

## Main – Stromberg – Weg

**Wandern von Frankfurt am Main (Sachsenhausen) nach Sternenfels (Stromberg) 170 km**



Der Weg lässt sich je nach individueller Kondition und persönlichen Vorlieben in ca. 8 Etappen erwandern. Die nachfolgende Beschreibung basiert auf folgendem Etappenvorschlag:

- |   |       |
|---|-------|
| 1. Frankfurt Sachsenhausen – Dreieichenhain . . . . . | 15 km |
| 2. Dreieichenhain – Ober-Ramstadt . . . . .           | 25 km |
| 3. Ober-Ramstadt – Lützelbach . . . . .               | 18 km |
| 4. Lützelbach – Kreidacher Höhe . . . . .             | 24 km |
| 5. Kreidacher Höhe – Neckarsteinach . . . . .         | 27 km |
| 6. Neckarsteinach – Sinsheim . . . . .                | 25 km |
| 7. Sinsheim – Tiefenbach . . . . .                    | 16 km |
| 8. Tiefenbach – Sternenfels . . . . .                 | 21 km |

Über die nachfolgende Beschreibung **hinausgehende Detailinformationen** wie z.B. Sehenswürdigkeiten, Übernachtungsmöglichkeiten, Gasthäuser und Restaurants, ÖPNV, Downloads, usw. können über die Internetpräsenz von Odenwald Tourismus in Michelstadt abgerufen werden. Odenwald Tourismus bietet auch Pauschalarrangements an.

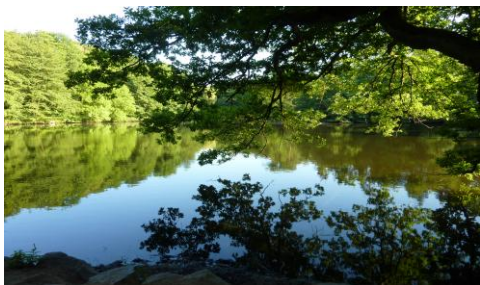
Hier der Link zur Interaktiven Karte für den Main-Stromberg-Weg mit allen Details:

<http://alpregio.outdooractive.com/ar-odenwald/de/alpregio.jsp#i=8195125&tab=TourTab>

## Etappe 1 - Frankfurt am Main (Sachsenhausen), Wendelsplatz – Dreieichenhain 15 km

**Frankfurt-Sachsenhausen** – 3,8 km – Frankfurt-Oberschweinstiege – 2,5 km – **Neu-Isenburg** Bahnhof – 5,2 km – **Buchsschlag** – 1,7 km – **Sprendlingen** – 1,7 km – **Dreieichenhain**

Der Main-Stromberg-Weg [Markierung: rotes Quadrat] beginnt in der Main-Metropole Frankfurt im Stadtteil Sachsenhausen. Vom Wendelsplatz, einer markanten Straßenkreuzung in Sachsenhausen, über den noch zwei weitere Fernwanderwege verlaufen, Mainwanderweg (blaues M) und Europäischer Fernwanderweg Nr. 1 [weißes Andreaskreuz], starten wir gen Westen. Der Mörfelder Landstraße folgend, vorbei am Südbahnhof biegen wir nach wenigen Minuten links in den Großen Hasenpfad ein. Nun führt uns der Weg, gesäumt von kleinen Wohneinheiten und herrlichem Baumbestand, stetig bergauf in Richtung Süden. Ein Blick zurück eröffnet uns die **Frankfurter Skyline**.



Jakobiweiher an der Oberschweinstiege

Das rote Quadrat weist uns den Weg durch das Villenviertel und den schönen Schrebergärten des Lerchesberges. Hier befinden wir uns am zweithöchsten Punkt der ersten Etappe. Nun geht es im Frankfurter Stadtwald bergab Richtung **Oberschweinstiege**. Das Waldlokal lädt zur Rast ein.

Ob mit oder ohne Pause, der Weg führt uns weiter durch waldreiche Gegend, vorbei an der Waldhaltestelle Oberschweinstiege der Straßenbahnlinie 7, zur Hugenottenstadt **Neu-Isenburg**.

