



Urlaub im Thüringer Wald

Eine Genuss- und Erlebnisreise zu den Biosphären-Partnern

Biosphären-Partner

Genussvoll & nachhaltig
Urlaub machen

Genuss-Orte entdecken

Tipps aus der Region

Abtauchen in die Natur



Foto: Christopher Schmid

Inhalt

Willkommen im ältesten Wald-Biosphärenreservat

Gastronomie und Hotellerie	Seite 8
Ferienunterkünfte	Seite 20
Naturführer	Seite 24
Sportveranstalter: der Rennsteiglauf	Seite 28

Impressum

Herausgeber: UNESCO-Biosphärenreservat Thüringer Wald
Verwaltung
Schmiedefeld am Rennsteig
Brunnenstraße 1 | 98528 Suhl
Tel.: 0361 573924610
www.biosphaerenreservat-thueringerwald.de

Redaktion: Susen Reuter und Christina Sittig-Schubert
Umsetzung: artistil DESIGNAGENTUR, artistil.de
Druck: Recyclingpapier, ausgezeichnet
mit dem Blauen Engel
Stand: 07. 2022

News zum Biosphärenreservat:

Jetzt für den Newsletter
„Meine Biosphäre“
anmelden.





Foto: Michael Reichel

Willkommen bei den Biosphären-Partnern

PARTNER

Biosphärenreservat
Thüringer Wald



Feines für die Sinne: Genuss- & Naturschätze im Thüringer Wald

Tief durchatmen, der Stille lauschen, regionale Küche genießen, die Natur erleben – Urlaub im UNESCO-Biosphärenreservat Thüringer Wald kann so schön sein!

Wenn Sie Ihren Gaumen von regionalen Spezialitäten verwöhnen lassen möchten, sind Sie bei unseren Biosphären-Partnern genau richtig. Mit viel Liebe und Sorgfalt bringen Gasthäuser wie Hotelrestaurants schmackhafte Gerichte aus saisonal-regionalen Produkten auf den Tisch und Naturführer zeigen Ihnen besondere Schätze der Natur.

Eine besondere Region

Das UNESCO-Biosphärenreservat Thürin-

ger Wald ist ein Fleckchen Erde, an dem viel Gutes zusammenkommt: Ausgedehnte Bergmischwälder, umringt von den drei höchsten Gipfeln Thüringens – dem Großen Beerberg (983 m), dem Schneekopf (978 m) und dem Großen Finsterberg (944,1 m). Dazu blütenreiche Bergwiesen, klare Bergbäche und kleine Moore, die die Natur- und Kulturregion prägen. Tauchen Sie ab ins Grüne - ob bei einer Kräuterwanderung, einer Bike-Tour oder bei einem Streifzug durch die Natur mit Brotzeit.

Bei den geführten Wanderungen sind Sie mit Kennern der Region unterwegs, deren Herz für die Natur schlägt. Wer bei unseren zertifizierten Beherbergungs-

betrieben zu Gast ist, übernachtet in liebevoll eingerichteten Unterkünften und kommt in den Genuss der Küche des Thüringer Waldes.

Unsere Biosphären-Partner stehen für nachhaltige Naturerlebnisse, regionale Produkte und zukunftsfähige Wirtschaftskreisläufe. Fühlen Sie sich herzlich eingeladen, diese Landschaft mit all ihren Facetten kennenzulernen. Diese Broschüre soll inspirieren und einstimmen auf einen Urlaub.

Viel Freude beim Schmökern & bis bald im UNESCO-Biosphärenreservat Thüringer Wald

Steckbrief Biosphärenreservat

Mensch und Natur im Einklang im UNESCO-Biosphärenreservat Thüringer Wald

33.654 ha

UNESCO-Biosphärenreservat
Thüringer Wald

100.000 Menschen

in 9 Städten und Gemeinden
mit ihren Ortsteilen



**Ältestes Wald-
Biosphärenreservat
Deutschlands**

UNESCO-Anerkennung

seit 1979

**Teil eines
Weltnetzes:**

727 Biosphärenreservate
in 131 Ländern

**5 Top-A-Wanderwege
10 Top-B-Wanderwege
7 Radwege**



**Rangerwanderungen,
Familienprogramme und
Naturentdeckungen**



**Über 2600 Tierarten und
über 1900 Pflanzen-, Pilz-,
und Flechtenarten**



Biosphären-Partner:
engagiertes Netzwerk zum
nachhaltigen Wirtschaften

Schwerpunkte: Nachhaltige
Entwicklung der Region, Bildung
für nachhaltige Entwicklung,
Forschung und Monitoring,
Nachhaltiger Tourismus



**30 zertifizierte Natur-
und Landschaftsführer
mit mehr als 100 Touren**



**Infozentrum und
Erlebnisausstellung in
Schmiedefeld am Rstg.**

**Bergwald, Bergwiesen,
Bergbäche und Moore**



Tipps aus der Region

Kulturlandschaft für Genießer und Entdecker

Weitere Tipps für Ausflüge in der Region unter:
www.thueringer-wald.com und
www.thueringen-entdecken.de



Erlebnispfad

Waldabenteuer für die ganze Familie in Schmiedefeld am Rennsteig



Foto: Michael Reichel

Der 3,2 km lange Weg führt durch naturnahen Bergwald mit kristallklaren Quellsbächen, vorbei an artenreichen Bergwiesen und reichlich Plätzen zur Entspannung in der Natur. **Start am Kurpark**

Großer Beerberg

983 m mit Plänckners Aussicht, Gehlberg



Foto: Christopher Schmid

Plänckners Aussicht nennt sich der bei Wanderern und Radfahrern beliebte Aussichtspunkt, der mit 970 m Höhe direkt am höchsten Punkt des Rennsteigs liegt.

Moorlehrpfad-Schützenberg
 Einziger Hochmoorlehrpfad in Thüringen, Oberhof



Foto: Regionalverbund Thüringer Wald

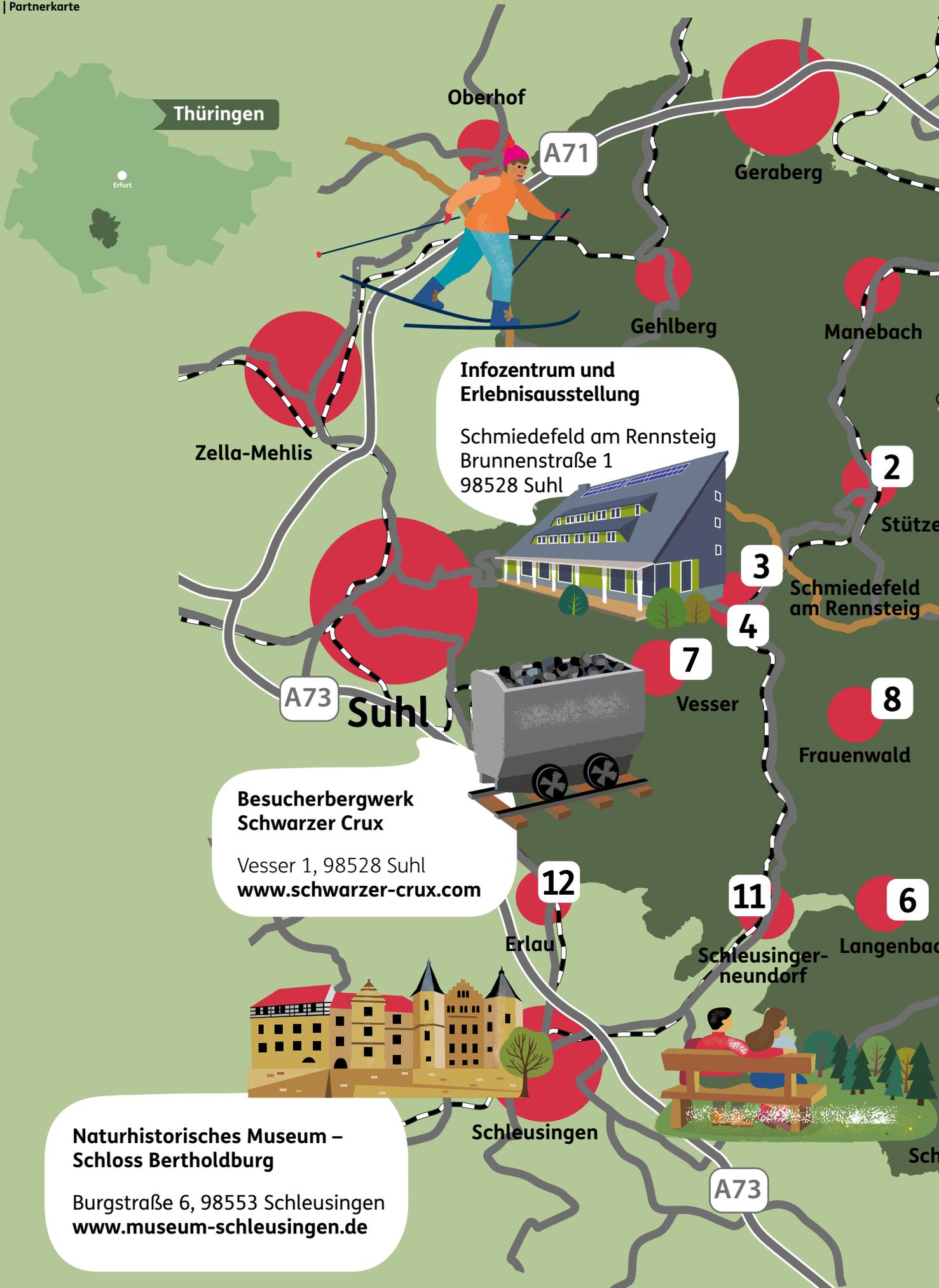
230 m langer barrierefreier Steg zur Beobachtung der seltenen Tier- und Pflanzenwelt des ca. 5 ha großen Hochmoors. Auf dem 2.500 Jahre alten und zweieinhalb Meter mächtigen Moorkörper, der jährlich um einen Millimeter wächst, finden sich unter anderem Moos-, Rausch- und Krähenbeeren sowie der Rundblättrige Sonnentau.

