



**Bote des Rennsteigvereins
Begründet 1897 von Ludwig Hertel**

31 Jahre - Neue Folge

Suhl, Februar 2025

32. Jahrgang Nr. 1



Foto: Christian Drescher

Schlittenübergabe an Bad Tölz

* * * * *

Rennsteigverein 1896 e.V., gegründet am 24. Mai 1896 auf dem Waldhaus „Weidmannsheil“ bei Steinbach am Wald, Mitglied des Deutschen Wanderverbandes e.V., Sitz Kassel, ausgezeichnet mit der Eichendorff-Plakette

Liebe Rennerinnen und Renner,

wir wünschen Euch alles Gute für das Jahr 2025. Mögen Euere Wünsche in Erfüllung gehen und das Wanderjahr wieder ein gutes Wanderjahr sein.

Die Vorstandschaft des Rennsteigvereins 1896 e.V. & die Redaktion

Inhaltsverzeichnis „Das Mareile“ / Hefte 1-4 des Jahres 2024

<u>Beitrag</u>	<u>Heft-Nr. / Seite</u>
Der Vorstand informiert	
Einladung zur Jahreshauptsippung an alle Mitglieder am 06.04.2024	1 / 4f
Einladung der OG Hainich-Rennstieg zum 32. Thüringer Wandertag und zum 23. Rennertreffen am 22. Juni 2024 nach Kammerforst	1 / 5
Bericht über die Jahreshauptsippung am 06. April 2024 in Suhl	2 / 3f
Kleine Rundwanderung in Suhl zur Jahreshauptsippung des Rennsteigvereins 1896 e.V. am Samstag, den 06. April 2024	2 / 4ff
Festumzug zum 122. Deutschen Wandertag in Heilbad Heiligenstadt	3 / 3
32. Thüringer Wandertag und 23. Rennertreffen des Rennsteigvereins 1896 e.V. in Kammerforst - unser Fazit	3 / 3fff
Zentrale Termine 2025	4 / 3
122. Deutscher Wandertag in Heilbad Heiligenstadt	4 / 3f
Nachruf auf Winfried Rühl	4 / 20
Aus den Ortsgruppen	
<i>OG Hörschel-Eisenach</i>	
Wieder gemeinsame Wanderung von Rennsteigverein, OG Hörschel-Eisenach und den Eisenacher Wanderfreunden	1 / 11ff
Museumsbesuch der OG Hörschel-Eisenach in Ruhla	1 / 13f
Eine „Bierwanderung“ der OG Hörschel-Eisenach	1 / 14f
Auf den Spuren von Bismarckturm und Eisenacher Zoo im Norden Eisenachs	3 / 11f
Tag des Wanderns auf dem Kittelsthaler Panoramaweg	3 / 12f
Geologische Wanderung zur Stopfelskuppe bei Förtha	4 / 10f
Nachruf Eberhard Hering	4 / 18f
<i>OG Ruhla</i>	
Ein Drei-Rennsteig-Wochenende	2 / 6ff
Busfahrt nach Stolberg/Harz	3 / 14f
Wanderfahrt in den Bayerischen Wald und nach Regensburg	4 / 13f
<i>OG Suhl</i>	
Ende und Anfang	1 / 19f
Zwischen Wandern, Geselligkeit und Neuwahlen	2 / 12ff
Zwischen Wandern, Reisen und Feiern	3 / 19f
Altrenner-Wandertreffen und Runst-Jubiläen	4 / 21ff
Herbstsippung am 10. Oktober 2024	4 / 23f

<u>Beitrag</u>	<u>Heft-Nr. / Seite</u>
Aus den Ortsgruppen	
<i>OG Harthgemeinde</i>	
Gutbiergedenkwanderung	3 / 13f
Wanderreise nach Seis/Südtirol	4 / 14ff
<i>OG Hainich-Rennstieg</i>	
Neue Wegweiser im Wandergebiet des 32. Thüringer Wandertages 2024	2 / 8f
Einmal um die Welt	2 / 9ff
Deutscher Wandertag 2024	4 / 8f
<i>OG Neuenhof</i>	
Wanderung auf dem Premiumwanderweg P20 in Ulfen	4 / 11f
<i>OG Weida</i>	
Neues von der Ortsgruppe Weida	1 / 15f
Neues von der OG Weida	3 / 15ff
<i>OG Zapfendorf</i>	
Wandern mit der Ortsgruppe Zapfendorf, Oktober - Dezember 2023	1 / 16ff
Impressionen aus der OG Zapfendorf	2 / 11
Wanderungen der OG Zapfendorf	3 / 17f
Wanderungen und Veranstaltungen von Juni bis September	4 / 16ff
Historisches	
Bruno von Germar (1873-1924) und der Kiesel auf der Pechleite	2 / 15fff
Runsten	
Herbstrunst vom 03.09. bis 09.09.2023	1 / 6fff
Pfingstrunst des Rennsteigvereins vom 09. bis 15. Juni 2024	3 / 7fff
Herbstrunst vom 31.08. bis 06.09.2024 von Blankenstein nach Hörschel	4 / 4fff

Mit einem kräftigen „Gut Runst“ begrüßen wir im Rennsteigverein

OG Suhl

Hans-Jürgen Dehmel aus Suhl
Martina Witter aus Schleusingen

OG Harthgemeinde

Heike Pötzschke aus
Bad Langensalza

OG Hainich-Rennstieg

Evelin Böttcher aus Körner

OG Zapfendorf

Elke und Ernst-Ulrich Czekalski
aus Zapfendorf-Lauf
Ilse Hofmann aus Memmelsdorf

OG Blankenstein

Claus Walkowiak aus Rosenthal a. Rstg.
Helmut Wirth aus Rosenthal a. Rstg.
Frank Spörl aus Rosenthal a. Rstg.
Hendrik Peschel aus Rosenthal a. Rstg.
Evelin und Detlef Schöpe aus
Bad Lobenstein
Steffi Albert aus Bad Lobenstein



Bildquelle: http://smilies-world.de/template/image/world_smilie.png

Der Rennsteigverein gratuliert seinen Jubilaren

Zum 60. Geburtstag:

Elke Krumbach, OG Hainich 07.02.
Katrin Hess, OG Hörschel 20.02.

