

DAS WÄREILLE



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

29 Jahre - Neue Folge

Suhl, August 2023

30. Jahrgang Nr. 3



22. Rennertreffen in Wartha

* * * * *

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

Mit einem kräftigen „Gut Runst“ begrüßen wir im Rennsteigverein

OG Suhl

Florian Langguth aus Suhl
 Ernst-Detlev Ohlig
 aus Schleusingen
 Christoph Bader aus Zella-Mehlis
 Olaf Schöne aus Schleusingen
 Ilona Siegling aus Suhl

OG Ruhla

Manfred Tandler aus Waltershausen

OG Blankenstein

Charlene Wolff aus Blankenberg
 Bernd Knoblach aus
 Rosenthal a. Rennsteig
 Lutz Görting aus Rosenthal a. Rennsteig
 Jürgen Ende aus Gießen

OG Harthgemeinde

Helga Gärtner aus Bad Langensalza
 Mario und Maritta Michael
 aus Bad Langensalza
 Inge Galla aus Kirchheilingen
 Brigitte Stöber aus Hörselberg
 Sylvia Bergmann aus Unstrut-Hainich
 Marlene Schmotz aus Unstrut-Hainich

OG Hainich-Rennstieg

Gudrun Hoffmann aus Unterweißbach
 Uwe Jungnickel aus Großenhain



Bildquelle: [http://smilies-world.de/
 template/image/world_smilie.png](http://smilies-world.de/template/image/world_smilie.png)

Der Rennsteigverein gratuliert seinen Jubilaren

Zum 60. Geburtstag:

Heiko Häring, OG Neuenhof
 Michael Rimmel, Hauptverein
 Gabi Fleischer, OG Weida
 Cornelia Schlundt, OG Neuenhof
 Simone Demuth, OG Hainich



18.08.
 04.09.
 12.09.
 14.09.
 17.10.

Zum 65. Geburtstag:

Angelika Pritschow, OG Hainich
 Asta Donath, OG Hörtsel



25.08.
 10.10.

Zum 70. Geburtstag:

Peter Weber, OG Neuenhof
 Nikolaus Dietrich, OG Zapfendorf
 Hans-Georg Kallenbach,
 OG Hörtsel
 Christel Bindel, OG Hörtsel
 Brigitte Faupel, OG Hainich
 Gudrun Quent, OG Ruhla
 Gerald Hägebarth, OG Hainich
 Harald Hagstotz, OG Blankenstein
 Waldemar Schumann, OG Hainich
 Brigitte Webs, OG Suhl



10.08.
 25.08.
 25.08.
 01.10.
 02.10.
 02.10.
 05.10.
 13.10.
 19.10.
 27.10.

Zum 75. Geburtstag:

Günter Dau, OG Suhl

15.08.

Zum 75. Geburtstag:

Renate Holzknecht, OG Stedtfeld
 Doris Alscher, OG Suhl
 Bernd Baier, OG Harthgemeinde
 Elfi Erbstöber, OG Hainich
 Erhard Stiefel, OG Hainich
 Ralf Kiesewetter, OG Suhl
 Walter Klein, OG Zapfendorf
 Irma Fehn, OG Steinbach



Zum 80. Geburtstag:

Klaus Martin, OG Ruhla
 Klaus Einwag, OG Zapfendorf
 Hartmut Wagner, OG Suhl
 Hans-Joachim Stoyan,
 OG Blankenstein
 Hans-Jürgen Richter, OG Hainich
 Helga Sauerland, OG Stedtfeld



Zum 85. Geburtstag:

Horst Metasch, Hauptverein
 Brunhilde Großgebauer, OG Suhl
 Hermine Hölzlein, OG Zapfendorf
 Werner Böttcher, OG Hainich
 Horst Barkus, OG Neuenhof



09.09.
 11.09.
 16.09.
 28.09.
 28.09.
 12.10.
 20.10.
 25.10.
 09.08.
 13.08.
 04.09.
 09.09.
 25.09.
 22.10.
 02.08.
 09.08.
 10.09.
 11.10.
 26.10.

Der Rennsteigverein gratuliert seinen Jubilaren

Zum 90. Geburtstag:

Margarete Kromer, OG Suhl
Hanni Frank, OG Hainich



08.08.
27.09.

Zum 102. Geburtstag:

Ein ganz besonderer Geburtstagsgruß geht an Frieda Lindenmaier aus der OG Zapfendorf zu ihrem 102. Geburtstag, den sie am 03. August feiern kann. Alles Gute, liebe Frieda von Deinem RV!



Achtung!

Alle Mitgliederbewegungen (Eintritt, Todesfall, Adressänderungen) bitte an Kurt Enzi schicken! Bankdaten an die jeweilige Ortsgruppe weiterleiten!

Der Vorstand informiert

Thüringer Umweltminister erhält Gesamtdokumentation „Wanderbares Grünes Band“

Bei einer Wanderung mit Umweltminister Bernhard Stengele hat der Deutsche Wanderverband (DWV) das neue Wanderwegekonzept „Wanderbares Grünes Band“ vorgestellt. Das Umweltministerium hatte die Studie für die bessere naturtouristische Erschließung mit rd. 170.000 EUR gefördert.

Für die Wegekonzeption zentral war, dass sie den Erlebnisraum Grünes Band im Hinblick auf die Bereiche Natur und Umwelt, Geschichte und Kultur sowie Tourismus und Qualität erschließt.

Diese Entwicklungsdimensionen erlebte Stengele während einer Wanderung. Auf dem Programm standen neben einer informativen Einkehr beim „Qualitätsgastgeber Wanderbares Deutschland“ Hof Sickenberg eine Passage auf dem ehemaligen Kolonnenweg mit Einsichten zu Natur und Umwelt sowie ein Besuch noch vorhandener Grenzanlagen am Grenzmuseum Schifflersgrund.



Die Wanderung auf dem TOP-Grenzwanderweg Schifflersgrund nahe dem Ort Asbach-Sickenberg verdeutlichte exemplarisch, worauf es dem DWV bei der Entwicklung der Wanderwegekonzeption ankam.

Deren zentrale Elemente sind sogenannte Leitwege. Das sind meist Halbtages- und Tagestouren, die sich thematisch eng auf das Grüne Band beziehen, als Wanderweg eine hohe Qualität besitzen und ein Stück auf dem Kolonnenweg verlaufen. Einer dieser Leitwege ist der TOP-Grenzwanderweg Schifflersgrund. Der Weg ist in enger Abstimmung mit den zu erwartenden Projektergebnissen entwickelt worden. Insgesamt ist das große Engagement der Menschen vor Ort für die Entwicklung der Wegekonzeption entscheidend gewesen.

Stengele sagte am Grenzmuseum Schifflersgrund, dass der TOP-Grenzwanderweg, der bald auch als „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“ zertifiziert werden soll, ein gutes Beispiel für die Umsetzung der im Projekt erarbeiteten Kriterien sei. „Dieser Weg ist ein Gewinn für die Kommunen und den Tourismus in Thüringen“, so der Minister. „Mein Dank dem DWV und den vielen Beteiligten vor Ort für die Weiterentwicklung



der Idee des Grünen Bandes beispielhaft auch über Thüringen hinaus.“ Beim TOP-Grenzwanderweg Schifflersgrund sei dies bereits gelungen. Nicht zuletzt passe dieser Weg wie die Wanderwegekonzeption Grünes Band Thüringen insgesamt perfekt zum Motto des Deutschen Wandertages im Jahr 2024 im Eichsfeld: „Sagenhaft Grenzenlos“. Auch bei dieser Großveranstaltung werde das Nationale Naturmonument „Grünes Band Thüringen“ eine wichtige Rolle spielen.