Stille hören – Auf dem Urwaldpfad im Vessertal



Foto: Matthias Hellner

Ein Ort zum Ruhigwerden – im Zauber wilder Natur. Der Urwaldpfad im Vessertal. Der ca. 20 Kilometer lange sogenannte Urwald-Erlebnispfad führt entlang des idyllischen Bergbachs Vesser durch eine Kernzone im Biosphärenreservat. Die Route gibt's unter:
www.thueringer-urwaldpfade.de



Thüringen

Erfurt

Oberhof

A71

Geraberg

Gehlberg

Manebach

Zella-Mehlis

Infozentrum und Erlebnisausstellung

Schmiedefeld am Rennsteig
Brunnenstraße 1
98528 Suhl

2

Stütze

3

Schmiedefeld
am Rennsteig

4

7

Vesser

8

Frauenwald

A73

Suhl

**Besucherbergwerk
Schwarzer Crux**

Vesser 1, 98528 Suhl
www.schwarzer-crux.com

12

Erlau

11

Schleusinger-
neundorf

6

Langenba



Schleusingen



**Naturhistorisches Museum –
Schloss Bertholdburg**

Burgstraße 6, 98553 Schleusingen
www.museum-schleusingen.de

A73

Kickelhahn - Wunderbarer Ausblick auf die Höhen des Thüringer Waldes 861 m hoch und direkt am 20 km langen **Goethewanderweg**



Ilmenau

Shetlandpony- Wanderung

www.ponywanderung-thueringerwald.de

1



Gehren

erbach

- 1 Shetlandpony-Wanderungen
- 2 Gasthof Zum Reifberg
- 3 Hotel Gastinger
- 4 Rennsteiglauf GmbH
- 5 Her(r)bergskirche
- 6 Landferienhaus Linde
- 7 Waldgasthaus Schwarzer Crux
- 8 Gasthaus Waldfrieden
- 9 Jens Schmidt
- 10 Kräuterschule Großbreitenbach
- 11 Wanderherberge Alter Bahnhof
- 12 Hotel & Landgasthaus „Zur Grünen Erle“
- 13 Hotel „Haus Oberland“
- 14 Hotel Frankenblick - Werrapark Resort

Großbreitenbach

10



Kräutergarten, Thüringer Wald-Kreativ-Museum und Workshops mit der Kräuterschule

Myliusstraße 6, 98701 Großbreitenbach
www.lg-grossbreitenbach.de

9

5

Neustadt am Rennsteig

13

Masserberg

14

nnett

Herbert Roths Rennsteiglied:
„Ich wand´re ja so gerne am Rennsteig durch das Land ...“ und das auf 169,3 km. 30 davon führen direkt durchs Biosphärenreservat.



Willkommen bei den Biosphären-Partnern!

Los geht's zu den Biosphären-Gastgebern:
Gastronomie und Hotellerie

Entdecken Sie den Thüringer Wald auf neuen Wegen und alten Pfaden. An den Wochenenden und Feiertagen reisen Sie mit dem Rennsteig-Shuttle von Erfurt aus direkt in das UNESCO-Biosphärenreservat Thüringer Wald zum Bahnhof Rennsteig.





Hotel Gastinger

Hoteliersfamilie mit Herzblut und Leidenschaft

Familie Gastinger serviert regionale Spezialitäten auf hausgetöpferem Geschirr

Wohlfühloase mit kreativer, regionaler Küche in unmittelbarer Nähe zum Rennsteig und Vessertal

Das Urlaubsidyll „Hotel Gastinger“ am Ortseingang von Schmiedefeld ist eingerahmt von über 900 Meter hohen Bergen. Hier heißt es frische Waldluft atmen, sich inmitten familiärer Herzlichkeit wohlfühlen und hausgemachte Spezialitäten genießen.

Vom Wintergarten aus hat man einen traumhaften Panoramablick auf die bewaldeten Höhenzüge, während hinter dem Haus ein idyllischer Biergarten zum Verweilen einlädt. Tradition und Regionalität schreiben die Gastingers besonders groß, allerdings nicht, ohne den Blick über den Thüringer Tellerrand zu wagen. Einmal pro Woche wird selbst gebacken – das Biomehl fürs knusprig gebackene Steinofenbrot aus Natursauerteig bezie-

hen sie aus der Neudietendorfer Mühle. Saisonales Gemüse kommt von Bauern aus dem Thüringer Becken, Wildfleisch vom Forsthaus Allzunah im Thüringer Wald und die Forellen fangfrisch aus Troststadt. Frische Kräuter werden selbst gesammelt, entweder von den Kräuterbeeten am Haus, oder im nahegelegenen Wiesengrund. Tina Gastinger, die das Hotel in zweiter Generation führt, ist nicht nur passionierte Gastgeberin, ihre zweite Liebe gilt der Kreativität: 20 Jahre lang betrieb sie eine eigene Töpferei, weshalb Gäste im Hotelrestaurant vom selbstgetöpferen Geschirr speisen.

Kontakt und Infos:

Hotel Gastinger

Schmiedefeld am Rennsteig
Alte Ilmenauer Straße 21 | 98528 Suhl
www.hotel-gastinger.de



Interview mit Tina Gastinger

Viele ihrer Besucher werden zu Stammgästen. Was ist das Besondere am Hotel Gastinger?

Sicher trägt die familiäre Atmosphäre unseres Hauses zum Wohlgefühl bei, und natürlich die Lage inmitten des Biosphärenreservates. Was unsere Gäste mit am meisten schätzen, ist unsere

ehrliche Küche. Wir kommen ganz ohne Geschmacksverstärker und Zusatzstoffe aus. Alles wird frisch zubereitet – aus saisonal und regional verfügbaren Produkten. Das schmeckt man einfach.

Regionalität findet nicht nur in der Küche und auf dem Teller statt, was gehört für Sie noch dazu?

Abgesehen davon, dass wir unser Essen auf selbstgetöpferem Geschirr servieren, spiegelt sich die Region des

Thüringer Waldes in den Hotelzimmern wider: Das Interieur wurde zum Teil von einem Möbeltischler aus dem Nachbarort gefertigt, selbstverständlich aus heimischen Holzarten. Jedes Zimmer ist individuell eingerichtet, florale Formen erinnern an die bunten Bergwiesen der Umgebung.

Waldgasthaus & Besucherbergwerk Schwarzer Crux

Wenn Bergwerkabenteuer und Thüringer Küche verschmelzen

Ein Erlebnis unter Tage - Besucherbergwerk in Vesser



Heilstollen und Thüringer Küche genießen

Die Zufahrt ist wildromantisch: Von der Hauptstraße führt eine schmale Nebenstraße durch den dichten Wald, bis man den Besucherparkplatz erreicht und Bergbaurelikte vergangener Zeiten erspäht: alte Loren, stählerne Förderwagen, mit denen einst Erze und Minerale geborgen wurden. Und tatsächlich lässt eine Führung durch das Bergwerk Erdgeschichte lebendig werden: Über den Marienschacht geht es unter Tage und hinein in diese riesige Magnetitblase, die vor etwa 500 Millionen Jahren durch einen „Black Smoker“ aus der Tiefsee entstand.

So ein Rundgang in 36 Meter Tiefe macht hungrig, also nichts wie ab ins Waldgasthaus nebenan und regionale Thüringer Küche genießen – im urigen

Gastraum mit Geweihen, Tierfellen und Kamin, im verglasten Wintergarten mit Blick ins Grüne oder auf der Sonnenterrasse. Serviert werden Klassiker wie Klöße mit Rotkohl und Braten vom heimischen Wild oder Rindsrouladen. Dazu schmeckt ein Bier aus der ältesten Brauerei Thüringens. Neben Wanderern und Bergbauinteressierten finden sich regelmäßig Gäste für den Heilstollen ein, der Linderung bei Haut- und Atemwegserkrankungen verspricht. Ebenso ein besonderes Erlebnis: die Klangschalentherapie unter Tage.