Zum 65. Geburtstag:

Sabine Grams, OG Zapfendorf 06.02.
Peter Eberhardt, OG Weida 13.03.

Zum 70. Geburtstag:

Sabine Krämer, OG Harthgemeinde 04.02.
Dieter Weiß, OG Neuenhof 05.02.
Robert Klein, OG Waltershausen 07.02.
Helmut Wirth, OG Blankenstein 20.02.
Kerstin Kölsche, OG Suhl 26.02.
Udo Birke, OG Suhl 02.03.
Wolfgang Hurka, OG Neuenhof 23.03.
Bärbel Leischner, OG Neuenhof 31.03.
Edda Fischer, OG Suhl 16.04.
Bernd Knoblach, OG Blankenstein 17.04.
Heike Kärst, OG Ruhla 22.04.
Sigfried Remter, OG Suhl 24.04.

Zum 75. Geburtstag:

Anita Rabenstein, OG Zapfendorf 09.02.
Sabine Madeheim, OG Hainich 20.02.
Gerhard Richter, OG Suhl 05.03.
Bernhard Kreppel, OG Zapfendorf 21.03.
Heinke Dahm, OG Ruhla 02.04.
Peter Tremel, OG Zapfendorf 24.04.
Regina Krech, OG Suhl 27.04.
Anita Lubkowitz, OG Zapfendorf 30.04.

Zum 80. Geburtstag:

Marlis Pechtold, OG Suhl 09.02.
Ulla Koch, OG Zapfendorf 16.02.
Margrit König, OG Hainich 17.02.
Gisela Arnold, OG Suhl 24.02.
Manfred Claßen, OG Hainich 25.02.
Angelika Etzold, OG Zapfendorf 25.02.
Gisela Fleischmann-Conrad, OG Stedtfeld 03.03.
Günter Trautvetter, OG Ruhla 17.03.
Jutta Zirpel, OG Hainich 17.03.
Ekkehart Lütgert, Hauptverein 20.03.

Zum 85. Geburtstag:

Annerose Franz, OG Zapfendorf 06.02.
Inge Deiß, OG Neuenhof 11.02.
Heinz Gabriel, OG Hörschel 16.02.
Heidrun Sack, OG Suhl 06.03.
Rosemarie Bergner, OG Suhl 11.03.
Friedhelm Bindel, OG Hörschel 02.04.
Renate Kürschner, OG Suhl 06.04.
Sieglinde Calov, OG Suhl 09.04.
Regina Fleischmann, OG Suhl 17.04.
Jörg Borning, OG Hainich 21.04.

Zum 90. Geburtstag:

Sylvester Eiermann, OG Zapfendorf 09.03.

Zum 95. Geburtstag:

Annemarie Reuß, OG Zapfendorf 20.02.
Helmut Büchel, OG Suhl 26.02.

Im letzten Mareile wurden alle Geburtstagskinder, die 75 Jahre geworden sind, nicht abgedruckt. Das holen wir hiermit nach und bitten alle Jubilare um Entschuldigung!

Christina Hopf, OG Suhl 22.11.
Johanna Sedelmeier, OG Zapfendorf 04.12.
Helge Gärtner, OG Harthgemeinde 11.12.
Gunter Wagner, OG Suhl 16.12.

Der Vorstand informiert

Herzliche Einladung zur Jahreshauptsippung des Rennsteigvereins 1896 e.V. am Samstag, 05. April 2025 in Lauchröden

Ort: 99834 Gerstungen, Ortsteil Lauchröden

Treffpunkt: Gasthaus „Zur alten Schule“, Gerstunger Straße 2

Ablauf:

10:00 - 12:00 Uhr: Kleine geführte Wanderung

12:00 - 13:00 Uhr: Mittagessen

13:00 Uhr: Beginn der Jahreshauptsippung

Tagesordnung:

Erster Teil:

- Begrüßung durch den Fürsteher
- Grußworte der OG Hörschel-Eisenach
- Ehrungen
- Totengedenken

Zweiter Teil:

- Feststellung der stimmberechtigten Ortsgruppen und Vorstände
- Bericht des Fürstehers
- Bericht des Säckelwartes
- Bericht der Kassenprüfung
- Entlastung der Vorstandschaft
- Bericht der Hauptwarte
- Festlegung von Termin und Ort der nächsten Jahreshauptversammlung
- Wünsche und Anträge

Bitte Wimpel mitbringen!

Anträge sind bis einschließlich 05.03.2025 beim Fürsteher einzureichen.

Lutz Hähner - stellv. Fürsteher

6. Deutscher Winterwandertag im Bayerischen Wald

Vom 15. bis 19. Januar fand der 6. Deutsche Winterwandertag, organisiert von den Gemeinden Arnbruck, Bodenmais, Drachselsried und Langdorf in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Wanderverband im Bayerischen Wald statt.

Start war am Mittwochnachmittag mit Eröffnungswanderungen in allen vier Gemeinden. Offiziell wurde der Winterwandertag am Abend mit einer Feierstunde beim Dorfwirt in Arnbruck bei zünftiger bayerischer Wirtshausmusik eröffnet.

Insgesamt wurden fast 100 verschiedene Touren und Aktivitäten angeboten.

Von sportlichen und gemütlichen Winterwanderungen mit Einkehr, über Ski- und Schneeschuhtouren, Eisstockschießen oder Weißwurstfrühstück, bis hin zur Klangschalenmeditation war für jeden etwas dabei.

Rund 2000 Anmeldungen wurden zu den einzelnen Touren gebucht und das Wetter hatte mit blauem Himmel und Sonnenschein perfekt mitgespielt. Mit einer großen Abschlussparty ging der 6. Deutsche Winterwandertag zu Ende.



Foto: Christian Drescher

Vom Rathaus in Bodenmais führte eine Fackelwanderung zum JOSKA Glasparadies, wo mit der Partyband „Saxndi“ gemeinsam gefeiert wurde.

Werner Mohr, Vizepräsident des Deutschen Wanderverbandes, Dr. Gerhard Ermischer, Präsident des Wanderverbands Bayern sowie Markus Kerner, Vorsitzender des Bayerischen Waldvereins, bedankten sich bei den Organisatoren für das hervorragende Programm der vergangenen



Foto: Christian Drescher

fünf Tage. „Das Wandern in der kalten Jahreszeit macht nicht nur glücklich, sondern wirkt auch gegen die Winterdepression“, betonte dabei Werner Mohr.