Im Rahmen der „Naturtouristischen Wanderwegekonzeption Grünes Band Thüringen“ hat der DWV den „Leitfaden Wanderbares Grünes Band – Ergebnisse und Handlungsempfehlungen zur Naturtouristischen Wanderwegekonzeption Grünes Band Thüringen“ und die „Wanderstudie Wanderbares Grünes Band“ auf Basis einer breiten Umfrage veröffentlicht.

Text und Bilder: *Jens Kuhr DWV*

DWV-Visite in der Region des 122. Deutschen Wandertages

Wandertagsregion und Wandertagshauptstadt sind bestens vorbereitet für den 122. Deutschen Wandertag, so lautet das Resümee der Visite einer Delegation des Veranstalters Deutscher Wanderverband (DWV) in Heilbad Heiligenstadt. In der Stadt sowie der Region Eichsfeld wird der Deutsche Wandertag vom 19. bis 22. September 2024 stattfinden.

Werner Mohr, 1. DWV-Vizepräsident, war begeistert von den vielen Wandermög-

lichkeiten am Grünen Band. Die Lage des Eichsfeldes mitten in Deutschland und entlang der ehemaligen deutsch-deutschen Grenze biete Besucherinnen und Besuchern eine spannende Geschichte und grandiose Landschaft. Der Bürgermeister von Heilbad Heiligenstadt, Thomas Spielmann, ergänzte, dass die ehemalige Grenzregion während des Deutschen Wandertages zu einer verbindenden Region werde, denn neben dem thüringischen Eichsfeld würden auch Regionen in Niedersachsen und Hessen an der Großveranstaltung beteiligt.

Mohr sagte, dass der erste Wandertag nach der Corona-Pandemie mit dem Weltkindertag im kommenden Jahr zusammenfalle. Da passe es gut, dass der Wandertag im Eichsfeld viele Angebote für Kinder und Familien bieten werde.



Alle Beteiligten waren sich darin einig, dass das Eichsfeld mit seiner vielseitigen Landschaft und seinen kulturellen Besonderheiten als „Schatz“ unter den Wanderdestinationen in Thüringen noch nicht so bekannt sei, wie die Region es verdiene. Deswegen werde weiter an der Wanderinfrastruktur gearbeitet. Außerdem Sorge der Deutsche Wandertag sicher nachhaltig für Wandergäste auch in den Jahren nach der Großveranstaltung. Mohr wies darauf hin, dass die Wandertagsgäste in den Folgejahren eines Deutschen Wandertages die jeweilige Region oft nochmals besuchten und zu Hause in ihren Vereinen, Familien oder bei Bekannten und Freunden von ihren Erlebnissen und Eindrücken berichteten. „Eine bessere



Werbung gibt es nicht“, so der DWV-Vizepräsident. Im Eichsfeld hat sich der Deutsche Wandertag schon jetzt gelohnt: Am 10. Juli hat der thüringische Wirtschaftsminister Wolfgang Tiefensee Bürgermeister Spielmann und Projektleiterin Jeannette Löser einen Zuwendungsbescheid in Höhe von 145.461 € für den Aufbau der Wander-

wegeinfrastruktur im Eichsfeld überreicht.

DWV-Vizepräsident Mohr rief in Heilbad Heiligenstadt dazu auf, sich bereits jetzt für den 123. Deutschen Wandertag zu bewerben. Dank des neuen Formates des Wandertages könnten sich neben Wandervereinen ab sofort auch Kommunen, Touristenverbände oder Naturparke und viele andere um einen Deutschen Wandertag bemühen. Ausrichter des 122. Deutschen Wandertages unter dem Motto „Sagenhaft Grenzenlos“ sind die Stadt Heilbad Heiligenstadt und der Verein 1. SC 1911 Heiligenstadt.

Text: *Jens Kuhr DWV*

Runsten

152. Runst des Rennsteigvereins

Pfingstrunst vom 11.06.2023 bis 17.06.2023 von Hörschel nach Blankenstein

Als mich der Wanderführer Lutz Hähner gefragt hat, ob ich bereit wäre, zur diesjährigen Pfingstrunst das Wander-Tagebuch zu schreiben, habe ich spontan zugesagt. Es war auch die Vorfreude auf das Wanderereignis und sicher auch die Neugierde auf die Wandergruppe, die mich an dieser Aufgabe reizten.

Treffpunkt zur Pfingstrunst war für Samstag, den 11. Juni in Hörschel im Gasthaus „Tor zum Rennsteig“ vereinbart. Die Eröffnung der Runst sowie die Programmeinweisung nahmen Lutz und seine „gute Seele“ Susanne in der Abendsippung im Restaurant vor. Danach gab es Gelegenheit zur kurzen Vorstellung der „Altrenner“ und „Renner-Neulinge“. Insgesamt 20 Teilnehmer umfasste die Wandergruppe in diesem Jahr mit Wanderfreunden aus den Bundesländern Sachsen-Anhalt, Sachsen, Nordrhein-Westfalen, Baden-Württemberg und Thüringen. Ein Teilnehmer musste leider kurzfristig wegen Krankheit absagen. Somit bestand die Gruppe aus 12 erfahrenen Altrennern und 8 Jungrennern. Mit der Aufgabenverteilung an die Teilnehmer durch den Wanderführer und ersten Gesprächen ging der Abend in lustiger Runde zu Ende. Wie schwer es für den Wanderführer ist, immer geeignete Übernachtungs- und Einkehrmöglichkeiten zu finden, zeigt auch die Tatsache, dass 3 Wanderfreunde die erste Nacht im benachbarten Herleshausen untergebracht waren. Die Anfahrt nach Herleshausen und Rückfahrt nach Hörschel war über die Pension organisiert gewesen.

Der Start in die erste Etappe der Runst von Hörschel nach Ascherbrück erfolgte bei strahlendem Sonnenschein im Beisein von Mitgliedern der Ortsgruppe Hörschel-Eisenach am Ufer der Werra. Für die „Neuen“ war es sicher eine ungewöhnliche Erfahrung, mit dem Runstkreis und dem Runstgesang in die Wanderung zu starten. Dabei kam bei mir ein wenig Pfadfindergefühl auf und nachdem der traditionelle Werrastein entnommen und das Eröffnungsfoto geschossen war, ging die Tour endlich los. Uns erwartete gleich ein steiler Anstieg auf dem Weg zum Rastplatz

„Hohe Sonne“. Mit überwiegenden Buchenwäldern, die auch etwas Schutz vor der Sonne boten und durch blühende Bergwiesen hätte der erste Wandertag nicht schöner sein können. Überraschenderweise gab es von den Wanderfreunden Margita & Gerd Betzold sowie Klaus Kubelka von der OG Hainich-Rennstieg am Rastplatz



„Hohe Sonne“ auch noch kühle Getränke und ein Mittagssüppchen. Im weiteren Verlauf der Wanderung erfreuten uns Mitglieder der OG Ruhla mit leckerem Kuchen und verschiedenen Getränken. Etwas verwirrend waren nur die aufgedruckten Namen auf den T-Shirts der Frauen, die alle entweder Ilona oder Brigitte hießen. Einige Ruhlaer Wanderfreunde begleiteten uns zum ersten Tagesziel Hubertushaus in Ascherbrück.

Am zweiten Tag von Ascherbrück zum Spießberghaus erwartete uns der doch anspruchsvolle Anstieg zum Großen Inselsberg mit den am meisten zu leistenden Höhenmetern. In diesem Zusammenhang sei noch erwähnt, dass zum traditionellen Morgen-Runstkreis uns abwechselnd die „Wetterfeen“ Gabi, Angela und Heike in gereimter Form die Wetteraussichten offerierten.