Kontakt und Infos:

Waldgasthaus & Besucherbergwerk Schwarzer Crux

Vesser, Crux-Straße 1 | 98528 Suhl

www.schwarzer-crux.com



Interview mit Karl Rieger, Inhaber

Was fasziniert Sie persönlich am Bergwerk Schwarze Crux?

Es ist definitiv eine der schönsten Gruben und die älteste im Gebiet. Die Einmaligkeit dieses Ortes liegt darin begründet, dass es sich um eine erloschene Vulkanblase handelt – hier beginnt die Erdgeschichte Deutschlands.

Weltweit gibt es nur drei vergleichbare geologische Zeitzeugen.

Die wohltuende Wirkung von Heilstollen ist beispiellos.

Was macht diese aus?

Zunächst einmal haben wir tief unter der Erde einen immens hohen Sauerstoffgehalt, da Fein- und Grobstaub durch das Gestein herausgefiltert wird. Das sorgt für ein einzigartiges Mikroklima. Es gibt weder Schadstoffe, noch

Keime, Pollen oder Pilzsporen – gerade Menschen mit Allergien und Atemwegproblemen können sprichwörtlich aufatmen. Wir sind Mitglied im Deutschen Heilstollenverband e.V. und nutzen den Heilstollen auch für weitere Therapieformen, wie die Klangschalentherapie „Klang im Schoss von Mutter Erde“.

Genusswochen bei den Biosphären-Gastgebern

Im Sommer und im Herbst: Genießen Sie regionale Gerichte und besondere Naturerlebnisangebote.

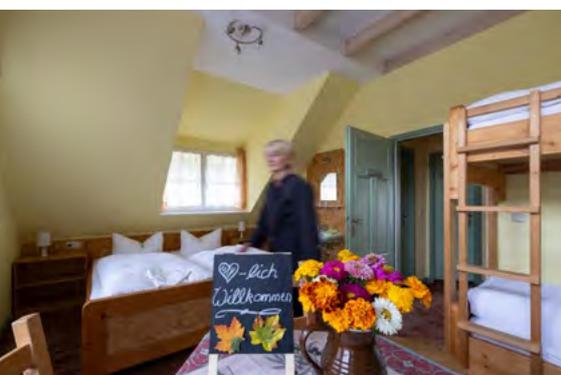




Wanderherberge Alter Bahnhof

Übernachten im liebevoll sanierten historischen Bahnhof

Wild im Heu: Wildbraten im Wiesenheu geschmort - Eine Spezialität des Hauses



Ein Kleinod mit Charme

Mit Begeisterung und Liebe zum Detail haben Anja und Michael Bohn einem alten Bahnhofsgebäude neues Leben eingehaucht. Die Fassade weist hübsche Fachwerkelemente auf, auch das Innere wurde mit Herzblut und regionalen Materialien eingerichtet. „Das Holz für die Einrichtung haben wir selbst geschlagen und geschnitten“, sagt Anja Bohn und berichtet ihren Gästen gern, wie das Ehepaar zu diesem besonderen Objekt gekommen ist. Was zunächst mit einem Gastronomiebetrieb begann, wurde schnell erweitert zu einer Wanderherberge mit Übernachtungsmöglichkeiten. Auf dem großen Gelände tummeln sich tierische Mitbewohner: Ziegen, die genüsslich vor sich hingrasen, dazu glückliche Hasen und Schweine. Das Kleinod im Erholungsort Schleusingerneundorf

ist ein idealer Ausgangspunkt für Wanderungen, Radtouren, Wintersport und Nordic-Walking. In der Gaststube hält Anja Bohn Hausgemachtes aus der traditionellen Thüringer Küche bereit sowie Spezialitäten aus dem Steinbackofen: „Ein Renner sind unsere knusprig gebratenen Schäufole, die Fleischspieße, das Wild im Heu. Und der selbstgebackene Kuchen“, weiß die Gastgeberin und Inhaberin zu berichten. Im Sommer lädt die Terrasse zum Genuss ein, im Winter schafft der Holzofen in der Gaststube wohlige Wärme.

Kontakt und Infos:

Wanderherberge Alter Bahnhof

Schleusingerneundorf
Neue Hauptstraße 1b
98553 Schleusingen

wanderherberge-am-rennsteig.de

Interview mit Anja Bohn, Köchin und Inhaberin

Was sind ihre kulinarischen Spezialitäten?

Im Prinzip alles, was in unserem Steinbackofen zubereitet wird. Das fängt beim Natursauerteigbrot und Mutzbraten an, und hört beim ganzen Spanferkel längst nicht auf. Alles, was in unserem Familien-

betrieb auf dem Tisch kommt, wird aus frischen und regionalen Zutaten zubereitet.

Welche Aktivitäten bieten Sie Ihren Gästen an, die Sie selbst organisieren und durchführen?

Durch die Lage im UNESCO-Biosphärenreservat Thüringer Wald mit den kräuterreichen Bergwiesen und der frischen, gesunden Luft bieten wir auf Wunsch geführte Wanderungen an. „Barfuß über Stock und Stein“ lautet der Titel eines

von mir begleiteten Spaziergangs durch Wald und Wiesen. Im Winter sind es Fackelwanderungen durch die verschneite Winternatur.

Was ist Ihnen besonders wichtig?

Keine Masse, sondern Klasse. Da kann es auch schon mal passieren, dass ein Gericht aus ist. Unsere Karte wechselt regelmäßig und nach Saison – je nachdem, was gerade an frischen Produkten verfügbar ist.



Gasthaus Waldfrieden

Zwischen Biergarten, Bike
und Buchenholzgrill

Genuss und Aktivitäten unter einem Dach

So geht Urlaub: Aktive Erholung und saisonale Gaumenfreuden im Gasthaus Waldfrieden

Es fängt mit echten Thüringer Klößen und deftigem Wildbraten an, und hört mit saftiger Wildbachforelle in Butter und Weißwein längst nicht auf. Wer bei Erik Lauterbach einkehrt, erlebt ein kulinarisches Verwöhnprogramm der Extraklasse: Immer ab 17 Uhr knistert und lodert das Buchenholzfeuer im offenen Kamin. Dann heißt es „Grillzeit“ im familiär geführten Gasthaus Waldfrieden. Ob zartes Rumpsteak oder Rib-Eye, ob Thüringer Rostbrätel oder Frauenwalder Riesenbratwurstschnecke – die Grillspezialitäten werden vor den Augen der Gäste zubereitet und anschließend rustikal auf einem Holzbrett angerichtet. Das Gasthaus Waldfrieden befindet sich im ältesten Ort am Rennsteig: Frauenwald.

Der staatlich anerkannt Erholungsort in rund 800 Höhenmetern schmiegt sich regelrecht an einen Bergrücken und verzückt Urlauber mit Fernsichten und kräuterreichen Bergwiesen. Durch diese herrliche Natur begleitet Erik Lauterbach seine Gäste und bietet geführte Touren an – im Sommer auf dem Mountainbike, im Winter auf Schneeschuhen. Das Gasthaus, in dem es sich auch wunderbar nächtigen lässt, verfügt über einen hauseigenen Verleih von Mountainbikes, Langlaufskiern und Alaska-Schneeschuhen.

Kontakt und Infos:

Gasthaus Waldfrieden

Frauenwald, Nordstraße 71
98694 Ilmenau

www.waldfrieden-frauenwald.de



Interview mit Erik Lauterbach

Offenes Feuer übt eine große Faszination aus: Es leuchtet, wärmt und sorgt für Wohlbefinden. Bei Ihnen lodern die Flammen fast täglich?

Ganz genau, außer am Donnerstag, da ist unser Ruhetag. Ansonsten verbreitet das Buchenholzfeuer eine wohltuende Atmosphäre. Im großen Kamin grillen

wir Steaks, Lamm, Pute, Bratwurst und vieles mehr. Es ist ein Erlebnis für die Gäste und der Geschmack ist unvergleichlich.

Sie bieten auch geführte Touren durch das Biosphärenreservat an?

Im Sommer führe ich Sie mit dem Mountainbike durch Wald und Wiesen des Biosphärenreservates. Im Winter geht es mit Alaska Schneeschuhen durch die verschneite Winterlandschaft.





Gasthof Zum Reifberg
Heimat der Kloßpommes

Kloßpommes - süß oder herzhaft - eine Spezialität des Hauses.



Thüringer Spezialitäten, Waldwellness und Wandergenuss in Stützerbach

Wenn Jens Löser, Inhaber und Chefkoch des Gasthofes Zum Reifberg, über seine Kloßpommes ins Schwärmen gerät, möchte man am liebsten sofort in einen dieser Sticks aus Kloßteig hineinbeißen. Echte Thüringer Klöße kann er natürlich auch – sie werden für Hausgäste nach ganz traditioneller Art zubereitet. Wer in den Pensionszimmern oder in der Ferienwohnung nächtigt, kann beruhigt ein paar Atemzüge mehr am Fenster nehmen: Stützerbach zählt zu den besten Luftkurorten Deutschlands. Auch das Kneippen hat eine über 80-jährige Tradition – in die Schar prominenter Kurgäste reiht sich sogar Johann Wolfgang von Goethe ein.

