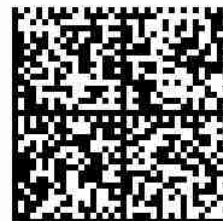




Samstags-Pfalz-Wanderung für Sportliche – 7. November 2026

Kaiserslautern - Leinhof - Elmstein



Die Tour

Wir starten am Bahnhof Kaiserslautern. Von dort geht es über [Eichenkranz](#), [Lauterspring](#), [Hungerbrunnen](#), [Dammbrunnen](#), [Schanze1793](#), [Leinbachquelle](#) und [Seewoog](#) zum Mittagessen im Landgasthaus Leinhof. Von dort gehen wir weiter über [Erlenbrunnen](#), [Schutzhütte](#), [Krottenbuckel](#), [Abrahamsbrunnen](#), [Köhlerhütte](#), [Johannisquelle](#), [Nibelungenfelsen](#), [An der Schmelz](#) und [Burg Elmstein](#) zum Bus in Elmstein.

Die Wegstrecke beträgt ca. 23 km und hat ca. 564 Höhenmeter An- und -Abstieg.

Die gesamte Wegzeit wird 7 Stunden betragen. Der Entwurf der Tour ist auf der Landkarte sichtbar in [20261107-KL-Leinhof-Elmstein-23km-564hm](#).

Kurzfristige Änderungen sind je nach Wetter und Wegezustand möglich!

Zeitliche Planung

- Treffpunkt: 7. November 2026, 9:00 h am [Hauptbahnhof Kaiserslautern \(Ecke Bäckerei\)](#)
- Etappe 1: 12,7 km / 284 hm Anstieg / 235 hm Abstieg / ca. 3,75 Stunden
- Mittagspause: 12:45 h bis 14:00 h Mittagessen im Landgasthaus Leinhof
- Etappe 2: 10,3 km / 280 hm Anstieg / 349 hm Abstieg / ca. 3,25 Stunden
- Rückfahrt: 17:30 h [Bushaltestelle Elmstein, Schule](#) zum [Bus 517](#)

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 Stellen mit über 20% Anstieg oder Gefälle.

Teilnahme

Die Tour ist geeignet für Erwachsene, sportliche Einsteiger und Fortgeschrittene.

Anmeldung

Eine verbindliche Anmeldung per email an sapfawa@n-admin.de bis zum **04.11.2026** mit Angabe der **Mobil-Telefonnummer** und **Namen der Teilnehmenden** ist erforderlich, dann kann ich reservieren und ggf. kurzfristige Änderungen durchgeben.

Die Daten gebe ich nicht an Dritte weiter. Eure Mail-Adressen kann ich für die Mitgewanderten sichtbar machen, wenn ihr bspw. Fotos mit den anderen austauschen wollt.

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!**

<https://www.wandern-pur.de/Wanderausschreibung-Wanderung-mit-Eingewanderten-Intranet.pdf>

Höhenprofil:

