

Wanderung PNFW2025 Pfälzer Naturfreundeweg

Montag, 22.09.2025 – Freitag, 26.09.2025

Die Tour

Fünf-tägige Tour vom Bahnhof Bad Dürkheim zum Bahnhof Rodalben mit 4 Übernachtungen in den Naturfreundehäusern Rahnenhof, Elmstein, Finsterbrunnertal und im Hotel zum Schwan

Veranstalter

NaturFreunde Rheinland-Pfalz

Teilnehmer

Die Tour ist geeignet für maximal 12 Personen mit guter Kondition. Tagesgäste zum Mitwandern ohne Übernachtung sind willkommen.

Streckenbeschaffenheit

Tagesetappen bis zu 25 km und bis zu 600 Höhenmetern Anstieg erfordern gute Kondition und angemessene Ausrüstung.

Gepäck (Kleidung, Ausrüstung – s. u. und ggf. Tagesverpflegung – **ca. 8 – 10 kg**) **tragen wir selbst** und haben dafür ein leichtes Gewissen.

Die Strecke besteht weitgehend aus **unbefestigten Wegen** mit felsigen, verwurzelten und mitunter dornenbewachsenen Abschnitten sowie Stufen und steilen Stellen **mit über 20%** Anstieg oder Gefälle.

Zeitliche Planung

Treffpunkt: 22.09.2025, 10 Uhr am Bahnhof Bad Dürkheim

Abreise: 26.09.2025, ca. 15:30 Uhr ab Bahnhof Rodalben.

Erforderliche Ausrüstung

- **Feste eingelaufene Wanderschuhe** und bequemer Rucksack mit gepolstertem Hüftgurt
- Trinkwasser für unterwegs, Notverpflegung (Ersatz für zwei Mahlzeiten), Mobiltelefon, Taschenlampe
- Sonnenschutz (Hut, Sonnencreme, ...), Regenschutz (Regenjacke und -Hose, Regenschirm, ...)
- Insektenschutz, idealerweise Erste-Hilfe-Ausrüstung sowie ggf. benötigte Medikamente
- Kleidung, Toilettenartikel, leichtes **Handtuch**, Waschmittel (spart Kleidung :-) und ggf. Badekleidung
- Wanderstöcke sind empfehlenswert

Anmeldung

Eine **verbindliche Anmeldung** per E-Mail an pnfw2025@n-admin.de **bis zum 30.04.2025** mit Angabe der (idealerweise Mobil-)Telefonnummer und Namen der Teilnehmenden ist erforderlich für die Organisation und um ggf. kurzfristige Änderungen mitteilen zu können. Die Daten werde ich nicht an Dritte weitergegeben.

Anzahlungen an unsere Unterkünfte von insgesamt **120,- € pro Person** sind daraufhin **bis zum 10.5.2025** notwendig, die Informationen dazu sende ich an die Teilnehmenden. Bei Rücktritten sind Erstattungen durch die Angemeldeten eigenverantwortlich mit der jeweiligen Hütte zu klären.

Kosten

Bei der Teilnahme entstehen Kosten für die Übernachtungen in Mehrbettzimmern (mit Halbpension oder Frühstück) von ca. 250,- € (für Naturfreunde-Mitglieder ggf. günstiger). Zusätzlich entstehen individuelle Kosten für Mahlzeiten (Einkehr oder Tagesverpflegung sowie ggf. Abendessen) und An- und Abfahrt, die von den Teilnehmenden selbst gezahlt werden. Die Reisekasse sollte als **Bargeld** in kleinen Scheinen mitgeführt werden, elektronische Zahlung ist selten möglich.

Ich freue mich auf eure Anmeldungen und eine schöne gemeinsame Tour.

Mit herzlichen, naturfreundlichen Grüßen und Berg frei – Euer Wanderleiter Klaus

Die Tagesetappen Übersicht

Mo 22.09 25	BHF Bad Dürkheim	NFH Rahnenhof	19,0 km	599	HM Anstieg
Di 23.09 25	NFH Rahnenhof	NFH Elmstein	22,4 km	555	HM Anstieg
Mi 24.09 25	NFH Elmstein	NFH Finsterbrunnertal	25,1 km	388	HM Anstieg
Do 25.09 25	NFH Finsterbrunnertal	Hotel Zum Schwan	18,1 km	309	HM Anstieg
Fr 26.09 25	Hotel Zum Schwan	BHF Rodalben	13,0 km	424	HM Anstieg

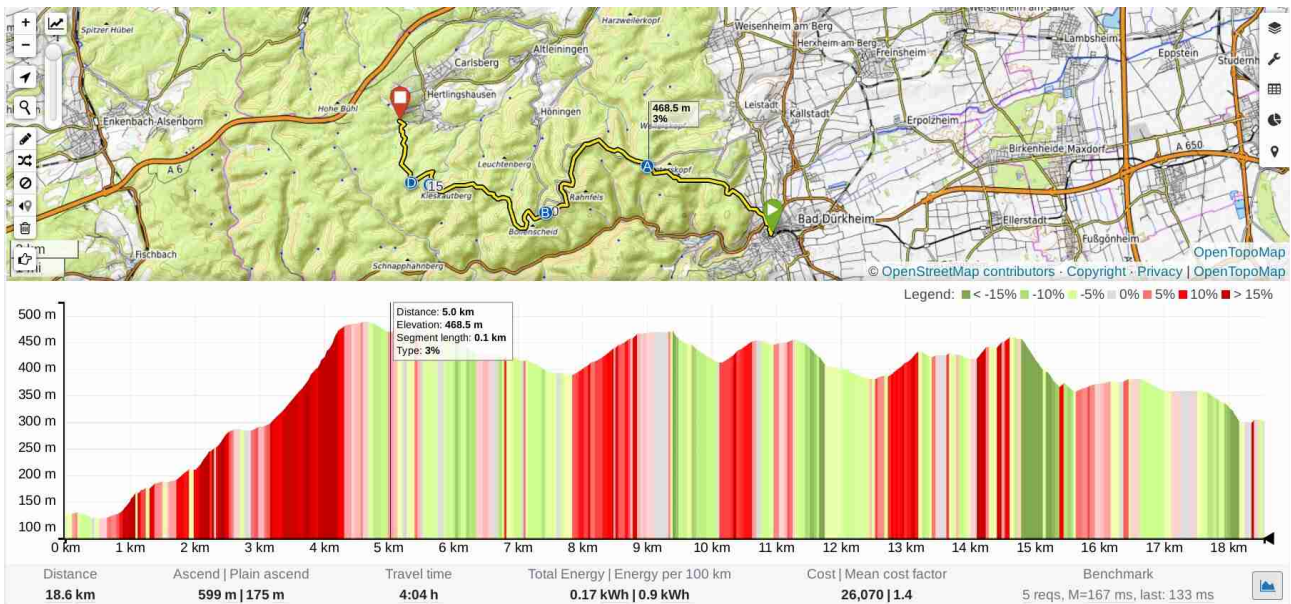
Abweichungen sind möglich!

Wir werden nicht strikt nach den geplanten Tracks wandern. Wetter, Holzfäll-Arbeiten, Baumbruch, Vegetation etc. können kurzfristige Änderungen bedingen. Alle Uhrzeit-, Entfernungs- (km) und Höhenangaben (HM = Steigung in Höhenmetern) sind ungefähre Schätzungen.