Gekocht hat Jens Löser schon immer gern. Sein Credo: Menschen kulinarisch

verwöhnen, ihnen eine Freude bereiten. Diese Philosophie lebt er nicht nur im familiengeführten Gasthof aus, sondern auch am nahegelegenen Imbissstand „Reifberger Köstlichkeiten“. Hier kann man bei schmackhaften Tages- und Imbissgerichten nahezu die ganze Woche schlemmen, außer montags und dienstags, da sind Ruhetage. Und man hat Gelegenheit, hausgemachte Produkte als Mitbringsel für zu Hause zu erwerben: Leberwurst im Glas, Reifberger Premiumschmalz oder selbstgemachte Konfitüre. Löser leben regionalen Genuss – sehr zur Freude ihrer Gäste.

Kontakt und Infos:
Gasthaus Zum Reifberg ***
 Stützerbach, Dr. G. Barthels Straße 23
 98694 Ilmenau
www.gasthof-zumreifberg.de



Vom Kloßtopf in den Supermarkt

Wer hat's erfunden? Natürlich, Jens Löser. Seine Kloßpommes® haben es nicht nur ins Fernsehen geschafft, sondern mittlerweile auch in den Groß- und Einzelhandel. Angefangen hat alles an einem schönen sonnigen Tag, als der zum Koch berufene Stützerbacher in seinem Gasthof Thüringer Klöße zubereitete.

Und dies ganz klassisch: ein Teil gerieben, ein Teil gekocht, dann beides mit dem Holzquirl, der aus einem Fichtenast geschnitzt wird, gestampft. Und dann passierte es: Ein Stück roher Kloßteig fiel beim Abschlagen vom Quirl an der Schüssel vorbei – und landete prompt in der Fritteuse. Als Koch probiert man alles, dachte sich Jens Löser, und fischte das frittierte Stäbchen aus Kloßteig heraus. Und siehe da: Es schmeckte hervorragend. Es brauchte noch anderthalb

Jahre, bevor die Kloßpommes in Serie gehen konnten. Gemeinsam mit einer Thüringer Kloßmanufaktur tüftelte er an der geeigneten Konsistenz und der entsprechenden Technik, um den Sprung in den Handel zu schaffen. Heute sind die „Echten Thüringer Kloßpommes“ aus dem Kühlregal im Supermarkt nicht mehr wegzudenken. – Eine echte Erfolgsstory, made in Stützerbach.



Hotel & Landgasthaus Grüne Erle

Nächtigen und schlemmen in
historischer Atmosphäre

Historisches Gebäude und Thüringer Gastlichkeit
im Familienunternehmen.

Thüringer Gastlichkeit seit über 150 Jahren – im Hotel und Landgasthaus „Zur grünen Erle“

Am Rande des UNESCO-Biosphären-
reservates Thüringer Wald, im unteren
Tal der Erle und überragt von 600 Meter
hohen Bergen, befindet sich der idylli-
sche Ort Erlau. Hier sticht ein Gebäude
ganz besonders hervor: das denkmalge-
schützte Traditionsgasthaus und Hotel
„Zur grünen Erle“, erbaut 1831. Seit jeher
im Familienbesitz, wird es heute in vierter
Generation geleitet. Jens-Matthias
Limburg führt die Geschicke des Hauses
und freut sich jedes Mal aufs Neue
über die staunenden Gesichter, wenn
Hotelgäste das Haus betreten und das
althehrwürdige Interieur im Entrée, im
Restaurant oder im beeindruckenden
Jugendstilsaal bestaunen. Schränke,
Truhen, Kommoden, Stühle, Tische und
Lampen aus den vorangegangenen drei

Generationen sind hier zu finden. Ein
wahrer Schatz und ein wertvolles Erbe,
dessen sich der Inhaber bewusst ist –
und die Gäste zu genießen wissen.
Jens-Matthias Limburg legt Wert auf
tagesfrische Küche, insbesondere mit
kulinarischen Köstlichkeiten aus der Re-
gion, beispielsweise mit Hirschkalbsbra-
ten an Preiselbeersahne und Waldpilzen
in Rahmsauce oder Bio-Rinderroulade
mit hausgemachtem Apfelrotkohl –
beide Gerichte werden wahlweise mit
Thüringer Klößen oder selbstgemach-
ten Serviettenknödeln serviert. Was die
Besucher schätzen ist die ideale Lage
für Wandertouren und Ausflüge in die
Umgebung.

Kontakt und Infos:

Hotel & Landgasthaus Grüne Erle

Erlau, Erlauer Hauptstraße 69
98533 Schleusingen

Wandeln zwischen tollen Möbeln und Kaminzimmer

Räumlichkeiten des denkmalgeschütz- ten Hotels und Landgasthauses

- stilvolles Restaurant mit Kaminzimmer
- lichtdurchfluteter Wintergarten mit
großen Fenstern
- gemütliches Flair in der Weinstube
- historischer Saal im Jugendstil
- Biergarten für schöne Tage und
Genuss unter freiem Himmel
- großzügige Suiten, komfortable
Doppel- und Einzelzimmer



Fotos: Susen Reuter



Werrapark Resort Hotel Frankenblick

Heuwellness und Panorama am Simmersberg

Regionale Schätze von der Bergwiese

In kleinen Kurven schlängelt sich der Weg durch Schnett, einem Ortsteil der Rennsteiggemeinde Masserberg, hinauf zum Hotel. Dann steht man da, in 740 Metern Höhe auf einem Sonnenplateau, und genießt die herrliche Aussicht: auf die schiefer- und ziegelgedeckten Dächer der Ortschaft, überragt vom Kirchturm, und über die weite Tallandschaft samt bewaldeter Kuppen am Horizont. Den gleichen Ausblick ermöglicht die große Frontverglasung im Restaurantbereich und sorgt damit neben dem Gaumen- auch für einen Augenschmaus. In der Wandersaison im Frühling und Herbst haben Gäste einmal pro Woche die Möglichkeit, an einer geführten Wanderung teilzunehmen und so die landschaftlich schöne Gegend noch intensiver zu erkunden. Die Bergwiesen in der Umgebung strot-

zen nur so vor Kräutern und Wildblumen. Der Duft von aromatischem Bärwurz liegt in der Luft. Dieser botanischen Vielfalt hat sich das Hotel im Wellnessbereich verschrieben: Hier schwört man auf die wohltuenden Eigenschaften von Heu. Hotelgäste sind begeistert von der belebenden und zugleich erholsamen Wirkung, die ein Kräuterheubad oder eine Massage mit Heublumenöl haben. Wellnessprodukte bezieht das Hotel vom regionalen Partner „Heu-Heinrich“. Die darin enthaltenen ätherischen Öle verschiedener Pflanzen erwärmen den Körper und wirken regenerierend. Kurzum: Heu entspannt und macht schön.

Kontakt und Infos:

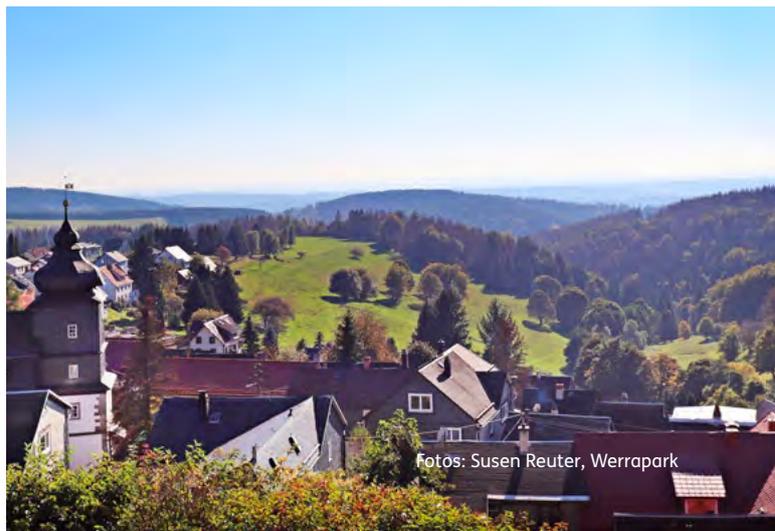
Werrapark Resort Hotel Frankenblick
Schnett, Am Kirchberg 15
98666 Masserberg
www.werrapark.de/hotel-frankenblick/

Ein Bad im Bergwiesenheu genießen.

