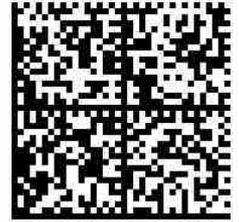




Samstags-Pfalz-Wanderung für Sportliche – 1. November 2025

Der Donnersberg



Die Tour

Wir starten am Bahnhof Rockenhausen und wandern über Marienthal zum Königsstuhl. Von dort geht es weiter über den Hühnerberg zum Falkensteiner Hof und zurück zum Bahnhof Rockenhausen.

Die Wegstrecke beträgt ca. 23 km und hat ca. 700 Höhenmeter An- und -Abstieg.

Die gesamte Wegzeit wird 7 Stunden betragen. Der Entwurf der Tour ist auf der Landkarte sichtbar in [SamstagsPfalzWanderung-20251101](#).

Kurzfristige Änderungen sind je nach Wetter und Wegezustand möglich!

Zeitliche Planung

- Treffpunkt: 1. November 2025, 9:00h am Bahnhof Rockenhausen
- Etappe 1: 16,6 km / 667 hm Anstieg / ca. 5,5 Stunden
- Mittagspause: 14:30h Einkehr im [Falkensteiner Hof](#)
- Etappe 2: 6,4 km / 33 hm Anstieg / ca 1,5 h
- Ankunft: Bahnhof Rockenhausen ca. 17:00 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 30.10.2025 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 weitergegeben.

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!**



Beweg' Dich!



Fit mit den NaturFreunden

Höhenprofil:

