

1. Ausgabe 2018

14. Jahrgang

Mitteilungsblatt  
des Hersfelder Wandervereins e. V.



# *Silberdistel*



## Editorial

**Liebe Wanderfreundinnen und Wanderfreunde,** viele werden sich gewundert haben, wo die Silberdistel 1/2018 geblieben ist. Aber leider war Ich dieses Jahr sehr eingespannt unter privaten und beruflichen Terminen, so das nur sehr wenig Zeit für Vereinsarbeit übrig blieb. Zum anderen bekomme Ich auch immer weniger Inhalte und Anregungen von Mitgliedern für eine neue Ausgabe. Daher liebe Mitglieder unterstützt die Schriftleitung tatkräftig mit euern Berichten und Bildern !

**Die Schriftleitung**

Titelseite: Ausschnitt Panorama am Rößberg

Foto: Klaus-Dieter Malkomes

## Wichtige Termine

**Sonntag 19. August 2018**

**Busfahrt Sommerfest nach Andernach**

Zu allen Terminen werden noch rechtzeitig weitere Ankündigungen und Informationen im Aushangkasten sowie im Internet bekannt gegeben.

## Unsere Wanderungen

### Wanderung in der Gotthardser Schweiz

Bei unserer Vortour am 15. August, blühten auf den Hängen des Rössberges schon die Herbstzeitlosen. Wir konnten eine außergewöhnliche Rundumsicht genießen.



Roessberg, Foto: Klaus-Dieter Malkomes

Am 3. Oktober starteten wir, bei leichtem Regenschauer, vom Parkplatz in Gotthards zu unserer Wandertour.

„Östlich des Nüsttales erstreckt sich ein Muschelkalkgebiet, das vortrefflich an die Alblandschaften der Fränkischen Schweiz erinnert, die Gotthardser Schweiz. Steile Anstiege zu den Stufen vor ausgedehnten Verebnungen mit Trockentälchen und die kleinräumigen Laubwaldgebiete im Wechsel mit bewirtschafteten Grünlandflächen zeigen ein nahezu einmaliges Gesicht im Gebiet der Kuppenrhön. Hoch über den Kalkbergen erhebt sich auf 642 m der Rössberg mit einer basaltischen Kuppe. Er ist der höchste in der Region und gilt dort als Aussichtsberg schlechthin. Wer ihn besteigt wird nicht enttäuscht sein, nicht nur wegen seiner außergewöhnlichen Rundumsicht, auch wegen seiner abwechslungsreichen

Heckenlandschaft, die unter strengem Naturschutz steht. Der Besucher sollte sich an das Wegegebot halten und von der beschriebenen Wanderroute nicht abweichen. Sie beginnt und endet in Gotthards und führt über 12,5 km bewegtem Relief“. Der Rhönwacht 2/2001 entnommen.

Nach ca. 30 min hörte der Regen auf, es blieb aber stark bewölkt und die Sonne zeigte sich nur selten.



Die Wandergruppe vor dem „Hohen Rössbergkreuz“,

Foto: Klaus-Dieter Malkomes

Gerade noch rechtzeitig, vor dem einsetzenden kräftigem Regen, erreichten wir unsere Einkehr, den Landgasthof Rhönhof. Hier wurden wir sehr freundlich empfangen und mit „Speis und Trank“ verwöhnt.

*Christa und Klaus-Dieter Malkomes*

### Wanderung durch den Hutewald

38 Wfr. und Wfr-innen waren am 22. Oktober der Einladung des Wandervereins Gerterode, des Hattenbacher SV und des Hersfelder Wandervereins gefolgt und trafen sich am Wanderparkplatz in Rengshausen zu einer gemeinsamen Wanderung durch den Hutewald.

