

Spessart

Magazin

NATUR, KULTUR, GENUSS, WOHLFÜHLEN IM SPESSART

2024/2025

WOHLFÜHLEN IM SPESSART

Heimische Kräuter räuchern, lebendige Kurorte, Gastgebende zum Entspannen

GENIESSEN IM SPESSART

Vom Korn zum Brot, Hofgut Kapellenhof, Picknickstationen im Spessart

ERLEBEN IM SPESSART

Unterwegs im Kinzig-Auental, Mountainbiken, Winterwandern

TYPISCH **HESSISCH** 



Wiesen, Auen und Wälder

ZIEHEN SICH LINKS UND RECHTS DER KINZIG DAHIN

Von der Quelle, in Sinntal-Sterbfritz nahe der Rhön, bis zur Mündung in den Main bei Hanau sind es fast 90 Kilometer. Du kannst die Strecke mit dem Rad erkunden und Dich langsam durch die verschiedenen Landschaftsformen nach Süden fortbewegen. Vorbei am Spessart, dem größten Laubmischwald in Deutschland, durch die idyllische Region des Bergwinkels mit Schlüchtern und Steinau an der Straße, der mittelalterlichen Stadt, in der die Brüder Grimm aufwuchsen. Zum Kinzigstausee, der dem Hochwasserschutz dient und inzwischen auch ein Biotop für viele Wasservögel bildet. Ein besonders markanter Vogel, der Graureiher, hat dem Familienrundweg „Ardeas Seenwelt“ seinen Namen gegeben. Auf sechs Kilometer Länge erfährst Du spielerisch alles Wissenswerte rund um dieses geschützte Biotop. In dem flussabwärts liegenden Sole-Kurort Bad Soden-Salmünster und dem schon im Spessart liegenden Bad Orb laden Thermen zu einer willkommenen Pause ein. Auch Mountainbikefahrende und Wandernde fühlen sich hier wohl. Ob auf dem Flowtrail im Haseltal oder den Premiumwegen des Naturparks Hessischer Spessart. Und wenn der Hunger ruft, kannst Du Dich an den neu errichteten Picknickstationen des Naturparks direkt am Wanderweg verwöhnen lassen. Oder doch lieber ins Café Gisi in der Kurstadt Bad Orb einkehren?

Weiter geht es die Kinzig hinunter, vorbei an der mittelalterlichen Stauferstadt Gelnhausen und rein in die flache Auenlandschaft bei Gründau und Langenselbold mit Storchennestern und Wiesen, in denen der seltene Kiebitz wohnt. Da wundert es auch nicht, dass uns in Erlensee Wasserbüffel begrüßen, kurz bevor wir über das naturnahe Überschwemmungsgebiet der Bulau Hanau erreichen. Dort, im Geburtsort von Jacob und Wilhelm Grimm, mündet die Kinzig in den Main.

Informationen

zum Spessart erhältst Du bei: Spessart Tourismus und Marketing GmbH, www.spessart-tourismus.de, info@spessart-tourismus.de, telefonisch unter 06051/887720 oder über die Tourist-Information Gelnhausen unter tourist-information@gelnhausen.de, 06051/830-300

Dein gewünschtes Infomaterial kannst Du auch ganz einfach über den QR-Code bei uns bestellen.



Bayrischer Spessart

Anreise

SO KOMMST DU ZU UNS IN DEN SPESSART

BAHN:

Durch das gut ausgebaute Streckennetz der Deutschen Bahn kommst Du ganz entspannt in die Region. In Hanau und Fulda befinden sich ICE-Bahnhöfe, viele weitere Orte sind über die Regionalbahnen erreichbar. Fahrplanauskunft: www.bahn.de

BUS/S-BAHN:

Aktuelle Informationen zum ÖPNV in der Region gibt es unter: www.rmv.de und www.kvg-main-kinzig.de

AUTO:

Über die Autobahnen A66 Frankfurt – Fulda, A45 Gießen – Aschaffenburg, A3 Frankfurt – Würzburg und A7 Fulda – Würzburg sowie die Bundesstraßen sind alle Orte im Spessart gut zu erreichen.

FLUGZEUG:

Der nahe gelegene internationale Flughafen in Frankfurt am Main ist nur 30 – 60 Minuten entfernt.



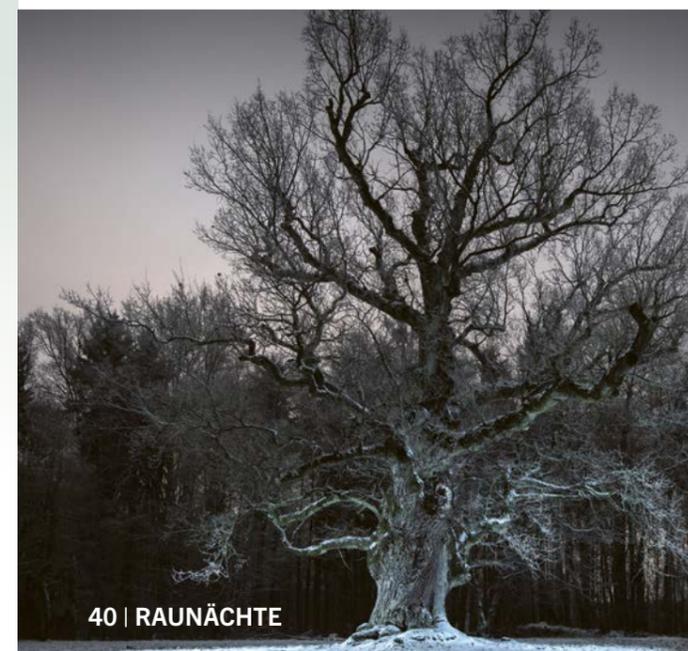
22 | HEIMISCHE KRÄUTER RÄUCHERN



19 | HOFGUT KAPELLENHOF



32 | NATURERLEBNISSE IM SPESSART



40 | RAUNÄCHTE

Inhalt

NATUR, KULTUR, GENUSS, WOHLFÜHLEN

DAS KINZIG-AUENTAL 6

Naherholungsgebiet und wertvolles Ökosystem

DIE NATUR SCHÄTZEN UND SCHÜTZEN 10

Umweltbildung leicht gemacht

RADFAHREN UND MOUNTAINBIKEN 12

Orber Radwerk

REGIONALITÄT UND GENUSS IM SPESSART 14

Von-hier-Brot . Café Gisi . Hofgut Kapellenhof . Picknickstationen

WOHLFÜHLEN IM SPESSART 22

Heimische Kräuter räuchern . lebendige Kurorte . Gastgebende zum Entspannen . Totes-See-Salzgrube . Spessart Therme in Bad Soden-Salmünster

NATURERLEBNISSE IM SPESSART 32

Familienerlebnisse . Augmented Reality am Kinzig-Stausee . Wegemanagement im Naturpark Hessischer Spessart

KULTUR IM SPESSART 40

Geheimnisvolle Raunächte . Schloss Wächtersbach . Peter Hromek: Poesie in Holz

WINTERWANDERN 46

Die dunkle Jahreszeit im Spessart entdecken

VERANSTALTUNGEN 48

Die Highlights im Spessart 2024/2025

ERLEBNISSE IM SPESSART 50

IMPRESSUM 51

Das Kinzig-Auental

Verwunschene Wälder und sanfte Hügel, dafür ist der Spessart bekannt. Doch die Region hat so viel mehr zu bieten. In den Auen der Kinzig schweift der Blick über weitläufige Wiesen, durch die sich das von Erlen und Weiden gesäumte Flösschen Kinzig schlängelt. Diese entspringt in Sinnatal, fließt von Ost nach West durch den gesamten Main-Kinzig-Kreis und mündet nach 86 Kilometern in Hanau in den Main. Bei Ahl füllt sie sogar einen Stausee. Die Flussauen bieten zahlreichen seltenen Tiere und Pflanzen ein Zuhause. Auf dem Radfernweg R3 kannst Du das ganze Kinzigtal durchqueren und dabei vielleicht sogar Störche beobachten.





Artenreiches Refugium

Ein kleiner Fluss gestaltet einen wertvollen Lebensraum

Die Kinzig bildet die natürliche Nordgrenze des Spessarts. Im Kontrast zu den dichten, hügeligen Spessartwäldern öffnet sich im Kinzigtal eine flache, weitläufige Auenlandschaft. Wenn Du Lust auf eine Fahrradtour ohne heftige Anstiege hast, ist der Radfernweg R3 genau das Richtige. Von Hanau im Westen bis Schlüchtern im Osten schlängelt sich der Radweg durchs Kinzigtal und bietet neben wunderschönen Ausblicken auf Wasser und Wiesen immer wieder die Möglichkeit, historische Orte zu erkunden.

Wie wäre es mit einer Reise ins Mittelalter? In Gelnhausen liegt die Kaiserpfalz von Friedrich I. Barbarossa am Weg. Du willst im warmen Thermalwasser entspannen? Der R3 führt durch Bad Soden-Salmünster, wo die Spessart Therme täglich den Gästen offensteht.

AUFTANKEN AM STAUSEE

Am Kinzig-Stausee bietet sich das Bootshaus Ardeas Seenwelt zum Auftanken an – hier gibt es eine Ladestation für E-Bikes und in der Saison leckeres Essen mit regionalen Zutaten. Märchenhaft wird es in Steinau an der Straße, wo Du im Museum Brüder Grimm-Haus in Leben und Märchen der Brüder Grimm eintauchen kannst. In Schlüchtern, der Stadt im Bergwinkel von Spessart, Rhön und Vogelsberg, lohnt sich ein Abstecher nach Sinntal-Sterbfritz zur Quelle der Kinzig. Oder Du bleibst auf dem Radweg R3 und radelst weiter bis in den benachbarten Landkreis Fulda.

So beliebt das Kinzigtal als Naherholungsgebiet ist, so wertvoll ist die Auenlandschaft als Ökosystem. An der Kinzig kannst Du gut be-

obachten, wie die Auen immer wieder überflutet werden, wenn es viel geregnet hat. Dann bleibt das Wasser um den Fluss herum stehen und versickert langsam. Das schützt vor Hochwasser, weil verhindert oder zumindest verzögert wird, dass Überschwemmungen in den Siedlungen Schaden anrichten. Die Kinzig mäandert durchs Tal, sie folgt dem von der Landschaft vorgegebenen, kurvenreichen Verlauf und ist nicht künstlich begradigt und in einen Kanal gezwängt worden. Das Gewässersystem hat über 30 Zuflüsse, zahlreiche naturnahe Bachläufe, 38 Altgewässer und reich strukturierte Uferbereiche. Der ständige Wechsel von Hoch- und Niedrigwasser bietet unterschiedlichsten Tier- und Pflanzenarten Lebensräume.

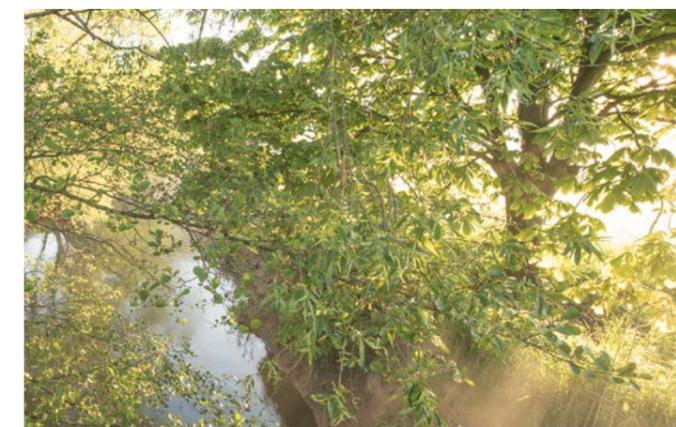
LAUBFROSCH UND FEUERSALAMANDER

Flussauen sind „Kinderstube“ für zahlreiche Fischarten und Amphibien. Viele Vögel finden hier Brutplätze und ein reiches Nahrungsangebot. An der Kinzig leben Kiebitze, Bekassinen und Uferschnepfen, Feuersalamander, Laubfrösche und Gelbbauchunken. Auch der Biber baut dort seine Dämme. Weißstörche kannst Du inzwischen das ganze Jahr über beobachten, weil einige im Winter nicht mehr in den Süden ziehen. Im Naturwaldreservat Kinzigau südlich

von Erlensee-Rückingen leben weit über 5.000 Tierarten, viele von ihnen stehen auf der Roten Liste. Flussauen zählen zu den am stärksten gefährdeten Lebensräumen der Erde. Die Auen der Kinzig sind Landschaftsschutzgebiet: Der Auenverbund Kinzig umfasst nahezu den ganzen Main-Kinzig-Kreis, den Osten des Wetteraukreises und zwei Kommunen im Vogelsbergkreis. Er ist einer der bedeutendsten in Hessen.