Vom Bahnhof Neu-Isenburg, peripher an der Stadt vorbei durch den Staatsforst Neu-Isenburg führt uns das rote Quadrat nach **Dreieich-Buchsschlag**. Wir passieren die Schrebergartenkolonie Seegewann und biegen rechts in die Hegelstraße ab bis zur Fußgängerampel, queren die Straße und befinden uns nun auf einem Fußweg entlang einem kleinen Fluss, dem Hengstbach. Der Hengstbach wird uns nun mehr oder weniger durch **Dreieich-Sprendlingen** bis nach Dreieich-Dreieichenhain begleiten. In Sprendlingen vorbei an der Kirche und dem Schwimmbad gelangen wir nach **Dreieichenhain** durch kleine Parks und ländliche Idylle zur Altstadt von Dreieichenhain. Am Untertor, gelegen am Burgweiher, erreichen wir die Fahrgasse, gespickt mit Gasthäusern, kleinen Geschäften, Handwerkern und Cafes. Das Straßenbild ist geprägt durch den Fachwerkbau. Nicht übersehen wird man gleich zu Beginn die Ruine von **Burg Hayn** mit der kleinen, aber feinen Burgkirche. In den Monaten Juli/August finden alljährlich auf der Freilichtbühne Burgfestspiele statt, welche über die Stadtgrenze hinaus bekannt sind. Am Obertor, dem höchsten Punkt der 1. Etappe sorgt ein Brunnen für Erfrischung, die Apotheke für eventuell benötigte Blasenpflaster.



Interessanter Hinweis, der Europäische Fernwanderweg Nr. 1 von der Nordseeküste zum Mittelmeer, als auch der 50. Breitengrad durchlaufen Dreieich – Dreieichenhain (siehe auch [www.dreieichenhain.de](http://www.dreieichenhain.de)).

## Etappe 2: Dreieichenhain -- Ober-Ramstadt 25 km

**Dreieichenhain** – 4,5 km – Koberstadter Falltorhaus – 6,5 km – **Messel** – 6,2 km – Scheffheimer Eiche – 3,3 km – Bessunger Forsthaus – 4,6 km – **Ober-Ramstadt**, Bahnhof

Wir wandern durch **Dreieichenhain**, an Schrebergärten und dem Sportplatz vorbei zum Koberstadter Falltorhaus, wo der Revierförster sein Zuhause hat. Auf ebenen, breiten Forstwegen gelangen wir dann in den Messeler Wald und erreichen über das Industriegebiet den Bahnhof Messel. Unsere Markierung führt uns über den Bürgersteig zum Wald und wer möchte geht hier noch ca. 10 Minuten auf dem Fahrradweg an der Straße weiter zur weltberühmten **Grube Messel**. ([www.grube-messel.de](http://www.grube-messel.de)) Dort befindet sich ein neues Informationszentrum mit allem Wissenswerten zur Grube und ihren urzeitlichen Funden. Wir kehren nun zu

unserer Markierung „Rotes Quadrat“ zurück und überqueren später beim Forsthaus Einsiedel die Landstraße. Der Weg schlängelt sich durch den Wald und nach dem Durchwandern von mehreren Schneisen erreichen wir eine Waldwiese, an deren Rand die **Schefthheimer Eiche** steht. Im Winkel der Schefthheimer Wiese befindet sich diese freistehende ca. 250 Jahre alte, schöne Eiche. Namespate ist Schefthheim = Schefttum, ein Falltorhaus im Oberwald, das an dieser Stelle stand und in dem ein Forstbediensteter wohnte. Wir folgen unserem Wanderweg noch ca. 300m und erreichen die Morneweg- Eiche. Diese ca. 350 Jahre alte Eiche hat eine Höhe von 32m und wurde nach Adolf Morneweg (1851 – 1909) benannt. Er war erst Bürgermeister von Darmstadt und dann von 1892 – 1909 Oberbürgermeister. Wir laufen an einer Eichenallee vorbei und kommen zum Rastplatz „Bernhardsbrunnen“. Der Wanderweg führt uns nun unter der B26 hindurch und wir erreichen das „**Bessunger Forsthaus**“. Nun führt uns ein versteckter Pfad über den Damm des Ludwigteiches und bergan geht es zur Kuppe der Ludwigseiche. Bergab erreichen wir rasch den Waldausgang am Parkplatz Kuhfalltor. Von rechts kommt das weiße Andreaskreuz des Europäischen Fernwanderweges Nr. 1 hinzu. Beide führen nach links aus dem Wald heraus und mit Blick auf den Nordrand des Odenwaldes mit der 605 m hohen Neunkircher Höhe schlendern wir hinab zu unserem Etappenziel, der Farbenstadt, **Ober-Ramstadt** ([www.Ober-Ramstadt.de](http://www.Ober-Ramstadt.de)).