„Ein Naturerlebnis der besonderen Art bietet der Hutewald bei Knüllwald-Rengshausen. Wo die Landwirtschaft aufgrund von mageren Böden und schlechter Futtergrundlage auf zusätzliches Futter für ihr Vieh aus dem Wald angewiesen waren, entstanden sogenannte Hutewälder. Bis etwa 1950 wurde dieser Wald noch als Hutewald genutzt. Wo einst arme Waldbauern ihr Vieh hüteten, stehen heute bizarre Baumriesen wie Buchen und Eichen mit ausladenden Baumkronen in weitem Abstand voneinander, die besonders Kinder zum



Pause im Hutewald, Foto: Klaus-Dieter Malkomes

Klettern, Verstecken und Spielen einladen. Für den Erhalt dieses typischen Charakters des Hutewaldes werden aufwändige und umfangreiche Pflegemaßnahmen durchgeführt.

Weitere interessante Waldbilder bietet der insgesamt ca. 12 km lange Hutewaldweg mit Ruheplätzen und wunderschönen Ausblicken“ Dem Fleyer Hutewaldweg entnommen. Während der Wanderung war es stark bewölkt und trüb aber trocken. Erst, als wir in der Pizzeria „Osteria Toscana Da Bruno“ angekommen waren, setzte ein längerer Regenschauer ein. Die Tour wurde von Wanderfreund Gerhard Schmitt vom Wanderverein Gerterode geführt.

*Klaus-Dieter Malkomes*



Tarpan-Pferde im Hutewald, Foto: Klaus-Dieter Malkomes

## Spruch

Wohin du auch gehst,  
geh mit deinem ganzen Herzen

Warum kommen einem gerade beim Wandern die besten Gedanken ?

Warum finden sich bei Dr. Natur oft die besten und kreativsten Lösungen für den zurückgelassenen Alltag ?

Beim Wandern können wir ganz bei uns selbst sein und sind gleichzeitig mit der Natur und der Erde verbunden. Heilsam dabei ist wohl auch, dass man sich langsam aber stetig einem wie auch immer gesteckten Ziel nähert. Mag es besinnlich oder sinnlich, ambitioniert oder atemberaubend sein - in jedem Fall ist es persönlich.

Egal ob Sie sich auf einem Pilger-Weg in der Toskana oder Umbrien auf die Spuren von Franziskus von Assisi begeben, sich eine Kräuterwanderung mit anschließender Kräutertherapie im Salzburger Land, in eine Himmelsstürmertour im Allgäu oder in das atemberaubende Landschaftsbild der Vulkanlandschaft in der Avergne verlieben - das Wichtigste ist, es dabei mit Konfuzius zu halten:

"Wohin du auch gehst, geh mit Deinem ganzen Herzen."

**Konfuzius** chinesischer Philosoph,  
551 v. Chr - 479 v. Chr.

## Zur Gedenkstätte Pfaffenwald

Am Volkstrauertag wanderten wir von Asbach aus, wie auch schon in den Jahren zuvor, zur Gedenkstätte Pfaffenwald bei Beiershausen, um an der dortigen Gedenkfeier teilzunehmen. Zu Beginn der Wanderung mussten wir jedoch gegen heftigen Gegenwind ankämpfen bis wir den schützenden Wald erreichten. Auch waren weite Wegstrecken aufgeweicht und rutschig, von oben blieb es jedoch trocken.



Die Gruppe mit Pfarrer Leinweber, Foto: Alfred Schiel

Nach der Begrüßung durch OV Vaupel erinnerte Pfarrer Leinweber der Opfer jeglicher Gewalt in aller Welt. Gemeinsam sangen die Anwesenden die Lieder „Gib uns Frieden ...“ und „Nehmt Abschied, Brüder ...“. Anschliessend machten wir uns auf den Weg zum Schützenhaus in Beiershausen. Hier wurden wir von den fleißigen Helfern / -innen erwartet und wir durften uns in gemütlicher Runde die guten Wurstspezialitäten, sowie den duftenden Kaffee und den leckeren Kuchen schmecken lassen.

