teile ich meine Erfahrungen und meine Leidenschaft für die Region und fürs Innehalten in der Natur in Rheinhessen. Erstmals bietet es eine einzigartige Zusammenstellung über die verschiedenen Jakobspilgerwege, Wanderstrecken und Sehenswürdigkeiten in Rheinhessen. Außerdem finden Sie praktische Tipps für Genuss und Einkehr sowie Einblicke in die kulturelle Vielfalt Rheinhessens.

Alle Strecken sind mit GPS-Daten dokumentiert und so gestaltet, dass man sie an einem Stück, nach und nach oder gar als Sonntagstouren gehen kann. Sie beginnen und enden an Haltestellen des öffentlichen Personennahverkehrs. Somit können Sie ohne Auto in die Region anreisen und sich von den Jakobswegen von Rheinhessen verzaubern lassen. Begleiten Sie mich auf meiner Entdeckungsreise im magischen Land der tausend Hügel.

*Frank Hamm*

# NÜTZLICHES VORWEG



# TIPPS ZUM PILGERN & WANDERN

Das Buch ist aufgebaut in Etappentouren von Mainz über Bingen nach Worms, Alternativrouten sowie als Rundtouren gestaltete Ortsschleifen. Hilfreiches gibt es zu Gehzeiten, Längen und Schwierigkeitsgraden der Touren.

Eine Einführung zur Geschichte der Region Rheinhessen macht Sie mit ihren Besonderheiten vertraut. Zu praktischen Themen wie Übernachten, Einkehren und Proviant sowie zu den Wegen und zur Orientierung erhalten Sie hier ebenso nützliche Tipps wie zur Mobilität in Rheinhessen mit Bahn und Bus.

*Blick auf Bingen: Links Basilika St. Martin, hinter der Nahemündung der Hauptbahnhof, im Fluss der Mäuseturm, rechts die Hänge des Rheingaus mit der Burgruine Ehrenfels*

## Zum Gebrauch dieses Buchs

Das Buch ist in fünf Griffmarken gegliedert. Nach **Nützlich**es vorweg, das Ihnen bei der Tourvorbereitung hilft, führt Sie die zweite Griffmarke **Stadttouren am Rhein** auf dem Jakobsweg von Mainz über Gonsenheim und Ingelheim nach Bingen. **Durch die Mitte** widmet sich dem Hauptweg ab Bingen durch die Hügellandschaft bis Worms. Die nächste Griffmarke **Alternativrouten** zeigt Ihnen zwei alternative Streckenabschnitte um Wörrstadt herum. Die **Ortsschleifen** bieten die Möglichkeit, auf den Spuren der Jakobspilger einzelne Orte bei einem Tagesausflug kennen zu lernen. Als Rundtouren berühren sie die Etappentouren oder überschneiden sich leicht mit ihnen.

Die *Regionalgruppe Rheinhessen* der *St. Jakobus-Gesellschaft Rheinland-Pfalz-Saarland* teilt den Jakobsweg durch Rheinhessen etwas anders ein als ich es in diesem Buch tue. Nicht nur, dass dieses Buch in Mainz startet und den Jakobsweg durch Rheinhessen damit vollständig abbildet, meine

### Das Tourtelegramm: Alles auf einen Blick

Zu jeder Tour finden Sie alles Relevante kompakt zusammengefasst:

➔ Länge in Kilometern, km  
🕒 Gezeit ohne Pausen, die Sie für Besichtigungsstopps oder Rast und Einkehr individuell einplanen.

**Schwierigkeitsgrad:** Zur schnellen Orientierung fließen alle Eckdaten in ein Punktesystem ein, das die Touren von „leicht“ bis „mittel“ einordnet; „schwere“ Touren kommen nicht vor.

●●● sehr leicht  
●●● leicht  
●●● mittel  
(●●● schwer)

🚗 **Start/Ziel:** an ÖPNV angebunden

👤 Hier gibt es den Pilgerstempel

▲ Höhenmeter (kulminiert), hm

?! Weg-Markierungen

✕ Einkehr unterwegs

🚆 Anfahrt mit der Bahn

P Tipps für die Autoanfahrt, parken



Die **GPS-Punkte** der Touren können Sie unter [www.Peter-MeyerVerlag.de](http://www.Peter-MeyerVerlag.de) beim Buch

„Jakobswege Rheinhessen“ kostenlos heruntergeladen. Die Touren sind natürlich auch ohne Navigationsgerät zu gehen.

