



Die Pfalz erleben – das geht auf vielen Wegen. Ich möchte Ihnen „meine Pfalz“ im Laufschrift vorstellen. Ob für ambitionierte Wanderer (Tagestouren im Bereich 20-25 km) oder erfahrene Läufer (Joggingtouren mit Höhen und Trails) – unsere Pfälzer Wanderwege haben einiges zu bieten. Rundwege oder von Punkt zu Punkt – alles ist möglich.

Neugierig auf mehr? Weitere Informationen zum Palzkind finden Sie unter www.weinlandpfalz.eu oder über facebook.com/weinlandpfalz/.

Kontakt zum Palzkind:

Stefanie Krieg – Kultur- und Weinbotschafterin Pfalz

 weinlandpfalz@gmx.de

Tour 1

Nuff uff die Kalmit und runner mit Ausblick

... Lauferlebnis ab Maikammer auf dem Pfälzer Weinsteig

- Für erfahrene Läufer/innen mit Lust auf Höhen und Trails
- Streckenlänge ca. 24 km, Abkürzungsmöglichkeiten in Eigenverantwortung möglich
- Endpunkt in Maikammer oder Neustadt/Wstr.
- Los geht es ab Bahnhof Maikammer/Kirrweiler um 12:30 Uhr
- Dauer, je nach Lauftempo, zwischen 3 ½ - 4 Stunden
- Unkostenbeitrag: € 10,00 pro Person





Streckenverlauf:

Ausgangspunkt ist Bahnhof Maikammer/Kirrweiler, quer durch Maikammer erlaufen wir die Wingertswege nach St.Martin, um dort hinter der Wappenschmiede den offiziellen Prädikats-Fernwanderweg Pfälzer Weinsteig zu betreten. Dann geht es erst einmal hoch, auf wunderschönen Trailwegen, bis zum höchsten Punkt der Pfalz: die Kalmit. Hier, oder auch ein Stück weiter auf der Hohe Loog, besteht die Möglichkeit, Trinkflaschen aufzufüllen. Erst einmal bergab führt uns der Weg danach zur Kästenburg. Von hier aus gibt es nun zwei Varianten:

- 1) Wir bleiben auf dem Pfälzer Weinsteig, nehmen den Anstieg über den Neustadter Breitenberg entlang des Kanonenwegs zum Nollenkopf und Zigeunerfelsen. Endpunkt ist Neustadt/Wstr. Hauptbahnhof, von wo aus Züge zurück nach Maikammer/Kirrweiler fahren.
- 2) Wir verlassen den Pfälzer Weinsteig, laufen vorbei am Zeter Berghaus und der Klausentalhütte, um zwischen den Wingerten zurück nach Maikammer zu kommen.

Das sollten Sie mitbringen:

- Lauferfahrung, es sind einige Höhenmeter auf teilweise engen Trails enthalten
- Trailshuhe empfehlen sich, die Kleidung sollte zum aktuellen Wetter passen
- Laufrucksack oder Trinkgurt, ggfs. neben Wasser auch etwas Verpflegung
- natürlich Geld und Handy
- UND VOR ALLEM: viel Spaß daran, die Pfalz im Laufschrift zu erleben

Das biete ich Ihnen:

- geführte Lauftour mit Informationen „zu dem, was wir so sehen und passieren“
- Tipps für weitere Wanderungen und Erlebnisse auf Pfälzer Wegen
- Unterstützung bei der An-/Abreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln
- für die Stärkung nach dem Lauf: Tipps zu Einkehrmöglichkeiten, um mit Pfälzer Küche und Wein die Energiespeicher wieder aufzufüllen