### **Etappe 3: Ober-Ramstadt -- Lützelbach 18 km**

**Ober-Ramstadt** – 6,0 km – **Wembach** – 4,5 km – **Rodau** – 1,7 km – **Lichtenberg** – 5,2 – **Lützelbach**

Vor dem Bahnhof stehend wenden wir uns nach links in die Bahnhof- und weiter in die Hügelstraße und verlassen die Farbenstadt **Ober-Ramstadt** mit unserer Markierung Rotes Quadrat. Nach etwa 15 Minuten ab Bahnhof lassen wir die letzten Häuser hinter uns, gehen am Friedhof vorbei auf einem asphaltierten Wirtschaftsweg leicht bergan. Auf der bald erklommenen Höhe genießen wir die **Aussichten in den vorderen Odenwald**, zum Otzberg und bei klarer Sicht sogar bis zum fernen Spessart. Nach weiteren gut 10 Minuten queren wir die Bundesstraße B 426 – VORSICHT !“ – und tauchen dann bald in den nahen Wald ein. Noch mal etwa 20 Minuten später verlassen wir diesen wieder, gehen am Waldrand entlang und kommen nach ca. 1.000 Metern nach **Wembach**. Wembach ist noch heute geprägt von den Nachkommen der französischen Waldenser, die zu Ende des 17.Jh. vom Darmstädter Landgrafen die Genehmigung erhielten, sich um sein Jagdschlösschen herum anzusiedeln. Eine am Ortseingang aufgestellte Stele erzählt von der Besiedlung und der Zeit danach. Wir biegen in der Ortsmitte Wembach links ab, gleich wieder rechts, und verlassen den Ort. Nach Durchqueren eines breiten Wiesentales erklimmen wir die Höhe zur Hohen Straße und folgen dieser nach rechts. Nach etwa 1,5 km biegen wir von der Hohen Straße nach links ab, passieren sehr bald das Gesundheitsbrunnchen, später die Bocks- und die Schuchmanns-Mühle und kommen nach **Rodau**. Im alten Ortskern können wir ein paar schöne Fachwerkhäuser bewundern. Wir durchqueren und verlassen Rodau wieder und steigen hinauf nach **Lichtenberg**. Den Ort erreichen wir am Alten Schulhaus, wo uns Wegweiser anzeigen, dass wir nun rechts abbiegen sollen. Doch halt! Hier sollten wir etwas Zeit einplanen und uns erst einmal nach links wenden. Der gewaltige **Wehrturm**, im Volksmund auch „Krautbütt“ genannt sowie das prächtige **Renaissance-Schloss** lohnen einen Abstecher ([www.schloss-lichtenberg.info](http://www.schloss-lichtenberg.info)) . Achtung: In den Wintermonaten Dezember, Januar und Februar ist das Schloss nicht geöffnet. Nach erfolgreicher Schloss-Besichtigung, Besuch von Ausstellungen und Museum, dem Genießen der tollen Aussicht von der Schloss-Terrasse ins **Fischbachtal**, kehren wir zum Schulhaus zurück und setzen unseren Weg fort.