Etappen sind auch etwas kürzer gefasst. Denn bei mir liegen **Start und Ende** aller Touren an einem **Bahnhof** oder einer Bushaltestelle und sind so auch ohne Auto zu erreichen. Das ist gerade bei den Streckentouren sinnvoll, wenn man nicht unterwegs übernachten will. Deswegen geht in diesem Buch die Strecke *Mainz – Bingen* über drei Etappen und *Bingen – Worms* über fünf Etappen (statt vier). Angenehmer Nebeneffekt: Die Etappen sind unter 20 km lang und dadurch bequemer zu gehen und es bleibt mehr Zeit für Einkehr und Besichtigung.

Zur besseren Orientierung habe ich die **Ortsschleifen** nach der Ortschaft ihres Starts benannt. Von den offiziellen Streckenführungen wird gelegentlich für eine schönere Strecke oder eine Sehenswürdigkeit abgewichen. Die „Alternativroute 2“ von Sulzheim nach Spiesheim aus der Broschüre (Auflage 2009) habe ich umgestaltet zur Rundtour „Ortsschleife Wörrstadt“. Meine beiden **Alternativrouten** führen Sie von Wolfshheim über Saulheim nach Schornsheim (*Tour 9*) und weiter nach Framersheim (*Tour 10*).

**Tipp:** Der Jakobsweg von Mainz nach Worms am Rhein entlang flussaufwärts lässt sich mit seinen Sehenswürdigkeiten als **Rheinterrassenweg** dem Online-Portal von *Rhein Hessen-Touristik* entnehmen. Der Rheinterrassenweg ist als Wander- und als Radstrecke sehr gut dokumentiert und bietet sich als barrierearme Möglichkeit an.

## Gehzeit & Kilometer

Die **Gehzeit** errechnet sich aus einer Geschwindigkeit von 4,2 km pro Stunde und versteht sich ohne Pausen, Zeiten für Besichtigungen oder Einkehren. Die Kilometerangaben (km) und die Höhenmeter (hm) lesen sich sehr exakt, doch erfahrungsgemäß ergeben sich in der Praxis auch hier Abweichungen nach oben.

Die Touren sind so bemessen, dass Sie sie **gemütlich an einem Tag** laufen können. Sollten Sie zu den „Schnell-Läufern“ gehören, können Sie bei entsprechender Vorbereitung bis zur nächsten Ortschaft weiterlaufen und so den Jakobsweg von Bingen bis nach Worms in nur vier Etappen bewältigen. Oder Sie entscheiden sich, die Tour von Ingelheim nach Bingen in Gau-Algesheim für die *Ortsschleife* zu unterbrechen und erst am





*Weggefährten: Pilger mit ihrem Esel am Schildbergturm Sulzheim vor der weiten Weinbergslandschaft zu Füßen des Wißbergs*

nächsten Tag nach Bingen weiterzulaufen. Kurze Ortsschleifen laden auch zum Kombinieren ein. So können Sie auf der Hauptroute von Framersheim nach Westhofen in die *Ortsschleife Bechtheim* einbiegen und anschließend wieder zur Route zurückkehren.

Die Touren sind aufgrund der Wegbeschaffenheit und den meist nur kurzen Anstiegen leicht zu gehen. Ihr **Schwierigkeitsgrad** liegt zwischen *sehr leicht* und *leicht*. Nur ein paar wenige habe ich aufgrund ihrer Länge von 17 km als *mittel schwer* eingestuft – aber mit einer zusätzlichen Pause sind auch diese gut zu bewältigen!

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf, um die Touren an Ihre Vorlieben anzupassen.

## RHEINHESSEN IST BESONDERS

**Die Hügellandschaft Rheinhessens entfaltet sich linksrheinisch im Dreieck der Städte Worms, Mainz und Bingen. Vor 30 Millionen Jahren lag das sogenannte Mainzer Becken unter einem Meer, dessen Wellen im Osten des heutigen Rheinhessens an die Küste brandeten.**

Vor 10 bis 15 Millionen Jahren hob sich die Gegend allmählich, und der Ur-Rhein floss von Worms ohne Umweg bis Bingen. Es entwickelte sich eine vielfältige Fauna mit Elefanten, Nashörnern und Ur-Pferden. Aus diesen Zeiten stammen viele paläontologische Funde wie Seekuh-Skelette und Muscheln. Der Verlauf der Erdgeschichte sorgte für die hügelige Landschaft mit Böden aus Löss, Sand und Kalkstein. Während der Rhein graben sich nämlich absenkte, gab die Umgebung nur leicht nach. Übrig blieb eine nahezu unbewaldete Region, in der kleine Flüsse sanfte Täler schufen. So entstand das „Land der tausend Hügel“.