*Klaus-Dieter Malkomes*

## Wandern und Schlachte Kohl

Am Freitag, dem 24. November starteten wir, am späten Nachmittag, zum traditionellen „Schlachtekohlessen“. Eine gut gelaunte und schon etwas hungrige Gruppe hatte sich am Kurpark zum Wandern eingefunden. Wegen des nassen Wetters wählten wir die befestigten Wege im Fuldatal aus. Im Bereich der Versuchsfelder vom Eichhof fielen uns die vielen und großen Wühlspuren von Wildschweinen an den Rändern des Radweges auf. Nun begleitete uns auch ein kräftiger Regenschauer bis nach Kohlhausen. Bei Glesbes gab es wieder einen zünftigen Schlachte Kohl. Nach der Einkehr traten wir dann gestärkt und frohen Mutes den Heimweg an. Dieser führte über Asbach zu dem beleuchteten Radweg nach Bad Hersfeld. Da es nicht mehr regnete konnte der Schirm auf dem Rückweg in der Tasche bleiben.

*Klaus-Dieter Malkomes*

## Kräuter am Wegesrand

### Der Löwenzahn

Der leuchtend gelbe Anblick der Blüten auf den Frühlingswiesen erfreut uns bald wieder und wohl jedes Kind hat schon einmal die Früchte der Pusteblume weggeblasen. Der Löwenzahn ist bei uns seit dem Mittelalter als Heilpflanze bekannt, wenn er auch oft als Unkraut bezeichnet wird, da er überall wächst. Seine langen Pfahlwurzeln, die bis zu 1 m lang werden können, machen es ihm möglich, auch an unwirtlichen

Orten zu wachsen. Die gezähnten Blätter, die bis zu 30 cm lang werden können, geben ihm seinen Namen.



*Taraxacum officinale* - gewöhnlicher Löwenzahn, Foto: wikipedia.org

Die in der Pflanze enthaltenen Bitterstoffe regen sämtliche Ausscheidungsorgane wie Leber, Galle, Milz, Niere und Bauchspeicheldrüse an.

Deshalb wurde Löwenzahn früher als blutreinigend angesehen. Heute kann man einen Tee aus Blättern und Wurzeln als Arzneithee genießen. Er wirkt bei einer Entschlackungskur unterstützend.



*Taraxacum officinale*, Illustration: Köhlers Medizinal - Pflanzen

Seine Bitterstoffe regen den Leberstoffwechsel an und verbessern die Fettverdauung. Neben Kalium und Bitterstoffen enthalten die Löwenzahnblätter viel Vitamin C, D und B. Gesammelt werden die Blütenköpfe, die Blätter und auch die

## Tipp

- 1 Handvoll Löwenzahnblüten
- 1/4 l kochendes Wasser
- 1 Spritzer Zitronensaft

Löwenzahnblüten mit kochendem Wasser übergießen, abkühlen lassen und abseihen, als Spülung für die Haare verwenden. Besonders blonde Haare werden wieder glänzend. Die Spülung hilft auch bei Schuppen und trockener Kopfhaut.

Wurzeln, aber nur im Frühling, im April bis Ende Mai. Die Blütenköpfe werden bei schönem Wetter gepflückt, damit sie ihre stärkste Kraft entwickeln. Aus ihnen kann man einen Likör zubereiten, der Leber, Galle und Magen stärkt, oder einen Sirup, der auch blutreinigend wirkt. Ein Löwenzahnfrühlingsalat ist eine Köstlichkeit, die uns viele Vitamine gibt. Früher hat man übrigens Kaffee aus Löwenzahnwurzeln zubereitet - gesünder als man denkt !

Die Wurzeln wurden getrocknet, auf einem Backblech geröstet und in der Kaffeemühle gemahlen. Daraus wurde dann Kaffee gekocht.

Martha Schwalm

## Unsere Busfahrten

### Zum 30. Fruchtetepich in Sargenzell

Am 11. Oktober besuchten wir den 30. Fruchtetepich in Sargenzell bevor wir zur Mittagsrast ins Hotel "Deutsches Haus" in Bermuthshain, einem Ortsteil von Grebenhain im Vogelsberg, fahren. Hier wurden wir herzlich begrüßt und bestens gepflegt.

Eigentlich standen die Gipfel des Vogelsberges als nächstes auf dem Programm aber wegen des trüben Wetters wurde Bad Orb angesteuert.

