



NATURPARK
HABICHTSWALD

MOUNTAINBIKE TOUREN

Geführte MTB-Erlebnistouren im
Naturpark Habichtswald 2023



Grüne Heimat
NORDHESSEN



MTB-Touren – ein bewegendes Erlebnis!

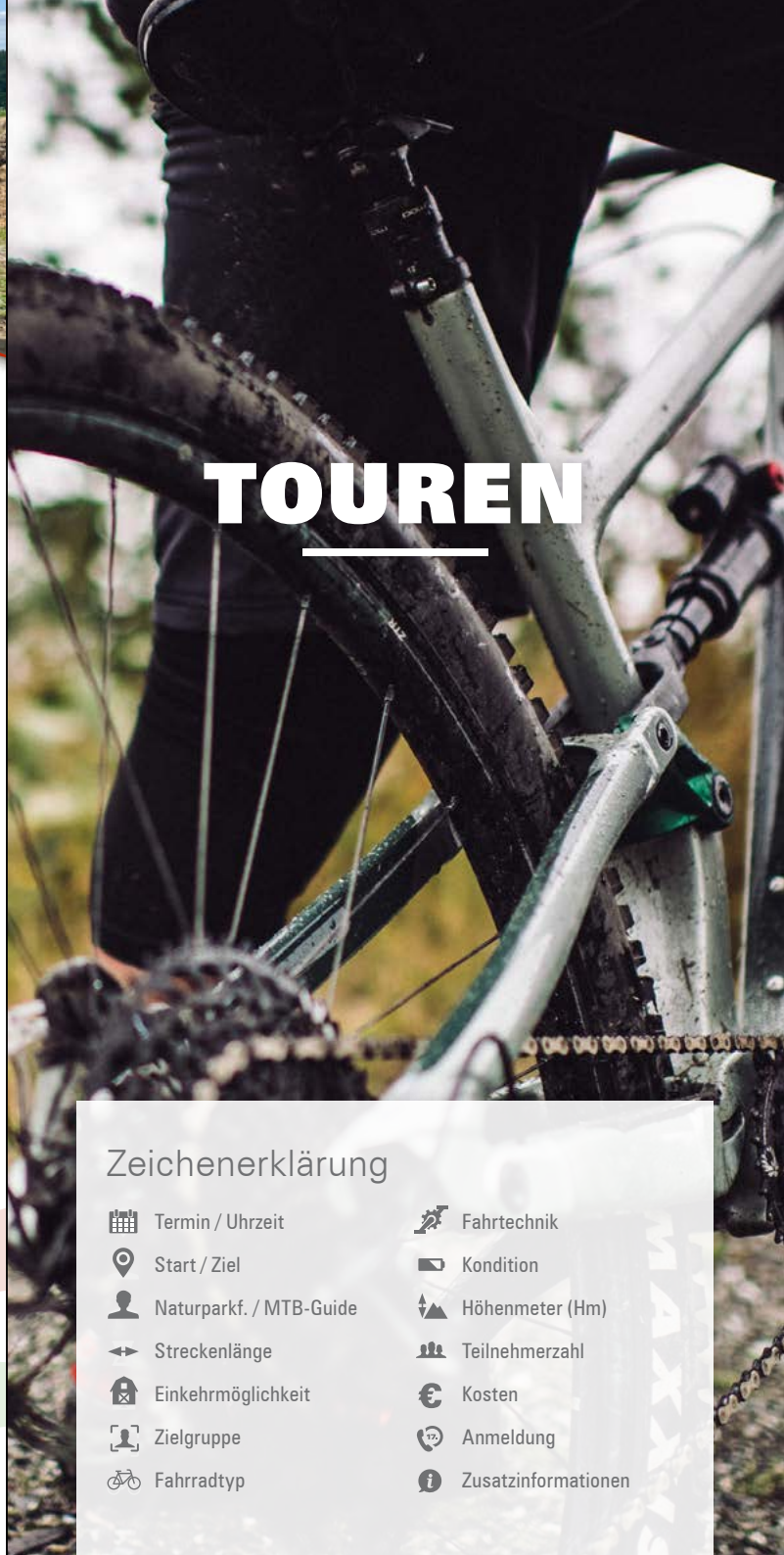
Sich auf seinem Bike bergauf richtig auspowern, den Nervenkitzel bergab genießen, die Naturlandschaften auf sich wirken lassen – das Abenteuer Mountainbike zieht immer mehr Menschen in den Bann.

Mit seinem Mittelgebirgscharakter und der Mischung aus offenen und bewaldeten Flächen ist der Naturpark Habichtswald für diese Abenteuer wie geschaffen.

Wer gern in Gesellschaft fährt und neue Strecken im Naturpark Habichtswald kennenlernen möchte, für den sind unsere geführten MTB-Erlebnistouren das Richtige: Auch in diesem Jahr stellen wir ausgewählte Touren vor, die von unseren Naturparkführern und ausgebildeten Trailscouts begleitet werden.














Neben dem Fahrspaß und dem Naturerlebnis achten unsere Guides immer darauf, dass die Touren im Einklang mit rechtlichen Vorgaben stehen und dass auf andere Nutzergruppen Rücksicht genommen wird.

Wir wünschen viel Spaß im Naturpark Habichtswald!



TOUREN

Zeichenerklärung

- | | |
|---|---|
|  Termin / Uhrzeit |  Fahrtechnik |
|  Start / Ziel |  Kondition |
|  Naturparkf. / MTB-Guide |  Höhenmeter (Hm) |
|  Streckenlänge |  Teilnehmerzahl |
|  Einkehrmöglichkeit |  Kosten |
|  Zielgruppe |  Anmeldung |
|  Fahrradtyp |  Zusatzinformationen |



Alle Termine im Überblick

April

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour	Seite
So., 2. April	10 Uhr	(E-)MTB-Einsteiger-Tour zur Kugelsburg mit Martin Dillschneider und Partnern	7
Sa., 29. April	10 Uhr	Bison-Tour mit Petrus Verlaan	8