Zum Abschluss wurde als symbolischer Akt der Schlitten an die nächsten Ausrichter übergeben. Werner Mohr vom DWV und Michael Adam, Bürgermeister von Bodenmais, überreichten den Schlitten an die Bad Tölzer Tourismusdirektorin Brita Hohenreiter und den Bad Tölzer Zweiten Bürgermeister Michael Lindmair. Vom 27.01. bis 31.01.2027 findet in Bad Tölz der 7. Deutsche Winterwandertag statt.

Am Sonntag stand dann für die Wandertagsgäste noch eine gemütliche Abschlusstour zum Weißwurstfrühstück auf dem Silberberg auf dem Programm, bevor die Heimreise angetreten wurde.

Lutz Hähner – stellv. Fürsther

Inselberg- oder Inselsberg-Treffen 2025

Am letzten Sonntag im Januar war es wieder soweit, dass die Natur-, Heimat- und Wanderfreunde von beiden Seiten des Inselsberges zum traditionellen Inselsbergtreffen zusammenkamen. Dieses Treffen im „Gasthof Stöhr“ besteht seit über 100 Jahren. Ab 10:00 Uhr füllte sich die Panoramastube und das Treffen wurde mit dem Singen des Inselsbergliedes von Herbert Roth „Am Inselsberg, da liegt mein schönes Heimatland“ eröffnet.

Beim diesjährigen Treffen stand die Zukunft des Inselsberges im Mittelpunkt. Dazu waren die beiden Bürgermeister der Anliegerkommunen, David Ortmann, Bad Tabarz und Kay Goßmann, Brotterode-Trusetal eingeladen.

Auch wenn man in Brotterode-Trusetal vom Inselberg und in Bad Tabarz vom Inselsberg spricht, war man sich einig, dass hier etwas geschehen muss. Denn für den derzeitigen Zustand auf dem Berg kann man sich nur schämen.

Der Inselsberg als markantester Berg des Thüringer Waldes soll wieder ein Aushängeschild werden.

Die Gemeinde Bad Tabarz hat das Gelände der Gaststätte „Stadt Gotha“ erworben, die Gaststätte soll demnächst abgerissen werden. Die Bagger stehen schon bereit. Ende April soll der Abriss beendet sein und die naturnahe Gestaltung der Fläche beginnen.

Von mir und vielen Teilnehmern wurde sehr positiv aufgenommen, dass bei Herrn Ortmann ein Sinneswandel stattgefunden hat. Weg von Großprojekten, wie einer Seilbahn oder einem Riesenrad, hin zu mehr naturnaher Gestaltung und Ruhezeiten. Der Berg soll attraktiver gestaltet werden, mit mehr Grün, einer Spielinsel für Kinder, einer Picknickfläche für jedermann und Liegebänken.

Hierbei herrscht Einigkeit bei den Gemeinden Bad Tabarz und Brotterode-Trusetal.

Ein Wermutstropfen bleibt, denn eine attraktive zukunftsfähige gastronomische Versorgung fehlt. Der „Gasthof Stöhr“ steht seit Jahren zum Verkauf und es hat sich bis heute kein Interessent gefunden.

Im Zusammenhang mit der Gestaltung des Berges muss die seit Jahren marode Zufahrtsstraße erneuert werden. Die Bauzeit von mindestens 1,5 bis 2 Jahren übersteht kein Gastronom.

Bei einem guten Mittagessen und dem Singen des Rennsteigliedes klang das Traditionstreffen aus.

Lutz Hähner – stellv. Fürsteher



Aus den Ortsgruppen

OG Harthgemeinde

Wanderungen zum 122. Deutschen Wandertag

Traditionell führen wir vor dem Deutschen Wandertag eine 6-tägige Wanderreise durch. Diesmal organisierten wir die Reise in die Hessische Rhön.

Das ausgewählte Hotel „Berghof“ in Gersfeld führen wir am 10.09.2024 in Fahrgemeinschaften mit insgesamt 24 Wanderfreunden an. Pünktlich 15:00 Uhr trafen wir uns an der Kaffeetafel im Hotel und besprachen die kommenden Wanderziele. Alle waren gut angekommen und hatten die Zimmer in Besitz genommen. Anschließend unternahmen wir eine kleine Entdeckungstour in der Nähe. Bei dieser Runde konnten wir schon die Wasserkuppe mit dem höchsten Punkt, das „RADOM“, sehen. Der nächste Tag war ein Regentag. Mit Cape und Schirm gerüstet wanderten wir in den Ort Gersfeld, ca. 50 Min. entfernt. Wir überquerten

den Marktplatz und besichtigten eine schöne Barockkirche. Auf der anderen Straßenseite war das Barockschloss mit Schlosspark. Wir entdeckten auch die Fulda als noch kleines Rinnsal. Wir kehrten im ältesten Café der Stadt ein und danach traten wir ohne Regen den Rückweg an.



Für den nächsten Tag planten wir eine Wanderung durch die Kaskadenschlucht. Eine sehr schöne Schlucht, romantisch und mystisch. Es plätscherte überall, natürlich auch wieder von oben. Am Nachmittag kam dann die Sonne und wir fuhren zur Fuldaquelle und wanderten noch zur Wüstung Grumbach. Der Abend

wurde mit leckerem Essen und Kartenspiel beendet.

Am 4.Tag war Herbert unser Wanderführer. Eine Wanderung um die „Milseburg“ hat er ausgewählt. Diesmal ging es stetig bergauf. Es war sehr steinig und viel Totholz lag im Wald. Als wir den Wald verließen, wanderten wir an vielen Skulpturen vom Poppenhausener Bildhauertag 2011 vorbei. Weiter ging es durch den Wald hinauf zum Hauenstein. Unsere Wanderung beendeten wir in der Milsebergstube. Dort trafen wir auf eine Sängergemeinschaft mit Akkordeonspieler. Wir sangen eifrig mit und auf Wunsch wurde das Rennsteiglied gespielt und alle sangen dazu. Es war ein toller Tagesabschluss.