Klaus-Dieter Malkomes



Frische Luft gibt es doch auf allen Wanderwegen, oder ?,  
Foto: Klaus-Dieter Malkomes

Sparkassen-Finanzgruppe  
Hessen-Thüringen

**STARS-Punkte sammeln & tolle Prämien sichern!**

Zum Beispiel:

- Eintrittskarten zu regionalen Veranstaltungen
- Kostenlose neue PS-Lose
- Übernahme von verschiedenen Jahres-, Abschluss-, Depot- und Kontoführungskosten
- Kostenlose Auslandsreise-Krankenversicherung
- Spenden an gemeinnützige Organisationen

Melden Sie sich jetzt an und entdecken Sie noch weitere Prämien!

**STARS – das kostenlose Bonus-Programm.**

Jetzt anmelden, mitsammeln und attraktive Prämien sichern.

**Jetzt anmelden!**

**Sparkasse Bad Hersfeld-Rotenburg**

**So funktioniert's:** Sie sind Kunde der Sparkasse Bad Hersfeld-Rotenburg, mind. 26 Jahre alt & haben ein eigenes Sparkassen-Girokonto, dann haben Sie allen Grund zur Freude. Denn bei uns wird Banking jetzt belohnt. Für ausgewählte Aktivitäten, z. B. Abhebungen am Geldautomaten oder Abschluss eines Sparkassen-Produktes erhalten Sie automatisch STARS-Punkte. Diese können Sie dann gegen Wunsch-Prämien einlösen. **Infos: [www.spk-hef.de](http://www.spk-hef.de)**

### Zum Gänseessen nach Kleinvach

An einem diesigen, trüben und kühlen 8. November ging es traditionell zum Gänseessen nach Kleinvach im Werratal. Dort erwartete uns ein umfangreiches, wohlschmeckendes Buffet. Nachdem alles verzehrt und auch die Rechnungen bezahlt waren, wurden wir noch nach und durch Eisenach gefahren. Danach blieb noch etwas Zeit für einen Stadtbummel. Die schöne Herbstfärbung kam wegen des trüben Wetters leider nicht so richtig zur Geltung.

*Klaus-Dieter Malkomes*



Vor der Märchenwiese, Foto: Klaus-Dieter Malkomes

### Zur verschneiten Wasserkuppe

Dienstag den 12. Dezember fuhren wir mit Sonnenschein durch das Fuldatal nach Poppenhausen. Die vielen Überschwemmungs-Seen hinter Niederaula bis Schlitz

überraschten jedoch etliche Personen. Als wir in Tränkhof einem Ortsteil von Poppenhausen ankamen, hatte sich das Wetter bereits wieder eingetrübt. Zum 20. mal kehrten wir nun schon im Hotel - Restaurant Sonnenhof ein. Nach dem Mittagessen wurden wir zur verschneiten Wasserkuppe hoch gefahren um einen kurzen Spaziergang an der frischen Luft machen zu können.

Unser Busfahrer legte noch eine Extratour ein, um wieder zum Hotel zukommen, (hier fing es dann auch noch zu schneien an) um die Zeit bis zur Kaffee-Einkehr zu überbrücken. Wanderfreundin Christa Malkomes bedankte sich bei dem Busfahrer Peter Parth und bei Wanderfreundin Heidi Franke für die schönen Busfahrten im abgelaufenem Jahr und trug noch eine Weihnachtsgeschichte vor. Nach dem der Kuchen verzehrt und der Kaffee ausgetrunken war, traten wir gut gelaunt die Heimfahrt an.

*Klaus-Dieter Malkomes*

## Spruch

Wer geht, sieht mehr, als wer fährt.  
Feine Leute mögen darüber ihre Glossen machen.  
Das ist mir gleichgültig.  
Ich bin der Meinung,  
dass alles besser gehen würde,  
wenn man mehrlinge.