Mai

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour	Seite
Sa., 6. Mai	11 Uhr	Berg- und Waldseetour mit Thomas Löbel	9
Fr., 12. bis So., 14. Mai	15 Uhr	„HEIMKEHR“ – Bikepacking-Tour mit Martin Dillschneider und Stefan Schmale	10
Sa., 13. Mai	10.30 Uhr	Trailtour über die Grenzen des Naturparks mit Annika Hartmann und Raphael Michels	11
Do., 18. Mai bis Fr., 19. Mai	9.30 Uhr	MTB-Overnighter mit Petrus Verlaan	12
Di., 23. Mai	8.30 Uhr	STEINzeugen mit Frank Pfennig	13

Juni

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour	Seite
Sa., 3. Juni	11 Uhr	Berg- und Waldseetour mit Thomas Löbel	9
So., 4. Juni	10 Uhr	MTB-Rauszeitour mit Martin Dillschneider	14
Sa., 12. Juni	11 – 17 Uhr	GravelTour durch Wald und Flur mit Christoph Quiring und Philipp Büsselmaker	15
So., 18. Juni	9 Uhr	Frühstückstour mit Jürgen Depenbrock	18

Juli

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour	Seite
Sa., 1. Juli	11 Uhr	Berg- und Waldseetour mit Thomas Löbel	9
Fr., 7. Juli	16.30 Uhr	Trailtour über die Grenzen des Naturparks mit Annika Hartmann und Raphael Michels	11
Sa., 8. Juli	11 Uhr	Himmlicher Gravel-Travel zum Katzenloch mit Mario Schön	19
Sa., 15. Juli	10 Uhr	Trailtour mit Petrus Verlaan	20
So., 22. Juli	9 Uhr	MTB-Badetour zum Twistesee mit Petrus Verlaan	21
Di., 25. Juli	8.30 – 13.30 Uhr	LandGRAFENTour mit Frank Pfennig	22

August

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour	Seite
Di., 1. August	8.30 Uhr	HOLLENpfade mit Frank Pfennig	23
Sa., 5. August	11 Uhr	Berg- und Waldseetour mit Thomas Löbel	9
Di., 22. August	9 Uhr	MTB-Badetour zum Twistesee mit Petrus Verlaan	21

September

Datum	Uhrzeit	MTB-Erlebnistour	Seite
So., 3. September	9 Uhr	Drei Türme-Tour mit Frank Pfennig	24
Sa., 9. September	11 Uhr	Berg- und Waldseetour mit Thomas Löbel	9
Do., 21. September	16.30 Uhr	Trailtour über die Grenzen des Naturparks mit Annika Hartmann und Raphael Michels	11





Erläuterungen zu den Touren

Die Anmeldung erfolgt mit Angabe von Name und Tel.-Nr. per E-Mail an anmeldung@naturpark-habichtswald.de oder Tel.: 05606 533266. Mit der Nennung der Angaben erklärst du dich bereit, dass die Daten an den jeweiligen Tourenguide weitergeleitet werden können. Eine Weitergabe/ Speicherung darüber hinaus erfolgt nicht.

Bei zu geringer Beteiligung können Touren abgesagt werden. Du wirst dann benachrichtigt.

- Geeignete Kleidung und Sicherheitsausrüstung (Helm etc.) bedenken! Ggf. Ersatzschlauch mitnehmen
- Versorgung beachten (Müsliriegel, Wasser etc.)
- Einkehr erfolgt i. d. R. in Absprache mit der Gruppe
- Dauer = Summe Fahrtzeit + Aufenthaltszeit bei Sehenswürdigkeiten + Pausen
- Touren generell nicht geeignet für E-MTB > 25 km/h
- Höhenmeter: Summe der zu überwindenden (Bergauf-) Höhenmeter (Hm)
- Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr
- Erläuterung der Schwierigkeitsgrade:
leicht:
mittel:
anspruchsvoll:
- Die tatsächliche Streckenführung kann je nach Wetterlage und / oder Leistungsstand der Teilnehmer*innen angepasst werden

Die (E-)MTB-Einsteiger-Tour zur Kugelsburg – Fahrtechnik, Bikecheck, Erlebnis

Du hast dir gerade ein neues (E-)MTB gekauft und möchtest jetzt richtig loslegen? Wir checken dein Bike, helfen dir mit der richtigen Sitzposition und geben wertvolle Tipps zum sicheren Mountainbiken. Du lernst wie man kraftsparend fährt, sicher im Gelände unterwegs ist und richtig bremst.

Für maximalen Fahrspaß und deine größtmögliche Sicherheit sind wir bei dieser Tour immer in möglichst kleinen Gruppen und mit mindestens zwei Guides unterwegs.

- 📅 So., 2. April, 10 Uhr – 16 Uhr
- 📍 Landhotel Sonneneck, Stadtpfad 2, 34479 Breuna
- 👤 Martin Dillschneider, Stefan Schmale, Hendrik Müller
- ➔ 20 km
- 🏠 Restaurant an der Kugelsburg, Sauerbrunnen Volksmarsen
- 👤 10 bis 99 Jahre
- 🚲 MTB, E-MTB
- 🏃
- 🏍
- 🏔 300 Hm
- 👥 min. 2, max. 10 Personen
- 💶 12 € pro Person
- 🗓 Anmeldung bis einen Tag vorher im Naturparkzentrum



Bison-MTB-Tour

Los geht es am Dorfgemeinschaftshaus (DGH) im Caldener Ortsteil Ehrsten. Nach einer kurzen Kennenlernrunde startet die Tour in Richtung Niedermeiser, vorbei am Feuchtgebiet „Der weiße Born“ mit seinen Angelteichen und dem Schottenbruch. In der Liebenauer Gemarkung werden die Bisons, die der Tour ihren Namen geben, artgerecht und frei auf großflächigen Weiden gehalten. Die Tour führt weiter vorbei an dem ehemaligen Rittergut Sieberhausen in Richtung Golfplatz Escheberg, wo gemeinsam eingekehrt werden kann. Von hier führt die Strecke wieder zurück durch den Habichtswald zum Ausgangspunkt nach Ehrsten.

- 📅 Sa., 29. April, 10 – ca. 14 Uhr
- 📍 DGH Ehrsten, Zierenberger Str. 33, 34379 Calden-Ehrsten
- 👤 Petrus Verlaan
- ➔ 45 km
- 🏠 Restaurant Golfplatz Escheberg
- 🚴 Touren-Mountainbiker*innen
- 🚲 MTB, E-MTB
- 🏔️
- 📏 480 Hm
- 👥 max. 10 Personen
- 💶 12 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis einen Tag vorher im Naturparkzentrum



Mehrere
TERMINE!