Seit 2020 entwickelt ein inter- und transdisziplinäres Forschungsprojekt (u. a. mit dem Umweltzentrum Hanau, der Spessart Tourismus und Marketing GmbH und dem Regionalpark RheinMain) ein nachhaltiges Tourismuskonzept für Hanau und den westlichen Main-Kinzig-Kreis (NaTourHuKi). Es geht darum, wie die Naherholung im Kinzig-Auenal naturverträglich gesteuert und die Potenziale der Kinzig-Kommunen für den Tagestourismus gestärkt werden können. Das Kinzig-Auenal soll für die Menschen aus dem Main-Kinzig-Kreis und für alle Besuchenden als Schutzgebiet und Raum für die regionale Naherholung sichtbar werden.

www.natourhuki.de





Die Natur schätzen und schützen

Wir schützen nur das, was wir kennen. Aus dieser Maxime leitet das Umweltzentrum seine Bildungsarbeit in der Natur ab. Es hat sich zum Ziel gesetzt, Menschen für die Natur zu sensibilisieren, damit sie diese besser schützen. „Viele Menschen wissen nicht, welche Schätze wir hier haben“, so Marion Beil. Sie hat 2023 die Leitung übernommen. Vorher arbeitete sie als Umwelt- und Naturpädagogin für die Bildungsstätte. „Wir haben die Natur direkt vor der Haustür“, sagt die promovierte Biologin. Das Umweltzentrum liegt im Stadtteil Lamboy an den Kinzig-Auen. Das besonders schützenswerte Waldgebiet Bulau (FFH-Gebiet) ist nicht weit. Die vielfältige Landschaft zwischen dem dicht besiedelten Rhein-Main-Gebiet und dem ursprünglichen Spessart lädt dazu ein, die Schönheit der Natur zu erleben

und ihren Wert schätzen zu lernen. Die ausgedehnten Wälder sind CO₂-Speicher und Sauerstoffproduzenten. Zahlreiche Tiere und Pflanzen sind hier zu Hause. Der Wald speichert Wasser und schützt den Boden vor Erosion. Er liefert Holz und dient der Naherholung.

Der Mensch verändert den Wald schon, seit er ihn bewirtschaftet. Wer genau hinschaut, sieht von Dürre und Borkenkäferbefall geschädigte Bäume. Der Klimawandel wird sichtbarer. Auch die Freizeitnutzung hat Folgen, wenn wir dort wandern oder radeln. „Wir sollten uns in der Natur respektvoll und umsichtig verhalten“, so Marion Beil. Also auf den Wegen bleiben, den Müll wieder mitnehmen und sich im Wald ruhig verhalten.



KLEINER NATURKNIGGE



Picknicken und grillen nur auf ausgewiesenen Flächen. Die Pflanzen stehen lassen. Sich ruhig verhalten und die Tiere respektieren. Diese und noch mehr Regeln hat das Umweltzentrum in einem Naturknigge zusammengefasst. Dort wird auch erläutert, warum es wichtig ist, sich achtsam und respektvoll in der Natur zu bewegen. Ein Beispiel: Werden ruhende Tiere im Winter zu häufig durch freilaufende Hunde oder laute Spaziergänger aufgeschreckt, verbrauchen sie sehr viel Energie, was auf Dauer zum Tod führen kann. Viele Wasservögel bauen ihre Nester am Ufer und verlassen diese, wenn sie gestört werden.



www.spessart-tourismus.de/natursensibilisierung



Umweltbildung leicht gemacht

Willst Du selbst auf Entdeckungsreise gehen und Dir von kundigen Expertinnen und Experten die Naturschätze der Spessartregion zeigen lassen? Das Umweltzentrum Hanau bietet geführte Touren, Wildkräuterwanderungen, Veranstaltungen zum naturnahen Gärtnern oder Foto-Workshops an. Auch Kurse für Schulklassen und Kitas im „Grünen Klassenzimmer“ und Informationen zu allen Aspekten der Nachhaltigkeit gehören zum Programm.

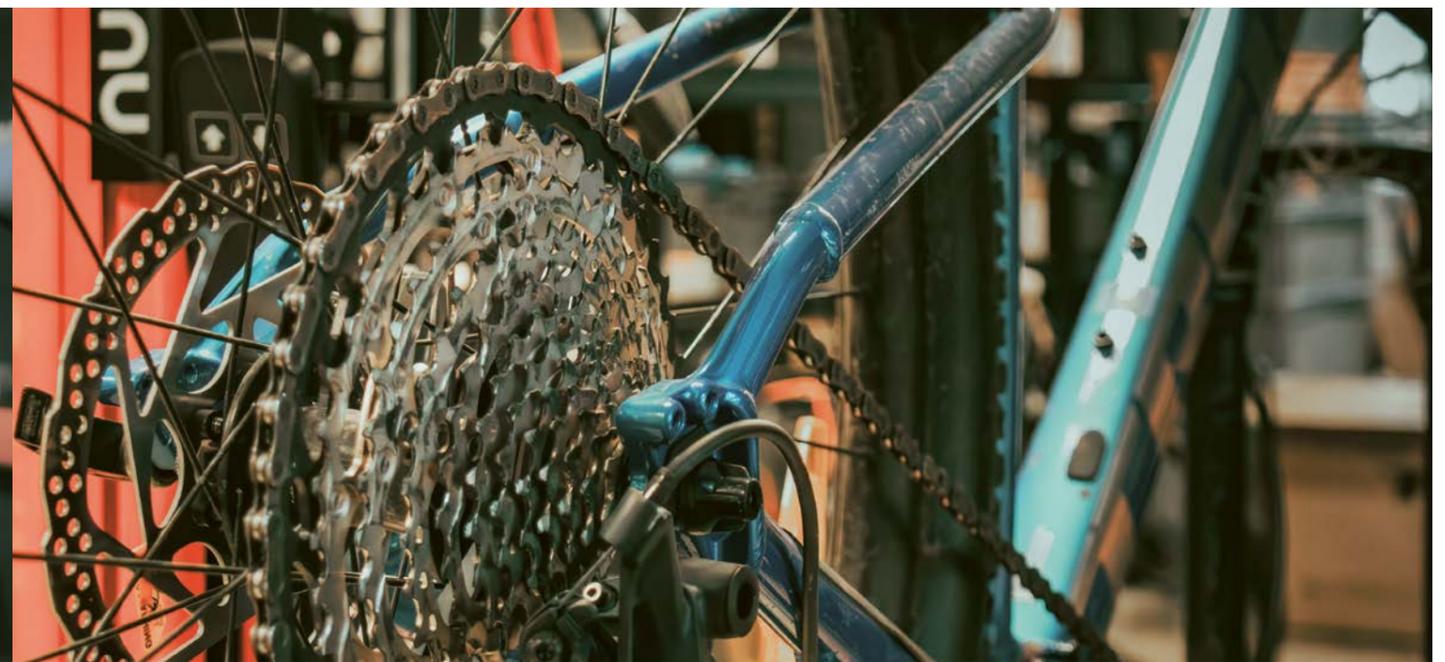
AUF TOUR ZU WILDEN PFERDEN

Sehr beliebt sind Führungen zu den Przewalski-Wildpferden im Natur-Reservat Campo Pond. Auf dem ehemaligen US-Army-Trainingsgelände in Hanau-Großauheim, das jahrzehntlang abgeschlossen war, haben zahlreiche seltene Pflanzen- und Tierarten überlebt. Wegen des geschützten Sand-Mager-

rasens dort ist das Gebiet als Fauna-Flora-Habitat ausgewiesen. Die Wildpferde halten das Gelände offen. Als „Landschaftspfleger“ sorgen sie dafür, dass gefährdete Pflanzen wie Silbergras oder Sandstrohblume überleben und die Artenvielfalt erhalten bleibt.

„Wir zeigen, wie wichtig unser Handeln heute für künftige Generationen ist“, sagt Marion Beil. Ganz anschaulich am lebenden Beispiel und ohne erhobenen Zeigefinger. „Wir sind Teil der Natur. Ohne sie ist Leben nicht möglich. Alles greift ineinander“, erläutert die Biologin. Im Kurs „Kinder pflanzen Pizza“ wird zum Beispiel vermittelt, dass Tomaten und Kräuter für die Pizza nur wachsen, wenn Insekten sie bestäuben – ohne Insektenvielfalt keine Pizza.





Orber Radwerk hat ein Herz für (Mountain-)Biker

Bei einer Hochzeitsfeier bekam der Zweiradmechanikermeister Andreas Rieger das Angebot, einen Fahrradladen in seiner Heimatstadt in Bad Orb zu eröffnen. Gesagt, getan: In einer ehemaligen Schreinerei in der Haselstraße, direkt am Weg zum Flowtrail im Haseltal, triffst Du auf jede Menge Fachwissen, ein vielfältiges Angebot und wer weiß – vielleicht findest Du Dein Traumbike. Hier, in der einzigen Meisterwerkstatt im Main-Kinzig-Kreis, ist ein wahres Paradies für Fahrradliebhaber im hessischen Spessart und darüber hinaus entstanden. Mitinhaber ist der Schreiner und Unternehmer Marco Köhler. Das kleine Team wird um drei Auszubildende ergänzt, bei dem aktuellen Fachkräftemangel eine lohnende Investition in die Zukunft.



BREITES ANGEBOT

Ob ein Enduro von Trek, ein E-Bike von der Schweizer Marke Flyer oder ein echter Hingucker, die Holzräder von My Esel, die breite Auswahl lädt Fahrradfans und solche, die es werden wollen, zum Stöbern und Staunen ein. Daneben Citybikes, Rennräder, Kinderräder oder die in den vergangenen Jahren immer beliebter werdenden Gravel-Bikes. Die sehen aus wie Rennräder, aber stabiler und mit breiteren Reifen und sind bestens geeignet für Abenteuer abseits der geteerten Straße. „Über 60 Prozent der verkauften Bikes sind inzwischen mit E-Antrieb ausgestattet“, verrät Andreas Rieger. „Die Reichweiten werden dank leistungsfähiger Akkus immer größer. Ich bin mit dem E-Bike von Bad Orb auf den Kreuzberg in der Rhön gefahren, immerhin knapp 80 Kilometer und über 1300 Höhenmeter. Am Ende hat der Akku noch zehn Prozent Leistung angezeigt.“ Nachmachen empfohlen.

Ebenfalls im Programm des Orber Radwerks ist das Bike-Leasing. Das ist eine Möglichkeit, die immer mehr Unternehmen nutzen, um ihren



Beschäftigten ein Dienstfahrrad zur Verfügung zu stellen. So tragen sie zum Umweltschutz bei und fördern Gesundheit und Motivation ihrer Angestellten. Auch Leihfahrräder sind im Angebot. Damit ist es unkompliziert möglich, die Spessartwälder rund um Bad Orb zu erkunden. Oder reizt Dich der Flow-Trail im nahegelegenen Haseltal? Hier warten drei unterschiedliche Trails – und eine Übungsstrecke, auf der sich Kinder, Jugendliche und Erwachsene an das Fahren im Gelände herantasten können.

Andreas Rieger unterstützt als Fahrtechniktrainer und Hessischer Radsport Verband MTB-Fachwart die Hessischen Mountainbike-szene aktiv. In der Meisterwerkstatt des Orber Radwerks kannst Du Dein Fahrrad regelmäßig warten lassen. Die Profi-Mechaniker überprüfen alle wichtigen Komponenten und tauschen sie wenn nötig aus, damit Du immer sicher unterwegs bist. Repariert werden auch Fahrräder, die nicht im Orber Radwerk gekauft wurden – was längst nicht mehr selbstverständlich ist. Egal ob der Reifen platt ist, die Schaltung defekt oder der Rahmen kaputt, in der Werkstatt finden sie ganz sicher eine Lösung. Sitzknochen- und Hand-Vermessung und Bike Fitting von Pedal, Sattel und Lenker sorgen für eine

optimierte Sitzposition. Im Schadensfall werden Schadensgutachten und Kostenvoranschläge erstellt. Jedes Fahrrad wird hier mit Sorgfalt behandelt, jeder Mensch individuell beraten, denn Qualität und Kundenzufriedenheit sind den Orber Radwerkern wichtig.

STIMMEN AUS DER COMMUNITY

Was sagen die Kunden zum Orber Radwerk? Hier sind einige Meinungen. Stammkundin Lisa ist rundum zufrieden: „Die Reparatur meines Fahrrads wurde schnell und zuverlässig erledigt.“ Der begeisterte Radfahrer Markus findet: „Die Auswahl an E-Bikes ist beeindruckend. Ich habe hier mein Traumrad gefunden.“ Nachbarin Petra schätzt die Möglichkeit, hier mit Gleichgesinnten ins Gespräch zu kommen: „Das Orber Radwerk ist mehr als ein Geschäft – es ist ein Ort, an dem man sich rund ums Radfahren austauschen kann.“

Instagram: @orber_radwerk

www.spessart-tourismus.de/mountainbiken



RASANT ODER ENTSPANNT: FLOWTRAILS IN BAD ORB



Im Haseltal erwarten Dich drei Trails und ein Übungstrail mit über zehn Kilometern Strecke. Mountainbiker aus ganz Deutschland genießen landschaftlich herrliche Abfahrten durch den Spessartwald. Familien erleben das Flow-typische Achterbahngefühl auf dem DonBosco-Trail, ambitioniertere All-Mountain- oder Enduro-Fahrer toben sich auf dem Wintersberg- oder Haseltal-Trail aus.

Ein Traum von einem Brot

Wenn vom Acker bis in die Backstube alles „von hier“ kommt

Regional ist gut, lokal ist besser. Unter diesem Motto steht das Von-hier-Brot aus Hanau. Bäcker Mathias Rosen aus Hanau-Großauheim, Landwirt Jochen Maier aus Hanau-Klein-Auheim und Müller Klaus Wolz aus Mönchberg im bayerischen Spessart-Mainland sind dabei, ein Brot zu entwickeln, das vom Feld über die Mühle bis in die Auslage der Bäckerei zu 100 Prozent aus der Spessart-Region kommt – ökologisch mit Bio-Getreide in Naturlandqualität vom Maierhof in Klein-Auheim, gemahlen mit viel Sorgfalt in der Wolzmühle in Mönchberg und gebacken in alter Handwerkstradition in der Backstube von Mathias Rosen in Großauheim.

Die Idee für ein Von-hier-Brot entstand 2022. Die Vision: Ein leckeres Brot in bester Bio-Qualität, dessen Getreide vor der Haustür wächst – unweit des Wildparks Alte Fasanerie in Klein-Auheim –, mit transparenter, nachhaltiger Produktion und kurzen Lieferketten.