*Johann Gottlieb Seume*

### Jahresausklang

Am Sonntag den 17. Dez. konnte unser 2. Vorsitzender, Lutz Stephan, ca. 60 Mitglieder in der Gaststätte Klosterbrunnen am Petersberg begrüßen. Die Tische waren nett eingedeckt und die bereit gestellten Kuchenstücke und Brotschnitten fanden ihre Abnehmer. Nach dem alle etwas gegessen und getrunken hatten verabschiedete der 2. Vorsitzende mit einem Gedicht und guten Wünschen die Mitglieder ins Neue Jahr. Mit weiteren Vorträgen und Gedichten, von Wanderfreundinnen, klang der Nachmittag dann aus.

*Klaus-Dieter Malkomes*

### Achtung! Zeckengefahr steigt!

Die lästigen Blutsauger haben Hochkonjunktur!

#### Wie kann ich mich schützen?

Wanderer sollten in Wald, Feld und Wiesen lange Kleidung und feste Schuhe tragen. Über die Hosenbeine gestülpte Strümpfe erschweren der Zecke die Suche nach der nackten Haut. Nach einer Wanderung sollte man seinen Körper gründlich nach den kleinen Blutsaugern absuchen. Je länger eine Zecke in der Haut bleibt, desto größer das Infektionsrisiko. Greifen sie die Zecke nah unter der Haut mit einer Pinzette oder Zeckenzange und ziehen sie den Blutsauger mit einer leichten Drehung heraus. Aber bitte ohne Kleber oder sonstige Mittelchen die Zecke abzutupfen.

Wenn die erstickende Zecke sich erbricht, gelangen umso mehr Erreger in die Wunde. Jede dritte Zecke trägt Borreliose Erreger in sich in ganz Deutschland. Auch das FSME-Virus wird von der Zecke übertragen und verursacht eine Entzündung der Hirnhäute. Beobachten Sie daher nach dem Entfernen der Zecke die

Einstichstelle. Bildet sich ein roter Kreis um den Zeckenbiss oder treten grippeähnliche Symptome auf, sollten Sie umgehend einen Arzt aufsuchen. Eine Impfung gegen FSME ist möglich und empfiehlt sich bei Menschen, die in einem Hochrisikogebiet wohnen und sehr häufig draußen aktiv sind. Gegen Borreliose gibt es keine Impfung.



Die Zecke - Ixodida, Foto: Wikimedia

### Vogel des Jahres 2018 - der Star

Er ist wieder da, hat sein Nest gebaut und zieht jetzt seine Kinder auf. Der Star ist uns vertraut und weit verbreitet. Doch seine Präsenz in unserem Alltag täuscht, denn der Starenbestand nimmt ab.

Der dunkel gefiederte, mittelgroße Star ist erst bei genauerem Hinsehen eine wahre Attraktion. Zur Brutzeit schillert sein Federkleid in verschiedenen Nuancen. Im Spätsommer kündigen die großen Starenschwärme den nahenden Herbst und baldigen Vogelzug an. Er ist uns vertraut aus den Parks und Gärten, wenn er auf Nahrungssuche über den Rasen flitzt oder sich am Kirschbaum gütlich tut. Wo der Star sein Zuhause hat, belustigt er uns mit seinem schrillen Gesang.

Den Vogel des Jahres am Gesang zu erkennen, ist schwierig, da er gerne in andere Rollen schlüpft und Geräusche nachahmt.

Der ursprüngliche Lebensraum unserer Stare befand sich in Randlagen von Laubwäldern. Heute besiedeln sie viele Gebiete, die vom Menschen landwirtschaftlich genutzt werden. Doch brüten aktuell etwa zwei Millionen Staren-Paare weniger in Deutschland als noch vor zwanzig Jahren. Seine Nahrung besteht



Der Star - *Acridotheres tristis*, Foto: Wikimedia

im Frühling aus Kleintiere wie Regenwürmer, Spinnen, oder Schnecken. Im Sommer frisst der Star gerne verschiedene Früchte und Beeren, aber auch Samen stehen auf dem Speiseplan.

Da sein Bestand in den letzten Jahren stetig zurückgegangen ist möchten der NABU und der LBV den kleinen Vogel besser schützen und wählten ihn zum Vogel des Jahres 2018.

