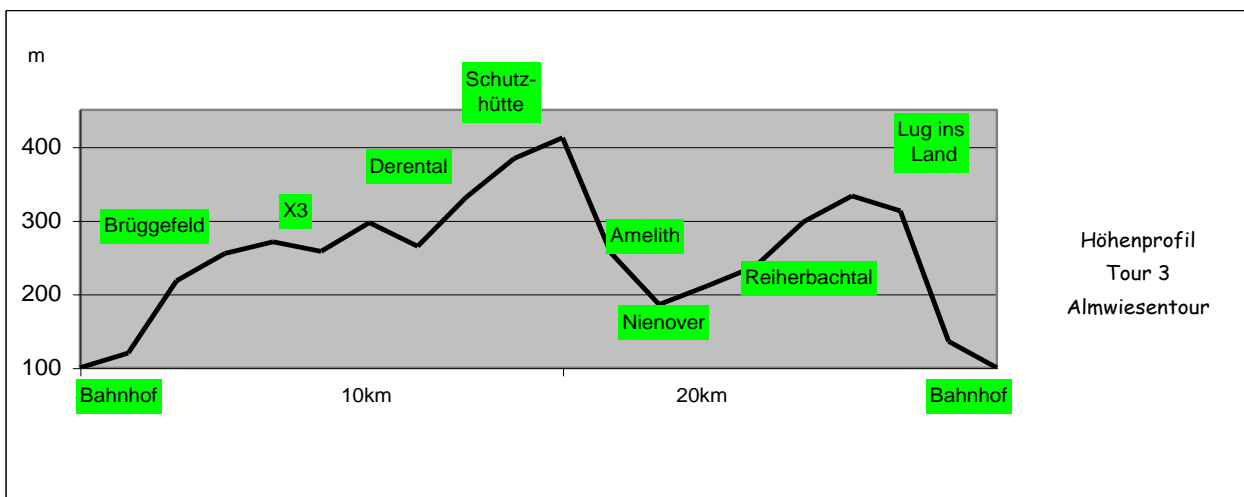


Tour 3 Almwiesentour durch den Solling *mittel*

Eine meiner Lieblingsrunden, die keine Wünsche offen läßt und die landschaftliche Vielfalt des Weserberglandes auf einen Nenner bringt: Wir fahren nach Würgassen am Weser-Skywalk vorbei zum Brüggefeld und dann überwiegend auf Singletrails entlang des Wanderweges X3 bis nach Derental. Von dort geht es dann knackig bergauf fast bis nach Neuhaus durch ein wunderschönes offenes Tal, wie es für den Solling typisch ist: Die Landschaft erinnert an die grünen Bergwiesen des Allgäus, außer das die Kühe hier keine Glocken tragen. Kurz vor Neuhaus biegen wir rechts Richtung Amelith und rollen durch das landschaftlich reizvolle Reiherbachtal über Lug ins Land auf einem schönen Singletrail zurück in die Hugenottenstadt.

Einkehrmöglichkeiten: zahlreich in Bad Karlshafen, Landhotel Derentaler Hof, Hofcafe in Amelith (am Wochenende, Mittwoch & Donnerstag ab 14Uhr30).

Länge	Dauer	Höhenmeter	Steigung	Verbrauch
32,45km	ca.2h25	563m (Δ 412m)	max. 25%	ca.1300kcal
Asphalt	Schotter	Singletrail		
10,6km	15,45km	6,4km		



Start: Die Runde startet am Bahnhof Bad Karlshafen

1. 0 km/ 0min./ Höhe 100m **Richtung Würgassen/Beverungen**

Wir starten Richtung Beverungen und biegen nach 616m li. ab auf den Weserradweg. Bei 1,75 km biegst du re. in den Bahntunnel und dann links (Karlshafener Straße). Bei 2,21km am Hotel Forsthof rechts halten und dem Fussweg zum Skywalk folgen.