Tag 1 – Bhf Bad Dürkheim NFH Rahnenhof 19 km, 599 HM

Anreise individuell –

- Treffpunkt / Start: 10 Uhr am Bahnhof Bad Dürkheim
- Etappe 1: 5 km / 367 HM / 2,5 h
- Mittagspause: 12:30 Uhr Vesper an der [Lindemannsruhe](#) (leider Montags geschlossen)
- Etappe 2: ab 13:30 Uhr 13,6 km / 232 HM / 4,5 h (optimal mit halbe Stunde Sauhäuschen)
- Ankunft: 18 Uhr [NaturfreundehausRahnenhof](#)



Evtl. Picknick am Sauhäuschen

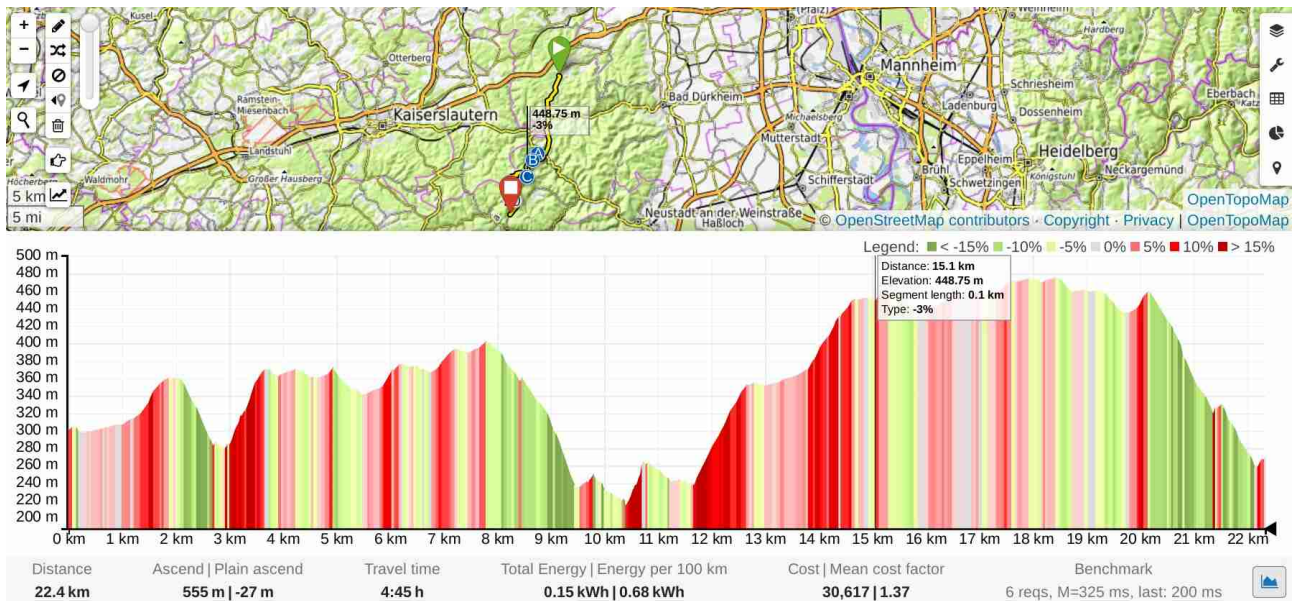
Category	Length
Track Grade 3	6.64 km
Path	5.13 km
Track Grade 1	1.90 km
Track Grade 2	1.56 km
Track Grade 4	1.16 km
Track Grade 5	1.07 km
Residential	0.65 km
Footway	0.28 km
Service	0.07 km
Steps	0.07 km
Tertiary	0.04 km
Living Street	0.03 km
Pedestrian	0.01 km



Foto: Dr. Peter Dell, [CC BY](#), Verbandsgemeinde Leiningerland

Tag 2 – NFH Rahnenhof NFH Elmstein 22,4 km, 555 HM

- Start: 9 Uhr ab Naturfreundehaus Rahnenhof
- Etappe 1: 15 km / 481 HM / 4,5 h
- Mittagspause: 13:30 Uhr Vesper an der Heidenkopfhütte
- Etappe 2: ab 14:30 Uhr 7,4 km / 74 HM / 2 h
- Ankunft: ca. 17 Uhr am [Naturfreundehaus Elmstein](#)



