



1 Premiumweg Hoher Meißner

Typ: Rundweg
 Länge: 13 km
 Dauer: 5 Stunden
 Markierung: P1
 Schwierigkeit: mittel
 Aufstieg: 507 m
 Abstieg: 507 m
 Beste Wanderzeit: April bis Oktober
 Start/Ziel: Parkplatz Hoher Meißner/
 Schwalbenthal
 Wegequalität: Hauptsächlich
 Naturwege (Wald und Wiese),
 zum Teil leicht befestigt



Ein sagenhafter Ort

Frau Holles Hausberg

Ein ganzes Felsplateau hat die beliebte Märchengestalt, die einst als Muttergottheit verehrt wurde, zu ihrer Wohnstube gemacht. Auf dem Hohen Meißner begegnet man Frau Holle auf Schritt und Tritt. Doch nicht nur das. Herrliche Fernsichten locken. Wilde Blumen sprießen. Unterirdische Kohle glimmt. Der Wanderer genießt Abwechslung satt.

Vom Parkplatz Schwalbenthal bietet sich der erste Ausblick hinab ins Werratal mit dem Eschweger Becken. Der Premiumweg P1 führt von hier hinauf auf 720 m zur **Kalbe**, die eine schöne Aussicht, oft bis zum Harz, ermöglicht. Nach einem Blick auf den Kalbensee (Tagebaurestloch, heute hat es sich die Natur zurückerobert) und die Stinksteinwand – Schwefelgeruch liegt in der Luft – steigt man hinab zum **Frau-Holle-Teich**, dem alten Verehrungsort einer vorchristlichen Muttergottheit. Über den romantischen Eulenberg geht's wieder hinauf zum Plateau. Nach einem waldreichen Teilstück erreicht man die Viehhaushütte. Immer wieder stößt man auf artenreiche Bergwiesen

und Borstgrasrasen. An der **Kitzkammer** sieht man fünf- bis sechseckigen Säulenbasalt. Der Weg führt hier relativ steil bergab, und bald darauf folgt der nächste Anstieg über die Hausener Hute. Das **Naturfreunde-Meißnerhaus** bietet sich für eine Rast an. Danach gelangt man an den Gedenkstein der Freideutschen Jugend, die den Meißner zum Hohen Meißner werden ließ. Ein Serpentinpfad schlängelt sich durch den Wald bergab zu den Basaltblöcken der **See-Steine**. Hier geht es ein letztes Mal bergan. Zum Schluss streift man Teile des Knappenpfades, der sich dem historischen Bergbau widmet, bevor man wieder am Parkplatz Schwalbenthal eintrifft.



Die vom Holzkünstler Viktor Donhauser geschaffene, über drei Meter hohe Frau-Holle-Skulptur wacht über ihren Teich.



Der Frau-Holle-Teich soll das Zuhause der mystischen Märchenfigur und Göttin sein.

1 Anreisen und orientieren

Mit dem ÖPNV: Der nächste DB-Bahnhof ist der Stadtbahnhof Eschwege. Von hier oder von Hessisch Lichtenau verkehrt die Buslinie 290 stündlich zum **Wanderparkplatz Schwalbenthal**. Alternativ kann man das Sammel-Taxi Linie 229.1 rufen. Service-Telefon: 0800/939-0800 (gebührenfrei). Oder Infos beim Nordhessischen Verkehrsverbund: www.nvv.de

Mit dem PKW: Den Parkplatz Schwalbenthal erreicht man per Navigation: 37290 Meißner, Schwalbenthal, N51 12.577/E9 52.331
Weitere Parkmöglichkeiten gibt es

am **Frau-Holle-Teich** (an der L 3242), am Naturfreundehaus (37235 Hess. Lichtenau, Regina-Fahrenbach-Str. 4), am **Sender Hoher Meißner/Berggasthof** (Hoher Meißner 1, 37235 Hess. Lichtenau) und am Viehhaus (an der L 3241).

Orientieren: Der Weg ist perfekt ausgeschildert. Eine topografische Wanderkarte **Hoher Meißner** gibt es im Geo-Naturpark Frau-Holle-Land und in den Tourist-Informationen des Naturparks oder zum Download hier: <https://www.naturparkfrauholle.land/wandern/premiumwege/detail/premiumweg-p1-hoher-meissner>

Tourenhöhepunkte

Mystik und Geologie

1 Kalbe: Die knapp 720 Meter hohe Basaltkuppe im Osten des Bergmassivs bietet einen herrlichen Blick auf den ehemaligen Braunkohletagebau, der am Hohen Meißner bis in die 1970er-Jahre betrieben wurde. Der Tagebau-See (Kalbesee) wurde längst von der Natur zurückerobert. Die darüber aufragende Stinksteinwand ist der einzige Ort Deutschlands, an dem seit 400 Jahren selbstentzündete Kohle glimmt und den Geruch nach Schwefel ausströmt.