An dieser Stelle möchte ich auch auf die kompetente Begleitung bei der Rennsteigrunst eingehen. Zweifelsohne sind die Fach- und Sachkenntnisse des Wanderführers Lutz über Historie und alles Interessante zum Verein und zu den Besonderheiten rechts und links des Rennsteigs kaum zu übertreffen. Professionell ergänzt wurden die Kenntnisse insbesondere zu Grenzsteinen durch Ulrich Rüger. Ein Hingucker für Wanderer, die uns begegneten, war sicher auch der Wimpel vom Rennsteigverein, der abwechselnd von den Männern getragen wurde. Zum Ende des zweiten Tages zogen wir ins idyllische Spießberghaus ein. Auf jeden Fall eine empfehlenswerte Herberge während der Rennsteigwanderung.

Auf der dritten Etappe, dessen Ziel das Thüringer Wintersportzentrum Oberhof war, wanderten wir noch durch einen relativ intakten Waldabschnitt und der Weg führte uns u.a. zum Ausblick auf den Steinbruch „Spittergrund mit Stausee“, in dessen Nähe sich auch der höchste natürliche Wasserfall in Thüringen, der „Spitterfall“, befindet. Da unser Wanderführer am heutigen Tag Geburtstag hatte, wurde er am Morgen mit einem Geburtstagsständchen gewürdigt. Diesem besonderen

Anlass haben wir auch zu verdanken, dass uns seine Frau Susanne am Ortseingang von Oberhof mit Sekt, Kaffee und Kuchen bewirtete, was uns natürlich sehr gefallen hat. Das wiederum veranlasste Anneliese und Frank aus der Rhön, einen neuen Trinkgesang anzustimmen, den wir auch später in geselliger Runde oft gesungen haben. An dieser Stelle möchte ich die bemerkenswerte Kondition und Ausdauer der ältesten Teilnehmer Detlef und Walter erwähnen, die stets im vordersten Teil unserer Gruppe zu finden waren.

Auf der vierten Etappe von Oberhof nach Neustadt begleiteten uns ab Rondell Wanderfreunde der OG Suhl bis zum Borstenplatz, wo wir am Herbert-Roth-Denkmal das Rennsteiglied sangen. Am historischen Mittelpunkt des Rennsteigs, am Großen Dreiherrenstein, wurden wir wieder überrascht. Da das gleichnamige Gasthaus heute leider Ruhetag hatte, organisierte Susanne für uns eine Kaffeetafel mit Buttercremetorte. Anschließend begaben wir uns auf die letzten Kilometer zu unserem Etappenziel. Zur Abendsippung im Hubertushaus begrüßten wir den Suhler OG-Vorsitzenden Ernst Haberland und das Bergfest wurde durch das Duo „Der Moosbachtaler mit der Waldkatz“ musikalisch begleitet.

Am Morgen des fünften Wandertages konnten wir auf Einladung des Thüringer Rennsteigvereins Neustadt unter kompetenter Führung seines Vorsitzenden Manfred Kastner das Rennsteigmuseum besuchen, bevor wir die Etappe nach Friedrichshöhe angetreten haben. Auf dem Eselsberg bei Masserberg erwartete uns der Wirt der Rennsteigwarte mit echt leckeren Bratwürsten und Rostbräteln. Besonders erfreulich war auf dieser Etappe die Tatsache, dass Wanderfreund Lothar Ost, der zu Runstbeginn erkrankt war, nun wieder gesund ein Stück mit uns gemeinsam auf dem Rennsteig wandern konnte. Angekommen in Friedrichshöhe im Gasthaus „Zum Rennsteig“ lud uns der Wirt Thomas Lutz zu einem Glas Sekt ein. Bei Blaubeerkuchen und Kaffee stärkten wir uns für den letzten Etappenabschnitt von Friedrichshöhe nach Limbach. Mit dem Bus ging es dann von Limbach

zurück nach Friedrichshöhe. Am Morgen des sechsten Tages brachte uns der Bus wieder nach Limbach, damit die Tagestour nach Steinbach am Wald nicht übermäßig lang und damit evtl. für einige Teilnehmer zu anstrengend sein könnte. Leider konnte ab diesem Tag Angela Lux aufgrund einer



feberhaften Erkrankung nicht mehr mitwandern. Nun mussten wir auf der ansonsten sehr schönen Wanderstrecke durch das Schiefergebirge feststellen, dass zahlreiche Waldschäden, verursacht durch extreme Wetterereignisse und Forstschädlinge, erheblichen Holzeinschlag nach sich gezogen haben und die Landschaft gravierend veränderten. Unvergessen blieb aber der Ausblick auf die herrlich gelegene Talsperre bei Scheibe-Alsbach. Für uns ältere Generation, deren Lebensweg durch die Spaltung Deutschlands geprägt wurde, ist die Wanderstrecke durch das Grenzgebiet Thüringer Schiefergebirge und Bayerischer Frankenwald immer noch mit einem besonderen Erlebnis verbunden. Mittagspause hatten wir bei Dolores in Spechtsbrunn. An der Frankenwaldhütte hatte Susanne für uns fränkische Gebäckspezialitäten und Kaffee organisiert. Gut gestärkt wanderten wir zu den Traditionsstätten des Rennsteigvereins und dann zum Hotel „Rennsteig“ in Steinbach am Wald. Das Abendessen war in der nahegelegenen „Fichtenstube“ reserviert, da in unserem Hotel nur noch Übernachtung mit Frühstück möglich ist. Am Samstag, dem 17. Juni, starteten wir die Abschlussetappe nach Blankenstein. Für sechs Renneranwärter wurde dies zu einer besonders emotionalen Tour mit Ritterschlag zum Altrenner am ältesten Grenzstein, dem Kurfürstenstein. Mit Blumenkranz für den Wanderführer und Wimpel zogen wir mit dem Rennsteiglied auf den Lippen in das festlich geschmückte Blankenstein ein. Auch der OG-Vorsitzende von Blankenstein Ralf Kalich fand für uns trotz des Trubels am Zielort, da an diesem Tag der Rennsteig-Staffellauf ausgetragen wurde, freundliche Begrüßungsworte. Mit einem „Gut Runst“ warfen wir unsere mitgebrachten Steine und den Blumenkranz in die Selbitz. Mit dem Bus fuhren wir zurück nach Steinbach am Wald, wo dann in der „Fichtenstube“ die entsprechenden Ehrungen stattfanden. Die Verabschiedung unter den Runstteilnehmern am Samstagabend bzw. Sonntagmorgen war von Herzlichkeit geprägt, da man als Wandergemeinschaft über die sieben Tage in zahlreichen Gesprächen und gemeinsamen Erlebnissen zusammengewachsen war. Susanne Schwider, die aufgrund einer anderen Verpflichtung am Samstag nicht mitwandern konnte, bewältigte die letzte Etappe dennoch dann am Sonntag und konnte vom Wanderführer Lutz ebenfalls zur Altrennerin gekürt werden.

Als Fazit lässt sich einschätzen, dass die Rennsteigrunst mit dem Rennsteigverein ein besonderer und erlebnisreicher Lebensabschnitt war und Lust auf weitere herausfordernde Wandererlebnisse gemacht hat.

Teilnehmer der Pfingstrunst waren: Lutz Hähner (Burgvogt, 15x), Ulrich Rüger (Markscheider, 9x), Elke Frank (Werraquellenfee, 4x), Walter Sittig (Schwarzwald-Sprinter 4x), Gabriele Lailach-Behrend (Schrittmacherin, 3x), Dietmar Frank (Wanderglück-Finder, 3x), Hans-Joachim Wilkening (Täve, 3x), Uwe Jungnickel (Rennsteigameise, 3x), Oliver Barthel (Alpenstürmer, 2x), Udo Hätzel (Lustiger Rennsteigtrailer, 2x), Annett Müller (Aufmerksame Kämpferin, 2x), Detlef Wolf (Ranger, 2x).

Die neuen Altrenner sind: Heike-Katrin Hirschelmann (Walpurga), Gudrun Hoffmann (Lichtetalperle), Birgit Jung (Sonnenfloh), Anneliese Rühle (Tanzmädel), Frank Rühle (Trachtenbub), Susanne Schwider (Marlitt), Peter Wyzgol (Sonnenanpeter).