Mittags Rast an der Heidenkopfhütte

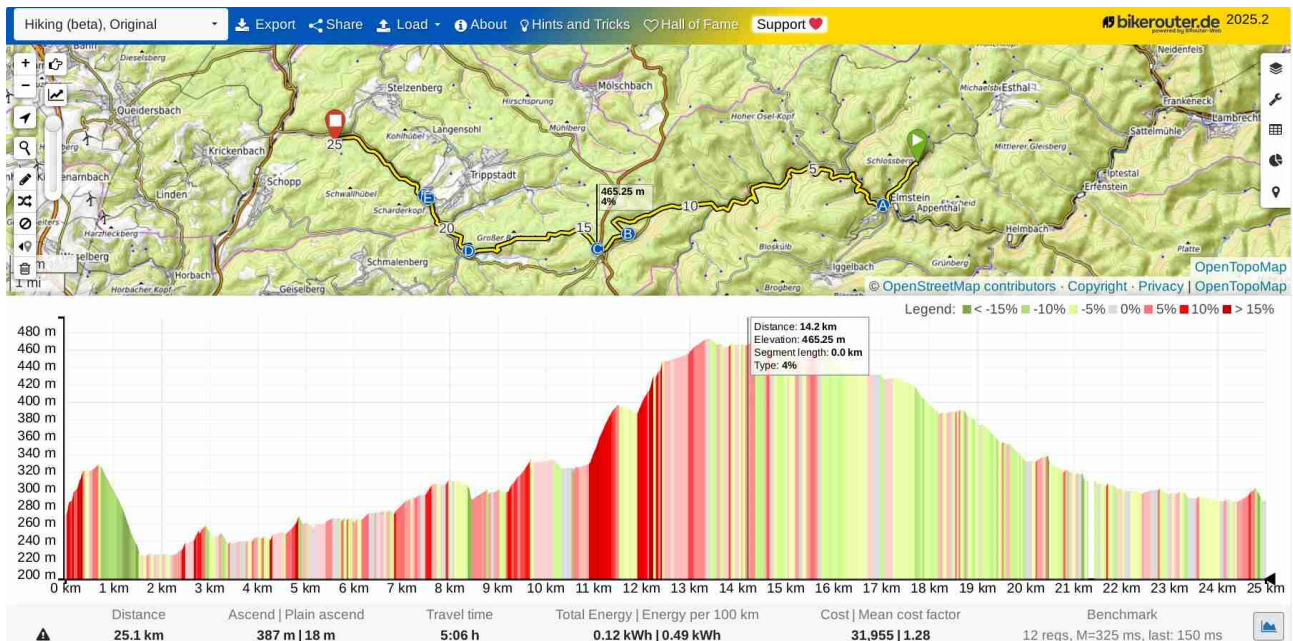
Category	Length
Path	7.49 km
Track Grade 2	5.99 km
Track Grade 3	5.80 km
Track Grade 4	2.19 km
Track Grade 5	0.25 km
Service	0.19 km
Residential	0.19 km
Unclassified	0.14 km
Footway	0.11 km
Steps	0.02 km



Foto: Klaus Engelhardt, [CC BY](#)

Tag 3 – NFH Elmstein **NFH Finsterbrunnertal 25,1 km, 388 HM**

- Start: 9 Uhr ab Naturfreundehaus Elmstein
- Etappe 1: 14,2 km / 362 HM / 4 h
- Mittagspause: 13 Uhr Uhr Einkehr in [Johanniskreuz](#)
- Etappe 2: ab 14 Uhr 10,9 km / 25 HM / 2,5 h
- Ankunft: ca. 16:30 Uhr [Naturfreundehaus Finsterbrunnertal](#)