Berg- und Waldseetour im Habichtswald

Die abwechslungsreiche MTB-Tour startet am Wanderparkplatz Hirzstein im Schauenburger Ortsteil Elgershausen. Nach einem kurzen Abstecher zur beeindruckenden Felsformation des Hirzsteins führt die Strecke durch den Hohen Habichtswald über den Bismarckturm, die Bilsteinklippen und das Ziegenköpfchen zum Hohen Gras. Weiter geht es über den Essigberg zum Höllchen, den Silbersee bis zum Blauen See und dann weiter zum Herkules und dem Vorwerk Sichelbach. Hier kann der Hofladen des Milchschaaf-Hofs besucht und regional erzeugter Schafskäse erworben werden. Der Rückweg führt über das Hohe Gras, wo gemeinsam eingekehrt werden kann. Im Anschluss geht es zurück zum Startpunkt.

- 📅 Sa., 6. Mai, 11 – 16.30 Uhr
- 📅 Sa., 3. Juni, 11 – 16.30 Uhr
- 📅 Sa., 1. Juli, 11 – 16.30 Uhr
- 📅 Sa., 5. August, 11 – 16.30 Uhr
- 📅 Sa., 9. September, 11 – 16.30 Uhr
- 📍 Wanderparkplatz Hirzstein, 34270 Schauenburg-Elgershausen
- 👤 Thomas Löbel
- ➔ 35 km
- 🏠 Gaststätte Hohes Gras
- 🚴 fortgeschrittene Mountainbiker*innen, Erwachsene
- 🚲 MTB, E-MTB
- 🏔️
- 📏 700 Hm
- 👥 max. 10 Personen
- 💶 12 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis einen Tag vorher im Naturparkzentrum





„HEIMKEHR“ – Das Bikepacking-Mikroabenteuer

Heimgekehrt ist jeder schon mal, aus dem Urlaub, von einem Auslandsjahr oder einer langen Reise. Gemeinsam in der Gruppe möchten wir dieses Gefühl wieder aufleben lassen. Das Gefühl des Unterwegs sein und des Heimkehrens. „HEIMKEHR“ das ist auch der Buchtitel von Wolfgang Büschers Bestseller.

Ein Buch über den Traum vom Aussteigen (auf Zeit) mitten in Deutschland. Zufällig leben wir genau da und nehmen dich mit auf seine Reise. Wir besuchen den Ort, an dem Büscher ein dreiviertel Jahr verbracht hat und geben einen Einblick in seine Geschichte.

Unter diesem Motto steht diese kleine Reise: Aussteigen, und wenn's nur für ein Wochenende ist – ein echtes Mikroabenteuer.

Begleitet von ausgebildeten Naturparkführern, lernst du: Welche Kräuter kann ich essen? Wie heile ich Verletzungen? Wie mache ich Feuer, filtere Wasser und orientiere ich mich? Wie pflanzt man den Wald der Zukunft?

Du bist richtig, wenn du mehr Abenteuer in deinem Leben willst, wenn du mehr Natur in deinem Leben willst und wenn du am Montag an der Arbeit mal etwas zu erzählen haben willst. Es geht um dich. 3 Tage draußen. 3 Tage abschalten. Jetzt raus und machen! Sei dabei!

- 📅 Fr., 12. Mai, 15 Uhr bis So. 14. Mai, nachmittags
- 📍 Hotel Sonneneck, Stadtpfad 2, 34479 Breuna
- 👤 Martin Dillschneider, Stefan Schmale
- ➔ Tag 1: ca. 25 km, Tag 2: 60 km, Tag 3: 48 km
- 🏠 spontan, Selbstverpflegung
- 👤 Mountain- und Gravelbiker*innen, Bikepacker*innen
- 🚲 MTB, Gravelbike, Tourenbike (geländetauglich)
- 🏹
- 📷
- 📏 Tag 1: 600 Hm, Tag 2: 900 Hm, Tag 3: 620 Hm
- 👤 min. 5, max. 10 Personen
- 💶 59 € pro Person inkl. Übernachtung in der Natur auf dem Dörnberg (Tag 1), Gemeinschaftsunterkunft im Kloster Hardehausen mit DU/WC (Tag 2), Wildkräuter-Tour mit Tanja Tempel, Survival-Tipps von Andreas Karger und Wald-Exkursion mit Revierförster Oliver Wagemann.
- 🗓️ Anmeldung bis drei Tage vorher über das Naturparkzentrum
- 📌 Wir übernachten an ausgewählten Orten mit Feuerstelle. Du benötigst Outdoor-Ausrüstung für die Übernachtung in der Natur und Rad-Taschen mit denen du alles transportieren kannst. Die Geschwindigkeit wird der Gruppe angepasst!

Trailtour über die Grenzen des Naturparks

Die Tour für alle, die Trails und Mountainbike-Touren lieben. Der Ausgangspunkt am Bahnhof Volkmarsen-Ehringen ist ideal per Zug und PKW, mit nahe gelegendem Parkplatz, zu erreichen. Wir starten gemütlich und hangeln uns auf Wald- und Forstwegen von Trail zu Trail, bis wir nach 28 Kilometern im Restaurant Zur Kugelsburg bei Volkmarsen einkehren können. Anschließend fahren wir über das Scheid, danach hinunter in das schöne Wattertal, durch die Hollenkammer und wieder zurück nach Ehringen. Wir haben bei dieser Tour die schönsten Trails am Rande des Naturparks miteinander verbunden. Diese sind nicht zu anspruchsvoll, bieten einen schönen Flow und machen einfach Spaß zu fahren.