Nach der **steinzeitlichen Besiedlung** vor 500.000 Jahren folgten Kelten aus dem Donaauraum, die hier Ackerbau betrieben. Ab 58 v. Chr. prägten die **Römer** die Region. Abseits großer Lager oder Niederlassungen breiteten sich ihre Landhäuser und Landgüter (*Villae rusticae*) aus. Nach dem Niedergang der Römer um 400 n. Chr. besiedelten **Franken** das Gebiet,

und noch heute verdanken die allermeisten der Ortschaften ihren Namen den fränkischen Gründern eines Hofguts. So wurde aus „Heim des Suabo“ der Ort *Schwabenheim*. Bis zum **16. Jahrhundert** stachen nur einzelne Städte wie Mainz oder Worms heraus. Ohne besondere Reichtümer ergab sich kein zusammenhängendes Herrschaftsgebiet, sondern ein Flickenteppich aus unterschiedlichen Herrschaften. Teilweise gehörten Dörfer gleich zwei Grafschaften und manchmal verdrängte eine die andere. Nach der **Reformation** wurden viele Gemeinden evangelisch, und durch die kleinteiligen Besitzverhältnisse konnte die Konfession von Dorf zu Dorf wechseln. Auslöser dazu war der 1521 abgehaltene *Reichstag zu Worms*, auf dem *Martin Luther* seine Schriften und reformatorischen Überzeugungen gegen *Kaiser Karl V.* verteidigte.

Die **Französische Revolution** 1789 und der Aufstieg Napoleons sorgten für einen dramatischen Umbruch. Ein Zusammenschluss aus Monarchien wie Preußen und Österreich wollte die Revolution eindämmen und so kam es 1792 zum Ersten Koalitionskrieg gegen Frankreichs Revolutionstruppen. Frankreich gewann und annektierte das linke Rheinufer. Zum *Département du Mont-Tonnerre* („Donnersberg“) gehörten Rheinessen und Teile der Pfalz. Zum ersten Mal gab es ein **zusammenhängendes Herrschaftsgebiet** mit einheitlichen Regeln wie dem von Napoleon 1813 eingeführten *Code civil*, dem Zivilgesetzbuch. Napoleon führte die Gewaltenteilung und die Gewerbefreiheit ein und sorgte für die Trennung von Staat und Kirche. Davon war auch das Bistum Mainz betroffen, dem viele Ländereien in Rheinessen gehörten. Von der Versteigerung von Kirchenbesitz und dem Land des alten Adels profitierten Bauern, da sie Eigentümer ihrer Felder werden konnten.

Nach der Niederlage Napoleons in der Leipziger Völkerschlacht teilten die Sieger 1816 Europa auf dem **Wiener Kongress** auf. Als Ersatz für Westfalen, das Preußen zugeschlagen wurde, erhielt *Großherzog Ludwig I. von Hessen* jenes Gebiet samt „140.000 Seelen“ jenseits des Rheins, das als Rheinessen bekannt wurde. Im **Großherzogtum Hessen** wurde das Bistum Mainz wiedererrichtet.

Die Nationalsozialisten lösten 1937 die „Provinz Rheinessen“ auf, doch der Name als „Regierungsbezirk Rheinessen“ blieb im 1946 neu geschaf-





*Es zählt zu den traditionsreichsten Weinanbaugebieten der Welt: Rheinhessen*

Foto Annette Sievers

fen **Bundesland Rheinland-Pfalz** erhalten. Bei der Verwaltungsreform 1969 wurden daraus die Landkreise *Alzey-Worms* und *Mainz-Bingen*. Mit den dörflichen Strukturen, den Böden und dem warmen Klima blieb es bei der landwirtschaftlichen Ausrichtung. Mit diesen Voraussetzungen nahm der **Weinbau** im 20. Jahrhundert stark zu und ließ Rheinhessen zum größten der 13 deutschen Weinbaugebiete werden.