Die Schwester von Landwirt Maier kam mit der Idee auf Bäcker Rosen zu und der war sofort Feuer und Flamme.

ZU WENIG EIWEISS IM WEIZEN

Ein Brot zu produzieren, das zu 100 Prozent „von hier“ ist, stellt das innovative Trio allerdings auch vor ungeahnte Herausforderungen. Die erste Ernte ergab beim Weizen nicht die hohe Qualität, unter der es die drei Köpfe hinter der Idee nicht machen. Es hätte anderer Weizen untergemischt werden müssen, der nicht genau auf diesen Klein-Auheimer Äckern vom Maierhof gewachsen ist. Doch Maier, Wolz und Rosen wollen keine Kompromisse machen. Sie haben den Ehrgeiz, ein Brot zu erzeugen, das wirklich zu 100 Prozent „von hier“ ist, gewachsen auf dem Acker nebenan. Nun wird getüftelt, damit es 2024 klappt.



Gut zu wissen: Sobald das Von-hier-Brot im Verkauf ist, findest Du darüber eine Info auf unserer Website über den QR-Code.

Landwirt Jochen Maier aus Klein-Auheim hat aus der ersten Ernte seine Schlüsse gezogen und die Düngung verändert. Er betreibt den Maierhof nebenberuflich in dritter Generation. Beim ersten Mal hatte er Weizen und Roggen ausgesät. Mit der Ernte beim Roggen war er sehr zufrieden. Doch der Weizen enthielt zu wenig Eiweiß. Geprüft werden Eiweiß- und Stärkegehalt für einen guten Biobrotteig durch ein neutrales Lebensmittellabor im Auftrag von Müller Klaus Wolz. „Beim Düngen der Äcker hat Stickstoff gefehlt“, erläutert Jochen Maier. Der Landwirt hatte Mist seiner eigenen Rinder verwendet. Kunstdünger ist beim Naturland-Anbau tabu. Bei der zweiten Aussaat nutze Maier als Dünger pflanzliche Gärreste aus einer Biogasanlage, die er mit Mais, Klee und Grünschnitt aus seinem eigenen Anbau belieferte. Auch Müller Wolz war schnell von der Idee für das Von-hier-Brot überzeugt. Bäcker Rosen schwört auf die Wolzmühle, eine der letzten kleinen Mühlen in der Gegend. Er lässt dort seit acht Jahren alles Getreide für seine Backwaren mahlen. Die Mühle hat ihren Ursprung im 13. Jahrhundert und ist in sechster Generation im Familien-

besitz. Umweltschutz und Regionalität spielen eine Hauptrolle. Wolz nutzt ausschließlich Rohstoffe aus der Spessartregion. Bei ihm gibt es nur regionale Weizen-, Roggen- und Dinkelmehle, Grieße und Schrote zu kaufen. Als Plus für Umwelt und Nachhaltigkeit werden sie zu 80 Prozent mithilfe von regenerativer Energie aus eigenen Wasserkraft- und Photovoltaikanlagen vermahlen. Dadurch und durch die kurzen Transportwege reduziert Wolz seine CO₂-Bilanz auf ein Minimum.

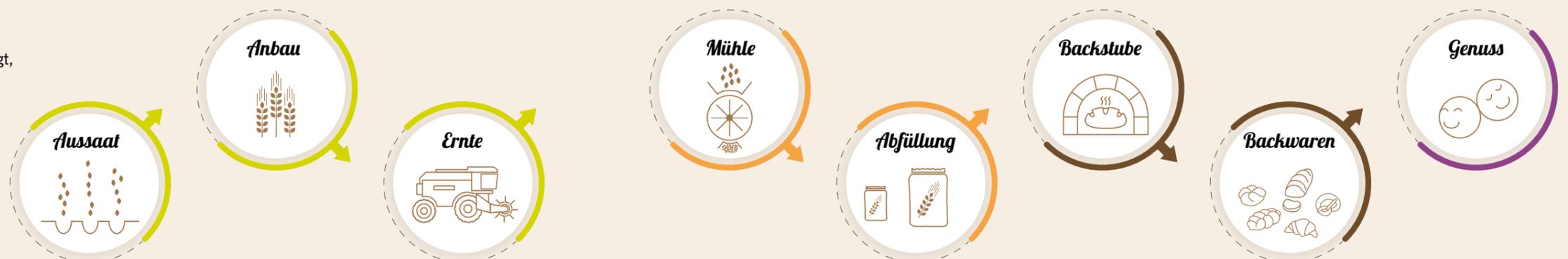
MÜHLENLADEN

Die Wolzmühle hat einen Mühlenladen. Die hochwertigen, regionalen Mehle werden umweltschonend hergestellt und direkt frisch aus der Mühle abgepackt. Im Laden gibt es alle Typen Weizen-, Roggen- und Dinkelmehle und auch Vollkornmehl in Packungen zwischen 2,5 und 25 Kilogramm. Du kannst sie telefonisch bestellen unter 09374 / 1251 und dann in der Mühle abholen. Übrigens: Der nächste Schritt für das Von-hier-Brot ist schon in Planung. Alte heimische Getreidesorten wie Einkorn, Waldstaudenroggen oder alte Dinkelsorten sollen künftig angebaut werden. Für ein Brot, das im besten Sinne „von hier“ ist.

www.wolzmuehle.de

Vom Saatkorn zur krossen Kruste

Bis ein leckerer Brotlaib beim Bäcker in der Auslage liegt, vergehen einige Monate. Das Von-hier-Brot soll höchste Ansprüche an Bio-Qualität und Geschmack erfüllen, es gelten die strengen Naturland-Regeln. Winterweizen wird im Herbst ausgesät, nachdem der Bauer den Boden gepflügt und gedüngt hat, um ihn vorzubereiten. Nach der Ernte im Sommer liefert er das Getreide an die Mühle zum Mahlen, das Mehl verwendet der Bäcker für den Brotteig – und aus dem Steinofen steigt bald ein köstlicher Duft.





Viel Handarbeit in der Backstube

Die Idee für ein Von-hier-Brot passt bestens zur Bäckerei Mangelmann-Rosen. Seit 1855 werden in dem Hanauer Handwerksbetrieb Wissen und Rezepte vom Vater an den Sohn weitergegeben – oder, wie im Fall von Mathias Rosen, von der Mutter an den Sohn. Rosen wohnt mit seiner Frau und zwei Töchtern über dem Hauptgeschäft im Stadtteil Großauheim. Der Bäckermeister leitet die Bäckerei in fünfter Generation. Er ist hier verwurzelt und quasi in der Backstube aufgewachsen. Gutes Backhandwerk ist für ihn Familiensache. „Bei uns hilft auch der Opa noch mit“, sagt Rosen. Tradition bedeutet in seinem Verständnis nichts Starres, Verstaubtes. Er versteht Tradition ganz konkret als das Bewahren des Bewährten, ohne sich neuen Entwicklungen und Innovationen zu verschließen. Das Von-hier-Brot ist für ihn ein echtes Herzensprojekt.

TEIGMACHER MIT VIEL GEFÜHL

Seine Idealvorstellung für ein Brot „von hier“ verbindet gute Tradition mit über Generationen perfektioniertem Handwerk, höchstem Anspruch an den Geschmack und einem durchgehend transparenten Herstellungsprozess. Vom Öko-Anbau im Nachbarstadtteil Klein-Auheim über die umweltfreundliche Spessart-Mühle bis in seine Backstube. Und dort, auch das gehört zu seinem Credo, wird vieles so bleiben, wie es schon vor hundert Jahren war. Besonders die Qualität, auf die er ebenso großen Wert legt wie auf den Service.

Der Bäckermeister ist stolz auf das traditionelle Handwerk, das in seiner Backstube die Hauptrolle spielt. Teigmacher und Ofenmeister sind zentral für eine hochwertige Produktion geschmacklich überzeugender Brote, Brötchen und anderer Backwaren. „Weil wir nicht wie andere vollautomatisiert arbeiten, können wir im Entstehungsprozess jederzeit eingreifen, zum Beispiel den Teig länger stehen lassen oder länger kneten und die Temperatur im Steinbackofen anpassen“, erzählt Rosen. Auf der Website steht: „Wir sind überzeugt, dass



Menschen besser backen als Maschinen. Und dass man das schmeckt.“ Ein Schwerpunkt sind bei Mangelmann-Rosen weiche, klebrige Teige, die lange liegen und nicht maschinengängig sind, etwa für Baguette oder Ciabatta.

Nachhaltigkeit spielt ebenso eine große Rolle. Dafür steht auch die langfristige Bindung von Personal. „Unser Teigmacher hat hier gelernt, vor dreißig Jahren“, erzählt Rosen. „Er hat durch seine langjährige Erfahrung ganz viel im Gefühl, das ist Gold wert.“ Die Bäckerei nutzt Ökostrom und Schokolade aus fairem Handel. Regionalität wird nicht nur beim Von-hier-Brot großgeschrieben. Die meisten Rohstoffe kommen aus der Region: „Das ist gut für die Region, die Umwelt und die Qualität.“

KÖSTLICHKEITEN IM CAFÉ

Wenn Du das eine oder andere aus dem umfangreichen Backwaren-Sortiment von knusprigen Brötchen bis unwiderstehlichen Torten einmal probieren willst: die Großauheimer und die Klein-Auheimer Filialen haben jeweils auch ein Café, das zum Verweilen

einlädt. Starte in den Tag mit einem duftenden, frischen Croissant und erstklassigem Cappuccino. Jede Kaffeespezialität wird aus besten Bohnen der Frankfurter Rösterei Wackers zubereitet. Lass Dich mit köstlichem Kuchen verwöhnen, gönne Dir ein süßes Teilchen oder stärke Dich mit einem deftig belegten Brötchen – egal, worauf Du Lust hast, ein Abstecher lohnt sich.

FILIALEN

Hauptstraße 17B, 63457 Hanau Großauheim
Seligenstädter Straße 53, 63456 Hanau Klein-Auheim
Wilhelm-Thoerle-Straße 7, 63456 Hanau Steinheim
Bahnhofstraße 16, 63538 Großkrotzenburg

VERKAUFSWAGEN

J.-F.-Kennedy-Straße, 63457 Hanau

@mangelmannrosen

www.spessart-tourismus.de/mangelmann-rosen



BROTE MIT GOLDMEDAILLEN

TIPP

Das Deutsche Brotinstitut vergibt regelmäßig Bestnoten an Brote von Mangelmann-Rosen. „Auheimer Kasten“ und „Bergsteiger“ bekamen drei Jahre in Folge die volle Punktzahl, dafür gibt es eine Goldmedaille. Vom „Gassenhauer“ schwärmt Brot-Sommelier Stefan Keller: „Die dekorativ bemahlte Brotkruste steht mit ihren vielfältig-aromatischen Röstaromen in harmonischer Balance mit den saftig frischen Sauerteignoten des Brotinneren und wird dabei zart umspielt von einem Hauch edler Brotgewürze.“



Café Gisi

Das Café Gisi in der Altstadt von Bad Orb ist von Oma Gisela inspiriert. Von ihrer liebevoll „Gisi“ genannten Großmutter hat Inhaberin Helen Schultheis die Rezepte für köstliche selbstgebackene Kuchen und Torten. Helen hat immer auch eine vegane Alternative im Angebot und backt auf Anfrage glutenfrei. Kaffee gibt es in vielfältigen Kreationen: von Klassikern wie Espresso und Cappuccino über Caramel Macchiato bis Pumpkin Spice Latte. Ob Kuhmilch oder Hafermilch, mit oder ohne Koffein – das Café Gisi findet Deine Variante. Tee oder Softdrinks gibt es auch. Bei allem, auch bei den herzhaften Suppen und Snacks, legt Helen Wert auf saisonale und regionale Zutaten. Bad Orber kennen die Räume als alte Metzgerei, ein Ort mit vielen Erinnerungen und Geschichten von früher. Die gemütliche Einrichtung des Cafés wird durch manches liebevolle Dekostück aus der Vergangenheit ergänzt. Die handgeschnitzte Stehlampe vom Uropa oder Originalfotos, auch von Oma Gisela, atmen das Motto des kleinen Cafés: „Weil damals heute so schön ist“. Im Sommer kannst Du draußen auf der Holzterrasse sitzen. Die junge Inhaberin interpretiert das Konzept des „Oma-Cafés“ modern und bietet auch Cocktails, Bier, Wein und Longdrinks an.

Instagram @cafegisi



MUSIK UND MEHR IM CAFÉ GISI



Gelegentlich finden Veranstaltungen wie Wohnzimmerkonzerte und „poetry in melody“ mit regionalen Kunstschaffenden statt.

Das Programm und Infos zum Café findest Du hier:
www.spessart-tourismus.de/cafe-gisi



Hofgut Kapellenhof

Wo die Bio-Milch von 200 Lacaune-Schafen mit liebevoller Handarbeit zu feinem Käse und Joghurt veredelt wird, haben schon zur Römerzeit Landwirte das Feld bestellt und Tiere gehalten. Überhaupt ist der Ort geschichtsträchtig. Hier steht die Hirzbacher Kapelle, eine romanische Marienkapelle, die heute ein regionales Kulturzentrum und ein beliebter Hochzeitsort ist. Ein Seminarhaus bietet verschiedene Kurse an, zum Beispiel Yoga mit Melanie Scheid. Hofführungen und kulinarische Abende mit Käse und Wein laden zum Besuch dieses ganz besonderen Hofgutes ein.