Für den 14.09.2024 war die „Guckaiseerunde“ geplant. Vom Parkplatz ging es am kleinen See vorbei Richtung Wasserkuppe, wie immer bergauf mit dem großartigen Blick über Wiesen und zum RADOM. Wir hielten uns links Richtung „Lerchenküppel“ zum „Pferdskopf“. Das ist ein 874,9 m hoher Basaltgipfel. Es blies ein sehr starker Wind, trotzdem stiegen wir hinauf zum Gipfelkreuz. Der Weitblick über die Rhön belohnte unsere Anstrengungen. Auf der



anderen Seite stiegen wir zum „Goldborn“ hinab und legten eine Wanderpause ein. Unser nächstes Ziel war das „Rote Moor“. Die Sonne lachte und wir machten die „Moor-Lehrpfad-Runde“. Der Moorpfad ist 3 km lang und mit Schautafeln über die Flora und Fauna sehr interessant. Ein Aussichtsturm lud uns zum Besteigen ein, den Rundblick über Moor und See durfte man nicht verpassen. Ein wunderschöner Tag ging zu Ende und auch unsere gemeinsame Wanderreise. Am nächsten Tag fuhren wir mit schönen Erlebnissen und Wandereindrücken nach Hause.

Am 22.09.2024 sind wir dann mit 17 Wanderfreunden zum 122. Deutschen Wandertag nach Heilbad Heiligenstadt gefahren und haben wieder gute Kontakte zu anderen Vereinen für neue Wanderziele geknüpft und Erfahrungen ausgetauscht.



Marion Menzel

OG Hainich-Rennstieg

Das Wanderjahr 2024

Das vergangene Jahr 2024 war für die OG Hainich-Rennstieg ein ganz besonderes. Es war das 30. Jahr unseres Bestehens. Am 09.04.1994 gründete sich unsere Ortsgruppe in der Gaststätte „Zum Braunen Hirsch“ in Kammerforst. Gleich 45 Wanderfreunde aus umliegenden Orten baten um Aufnahme in den neuen Verein. Im Hainich konnten Gebiete wieder erkundet werden, welche seit 1994 auf Grund des bestehenden Truppenübungsplatzes der Nationalen Volksarmee nicht begehbar gewesen waren. Unser Ziel war und ist es, ein interessantes, abwechslungsreiches Vereinsleben zu führen. Nicht nur Thüringen, nähere und auch entferntere Gegenden kennenzulernen, war unser Ziel. Auch über die Landesgrenzen hinaus führten unsere Wanderungen und Busreisen in einige europäische Länder.

Zu den Vereinsaktivitäten gehört auch die Betreuung und Erhaltung, sprich Beschilderung des Hainich-Rennstiegs. Witterungseinflüsse und leider auch Vandalismus erfordern eine jährliche Kontrolle.

Bei den Vorbereitungen zur Gestaltung des 32. Thüringer Wandertages im vergangenen Jahr in Kammerforst haben diese Arbeiten einen größeren Zeitaufwand in Anspruch genommen. Es wurde im Vorfeld eine Bestandsaufnahme durchgeführt, auf dieser Grundlage die Schilder gestaltet und nach entsprechenden

Vorgaben des Touristischen Wanderwegskonzeptes Thüringens zur Herstellung in Auftrag gegeben. Hieraus ergab sich, dass von diesen Schildern über 100 Stück ausgetauscht werden mussten. Weiterhin war die Erneuerung von 20 Pfosten unbedingt notwendig. Nur 8 Mitglieder unserer Ortsgruppe opferten hierfür 180 Stunden ihrer Freizeit. Vorausgegangen waren diesbezüglich 2023 bald das Doppelte an Arbeitsstunden; hier inbegriffen auch die Beschilderungen auf dem Hainich-Rennstieg.



Durch das Förderprojekt Wanderwegsbetreuung konnten im letzten Quartal noch zusätzliche Projekte in Angriff genommen werden. So wird zum Beispiel an der Bundesstraße B 249 bei Eigenrieden (Beginn/Ende des Rennstiegs) eine Werbetafel als Hinweis auf den Wanderweg „Hainich-Rennstieg“ aufgestellt. Auch die Erneuerung einiger Wegweiser finanzierten wir mit diesen ausgereichten Mitteln.

Abschließend möchte ich noch kurz auf unseren Wanderplan eingehen. Zusammen mit den Touren beim Thüringer Wandertag, welche nicht im Wanderplan standen, haben wir gut 60 Wanderungen bei guter Beteiligung unternommen. Bleibt zu hoffen, dass wir in bewährter Manier und bei guter Gesundheit unser Vereinsleben gestalten.

Margita Betzold

OG Ruhla

Herbst-Wanderfahrt nach Freyburg an der Unstrut

Vom 14. bis 17. Oktober 2024 fand die traditionelle Herbst-Wanderfahrt der Ortsgruppe Ruhla statt. Nachdem wir in den letzten Jahren meist in Mainfranken unterwegs waren, hatten wir uns in diesem Jahr für Freyburg entschieden.

Die Stadt Freyburg liegt am Unterlauf der Unstrut, kurz vor der Mündung in die Saale. Freyburg wird überragt von der Neuenburg. Hier gibt es neuerdings eine Ausstellung von Luxusuhren aus der Schweiz und aus Glashütte, die von einem Stifter stammt. Die Neuenburg war eine Burg der Thüringer Landgrafen, ähnlich

wie die Wartburg. Nach dem Aussterben der Thüringer Landgrafen gelangte Freyburg an die sächsischen Kurfürsten. Nach den Napoleonischen Kriegen kam Freyburg 1815 an Preußen.

Um Freyburg herum gibt es zahlreiche Weinberge, die aber meist eingezäunt sind. Vereinzelt werden auch noch neue Weinberge angelegt. In der Stadt gibt es inzwischen eine größere Zahl von Hotels und Gaststätten. Wir wohnten im Hotel „Zum Künstlerkeller“, einem schönen alten Haus.

Am Montag, den 14.10.2024 wanderten wir über die Ehrauberge zum Schloss Neuenburg. Am Herzoglichen Weinberg wurde der Freyburger Wein probiert.