Die Erlebnisse der Runst wurden von Wanderfreundin Gudrun in folgende Worte gefasst:

„Auch das ist eine Kunst auf einer Runst
aus erlebten sonnenhellen Tagen
sich reichlich Licht ins Herz zu tragen,
dass, wenn diese Zeit verweht,
das Leuchten immer noch besteht“.

Gut Runst!

Peter Wyzgol



Aus den Ortsgruppen

OG Neuenhof

22. Rennertreffen am 01. Juli 2023

Austragungsort für das 22. Rennertreffen war das idyllisch gelegene Wartha an der Werra. Wartha ist ein Ortsteil der Stadt Eisenach im Wartburgkreis und liegt im mittleren Werratal. Die 1586 erbaute Dorfkirche gilt als älteste und zugleich kleinste Fachwerkkirche Thüringens. Die Ortslage ist geprägt von teils denkmalgeschützten Fachwerkhäusern. Vorsitzender Dieter Weiß begrüßte die Rennerinnen und Renner aus verschiedenen Ortsgruppen bei herrlichem Sommerwetter im Namen der OG Neuenhof, dem Organisator des Rennertreffens. Er bedankte sich für die zahlreiche Teilnahme und wünschte der heutigen Veranstaltung mit einem



„Gut Runst“ einen guten Verlauf. Vor der Pflicht jedoch erstmal die Kür. Die Aufstellung zum Gruppenbild war dieses Mal aufgrund der Vielzahl der Teilnehmer anspruchsvoll. Des Fotografen Geschick ermöglichte es dann zu einer erfolgreichen Aufstellung zum besagten Foto. Unser „stimmgewaltiger“ Wanderführer Hartmut Bornscheuer eröffnete den legendären Runstgesang und dann erfolgte die Einteilung der Wandergruppen:

Route 1 (ca. 11 km) Wanderung zur Brandenburg, zurück über „Das blaue Wunder“ nach Wartha

Wanderführer waren Hartmut Bornscheuer, Volker Griebel, Jochen Leischner

Route 2 (ca. 6 km) Wanderung nach Göringen, über „Das blaue Wunder“ zum Grenzpark nach Herleshausen und zurück nach Wartha

Wanderführer waren Reinhold Schwanz, Manfred Reinhardt, Harald Eichmann

Nachdem die Entscheidung über die Wanderroute gefallen war, ging es los.

Der Weg ging erstmal vorbei an unserem Streckenposten Uli Wemmer, der am Ortseingang von Wartha für Ordnung sorgte und den Verkehrsfluss unter Kontrolle hatte. Beide Gruppen machten sich nun auf den Weg. Zunächst mit einem kleineren Anstieg auf einem Höhenweg entlang zu einem ersten Aussichtspunkt. Herrlich gelegen, mit den schönsten Impressionen zu sehen, der Ort Göringen sowie Herleshausen und der Kielforst. Die Wanderrouten trennten sich nun in Richtung Brandenburg und Grenzpark Herleshausen. Die Ruine Brandenburg liegt nahe der Ortschaft Lauchröden. Entstehungszeit war im Jahre 1200. Das Erscheinungsbild der Burg ist geprägt durch 2 eigenständige Burgen, der Ostburg und der Westburg.



Im Jahr 1990 wurde eine Interessengemeinschaft zur Erhaltung der Burg gegründet, diese auch Brandenburgverein genannt. Hier entstand die Idee, ein Mittelalterfest durchzuführen, welches in den Sommermonaten stattfindet. Seit 2015 wird jährlich im Juli das Medieval Open Air Festival ausgerichtet.

Von der Brandenburg

ging die Wanderung zurück über „Das blaue Wunder“ nach Wartha. Der Weg der anderen Gruppe führte durch das malerisch gelegene Göringen, ebenfalls ein Ortsteil von Eisenach. Sehenswürdigkeiten des Ortes sind der Göringer Stein mit Panoramablick, die Dorfkirche und zahlreiche schöne Fachwerkhäuser, welche dem Ort einen ländlichen Charakter verleihen. Auch in Göringen wird gerne gefeiert. Die Walpurgisnacht im April, Anpaddeln im Mai und ein Brunnenfest im Sommer.

Angekommen in Göringen informierte uns Wanderführer Reinhold Schwanz über die Geschichte und Entstehung der Dorfkirche, erstmals datiert auf die Zeit zwischen 1180 - 1240. Im 15. Jahrhundert wurde die Kirche renoviert. Die Wanderung ging weiter Richtung „blaues Wunder“. Nun zur Erklärung: Das Flussperrwerk Göringen ist eine Fußgängerbrücke, früherer Teil der Grenzbefestigung im Ortsteil Göringen an der Gemarkungsgrenze nach Herleshausen, welche zugleich Landesgrenze zwischen Thüringen und Hessen ist. Während der Wiedervereinigung blieb das Bauwerk auf Initiative des Ortes Göringen bestehen. In ehrenamtlicher Tätigkeit wurde die Brücke fachgerecht angestrichen und dem neuen Verwendungszweck zugeführt. Hierbei erhielt sie ihre heutige Farbgebung und den Namen „Das blaue Wunder“. Entlang der Werra hatte man einen schönen Blick auf die Brandenburg und den Kielforst. Nächstes Ziel war der Grenzpark in Herleshausen. Nun hatten wir auch mal Gelegenheit für eine verdiente Ruhepause auf den dortigen Sitzgelegenheiten mit Verpflegung aus dem Rucksack. Somit waren die letzten Kilometer gesichert, denn ohne Verpflegung keine Bewegung! Zuvor noch ein Gruppenbild der Wandergruppe und ein kurzer Vortrag von Wanderführer Harald Eichmann zum Ort Herleshausen und dem Grenzpark. Bei den ersten Planungen im Jahre 2016 spielte die Situation und Historie des Ortes

Herleshausen eine wesentliche Rolle. Genau auf dieser Stelle war der ehemalige Grenzübergang in Richtung Wartha. Ende 1984 wurden beide Kontrollstellen nordwärts an die neu eröffnete Bundesautobahn 4 verlegt. Geschichte bewahren, den nächsten Generationen vermitteln und erzählen. Geprägt von der Entstehung und Förderung durch Vereine und Behörden konnte der Park mit seinem jetzigen Erscheinungsbild im Jahr 2022 der Bestimmung übergeben werden. Nun drängte aber die Zeit, denn Mittagessen war angesagt. Strammen Schrittes ging es Richtung Wartha. Im Warthaer Stüb'l war bereits alles angerichtet. Der Biergarten war gut gefüllt und alle Wanderinnen und Wanderer wurden mit Thüringer Spezialitäten und kühlen Getränken belohnt. Für Unterhaltung war bestens gesorgt. Der guten Bewirtung und Verpflegung war kaum zu widerstehen. Die Frauen der Ortsgruppe bauten auf vielfältigen Wunsch das Kuchenbüffet auf – und schon war es passiert. Der Ansturm, bereits kurz nach dem deftigen Mittagsbüffet war nicht mehr zu vermeiden. Es blieb nichts übrig, denn der Kuchen war sensationell!

Dieter Weiß und Fürsther Dr. Harald Töpfer richteten noch lobende Worte um den Verlauf der Veranstaltung und an die anwesenden Rennerinnen und Renner sowie an alle, die zum guten Gelingen beigetragen haben. Anschließend erfolgte die Wimpelübergabe an die anwesenden Ortsgruppen.

Zum guten Abschluss saßen wir noch in gemütlicher Runde und ließen diesen schönen, gelungenen Tag nochmal bei schönen Gesprächen Revue passieren.

Letztendlich hieß es aufräumen und alles einpacken, dies unter „fachmännischer Aufsicht“ von unserem stellvertretenden Fürsther Lutz Hähner, der sich mit uns gemeinsam noch an Thüringer Gastlichkeit erfreuen durfte.

