

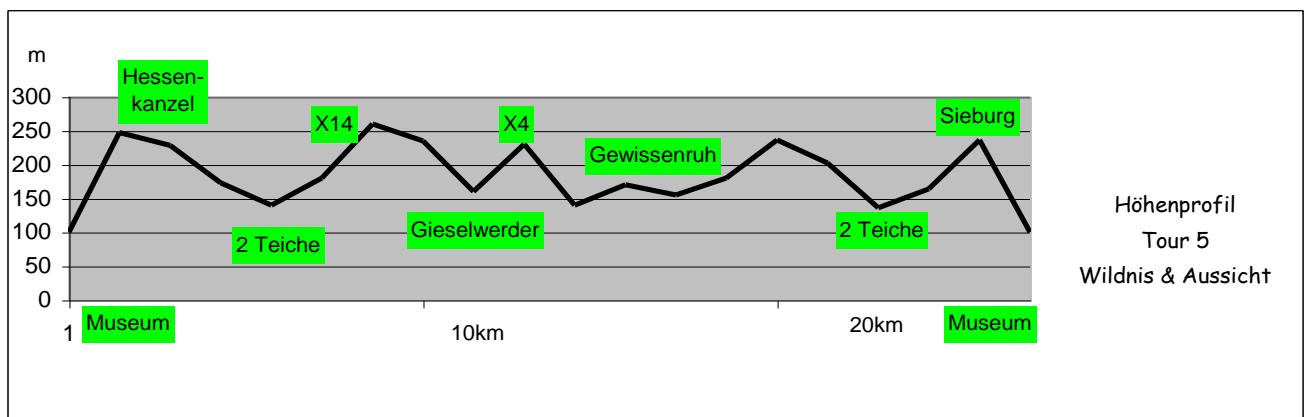
## Tour 5 Wildnis und schöne Aussicht

*mittel*

Die Tour beginnt in Bad Karlshafen am Hafenplatz und aufwärmen sollte man sich schon vorher. Es geht nämlich gleich zu Beginn knackig steil den Berg hoch Richtung Hessenkanzel auf den X14. Diesem Weg - im späteren Verlauf auch Reinhardswald Ostweg genannt - folgen wir überwiegend auf Waldpfaden bis Gieselwerder. Ein sehr schöner Weg, gespickt mit kurzen aber heftigen Anstiegen in unberührter Natur fernab jeglicher Zivilisation, gefolgt von schönen SingleTrail-Passagen besonders kurz vor Gieselwerder. Zurück in die Hugenottenmetropole geht es dann vorwiegend über den Panorama Weg X4. Dieser entspricht dem letzten Abschnitt des Hugenotten Waldenser Weges (Markierung: blauer Punkt und grüne Welle auf weißem Grund) oder auch des Frau Holle Pfades. Herrliche Ausblicke ins Wesertal entlohnen für die Schinderei auf dem X 14. Aber auch hier folgt noch die ein oder andere Steigung. Zu guter letzt geht es hoch Richtung Sieburg, um dann anschließend auf Singletrail mit schöner Aussicht ins Diemeltal zurück nach Karlshafen zu rollen. Eine schöne Runde, die es in sich hat: Auf knapp 25km legen wir fast 700 Höhenmeter zurück.

**Einkehrmöglichkeiten:** Onkel Palms Hütte (an der B80), Landgasthof „Schöne Aussicht“ in Gewissenruh, zahlreich in Bad Karlshafen

<u>Länge</u>	<u>Dauer</u>	<u>Höhenmeter</u>	<u>Steigung</u>	<u>Verbrauch</u>
24,9km	ca.2h20	687m ( $\Delta$ 260m)	max. 27%	ca.1200Kcal
<u>Asphalt</u>	<u>Schotter</u>	<u>Singletrail</u>		
9,1km	8,5km	7,3km		



**Start:** Die Tour startet am Hafenplatz vor dem Museum

**1. 0km/ 0 min./ 100m Höhe** Richtung Kirche, dahinter li. hoch

Du fährst Richtung Weinhaus Römer, an der Kirche vorbei links hoch, nach 50m links und gleich wieder rechts steil bergan und immer geradeaus (Triftweg).