Schloss Lichtenberg

Nach Verlassen des Ortsteils Obernhäusen steigen wir im Wald auf den 376 m hohen Altscheuer, wo uns Schrifttafeln darüber informieren, dass hier ein **keltischer Ringwall** („Heuneburg“) entdeckt wurde. In mäßigem Auf und Ab erreichen wir unser Etappenziel **Lützelbach** ([www.modautal.de](http://www.modautal.de))

#### **Etappe 4: Lützelbach – Kreidacher Höhe 26 km**

**Lützelbach** – 1,7 km – **Neunkirchen** – 1,8 km – Neunkirchener Höhe – 2,0 km – **Winterkasten** – 3,3 km – **Lindenfels** – 4,4 km – **Fürth** – 1,6 km – **Steinbach** – 4,7 km – Tromm – 1,2 km – Ireneturm – 5,4 km **Kreidacher Höhe**

Von Lützelbach führt uns das rote Quadrat weiter in Richtung **Neunkirchen**.

Neunkirchen ist mit 500 m ü.NN der höchstgelegene Ort im hessischen Odenwald. Bei klarem Wetter kann man von hier aus die Skyline von Frankfurt, den Flughafen mit Taunus im Hintergrund sowie die markanten Gipfel des Spessart sehen.

Die Markierung weist nun weiter bergauf und führt uns auf die **Neunkircher Höhe mit dem Kaiserturm**, der insgesamt zweithöchsten Erhebung des Odenwaldes, 605 m ü.NN. Samstags, Sonntags und an Feiertagen ist die höchstgelegene Gaststätte im Odenwald, die Turmstube, geöffnet. Hier sind wir auch auf dem höchsten Punkt unseres Wanderweges.

Deshalb gehen wir nun auch zunächst einmal wieder etwas bergab, kommen bald nach Winterkasten, wandern weiter durch landwirtschaftlich genutzte Flächen mit teils schönen Fernsichten, bis wir vorbei an der besteigbaren **Bismarckwarte** nach knapp 2 Stunden ab Kaiserturm in den Kurort **Lindenfels** kommen ([www.lindenfels.info](http://www.lindenfels.info)). Hier wandern wir auch ein Teilstück parallel mit dem Nibelungensteig, einem vom OWK betreuten Qualitätswanderweg „wanderbares Deutschland“, der den Odenwald von West nach Ost durchquert ([www.nibelungensteig.info](http://www.nibelungensteig.info)).



Lindenfels mit Burg



Ireneturm

In Lindenfels führt der Weg durch die Fußgängerzone, unterhalb der Burg biegen wir nach links ab. Ein **Abstecher zur Burg** ist allerdings sehr empfehlenswert. Durch ein früheres Stadttor verlassen wir Lindenfels und gehen wenig später am Waldrand entlang mit herrlichen Aussichten in Richtung Krehberg. Vorbei an einer Schutzhütte und später einem alten Wegekreuz gelangen wir über den Gänsberg nach **Fürth**.

Wir durchqueren Fürth und vorbei am neu gestalteten, parkähnlichen Bereich des Rückhaltebeckens führt der Weg nach **Steinbach**. Nun geht es stetig bergan. Am Waldrand erwartet uns noch eine Schutzhütte mit herrlicher Aussicht, danach geht es weiter durch den Wald steil bergan zum Brandschneiderskreuz. Nun geht es relativ eben über den **Trommrücken**, vorbei am Naturdenkmal Lindenstein, einer interessanten Steingruppe, führt der Weg zum **Ireneturm**. Früher konnte der Ireneturm bestiegen werden, derzeit ist er jedoch geschlossen, da eine Renovierung notwendig ist. Wir gehen oberhalb von Stallenkandel zum Kunstwanderweg, der dort parallel mit dem Main-Stromberg-Weg verläuft, zur **Kreidacher Höhe**.

Übernachtungsmöglichkeiten und Gasthäuser gibt es auch gut 1 km weiter in Wald-Michelbach.

## Etappe 5: Kreidacher Höhe – Neckarsteinach 25 km

**Kreidacher Höhe** – 1,2 km – **Wald-Michelbach** – 5,2 km – **Adlerstein** – 8,3 km - **Wolfsgrube** – 10,3 km – **Neckarsteinach**

Bitte auf dieser Etappe an ausreichend Verpflegung denken. Direkt am Weg gibt es zwischen Wald-Michelbach und Neckarsteinach keine Einkehrmöglichkeiten.