Es heißt „Danke“ zu sagen an alle Rennerinnen und Renner, die den Weg nach Wartha gefunden haben, an den Veranstalter - der Ortsgruppe Neuenhof und den Kuchenfrauen (!), das Gasthaus „Warthaer Stüb'l“ für die Bewirtung - Förderer und Gönner unseres Vereines.

Auf ein gesundes und baldiges Wiedersehen beim nächsten Rennertreffen oder schon mal bei einer der nächsten Wanderungen.

Harald Eichmann

Tag des Wanderns

Der Tag des Wanderns führte uns am Sonntag, dem 14. Mai 2023 nach Creuzburg. Natur trifft Kultur - Historische Gebäude mit bewegender Geschichte, lebendige Natur mit farbenfrohen Schönheiten, lauschige Plätze zum Verweilen und faszinierende Fernblicke – all dies konnten wir während der Wanderung sehen und erleben. Vor der „Kür“ erstmal die „Pflicht“ – der Runstgesang, angestimmt durch unseren stimmungsvollen Sänger Hartmut Bornscheuer. Zunächst ging es durch die Stadt Creuzburg – immer eine Reise wert. Creuzburg ist der größte und namensgebende Ortsteil der Kleinstadt im Wartburgkreis in Thüringen. Bekannt auch die Burg Creuzburg. Zum Ort gehört das ehemalige Stiftsgut Wilhelmglücksbrunn

(aktuell mit Hotel und Restaurant) und die Kleinsiedlung Ebenau. Touristische Mittelpunkte der Stadt sind u.a. der historische Marktplatz, die Liboriuskapelle auf der 1225 erbauten Werrabrücke, die 1215 erbaute Nikolaikirche und diese schöne Natur rund um den Ort. Angekommen am Aufstieg zu den „Ebenauer Köpfen“ übernahm Harald Eichmann die Führung und informierte über den Verlauf der Wanderung und des Weges. Beginn ab Wanderparkplatz Schützenplatz – mit einem ca. 20-minütigen recht steilem Anstieg, Ebenauer Köpfe (Blick auf das Werratal) entlang von Orchideenwiesen – Eschborn – Höhenlage Wisch – Gottesackerkirche. Die Streckenlänge beträgt ca. 5 km, mit der einen oder anderen Rast in ca. 2,5 bis 3 Stunden zu schaffen.

Von nun an ging bergauf. Entlang auf einem schmalen Weg bis zum Gipfel der Ebenauer Köpfe. Die Muschelkalkfelsen der „Ebenauer Köpfe“ thronen über dem Werratal. Sie sind Teil des gleichnamigen Naturschutzgebietes. Der Aufstieg hatte sich gelohnt, ein wunderschöner, farbenprächtiger Ausblick auf das Werratal. Der Frühling zeigte sich heute von der schönsten Seite. Strahlend blauer



Himmel und mit allen Farben der Natur für die schönsten Fotos von diesem Aussichtspunkt. Aber so schön wie es hier ist, weiter geht die Wanderung in Richtung Höhenlage Wisch, vorbei an den Rapsfeldern in herrlich leuchtenden Farben. Ein



kleiner Umweg führte uns zum Aussichtspunkt nahe der sogenannten Kossenhaschengruft (nicht mehr zugänglich). Das Erbgrabnis eines Erfurter Hoteliers und Kunstmäzens Georg Kossenhaschen (1868-1931), der 1921 die Burg Creuzburg erworben hatte. Zeit für ein Gruppenfoto, im Hintergrund Creuzburg und Wilhelmglücksbrunn.

Dem Hinweisschild folgend ging es weiter Richtung Wisch, heute teilweise bewaldetes Gebiet und Hausberg der Creuzburger. Neben einem kleinen Waldspielplatz, einer Schutzhütte, davor mit Tisch, Bänken und Sonnenliegen - ein idealer Ort zum Rasten. Nun war erstmal Rast angesagt. Ab auf die Bänke und „Lümmelbänke“ mit Rucksackverpflegung. Ein Ort zum Genießen und Verweilen. Die Sonne hat ihren Teil dazu beigetragen. Auch von hier hat man einen wunderschönen Panoramablick in die unterschiedlichsten Richtungen. An der Nordspitze befindet sich eine offene Weidefläche mit einem Panoramablick zum nordwestlichen Thüringer Wald. Das Bergplateau besitzt eine Gipfelhöhe von 363 m ü.NHN. In Steilhängen soll auch Wein angebaut worden sein. In südöstlicher Richtung schließt sich das Naturschutzgebiet Nordmannsteine und Ebenauer Köpfe an. Über den Wisch führen mehrere Wanderwege nach Treffurt und in den Unstrut-Hainich-Kreis. Der letzte Teil der Wanderung führte uns Richtung Creuzburg. Wer aufmerksam entlang des Weges die Blicke schweifen lässt, kann in dieser Jahreszeit eine Vielzahl von Blumen, Pflanzen und heimische Orchideenarten entdecken. Letzte Station unserer Wanderung war die Gottesackerkirche. An diesem Tag geöffnet, wurden wir beim Eintritt in die Kirche mit Orgelspiel empfangen. Sie ist vermutlich das älteste sakrale Bauwerk Creuzburgs. Heute beherbergt das efeubewachsene Gotteshaus eine Ausstellung zum Naturpark Eichsfeld-Hainich-Werratal mit Informationen zum Naturpark und Tipps für Aktivitäten. Farbenprächtige und interessante Präsentationen sind hier zu sehen. Die letzten Meter führten uns nun noch zur Stadtmauer bis zum Parkplatz und somit zum Ende der Wanderung. Zu einer ordentlichen Wanderung gehört auch eine Einkehr in ein rustikales Gasthaus. Zu finden in unmittelbarer Nähe - der Landgasthof Weinbergschänke in Krauthausen. Bei deftiger Thüringer Kost zur Stärkung und mit Gesprächen in geselliger Runde fand unser Wandertag einen gelungenen Abschluss.

Harald Eichmann

OG Suhl

Vereinsleben zwischen Tradition und „Neuem“

Gemäß unserer Satzung sind wir besonders den Themen „Wandern und Rennsteig“ in der Pflicht und Verantwortung.

Auch in unserer OG ist der überwiegende Teil unserer Aktivitäten diesen Themen gewidmet.

„Es war schon immer so“ - an allen Samstagen des Jahres finden Wanderungen statt. Hier hat unser Wanderleiter U. Birke einen „langen Atem“ und immer wieder neue Ideen um diese Tradition beizubehalten.

Eine Wanderführerin und ein Wanderführer haben unser Team erweitert, 2 weitere neue Wanderführer stehen in den „Startlöchern“. 2024 wollen wir 2 Wanderführern die Ausbildung / Zertifikatslehrgang des DWV ermöglichen.

In Vorbereitung unseres Vereinsjubiläums 2025 (35. Geburtstag unserer OG), den Jubiläen 2026 (130 Jahre Rennsteigverein, 100. Geburtstag Herbert Roth, 75. Geburtstag Rennsteiglied) sind wir dabei unter dem Motto „Wandern & Singen“ diese Ereignisse vorzubereiten.

Um das Thema „Wandern“ weiter anzukurbeln, haben wir vor gut 2 Jahren eine Kooperation mit dem AWO-Ortsverein Suhl e.V. abgeschlossen. Einmal monatlich hat der Ortsverein die Führung einer „Mittwochs-Wanderung“ übernommen und somit unser Wanderangebot erweitert. Dies ist mittlerweile fester Bestandteil unseres jährlichen Wanderplanes. Jeweils am Mittwoch treffen sich Wanderfreunde unserer OG zu einer „individuellen Wanderung“.

Insgesamt bleiben die Themen rund um das Wandern und den Rennsteig im Fokus unserer Aktivitäten.

