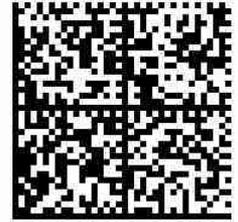


Samstags-Pfalz-Wanderung für Sportliche – 2. August 2025

Wald und Wasser



Die Tour

Wir starten am Bahnhof "Eiswoog" und wandern entlang des Eisbachs über den Rödelsbrunnen zum Naturfreundehaus Rahnenhof. Von dort geht es weiter über die Eckbachquelle zurück zum Eiswoog.

Wir wandern diesmal kürzer, dafür können wir evtl. noch im Eiswoog schwimmen. Die Wegstrecke beträgt ca. 16,5 km und hat ca. 430 Höhenmeter An- und -Abstieg. Die gesamte Wegzeit wird 5,5 Stunden betragen. Der Entwurf der Tour ist auf der Landkarte sichtbar in [SamstagsPfalzWanderung-20250802](#).

Kurzfristige Änderungen sind je nach Wetter und Wegezustand möglich!

Zeitliche Planung

- Treffpunkt: 2. August 2025, 9:30h am Bahnhof Eiswoog
- Etappe 1: 11,4 km / 301 hm Anstieg / ca. 4 Stunden
- Mittagspause: 13:30h Einkehr im [Naturfreundehaus Rahnenhof](#)
- Etappe 2: 5,1 km / 129 hm Anstieg / ca 1,5 h
- Ankunft: Eiswoog ca. 16:00 h

Erforderliche Ausrüstung

- Feste eingelaufene Wanderschuhe und bequemer Rucksack mit gepolstertem Hüftgurt;
- Ausreichend Trinkwasser für unterwegs;
- Sonnenschutz (Hut, Sonnencreme, ...);
- Regenschutz (Regenjacke und -hose, Regenschirm, ...);
- Notverpflegung (Ersatz für eine Mahlzeit), Mobiltelefon, Taschenlampe;
- Insektenschutz, idealerweise Erste-Hilfe-Ausrüstung sowie ggf. benötigte Medikamente;
- Wanderstöcke sind empfehlenswert;
- Bargeld für Mahlzeiten.

Streckenbeschaffenheit

Die Strecke beinhaltet weitgehend unbefestigte Wege mit felsigen und verwurzelten Abschnitten sowie Stufen und steile Steilen mit über 20% Anstieg oder Gefälle.

Teilnahme

Die Tour ist geeignet für junge Erwachsene, Erwachsene, Frauen, Einsteiger, Fortgeschrittene.

Anmeldung

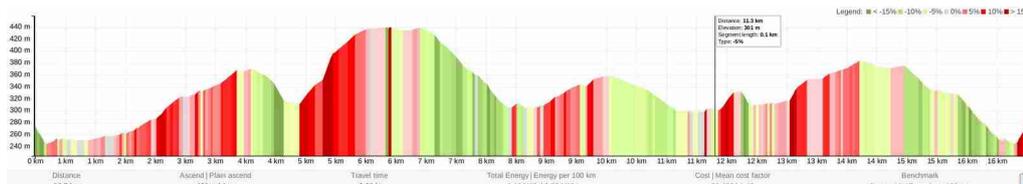
Eine verbindliche Anmeldung per email an sapfawa@n-admin.de bis zum 02.07.2025 mit Angabe der (idealerweise Mobil-)Telefonnummer und Namen der Teilnehmenden ist erforderlich für die Reservierung zum Einkehren und um ggf. wegen Wetterbedingungen absagen zu können. Die Daten werde ich nicht an Dritte weitergeben.

Teilnahmekosten

Für die Teilnahme entstehen keine Kosten, Einkehr, An- und Abfahrt zahlen die Teilnehmenden selbst, aber **für das Projekt „Wandern mit Eingewanderten“ möchte ich euch um Spenden bitten!**



Höhenprofil:



Fit mit den NaturFreunden