Der Kapellenhof wirtschaftet nach den Richtlinien des Naturland-Verbandes. Seit 1998 wird Ökolandbau betrieben. Regionalität spielt eine wichtige Rolle, Naturschutz ebenso. 2022 wurde ein Feuchtbiotop geschaffen, als Beitrag zum Erhalt der einheimischen Artenvielfalt. Schafe werden seit 2016 gehalten. Sie leben im Offenstall und können während der Vegetationsperiode selbst entscheiden, ob sie auf der Wiese grasen oder sich im schattigen Stall aufhalten. Schafmilchprodukte sind keineswegs nur etwas für Menschen, die keine Kuhmilch vertragen. In der Gastronomie ist sie längst als Delikatesse bekannt. Die Milch vom Kapellenhof wird schonend pasteurisiert, aber weder homogenisiert noch standardisiert.

Der Hof beschreibt seine Schafmilchprodukte als besonders bekömmlich, da die Fett- und Eiweißmoleküle sehr fein strukturiert seien. Wenn Du Dir selbst einen Eindruck verschaffen willst: Ein Selbstbedienungsladen ist rund um die Uhr zugänglich. Es gibt Joghurt und verschiedenen Käsesorten, aber auch Fleisch und Wurst, alles bio, alles von den eigenen Schafen. Köstlichkeiten anderer Bio-Anbieter von Apfelsaft bis Dinkelnudeln stehen ebenfalls zum Verkauf. Hof und Laden liegen direkt an der Regionalparkroute „Hohe Straße“, einem Fahrradfernweg von Frankfurt nach Büdingen entlang eines alten Handelsweges. Kleiner Tipp: Unbedingt das cremige Schafmilchprobieren!

Instagram @hofgutkapellenhof

Weitere Infos zum Kapellenhof und aktuelle Termine, z.B. für Hofführungen und Käse-Wein-Abende, findest Du hier:
www.spessart-tourismus.de/kapellenhof





Picknickstationen im Spessart



PICKNICKSTATIONEN AM WANDERWEG

Spessartfährte
„Jossgrund-Runde“
Picknickstation Burgjoß
Standort: GPS N 50.1964 / E 9.4996

Spessartfährte
„Sonnenhänge Lohrhaupten“
Picknickstation Lohrhaupten
Standort: GPS N 50.1310 / E 9.5089

Für die Belieferung der beiden Pilotstationen werden weitere Kooperationspartnerinnen und -partner gesucht.
Melde Dich bei Interesse gerne direkt beim Naturpark.

Ein Korb voller heimischer Köstlichkeiten

Der Spessart bietet viele verträumte Plätze, die sich für ein Picknick mit Liebingsmenschen eignen. Mit zunächst zwei Picknickstationen ermöglicht der Naturpark Hessischer Spessart unkomplizierten Genuss am Wegesrand. Du musst nichts mitbringen. Dein Picknickkorb wartet bereits vor Ort auf Dich.

LECKER UND MIT VIEL LIEBE

Ob ehrliche Wurst vom Metzger um die Ecke oder saisonaler Salat vom Bauernhof: Du findest im Korb qualitativ hochwertige, mit Liebe und viel Handarbeit hergestellte Köstlichkeiten aus dem Spessart. Nachhaltige Aufbewahrungsdosen, Gläser und Besteck sorgen dafür, dass nichts im Wald liegen bleibt. Die Picknickkörbe werden ab Früh-

jahr 2024 zunächst vom Einladen in Lettgenbrunn geliefert. Nach und nach werden weitere Anbieter hinzukommen, die Du auf unserer Website findest. Einladen-Betreiber Hans Hess aus Jossgrund bestückt die Picknickkörbe. Hess ist Spessart-Botschafter und überzeugter Genusssmensch. Der Familienvater ist immer neugierig auf neue Facetten der lokalen Esskultur. Entsprechend abwechslungsreich fällt der Inhalt der Körbe aus. Die beiden von SPESSARTregional mit Mitteln des Regionalbudgets geförderten Pilotstationen liegen an den wunderschönen und abwechslungsreichen Spessartfährten Jossgrund-Runde (11,7 km) und Sonnenhänge Lohrhaupten (15,8 km). Perfekt geeignet für eine köstliche Rast zwischendurch. Toll auch als Überraschung für besondere Gelegenheiten!



SO GEHT'S ZUM PICKNICKKORB

- Du bestellst über den Naturpark oder direkt beim Anbieter.
- Bei der Bestellung erhältst Du einen PIN-Code für das Zahlenschloss an der Picknickstation, der nur für den gebuchten Termin funktioniert. Der Anbieter liefert den Korb rechtzeitig.
- Genieße die Natur beim Wandern oder Radfahren und hole den Korb unterwegs an der Station ab.
- Nach dem Picknick stellst Du alles wieder in die Station zurück und verschließt den Deckel mit dem Zahlenschloss.

www.naturpark-hessischer-spessart.de/picknickservice

Mehr Informationen unter folgendem Link oder QR-Code scannen:
www.spessart-tourismus.de/picknick-im-spessart





Heimische Kräuter räuchern

In den Raunächten entfalten die Spessartwälder ihren mystischen Zauber: Es braucht nicht viel Fantasie, um Sagengestalten zwischen den nebelverhangenen Baumriesen und moosüberwucherten Felsen auftauchen zu sehen. Siglinde Seipel-Groß bietet Einführungen in das Räuchern von Kräutern an – ein Brauch, der besonders in den Raunächten, aber auch zu anderen Zeiten und Gelegenheiten zelebriert wird. Die zertifizierte Natur- und Landschaftsführerin aus Mittel-Gründau ist das ganze Jahr über in den Wäldern des artenreichen Spessarts unterwegs, wo heimische Kräuter zahlreich wachsen. Sie teilt ihr Wissen auf Kräuterführungen mit – und gibt Dir hier gern eine Anleitung für eine typische Räucher-Zeremonie. Beim Wildsammeln bittet sie um einen respektvollen Umgang mit der Natur. „Wenn überhaupt, sollte man nur Kleinstmengen für den Eigenbedarf pflücken.“

Mit dem „Nektar der Götter“ zur inneren Balance

Alte Bräuche neu interpretiert

Siglinde Seipel-Groß hat ihre tiefe Liebe zur Natur bereits in der Kindheit entwickelt, als sie auf dem Bauernhof der Großeltern aufwuchs. Ausgestattet mit medizinischem Hintergrund als Physiotherapeutin und Heilpraktikerin ließ sie sich bei Doris Grappendorf im Vogelsberg in Kräuterheilkunde ausbilden. Sie rät allen, die sich fürs Räuchern interessieren, einfach auszuprobieren und Kräuter auszuwählen, deren Gerüche einen ansprechen. „Kräuter helfen, in die innere Balance zu kommen, sich auf sich selbst zu besinnen. Dadurch wird man achtsamer und spürt schnell, wie bestimmte Kräuter auf die Seele und die Stimmung wirken“, sagt sie.

MELISSE LÄSST RUHE EINKEHREN

Kräuter räuchern gehört zu den ältesten Bräuchen der Menschheit. Früher galt der Rauch als „Nektar der Götter“. „Beim Räuchern nahm man Kontakt zu den Göttern auf und versuchte sie gnädig zu stimmen“, erzählt Seipel-Groß. In den sogenannten Raunächten waren

dunkle Mächte wie die „Wilde Jagd“ unterwegs, so der Volksglaube. Deshalb wurden die Häuser mit Heilkräutern ausgeräuchert. Nachts wurde geräuchert, um in die Zukunft zu schauen – jede Nacht zwischen dem ersten Weihnachtsfeiertag und dem Dreikönigstag stand für einen Monat des neuen Jahres. Geräuchert wurde auch zum Schutz vor Unglücken oder zur Heilung, zum Konservieren von Lebensmitteln oder um Liebe zu wecken. Das Räuchern kennen wir auch aus Religionen der ganzen Welt, welche es an Feiertagen oder in ihren Glaubensstätten noch immer praktizieren. „Heute räuchern wir außerdem in unseren Breiten, um zu entspannen, eine Auszeit zu zelebrieren, zur Meditation oder um nach einem Umzug das neue Haus von negativen Energien zu reinigen“, so Seipel-Groß.

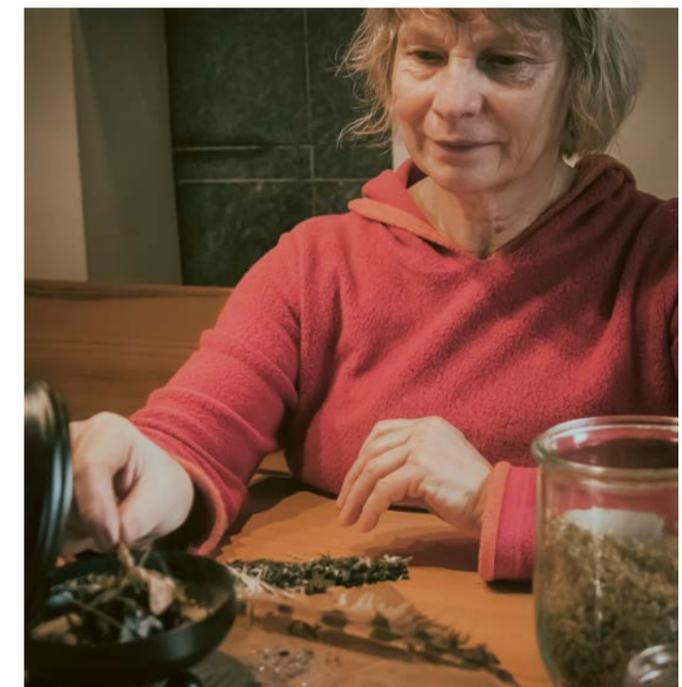
Wenn Du Dich bei einem Räucherritual auf Dich selbst besinnen und zur Ruhe kommen möchtest, empfiehlt die Kräuterfrau Melisse, um die Stimmung aufzuhellen Johanniskraut. „Johanniskraut hebt den

grauen Schleier von der Seele“, sagt sie. Lavendel entspannt und sorgt für einen achtsamen, wachen Geist. Beifuß eignet sich, um die Meditation zu unterstützen. Er unterstützt einen Neubeginn, hilft beim Loslassen und beim Trauern. Reinigend wirken Salbei, Kampfer oder Wacholder.

EINE RÄUCHER-ZEREMONIE ZUM AUSPROBIEREN

Eine typische Zeremonie zur Räucher-Zeremonie beschreibt die Kräuterfrau so: Nimm Dir Zeit und vermeide Störungen. Verwende als Räuchergefäß eine feuerfeste Schale oder ein Pfännchen. Entzünde Räucherkohle und lass sie durchglühen, bis sie weiß wird. Lege die Kräuter auf die brennende Kohle. Du kannst auch eine Mischung aus Kräutern (70 Prozent), Harzen und Hölzern (30 Prozent) verwenden, zum Beispiel Wacholder, Beifuß und Fichtenharz.

Für eine achtsame Zeremonie eignen sich meditative Ergänzungen. Setze oder lege Dich dazu zum Beispiel bequem auf eine Yogamatte. Fokussiere Deinen Blick auf den Rauch und komme zur Ruhe oder genieße den Geruch der ätherischen Öle mit geschlossenen Augen. Zum Schluss sprich einen Dank aus und lüfte gut durch.



WO DIE KRÄUTERFRAU EINKAUFT:

Bei Grün&Grün in Gelnhausen mit dem Wochenmarkt am Glashaus. In gut sortierten Teeläden findest Du ebenfalls getrocknete Kräuter. Bei Kräuterführungen bietet sie eigene Mischungen an.

Weitere Erlebnisse mit Spessart-Kräutern findest Du auf:
[www.spessart-tourismus.de/
kraeutererlebnisse](http://www.spessart-tourismus.de/kraeutererlebnisse)





Bad Orb und Bad Soden-Salmünster sind dank ihres attraktiven Veranstaltungsprogramms das ganze Jahr über Anziehungspunkt für Kultur, Genuss und Unterhaltung. Menschen jeden Alters zieht es dabei ganz besonders in die Mitte der lebendigen Kurstädte. Denn dort liegen die zentralen Kurparke als grüne Oasen. Mit Gradierwerk, Barfuß-Parcours, Fontänengärten, Konzert-Pavillions und vielem mehr laden sie das ganze Jahr über zum Entdecken ein.

FEIERN UND GENIEßEN IM PARK

Gleichzeitig finden hier außergewöhnliche Feste und Festivals statt. Wenn Du Open-Air-Konzerte magst, erlebe die musikalischen „Wasserspiele“ an der Flussbühne der Arena in der Salz in Bad Soden-Salmünster: Im Juli spielen an den Ufern des Flüsschens Salz zum sanften Plätschern des Wassers ausdrucksstarke Solisten, Popkünstler oder Blasmusiker auf. Ein Klassiker ist auch das Kurparkfest. 2024 wird dabei im August ein Doppeljubiläum groß gefeiert: Die Stadt Bad Soden-Salmünster und der Main-Kinzig-Kreis werden 50 Jahre alt. Von den vielen Festen im Kurpark Bad Orb seien hier nur die Juli-Highlights erwähnt. Beim Kurparkfest mit Parkbeleuchtung sorgen samstagsabends 10.000 Lämpchen für eine unvergessliche Atmosphäre. Das Spessarter Genuss- und Gartenfest ist mit der großen Street-Food-Meile ein Muss für Genussmenschen. Probiere Dich durch die Garküchen Südostasiens, Afrikas und Lateinamerikas. Wenn Du Gärten liebst, findest Du im Bereich Gartenlust zahlreiche Anregungen. Lass Dich überraschen!