**2. 180m/ 1min./ 120m Höhe** Triftweg steil bergauf, immer geradeaus

Immer geradeaus den Berg hoch. Bei 550m li. altes Eisenbahnerheim, nach ca. 10 min. und 1,2km Wasserspeicher links, 200 m weiter passierst du eine Schranke und folgst dem weiter asphaltiertem Forstweg nach rechts.

**3. 1,2km/ 12min./ 255m Höhe** durch Schranke und re. weiter

Du biegest re. ab und fährst auf dem weiterhin asphaltierten Höhenweg, (nach 2min. re. (1,56km) Abzweig Hessenkanzel), bei 2,5km rechts eine Schutzhütte, 330m weiter nimmst du li. den Pfad (X-Markierung an den Bäumen).

**4. 2,83km/ 17min./ 213m Höhe li. auf mit X-markierten Pfad**

Re. Sandstein am Weg, Pfad zweigt li. ab, orientiere dich an dem X an den Bäumen, bei 3,0km kreuzt du ein Forstweg, bei 3,3km geradeaus über die Kreisstrasse (K76), dann nach 90m li. Richtung Gieselwerder (X14/7km). Achte auf das X an den Bäumen. Bei 3.9km erreichst du einen Schotterweg.

**5. 3,9km/ 25min./ 173m Höhe Schotterweg re., nach 320m li. auf Pfad**

Du biegst auf den geschotterten Forstweg nach re. und dann nach 320m li. auf die Waldpfadspur bergab (4,22km/X14-an den Bäumen). Nach ca. 500m wüster Downhill Passage erreichst du den Schotterweg **an den beiden Teichen** (4,75km), du folgst dem Weg **ca. 400m nach links** und dann **re. auf den Pfad** (Markierung blauer Kreis, grüne Welle, weißer Grund (Hugenotten/Waldenser Weg bzw. X4). Der Pfad führt auf die sog. Franzosenwiesen, nach 50m erreichst du eine Holzbrücke und folgst dem markierten Pfad nach re. und oben. Schließlich erreichst du bei 5,30km einen Schotterweg, hier fährst du 20m nach li. und scharf re. die Asphaltstrasse bergauf.

**6. 5,32km/ 30min./ 140m Höhe re. bergauf für ca. 2,3km**

Ich fühle mich bei dieser Vegetation immer an Schweden erinnert, hier hat Kyrill mächtig zugeschlagen. Nachdem du den Windbruch durchquert hast auf erholsamer Asphaltpiste kommst du bei 7,60km an einem Weg 3-eck vorbei, du fährst noch ca. 100m weiter und biegst dann nach links auf die Pfadspur (X14).

**7. 7,7km/ 43min./ 248m Höhe li. auf X14 Pfad, immer am X orientieren**

Wir schlagen uns im wahrsten Sinne nach li. ins Unterholz. Achte auf die X Markierung an den Bäumen dann bist du richtig. Bei 8,3km versteckte Jagdhütte li., bei 8,8km (273mHöhe) geradeaus über Asphalt-Forstweg, 300m weiter kommst du auf einen geschotterten Weg (9,07km), **diesem folgst du für ca. 40m nach li. und biegst dann re. auf den Pfad**. Achte auf das X, dieser schöne Trail landet direkt oberhalb von Gieselwerder in der Nähe des Mühlenplatzes (*sehenswerte Miniaturlandschaft, wenn dann 30m re. und bei M-Markierung li. auf Pfad halten*).

**8. 10km/ ca. 1h/ 158m Höhe li. den Schotterweg hoch/ X4 Ri. Gewissenruh**

Jetzt links den Schotterweg bergan (X4/ Hug./Waldenser Mark.). Schöne Ausblicke auf die Weser und ihre Berge sowie die Oberweser Gemeinden. Wir folgen der X-Markierung und bleiben bei 11,3km/ 232m Höhe re. bergab (X). Es geht jetzt 2,1km bergab immer wieder mit schönen Ausblicken, noch **10m vor** der Schranke folgen wir dem Weg steil nach links bergauf (X)

**9. 13,45km/ 1h20/ 140m Höhe li. vor Schranke steil hoch**

Ziemlich steil geht es nun hoch, Kette am besten ganz links. Nach ca. 150m zieht der Weg nach re. immer am Waldrand oberhalb von Gewissenruh entlang ( X-Markierungen beachten). Bleibe immer auf dem markierten Karrenweg, bei 14,73km kommst du auf einen asphalt. Weg, hier re. bergab halten.

Alternativen: Für die Kaffeetrinker unter euch bei Punkt 9 durch die Schranke und ca., 200m Bundesstraße nach rechts folgen: Onkel Palms Hütte. Oder Bundesstrasse 100m nach links, dann re. auf Nebenweg bis Ortsdurchfahrt Gewissenruh, hier Gasthof"Schöne Aussicht" oder zum Abkühlen unterhalb der Ortschaft am Weserradweg schön gelegenes Kneipp-Becken. Hier bietet sich auch die Möglichkeit mit der Fähre nach Wahmbeck zu fahren und die Tour im Solling fortzusetzen oder erheblich auszuweiten.

Auf unsere beschriebenen Tour kommst du wieder indem du einfach durch Gewissenruh durchrollst, ein Stück Bundesstrasse nach re., dann kommst du li. an den Holzsammelplatz mit den 2 Schranken (Siehe Punkt 10).

**10. 14,73km/ 1h30/ 155m H. Asphalt re. bergab, durch beide Schranken fahren**

Du rollst den Weg nach unten, nach ca. 400m kommt eine Schranke (15,1km), 150 weiter eine 2. Schranke, wir fahren wieder bergauf. Den Abzweig nach re. nach knapp 900m (X) ignorieren wir und bleiben auf dem Asphaltweg. Dieser zieht bald nach links und dann weiter bergan entlang der sog. Qualgrube (Weiß auch nicht warum man die so nennt...). Bald kommst du an eine Holzammelstelle und biegst nach re. ab, weiter Asphalt.

**11. 17,42km/ 1h45/ 236mHöhe re. abbiegen/ weiter Asphalt**

Rechts abbiegen, nach 300m kommt ein Weg-3-Eck, hier waren wir vorhin schon mal (Punkt 6). Wir folgen dem Weg nach rechts. 1100m weiter, am Ende einer langgezogenen Rechtskurve, biegen wir links auf die Waldwiesenspur (X14).

**12. 18,80km/ 1h50/ 202mHöhe li. auf X14/ Waldwiesenweg**

Manchmal wird in dieser Kurve Holz gestapelt, dann kann man den Weg leicht übersehen. X-Markierung an Bäumen, der Weg geht dann zügig sehr steil runter, nach 300m re. halten und auf bemoostem Pfad oberhalb der Waldwiese bis zu den Teichen rollen, diese kennen wir auch schon vom Beginn der Runde. **An den Teichen (19,60km/ Höhe 136m) re. abbiegen**, 550m weiter erreichst du die Kreisstrasse. **Dieser folgen wir ca. 100m nach li.**, dann re. abbiegen auf X4/ Hug./Wald.Weg.

**13. 20,26km/ 1h58/ 135m Höhe re. auf Forstweg X4**

Du biegst von der KS 76 nach re. auf den X4 durch die Schranke. Wir bleiben auf dem Hauptweg, nehmen dann aber in einer re. Kurve bei 21,07km den li. nach bergan ziehenden Nordik -Walking Weg (3). Der Weg kreuzt im oberen Bereich den sog. Eco Pfad Sieburg. Nach ca. 900m bleiben wir auf dem Hauptweg, dieser zieht in einer linkskurve dann Richtung des Asphaltweges, den wir schon vom Beginn der Tour kennen. Bei 22,47km kreuzt du diesen und folgst ihm knapp 200m nach rechts bis zur Schutzhütte.

**14. 22,65km / 2h15/ 236mHöhe vor Hütte li. auf Pfad X3/X14**

Dieser schöne Single Trail /Karrenweg führt dich direkt bis nach Karlshafen. Vorher noch einige schöne Impressionen, so z.B. Naturdenkmal unterhalb der Hessenkanzel oder einfach die schönen Ausblicke ins Diemeltal rüber zur *Krukenburg*. Man sollte etwas achtgeben, der Weg ist bei Nässe recht rutschig, ich habe auf diesem Weg schon 2 mal einen Reifen-Platzer gehabt (alternativ bei Nässe an der Schutzhütte oben weiter geradeaus nach Karlshafen). Bei 24,50km die ersten Häuser, weiter geradeaus bis zum Hafenplatz rollen. Neue Reifen gibt es bei Henrik an der Tanke.  
*Wo lang denn nun ? (2 Teiche dicht bei den Franzosenwiesen)*