- 📅 Sa., 13. Mai 10.30 – 14 Uhr
- 📅 Fr., 7. Juli 16.30 – 20 Uhr
- 📅 Do., 21. September 16.30 – 20 Uhr
- 📍 Bahnhof Volkmarsen-Ehringen
- 👤 Annika Hartmann und Raphael Michels
- ➔ ca. 40 km
- 🏠 Restaurant Zur Kugelsburg
- 👤 Mountainbiker*innen, die leichte bis mittelschwere Trails mögen
- 🚲 Mountainbike: Hardtail oder Fully
- 🏹
- 📷
- 📏 ca. 600 Hm
- 👤 max. 10 Personen
- 💶 12 € pro Person
- 🗓️ Anmeldung bis einen Tag vorher im Naturparkzentrum

Mehrere
TERMINE!



MTB-Overnighter um den Habichtswald

Ihr wolltet schon immer mal eine Mountainbike-Tour durch den Naturpark Habichtswald machen, dabei Gleichgesinnte kennenlernen und unter freiem Himmel übernachten? Dann ist diese Tour genau das Richtige. Los geht es am Donnerstag am DGH in Ehrsten. Nach kurzer Einweisung fahren wir los – vorbei am Gutshof Laar mit seinem Schloss und der Mühle. Weiter geht es durch ausgedehnte Wälder in Richtung Wolfhagen. Vorbei am Wasserschloss Elmarshausen über den Graner Berg und an der Drachenhöhle bei Wolfhagen. Im kleinen Hugenottendorf Leckringhausen gibt es im Landhotel Mulot die Möglichkeit zur Einkehr. Weiter geht es zur Weidelsburg, wo wir im Steinbruch Katzenloch unser Nachtlager aufschlagen.

Am Freitagmorgen führt uns die Tour zum Naturschutzgebiet „Hengst-wiese“ bei Naumburg. Auch der Steinbruch in Balhorn liegt im weiteren Verlauf auf der Strecke, bevor es über den Schauenburger Ortsteil Hoof zur Waldgaststätte „Hohes Gras“ geht. Nach einer kleinen Stärkung führt der Weg über den Dörnberg in Richtung Zierenberg, vorbei am Bergcafé Friedrichstein und zurück nach Ehrsten.

Du benötigst Outdoor-Ausrüstung für die Übernachtung und Verpflegung in der Natur sowie Rad-Taschen für den Transport.

- 📅 Do., 18. Mai (Christi Himmelfahrt), 9.30 Uhr bis Fr., 19. Mai, nachmittags
- 📍 Dorfgemeinschaftshaus (DGH) Ehrsten, Zierenberger Str. 33, 34379 Calden-Ehrsten
- 👤 Petrus Verlaan
- ↔️ Tag 1: 49 km; Tag 2: 56 km
- 🏠 Landhotel Mulot / Waldgaststätte Hohes Gras und Bergcafé Friedrichstein
- 🚵 Touren-Mountainbiker*innen
- 🚲 MTB, E-MTB (wenn Akku für die Strecke ausreicht)
- 🏔️
- 🏠
- 📏 Tag 1: 750 Hm, Tag 2 1.100 Hm
- 👥 max. 10 Personen
- 💶 39 € pro Person (ohne Verpflegung)
- 🗓️ Anmeldung bis drei Tage vorher im Naturparkzentrum



STEINzeugen

Naturdenkmäler aus Sandstein und die dazwischen liegenden Wege/ Trails waren die Inspiration für diese spannende Tour. Sie führt uns von Elbenberg durch die offene Landschaft Richtung Norden zu den Rauensteinen bei Ippinghausen. Vorbei an der Weidelsburg biken wir auf Waldwegen der Elbequelle entgegen, um kurz davor bergan im Wald den flowigen Trail zu den Herrensteinen zu erklimmen. Dort ist eine Rast geplant. Mit hoher Konzentration fahren wir weiter zum letzten Naturdenkmal der Tour, dem Riesenstein. Auf verschlungenen Wegen fahren wir zurück zum Start nach Elbenberg.

- 📅 Di., 23. Mai, 8.30 – 13.30 Uhr
- 📍 Parkplatz an der Flachsrose (DGH) in Elbenberg, Naumberger Str. 2, 34311 Naumburg
- 👤 Frank Pfennig
- ↔️ ca. 46 km
- 🏠 Selbstverpflegung
- 🚵 fortgeschrittene Touren Mountainbiker*innen
- 🚲 MTB, E-MTB
- 🏔️
- 🏠
- 📏 ca. 650 Hm
- 👥 max. 10 Personen
- 💶 13 € pro Person
- 🗓️ Anmeldung bis zwei Tage vorher im Naturparkzentrum





Die MTB-Rauszeit-Tour zur Weidelsburg – Trails, Naturerfahrung, Erlebnis

Dein Chef stresst, die Ohren sausen und dein Blutdruck steigt? Zeit für eine „Rauszeit“ mit dem Mountainbike. Komm mit auf eine Mountainbike-Tagestour auf den Schwingen des Habichts: Freiheit, Abenteuer, Natur pur. Mit Trails zum Verlieben, Naturmomenten zum Genießen und Erlebnissen zum Teilen. Die sportlich geführte MTB-Rund-Tour von Breuna zur Weidelsburg und zurück – mit Fitness- und Fahrtechnikübungen für Mountainbiker.

Erfahre auf dieser Tagestour, warum uns Natur schützt und fit macht. Warum geht uns eigentlich gut, wenn wir draußen in der Natur sind? Was passiert mit uns im Wald? Kann Natur uns gesund machen?

- 📅 So., 4. Juni, 10 – 18 Uhr
- 📍 Landhotel Sonneneck, Stadtpfad 2, 34479 Breuna
- 👤 Martin Dillschneider
- ➡️ 50 bis 65 km, je nach Anspruch
- 🛠️ Tankstelle und Imbiss an und auf der Weidelsburg bei Ippinghausen
- 👶 ab 15 Jahre
- 🚲 MTB, E-MTB
- 🏆
- 📏
- 🏔️ 1.000 Hm
- 👥 min. 2, max. 12 Personen
- 💶 12 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis einen Tag vorher im Naturparkzentrum
- 👨‍🎓 Die Tour wird von mindestens einem weiteren MTB-Guide begleitet.

GravelTour durch Wald und Flur

Die Vielfalt der nordhessischen Landschaft erlebt man am besten auf dem Gravel-Bike! Nach diesem Motto schlängelt sich die Strecke vorbei an mehr als sechs kleineren Bergen im Kasseler Westen, so dass selbst ohne echtes Gebirge schnell über 1000 Hm auf knapp 60 km Strecke zusammenkommen.