Martha Schwalm

### Durch Wandern Bonus bei den Krankenkassen

Regelmäßige und aktive Bewegung fördert die körperliche und geistige Gesundheit. Dabei ist es nicht wichtig, wie intensiv der Sport betrieben wird, sondern ob die aktive Bewegung regelmäßig vollzogen wird. Dies unterstützen immer mehr gesetzliche Krankenkassen und gewähren ihren Mitgliedern einen Bonus, wenn die Versicherten regelmäßig wandern.

Bietet ihre Krankenkasse einen Bonus an, sollten Sie sich einen "Wander-Fitness-Pass" zu legen. Bei geführten Wanderungen können die Ergebnisse im Wander-Pass dokumentiert werden. Wurde eine Mindestgrenze erreicht, kann der Wander-Fitness-Pass der Krankenkasse vorgelegt werden. Danach erhalten die Teilnehmer die Bonusleistungen. Sie sollten sich jedoch im Vorfeld bei ihrer Krankenkasse erkundigen, ob ein solches Bonusprogramm angeboten wird.

Stefan Schwalm

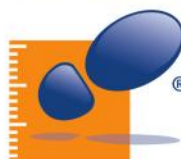
### Von Laufprofis empfohlen!

- Lauf und Walkingschuhe
- Laufanalyse
- Sporteinlagen
- Laktatmessungen

Alles aus einer Hand!



**GRATIS\* Laufanalyse**  
im Wert von 15 Euro  
Gleich anrufen und Termin vereinbaren!  
\*beim Kauf eines Laufschuhs



**ESCHBACH**

Analysecenter für Bewegung und Sport

[www.myeschbach.de](http://www.myeschbach.de)

Bad Hersfeld · Badestube 12

Tel. (06621) 620 175

# Impressum

Mitteilungsblatt des Hersfelder Wandervereins e.V.  
Zeitschrift für Wandern, Natur und Kultur

Die Silberdistel erscheint jeweils 3x jährlich zu Beginn eines Trimesters

**Herausgeber und Verlag:**  
Hersfelder Wanderverein e.V.  
Haus Silberdistel  
Wehneberger Straße 29a  
36251 Bad Hersfeld

**Schriftleitung:**  
Stefan Schwalm  
Sölzerhöfe 10  
36251 Bad Hersfeld  
Tel: 06621/893492  
eMail: stefan.schwalm@hersfelder-wanderverein.de

Einsendeschluss von Beiträgen an die Schriftleitung ist jeweils zum 10. Dezember, 10. April und 10. August. Für Mitglieder ist der Bezugspreis im Mitgliedsbeitrag bereits enthalten.

Nachdruck oder Kopien jedweder Art – auch nur auszugsweise – sind nur nach vorheriger Genehmigung durch die Schriftleitung gestattet.

Alle Rechte sind vorbehalten. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des jeweiligen Autors wieder, nicht unbedingt die der Schriftleitung oder des gesamten Vorstands.

Für Druckfehler wird keine Haftung übernommen.

**Satz + Druck:**  
Glockdruck  
Landecker Str. 12  
36251 Bad Hersfeld

## Hinweise

Liebe Wanderfreundinnen und -freunde bitte denkt daran ein paar kurze Zeilen als Bericht oder auch Bilder und Fotos, über die von euch geführten Wanderungen, Busfahrten oder Radtouren an die Schriftleitung zu schicken, damit wir darüber hier in der Silberdistel berichten können !

*Stefan Schwalm*



**Aktuelle Informationen  
rund um den Hersfelder  
Wanderverein, sowie allerlei  
Informatives rund um das Thema Wandern  
findet man im Internet unter ..**

[www.hersfelder-wanderverein.de](http://www.hersfelder-wanderverein.de)