VERANSTALTUNGEN & FESTE



Alle aktuellen Veranstaltungen und Feste in den beiden Kurorten Bad Orb und Bad Soden-Salmünster findest Du in unserem digitalen Veranstaltungskalender: www.spessart-tourismus.de/veranstaltungen



Natürlich entspannen mit Sole

Die Sole – einst Rohstoff des Salzsiedens, heute wertvolles Heilwasser – spielt seit jeher eine zentrale Rolle in Bad Soden-Salmünster und Bad Orb. Spüre heute ihre wohltuend-entspannenden Eigenschaften auf vielfältige Weise in den Spessart-Heilbädern. Sanft-kitzelnd, schwungvoll, schwebend ... In der Badelandschaft der Spessart Therme erlebst Du die Kraft der besonders intensiven Bad Sodener Sole im Wechselspiel von sanftem Strömungskanal, Poseidontempel sowie Natursole-Becken. Im Sommer sogar mit Wellen, die einen Hauch von „Salzgeschmack“ versprühen. Eine Heiße Sole Rolle während Deiner Massage rundet die wohltuende Auszeit ab. Angenehme Wärme, wertvolle Mineralien und die sanfte Berührung auf der Haut lassen Dich dabei ganz natürlich zur Ruhe kommen. Wenn Du gern ganz abtauchen möchtest, probiere doch einmal Liquid Bodywork aus. Bei dieser individuellen Wasser-Wellness-Session in der Toskana Therme Bad Orb wirst Du in der warmen Thermalesole wortwörtlich auf Händen getragen. Geschulte Aqua Wellness Bodyworker geleiten Dich durch eine achtsame Körperarbeit. Schwerelos im Wasser schwebend, wirst Du einfühlsam bewegt, gehalten und getragen, sanft gedehnt, geschaukelt und gewiegt. Alles geschieht fließend meditativ und doch auch dynamisch, es entsteht eine ganz neue Bewegungsfreiheit im Wassertanz. Durch den Liquid Sound – Unterwasserklänge, die von Walgesängen inspiriert sind – ergänzen sich die Körperbewegung im warmen Wasser und der „flüssige“ Klang zu einem exquisiten Bad der Sinne. Natürliche Tiefenentspannung kannst Du bei weiteren Wellness-Anwendungen ganz hautnah erleben. Wie wäre es mit einer leichten Packung Moor? Dann könnte die pastöse Naturmoorpackung etwas für Dich sein. Du spürst Natur pur auf der Haut, während Du gebettet in eine Wasserschwebeliege ruhest. Alle Muskeln dürfen sich entspannen und das Gedankenkarussell kommt zur Ruhe.

www.spessart-tourismus.de/thermen





Am Ruhepuls der Natur

Entspannen im Bergdorf Spessart

Mitten im Spessart schmiegen sich in Flörsbachtal die Chalets des Bergdorfs an den Waldhang. Naturnah mit viel Holz im regionaltypischen Stil gebaut, fügen sie sich in die faszinierende Naturkulisse der Mittelgebirgslandschaft ein. Alle Chalets haben eine Panoramaterrasse, auf der Du an der frischen Luft entspannen und in die Wälder schauen kannst – Zeit, den Blick schweifen zu lassen. Wenn du Bergromantik, kreativen Raum und unberührte Natur suchst, bist du im Bergdorf genau richtig. Direkt vom Bergdorf aus kannst du zu Wanderungen oder Mountainbike-Touren in die Spessartwälder aufbrechen. Gut markierte Rund-Wanderwege und Radrouten für Dein Outdoor-Abenteuer findest Du direkt vor der Haustür.

Nach einem langen Tag draußen im Spessart laden die Chalets zum Aufwärmen und Entspannen in der eigenen Sauna ein – hier kannst Du mit einem herrlich duftenden Aufguss entspannen und tief durchatmen. Am knisternden Kamin lässt es sich gemütlich plaudern, lesen oder einen Regentag verbummeln. Mit etwas Glück

lassen sich dabei auf den umliegenden Wiesen auch Rehe und andere Waldbewohner beobachten.

KAKAOZEREMONIE FÜR DIE SINNE

Wohlfühlangebote ergänzen und verstärken den natürlichen Erholungsfaktor. Wie wäre es mit einer privaten Kakaozeremonie? Lass Dich behaglich in deinem eigenen Chalet durch diese anderthalbstündige Zeremonie führen. Erfahre mehr über Kakao als Heilpflanze und vertiefe deine Verbindung zu dieser Speise der Götter. Die Zeremonie eröffnet neue Räume und stärkt Deine Verbindung zu Dir selbst, während der Duft des Kakaos sich im Chalet ausbreitet. Wenn Du vorher nach einer Yogaeinheit suchst, kannst du auf dem Yogapodest am Waldrand Deine Yogamatte ausrollen, den Klängen des Waldes lauschen und alleine oder gemeinsam mit einer Yogalehrerin achtsam deine Yogapraxis ausüben.

www.spessart-tourismus.de/wohlfuehlen



Auszeit unter altem Gebälk

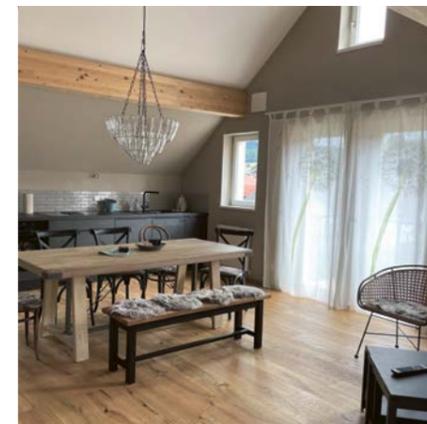
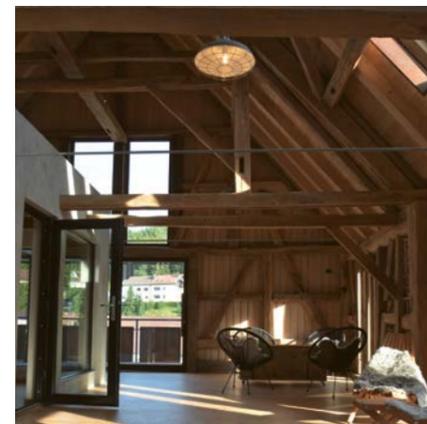
Eine Hofreite wurde zum „WegeLager“

Suchst Du eine Unterkunft, die großzügige, moderne Behaglichkeit mit dem Charme der Vergangenheit verbindet? Dann könnte das WegeLager in Jossgrund mitten im Spessart etwas für Dich sein. Thomas Schreiber und Dominik Oestreicher sind seit der Schulzeit befreundet. 2018 hatten sie die Idee, in der alten Hofreite der Familie Schreiber ein besonderes Refugium zu schaffen. So entstand das WegeLager: Vier Ferienwohnungen in einem großen Bauernhaus aus dem Jahr 1905, zwei weitere in einem Neubau. Alle benannt nach Naturschutzgebieten der Umgebung. Doch das Besondere liegt nicht nur in der Geschichte des Ortes, sondern auch in seiner nachhaltigen Transformation: Das WegeLager wurde mit natürlichen Baustoffen errichtet. Alte Balken und Bretter wurden in neuer Gestalt als Tische, Konsolen, Ablageflächen, Geländer, für Spiegel, Lampen und Garderoben verwendet. Die Renovierungsarbeiten übernahmen regionale Handwerksbetriebe und die Wärme kommt heute aus dem Hack-schnitzelheizwerk des Bioenergiedorfs Jossgrund, eigene Photovoltaikanlagen liefern Strom.

VON DER SCHEUNE ZUR WOHLFÜHLSAUNA

Das Herzstück der Anlage ist die Saunascheune. Fachleute für historische Baukonstruktionen leiteten die Restaurierung der historischen Scheune aus dem 18. Jahrhundert. Jetzt kannst Du allein oder mit bis zu acht Personen unter historischem Gebälk einen oder mehrere Saunagänge mit Temperaturen je nach Vorlieben genießen. Freistehende Kuben fügen sich dazu harmonisch in das weitläufige Innere der Scheune ein. Zum anschließenden Entspannen warten ein Ruhe-raum, die offene Empore oder der Balkon, um bei einer frisch aufgebrühten Tasse Tee den Blick über weite Wiesen schweifen zu lassen. Und für den perfekten Abschluss eines Saunatages laden kleine Sitzgruppen mit Feuerschalen im Außenbereich der Hofreite ein. Hier, unter freiem Himmel, kannst Du den Tag in gemüthlicher Atmosphäre ausklingen lassen.

Instagram: [@wegelager_jossgrund](https://www.instagram.com/wegelager_jossgrund) [@bergdorfspessart](https://www.instagram.com/bergdorfspessart)





Wie ein Kurzurlaub am Meer

Totes-Meer-Salzgrotte

Tief durchatmen, die Augen schließen und eine Dreiviertelstunde die Seele baumeln lassen: In der Totes-Meer-Salzgrotte der Spessart Therme Bad Soden-Salmünster fühlt sich schon eine kleine Auszeit wie eine große Reise ans Meer an. Denn während Deines Besuchs liegst Du auf komfortablen Liegen, eingekuschelt in Decken, inmitten von wertvollem Salz und genießt die Ruhe bei angenehmen 22 Grad. Zauberhafte Lichteffekte und sanfte Musik sorgen für wohltuende Entspannung. Stress und Hektik der Welt da draußen sind plötzlich ganz weit weg. Die Wände und Decken der Salzgrotte bestehen aus speziell in Jordanien gefertigten Totes-Meer-Salzziegeln. Dieses Salz eignet sich durch seine hohe Luftlöslichkeit und den starken Mineralgehalt besonders gut zur Inhalation. Die Konzentration der Salze mit samt ihren Mineralien und Spurenelementen ist durch die Verdunstung im trockenen Wüstenklima Jordaniens im Durchschnitt circa neunmal höher als im Meerwasser – eine Wohltat für Deine Atemwege. Diese Wirkung wird mehrmals täglich sogar noch verstärkt, wenn zusätzlich Sole aus Totes-Meer-Salz in mikrofeine Aerosole umgewandelt und in der Grotte vernebelt wird. Mehr Meer geht nicht!



EINE EXTRA GROTTE FÜR DIE KINDER

Kennst Du die Herausforderung, mit Kindern zu inhalieren? Die Maske drückt, der Dampf ist doof und stillsitzen sowieso ... Dann ist die separate Totes-Meer-Salzgrotte für Kinder genau das Richtige für Dich und Deine Kleinen. Sitzzwang oder Redeverbot gibt es hier nicht. Die Kinder dürfen zusammen mit Mama, Papa oder Omi in der Grotte ganz zwanglos buddeln, spielen, kuscheln oder sich vorlesen lassen. Ganz nebenbei atmen sie die aerosolhaltige Salzluftein und fühlen sich pudelwohl dabei. So wird das Inhalieren zum entspannten Kinderspiel. Nebenbei stärkt es die Abwehrkräfte – übrigens auch Deine als kostenlose Begleitperson.

www.spessart-therme.de/salzgrotte



SPESSART THERME IN BAD SODEN-SALMÜNSTER

Auszeit in Salz und Sole

Einhundert Prozent Natur-Sole, einhundert Prozent Entspannung: Mit fast zehn Prozent Salz und anderen wertvollen Mineralien fließt in Bad Soden-Salmünster die als Heilwasser staatlich anerkannte Sole aus den Tiefen des Vulkangesteins direkt in das **Sole-Intensivbecken** der Spessart Therme. Frei schwebend im gehaltvollen Solewasser lösen sich Alltagsorgen und Stress, Anspannung und Verspannung fast von alleine in Wohlbefinden auf. In den beiden Thermalsole-Sprudelbecken genießt jeder die Sole auf eine Art: Entspannt im feinerligen Wasserspiel von Hessens größter Sprudelliege, rasant im Strömungskanal oder überrascht im Poseidontempel. Im Sommer öffnet das Wellenbad unter freiem Himmel.

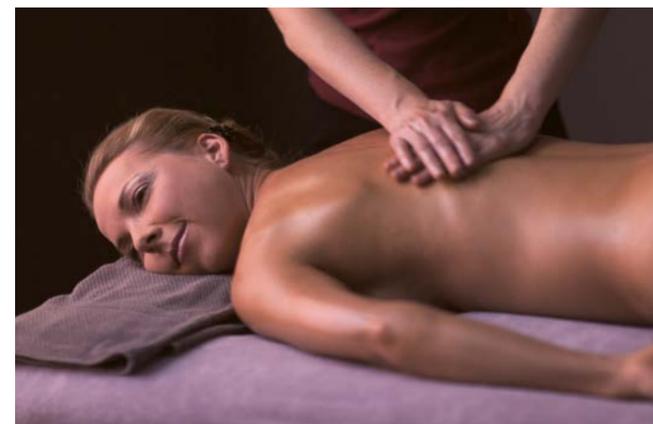
Im **WellVitamed** der Spessart Therme stehen exklusive Wohlmomente mit gesundem Extra im Programm. Einfach nur spüren, sonst nichts – bei der Pure Senses Massage im Dunkeln werden die Sinne bewusst fokussiert. Wärme und Kräuterduft verbindet

die heiße Pantai Luar Kräuterstempel-Massage. Das i-Tüpfelchen jeder klassischen Massage ist die Heiße Sole-Rolle mit der Natur-Sole des König-Heinrich-Sprudels aus 500 Metern Tiefe.

40, 80 oder 110 Grad Celsius? In der **4-Sterne-Saunawelt** der Spessart Therme findet jeder seine Wohlfühltemperatur. Täglich ab 10 Uhr sorgen wechselnde Aufgüsse für überraschende Vielfalt. Nachtschwärmer lieben die monatlichen „Spätschichten“: Dann sind Therme und Sauna bis 01:30 Uhr geöffnet; ab 20 Uhr mit textilfreiem Schwimmen im Thermalsole-Bad. Das Spätschicht-Extra: Cocktails im Wasser – direkt serviert am Beckenrand!