Von den angeführten Jubiläen 2025 und 2026 versprechen wir uns einen weiteren Zulauf und Zuspruch für unser Vereinsleben. Neben den traditionellen Wanderungen haben wir auch „Neues“ angepackt.

Gemeinsam mit unserem Partner, dem AWO-OV Suhl e.V. organisieren wir regelmäßig interessante und erlebnisreiche Tagesfahrten zu unterschiedlichen Erlebnisorten und Ausflugszielen Thüringens. Sie werden von unseren Vereinsmitgliedern bestens aufgenommen und verbessern sehr wesentlich die Anziehungskraft auch unserer OG.



Tagesfahrt nach Friedrichroda mit Führung in der kleinsten Brauerei Westthüringens

So führten bereits in diesem Jahr Tagesfahrten an das „Thüringer Meer“/ Saalburg-Ebersdorf, nach Friedrichroda und Bad Tabarz, nach Schwarzburg

und Schmiedefeld-Saalfeld. Die Nutzung der AWO-Kleinbusse macht uns unabhängig von öffentlichen Verkehrsmitteln und flexibel in der Ausgestaltung unserer Tagesprogramme.

Gemeinsam mit dem AWO-OV organisieren wir eine Frauentagsfeier sowie



Tagesfahrt zum Schaubergwerk Morassina

Weihnachtsfeier. Eine Buchlesung mit Bierverkostung und kleinem rustikalem Imbiss war bestens besucht und endete in stimmungsvoller Geselligkeit. Eine weitere Buchlesung mit Weinprobe ist in Vorbereitung. Gerne genutzt werden von unseren Mitgliedern u.a. auch die Fahrten des AWO-OV zu Vorstellungen des Meiningener Theaters.

Neu aufgenommen in unsere Vereinsarbeit sind u.a. auch

- eine Kooperation mit einem Kindergarten der Stadt und
- Teilnahme unserer OG an Ausstellungen und Märkten

Mit dem Kindergarten wird u.a. ein „Wanderweg der 4 Jahreszeiten“ kreiert, auf der die Kinder wandern und die Natur zu den unterschiedlichen Jahreszeiten kennenlernen und erkunden. Die Vereinbarung ist ausgelegt auf Kontinuität und Langfristigkeit.

Zum Kindertag am 01. Juni und zu unserer „Heuernte“ im Umfeld unserer Vereinshütte waren jeweils über 30 Kinder bei uns zu Gast und erlebten ausgelassene und frohe Stunden.

Ein besonderes Erlebnis haben wir unseren Vereinsmitgliedern, Freun-



den und Besuchern mit einem „Chorsingen“ an unserer Vereinshütte geboten. Unter dem Motto „Singt mit uns in den Sommer“ hatte der Mühlenchor Albrechts ein tolles Liederprogramm ausgewählt.

Am 02. Dezember werden wir zum „Adventsfest“ den Chor

erneut zu Gast haben und die Advents- und Weihnachtszeit einsingen.

Anschließend – vom 07.12. bis 10.12. unternehmen wir eine Mehrtagesreise nach Bad Bodenteich in die Lüneburger Heide. Die Teilnehmer erwartet ein erlebnisreiches Programm und wir nehmen gerne Anmeldungen dafür aus allen unseren Ortsgruppen entgegen. Mehr dazu auch auf den Internetseiten unseres Vereins unter www.rennsteigverein-suhl.de/reisen. Wir freuen uns auf Eure Teilnahme!

Liebe Wanderfreunde,

das Wandern in Verbindung mit Geselligkeit und Naturerlebnis bleibt auch künftig das „Gen“ unseres Vereinslebens. Wir werden den Rennsteig weiter erwandern und neue Wanderstrecken in dessen Einzugsgebiet erkunden.

Ein guter Anfang dafür ist gestartet. Mit Schülern der Regelschule Schleusingen ist ein „Naturhistorischer Wander- und Erlebnisweg“ geschaffen, der u.a. für die Ergänzung des Heimatkunde-Unterrichts für Schüler ab Klasse 5 genutzt wird. Eine großartige Schüler-Projektarbeit, die von unserer OG aktiv unterstützt und gefördert wird.

Jetzt freuen wir uns auf den nächsten Thüringer Wandertag am 17. September in Ilfeld und auf ein Wiedersehen bei „Wandern & Singen“.

Auf gute Zeiten und Gut Runst

Ernst Haberland

Der Rennsteigverein trauert um:

OG Zapfendorf

Katherina Schneiderbanger im Alter von 84 Jahren

Josefine Stober im Alter von 69 Jahren

OG Harthgemeinde

Hannelore Werner im Alter von 85 Jahren

OG Stedtfeld

Peter Holzknecht im Alter von 76 Jahren

OG Suhl

Roswitha Stenzel im Alter von 76 Jahren

OG Neuenhof

Werner Asmus im Alter von 79 Jahren

Wir werden unseren Verstorbenen ein ehrendes Gedenken bewahren.



Historisches

30 Jahre freundschaftliche Verbundenheit mit dem Harzklub Bad Harzburg e.V.

Historische Rückschau auf die Pfingstrunst vom 03.06. bis 08.06.1993

Aus Ost und West, Süd und Nord und vor allem aus den alten Bundesländern war nach der Wiedervereinigung 1990 bei vielen Wanderfreunden das Interesse groß, den nun wieder durchgängig offenen, mit seinen zahlreichen Bodendenkmalen, historisch so bedeutsamen längsten Kammweg Deutschlands in seiner Gänze von von Blankenstein an der Saale bis Hörschel an der Werra oder in umgekehrter Richtung auf einer Strecke von rund 170 km zu erwandern. Es ist der damaligen Vorstandschaft mit den Fürstehern Michel Ott und Kurt Enzi nicht hoch genug anzurechnen, dass man sich von Anfang an neben der Wieder- und Neugründung von Ortsgruppen des RV in unserem neuen Bundesland Thüringen schon ab 1991 auch für die Organisation und Führung von Rennsteigrunsten, in der Regel 6-Tage-Wanderungen, stark machte und diese mit der Gewinnung und dem Einsatz befähigter Wanderführer absicherte. Die Runsten, geführt von kundigen Wanderführern des Vereins, gemäß den Traditionen unseres Vereins konnten so gemeinsam mit den teilnehmenden Rennerinnen und Rennern zu bleibenden unvergesslichen Wandererlebnissen gestaltet werden. Die Runsten bildeten und bilden somit auch die Grundlage für viele lebenslang andauernde neue