## Wir gratulieren

08. Feb	Alfred Brandau	75 Jahre
10. Feb	Christa Malkomes	70 Jahre
12. Feb	Renate Kleuß	84 Jahre
14. Feb	Milly Pfeiffer	92 Jahre
15. Feb	Klaus Wiemer	88 Jahre
16. Feb	Irmtraud Ries	86 Jahre
29. Feb	Margarete Freisinger	82 Jahre
29. Feb	Annemarie Heß	98 Jahre
02. Mrz	Anna Koch	83 Jahre
07. Mrz	Elfriede Schaffert	80 Jahre
15. Mrz	Bregitte Scherer	70 Jahre
17. Mrz	Sophia Schwarzer	83 Jahre
20. Mrz	Gisela Damer	82 Jahre
21. Mrz	Elisabeth Kunze	85 Jahre
01. Apr	Margerete Stuckhardt	80 Jahre
03. Apr	Magdalene Wahl	92 Jahre
06. Apr	Marga Großkurth	80 Jahre
10. Apr	Günter Zanger	75 Jahre
14. Apr	Waltraud Geiß	75 Jahre
19. Apr	Walter Heenes	83 Jahre
19. Apr	Gerda Mistereck	80 Jahre
05. Mai	Günter Ries	87 Jahre
08. Mai	Gertrud Schwarz	82 Jahre
12. Mai	Heinz Vorwerk	84 Jahre
15. Mai	Sigrid Janczik	75 Jahre
19. Mai	Horst Melchior	80 Jahre
21. Mai	Walter Braun	84 Jahre
22. Mai	Dr. Kurt Vogel	90 Jahre
23. Mai	Ursula Gössel	81 Jahre
29. Mai	Ursula Hofmann	82 Jahre
31. Mai	Dora Wiemer	88 Jahre
03. Juni	Walter Kniese	80 Jahre
09. Juni	Günter Schade	81 Jahre
09. Juni	Lena Volmer	91 Jahre
13. Juni	Helmut Hohlmann	82 Jahre
23. Juni	Mette Eichmann	75 Jahre
24. Juni	Theodor Braun	80 Jahre
26. Juni	Maria Rieger	84 Jahre

# Unser Wandertipp

## Rundwanderweg Z – Länge 7 km

Der Ausgangspunkt des Rundwanderwegs Z liegt im Stadtteil Asbach in der Alsfelder Straße. Der Rundwanderweg Z und der Wanderweg A21 führen von dort gemeinsam die Mühlenstraße entlang und biegen dann rechts ab in den Ziegenbergweg. Nun geht es weiter bergauf, am Friedhof vorbei, hinter dem man schließlich an eine ehemalige Wanderabzweigung gelangt. Ab hier ist der Wanderweg A21 aktuell auf den Rundwanderweg Z umverlegt.

Beide Markierungen führen nun weiter nach links den Ziegenberg hinauf und an dem Festplatz (Schutzhütte) des Stadtteils Asbach vorbei. Von dort oben kann man bei gutem Wetter herrliche Ausblicke in das Fuldataal und auf den Johannesberg genießen.

Der Rundweg führt daraufhin in den Wald am Kielsberg und schließlich weiter zur neugebauten Brücke über die Autobahn A4 Kirchheim / Bad Hersfeld. Die Wanderwege A21 und 55 führen auch über die neue Brücke A4 geradeaus weiter in das Becherbach-Tal.

Unser Wanderweg Z biegt jedoch kurz vor der Brücke links ab. Gemeinsam mit dem großen Hersfelder Wanderweg 55 geht es weiter über den Hang des Kielsberg hinab in den Asbachgrund. Hier folgt man den Markierungen R und G nach links und gelangt schließlich zum Ausgangspunkt zurück.

*Alfred Brandau,  
Karl-Heinz Schwalm*

## Bauernregeln - Sommer

Schneit es auf die Osterglocken,  
wird der Sommer heiß und trocken.

Komm'n die ersten Fliegen rein,  
wird es wohl bald Sommer sein.

Treibt die Eiche vor der Esche,  
ist der Sommer eine Wäsche.

Ist's im Mai recht kalt und naß,  
haben die Maikäfer wenig Spaß

Treibt die Esche vor der Eiche,  
ist der Sommer eine Bleiche.

Wenn's um Neujahr Regen gibt,  
oft um Ostern Schnee noch stiebt.

Soll gedeihen Korn und Wein,  
muß im Juni Regen sein



Übersichtskarte vom Rundwanderweg Z, Karte: Google Maps