Am Dienstag ging es über den Panoramaweg Schweigenhöhe zum ehemaligen Kloster Zscheiplitz. Von hier aus hat man einen herrlichen Ausblick über das Unstruttal. Zurück ging es dann über die Schweigenbergstraße nach Freyburg. Am Nachmittag wurde noch die Stadt Naumburg mit dem berühmten Dom besichtigt.

Am Mittwoch, den 16.10.2024 wanderten wir von Roßbach über die Applerberge zum Fürst-Heinrich-Stein. Hier hat man eine herrliche Aussicht über das Saaletal bis Bad Kösen. Am Nachmittag besichtigten wir den Blütengrund und besuchten das schön gelegene Weinbergcafé im Max-Klinger-Weinberg.



Am Donnerstag wanderten wir noch zum Schloss Goseck. Vom Panoramaweg hat man einen schönen Ausblick auf das Saaletal.

Unsere Herbst-Wanderfahrt war wieder ein tolles Erlebnis. Wir hatten auch mit dem Wetter Glück, vier Tage herrlicher Sonnenschein.

Harald Töpfer

OG Weida

Neuigkeiten von der Ortsgruppe

Am 06.07.2024 machte die Ortsgruppe Weida unter Führung des Säckelwarts Peter Funk einen Ausflug nach Saalburg, wo wir eine einstündige Rundfahrt auf der



Bleiloch-Talsperre mit der „Gera“ unternahmen. Anschließend war in Harra eine Wanderung geplant. Doch durch ein Missverständnis hatte man uns in der dortigen Hutzenstube nicht für Mittag, sondern zum Kaffee eingeplant. Daher fuhren wir nach Saaldorf zur Gaststätte Club Gottliebthal, wo wir ein einfaches, aber gutes Mahl einnahmen (Roster, Rostbrätel und Frikadellen). Anschließend fuhren wir noch nach Harra zur

Hutzenstube, die wir ganz knapp vor bzw. mit dem Wolkenbruch erreichten. Es gab dort sehr guten und preiswerten Kuchen.

Am 10.08.2024 folgte ein Ausflug mit kurzer Wanderung nach Schloss Burgk. Vom Parkplatz ging es über die Eisbrücke hoch zum Schloss, wo wir eine andertahlbstündige Führung genossen. Anschließend ging es noch kurz in den Park mit dem Pavillon und dann hatten wir auch schon die günstige Einkehr in der Schlossterrasse Burgk. Bevor wir dann unsere kleine Wanderung über 5 km antraten, ging es noch hinauf in den Roten Turm.

Am 21.09.2024 machten wir eine schöne Wanderung unter Führung des Ehepaars Peter in Jena-Rothenstein. Wir wanderten dort durch das Naturschutzgebiet, welches auf einem ehemaligen Truppenübungsplatz entstanden ist. Unsere Autos parkten wir unweit des noch existierenden Schießstandes. Auf unserer ca. 8 km langen Wanderung genossen wir den Ausblick vom Trompeterfelsen und besuchten auch die darunter gelegenen Sandhöhlen, wo früher Putzsand abgebaut wurde. Die Einkehr hatten wir in der Gaststätte Helenenstein.

Wegen des schönen Wetters konnten wir draußen sitzen und das gute Essen genießen.

Am 20.10.2024 folgte der zweite Teil des Weidaer Wandertages. Diesen Herbst hatten wir nur eine Wanderoute über ca. 8 km, die wir aber in zwei Gruppen (eine zügig, eine langsamer) begingen. Bei stabilem, meist sonnigem Wetter, ging es vom Roten Hügel in Weida nach Grochwitz, wo uns die Kirchgemeinde dankenswer-



terweise die Kirche geöffnet hatte. 60 Wanderer nahmen diesmal daran teil. Der Verein „Wir für Weida“ hatte, wie auch im letzten Herbst, den Fettbrotstand betreut. Am Ziel in Weida brannte durch den FC Thüringen Weida wieder der Rost. Am 16.11.2024 hatten wir eine sehr erfolgreiche Wanderung in Gera. Es kommt nur noch selten vor, dass wir auf unseren „normalen“ Wanderungen derart viele Gäste begrüßen dürfen. 37 Wanderer nahmen an der ca. 9 km langen Wanderung zur Liebschwitzer Hütte teil, die wieder unser Säckelwart Peter Funk organisiert hatte. Vom Parkplatz am ehemaligen Kreisbetrieb für Landtechnik wanderten wir bis zum ehemaligen Bahnhof Gera-Liebschwitz. Von dort ging es an einer Gartenanlage vorbei zur Schutzhütte auf dem Zoitzberg (285 m üNN), wo wir eine kurze Rast einlegten und die Aussicht genossen. Weiter ging es zur relativ neu erbauten Liebschwitzer Hütte, wo wir bei weihnachtlicher Musik, Glühwein und allerlei Süßigkeiten länger verweilten. Der Rückweg führte uns am ehemaligen Rittergut vorbei.

Am 01.12.2024 machten wir eine Wanderung von Weida zum Kloster Mildenfurth (Wünschendorf). Im Kloster gab es eine sehr interessante Multimediashow mit rekonstruierten früheren Innenansichten des Klosters, bevor und nachdem es zum Jagdschloss umgebaut wurde. Herr Peukert von der Stiftung Thüringer Schlösser und Gärten hatte uns im Klosterhof bereits das damalige äußere Erscheinungsbild des Klosters nahe gebracht. Anschließend sind wir im café acanthus eingekehrt, wo wir leckeren Kuchen und heiße Schokoladen genossen. Die Inhaberin Frau Apelt hatte uns auch einen Stein angewärmt, an dem wir unsere Hände aufwärmen konnten. Im Kloster war uns doch ziemlich kalt geworden.

Den Abschluss bildete dieses Jahr eine Wanderung im Werdauer Wald. Vom Parkplatz bei Teichwolframsdorf ging es zur Wanderhütte Greizer Eck mit mahnendem Schild. Wir bogen kurz vorher links ab und wanderten bis zum Rückweg, wo wir links abbogen und nach kurzer Wegstrecke beim Wegweiser nach rechts zum Schwarzen Teich. Am Pferdekopf bogen wir links ab und wanderten schnurstracks nach Bildhaus, wo wir in der Gaststätte Waidmannsruh einkehrten und Sülze, Hirschbraten, Pilzsuppe oder auch ein schönes Schnitzel genossen. Der Rückweg führte uns über den Leubnitzer Weg, den Bildweg und die Spinne zurück zum Parkplatz.