Von der **Kreidacher Höhe** führt der Weg zunächst über die Straßenkreuzung, aber gleich darauf ist man wieder im Wald und läuft bergab zum Waldschwimmbad von **Waldmichelbach**. Von dort geht es wieder bergauf, mit Aussicht auf Siedelsbrunn, vorbei am Zollstock kommt man zum Kulturdenkmal **Adlerstein**. Auf schönen Waldwegen geht es meistens auf dem Kamm des Bergzugs weiter zur **Wolfsgrube**, einer großen Wegespinne, dort verläuft auch die Grenze zwischen Hessen und Baden-Württemberg. Kurz vor Grein erreicht man das Sühnekreuz, weiter geht es durch den Wald, oberhalb von Grein kommt man zum Jugendzeltplatz. Auf schönen Waldwegen an Darsberg vorbei kreuzen wir den Neckarsteig, einem weiteren vom Odenwaldklub betreuten Qualitätswanderweg „wanderbares Deutschland“ ( [www.neckarsteig.de](http://www.neckarsteig.de) ). Mit schöner Aussicht in das Neckartal gehen wir nun bergab und gelangen, vorbei am OWK-Wanderheim „Mannheimer-Hütte“, in die Vier-Burgenstadt **Neckarsteinach** ( [www.Neckarsteinach.de](http://www.Neckarsteinach.de) ).

Neckarsteinach



Hinterburg, Neckarsteinach



## Etappe 6: Neckarsteinach – Sinsheim 25 km

**Neckarsteinach** – 2,1 km – **Dilsberg** – 12,8 km – **Eschelbronn** – 10,2 km – **Sinsheim**, Hauptbahnhof

Vom Bahnhof **Neckarsteinach** wandern wir dem roten Quadrat folgend über den Wehrsteg der Schleuse von wo man einen schönen Ausblick zurück auf die Stadt hat.

Auf der anderen Neckarseite, in Baden-Württemberg, geht es nun durch dichten Wald hinauf zur hochmittelalterlichen Burgfeste **Dilsberg**. [www.burgfeste-dilsberg.de](http://www.burgfeste-dilsberg.de) Hier kann man sich schon eine gute Weile verlustieren – die Dorfansicht und die Ausblicke rundum genießen.

Der weitere Weg führt uns durch Wald und Flur über Mönchzell zum „Schreinerdorf“ **Eschelbronn**. Wer mag kann hier schon in die S-Bahn steigen, die über Neckargemünd nach Heidelberg fährt. Danach geht es nun Daisbach streifend in die Kraichgaumetropole **Sinsheim**. Kurz zuvor grüßt von der Gegenseite der Steinsberg mit seinem mächtigen Turm. Die 13.000 Einwohner-Stadt wurde schon 770 im Lorscher Codex erwähnt, was darauf hindeutet, dass die Region eine sehr alte Kulturlandschaft ist, die auch schon von den Römern bewohnt war.



Dilsberg mit

Burgfeste



Sinsheim ist berühmt durch sein Technikmuseum (man kann die „Concorde“ bewundern), aber vor allem durch den Fußballverein 1899 Hoffenheim. Ganz neu ist die „Badewelt“, siehe auch [www.sinsheim.de](http://www.sinsheim.de) .

## **Etappe 7: Sinsheim – Tiefenbach 16 km**

**Sinsheim**, Bahnhof – 7,8 km – **Waldangelloch** – 8,3 km – **Tiefenbach**

Vom Bahnhof **Sinsheim** geht es durchs südliche Stadtgebiet wieder hinaus in die freie Natur. Droben auf der Anhöhe hat man nach Nordwesten den Blick über rund 20 km zum Königstuhl bei Heidelberg. Gute 3 km weiter nach Süden reckt der Steinsberg seine Burg in den Himmel. Man nennt ihn auch den Kompass des Kraichgaus, weil man ihn eigentlich von überall her sieht.