Die Städte Mainz, Worms, Ingelheim, Bingen und Alzey vereinnahmten fast zwei Drittel der etwa 640.000 Einwohner Rheinhessens. Manche Orte haben gerade einmal einige hundert Einwohner. So führt das **Pilgern in Rheinhessen** von einer kleinen Ortschaft zur nächsten und meistens auf landwirtschaftlichen Wegen. Statt mit großen Sehenswürdigkeiten überrascht Rheinhessen den Pilger abseits der Städte mit Kleinodern und ihren Geschichten. Die touristische Entwicklung der Region hat dank ausgewiesener Rad- und Wanderwege an Fahrt aufgenommen. Doch noch immer ist es nicht selbstverständlich, überall eine Unterkunft oder Einkehr zu finden. Meine Service-Adressen werden Ihnen nützlich sein!

## Tipps zum Wandern in Rheinhessen

Rheinhessen ist eine von Landwirtschaft und ungewöhnlicher geologischer Entstehungsgeschichte geprägte Region, in der die touristische Entwicklung erst in den letzten Jahren begonnen hat. Dies sorgt für Besonderheiten, die Sie beim Wandern in Rheinhessen berücksichtigen sollten.

### Einkehr und Proviant

Je ländlicher die Gegend, desto weniger Einkehrmöglichkeiten sind vorhanden. Viele haben unter der Woche erst abends oder nur am Wochenende geöffnet. Winzer können ihre Gutsschänken neben ihrer eigentlichen Arbeit oft nur eingeschränkt öffnen. Familiengeführte Gaststätten ändern während der arbeitsreichen Weinlesezeit oder bei Krankheit oft kurzfristig die Öffnungszeiten. Planen Sie das Einkehren auf Ihren Touren gut und versichern Sie sich vorab, ob die Öffnungszeiten stimmen.

---

## STRAUSSWIRTSCHAFTEN

### Begründete Karl der Große die Tradition?

Straußwirtschaften sind im deutschen Gaststättengesetz definiert und dürfen nur vier Monate im Jahr geöffnet sein (4 Monate am Stück oder 2 x 2 Monate). In Rheinland-Pfalz dürfen nur hauptberufliche Winzer im eigenen Weingut ihre Weine und einfach zubereitete Speisen anbieten. Die Ausschankzeiten richten sich meistens nach dem Winzerjahr.

Gutsschänken hingegen gelten als normale Gaststätten. Sie dürfen das ganze Jahr über offen sein.

Angeblich gehen Straußwirtschaften auf einen Erlass Karls des Großen zur Verwaltung seiner königlichen Güter zurück. Die Winzer dürften ihren Wein frei ausschenken und dies durch das Aufhängen eines gebundenen *Straußes* (andernorts *Besen* genannt) anzeigen. Doch Karls „Landgüterverordnung“ *Capitulare de villis vel curtis imperii* von ca. 795 enthält keine Hinweise auf eine solche Erlaubnis, sondern befiehlt stattdessen, „überschüssigen Wein“ direkt an die königlichen Keller zu liefern.



Ein Anruf vorher bei Unterkünten und Gaststätten empfiehlt sich, denn auch diese wollen mal Urlaub machen oder sich auf größere Gruppen vorbereiten können.

Beim Wandern sollten Sie **Verpflegung** dabei haben, denn Einkaufsmärkte, Bäckereien und Metzgereien sind im rheinhessischen Land dünn gesät. Sorgen Sie mit Rucksackpicknick vor oder planen Sie unter Beachtung der Öffnungszeiten Zwischen-

halte ein. Zur Unterstützung erhalten Sie zu den Touren detaillierte Informationen über Einkehr- und Einkaufsmöglichkeiten.

Abseits der Städte gibt es nur wenige **Unterkünfte**. Reservieren Sie frühzeitig, denn schnell sind die wenigen Betten beispielsweise aufgrund einer Familienfeier vergeben.

## Wege und Pfade

Ackerbau und Weinbau prägten Rheinhessen über Jahrhunderte als Kulturlandschaft, sodass Rheinhessen von einem Wegenetz für die Landwirtschaft überzogen ist. Pfade sind nur sehr wenige vorhanden. In der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts bekamen viele der Wege zudem eine Beton- oder eine Asphaltdecke. Beim Pilgern in Rheinhessen bewegen Sie sich größtenteils auf Wegen mit einem harten Belag. Achten Sie auf bequemes Schuhwerk mit guter Dämpfung.