Ein perfekter Tag fernab des Alltags steckt in den Spessart Thermen Wohlfühlpaketen. Vom Sterne-Paket inklusive Therme plus mehr nach Wahl über „Spessart Kerle“ oder „Zu zweit die Seele baumeln lassen“ bis hin zum „Spessart Therme All Inklusive“-Paket bleiben keine Wünsche offen.

www.spessart-therme.de  [@spessart.therme](https://www.facebook.com/spessart.therme)



A photograph of a forest scene. In the foreground, a tree trunk is covered in green moss. The background shows a dense forest of tall trees, with some birch trees visible. The ground is covered in green grass and small plants.

Naturerlebnisse im Spessart

Tauche ein in dichte Wälder durch die Nebelschwaden ziehen und lausche dem Klang der Stille. Hörst Du die zwitschernden Rufe der Vögel? Es raschelt im Unterholz, wenn Rehe oder Wildschweine sich vor unerwarteten Besuchern verstecken. Atme tief durch, rieche den schweren Duft der Erde und spüre das nasse Moos an alten Eichen. Beim Wandern im Spessart kannst Du aktiv entspannen. Ein weitläufiges Wegenetz von Spessartfährten und Spessartspuren lädt ein in eine sanfte, abwechslungsreiche Natur. Auch im Winter lässt sich der Spessart auf besonders geheimnisvolle Art und Weise zu Fuß erkunden. Oder reizt Dich eher der Flow auf zwei Rädern? Mountainbikefahrende finden Touren mit knackigen Anstiegen oder biken auf flowigen Trails hangabwärts.

Familienerlebnisse im Spessart

Spessartfährte Stolzenberger Ritterblick



Draußen unterwegs sein und Spannendes über das Leben der Ritter erfahren: Auf der als Premiumwanderweg zertifizierten Spessartfährte rund um die Burgruine in Bad Soden kommt die ganze Familie auf ihre Kosten. Wiesenwege wechseln sich mit verwunschenen Pfaden ab und immer wieder öffnet sich der Blick über bewaldete Spessarthügel und ins Tal von Salz und Kinzig. Erfahre an zahlreichen Erlebnisstationen, wie abenteuerlich und beschwerlich der Alltag im Mittelalter war. Probiere an der Hebestation aus, wie viel eine Ritterrüstung wog. Höhepunkt der Tour ist der weite Ausblick vom 800 Jahre alten Burgfried der einstigen Stolzenburg.

ca. 2:30 h 216 hm
7,0 km 223 hm



WEITERE ERLEBNISSE FÜR DIE GANZE FAMILIE

Ob Eltern mit Kind oder Oma mit Enkeln, im Spessart wird es niemandem langweilig. Hier nur ein paar Beispiele für unvergessliche Ausflüge mit jeder Menge Action für die ganze Familie. Im Erlebnispark Steinau warten die 850 Meter lange Sommerrodelbahn, der Fliegenpilzwellenflug, ein Räuberwald und jede Menge Spiel und Spaß. Mut und Geschicklichkeit sind im Europa-Kletterwald gleich nebenan gefragt. Zur Belohnung winkt eine Fahrt mit einer der längsten Seilrutschen Europas. Im Museum Gelnhausen ist Anfassen ausdrücklich erlaubt. Kinder können in historische Gewänder schlüpfen und in den Gehörgang eines begehbaren Ohres krabbeln. Die Jüngsten gehen gern Tiere gucken? Dann auf in den Wildpark in Bad Soden-Salmünster, Hirsche und Wildschweine beobachten, oder zu den Wölfen in die Alte Fasanerie Hanau.



www.spessart-tourismus.de/erlebnisse-familien



Augmented Reality am Kinzig-Stausee

Am Kinzig-Stausee zwischen der Kurstadt Bad Soden-Salmünster und der Brüder-Grimm-Stadt Steinau an der Straße zieht Ardeas Seenwelt Naturliebhabende, Birdwatchende sowie Erholungssuchende magisch an. Die Lern- und Erlebnislandschaft rund um den See mit der eindrucksvollen Staumauer und einem großen Wasserspielplatz lädt zum Entdecken ein. Menschen jeden Alters können sich hier ausprobieren und Spannendes über den Graureiher Ardea und all die anderen Tiere und Pflanzen erfahren, die im Landschaftsschutzgebiet rund um den Stausee zu Hause sind. Und das Ganze geht nun auch virtuell. Augmented Reality macht die Tier- und Pflanzenwelt auf spielerische Weise erlebbar. Gehe gemeinsam mit Ardea auf Schatzsuche, finde zwölf verschiedene Tierarten mit Deinem Handy und sammle Belohnungsmünzen als Schatz. Nach dem Einsammeln eines Tieres erscheinen interessante Hintergrundinformationen zum jeweiligen Tier und seinem Lebensraum. Lade Dir hierfür die virtuelle Schatzsuche auf Dein Handy und begib Dich an den See. Aber aufgepasst: Kein Schatz ist dort zufällig. Entschlüssele ihre Verbindungen.



VIRTUELLE SCHATZSUCHE

Ardeas Schatzsuche ist eine progressive Web-App. Sie hat die Eigenschaften einer Webseite und einer App.

Begebe Dich auf virtuelle Tiersuche und lerne Wissenswertes über den Naturraum rund um den Stausee. QR-Code scannen und loslegen.

www.spessart-tourismus.de/ardeas-schatzsuche



TIPP






 
Michael Kaufmann


50 Jahre

Freigericht-Somborn

Koordiniert die Instandhaltung der Wanderwege Spessartbogen, -fährten und -spuren in Zusammenarbeit mit Werkstatt und Wegepaten und dem Ziel langfristig eine hohe Qualität der Wanderwege sicherzustellen.




Der Naturpark Hessischer Spessart liegt im Übergang vom Kinzigtal in eines der größten zusammenhängenden Laubmischwaldgebiete Deutschlands. Für Wandernde, Radfahrende und Mountainbikende bietet das Naherholungsgebiet ein ausgedehntes Refugium, um sich draußen austoben zu können.

Der hessische Spessart stellt längere und kürzere Wanderwege bereit, die Rundwege Spessartfährten und -spuren sowie den Spessartbogen, einen Fernwanderweg, der in mehreren Etappen erwandert werden kann. All diese Wege müssen ständig gepflegt und weiterentwickelt werden. Für die Koordination und Pflege ist Wegemanager Michael Kaufmann vom Naturpark zuständig – gemeinsam mit einer Gruppe ehrenamtlicher Wegepatinnen und -paten sowie dem Werkstattteam des Naturparks. Kaufmann engagiert sich selbst ehrenamtlich als Naturparkführer und Wegepate. Der Familienvater ist sehr naturverbunden. Er geht am liebsten, umgeben vom Spessartwald, wandern, Fahrrad fahren oder joggen. Deshalb ist es ihm ein persönliches Anliegen dafür zu sorgen, dass die Wander- und Mountainbikewege stets top in Schuss sind.



Eine hohe Wegequalität durch Werkstatt sowie Wegepatinnen und -paten

Wenn Du auf den Spessartfährten oder -spuren im Naturpark unterwegs bist, brauchst Du weder Karte noch Kompass. Am Startpunkt jeder Rundwanderung findest Du eine Infotafel mit den wichtigsten Informationen und einer Karte des Wegeverlaufs.

Du folgst einfach den Wegemarkierungen, die Dich an die schönsten Ecken des Spessarts führen. Damit das zu jeder Jahreszeit funktioniert, sind die Mitarbeitenden des Naturpark-Werkstattteams und die Wegepatinnen und -paten regelmäßig im Wald unterwegs. „Die Qualitätssicherung ist das A und O eines guten Wanderwegs“, sagt

Wegemanager Michael Kaufmann. Da einige Wanderwege nach den Kriterien für Premiumwanderwege des deutschen Wanderinstituts angelegt und regelmäßig zertifiziert werden, ist der Anspruch an gepflegte Wege und die Qualität der Infrastruktur besonders hoch. Das Werkstattteam führt während der Vegetationsperiode häufig Mäharbeiten durch und sorgt an den Parkplätzen für Sauberkeit. Auch Bänke und Tischen an Rast- und Ruheplätzen werden vom Naturpark repariert, ersetzt und sind aus lokalen Holz in der Naturpark-eigenen Werkstatt gefertigt.

MIT WACHEN AUGEN DURCH DEN WALD

Je nach Jahreszeit und Wetterereignissen muss auf Schneebruch oder Windwurf reagiert werden. Grundsätzlich wird der Wald auf eigene Gefahr betreten. Doch der Naturpark sensibilisiert seine Gäste besonders für die sich ändernden klimatischen Bedingungen: Habe also immer ein aufmerksames Auge auf mögliche Gefahren wie abgestorbene Bäume oder Äste, schaue auch nach oben. Sei besonders vorsichtig, wenn bereits Bäume nach Sturm oder Schneefall umgestürzt sind, und mache einen großen Bogen um sie. Vandalismus ist ein stetes Ärgernis. Markierungen werden entfernt, Infotafeln, Wegweiser oder Hütten beschädigt, Unrat im Wald abgeladen. Der Naturpark arbeitet mit einem Geoinformationssystem, in das viele Daten eingespielt werden, um Informationen schnell weiterzugeben und rasch auf Schäden reagieren zu können. Somit kann ein reibungsloser Arbeitsablauf zwischen Wegemanagement, Werkstattteam aber auch den Kommunen und HessenForst gewährleistet werden.



www.spessart-tourismus.de/naturpark





Wegepatenschaften

Ohne die 50 ehrenamtlichen Wegepatinnen und -paten wäre die Top-Qualität des Wanderwegenetzes im Naturpark Hessischer Spessart nicht zu halten. Alle Wanderwege werden von solchen Patinnen und Paten betreut. Außerdem gibt es weitere Interessenten, die übernehmen, wenn jemand das Ehrenamt nicht mehr ausübt. Wegepatinnen und -paten gehen regelmäßig „ihren“ zugeordneten Weg ab, ermitteln Qualitätsmängel, beseitigen sie oder melden sie dem Naturpark, der dann sein Werkstattteam losschickt oder diese an Dritte wie z.B. HessenForst weitergibt. Sie schneiden zugewachsene Markierungsstellen frei, erneuern und ergänzen Wegemarkierungen, überprüfen den Zustand der Übersichtstafeln von Wanderwegen, reinigen sie, wenn nötig, korrigieren die Ausrichtung von Wegweisern oder schrauben sie wieder fest. Wenn sie zugewachsene Wegpassagen, defekte Bänke oder überfüllte Mülleimer, quer hängende Bäume oder abgerutschte Hänge registrieren, melden sie alles an den Naturpark. Zweimal jährlich verfassen sie nach einer Begehung Protokolle über ihre Arbeiten. Auch unerlaubte Werbung wie Plakate an Bäumen oder Wegweisern entfernen die Patinnen und Paten. Wer Interesse an einer Wegepatenschaft hat, kann sich per E-Mail beim wegemanagement@naturpark-hessischer-spessart.de melden. Wenn Wege frei werden, versucht der Naturpark einen Wanderweg nicht weit vom Wohnort anzubieten. Auf der nächsten Seite stellen sich Dir vier der Wegepaten des Naturparks vor.

www.spessart-tourismus.de/wandern



1 DIETER REEHE

Wegepate für:

- Spessartspur Jossa-Sinn-Blick
- Spessartfährte Stolzenberger Ritterblick



2 REINER TASCH

Wegepate für:

- Spessartspur Linsengerichter Fuchsrain-Spur
- Spessartspur Linsengerichter Hufeisen-Spur



3 WALTER UNGERMANN

Wegepate für:

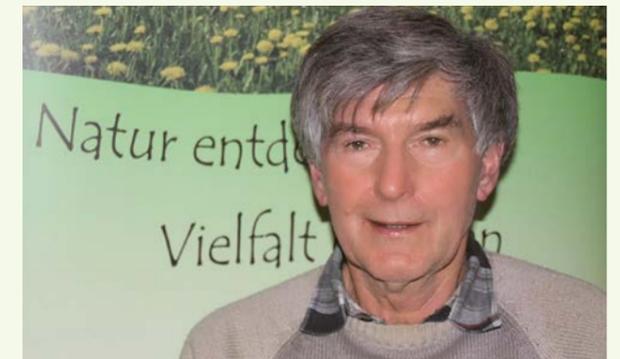
- Teilstück des Spessartbogens Montesori Schule Geislitz bis Forsthaus Niederhof
- Teilstück des Spessartbogens Mernes Ortsmitte bis Marjoß Bundesstraße



4 HARTMUT DANKERT

Wegepate für:

- Teilstück des Spessartbogens Waldspielplatz Dicke Tanne bis Schutzhütte Freigericht Somborn



Geheimnisvolle Raunächte

Die Tage zwischen Weihnachten und dem Dreikönigstag am 6. Januar, in denen das alte Jahr zu Ende geht und das neue noch nicht richtig Fahrt aufnimmt, sind als Raunächte bekannt. Der Spessart ist in dieser Zeit in eine mystische Atmosphäre gehüllt – tritt ein in eine nebelverhangene Welt knorriger Baumriesen. Um die Raunächte ranken sich manche Sagen, Bräuche und unheimliche Geschichten. Das Wilde Heer braust durch die Wälder und in den dunklen Gassen der Stadt lauert Frau Perchta auf ihre Opfer.