Gestartet wird am Kasseler Stadtrand. Die Strecke führt zügig am Rande des Habichtswaldes raus gen Baunatal und trifft am Baunsberg das erste Mal auf Schotter. Richtung Elmshagen kann der längste Anstieg noch mit frischen Beinen bewältigt werden. Der steilste Anstieg Richtung Altenburg lässt allerdings nicht lange auf sich warten. Der schattige Rastplatz an der „Engels Ruh“ bietet bald die Möglichkeit für eine Pause.

Anschließend geht es bergab, vorbei am Kloster Merxhausen und dem Elbenberger Türmchen zum am weitesten entfernten Punkt kurz vor Naumburg. Mit schönen Blicken über die Felder im Naturpark Habichtswald geht es wellig-ansteigend wieder zurück. Balhorn bietet eine weitere Möglichkeit für eine gemütliche Rast. Gestärkt können so die letzten Kilometer über Hoof, am Hirzstein und am Bismarckturm vorbei zum Ziel absolviert werden.

- 📅 So., 11. Juni, 12 – 16.30 Uhr
- 📍 Endhaltestelle Druseltal (Linie 3), Druseltalstraße, 34131 Kassel
- 👤 Christoph Quiring und Philipp Büssesmaker (La Forêt Gravel Club)
- ➡️ 56 km
- 🛠️ Selbstversorgung
- 👶 Tour für fortgeschrittene Gravelpiloten*innen
- 🚲 Gravelbike, MTB
- 🏆
- 📏
- 🏔️ 1.040 Hm
- 👥 min. 3, max. 15 Personen
- 💶 12 €
- 🕒 Anmeldung bis einen Tag vorher im Naturparkzentrum
- 👨‍🎓 Die durchschnittliche Geschwindigkeit wird an die Gruppe angepasst





TRAILPARK
NEU!

Der MTB-Trailpark im Naturpark Habichtswald

Am Hohen Gras entsteht in Trägerschaft des Zweckverbandes Naturpark Habichtswald ein öffentlicher MTB-Trailpark für Klein und Groß.

Im Frühsommer 2023 wird der Trailpark vor den Toren Kassels in Betrieb gehen und satten Fahrspaß für alle MTB-Fans bieten.

Die insgesamt fünf verschiedenen Trails bieten verschiedene Schwierigkeitsgrade für jede Könnerschaft. Neben Single- und Flowtrails fehlen auch eine Jumpline und eine Downhill-Strecke nicht.

Insgesamt bieten ca. 4 km Strecke und 425 Höhenmeter jede Menge Spaß und Action und bieten eine ideale Ergänzung zu der ausgewiesenen MTB-Strecke „Rund um das Habichtsspiel“ (siehe auch S. 25), die ganz in der Nähe am Wanderparkplatz Roter Stollen oder am Wanderparkplatz „Unteres Firnsbachtal“ in Schauenburg ihre Einstiegspunkte hat.

Mit dem Bau des Trailparks am Hohen Gras entsteht so für alle Mountainbiker ein attraktives Angebot, das in Einklang mit dem Naturschutz und weiteren Nutzergruppen entwickelt wurde.



- 1 Flowtrail: 0,88 km
- 2 Singletrail leicht: 0,56 km
- 3 Flowtrail: 0,86 km
- 4 Downhill: 0,26 km
- 5 Flowtrail: 0,64 km
- 6 Jumpline: 0,38 km
- 7 Singletrail schwer: 0,59 km

Die Strecken sind in verschiedene Schwierigkeitsgrade eingestuft:
grün = sehr leicht, gelb = leicht,
orange = mittelschwer, rot = schwer.

Mehr Infos gibt es unter:
www.naturpark-habichtswald.de



E-Mountainbike-Frühstückstour zum Naturparkzentrum

Die leichte E-MTB-Tour mit einigen für Anfänger geeigneten Trailabschnitten führt uns aus Richtung Kassel zum Naturparkzentrum auf dem Dörnberg, wo uns ein leckeres Frühstück erwartet. Wir halten an mehreren interessanten Punkten und erfahren zum Beispiel etwas über den rätselhaften Hohlstein und das Loch in der Basaltwand der Katzensteine.

- 📅 So., 18. Juni, 9 – 13 Uhr
- 📍 Wanderparkplatz/Bushaltestelle „Auskopf“ an der L 3298, von Kassel kommend in Richtung Ehlen
- 👤 Jürgen Depenbrock
- ➔ ca. 25 km
- 🏠 auf halber Strecke Frühstück im Naturparkzentrum
- 👤 Erwachsene
- 🚲
- 🏃
- 📶
- 📏 150 Hm
- 👥 max. 10 Personen
- 💶 15 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis zwei Tage vorher im Naturparkzentrum



Himmlicher Gravel-Travel zum Katzenloch

Wir starten am Wanderparkplatz Schauenburg-Hoof und rollen gemütlich Richtung Westen. Über Martinhagen, Balhorn und Ippinghausen erreichen wir das Katzenloch am Fuße der Weidelsburg. Eine Pause ist hier obligatorisch. Auf dem Rückweg statten wir dem „Trekkingplatz Brederich“ einen kurzen Besuch ab. Hier gibt es ein paar Tipps zum Thema Bikepacking, das sich gerade mit dem Gravelbike einer großen Beliebtheit erfreut. Ab Naumburg folgen wir den Spuren des Hessesencourriers, bis wir unseren Ausgangspunkt am Wanderparkplatz wieder erreichen. Die Runde ist einsteigerfreundlich und bietet an Untergrund so ziemlich alles, was ein Gravelbiker-Herz höher schlagen lässt.