„Bergwiesen-Power“

Kleine Auszeit im idyllischen Schnett

- ... 3 Übernachtungen im Doppelzimmer inklusive Frühstücksbuffet
- ... Kräuterheukissen für einen erholsamen Schlaf
- ... täglich Dinnermenü oder -buffet nach Wahl des Küchenchefs
- ... Leih-Wanderkarte der Biosphärenregion
- ... Wellnesspaket „Duftende Bergwiese“ inklusive Thüringer Bio-Kräuterheubad, dazu eine Tasse Kräutertee und im Anschluss eine Verwöhnmassage für den Rücken mit Heublumenöl von Thüringer Bergwiesen (ca. 70 min. inklusive Nachruhe)
- ... freier Eintritt in Schwimmbad und Sauna





Hotel Haus Oberland

Rennsteig und Bergwiese vor der Haustür

Im Heilklimatischen Kurort direkt am Rennsteig gelegen

Perfekte Lage für Wanderungen und Entschleunigung

Schon die Anschrift lässt es vermuten: Rennsteigstraße 2, da kann der älteste Fernwanderweg Deutschlands nicht weit sein. In der Tat könnte die Lage des Hotels am Ortsrand von Masserberg für Wanderer besser nicht sein: der Rennsteig direkt vor der Tür, daneben eine herrlich bunte Bergwiese, in der es in den warmen Monaten zwischen Arnika, Bärwurz und Orchideen summt und brummt. Das in Familienbesitz befindliche Haus besteht aus einem modernen Neubau und einem historischen Altbau mit regionaltypischer Schieferdeckung, mit einer gemütlichen Sonnenterrasse vor dem Haupteingang.

Inhaber Eric Seifferth ist zurecht stolz darauf, das Hotel bereits in vierter Generation zu führen. Er legt Wert darauf,

dass sich seine Gäste wohlfühlen. Dazu gehört für den gelernten Koch und studierten Gastronomiebetriebswirt – neben komfortablen Zimmern und guter Küche – auch eine umfassende Auskunft für Wanderungen und Ausflüge in die Umgebung. Das Besondere am Hotel Oberland: „Die fantastische Aussicht, die man von jedem Zimmer sowie vom Restaurant aus genießen kann“, schwärmt Eric Seifferth und ergänzt: „Durch die große Fensterfront, die sich über die gesamte Hotelaußenseite erstreckt, sitzt man förmlich im Wald zwischen den Bäumen“.

Kontakt und Infos:

Hotel Haus Oberland

Rennsteigstraße 2, 98666 Masserberg

www.hotel-haus-oberland.de



Interview mit Eric Seifferth

Auf welche regionalen Spezialitäten können sich Ihre Gäste im Hotelrestaurant freuen?

Ein Klassiker, ohne den es schlichtweg nicht geht, ist das Thüringer Rostbrätel. Frisch gebraten, mit viel geschmorten Zwiebeln und krossen Bratkartoffeln ist es zu jeder Jahreszeit ein Genuss.

Andere Gerichte bieten wir im Rhythmus der Jahreszeiten an: Thüringer Spargel im Frühjahr, Wildspezialitäten von Hirsch und Reh im Herbst.

Und wie steht es mit selbstgemachten Delikatessen?

Da wäre beispielsweise unser hausgemachter, aromatischer Holunderlikör, der gern getrunken wird. Auch das Wild wird nicht nur nach Familienrezeptur zubereitet, sondern mitunter auch selbst

erlegt, da ich einen Jagdschein besitze.

Welches sind die Lieblingsplätze Ihrer Gäste zum Verweilen und für den Genuss?

In der kalten Jahreszeit sind unsere Besucher begeistert vom Kaminzimmer. Der urige Kachelofen mit Kamin verbreitet eine wohlige Wärme – und was gibt es Schöneres als ein gutes Mahl am offenen Feuer. Im Café und Frühstücksraum genießen unsere Gäste den Blick auf den 835 Meter hohen Eselsberg.

Gasthaus „Zum Steinbruch“

Gelebte Tradition
seit 500 Jahren



Thomas Krauße liebt regionale Spezialitäten. Schinken räuchert er im hauseigenen Ofen.



Thüringer Spezialitäten – hausgemacht und mit einer großen Portion Liebe

Mit Stolz blickt Küchenchef Thomas Krauße auf die geschichtsträchtige Vergangenheit des an einer alten Handelsstraße gelegenen Gasthauses zurück, in dem bereits ab 1521 Speisen und Getränke serviert wurden. Sein eigener Urgroßvater betrieb hier von Anfang bis Mitte des 20. Jahrhunderts eine Gastwirtschaft. Nach der Wende belebten die Eltern das traditionsreiche Haus erneut als Gasthof, bis Thomas Krauße schließlich 2004 die Geschicke selbst übernahm – damals mit 17 Jahren als jüngster Gastwirt Deutschlands. Sein Motto: So viel aus der Region wie möglich, angepasst an die jeweilige Jahreszeit. Mit dieser Überzeugung und weiteren Maßnahmen steht das Gasthaus für nachhaltiges Wirtschaften und sanften

Tourismus innerhalb des UNESCO-Biosphärenreservates. Hier gibt es noch den leckeren Sonntagsbraten mit selbstgemachten Thüringer Klößen und Rotkohl, hausgemachte Bratkartoffeln zum Pfannen-Rostbrätel und Eisbein-Sülze nach eigener Rezeptur. Zum Gasthaus gehört, neben einem gemütlich-rustikalen Biergarten, auch ein großer Saal. Hier steppt zu Faschingszeiten der Bär, hier lauscht man spannenden Lesungen und unterhaltsamen Konzerten oder hält sich an Kabarettabenden den Bauch vor Lachen.

Kontakt und Infos:

Gasthaus Zum Steinbruch

Gehren, Großbreitenbacher Str. 18
98694 Ilmenau

www.zum-steinbruch.de



Interview mit Thomas Krauße

Die Gastronomie ist Ihnen in die Wiege gelegt worden. Ist die Arbeit als Küchenchef Beruf oder Berufung?

Auf jeden Fall Berufung. Ich kann mir nicht vorstellen, irgendetwas anderes zu tun. Ich lebe die Gastronomie mit Leib und Seele.

Woher stammen die Hauptzutaten für Ihre schmackhaften Gerichte?

Wir legen sehr viel Wert auf Regionalität und achten darauf, dass wir die meisten Produkte innerhalb eines Radius von maximal 50 Kilometern beziehen. Ganz gleich, ob es sich um die Kartoffeln handelt, ums Gemüse oder Fleisch. Wildbraten wie Reh, Hirsch oder Wildschwein stammt sogar aus eigener Jagd.

Was ist Ihnen als Gastgeber besonders wichtig?

Die Qualität der Speisen und die Freundlichkeit gegenüber unseren Gästen. Während wir am Tisch sind und Vorschläge aus der aktuellen Tageskarte unterbreiten, kommt schnell ein herzliches Gespräch zu Stande. Wenn die familiäre Atmosphäre unseres Gasthauses spürbar wird, sind wir zufrieden.



Informationszentrum Biosphärenreservat

Ausstellung „Lebendige Stille – natürlich!“

Schmiedefeld am Rennsteig
Brunnenstraße 1
täglich geöffnet

Wälder, Wiesen, Moore
und Bäche entdecken



Ferienunterkünfte im Biosphärenreservat

Besondere Orte und Engagement im Urlaub

Im kleinen Örtchen Langenbach im Schleusegrund haben Linda und Douw Cloete ein altes Haus in ein echtes Schmuckstück verwandelt. Gemeinsam mit ihren Gästen wollen sie Citizen-Science Projekte ins Leben rufen. Und in Neustadt am

Rennsteig gibt es himmlische Übernachtungen in der Michaeliskirche. Zwischen Mai und Mitte Juli laden außerdem die blühenden Bergwiesen ein.





Landferienhaus Linde

Auszeit am Rande des Waldes

Hier können Sie Urlaub und Engagement verbinden

Ruhe und Genuss im ländlichen Idyll – zu Gast bei Linda und Douw Cloete

Alle guten Dinge sind drei: Das Beste aus dem wilden Spirit Südafrikas, der unbeschweren Leichtigkeit der Niederlande, vereint in der wunderbaren Thüringer Waldnatur. Wer bei den Cloetes Urlaub verbringt, genießt internationale Gastfreundschaft, Gemütlichkeit und gutes Essen. Seit einigen Jahren schon betreiben der gebürtige Südafrikaner und die Niederländerin gemeinsam ein Landferienhaus am Rande des Ortes Langenbach. „Es war Liebe auf den ersten Blick“, meinen die beiden und kommen regelrecht ins Schwärmen, wenn sie vom Thüringer Wald sprechen. Hier können sie ihre Leidenschaft für die Natur und den Genuss mit zahlreichen Gästen teilen, die übers Jahr in den Pensionszimmern oder den Ferienwohnungen nächtigen. Gekocht wird selbst,

meist regionaltypische Spezialitäten wie Thüringer Rostbrätel, Rinderroulade und Wildbraten. Auf Wunsch zaubert das Gastgeberpaar auch mal südafrikanische Nationalgerichte wie Bobotie auf den Tisch. Im Sommer wird gegrillt und der Sundowner auf der Sonnenterrasse serviert. Die Lage des Landferienhauses ist perfekt für Ruhesuchende geeignet: unmittelbar am Waldrand, mit Anbindung an zahlreiche Wanderwege.