Freundschaften und Kontakte. Dass die Teilnehmer zum Schluss der Runst geehrt werden mit einem Altrennernamen, der ein Unikat ist, einer Taufurkunde, einem Ehrenschild (eines der ältesten und schönsten Wanderabzeichen in Deutschland) und mit einer Ehrenurkunde mit historischem Siegel versehen, sind Besonderheiten, die unter dem Dach des DWV nur der Rennsteigverein 1896 e.V. zu bieten hat. Diese Tradition mit dem Zeremoniell der Namenssuche, der Namensverleihung und die Altrennertaufe gehören sicher mit zu den interessantesten und wohlwollend aufgenommenen Alleinstellungsmerkmalen unseres Vereins. Beschäftigt man sich mit der Statistik unsres Vereins so wird man feststellen, dass im Jahr 1993, im dritten Jahr nach der Wiedervereinigung, die meisten Rennerinnen und Renner auf den von unserem RV geführten Runsten zu Altrennern berufen werden konnten. Insgesamt waren es 82 Renner und Rennerinnen! Nie wieder wurde bis heute in einem Jahr so eine hohe Anzahl von Altrenner-Namensvergaben erreicht. Unser Kurt Enzi, der gerade erst die Fürsteherschaft übernommen hatte und anfangs noch die Runstorganisation selbst absicherte, hatte große Probleme, für alle geplanten Runsten kundige Wanderführer zu finden. Besondere Sorgen machte es ihm dabei, einen geeigneten Wanderführer für eine komplette Wandergruppe mit 16 Freunden vom Harzklub Bad Harzburg zu finden. Kurt's Frau Christine, sie war mit Sohn Sebastian, meiner Frau Erika, mir und weiteren Wanderfreunden bei einer der ersten Runsten 1991 dabei, gab Kurt den Tipp: Frage doch mal bei Willi in Ilmenau an! Sie hatte auf unserer Runst 1991, als ich am 2.Tag ab Ernstthal die Runstführung übertragen bekam, festgestellt, dass ich mich auf dem Rennsteig bereits gut auskannte und über die Literatur von Julius Kober, auch über die Traditionen des Rennsteigvereins Bescheid wusste. Fürstehrer Kurt hatte dann keine große Mühe, mich als Wanderführer für die Pfingstrunstgruppe 1993 mit dem Harzklub zu gewinnen. 1992 war ich zu meinem 50. Geburtstag durch das Wegbrechen ganzer Industriezweige in der DDR nach der Wende, so auch der Technischen Glasindustrie in Ilmenau, zum ersten Mal in meinem Leben arbeitslos geworden. So konnte ich eine Aufwertung des Selbstwertgefühls mit dem Einsatz als Wanderführer gut gebrauchen. Am Vorabend des Runstbeginns stellte ich mich mit meiner Frau Erika in Neuenhof, von den Anwesenden interessiert gemustert, der schon mit 16 Wanderfreunden komplett anwesenden Gruppe aus Bad Harzburg und Wanderfreund Hans-Joachim Stoyan aus Pößneck im Gasträum des Hotels und Gasthauses „Zur Guten Quelle“ vor. Zum Glück wusste ich zu diesem Zeitpunkt noch nicht, dass sich unter den Wanderfreunden viele gestandene und erfahrene Wanderfreunde und Funktionsträger befanden. Unter ihnen der 1.Vorsitzende des Vereins Günther Bothe und sein Stellvertreter und Wanderwart Gerhard Ludwig.

Auch wusste ich nicht, dass der Wanderwart Gerhard schon 1992 in eigener Regie mit vier Wanderfreunden aus der Gruppe den Rennsteig komplett erwandert hatte und sie nun vor allem wegen dem Interesse am Kennenlernen der Traditionen des RV mit der Vergabe der Altrennernamen, dem Ehrenschild und der Runsturkunde

mit dem Siegel dabei waren. Diese Unkenntnis war gut für mich. Ich konnte mich so unbefangenen meiner Aufgabe als Wanderführer widmen und unterstützt von meiner Frau Erika unser Wissen, vor allem auch zu den vielen Bodendenkmälern und Besonderheiten zum Rennsteig, kundtun. Die Runst nahm so bei bestem Wanderwetter einen guten Verlauf. Ich konnte die Gruppe, alles gut trainierte aktive Wanderfreunde, entsprechend meines Wandermottos „Gemeinsam ziehen wir los, gemeinsam kommen wir an“ mit reichlichen Informationen unterwegs gut zusammenhalten. Bestens unterstützt wurde ich dabei von Gerhard Ludwig. Sein Wort hatte Gewicht. Gab ich nach einer Rast ein Zeichen zum Weiterwandern, kam von ihm spontan der Ruf an die Gruppe: „Auf die Läufe!“ Jedem runstkundigen Leser diesen Artikels wird klar sein, dass er damit eine Steilvorlage für seinen dann mit großer Zustimmung vergebenen Altrennernamen gesetzt hatte. 1993 begann die OG Suhl unseres Vereins, die sich 1991 neu gegründet hatte und durch die aktive Vorstandschaft mit den vielen Wanderangeboten und dem interessanten Vereinsleben bald zur mitgliederstärksten Ortsgruppe wurde, mit den nun schon lange zu einer Tradition gewordenen Runstbegleitungen. 1993 war die Begleitung vom Rondell in Oberhof bis zur Suhler Hütte. Dabei waren auch der Vorsitzende Georg Meister sowie sein Stellvertreter und Wanderwart Werner Seibt mit ihren Frauen. Beide unterhielten sich intensiv mit Günther Bothe und Gerhard Ludwig. In der geselligen Runde der Teilnehmer von Runstbegleitung und Runstgruppe, motiviert durch die gute Verköstigung im Biergarten der Suhler Hütte, stieg die Stimmung unüberhörbar. So war das komplette Absingen des Rennsteigliedes kurz vor der Verabschiedung von den zahlreichen Suhler Freunden ein unbedingtes Muss. Die Freunde von Harzklub waren von dem Gesang so begeistert, dass Günther Bothe spontan eine Abordnung der Sänger für 1994 zum Maisingen am Molkenhaus bei Bad Harzburg einlud, um dort dann gemeinsam mit der Altrennergruppe unserer Runst als eine Überraschung für die Anwesenden das Rennsteiglied zu Gehör bringen zu können. Günther Bothe, von Beruf Förster, befasste sich als 1. Vorsitzender des Harzklubs Bad Harzburg neben dem Wandern u.a. auch mit der Brauchtumspflege. Er initiierte die Einrichtung einer Heimatstube in Bad Harzburg, heute ein vom Harzklub betreutes kleines Museum „Remise“! Nur wenige Wochen nach der Grenzöffnung lud er im Mai 1990 Brauchtums-, Gesangs- und Folkloregruppen aus Ost und West zum Molkenhaus bei Bad Harzburg zu einem, den gesamten Harz überspannenden, Fest mit musikalischen Grüßen ein. Dieses Fest „Maisingen“ gibt es heute noch und wurde inzwischen zu einer vielbesuchten touristischen Attraktion und zum festen Bestandteil des Bad Harzburger Kulturkalenders. Per Handschlag wurde das Kommen einer Suhler Abordnung für das Maisingen 1994 am Molkenhaus zugesagt und dann auch wahrgemacht. Schon vorher, im September 1993, erhielt ich mit meiner Frau Erika für unsere gelungene Wanderführung vom Vorstand des Harzklubs eine Einladung zur Teilnahme an einer Wanderung um Bad Harzburg und zu einem abschlie-

Benden, zünftigen, geselligen Hüttenabend im Molkenhaus. Als besondere Ehrung verlieh man mir hier auch das Silberne Wanderabzeichen des Harzklubs. Beim Maisingen 1994 waren wir dann alle festlich gekleidet und gut gestimmt dabei: der damalige Vorsitzende der OG Suhl Georg Meister mit Frau, sein verdienstvoller Stellvertreter und nachfolgende Vorsitzende Werner Seibt mit seiner Frau Ilse, meine Frau Erika und ich, Wanderführer Willi. Unser gemeinsamer Auftritt mit dem Absingen des Rennsteigliedes war ein voller Erfolg und wurde dankbar angenommen. Inzwischen wurde das Rennsteiglied zu einem Markenzeichen für unseren Verein und zur heimlichen Nationalhymne für Thüringen.