- 📅 Sa., 8. Juli 2023, 11 – 15 Uhr
- 📍 Wanderparkplatz Schauenburg-Hoof (nahe Gasthaus Himmel), 34270 Schauenburg
- 👤 Mario Schön
- ➔ 42 km
- 🏠 Selbstverpflegung
- 👤 Einsteiger*innen mit Gravelbike
- 🚲 Gravelbike, Mountainbike (Hardtail)
- 🚲
- 📶
- 📏 550 Hm
- 👥 min. 3, max. 10 Personen
- 💶 12 € pro Person
- 🕒 Anmeldung bis einen Tag vorher im Naturparkzentrum





MTB-Badetour zum Twistesee

Die sommerliche Tour führt sportlich in rund 2,5 Stunden durch den nördlichen Naturpark Habichtswald an den Twistesee. Hier gibt es die Gelegenheit zum Baden und zur Einkehr. Die Dauer des Aufenthalts wird in der Gruppe abgestimmt. Über Wolfhagen führt die Rückfahrt wieder zum Ausgangspunkt nach Calden.

📅 Sa., 22. Juli, 9 – ca. 16 Uhr

📅 Di., 22. August, 9 – ca. 16 Uhr

📍 Bhf Calden-Fürstenwald

👤 Petrus Verlaan

➔ 60 km

🍽️ Gastronomie am Twistesee

🚴 Touren-Mountainbiker*innen

🚴 MTB, E-MTB

🏹

🏹

📏 850 Hm

👤 max. 10 Personen

💶 12 € pro Person

🕒 Anmeldung bis einen Tag vorher im Naturparkzentrum; für den 22. August zwei Tage vorher.

📌 Gute Grundkondition notwendig.

Trailtour

Die anspruchsvolle Trailtour führt uns zu markanten Punkten im Naturpark Habichtswald. Zunächst fahren wir zum Dörnberg mit seinen beeindruckenden Helfensteinen. Weiter geht es zum Hohlestein, dem Katzenstein und weiter zur Igelsburg. Vorbei am Silbersee führt die Strecke weiter zum Herkules und dem Erlenloch. Durch Wald und Flur geht es weiter in Richtung Schloss Wilhelmsthal und im weiteren Verlauf zum Jüdischen Friedhof in Meimbressen. Von hier führt die Strecke wieder zurück zum Ausgangspunkt nach Ehrsten.

📅 Sa., 15. Juli, 10 – 15 Uhr

📍 Dorfgemeinschaftshaus Ehrsten, Zierenberger Str. 33, 34379 Calden-Ehrsten

👤 Petrus Verlaan

➔ 55 km

🏠 Selbstverpflegung

🚴 Touren-Mountainbiker*innen

🚴 MTB, E-MTB

🏹

🏹

📏 900 Hm

👤 max. 10 Personen

💶 12 € pro Person














🕒 Anmeldung bis einen Tag vorher im Naturparkzentrum

Mehrere
TERMINE!



LandGRAFENTour













Bock auf Kurbeln und Schwitzen um die Blicke in die schönen Landschaften des Naturparks zu genießen? Dann seid ihr bei dieser Tour genau richtig. Von Start- und Zielort Gudensberg kurbeln wir durch die Langenberge zur Schauenburg bei Hoof. Die Aussicht in das Wolfhager Land und auf Baunatal entlohnen für die Anstrengungen. Vom höchsten Punkt der Tour geht es auf flowigen Wegen und teils anspruchsvollen Trails weiter zum Falkenstein, über die Altenburg und an der Weißenthalsmühle vorbei. Mit dem Wartberg bei Kirchberg stellt sich noch ein kleiner „Hügel“ in den Weg zur Oberburg in Gudensberg. Mit dem guten Gefühl, die Tour geschafft zu haben, genießen wir den Rund-um-Blick in den Schwalm-Eder-Kreis sowie in das Land der Chatten. Wer mag, folgt dem Einkehrschwung des Guides in ein Café oder eine Gastwirtschaft.

-  Di., 25. Juli, 8.30 – ca.13.30 Uhr
-  Parkplatz Einzelhandel, Freiheit 19, 34281 Gudensberg
-  Frank Pfennig
-  ca. 47 km
-  Einkehr zum Abschluss der Tour möglich
-  fortgeschrittene Touren-Mountainbiker*innen
-  MTB, E-MTB
- 
- 
-  ca. 800 Hm
-  max. 10 Personen
-  13 € pro Person
-  Anmeldung bis zwei Tage vorher im Naturparkzentrum



HOLLENpfade











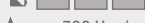




Die Bewohner der Hollenkammer bei Lütersheim sind der Sage nach die Hollen (eine andere Bezeichnung für Wichtel) und Namensgeber für die Tour. Sie bietet schöne unbekannte Wege sowie einzigartige Ausblicke in das Wolfhager Land. Von Wolfhagen biken wir über das Gut Elmarshausen hoch zum Rödeser Berg nach Ehringen und dann zur Huckershöhle. Auf schönen Trails geht es zu den verborgenen Naturdenkmälern der Hollenkammer und weiter entlang der Watter am westlichen Rand des Schwarzenberg über Viesebeck zum Dörneberg. Den grandiosen Ausblick auf das Ziel genießend, fahren wir wieder Richtung Ehringen, um an der Erpe zum Start zurück zu fahren.

-  Di., 1. August, 8.30 – ca. 13 Uhr
-  Parkplatz am Liemecke-Stadion in Wolfhagen, Liemeckestraße 4, 34466 Wolfhagen
-  Frank Pfennig
-  ca. 43 km
-  fortgeschrittene Touren Mountainbiker*innen
-  MTB, E-MTB
- 
- 
-  ca. 600 Hm
-  max. 10 Personen
-  13 € pro Person
-  Anmeldung bis zwei Tage vorher im Naturparkzentrum



DREI Türme

Sehenswertes, Trails und Schweiß drücken dieser Tour ihren Stempel auf. Vom Start in Elbenberg am Dorfgemeinschaftshaus (DGH) Flachsrose biken wir stetig im Wald der Hardt hinauf, um bald das erste Ziel auf der Strecke zu erreichen, den Turm auf dem Klauskopf bei Riede. Hier genießen wir den Rundumblick und sehen dabei auch die weiteren vor uns liegenden Stationen. Auf abwechslungsreicher und teils sehr anstrengender Strecke fahren wir über die Ausläufer der Langenberge den Niedersteiner Kopf hinauf. Der dortige Hessenturm ist bewirtschaftet und wer will, kann ihn auch noch besteigen. Gestärkt begeben wir uns dann auf die flowigen Trails bergab. Der letzte Abschnitt führt uns von Bad Emstal über den Kohlhagen und vorbei am Elbenberger Türmchen in Elben zurück zum Start. Die Tour ist konditionell und fahrtechnisch ein wahrer Leckerbissen.