Bernd Nebeler

OG Zapfendorf

Neuigkeiten von der Ortsgruppe

17.10.2024 Jahresabschluss-Wanderung der Senioren

Die Organisation der Jahresabschlusswanderung teilten sich Brigitte Mencl und Christine Enzi. Während Christine eine Kurzwanderung im ehemaligen Klosterhof Rattelsdorf anbot, übernahm Brigitte die anspruchsvollere Wanderung entlang der Itz Richtung Höfen. Am Schluss trafen sich alle Wanderer in Rattelsdorf im

im Gasthaus „Zur goldenen Krone“, bewirtschaftet von unseren Mitgliedern Brunhilde und Berthold Derra. Bei der Schlusssippung hielt man sich an die bewährte Tradition, das Wanderjahr der Senioren mit einem Karpfenessen abzuschließen.

20.10.2024 Wanderung durch das Teufelsloch

Das Teufelsloch ist ein Naturschutzgebiet im Landkreis Bayreuth. Aufgrund des wildromantischen Erscheinungsbildes war das Teufelsloch bereits im 19. Jahrhundert ein beliebtes Ausflugsziel. Zuverlässige Aufzeichnungen berichten, dass auch Richard Wagner hier öfter wanderte und die romantischen Wasserfälle und verwinkelten Schluchten bewunderte. Die Wanderung des Rennsteigvereins wurde vom Wanderfreund Wolfgang Gunzelmann organisiert. Sie fand sehr guten Zuspruch und bei der Schlusseinkunft in der Gaststätte „Zum Lausbub“ dankte man begeistert dem Wanderführer für diese beeindruckende Rundwanderung.



Bilder von der Wanderung im Teufelsloch und von der Nikolaussippung in der Gaststätte Jüngling in Zapfendorf



26.10.2024 Weinfahrt nach Kammerforst

„Von Bierfranken nach Weinfranken“ ist mindestens einmal im Wanderjahr das Motto für eine Weinfahrt zu einem der bekannten Weinorte am Main.

Heuer stand das Weingut Pfister in Kammerforst auf dem Wanderplan. Das Trio Söhnlein/Mencl/Enzi hatte für die Fahrt einen Bus organisiert und sich auch sonst um alles Nötige gekümmert. In Gerolzhofen wurde ein Zwischenstopp eingelegt, und eine Stadtführerin machte die Ausflügler mit der Geschichte und den Besonderheiten dieser Stadt bekannt. Höhepunkt war aber die Einkehr im Weingut Pfister. Wanderfreund Günther Bauer sorgte mit seiner Gitarre für Stimmung und gute Laune.

03.11.2024 Martiniwanderung nach Dittersbrunn

Der 11. November ist der Gedenktag des Heiligen Martin von Tours, der im 4. Jahrhundert in Frankreich lebte. Laut einer Legende haben ihn die Gänse durch ihr

Geschnatter verraten, als er sich versteckte, um der Bischofswahl zu entgehen. Traditionell steht daher um den 11. November herum eine Martinsgans auf dem Speiseplan. Für den Rennsteigverein organisiert Brigitte Mencl schon seit Jahren die Wanderung nach Dittersbrunn zum traditionellen Martinigansessen. Zahlreiche Wanderer und Rennsteiggäste fanden sich in der Gaststätte „Zum Veitsberg“ ein, um den schönen Brauch aufleben zu lassen. Mit dem Runstgesang bedankte man sich ganz herzlich bei der Wanderführerin.

09.11.2024 Karpfenwanderung nach Großbuchfeld

Während der kalten Monate schmeckt der Karpfen am besten! Zum Karpfenessen kehrt der Rennsteigverein schon seit Jahren in der Gaststätte Weber in Großbuchfeld ein. Auch 2024 stand dieser Termin wieder im Wanderplan. Aus allen Richtungen trafen sich zahlreiche Wanderfreunde in Rothensand, um nach einer kurzen Wanderung in der Gaststätte Weber in Großbuchfeld einzukehren. Für ein gutes Karpfenessen in gemütlicher Atmosphäre bedankten sich am Schluss alle Wanderfreunde bei den Gastwirten und beim Organisator Kurt Enzi.

08.12.2024 Nikolaussippung

Zur Nikolaussippung trafen sich die Wanderfreunde im Vereinslokal Jüngling. Als Ehrenmitglied der Ortsgruppe wurde Wanderfreund Heinz Ott besonders herzlich begrüßt. Die Klampfengruppe spielte weihnachtliche Lieder zum Mitsingen und kurze, adventliche Geschichten stimmten die Wanderfreunde auf das Kommen des Rennsteig-Nikolaus ein. Wolfgang Gunzelmann als Nikolaus ließ dann mit gut gereimten Versen das vergangene Wanderjahr Revue passieren. Anwesende Wanderführer, Wegemarkierer und die Vorstandschaft wurden für ihr Engagement mit einem „Dankeschön“ bedacht. Ein Weihnachtsgruß und die besten Wünsche für das neue Jahr 2025 gehen an dieser Stelle von der Ortsgruppe Zapfendorf an alle Mitglieder des Rennsteigvereins.

Christine Enzi

Der Rennsteigverein trauert um:

OG Neuenhof

Elisabeth Poznicek im Alter von 82 Jahren

OG Zapfendorf

Georg Leicht im Alter von 81 Jahren

Gerda Bernhauser im Alter von 71 Jahren

OG Hörschel

Albrecht Sommer im Alter von 84 Jahren

OG Suhl

Hannelore Schmid-Rathgeber im Alter von 91 Jahren

OG Stedtfeld

Annemarie Albrecht im Alter von 90 Jahren

Rolf Schorch im Alter von 88 Jahren

OG Ruhla

Johanna Köllner im Alter von 86 Jahren

Wir werden unseren Verstorbenen ein ehrendes Gedenken bewahren.



OG Suhl

Ende und Anfang

Getreu dem Motto „Wandern, Singen & Geselligkeit“ haben wir mit 2 Wanderungen und unserem Adventsfest das Wanderjahr 2024 verabschiedet.