**Steinsberg**

Danach verläuft der Weg eine lange Strecke durch dichten Mischwald bevor man etwa 2 km vor **Waldangelloch** wieder die ersten Felder sieht. Das Bild der 1700 Einwohner-Gemeinde wird von der herausragenden evangelischen Kirche bestimmt. Im Ort gab es im 19. Jahrhundert 10 Zigarrenfabriken.

Weiter führt uns der Weg zuerst nach Süden und dann in einem großen Bogen östlich um das Dorf Eichelberg weiter zum romantisch gelegenen Kreuzbergsee. Ab da ist es nicht mehr weit ins Weindorf **Tiefenbach**, wo sich das Weingut Heitlinger einen überregionalen Namen machte.

Wer mit der Bahn nach Karlsruhe möchte, muss allerdings 5 km weiter nach Odenheim.

## **Etappe 8: Tiefenbach – Sternenfels 21 km**

**Tiefenbach** – 7,7 km – **Menzingen** – 5,0 km – **Zaisenhausen** – 4,8 km – **Kürnbach** – 4,0 km – **Sternenfels**

Es beginnt nun die letzte Etappe des Main-Stromberg-Weges. Unterwegs sieht man immer weniger Wald, dafür aber mehr Weinberge, die sich an die Hügel schmiegen. Überall in der Gegend gibt es sogenannte „Besen-Wirtschaften“, wo man sich günstig verköstigen kann und dabei mit den Einheimischen ins Gespräch kommt. Zudem gibt es in der Gegend viele geschützte Hohlwege, die auch ein wenig das Bild der Landschaft mitbestimmen. Wir wandern nun auf unserem Weg Richtung Menzingen.

Auf den Anhöhen unterwegs hat man immer wieder wunderschöne Ausblicke auf das Kraichgauer Hügelland, das man auch die Toskana Deutschlands nennt. In **Menzingen**, das mal eine Zeit lang zu Hessen gehörte, gibt es eine Wasserschlossruine und das Obere Schloss zu entdecken.

Das nächste Ziel ist **Zaisenhausen**, wo man die Möglichkeit hat, einen Abstecher mit der Bahn nach der hübschen Fachwerkstadt Eppingen zu machen. Das Ortsbild wird geprägt von der doppeltürmigen Kirche.

Weiter geht es nach Kürnbach, wo man etwa auf halber Strecke, wenn man aus dem Waldstück kommt, einen herrlichen Blick auf Sternenfels und den Stromberg hat. Und ostwärts über Sulzfeld hinweg sieht man oben die Ravensburg, die etwas an den Steinsberg erinnert. Es geht nun bergab in das „Schwarzriesling Dorf“ **Kürnbach**, das wie Menzingen, eine Zeit lang hessisch war – aber nur zu 2 Dritteln! Es gibt da heute noch die Hessen-Kelter. Auch ein Wasserschloss liegt fast am Weg.



Wasserschloss Menzingen



Hessenkeller, Kürnbach



Schlossberg, Sternenfels

Jetzt sind noch auf den letzten Kilometern ca. 120 Höhenmeter zu erklimmen und wir sind am Ziel: **Sternenfels am Stromberg** ( [www.sternenfels.de](http://www.sternenfels.de) ).

Sternenfels liegt am Nordwesthang des Strombergs, der Teil des Naturparks Stromberg-Heuchelberg ist. Bei entsprechendem Wetter hat man von dort eine grandiose Fernsicht. Hier entspringt auch der Kraichbach, der der Region den Namen gab. Früher gab es im Ort 35 Sandmühlen, die den damals sehr begehrten Stubensand herstellten, mit dem man alles Mögliche reinigte und der in alle Welt verschickt wurde (Scheuersand).

Wer jetzt noch das Bedürfnis hat, sich kulturell weiterzubilden, kann auf dem Hauptwanderweg 8 (Markierung „rote Linie“) des Schwäbischen-Alb-Vereins zum Kloster Maulbronn (UNESCO-Weltkulturerbe) westwärts weiter wandern (8 km).