-  So., 3. September, 9 - ca. 13.30 Uhr
-  Parkplatz DGH Flachsrose, Naumburger Str. 2, 34311 Naumburg-Elbenberg
-  Frank Pfennig
-  ca. 40 km
-  Hessenturm
-  fortgeschrittene Touren-Mountainbiker*innen
-  MTB, E-MTB
-  
-  
-  ca. 700 Hm (ggf. Schiebepassage)
-  max. 10 Personen
-  13 € pro Person
-  Anmeldung bis einen Tag vorher im Naturparkzentrum



Die Mountainbike-Arena für Sportliche

Die Mountainbike-Strecke „Um das Habichtspiel“ ist ein ca. 16 Kilometer langer Rundkurs mit zwei Einstiegsmöglichkeiten und verschiedenen sportlichen Herausforderungen.

Die MTB-Strecke bietet auf befestigten Forstwegen mit drei längeren Trail-Abschnitten Fahrspaß pur. Einstiegspunkte sind die Wanderparkplätze „Roter Stollen“ und „Unteres Firmsbachtal“. Der Verlauf der Strecke führt unter anderem durch eine ehemalige militärische Anlage mit befestigten Wegen und Trail-Passagen durch alte Buchenbestände. Auch das Firmsbachtal, mit Einkehrmöglichkeit, ist Teil der Mountainbike-Arena, die im vergangenen Jahr für noch mehr Fahrspaß partiell aufgewertet wurde. Geologische Besonderheiten wie das beeindruckende Felsenmeer der Bilsteinklippen liegen ebenso an der Strecke wie Aussichtspunkte, an denen man den Blick auf das Kasseler Wahrzeichen, den Herkules, genießen kann.

Über 280 Meter Höhendifferenz liegen zwischen dem höchsten und dem niedrigsten Punkt der Strecke, insgesamt sind 425 Höhenmeter zu bewältigen. Damit bietet diese Tour auch für anspruchsvolle Mountainbiker eine sportliche Herausforderung.



Mehr Infos zur Tour gibt es unter:
www.naturpark-habichtswald.de/media/touren/mountainbike-strecke-um-das-habichtspiel



Servicepartner für den Naturpark Habichtswald

Mauer's Baikschopp

Leipziger Str. 192, 34123 Kassel
Tel.: 0561 53279, Mail: info@baikschopp.de
www.baikschopp.de



Der Bike Profi Fahrradladen

Cornelius-Gellert-Str. 68a, 34266 Niestetal,
Tel.: 0561 8706873, Mail: info@derbikeprofi.de
WhatsApp: 0175 6326190
www.derebikeprofi.de



Fahrradhof VSF GmbH & Co. KG

Wilhelmshöher Allee 261, 34131 Kassel
Tel.: 0561 471132, Mail: info@fahrradhof.de
www.fahrradhof.de

FAHRRAD HOF



Zweirad Stehl

Kasseler Str. 35, 34560 Fritzlar
Tel.: 05622 6026, Mail: info@zweirad-stehl.de
www.zweirad-stehl.de



Bike FACTS! GmbH

Zentgrafenstr. 61, 34130 Kassel
Tel.: 0561 65975, Mail: bikefacts@aol.com
www.bike-facts.de

Pedalwerk Baunatal

Wilhelmshöher Str. 9 – 11, 34225 Baunatal
Tel.: 0561 95318078, Mail: info@pedalwerk.de
www.pedalwerk.de



Uwe's Fahrrad-Ecke

An der Linde 4 A, 34295 Edermünde-Besse
Tel.: 05603 6945, Mail: info@fahrrad-ecke.com
www.fahrrad-ecke.com



Der Fahrradladen Gudensberg, Habenicht & Peter

Metzer Str. 15, 34281 Gudensberg
Tel.: 05603 6645, Mail: info@der-fahrradladen.de
www.der-fahrradladen.de



Bike Store HK Möller

Im Tor 14, 34308 Bad Emstal
Tel.: 05625 850, Mail: bike@bikestore-hkmoeller.de
www.bikestore-hkmoeller.de



Langenberg.bike

Frankfurterstraße 9, 34295 Edermünde
Tel.: 05665 800905, Mail: info@langenberg.bike
www.langenberg.bike



G-Motion

Königstor 61, 34119 Kassel
Tel.: 0561 70099444, Mail: info@g-motion.bike
www.gmotion.glinicke.de

G-MOTION

[e-bike • service]



Die MOUNTAINBIKESCHULE in Kassel

Thorsten Juraschka

lizenzierter Fahrtechniktrainer, mobil: +49172-7402173
MTB-Guide, TrailScout & email: info@mtb-trailride.de
Kinder- und Jugendtrainer web: www.mtb-trailride.de





Wandern &
Radfahren
– 2023 –

Rauf auf's Rad oder rein in die Wanderschuhe!

Direkt vor den Toren Kassels lädt der Naturpark ein, die Region und ihre Besonderheiten bei ausgedehnten Rad- und Wandertouren zu erkunden.



In unseren drei Broschüren stellen wir euch neben gut ausgeschilderten Rad- und Wanderwegen auch individuelle Strecken vor, auf denen ihr die Schönheiten und Kleinode des Naturparks entdecken und kennenlernen könnt.

Die Touren durch die bewegte Mittelgebirgslandschaft bieten Naturerlebnisse für alle Altersklassen und erfordern zum Teil eine gute Kondition. Urige Gasthöfe in den Orten laden dazu ein, die Kraftreserven wieder aufzutanken und nordhessische Spezialitäten wie die Ahle Wurscht zu genießen.

Fordert kostenlos unsere Broschüren „FahrradTouren“, „WanderLust“ und „Kurze Auszeit“ an!

Entdeckt abwechslungsreiche Radtouren ...

Die 16 Routen in unserer Radbroschüre führen euch mal entspannt, mal sportlich durch beschauliche Fachwerkkorte und eine vielfältige Mittelgebirgslandschaft – zum Beispiel auf dem **Hessencourrier-Radweg** entlang der historischen Eisenbahnverbindung oder auf dem mit 4 Sternen ausgezeichneten **Eder-Radweg** bis zum Edersee, einem der größten Stauseen Deutschlands.