Tipp: Citizen-Science-Woche

Lernen Sie den Thüringer Wald hautnah kennen. Vom Schwarzspecht bis zum Schwarzstorch, vom Feuerfalter bis zum Feuersalamander. Douw und Linda Cloete entdecken mit Ihnen Wald, Bergwiese und Bergbach rund um Langenbach.

Kontakt und Infos:

Landferienhaus Linde
Langenbach, Straße am Berg 10
98667 Schleusegrund
www.landferienhaus-linde.de



Bürgermeister der Gemeinde Schleusegrund Heiko Schilling übergibt das Partnerschaftschild an das Landferienhaus

Interview mit Linda Cloete

Was mögen und schätzen Ihre Besucher am meisten?

Viele Gäste sind erstaunt über die herrliche Stille, die man bei uns erleben kann. Das Vogelzwitschern und Rauschen der Bäume ist so belebend! Gleich hinten

im Garten steht die Namenspatronin für unser Landferienhaus: eine mächtige, alte Linde. Der Wald beginnt direkt hinter dem Haus, man kann also direkt von hier aus eine Tagestour starten. Wir geben aber gern auch persönliche Tipps für Ausflüge in die Umgebung.

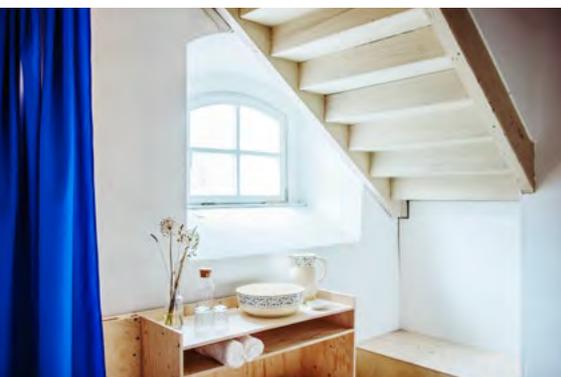
Was sind besondere Spezialitäten, die Ihre Gäste genießen können?

Unsere Besucher schätzen die hausgemachte Küche, viele Zutaten kaufen wir bei Direktvermarktern und regionalen Produzenten ein. Wir orientieren uns natürlich an den Jahreszeiten und saisonal verfügbaren Produkten, aber es kann auch schon mal etwas mediterran oder südafrikanisch angehaucht sein.

Her(R)bergskirchen

Himmlisch nächtigen – zwischen Gebetsbänken, Altar und Orgel

Eine Übernachtung der besonderen Art.



Die etwas andere Unterkunft: Michaeliskirche in Neustadt am Rennsteig

In den Her(R)bergskirchen Thüringer Wald mit Blick in den Kirchenhimmel zu übernachten, das ist schon etwas Besonderes. Gastgeber Horst Brettel schaut immer wieder in erstaunte Gesichter, wenn Besucher ihren außergewöhnlichen Schlafplatz zum ersten Mal begutachten. Ein bodentiefer blauer Vorhang trennt das Schlafgemach – ein gemütliches Doppelbett und eine Kommode – vom Rest des Kirchenraums ab. Zieht man ihn zur Seite, blickt man vom Bett aus direkt auf den Altar und bunte Glasfenster. Dusche und WC befinden sich gleich neben dem Haupteingang. Die Verpflegung ist eigene Sache und vielfältig gestaltbar: Selbstgekauft Zutaten im Nahkauf gegenüber können in der Küche des Pfarrhauses zubereitet

werden, oder man schlemmt in einem traditionellen Gasthaus in Neustadt am Rennsteig. Wenn man Glück hat, trifft die Übernachtung terminlich mit einem Konzert zusammen und man kommt vor dem Schlafengehen sogar in den Genuss von Live-Musik, denn die Kirche wird ungeachtet der Herberge kirchlich genutzt: alle zwei Wochen Gottesdienst, Taufen, Hochzeiten, Trauerfeiern – und eben auch musikalische Events. Die Her(R)bergskirchen sind ein Konzept, um neue Nutzungsperspektiven zum Erhalt der Kirchenräume zu schaffen

Kontakt und Infos:

Her(R)bergskirchen Thüringer Wald

Neustadt am Rennsteig

Rennsteigstraße 49

98701 Großbreitenbach

herrbergskirchen.org/de

Interview mit Horst Brettel

Wer sind denn die Besucher, die in der Michaeliskirche übernachten?

Das ist ganz unterschiedlich: der jüngste Gast war gerade Mal ein Jahr alt, der älteste 87 Jahre. Und sie kommen aus ganz Deutschland, dem europäischen Ausland und sogar aus Übersee wie Kanada, Südamerika und Australien. Jeder ist herzlich willkommen. Die Kirchenzu-

gehörigkeit spielt keine Rolle.

Welche Entwicklungen hat es dadurch im Ort gegeben?

Man kann wirklich sagen, dass die Michaeliskirche ein Zugpferd für den Thüringer Wald geworden ist. Im Gespräch bekomme ich oft mit, dass die meisten Gäste zum ersten Mal in Thüringen oder im Thüringer Wald sind und die besondere Art unserer Unterkunft den Anlass dazu gab. Natürlich sind sie überrascht und begeistert über die Natur und

Vielfalt der Region. Ein schöne Wertschöpfungskette hat sich für den Ort entwickelt: Die Einnahmen helfen beim Sanieren der Kirche, die Kurtaxe fließt ins Gemeindefiskus, der Lebensmittelhändler, Bäcker oder Gastronom hat auch etwas davon. Es belebt unseren Ort durchaus.



Fotos: Verwaltung Biosphärenreservat

Partner-Netzwerk im Biosphärenreservat

Von Partner zu Partner – ein bundesweites Netzwerk

Nachhaltig genießen und entspannen

Die Natur mit anderen Augen sehen, auf Tuchfühlung mit einer Region gehen und dabei regionale Spezialitäten genießen – so geht Urlaub im Thüringer Wald! Die Partner des UNESCO-Biosphärenreservates stehen für entspannte Auszeiten und Genuss für die Sinne. Sie engagieren sich für den Erhalt und die Entwicklung dieser wunderbaren Landschaft und sind ausgezeichnet nach strengen Kriterien im Bereich Umwelt, Soziales, Regionalität und Qualität. Bundesweit setzen sich regional ansässige Betriebe und Einzelpersonen in den Naturparks, Nationalparks und Biosphärenreservaten für eine nachhaltige touristische Entwicklung ein. In 30 Initiativen bieten über 1.400 Partner nachhaltige Angebote für Übernachtungen, Gastronomie, Handwerk, Naturerlebnisse und vieles mehr. Die Biosphären-Partner im Thürin-

ger Wald sind gut miteinander vernetzt und zeichnen sich durch eine stattliche Vielfalt an touristischen Angeboten aus – natürlich nachhaltig und regional.

Das Partner-Netzwerk

Gemeinsam mit den Partnern verwirklichen wir Ziele bzw. Inhalte der Modellregion „Mensch und Biosphäre“ und füllen sie Stück für Stück mit Leben.

Durch die Vernetzung und durch eine öffentlichkeitswirksame Außendarstellung soll die Wertschöpfung für jeden Einzelnen und für die Region insgesamt erhöht werden. Wir wünschen uns gemeinsame Aktionen, eine kreative Zusammenarbeit sowie eine Förderung der Identifikation mit dem besonderen Naturraum, in dem wir leben. Dabei unterstützen und bestärken wir unsere Partner, neue nachhaltige Wege zu gehen und das Biosphärenreservat attraktiv, qualitativ hochwertig und

Warum Partner werden?

- eine gemeinsame Stimme für die Region
- enge Zusammenarbeit: Verwaltung Biosphärenreservat Thüringer Wald und Partner, offen für alle Branchen
- Qualitätssiegel für Umweltbewusstsein, Qualität, Service und Regionalität
- Entwicklung neuer Produkte und Aktionen
- Vernetzung und Austausch
- Stärkung regionaler Wirtschaftskreisläufe
- Weiterbildung und Informationen
- Einbindung in ein bundesweites Netzwerk über Nationale Naturlandschaften e. V., unseren Dachverband

zunehmend zukunftsfähig zu gestalten.

Werden Sie Biosphären-Partner

Die Vergabe des Zertifikats erfolgt auf Antrag und nach Prüfung der Kriterien durch einen Vergaberat, der aus Fachvertreter*innen aus den Bereichen Nachhaltigkeit, Naturschutz, Tourismus, Land- und Forstwirtschaft, Bildung für nachhaltige Entwicklung, Mobilität, Handwerk sowie Gastronomie/Hotellerie besteht.