Seit 2013 wandern wir in 2 Gruppen zum Ende des Jahres zur Blockhütte Breitenbach. Wanderführer Detlef Füchsel und Wanderführer Udo Birke führten ihre Gruppen sicher zum angepeilten „Mittagstisch Musik & Gesang“. Mit traditionellen Thüringer Kloßgerichten und handgemachter Musik vom Akkordeon unseres Wanderfreundes Herwig Hopf haben über 60 Wanderfreunde am 14.12. diese Wanderung bei bester Stimmung beendet und freuen sich auf die Neuauflage 2025.



Blockhütte Breitenbach



Adventsfest

Eingeladen haben wir zum 3. Adventsfest am 07.12.2024. Vereins- hütte und Umfeld waren vorweihnachtlich dekoriert und der Mühlenchor Albrechts, Schüler der Musikschule Suhl sowie unsere Musikanten Ursula und Burkhard Kühn sorgten für ein wunderbares Programm. Beim gemeinsamen Singen haben wir unser Zusammen- sein genossen. Unser „Hüttenteam“ hatte mit Glühwein und einer köst-

lichen Erbsensuppe sowie Kaffee und Kuchen bestens für unser leibliches Wohl gesorgt.

Wanderziel zum Jahresaus- klang 2024 und Auftakt in das Wanderjahr 2025 ist unsere Vereinshütte am Suhler Stein- horst gewesen. Wanderführer Udo Birke hatte dafür 2 unter- schiedliche Wanderrou- ten ausgeschrieben. Zahlreiche Wanderfreunde sind indivi- duell an unser Vereinsdomizil



Wanderstart Suhl Zentrum

gewandert und so haben wir an beiden Wandertagen mit jeweils über 50 Wanderfreunden die Wanderungen bei gemütlichem Zusammensein in vertrauter Umgebung abgeschlossen.

Kaum zu glauben aber wahr: Am 11. Januar 2025 blühten die ersten Primeln am Suhler Domberg!

Ernst Haberland

Neujahrsempfang

Am 13. Februar hatte unsere OG unter dem Motto „Für Thüringen und unsere Region - stark im Ehrenamt“ zum Neujahrsempfang in das Haus der Wirtschaft in Suhl eingeladen.

Über 60 Vereinsmitglieder und Gäste waren der Einladung gefolgt, darunter die Bürgermeister von Oberhof, Zella-Mehlis, Suhl und Schleusingen, dem Thüringer Waldverein / Ilmenau, zahlreiche Suhler Vereine und Partner unserer OG wie der AWO OV Suhl, unsere beiden Suhler Patenkindergärten sowie die Regelschule Schleusingen. Auch unser Fürsteher Harald Töpfer und Lutz Hähner sowie Dr. Gerhard Zimmer vom Thüringer Wanderverband sind unserer Einladung gefolgt. Aus unserer OG hatten wir die aktiven Wanderleiter, Hüttendienste und besonders aktive Vereinsmitglieder eingeladen.

Mit dem gemeinsamen Gesang des Rennsteigliedes sind wir gestartet. Unsere Musikanten Herwig Hopf und Ursula und Burkhardt Kühn haben uns den Takt vorgegeben.

Unser ehrenamtliches Engagement unter dem Motto: „Wandern & Singen - Reisen und Geselligkeit“ wurden vorgestellt in den Begrüßungsworten sowie per PowerPoint-Vortrag. Unser Vereinsmitglied Matthias Rolfs hatte sich dafür mächtig ins Zeug gelegt.

Für die Gäste war es eine positive Überraschung, dass im Namen eines Vereins, eben unserer OG, ein derartiger Jahresauftakt möglich wurde. Es ist eine gelungene Premiere gewesen und eine gute Werbung für unseren Verein, seine Ortsgruppen sowie das Ehrenamt.

In den Grußbotschaften von Suhls Oberbürgermeister André Knapp und Antonia Sturm, Geschäftsführerin des Regionalverbundes Thüringer Wald wurden uns die Wertschätzungen für unsere Vereinsarbeit überbracht.

Es besteht Übereinstimmung darin, u.a. die Jubiläen und Festlichkeiten 2026 wie den 130. Geburtstag unseres Vereins, den 100. Geburtstag von Herbert Roth, den 75. Geburtstag des Rennsteigliedes sowie den „Tag des Wanderns“ gemeinsam



Matthias Rolfs

anzupacken und Aktivitäten aufeinander abzustimmen.



Altrenner „Druse“, Willi Lehmann glänzte mit einem Überraschungsbeitrag. Geschmückt mit dem Blumenkranz des Runst-Wanderleiters erzählte er „Wie ich Thüringen, den Rennsteig und das Wandern lieben lernte“ bewegende Episoden aus seinem Wanderleben. Als Wanderführer hat er in 20 Runsten Wanderfreunde aus dem In- und Ausland auf Schusters Rappen über den Rennsteig geführt und besonders auch die einzigartig ideellen, Sinn gebenden Momente unserer Rennsteigwanderungen vorgetragen.

Mit dem gemeinsamen Gesang des Rennsteigliedes ist der Empfang auf der Zielgeraden eingetroffen.

Mit einem Glas Sekt haben wir angestoßen und getrunken auf ein gesundes und erfolgreiches neues Wanderjahr und haben uns bei Kaffee, Kuchen und Imbiss bestens unterhalten können. Danke allen Vereinsmitgliedern, die zum Gelingen des Empfanges beigetragen haben.



Ernst Haberland

Wandern ist Gelenkeslust

Der regelmäßige Aufenthalt in der Natur und das Wandern sind ausgezeichnete Aktivitäten für die körperliche Fitness und das allgemeine Wohlbefinden. Allerdings sollten Wanderer besonders auf ihre Gelenkgesundheit achten. In diesem Artikel werde ich Strategien zur Gelenkschonung, zur Verbesserung der Gelenkgesundheit, zum Verhalten bei Verletzungen während der Wandertouren sowie Möglichkeiten, aktiv zu bleiben, vorstellen.

1. Gelenkschonung: Wichtigkeit und Strategien

Um die Gelenke während des Wanderns zu schonen, sind einige grundlegende Maßnahmen zu beachten:

- Geeignetes Schuhwerk: Wanderschuhe mit guter Dämpfung und stabiler Sohle vermindern die Gelenkbelastung und bieten Halt.
- Richtige Technik: Die richtige Geh- und Lauftechnik, insbesondere das Abrollen des Fußes, kann die Gelenke entlasten.