Offene Tore zur Geisterwelt

Zeit für Ruhe, Rückschau und Rituale

Die Raunächte sind von alters her eine mystische Zeit, in der sich die Tore zur Geisterwelt weit öffnen sollen. Die zwölf Nächte „zwischen den Jahren“ entstanden, weil die Menschen sich früher nach dem Mondkalender richteten. Das Mondjahr fiel kürzer aus als das Sonnenjahr und so wurden die fehlenden elf Tage und zwölf Nächte am Jahresende einfach eingeschoben. Es sollte möglichst nicht gearbeitet, sondern gefeiert werden, man orakelte und legte Karten, um einen Blick in die Zukunft zu erhaschen – deshalb werden die Raunächte auch Losnächte genannt. Weit verbreitet während der Raunächte war das Räuchern mit Heilkräutern, um damit Haus und Stall zu reinigen und Hexen und Dämonen zu ver-

treiben. Ein anderer Brauch besagt, dass man Nudeln, Küchlein oder gekochte Eier auf das Dach legen sollte, um die umherfliegenden Geister gutmütig zu stimmen. Auch der Aberglaube war in den Zwölfnächten besonders ausgeprägt. Mädchen warfen in den Raunächten einen Schuh dreimal über einen Apfelbaum; woher dann ein Hund bellte, daher sollte der Zukünftige kommen. Und wer in den Raunächten geboren wird, wird im späteren Leben einmal reich werden. Manche der alten Bräuche haben sich in moderner Gestalt erhalten wie das Bleigießen als spaßiges Wahrsage-Ritual. Oder das Feuerwerk in der Silvesternacht, um mit lautem Geböller böse Geister zu verschrecken.

FRAU HOLLE UND DAS WILDE HEER

In den Raunächten soll Frau Holle zur Erdoberfläche aufsteigen um nachzusehen, wer das Jahr über fleißig oder wer faul war. Die Hilfsbereiten und Fleißigen beschenkt sie, die Faulen und Eigennützigigen bestraft sie. Frau Holle kennst Du sicher aus dem Märchen der Brüder Grimm: Weil die gute Stieftochter fleißig ist und immer die Betten aufschüttelt, sodass es bei den Menschen schneit, belohnt Frau Holle sie mit Gold, während die faule Stiefschwester mit Pech überschüttet wird. Weltberühmt wurde Frau Holle durch die Brüder Grimm, die aus der Spessartregion stammen. In Hanau geboren, verbrachten sie ihre Kindheit in Steinau an der Straße.

Eine ähnliche Mythen-Gestalt ist Frau Perchta, die in ihrem Wesen ebenfalls schöne und schreckliche Züge vereint. In den Raunächten fährt sie helfend oder Schaden stiftend mit den Perchten durch die Lüfte. Beide, Frau Holle und Frau Perchta, entstammen einer Dämonenschar, dem Wilden Heer, die in den Raunächten umgeht.

WAS TRÄUME VERRATEN

Heute sind die die Raunächte für viele eine Zeit, um innezuhalten und nach der Hektik vor Weihnachten zur Ruhe zu kommen. „Zwischen den Jahren“ kann man über die vergangenen zwölf Monate reflektieren, Energie sammeln und sich auf das neue Jahr vorbereiten. Manche nehmen sich Zeit, um Wünsche zu formulieren, Räucher-Rituale durchzuführen oder zu orakeln. Ein alter Brauch etwa besagt, dass die Träume in der ersten Raunacht Dir etwas über den Januar des neuen Jahres verraten, die der zweiten Raunacht über den Februar und so weiter. Wem das zu spirituell ist, kann auch durch Meditation, Tagebuchschreiben oder Spaziergänge in der winterlichen Natur den Blick nach innen richten und sich bewusst Zeit für sich selbst nehmen. Vielleicht machst Du es Dir aber auch einfach gemütlich und liest ein gutes Buch.

www.spessart-tourismus.de/raunaechte





Schloss Wächtersbach

Rathaus, Gastro und Kultur unter einem Dach

In Wächtersbach gehen die Menschen ins Schloss, wenn sie etwas im Rathaus zu erledigen haben. Denn dort residiert seit Frühjahr 2020 die Stadtverwaltung. Die Geschichte des Schlosses reicht bis ins Mittelalter zurück. Die Herren von Büdingen errichteten im Auftrag von Kaiser Barbarossa eine Jagd- und Sicherungsanlage für den Büdinger Wald. 1458 gelangte das Schloss in den Besitz der Grafen von Ysenburg. In den siebziger Jahren residierte dort der deutsche Entwicklungsdienst. Seit 1978 stand es leer und verfiel.

DENKMALSCHUTZPREIS FÜR SANIERUNG

Die Stadt Wächtersbach erwarb es 2016 samt dem Schlosspark und sanierte das Gebäude aufwendig. 2022 gab es dafür den Hessischen Denkmalschutzpreis. Der Heimat- und Geschichtsverein bietet Führungen an. Im Schloss findest Du Dauerausstellungen zur

Wächtersbacher Keramik und zur Fürstenfamilie. Der Park gilt als historisches Denkmal und wird mit seinen Teichanlagen, Rosengirlanden und Rhododendren noch weiter umgestaltet.

Das Schlossrestaurant „Schloss Eins“ verwöhnt seine Gäste mit regionalen Köstlichkeiten von klassischen Fleischgerichten bis Dinkelrisotto. Du gehst gern frühstücken? Sonntags wird ein opulentes Frühstücksbuffet mit hausgemachten Brotaufstrichen und veganen Optionen aufgebaut. In der Schlosskapelle ist ein geschmackvolles Trauzimmer entstanden, das bei Brautpaaren sehr beliebt ist.

Passend dazu findest Du im Dachgeschoss Traumkleider aus Tüll und Spitze: „lieben · achten · ehren“ heißt der außergewöhnliche Laden – schau mal rein.

www.spessart-tourismus.de/schloss-waechtersbach



Künstler Peter Hromek

Poesie in Holz

Holz ist der Werkstoff seines Lebens: Peter Hromek drechselt kunstvolle Gefäße aus edlen Hölzern, deren Phantasieformen von der Natur inspiriert sind. Liebhaberinnen und Liebhaber von Design und frisch gemahlene Gewürze begeistern sich für seine handgefertigten Pfeffer-, Salz- und Gewürzmühlen, die Form und Funktion kunstvoll verbinden.

EHEFRAU GIBT AYURVEDISCHE KOCHKURSE

Die Mühlen sind unverwechselbare Hingucker auf jeder Tafel und bestechen wegen der einfachen Handhabung, der ergonomischen Gestaltung und einem tadellosen Mahlwerk. Seine Frau Ellen Hofmann-Hromek gibt ayurvedische Kochkurse, bei denen Du die Gewürzmühlen im Einsatz erleben kannst. Jede Mühle entwickelt der gelernte Feinmechaniker und studierte Maschinenbautechniker selbst und stellt auch das Mahlwerk in seiner Werkstatt her. Auslöser für die Erfindung war, dass sich der Künstler aus Sinntal-Schwarzenfels über umständlich zu befüllende und nicht richtig funktionierende Mühlen geärgert hatte. Der 1947 in Tschechien geborene Hromek gewann 2007 den Kulturpreis des Main-Kinzig-Kreises.

Peter Hromek

Gitarrenbauer · Drechsler · Feinmechaniker

studierte Maschinenbautechnik

Die ergonomischen Salz- und Pfeffermühlen sind Ausdruck seiner Leidenschaft für Holz und seines Sinns für Perfektion.

Alles von Hand hergestellt, auch das wunderbare Mahlwerk.



www.spessart-tourismus.de/peter-hromek



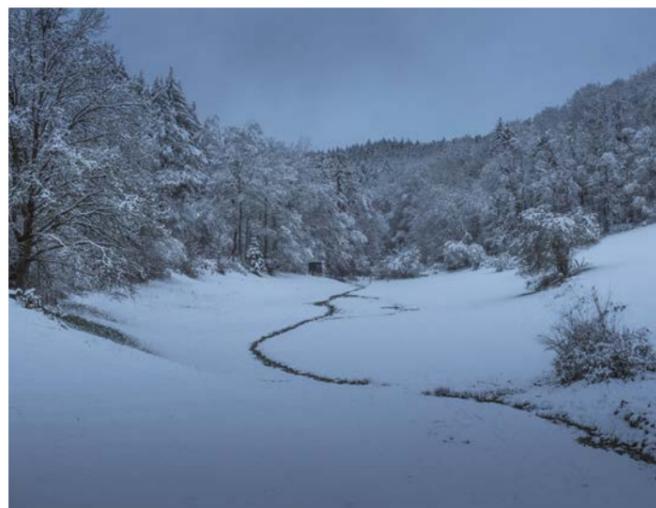


Winterwandern



*In der dunklen Jahreszeit
den Spessart auf einzigartigen
Winterwanderungen erkunden*

Die Sonne ist ein milchiger Lichtfleck hinter dunkelgrauen Wolken. Es ist kalt und feucht, der Wind pfeift, es sieht nach Regen aus. Es ist eine Überwindung, sich in den eisigen Wind und die beißenden Temperaturen zu wagen. Kein Wetter zum Rausgehen? Im Spessart hat gerade die dunkle Jahreszeit ihren ganz eigenen Reiz. Lass Dich darauf ein, schnüre die Wanderschuhe und entdecke eine geheimnisvolle und poetische Welt. Zum Winterwandern bieten sich speziell die Spessartspuren an. Das sind Rundwanderwege mit Streckenlängen zwischen vier und zwölf Kilometern, die Dich durch verträumte Wälder in die schönsten Winkel des Spessarts führen. Darf es ein bisschen länger sein? Dann ermöglichen die Spessartfahrten mit Längen zwischen sieben und 16 Kilometern ein tagesfüllendes Erlebnis. Denk aber daran, dass der Winter auch für Forstarbeiten genutzt wird und Wege gesperrt oder aufgewühlt sein können. Am besten vorab beim zuständigen Forstamt oder beim Naturpark informieren!



Gastgebende zum Aufwärmen

Nach einer ausgiebigen Winterwanderung durch Wind und Kälte gibt es nichts Schöneres, als sich in einem gemütlichen Gasthaus aufzuwärmen, sich zu stärken und die Erlebnisse aus der Natur Revue passieren zu lassen. Komm rein ins Warme, leg Mütze und Jacke ab, mach es Dir bequem und begib Dich auf eine genüssliche Entdeckungsreise. Im Spessart warten zahlreiche urige Gasthäuser auf Dich, bei denen Du regionale, saisonale und traditionelle Gerichte probieren und Dich kulinarisch verwöhnen lassen kannst. Entdecke vegane Hausmannskost oder anspruchsvolle Frischeküche. Lass Dich überraschen, wie einfallsreich die Gastronomiebetriebe im Spessart hessische Traditionsgerichte neu erfinden. Probiere innovative Wildküche oder geh kulinarisch auf Reisen in mediterrane Gefilde. Ob gemütlicher Landgasthof, rustikale Stube, idyllisches Altstadt-Restaurant oder stilvolles Ambiente – finde Deinen Lieblingsort zum Schlemmen, Genießen und Verweilen.



VERWÖHNEN AUF HESSISCH

Ist Dir nach so viel frischer Luft und herausfordernden Anstiegen im strammen Wandschritt oder nach kulinarischer Entdeckungsreise nach Ausruhen und Träumen zumute? Du suchst eine Unterkunft für die Nacht oder planst einen längeren Aufenthalt? Dann warten im Spessart zahlreiche Gastgebende, die Dich mit Wohlfühlmomenten für Deine Auszeit überraschen möchten. Du willst Dich rundum im Hotel verwöhnen lassen? Bevorzugst Du Landgasthöfe im traditionellen Stil? Bist Du lieber in einer Ferienwohnung in Deinen „eigenen“ vier Wänden? Eine Sauna ist für Dich ein Muss? Oder wie wäre es mit Urlaub auf dem Bauernhof? Schau Dir das vielfältige Angebot ausgesuchter Unterkünfte auf unserer Webseite an und freu Dich auf Deine besondere Auszeit – hessische Herzlichkeit inklusive.



www.spessart-tourismus.de/dunkle-jahreszeit-im-spessart





Veranstaltungen

Unsere Events

Oper, Theater und Konzerte, Märkte und kulinarische Events – die Vielfalt des Spessarts spiegelt sich auch in den Veranstaltungen wider, die jedes Jahr in der Region stattfinden. Erkunde auf den Führungen

des Naturparks Hessischer Spessart die herrliche Kulturlandschaft, genieße kulinarische Highlights und lasse Dich von musikalischen, darstellenden und handwerklichen Kunstschaffenden begeistern.