2. 2,21km/ 7min./ Höhe 100m **Am Forsthof re/ Richtung Skywalk**

Der Weg zieht 20m hinter dem Hotel leicht rechts steil nach oben, zunächst Asphalt, aber bald Schotter. Du bleibst immer auf dem Hauptweg. Bei 3,71km Gabelung (re. Abstecher zum Skywalk/5min. zu Fuß) links halten am Hochsitz vorbei und dann links auf die Straße.

3. 3,93km/ 18min./ Höhe 226m **li. abbiegen auf Straße Brüggefeld/Derental X3**

Links der Straße folgen Richtung Brüggefeld /Derental. Nach 800m erreichst du den Forellenhof, 140m weiter biegt der X3 nach links.

4. 4,88km/ 22min./ Höhe 255m **li. auf X3 Pfad Ri. Derental**

Der Pfad führt 300m am Waldrand entlang und taucht dann durch eine Senke in den Wald ab. Wir fahren etwas bergan und biegen dann bei 5,36 km links auf den Schotterweg (X3 Ri. Derental). Der Weg kreuzt bei 6,74km die Bundesstraße.

5. 6,74km/ 30min./ Höhe 271m Bundesstraße überqueren/ weiter auf X3

Du überquerst die Straße (Achtung Verkehr) und gegenüber folgst du weiterhin dem X3 etwas rechts nach Derental. Es folgt eine schöne Singletrail-Passage, die sich den Berg herunter schlängelt. Nach knapp 500m kommst du an einen geschotterten Forstweg, diesem folgst du nach rechts.

6. 7,26km/ 34min./ Höhe 241m nach re. auf Forstweg&500m weiter li. auf Pfad

Rechts den Forstweg hoch, nach knapp 500m li. auf den Waldpfad halten, dieser führt steil an verfallenen Gatter nach oben (X3 Derental).

7. 8,06km/ 42min./ Höhe 297m re. Richtung Derental auf Waldweg

Du biegst den 2. Weg rechts nach Derental (links kommst du nach Meinbrexen). Es folgt eine schöne Abfahrt nach Derental durch den Wald.

8. 9,41km/ 48min./ Höhe 249m li. in Senke durch Gatter X3/X10/X15/X18

Du fährst li. den kurzen Weg runter, gehst durch das Tor und biegst dann gleich nach re., nach 430m erreichst du die Ortsstraße in Derental (ein paar Meter li. Tante Emma laden), dieser folgst du nach rechts.

9. 9,93km/ 52min./ Höhe 265m nach re., 400m. weiter geradeaus Ri. Neuhaus

Rechts halten, bald bis du raus aus dem schönen Ort und folgst nach ca. 400m. vor der langen Rechtskurve der Beschilderung geradeaus Richtung Neuhaus (X15). Es geht jetzt stetig sanft bergauf durch ein schönes grünes Hochtal. Du bleibst immer geradeaus. Ab 12,7km Schotter (Höhe 380m), Schutzhütte li. bei 14,27km. 250m weiter re. abbiegen Richtung Amelith.

10. 14,52km/ 1h10/ Höhe 384m re. Ri. Amelith, Straße re. u. nach 60m li. halten

Weiter geht es re. Richtung Amelith. (geradeaus geht es weiter nach Neuhaus). Nach 340m erreichst du eine Straße, dieser folgst du 60m nach rechts Richtung Amelith um dann links abzubiegen bei 14,92km (Amelith/Höxterweg/Uslar). Wir erreichen den höchsten Punkt der Tour (412m), holpern bergab und kreuzen bald einen Forstweg, bleiben aber geradeaus und folgen dem schönen Wiesenpfad durch den Wald. Du bleibst immer geradeaus, bei 16,22km kommst du auf den Forstweg, den wir weiter oben gekreuzt haben. Du bleibst gerade aus und rollst bald durch eine schöne Wiesenlandschaft mit herrlichen Weitblicken (siehe Foto weiter unten).

11. 17,43km/ 1h20/ Höhe 258m Wassertretbecken Amelith, geradeaus weiter

Gleich am Ortseingang re. unten lädt ein Wassertret-Becken zum abkühlen ein. Du rollst durch den Ort vorbei am Hof Cafe und erreichst bei 18,46km die Bundesstrasse.