Kontakt und Infos:

Anke Schmidt

Naturraum- und Regionalmanagement
Telefon: 0361 573924616

E-Mail: anke.schmidt@nnl.thueringen.de

Geführte Naturerlebnisse

Entdeckungsreise mit den Partner-Naturführern

Ob im Winter bei einer Schneeschuhwanderung oder im Sommer bei einer Erlebnistour mit Shetland-Ponys die Partner-Naturführer des Biosphärenreservats sind bekannt für ihre besonderen Naturerlebnisangebote.



Naturführer Jens Schmidt

Von Wanderungen mit Brotzeit im Sommer bis zu Schneeschuhtouren im Winter

Erleben Sie besondere Naturführungen

Er ist ein echter Naturbursche: bodenständig, heimatverbunden, das Herz am rechten Fleck. Jens Schmidt ist in Neustadt am Rennsteig aufgewachsen und kennt die Gegend wie seine Westentasche. „Wer im Ländlichen aufwächst, entwickelt automatisch eine starke Verbundenheit zur Natur“, sagt er aus Überzeugung. Seit 42 Jahren ist er Gastronom aus Leidenschaft. Gemeinsam mit seiner Ehefrau führt er das Hotel Landhaus „Café Edelweiß“ in Neustadt. Dass tiefe Glück, das Jens Schmidt empfindet, wenn er draußen im Wald ist, möchte er anderen Menschen weitergeben. So kam es, dass er zum Naturführer wurde und nun mit Freude seine Liebe zur Heimat und Natur gerne mit anderen teilt.

Wer da an verstaubte Vorträge unter freiem Himmel denkt – weit gefehlt! Jens Schmidt steht für Lebendigkeit,

für Natur zum Anfassen, für Anekdoten zum Schmunzeln oder Nachdenken. Sein Anliegen ist es, die Menschen für alle Themen zu öffnen: für ein achtsames Fortbewegen im Wald und auf den Wiesen genauso wie für regionale Gaumenfreuden. Die Brotzeit, die er seinen Gästen stilecht auf Holzbrettern serviert, besteht unter anderem aus Wurstspezialitäten vom lokal ansässigen Metzger, das Brot ist frisch und selbstgebacken. Dieses urige Picknick mitten im Wald, an einem idyllischen Teich, ist für Teilnehmer ein unvergessliches Erlebnis. Insgesamt 3,5 Stunden dauert die geführte Wanderung, auf der rund 7 Kilometer zurückgelegt werden.

Kontakt und Infos:

Jens Schmidt

Neustadt am Rennsteig

www.draussenimwald.de

Im Interview mit Jens Schmidt

Sie hatten von Kindesbeinen an ein Herz für die Natur.

Ja, das ging gar nicht anders. Mein Großvater war Förster und hat mir schon viel gezeigt. Mich zog es als Kind schon immer raus ins Freie, da war und bin ich am glücklichsten. Heute ist es natürlich auch ein schöner Ausgleich zur Arbeit im Hotel.

Was liegt Ihnen als Naturführer besonders am Herzen?

Zu sensibilisieren für die Natur. Die Augen für das Schöne öffnen. Mit meinen Gästen gehe ich beispielsweise auf einen alten morschen Baumstumpf zu, der mit Flechten und Moosen überzogen ist, um all diese filigranen Formen in Ruhe zu bestaunen. Ich sage immer, der Boden des Waldes ist wie ein Korallenriff.

Wie bedeutsam ist neben dem Vermitteln von Sehens- und Wissenswertem die Entspannung?

Das ist ein ganz wichtiger Punkt. Und eine meiner Philosophien: Entschleunigen. Rausholen aus dem Alltag. Eintauchen ins Grün. Wir müssen uns regelmäßig wieder erden und spüren, dass wir eins sind mit der Natur.

Fotos: Susen Reuter





Rosalie Klaua und Elisa Anne Kuhles mit ihren Shetties

Naturabenteuer mit Entspannungsfaktor

Unterwegs mit Shetlandponys



Zottelige Mähne, sanftes Wesen: Wandern mit Shetlandponys

Wer schon immer mal in tierisch guter Gesellschaft durch die Landschaft ziehen wollte: Rosalie Klaua macht's möglich. Die Touren in Begleitung der Shetlandponys wie „Wohlrosi“ und „Pferdinand“ starten in Gehren, direkt an der Koppel. Nach einer ersten Tuchfühlung mit den Tieren geht es hinaus in Feld und Flur, entlang von wildkräuterreichen Wiesen, durch schattige Wälder mit idyllischen Teichen und Panoramablicken. Das Besondere daran: Die tiefenentspannten Shetlandponys fordern zu einem entschleunigten Wandertempo auf. Dabei heißt es abschalten, im Hier und Jetzt sein, die Sinne schärfen. Landschaft, Ausblicke und Naturwunder genießen. Dem Vogelzwitschern und Blätterrauscheln lauschen. Würzig-frische

Waldluft einatmen und am Quellwasser die Lebensgeister wecken. Rosalie Klaua passt ihre Touren ganz individuell und je nach Kondition bzw. Witterung an. Ob Naturliebhaber, Menschen, die Ruhe und Entschleunigung suchen oder Familien mit Kindern – eine Wanderung Seite an Seite mit den kleinen Kraftpaketen mit großem Herzen ist einfach eine Wucht. Hinzubuchbar sind Achtsamkeits- und Entspannungsübungen oder systemische Beratungen.

Kontakt und Infos:

Rosalie Klaua und Elisa Anne Kuhles
Gehren

www.ponywanderung-thueringerwald.de

Interview mit Rosalie Klaua

Für wen sind Shetlandpony-Wanderungen besonders geeignet?
Prinzipiell für jedermann. Wir, das heißt meine Kollegin Elisa Anne Kuhles und ich, begleiten sowohl Einzelpersonen als auch Gruppen. Einen Schwerpunkt bilden die tiergestützten Freizeitaktivitäten: entschleunigtes Wandern für Urlauber, Ferienfreizeiten, Kindergeburts-

tage, Teambuilding für Unternehmen. Der zweite Schwerpunkt liegt auf der Sonderpädagogik – hier bieten wir tiergestützte Aktivitäten für Menschen mit individuellem Unterstützungsbedarf an. Die Ponys sind mit uns als Co-Coaches unterwegs, beispielsweise um sensorische Fähigkeiten zu trainieren.

Welche Philosophie steht hinter dem Angebot der Shetlandpony-Wanderungen?

Wir möchten Mensch, Tier und Natur in Einklang miteinander bringen. Unsere

heutige Zeit ist oft schnelllebig, hektisch und kopflastig. Dem möchten wir etwas entgegensetzen und die Menschen dazu einladen, mehr zu fühlen, die Umgebung und den Moment zu genießen. Das fängt beim entspannten Wandertempo an und setzt sich beim Wildkräuterschmaus fort: Für viele Teilnehmer ist es ein unsagbar schönes Gefühl, ein paar Stängel Bärwurz entlang der Schwamm-talwiese zu zupfen, den aromatischen Geschmack auf der Zunge zu spüren.

Kräuterexpertin Ruth Bredenbeck

Wilde Schätze aus der Natur entdecken

„Alles, was Leib und Seele guttut“, so das Motto der Kräuterschule Großbreitenbach

Ihr Herz schlägt für die Natur, vor allem für die wunderbare Welt der Pflanzen – und dies seit ihrer Kindheit. So wurde Ruth Bredenbeck bereits mit dem Titel „Thüringer Olitätenkönigin“ gekrönt, außerdem ist sie gelernte Zierpflanzengärtnerin, Diplom-Ingenieurin für Gartenbau und Kneipp-Gästecoach. Mit ihr durch Feld und Flur zu streifen ist eine absolute Bereicherung. Man kehrt beseelt und mit viel neuem Wissen im Gepäck über Wildkräuter zurück.

Ihre Begeisterung für die heimische Flora teilt Ruth Bredenbeck nicht nur in Wanderungen, sondern auch in Kursen über das Kochen und Backen mit Kräutern: Ob Aufstriche, Suppen, Salate, Desserts oder Getränke – die Zutaten

stammen von regionalen Erzeugern aus dem UNESCO-Biosphärenreservat Thüringer Wald. Wie man mit wenigen Mitteln feine Körperpflegeprodukte oder heilende Tinkturen und Salben herstellen kann? Das verrät die Kräuterexpertin in weiteren Workshops, die verheißungsvolle Namen tragen wie „Rosenlust & Kräuterzauber“ oder „Immunstärkung mit Wildfrüchten, Nüssen und Wurzeln“. Und nebenbei lauscht man geheimnisvollen Sagen und Legenden, die sich um so manch botanische Schätze ranken.