NATURPARKFÜHRUNGEN GANZJÄHRIG

Das Programm des Naturparks Hessischer Spessart ist so vielfältig wie die Landschaft selbst. Das ganze Jahr über kann bei Führungen die heimische Flora und Fauna entdeckt werden. Das Angebot reicht von Vogelstimmenwanderungen über Führungen in Naturschutzgebieten, Biketouren und Kräuterführungen mit Verkostung bis hin zu Raunachtspaziergängen. Die zertifizierten Führerinnen und Führer bieten Dir spannende Einblicke in die Natur des Spessarts.
www.naturpark-hessischer-spessart.de/veranstaltungen

PLATZ...HIRSCH! FRÜHJAHR 2024

Dass Hirschfleisch viel zu lecker ist, um nur im Winter gegessen zu werden, beweist die Aktion „Platz...Hirsch!“. Im Frühjahr 2024 gehen die kulinarischen Aktionstage rund um das regionale Hirschfleisch bereits in die vierte Runde. In dieser Zeit laden Gastronomiebetriebe aus dem Spessart dazu ein, den heimischen Hirsch mit frühlingshaften Rezepten neu zu entdecken. Mit leichten und frischen Zutaten wie Pfifferlingen, Spargel oder Frühlingskräutern kann der Hirsch spannende neue Aromen entfalten.
www.spessart-tourismus.de/platzhirsch

BRÜDER GRIMM FESTSPIELE HANAU 10. MAI BIS 28. JULI 2024

Mit dem Musical „Die Gänsemagd“ beginnt die 40. Jubiläumssaison der Brüder Grimm Festspiele in Hanau im überdachten Amphitheater, der wunderschönen Freilichtbühne direkt am Main. Das Schauspiel mit Musik „Sterntaler“ und „Der gestiefelte Kater“ verzaubern die ganze Familie. In der Reihe „Grimm Zeitgenossen“ steht 2024 Shakespeares Klassiker „Romeo und Julia“ unter der Regie von Intendant Frank-Lorenz Engel auf dem Spielplan.
www.festspiele-hanau.de



KULTURSOMMER MAIN-KINZIG-FULDA MAI BIS SEPTEMBER 2024

Im Sommer 2024 findet der Kultursommer Main-Kinzig-Fulda bereits zum 25. Mal statt. Mit über 100 Veranstaltungen aus Musik, Bildender Kunst, Tanz, Theater, Literatur und Film ist der Kultursommer ein fester Bestandteil eines bewährten Kulturangebots in der Region. Etwa 20.000 Besuchende Jahr für Jahr sprechen dafür. Der Auftakt findet am Samstag, 25. Mai, um 18 Uhr auf der Burg Fürsteneck in Eiterfeld im Landkreis Fulda statt. Die Sängerin Jil Christin Schulte wird mit ihrer hochkarätig besetzten Band an den Künstler Roger Cicero erinnern.
www.kultursommer-hessen.de

HANAUER KULTOURSOMMER 14. BIS 28. JULI 2024 · 03. AUGUST 2024

Beim traditionellen „Hanauer Kultoursommer“ warten viele laue Abende voller Musik, Literatur, Theater und mehr auf die Besuchenden. Auf der lauschigen Parkbühne hinter dem Hanauer Comoedienhaus locken unter anderem abwechslungsreiche Bands, Varieté, Poetry Slam, Kabarett und Theater für Jung und Alt. Der Höhepunkt der Event-Reihe ist die Wilhelmsbader Sommernacht, ein großes Picknick begleitet von Orchestermusik, auf der großen Bühne auf den Mainwiesen Schloss Philippsruhe.
www.hanau-erleben.de

26. SOMMERLICHE MUSIKTAGE HOF TRAGES 30. JULI BIS 04. AUGUST 2024

Im Schlosspark der Familie von Savigny auf Hof Trages, gelegen zwischen Freigericht und Rodenbach, nahe an der bayrischen Grenze laden die 26. Sommerlichen Musiktage Hof Trages zu Konzerten aus den Bereichen Jazz, Orgelmusik, Kammermusik und Orchester-Klassik ein. Speziell für Kinder und Familien gibt es in diesem Jahr eine Aufführung des Familienmusicals „Bravo, bravo, Papageno“ nach der berühmten Oper von W. A. Mozart. Es wird dargeboten vom Ensemble Kleine Oper, Bad Homburg, für Kinder ab 5 Jahre.
www.musiktage-trages.de



OBSTGARTEN SPESSART – APFELWOCHEN SPÄTSOMMER 2024

Der Spätsommer ist Apfelzeit, das vielseitige Obst steht bei der Aktion „Obstgarten Spessart“ im Zentrum. Die heimischen Streuobstwiesen sorgen nicht nur für leckeren, sondern auch für nachhaltigen und regionalen Genuss. Der Apfel kommt sowohl traditionell als auch neu interpretiert auf Deinen Teller und in Dein Glas. Dabei arbeiten Gastronomiebetriebe, regionale Landwirtschaftsbetriebe und Verbände eng zusammen und laden dazu ein, kulinarische Köstlichkeiten rund um den Apfel zu entdecken.
www.spessart-tourismus.de/apfelwochen



30. STEINAUER PUPPENSPIELTAGE HERBST 2024

In der Brüder-Grimm-Stadt Steinau an der Straße feiert das Festival Steinauer Puppenspieltage im Herbst 2024 sein 30. Jubiläum. Durch engagierte Kulturarbeiter vor Ort und vor internationalem Publikum wurde Steinau durch Karl Magersuppe, der das Steinauer Marionettentheater in der Mitte des 20. Jahrhunderts im ehemaligen Marstall des Schlosses gegründet hat, über seine Grenzen hinaus bekannt für anspruchsvolles Figurentheater. Seit 1993 veranstaltet die Brüder-Grimm-Stadt alljährlich die Steinauer Puppenspieltage.
www.steinau.de

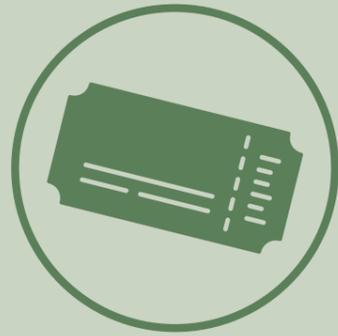
WEIHNACHTSMÄRKTE AB NOVEMBER 2024

Wenn am Jahresende die Temperaturen fallen, steigt die Vorfreude auf die besinnliche Adventszeit. Der Duft von Weihnachtsgebäck und Glühwein liegt in der Luft und liebevoll geschmückte Städte laden zu besonderen Momenten mit den Liebsten ein. Freue Dich auf traditionelles Handwerk, Musik und regionale Köstlichkeiten.
www.winterzauber-im-spessart.de

Alle aktuellen Informationen zu den Veranstaltungen sowie weitere Events findest Du in unserem digitalen Veranstaltungskalender auf
www.spessart-tourismus.de/veranstaltungen



Erlebnisse im Spessart

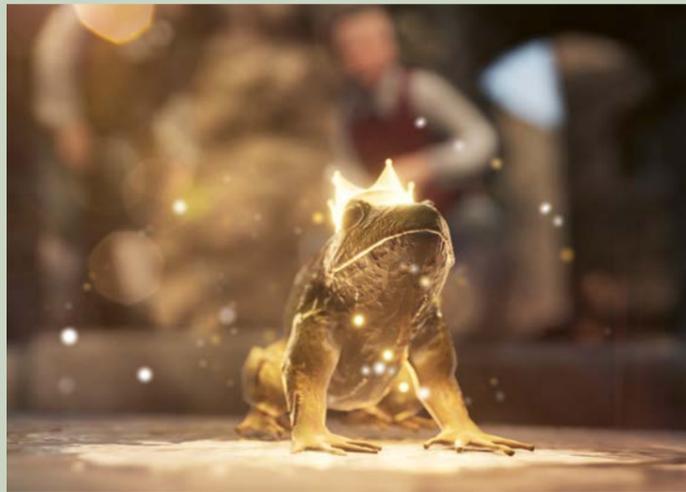


Unsere Region hält eine Vielzahl an Erlebnissen für Dich bereit – egal, ob mystische Burgen, kleine Museen oder Naturerlebnisse in den Spessartwäldern.

Buche Dir Dein Spessart-Erlebnis direkt online.
Alle Informationen und Erlebnisse sind zu finden unter:

www.spessart-tourismus.de/tickets

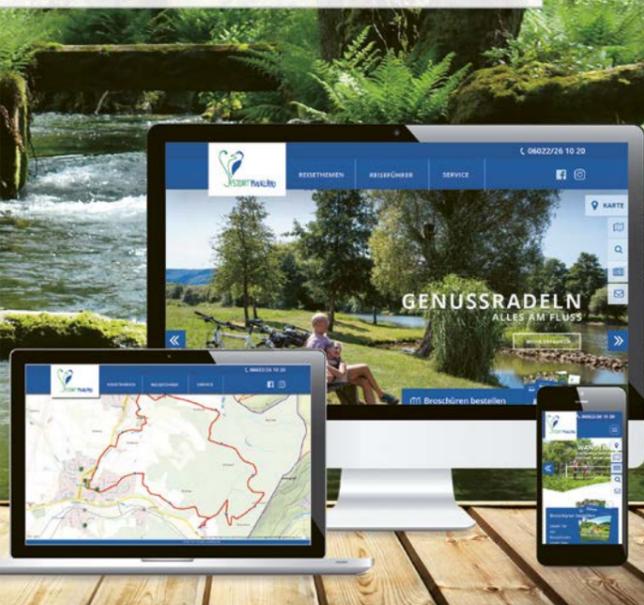
Der Stadtrundgang "Grimm Zeit" mit VR-Elementen in Steinau an der Straße sowie weitere Erlebnisse sind direkt über den Ticketshop buchbar.



ANZEIGE

DER GANZE SPESSART IM WEB UND ALS APP

www.spessart-mainland.de



Sie möchten den ganzen Spessart kennenlernen? Das berühmte Schloss Mespelbrunn, die Schneewittchenstadt Lohr a.Main, Miltenberg, die Wohlfühl-Zentren Bad Orb und Bad Soden-Salmünster oder die Kulturstadt Aschaffenburg?

Das Portal www.spessart-mainland.de und die mobile Web-App [willkommen.spessart-mainland.de](http://www.spessart-mainland.de) bieten einen umfassenden Überblick über den gesamten Spessart. Die Seiten präsentieren die Urlaubsorte mit Sehenswürdigkeiten und Unterkünften, hunderte von **Wander- und Radtourentipps**, Kulinarik- und Wellnessangebote, einen **Veranstaltungskalender**, einen Freizeitführer sowie eine interaktive Karte. Die Webseite bietet außerdem den Podcast „**Spessart-Gebabbel**“, kostenlose Broschüren zum Bestellen und virtuellen Durchblättern. Über ein **Onlinebuchungssystem** sind Hotels, Ferienwohnungen und Erlebnisse, wie zum Beispiel Führungen, Konzerte oder Weinproben im gesamten Spessart und am Main direkt buchbar!

Alle Informationen finden Sie gebündelt im neuen **Urlaubsmagazin Spessart-Mainland**.

Den Katalog sowie Rad- und Wandertourentipps und Kartenmaterial gibt es kostenlos unter Tel. 06022/26 10 20.

[@SpessartMainland](https://www.facebook.com/SpessartMainland) [@spessart_mainland](https://www.instagram.com/spessart_mainland)



Stilvolle Auszeit in der alten Dorfwirtschaft

Sand68

STEINAU AN DER STRASSE

Seit vielen Generationen ist die Dorfkneipe mit Pension im Besitz von Familie Strauch. In dem mit viel Liebe sanierten historischen Gebäude sind vier moderne Ferienwohnungen entstanden. Die gemütlichen Schankräume und die große Küche können bei Bedarf dazu gemietet werden. Im Steinauer Stadtteil Marjoß wurden früher die Häuser einfach durchnummeriert.

Die damalige Adresse „Sand 68“ der ehemaligen Dorfwirtschaft gibt heute dem Ferienhaus seinen Namen. Hier findest Du ideale Bedingungen für eine erholsame Auszeit. Die Brüder-Grimm-Stadt Steinau an der Straße bietet mit dem Brüder-Grimm Haus, Schloss und Theatrium „märchenhafte“ Ausflugsziele für schlechtes Wetter. Marjoß liegt mitten im Spessart. Wander- und Radwege liegen vor der Haustür, um abzutauchen in eine Landschaft voller Geschichte(n).

www.spessart-tourismus.de/unterkuenfte [@sand_68](https://www.instagram.com/sand_68)



HERAUSGEBER: Spessart Tourismus und Marketing GmbH . Holzgasse 1 . 63571 Gelnhausen
Telefon: +49 605188772-0 . Telefax: +49 605188772-10 . www.spessart-tourismus.de . Geschäftsführer: Bernhard Mosbacher

KONZEPTION, DESIGN, REALISATION: GRUPPE DREI® GmbH . www.gruppedrei.com | Spessart Tourismus und Marketing GmbH

TEXTE: Dr. Uta Grossmann-Beißel, Spessart Tourismus und Marketing GmbH

FOTOGRAFIE: Claus Tews | Bad Orb Kur GmbH (S. 26) | Brüder Grimm Festspiele Hanau – Hendrik Nix (S. 48) | Café Gisi – Helen Schultheis (S. 18) | Dieter Reehe (S. 39) | ele gant Photography – Elisa Ellenberger (S. 44) | Ferien im Bergdorf Spessart GmbH – Marcel Helfert (S. 28) | Franzl und Dennis – @franzl.und.dennis (S. 28) | Hartmut Dankert (S. 39) | Hofgut Kapellenhof (S. 5, 19) | Kur und Freizeit GmbH (S. 26, 27, 30, 31, 34) | mehrWERT futura (S. 35) | Michael Kaufmann (S. 36) | NaTourHuKi – Sandra Sieber (S. 8) | Naturpark Hessischer Spessart (S. 37) | Peter Hromek (S. 45) | Regina Dähne/Anne Berger/AV Digital Media GmbH (S. 14, 16,17) | Reiner Tasch (S. 39) | Sand68 – Familie Strauch (S. 51) | Schlossgastronomie Wächtersbach GmbH – Lisa Becker (S. 44) | Schreiber und Oestreicher 2023 – www.wegelager.de (S. 29) | Spessart Tourismus und Marketing GmbH – Celine Heitzenröder (S. 5, 12, 13, 20, 22-25) | Stadt Hanau (S. 11) | Stadt Wächtersbach – Sascha Rheker (S. 44) | TimeRide GmbH (S. 50) | Toskana Therme Bad Orb – Stefan Hopf und Ollertz Architekten BDA (S. 27) | Walter Ungermann (S. 39) | Wolzmühle Mönchberg (S. 15)

DRUCK: Schleunungdruck GmbH . Marktweidenfeld . www.schleunung.com · **DRUCKLEGUNG:** Februar 2024



The logo for 'Spessart' features the word in a white, stylized, cursive font. It is enclosed within a white circular border that has a distressed, hand-painted appearance. The background of the entire image is a close-up photograph of tall, thin grasses with golden-brown seed heads, illuminated by soft, natural light, creating a bokeh effect in the background.

Spessart

EINS MIT DER NATUR IM SPESSART

www.spessart-tourismus.de

TYPISCH **HESSISCH** 