12. 18,46km/ 1h24/ Höhe 226m 200m re., li. auf Wiesenweg Nienover/Karlshafen

Du fährst die Bundesstraße 200m re. und biegst dann li. auf den Wiesenweg Richtung Nienover/Bad Karlshafen. Nach ca. 1,2km bei den Häusern li. Ri. Bad Karlshafen, Lug ins Land, etc.). Jetzt nach 70m an der Scheune re. Richtung Carolinenteich (19,95km).

13. 20,45km/ 1h30/ Höhe 186m Am Teich re. Schutzhütte/Lauenförde/Trift

Am Carolinenteich re. abbiegen, nach 150m fährst du an einer Grillhütte mit Wasserspielplatz, vorbei, knapp 600m weiter fährst du durch das Gatter in den Hutewald (X14, Ri. Winnefeld). Augen auf, wenn du Glück hast bekommst du ein Heck Rind oder ein Exmoor Pony zu Gesicht. Du befindest dich jetzt im Reiherbachtal, nach 800m bist du auch wieder raus aus dem Gehhege. Du folgst weiter dem Hauptweg aus dem Tal heraus. Bei 23,48 km biegst du links auf den ansteigenden Schotterweg (kein Schild).

14. 23,48km/ 1h40/ Höhe 238m li. bergauf, dann an T-Kreuzung (Gatter) li.

Ziemlich am Ende des Tals geht es links hoch (ca. 500m weiter geradeaus kämest du auf die Bundesstraße), jetzt Kettenblatt links, weil es geht noch mal steil hoch. Nach knapp 700m an der T-Kreuzung (24,17km) li. Ri. Amelith. Den nach li. unten abzweigenden Forstweg nach 1,5km ignorierst du und bleibst weiter geradeaus Ri. Wahmbeck. Nach weiteren 1,5km dann re. bergan an T-Kreuzung Ri. Lug/Bad K./Derental (27,19km).

15. 27,19km/ 2h00/ Höhe 298m re. Ri. Lug ins Land/ 400m weiter am Wegdreieck li.

An der T-Kreuzung re. bergan Ri. Lug/etc., dann nach 400m wieder li. halten (Groppes Ruh) Ri. Lug ins Land, bei 28,98 km erreichst du den schönen Aussichtspunkt Lug im Land.

16. 28,98km/ 2h10/ Höhe 314m Lug im Land, kurz dahinter Pfad li. runter

Geschafft - Lug im Land liegt dir nun zu Füßen. Links geht ein Stichweg Richtung Weser zum Lug (Achtung: Noch nicht den direkt dahinter abgehenden Singletrail ansteuern, sonder den Pfad davor). Herrliche Aussicht bei klarer Sicht bis 50km weit. Falls nicht so herrlich gibt es eine Schutzhütte. Jetzt darfst du den Singletrail ansteuern der links direkt hinter dem Stichweg zum Lug nach Karlshafen abzweigt. Achtung: Wanderweg, bitte unbedingt auf Wanderer Rücksicht nehmen !! Links geht es steil runter, im unteren Bereich bei feuchter Witterung rutschig durch Quelle am Weg).

Alternative Abfahrt: Forstweg weiter geradeaus immer bergab bleiben, führt oberhalb eines eindrucksvollen Wesersandsteinbruches direkt nach Karlshafen.

17. 30,59km/ 2h17/ Höhe 136m scharf li., dann nach 100m re. Ri. Karlshafen

Schöner Single Trail mit Ausblicken auf die Weser, unten angekommen scharf links und nach 100m re. auf Weserradweg Ri. Karlshafen. 300m weiter am letzten der kleinen Häuschen li. runter durch den Eisenbahn Tunnel und dann re. an der Weser entlang und an der Therme vorbei in die Badestadt rollen. An der Weserbrücke rechts Richtung Bahnhof halten.



Kurz vor Amelith