... und die schönsten Wanderwege durch den Naturpark Habichtswald!

Märchenhafte Laubwälder und baumlose Hochflächen, romantische Burgruinen und weite Blicke über Wiesen und Felder – dass alles macht den Naturpark Habichtswald zu einem besonderen Wandererlebnis.

Egal ob ihr auf einem der zahlreichen **Naturpark-Rundwege** oder auf dem **Premiumwanderweg Habichtswaldsteig** und seinen **neun Extratouren** die abwechslungsreiche Mittelgebirgslandschaft kennenlernt – eine Wanderung im Naturpark ist zu jeder Jahreszeit ein tolles Erlebnis und bietet Entspannung vom oftmals stressigen Alltag.

Wer auf der Suche nach Mikroabenteuern ist, kann bei uns auf einem von drei **Trekkingplätzen unter freiem Sternenhimmel** schlafen. Oder ihr packt den Gipfelpass ein und erklimmt die zehn höchsten und schönsten Gipfel und werdet am Ende zu **Mittelgebirgsstürmern!**

Viel Freude beim Radeln und Wandern!



Weitere Informationen sowie Touren und Tipps findet ihr unter:

www.naturpark-habichtswald.de/natur-erleben



Verhaltenskodex

Die Deutsche Initiative Mountain Bike e. V. (DIMB) hat einen Verhaltenskodex erarbeitet, der eine gute Grundlage für einen unbeschwer- ten und konfliktfreien Naturgenuss bietet.

In Anlehnung an diese „Trail Rules“ möchten wir allen Mountain- bikefahrern und -fahrerinnen im Naturpark Habichtswald folgende Hinweise ans Herz legen:

1. Fahre nur auf Wegen!

Fahre nie querfeldein, du schädigst sonst die Natur! Respektiere lokale Wegesperrungen! Forstwirtschaft, Viehtrieb und Belange des Naturschutzes rechtfertigen dies. Auch in Naherholungsgebieten können lokale Sperrungen berechtigt sein.

2. Hinterlasse keine Spuren!

Bremse nicht mit blockierenden Rädern (Ausnahme in Notsituatio- nen)! Blockierbremsungen begünstigen die Bodenerosion und ver- ursachen Wegeschäden. Stelle deine Fahrweise auf den Untergrund und die Wegebeschaffenheit ein. Nicht jeder Weg verträgt jedes Bremsmanöver und jede Fahrweise.

3. Halte dein Mountainbike unter Kontrolle!

Unachtsamkeit, auch nur für wenige Sekunden, kann einen Unfall ver- ursachen. Passe deine Geschwindigkeit der jeweiligen Situation an. In nicht einsehbaren Passagen können jederzeit Fußgänger, Hindernisse oder anderer Biker auftauchen. Du musst in Sichtweite anhalten kön- nen! Zu deiner eigenen Sicherheit und derer anderer Menschen.

4. Respektiere andere Naturnutzer!

Kündige deine Vorbeifahrt frühzeitig an. Erschrecke keine anderen Wegenutzer! Vermindere deine Geschwindigkeit beim Passieren auf Schrittgeschwindigkeit oder halte an. Bedenke, dass andere Wege- nutzer dich zu spät wahrnehmen können. Fahre, wenn möglich, nur in kleinen Gruppen!

5. Nimm Rücksicht auf Tiere!

Weidetiere und alle anderen Tiere in Wald und Flur bedürfen besonde- rer Rücksichtnahme! Schließe Weidezäune, nachdem du sie passiert hast. Verlasse rechtzeitig zur Dämmerung den Wald, um die Tiere bei ihrer Nahrungsaufnahme nicht zu stören.

6. Plane im Voraus!

Prüfe deine Ausrüstung, schätze deine Fähigkeiten richtig ein und wähle die Gegend, in der du fahren willst, entsprechend aus. Schlech- tes Wetter oder eine Panne können deine Tour deutlich verlängern. Sei auch für unvorhersehbare Situationen gerüstet: Denke an Werk- zeug, Proviant und Erste-Hilfe-Set. Trage eine Sicherheitsausrüstung! Ein Helm kann schützen, ist aber keine Lebensversicherung.

7. Verhalte dich generell vorbildlich und gefährde nicht den Ruf der Mountainbiker in deiner Region!

Impressum

Redaktion

TAG Naturpark Habichtswald e. V. (Julia Schüßler) und Zweckverband Naturpark Habichtswald (Jürgen Depenbrock, Annika Ludolph)

Gestaltung

Designbüro 2 HEKTAR LAND

Bildnachweise

Pressedienst Fahrrad (www.flyer-bikes.com / pd-f, www.cannondale.com / pd-f, www.gatescarbondrive.com / pd-f, www.grenzsteintrophy.de / Meik Weissert, www.vaude.com / pd-f, www.pd-f.de / Gunnar Fehlau) Thomas Löbel, Horst Siebert, Petrus Verlaan, Mario Schön, Frank Pfennig, Paavo Blåfield, Klaus Knobel, Jürgen Depenbrock, Annika Ludolph

Irrtümer und Änderungen vorbehalten!





NATURPARK
HABICHTSWALD

Naturparkzentrum Habichtswald

Auf dem Dörnberg 13

34289 Zierenberg

Tel.: +49 (0)5606 533266

Fax: +49 (0)5606 533291

E-Mail: info@naturpark-habichtswald.de

www.naturpark-habichtswald.de

Öffnungszeiten

März – Okt.:

Di. bis So. 10:00 – 17:00 Uhr

Nov. – Feb.:

Di. bis Fr. 12:00 – 16:00 Uhr

Sa. + So. 10:00 – 16:00 Uhr

Anfahrt

Auto: Anfahrt über die L 3214 zwischen Zierenberg und Calden-Ehrsten

Bus: AST Linie 118 ist täglich buchbar, siehe Fahrplanauskunft: www.nvv.de

Aktuelle Infos im Internet unter:

www.naturpark-habichtswald.de

 www.facebook.com/naturparkhabichtswald

 www.instagram.com/naturparkhabichtswald

Mit freundlicher Unterstützung von:

