



## Ratgeber für Neuwanderer & Wanderer - Top 5

### 1. Gutes Schuhwerk

Stabile, wetterfeste Schuhe am besten Wanderschuhe, die Investition lohnt sich. Beachten sollte man hier einen festen Sitz und hohen Tragekomfort – immerhin laufen Sie Stunden oder auch Tage

### 2. Einen kleinen Rucksack packen

Im Rucksack sollten ausreichend Getränke und eine Kleinigkeit zum Essen sein. Auf einer Wanderung werden zwischen 200-300 Kalorien pro Stunde verbrannt – das macht Appetit und Durst. Wasser oder Saftschorlen, Obst, Nüsse oder Müsliriegel eignen sich hierzu bestens.

### 3. Wetterbedingte Kleidung

Auch wenn dies selbstverständlich scheint, zwischen warm und kalt liegt meist nur eine dichte Waldpassage oder ein kurzer Schauer. Der Zwiebellook eignet sich besonders gut, damit sind Sie auf alles vorbereitet.

### 4. Insekten- / Zeckenspray und Sonnencreme

Zurzeit sollte dies auf Ihrer Wanderung nicht vergessen werden.

### 5. Vorabinformationen

- gewünschtes Prospekt- / Kartenmaterial anfordern oder sich auf unserer Webseite einlesen
- unbedingt Schwierigkeitsgrad, Gehzeit, Km-Angaben und Höhenmeter beachten und dementsprechenden die Wege auswählen
- aktuelle Sperrungen vor der Begehung beachten, es wäre zu Schade am Startpunkt wieder umdrehen zu müssen
- unbedingt immer der Beschilderung folgen und in empfohlener Gehrichtung wandern
- den Weg keinesfalls verlassen, hier kann es sonst zu Unfällen, Verletzungen oder Verlaufen kommen
- Kinderwagen, Bollerwagen, Fahrräder etc. sind nicht geeignet für unsere Wanderwege
- Hunde können mitgenommen werden, hier ist aber eine Leine Pflicht und Kotbeutel sind mitzuführen
- es gibt keine Mülleimer an den Wegen, somit muss der Müll bitte immer wieder mit nach Hause genommen werden

*Anregungen, Beschwerden oder Lob  
können gerne im Nachhinein an uns weitergegeben werden:*

Tourist-Information im Neuen Schloss

☎ 06761/837-296 ✉ [tourist-info@sim-rhb.de](mailto:tourist-info@sim-rhb.de)