2 Frau-Holle-Teich: Der kleine Teich in 620 Meter Höhe soll das unterirdische Reich der Sagen- und Märchengestalt bergen. Auf seinem Grund soll ihr silbernes Schloss, umgeben von prächtigen Blumen- und Obstgärten, liegen. Dem Volksglauben nach werden die Kinder aus dem Wasser des Teichs geboren. Frauen,

die schwanger werden wollten, badeten hier. Seit 2004 ziert die vom Holzkünstler Viktor Donhauser aus einem 3,15 m langen Ulmenstamm gefertigte Frau-Holle-Figur das Teichufer.

3 Kitzkammer: Das Naturdenkmal zeugt von der besonderen Geologie dieses Ortes. Durch kristallisierte Lava entstanden mehreckige, querstehende Basaltsäulen und bildeten Schlotte. Von Frau Holle heißt es, sie habe zänkische

Mädchen in Katzen verwandelt und in die Kitzkammer gesperrt. Dort mussten sie guten Wanderern den Weg weisen **4** und schlechte in die Irre führen.

Naturfreunde-Meißnerhaus: Das zum Bezirksverband Kassel gehörende Naturfreundehaus liegt an der Südwestseite des Meißners auf 650 Meter Höhe. Direkt vor seiner Tür breitet sich eine artenreiche Bergwiese aus, auf der man im Sommer seltene Orchideenarten bewun-

dern kann. Die Gaststätte bietet nordhessische Spezialitäten,

5 Wildgerichte und selbst gebackene Kuchen.

Seesteine: Hierbei handelt es sich um einige markante Basaltfelsformationen im Wald. Ein Teil des Naturdenkmals wurde 1880 von Forstleuten, Naturfreunden und Wanderern errichtet. Das Blockmeer jedoch entstand durch eiszeitliche Erosion. Der Name Seesteine stammt von dem inzwischen versandeten See, der sich einst unterhalb der Felsgebilde befand.

Etappenprofil



1 Tipps und Infos zur Region

Schlummern und schlemmen: Eine „märchenhafte“ Übernachtungsmöglichkeit bietet die **Trendelburg** im gleichnamigen Ort. Das erste Burghotel Deutschlands (seit 1949) versprüht jede Menge romantischen Charme. Im historischen Burgturm befindet sich sogar eine Sauna. DZ mit Frühstück ab 175,-€, www.burg-hotel-trendelburg.com Direkt am Premiumweg P1 gelegen ist das **Naturfreunde-Meißnerhaus**, das über 32 Zimmer mit ein, zwei und bis zu vier Betten verfügt. Alle

Zimmer sind mit Dusche/WC ausgestattet. Übernachtung mit Frühstück für 34,50 € pro Person, mit Halbpension 40,00 € und mit Vollpension 45,00 €, www.meissnerhaus.de In der **Jausenstation Weißenbach** lässt sich gleichermaßen schlummern und schlemmen: Seit 2014 mit der Slowfood-Genussführerplakette ausgezeichnet, bietet die Familie Pflüger nordhessische Spezialitäten wie Ahle Wurst und Weckwerk sowie hausgemachte Bioland-Käse aus rein natürlichen Zutaten an. In der dazugehörigen 4-Sterne-Pension kann man direkt über dem

Wurstehimmel übernachten und im Hofladen einkaufen, www.der-urgeschmack.de

Ausflüge: Ein besonders farbenprächtiges Schauspiel ist die Mohnblüte im **Geo-Naturpark Frau-Holle-Land** im Juni und Juli. Dann finden Mohnblütenwanderungen statt, die lokale Gastronomie serviert leckere Mohngerichte – Mohn ist Frau Holles Leibspeise –, und Gäste können mit dem Planwagen „Mohnschnecke“ die blühenden Felder besuchen. Alles Infos unter: www.mohnbluetefrauholle.land Gleich unterhalb des **Dornröschens-**

schloss Sababurg liegt der **Tierpark Sababurg**, dessen Ursprünge bis ins Jahr 1571 zurückreichen. Auf dem 130 ha großen Gelände finden über 900 Tiere eine Heimat. Hier kann man weiße Hirsche beim Grasens beobachten, Wildschwein-Frischlinge beim Spielen zucken und sich auf die Suche nach scheuen Wölfen und Luchsen begeben. Der Tierpark ist rund ums Jahr geöffnet, www.tierpark-sababurg.de **Informieren:** www.grimmheimat.de, www.nationalpark-kellerwaldersee.de, www.naturparkfrauholle.land, www.naturpark-reinhardswald.de