- Belastungsgrad anpassen: Anfänger sollten zunächst kürzere, weniger anspruchsvolle Touren wählen. Langsame Steigerung der Intensität ist entscheidend.
- Regelmäßige Pausen: Diese ermöglichen es, die Gelenke zu entlasten und Verspannungen vorzubeugen.

2. Verbesserung der Gelenkgesundheit im Vorfeld

Vor allem Prävention spielt eine große Rolle bei der Gelenkgesundheit:

- Krafttraining: Übungen zur Stärkung der Muskulatur um die Gelenke herum können die Unterstützung erhöhen und Verletzungen vorbeugen.
- Dehnübungen: Regelmäßiges Dehnen verbessert die Flexibilität der Gelenke und kann das Risiko von Verletzungen reduzieren.
- Ernährung: Eine ausgewogene Ernährung, die reich an Omega-3-Fettsäuren sowie Vitaminen und Mineralien ist, unterstützt die Gelenkgesundheit. Omega-3-Fettsäuren fördern die Beweglichkeit der Gelenke, wirken entzündungsfördernd und stärken gleichzeitig Herz-Kreislauf-Gesundheit. Bei Mineralien ist besonders Magnesium wichtig. Magnesium ist auch ein Knochenhauptbestandteil und für das Funktionieren der Muskulatur unentbehrlich. Da wir über die Nahrung nicht genug aufnehmen können, empfehle ich über 50-jährigen ein gutes, hochdosiertes Magnesium aus der Apotheke einzunehmen. Magnesium ist ein Vielkönner: Neben Muskulatur und Knochen ist es wichtig für gleichmäßigen Blutdruck, Regulation von Schmerz- und Stresshormonen.

3. Verhalten bei Verletzungen auf Wanderungen

Verletzungen können trotz aller Vorsichtsmaßnahmen auftreten. Folgendes Verhalten ist zu empfehlen:

- Sofortige Erste Hilfe: Bei akuten Schmerzen oder Verletzungen sollte die Wanderung umgehend unterbrochen werden. Den betroffenen Bereich kühlen und hochlagern.
- Identifikation des Schadens: Es ist wichtig, die Art und Schwere der Verletzung sofort zu beurteilen. Bei schwerwiegenden Verletzungen sollte Hilfe geholt werden.
- Ruhigstellung: Bei Verdacht auf Verstauchung oder Bruch muss der betroffene Körperteil ruhig gestellt werden.

Auf größeren Wanderungen ist es ratsam, eine stabilisierende Binde und eine schmerzstillende Salbe, die gleichzeitig auch abschwellend wirkt, mit sich zu führen. Ich empfehle gerne natürliche Substanzen, wie Beinwell, da diese den Körper nicht belasten.

Tipp: Eine schmerzstillende Salbe mit Naturwirkstoffen kann auch vor der Wanderung auf die Gelenke am Knie und Fuß aufgetragen werden, um vor der Mehrbelastung zu schützen und die Entstehung von Schmerzen vorzubeugen. Das gilt für alle, die nicht regelmäßig wandern oder auch eben mal eine deutlich größere Wanderung als sonst vorhaben.

Geschäftsstelle:

Kurt Enzi
Gartenstr. 13,
D-96199 Zapfendorf,
Tel.: 09547 / 1764

Internet: www.rennsteigverein.de

4. Möglichkeiten, in Bewegung zu bleiben

Selbst bei bestehenden Gelenkbeschwerden oder nach Verletzungen gibt es zahlreiche Möglichkeiten, aktiv zu bleiben:

- Alternative Aktivitäten: Schwimmen und Radfahren sind gelenkschonende Sportarten, die das Herz-Kreislauf-System stärken.
- Sanfte Fitnesskurse: Kurse wie Yoga oder Pilates können die Flexibilität und Stabilität der Gelenke fördern.
- Regelmäßige Bewegung: **Auch kurze tägliche Spaziergänge sind von Vorteil und halten die Gelenke in Bewegung.**

Fazit:

Die Gelenkgesundheit ist für Wanderer von hoher Bedeutung. Durch eine gezielte Schonung der Gelenke, präventive Maßnahmen, ein richtiges Verhalten bei Verletzungen und alternative Bewegungskonzepte kann jeder Wanderer langfristig aktiv bleiben. Durch das Befolgen dieser Richtlinien wird nicht nur die Freude am Wandern erhalten, sondern auch das persönliche Wohlbefinden gesteigert.

Wann immer möglich, Zeit im „Doktor“ Wald und Natur wünscht Euch die wanderfreudige

Apothekerin Uta Mühle

Impressum: DAS MAREILE, Mitteilungsblatt des Rennsteigvereins 1896 e.V., herausgegeben durch den Vorstand, Erscheinungsweise vierteljährlich, Auflage 1000 Stück

Redaktion: Lutz Hähner, Kurt Enzi, Ernst Haberland

Satz: AMW Suhl, Lauwetter 25, 98527 Suhl, Tel. 03681 / 3535849

E-Mail: burgvogt58@web.de / kontakt@thueringen-welt.de

Druck und

Vertrieb: S+G Druck GmbH & Co. KG, 96482 Ahorn-Triebsdorf, Tel. 09561 / 53049

An alle Mitglieder direkte Zusendung, Bezugspreis im Jahresbeitrag enthalten.

Einzelbezug ist für 2,60 EUR incl. Porto auch über die Geschäftsstelle (Adresse oben) möglich.

Den Inhalt der Textbeiträge verantwortet der Autor. Redaktionelle Bearbeitung bzw. Kürzung der eingesandten Beiträge bleiben vorbehalten.

Nachdruck von Beiträgen nur nach Genehmigung durch die Redaktion bzw. den Fürsther.

Redaktionsschluss dieses Heftes 10.01.2025.

Bitte Änderungen der Adresse / Bankverbindung umgehend an die Redaktion melden!

Die nächste Ausgabe „Das Mareile“ erscheint im Mai 2025.

Redaktionsschluss für die Mai-Ausgabe ist der 11.04.2025.