Bauern und Winzer sind ganzjährig in den Feldern und den Weinbergen unterwegs. Ihre landwirtschaftlichen Fahrzeuge sind inzwischen oft breiter als die vor Jahrzehnten angelegten Wege. In Rheinhessen gehört es zum guten Ton, anfahrennden (Wein-)Bauern mit einem Schritt zur Seite Platz zu machen. Die Bauern entrichten übrigens Abgaben für die Wege, auf denen gepilgert, gewandert, gejoggt oder Rad gefahren wird.

! Sie sehen am Wegrand oder mitten in der Natur nicht nur unschön aus, sondern verrotten erst nach Jahrzehnten oder nie: Papiertaschentücher, Zigarettenskippen, Bananenschalen, Bonbonpapier, Kaugummi, Windeln etc. In Ziplock-Plastiktüten können Sie solchen Abfall sicher heimtransportieren.

## Orientierung & GPX

Die Kennzeichnung der Wege mit der stilisierten **Jakobsmuschel** (Gelb auf blauem Grund), mit Markierungssteinen oder mit blauen Pfeilen auf kleinen Aufklebern sind Orientierungshilfen, die Ihnen die Richtung der Route oder Abzweigungen anzeigen. Es gibt allerdings keine durchgängige Kennzeichnung wie etwa bei Premiumwanderwegen. Gelegentlich fährt ein Bauer mit seinem Traktor versehentlich einen Markierungspfosten um – und er bemerkt es in seinem 3 m hohen „Cockpit“ noch nicht einmal. Die starke Sonneneinstrahlung auf offenem Land sorgt möglicherweise dafür, dass eine Markierung verblasst oder ein brüchiger Holzpfosten umfällt.

In jeder **Routenbeschreibung** erhalten Sie daher von mir Hinweise auf Richtungswechsel und Abbiegungen. Die Karten bieten Ihnen eine valide, zusätzliche Hilfestellung.

Für alle Touren können Sie **GPX-Daten** herunterladen und in ein Outdoorsystem Ihrer Wahl importieren. Aktuelle Apps fürs Handy bieten Ihnen neben einer Karte, Ihrer Position und der geplanten Tour zusätzlich eine Navigation ähnlich wie bei Systemen im Auto. Vor der ersten Nutzung einer solchen Outdoor-App sollten Sie sich damit vertraut machen.

## Besonderheiten für den Wanderrucksack

Rhein Hessen liegt geschützt und umgeben von Mittelgebirgen wie Pfälzerwald, Hunsrück, Eifel und Taunus, wodurch große Niederschlagsmengen bereits vor Rhein Hessen niedergehen. Es gibt fast keine Wälder und schattigen Wege. Der Boden aus Tonmergel, Feinsand und Kalkstein er-

! Sind Kopf und Nacken schutzlos der Sonne ausgesetzt, drohen ein Sonnenstich, der zu Kopfschmerz und Übelkeit führen kann, oder schlimmer noch ein Hitzeschlag. Meiden Sie daher die Mittagshitze!

hitzt sich leicht und hält wenig Feuchtigkeit. Diese Kombination sorgt dafür, dass Rhein Hessen mit 1700 Sonnenstunden und oft weniger als 500 mm Niederschlag pro Jahr zu den sonnigsten, wärmsten und trockensten Regionen Deutschlands gehört.



Preisträger  
Deutscher  
Verlagspreis 20

Preisträger  
Deutscher  
Verlagspreis 22

## Umweltfreundlich & prämiert

**Schön, dass Sie unseren Reiseführer nutzen – Sie unterstützen damit aktiv den Schutz von Natur und Umwelt.**

Denn wir vom Peter Meyer Verlag achten zum Beispiel darauf, dass alle Wanderziele gut mit ÖPNV erreichbar sind. Bei den Einkehradressen geben wir familiengeführten und klimafreundlichen Betrieben den Vorzug.



[www.blauer-engel.de/uz195](http://www.blauer-engel.de/uz195)

- ressourcenschonend und umweltfreundlich hergestellt
- emissionsarm gedruckt
- überwiegend aus Altpapier

RG4

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.

Für unsere nachhaltigen, mit dem Blauen Engel ausgezeichneten Bücher haben wir 2020 und 2022 den Deutschen Verlagspreis erhalten – und Sie tragen unsere Ideen für eine achtsame Freizeitgestaltung in die Region. Dafür herzlichen Dank.



**pmv** nachhaltig.  
seit 1976.  
PETER MEYER VERLAG