Einkehr in Johanniskreuz

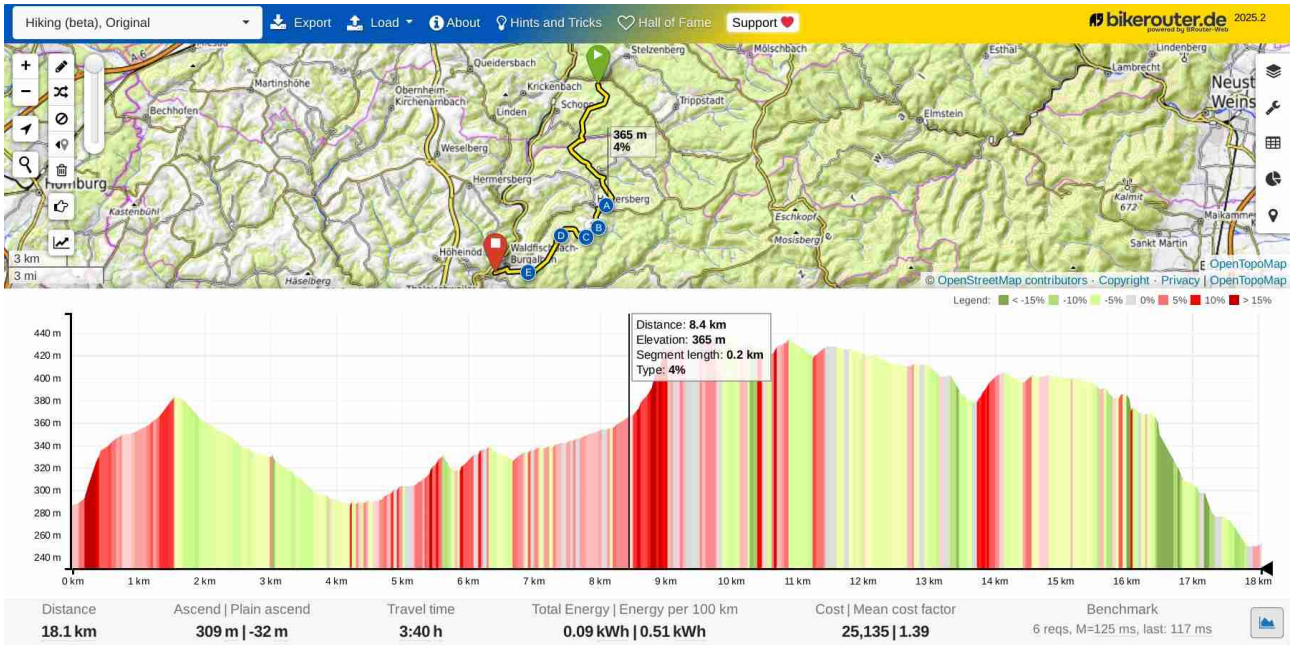
Category	Length
Path	10.60 km
Track Grade 3	5.46 km
Track Grade 2	3.89 km
Track Grade 4	3.44 km
Service	0.47 km
Residential	0.37 km
Footway	0.23 km
Track Grade 1	0.13 km
Tertiary	0.12 km
Secondary	0.11 km
Unclassified	0.05 km
Steps	0.04 km
Unknown	0.14 km



Foto: [Marcus Leister](#), CC BY

Tag 4 – NFH Finsterbrunnental Hotel Zum Schwan 18,1 km, 309 HM

- Start: 9 Uhr ab Naturfreundehaus Finsterbrunnental
- Etappe 1: 11,3 km / 272 HM / 3,5 h
- Mittagspause: 12:30 Uhr Vesper auf dem Kreuzstein (NFH Heltersberg leider geschlossen)
- Etappe 2: ab 13:30 Uhr 6,8 km / 37 HM / 2 h
- Ankunft: ca. 15:30 Uhr [Hotel zum Schwan](#)
Das Restaurant zum Schwan ist Donnerstags leider geschlossen, wir können im [Da Memo](#) Abendessen.