Unsere Runst, unsere Besuche in Bad Harzburg mit dem Auftritt am Molkenhaus und die danach gepflegten Kontakte mit vielseitigem Briefverkehr, Telefonaten, Besuchen und regelmäßigen Treffen zu den Deutschen Wandertagen besiegelten eine noch heute andauernde feste Freundschaft zwischen Freunden des Rennsteigvereins und des Harzklubs Bad Harzburg. Diese gelebten Freundschaften sind ein weiteres echtes Beispiel dafür, welchen wertvollen Beitrag unser länderübergreifend existierende Rennsteigverein mit seinen Runsten für das Zusammenwachsen von Ost und West, für die Förderung der Wanderbewegung und für die Freude am Leben leistet. Eine besonders herzliche Freundschaft und Hochachtung verbindet uns bis heute mit dem damaligen Vorsitzenden und derzeitigen Ehrenvorsitzenden des Harzklubs Bad Harzburg, Altrenner „Harzpoet“ Günther Bothe, dem es auch immer wieder zum Rennsteig und nach Thüringen zog. Er ist heute hochbetagt immer noch geistig rege und aktiv und macht seinem Altrennernamen immer wieder alle Ehre. Zum 20. Jubiläum unserer Runst 2013 veröffentlichte er in den Vereinsnachrichten des Harzklubs einen mehrseitigen Bericht zu den Traditionen unseres Vereins mit der Runst, unseren Vereinsgruß „Gut Runst“ und den Altrennerehrungen. Titel des Berichtes: „Diesen Weg auf den Höh'n bin ich oft gegangen!“ 2021 veröffentlichte er seine mit viel Herzblut geschriebene Autobiographie mit dem Titel: „Mein Leben mit dem Wald“. Günther Bothe

feierte im Dezember 2022 seinen 95. Geburtstag und wurde uns als Mensch, als umsichtiger Wandersmann, Freund und ehrenamtlicher Verantwortungsträger, zu einem echten Vorbild. Seine Lebensleistung wurde dankeswerter Weise von der Stadt Bad Harzburg und dem Land Niedersachsen mit dem Bundesverdienstkreuz gewürdigt. Dass er zu dieser hohen Auszeichnung auch herzlichste, anerkennende Glückwünsche aus Thüringen und vom RV bekam, war für uns eine Ehrensache! Die meisten Freunde der Wandergruppe 1993 haben inzwischen ihre letzte Wanderung angetreten. Viele Kontakte fanden damit ein Ende.

Was bleibt ist eine liebevolle, ehrende Erinnerung an die Verstorbenen! Auf einer Todesnachricht, die wir von der Familie der verstorbenen Altrennerin „Schnelle Zunge“ Irmchen Deike im Dezember 2022 bekamen, stand der treffende Spruch: „Das Schönste, was ein Mensch hinterlassen kann, ist ein Lächeln im Gesicht derjenigen, die an ihn denken!“ Wie wahr! Tun wir alles, dass später an uns Denkende lächeln können!

Willi und Erika Lehmann - OG Suhl

Gesundheitstipps

SONNENLICHT - Quelle der Lebensenergie

Ein besonders schöner Nebeneffekt beim Wandern ist die Bewegung an frischer Luft - auch bei bedecktem Himmel gelangt Licht auf unsere Haut und Vitamin D kann sich im Körper bilden.

Vitamin D ist Spender von Energie und Gesundheit, beugt Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor, schützt unser Immunsystem, stärkt die Psyche und wirkt „antientzündlich“.

Im Gegensatz zu allen anderen Vitaminen, die der Mensch ausschließlich mit der Nahrung aufnimmt, bildet der Körper Vitamin D in Abhängigkeit vom geografischen Breitengrad und dem jahreszeitlich bedingten Einstrahlwinkel der Sonne größtenteils selbst.

Je nach Alter, Hauttyp, Wohnort und Jahreszeit benötigt man dazu unterschiedliche Sonnenlichtmengen, um gesunde Blutspiegel an Vitamin D zu erzielen.

In unseren Breiten - Deutschland liegt auf dem 47.-55. Breitengrad - kann Vitamin D in den sonnenreicheren Monaten von April bis September mithilfe der Sonne gebildet werden.

Davor und danach ist eine natürliche Vitamin-D-Synthese über die Haut mithilfe des Sonnenlichtes nicht möglich, es sei denn, Sie wandern oder leben in höheren Gebirgsregionen als der Thüringer Wald.

In Deutschland herrscht, wie in den meisten Ländern Nordeuropas, ein Vitamin-D-Mangel.

Nach aktuellen Daten des Robert-Koch-Instituts in Berlin sind bis zu 90 % der Bundesbürger in allen Altersklassen nicht ausreichend mit Vitamin D versorgt.

Neben dem normalen Lichtmangel in unserer Region, gibt es sehr viele Arzneimit-

tel, deren Wirkung von Vitamin D abhängig sind.

Greifen wir als Beispiel die Blutdrucksenker und Cholesterinsenker heraus. Ihre Wirkung braucht das Vitamin D. Ist ein Mangel im Körper, greift es auf Ressourcen, wie die Knochen zurück und trotz Arzneimittel bekommt man keine deutliche Verbesserung der Gesundheit.

Sie gehen wandern, um auch ihre Gesundheit wie das Herz-Kreislauf-System zu stärken. Selbst Herzranke, die bereits Arzneimittel einnehmen, können durch 3mal wöchentliche Spaziergänge von mindestens 30 Minuten und entsprechender Belichtung von April bis September ihre Herzgesundheit verbessern.

Fazit:

Bewegung und Belichtung ist das beste gesundheitsfördernde „Mittel“, was es gibt!!!

Besteht ein Vitamin-D-Mangel, dann stärkt es enorm die Gesundheit, Vitamin D zusätzlich einzunehmen.

LEBENSELIXIER Wasser

Wasser ist wegen seinen chemischen und physikalischen Eigenschaften ein wichtiger Bestandteil aller Körperzellen und -flüssigkeiten.

In biochemischer Hinsicht ist es für den Körper das wichtigste Transportmittel, das sämtliche Abläufe

- des Stoffwechsels
- des Körperaufbaus
- der Verdauung
- sowie Herz- und Kreislauffunktionen regelt.

Letztlich ist Wasser der regulierende Faktor zur Einhaltung einer konstanten Körpertemperatur von 37 Grad Celsius. Weicht die Temperatur davon ab, kann der menschliche Organismus nicht reibungslos funktionieren. Steigt die Temperatur im Körper, fängt dieser über eine Vielzahl an Schweißdrüsen an zu schwitzen. Der Wasserfilm auf der Haut verdunstet als Folge der überschüssigen Wärme, die dadurch gesenkt wird. Dieser Mechanismus hat Verdunstungskälte zur Folge, der Körper kühlt ab.

Der Mensch verliert jeden Tag auf verschiedene Weise eine ganze Menge Wasser (bis zu 2,5 Liter) – über die Atemluft, den Urin und Stuhl sowie durch Schwitzen. Diese Menge muss über die Nahrungszufuhr und durch Trinken ausgeglichen werden. Rund ein Liter wird schon durch die Nahrung aufgenommen. Lebensmittel wie Gurken oder Wassermelonen bestehen beispielsweise fast zu 100 Prozent aus Wasser. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) rät, **täglich mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit zu sich zu nehmen.**

Generell ist zu beachten:

Pro Kilogramm Körpergewicht beträgt die Trinkmenge 30 Milliliter Wasser am Tag. Wer beispielsweise 70 Kilogramm wiegt, sollte täglich 2,1 Liter Wasser trinken.

Geschäftsstelle:

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

Internet: www.rennsteigverein.de

Da der Körper nicht in der Lage ist, Wasserreserven aufzubauen, ist dies besonders wichtig.

Wenn es im Sommer sehr heiß oder im Winter sehr kalt ist, verbraucht der Körper mehr Wasser als gewöhnlich. Gleiches gilt bei sportlicher Betätigung. Der erhöhte Wasserverbrauch muss in solchen Situation durch eine zusätzliche Aufnahme ausgeglichen werden.

Liebe Wanderfreunde!

Als sehr naturverbundene Apothekerin wünsche ich Ihnen alles Gute. Erfreuen Sie sich weiterhin an der Schönheit des Thüringer Waldes - an den Blumen, Sträuchern, Gräsern, Beeren und Pilzen - und stärken somit Ihre Gesundheit!!!

Ihre Uta Mühle

Wanderfreudige und der Natur verbundene Apothekerin aus Gotha

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: Wehry-Druck OHG, Im Wiesgrund 1, 98617 Untermaßfeld, Tel. 036949 / 20110

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 07.07.2023.

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

Die nächste Ausgabe „Das Mareile“ erscheint im November 2023.

Redaktionsschluss für die November-Ausgabe ist der 10.11.2023.