Kontakt und Infos:

Ruth Bredenbeck / Referentin Kräuterschule Großbreitenbach

Thüringer Wald-Kreativ-Museum
Myliusstraße 6 | 98701 Großbreitenbach

www.thueringer-olitaetenland.de

www.lg-grossbreitenbach.de

Köstlich, belebend und erfrischend: „Thüringer Wald Limonade“

Apfelsaftschorle mit Auszügen von Thüringer Kräutern

Zutaten

- **Sprudelwasser** aus der Thüringer Waldquelle oder **Sekt**
- **Apfelsaft** von einer historischen Streuobstwiese aus der Region
- **Kräuter** von Thüringer Kräuterwiesen (eine Hand voll pro Liter): Thüringer Minze, Giersch, Bärwurzblätter

Zubereitung

Eine Handvoll frische Blätter von Thüringer Minze, Giersch und Bärwurzblättern (Mischung 2:2:1) direkt in 1 Liter Apfelsaft legen und ca. 3 bis 4 Stunden ziehen lassen. Anschließend mit Mineralwasser oder Sekt nach Geschmack aufgießen und mit Zitronenscheiben verfeinern. Trinken und Genießen. Zum Wohl!



Das Schönste Ziel der Welt heißt Schmiedefeld

Gemeinsam für nachhaltige Sportveranstaltungen

Einmal im Jahr findet in Schmiedefeld am Rennsteig der größte Crosslauf Europas statt. Mehr als 10.000 Läufer machen sich dann auf den Weg durch den Thüringer Wald.



Das schönste Ziel der Welt ist

Rennsteiglauf | 29



Schmiedefeld!



GutsMuths-Rennsteiglauf

Größter Crosslauf Europas

Mehr als 10.000 Sportbegeisterte treffen sich jedes Jahr in Schmiedefeld am Rennsteig

Ein besonderes Laufevent mit Ziel in Schmiedefeld am Rennsteig – mitten im UNESCO-Biosphärenreservat Thüringer Wald

Der Lauf hat sich 2020 als neuer Partner qualifiziert und macht sich mit konkreten Maßnahmen auf den Weg seine Nachhaltigkeitsziele umzusetzen. Der Zielort Schmiedefeld am Rennsteig liegt mitten im UNESCO-Biosphärenreservat Thüringer Wald. „Als Partner des UNESCO-Biosphärenreservats Thüringer Wald setzen wir uns aktiv für die Pflege und den Schutz des natürlichen und kulturellen Erbes der Biosphärenregion ein. Unsere traditionsreiche Laufveranstaltung wirkt identitätsstiftend nach innen und imagebildend nach außen. Über 1700 Helfer aus 23 Vereinen unterstützen die Veranstaltung und präsentieren den Thüringer Wald“, betont Jürgen Lange als Präsident des GutsMuths Rennsteiglaufvereins.



Jürgen Lange (links), Präsident des GutsMuths-Rennsteiglaufverein e.V. und Jörg Voßhage, Leiter des UNESCO-Biosphärenreservats Thüringer Wald freuen sich über die Partnerschaft.

Kontakt und Infos:

Rennsteiglauf Sportmanagement & Touristik GmbH,
Schmiedefeld am Rennsteig,
Ruppachstraße 1a, 98528 Suhl
www.rennsteiglauf.de

Schon gewusst?
Am 13. Mai 2023
findet der Rennsteiglauf
zum 50. Mal statt.

Gemeinsam für nachhaltige Sportveranstaltungen

- der Rennsteiglauf führt mitten durch das UNESCO-Biosphärenreservat Thüringer Wald und bietet auf abgestimmten Wegen Einblicke in die schützenswerte Natur- und Kulturlandschaft

- Umweltzonen an den Versorgungsstellen und Müllsammelaktionen
- Rennsteiglauf autofrei: breites Shuttle-System im Ticket inklusive
- Einbindung Thüringer Erzeuger bei Ausschank und Speiseangebot und kurze Lieferketten
- Reduzierung des Verbrauchs an Broschüren: Von Print zu Web
- Sensibilisierung der Läufer für einen bewussten Umgang mit der Natur des Thüringer Waldes
- Mehrweg statt Einweg, Papier statt Plastikbecher an der Strecke
- Rennsteiglauf CO² Ausgleich durch Neupflanzungen von Bäumen
- Wasser und Energie werden bewusst und sparsam verwendet



Klimafreundlich unterwegs: Mit Bus und Bahn zum Rennsteig

Das UNESCO-Biosphärenreservat ist – im Rahmen einer Kooperation von Umweltverbänden mit der Deutschen Bahn – seit vielen Jahren als „Fahrtziel Natur“-Gebiet anerkannt.

Klimafreundlich unterwegs zu sein ist ein zunehmendes Bedürfnis der Gesellschaft – die Natur dankt es. Im Thüringer Wald können Besucher bequem per Bus und Bahn an- bzw. abreisen. Während des Aufenthaltes steht ein umfangreiches Netz an öffentlichen Verkehrsmitteln zur Verfügung.

Rennsteig-Ticket

– Das Plus für Übernachtungsgäste
In zahlreichen Urlaubsorten des UNESCO-Biosphärenreservates haben Übernachtungsgäste täglich die Möglichkeit, mit Rennsteig-Bussen (an Wochenend- und Feiertagen mit

dem RennsteigShuttle) unterwegs zu sein – und dies ganz ohne zusätzliche Entrichtung eines Entgeltes. So macht klimafreundliche Mobilität Spaß! Und so funktioniert's: Die Gästekarte mit integriertem Rennsteig-Ticket ist Ihr Fahr-schein. Sie erhalten diesen automatisch bei der Anreise in folgenden Erholungs-orten: Altenfeld, Frankenhain, Gehlberg, Großbreitenbach, Manebach, Neustadt a.R., Gießübel, Schönbrunn, Frauen-wald, Masserberg, Schmiedefeld a.R. und Stützerbach. Auch in anderen Orten ist die Gästekarte erhältlich – fragen Sie einfach bei Ihrem Vermieter nach. Ein weiterer Pluspunkt: In der Karte ist außerdem die Thüringer Wald Card mit vielen Vorteilen in Freizeiteinrichtungen und Museen enthalten.

www.thueringer-waldcard.de

Fahrpläne und Infos unter:
www.rennsteig-ticket.de

2018 wurde die Region mit dem Fahrtziel Natur-Award ausgezeichnet. Gewürdigt wird die Verbindung von nachhaltigem Tourismus und umweltfreundlicher Mobilität.

www.fahrtziel-natur.de



„Nachhaltiges Netzwerk Leben“

Die Partner der Nationalen Naturlandschaften stellen sich vor
Unsere Biosphären-Partner sind bundesweit vernetzt.

Zusammen entstand nun ein erfrischender und poetischer Film über die Schutzgebiete und ihre Partnerbetriebe in Deutschland. In moderner Dicht- und Sprachkunst hat die Poetry-Slammerin Sandra Da Vina die Schönheit und Vielfalt

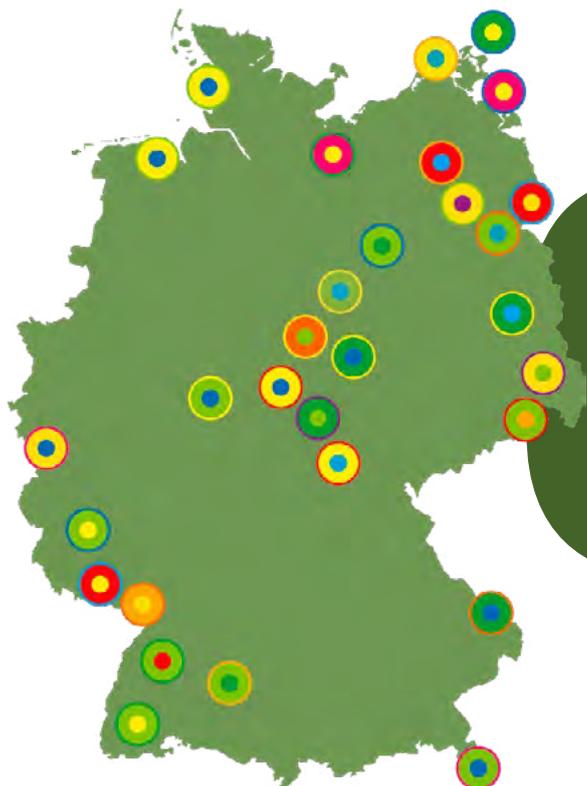
unserer Naturlandschaften, das nachhaltige Handeln der Partner, aber auch die gemeinsame gesellschaftliche Herausforderung, dem Klimawandel entgegenzuwirken, beschrieben.

Partner der Nationalen Naturlandschaften

**NACHHA
TIGES
NETZWEK
LEBEN**



Hier geht's
zum Video:



Kennen Sie schon die anderen
Nationalen Naturlandschaften
in Deutschland?

www.nationale-naturlandschaften.de

Wo Gutes direkt von hier kommt.



Deine Biosphären.
[Verrückt-auf-Morgen.de](http://verrueckt-auf-morgen.de)

Die 18 Biosphärenreservate in Deutschland

sind Modellregionen für das Leben von morgen. Kein Wunder, dass man bei uns heute schon Produkte kaufen kann, die nachhaltig der Förderung der Artenvielfalt dienen. Finde mehr darüber heraus auf: verrueckt-auf-morgen.de