Schutzhütte bei Heltersberg

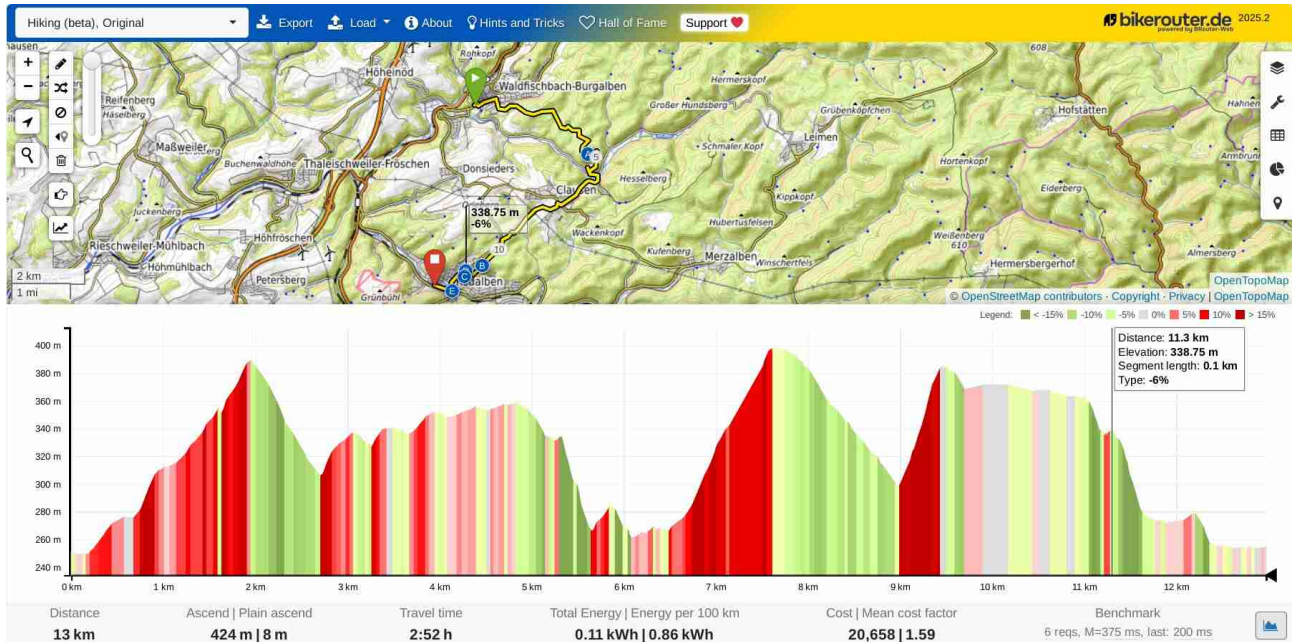
Category	Length
Track Grade 3	7.53 km
Track Grade 2	4.45 km
Path	2.48 km
Residential	1.30 km
Track Grade 4	0.69 km
Service	0.63 km
Track Grade 1	0.39 km
Secondary	0.15 km
Track Grade 5	0.15 km
Footway	0.09 km
Steps	0.08 km
Tertiary	0.08 km
Unclassified	0.06 km



Foto: [Tara2](#), CC BY

Tag 5 – Hotel Zum Schwan BHF Rodalben 13 km, 424 HM

- Start: 09 Uhr ab Hotel Zum Schwan
- Etappe 1: 11,3 km / 419 HM / 4 h
- Mittagspause: 13 Uhr Einkehr im [PWV Hilschberghaus](#)
- Etappe 2: ab 15 Uhr 1,7 km / 5 HM / 0,5 h
- Ankunft: ca. 15:30 h Bahnhof Rodalben



Einkehr im PWV Hilschberghaus

Category	Length
Path	3.72 km
Track Grade 3	3.20 km
Residential	2.28 km
Track Grade 2	1.35 km
Track Grade 5	0.94 km
Secondary	0.44 km
Track Grade 1	0.32 km
Steps	0.22 km
Footway	0.15 km
Service	0.14 km
Unclassified	0.13 km
Track Grade 4	0.09 km
Tertiary	0.01 km



Foto: [Tara2](#), CC BY