

Barfuß-Wanderung Pfälzerwald (für Einsteiger)

03.05.26: Rundtour bei Lambrecht

Mäßig · ⌚ 03:21 · ↔ 10,5 km · ⌚ 3,1 km/h · ↗ 430 m · ↘ 430 m

Die überwiegend barfußgeeignete Rundwanderung von etwa 10,5 km vom **Bahnhof Lambrecht (Pfalz)** führt uns zunächst zu zwei Aussichtspunkten am Teufelsfelsen. Danach folgen wir dem ausgetretenen Heideweg bergauf bis zum Ende des Luhrbachtals, bevor wir auf die andere Talseite wechseln und dem Höhenrücken folgend, auf wenig begangenen Wegen zurück nach Lambrecht kehren.

Die Wanderung ist speziell für Barfuß-Einsteiger gedacht und folgt überwiegend gut bis sehr gut auch für Anfänger barfußtauglichen Wegen. Im Vordergrund stehen keine großen Wanderhighlights, sondern die wunderbare Vielfaltigkeit der Wege im Pfälzerwald, die wir achtsam mit allen Sinnen genießen wollen. Über vielbegangene, aber auch abseitige, Wald- und Wiesenpfade auf abwechslungsreichen Untergründen durch Laub-, Nadel- und Mischwälder kann jeder so lange barfuß gehen, wie es angenehm ist.

Wir nehmen Rücksicht auf die individuellen Bedürfnisse und haben auf jeden Fall Schuhe dabei, die wir (wieder) anziehen, wenn es unangenehm wird. Da keine Einkehrmöglichkeit besteht, sind auch Verpflegung und genügend Getränke mitzunehmen.

Erfahrungsgemäß benötigen wir (einschließlich Pausen) 5-6 Stunden für die Tour.

Achtung: da der Untergrund teils uneben und von Wurzeln durchsetzt ist und die Tour für Ungeübte sowieso zu lang fürs durchgängige Barfußlaufen ist, müssen auf jeden Fall Schuhe mitgenommen werden! Bitte auch ausreichend Getränke und Verpflegung mitführen. Eine Einkehrmöglichkeit ist unterwegs NICHT vorhanden.

Die An- und Abreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist möglich. Treffpunkt und Start der Wanderung ist um **10:15 Uhr** auf dem Parkplatz vor dem **Bahnhof Lambrecht**. Mit der S1 aus Mannheim kommend erreicht man den Bahnhof Lambrecht bspw. um 10:09 Uhr. Rückfahrt nach Mannheim ist dann etwa alle halbe Stunde möglich, bspw. um 16:20 Uhr mit der S2 oder 16:49 Uhr mit der S1.

Link zur Tour: **Barfuß Wanderung Pfälzerwald (für Einsteiger) 03.03.26: Rundtour bei Lambrecht**

https://www.komoot.com/de-de/tour/2900645741?share_token=aFUSZMrkddHV0E7CnJDzggwNuuRI61EkLD4dgBPy4B1hDfAWPx&ref=wtd

Bei Fragen und Problemen, wendet euch bitte an Ralf Dielschneider unter 0159 01381141



Höhenmeter

Höhenprofil ▾

Klick und zieh mit der Maus über das Profil, um die Statistiken für einen Bereich zu sehen.



Wege und Oberflächen

Wegearten

Wanderweg:	0,17 km
Weg:	3,11 km
Nebenstraße:	725 m
Fußweg:	361 m
Bergwanderweg:	116 m

Oberflächen

Locker Untergrund:	8,95 km
Unbekannt:	531 m
Asphalt:	425 m
Befestigter Weg:	331 m
Naturbelassen:	131 m
Alpines Gelände:	116 m



Teufelstein



Drei-Stempel-Stein



Blick auf Lambrecht am Teufelsfelsen



Typischer Waldweg



Heideweg



Der Weg bergauf

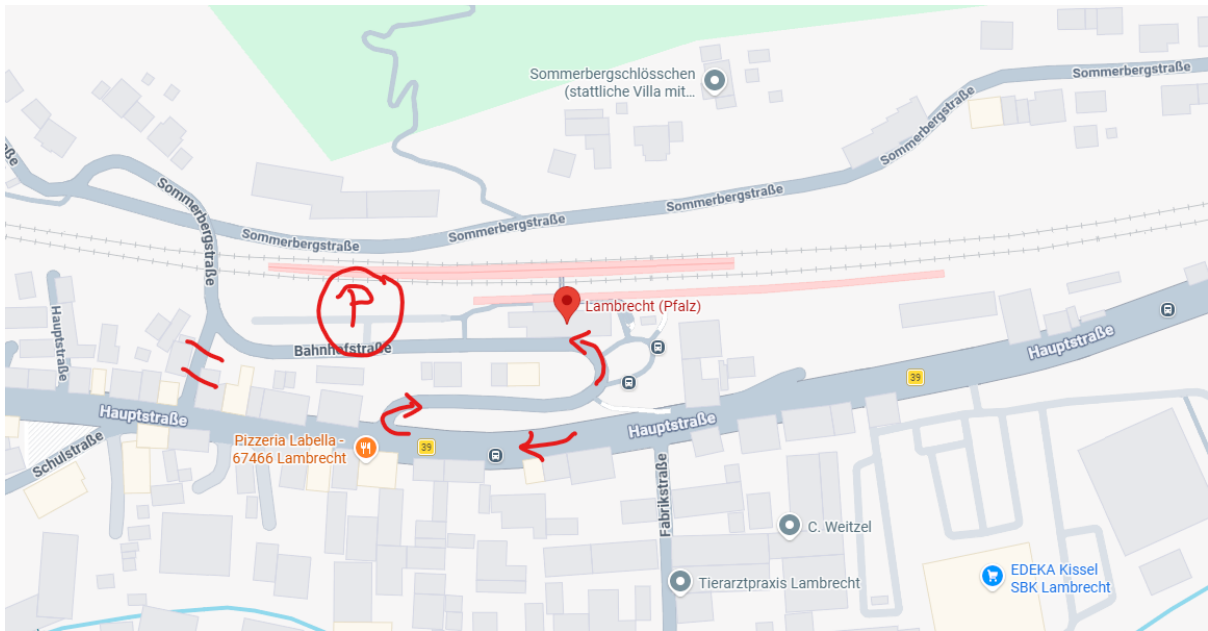


Alte Viehtränke auf dem Höhenrücken



Pfad in Lambrecht

Treffpunkt: Parkplatz am Bahnhof Lambrecht:



P= Parkplatz, Achtung: Parkplatz ist nur über die Bahnhofstr. erreichbar (siehe eingezeichnete Pfeile)

Anfahrt von Mannheim Hbf. zum **Bahnhof Lambrecht** mit der S1 (nach Homburg/Saar):

09:26 – 10:09 | 43min Geringe Auslastung erwartet

S1

Mannheim Hbf Lambrecht(Pfalz)

[Details ^](#)

Reiseplan

09:26 **Mannheim Hbf** > **GL 1**

43min S | S1
nach Homburg(Saar)Hbf

Beförderer Fahrradmitnahme Weitere Informationen

Geringe Auslastung erwartet

Fahrinformationen

8 Haltestellen

10:09 **Lambrecht(Pfalz)** > **GL 3**

Rückfahrt vom **Bahnhof Lambrecht** nach Mannheim Hbf. z.B. um 16:49 Uhr mit der S1 Richtung Osterburken:

16:49 – 17:35 | 46min
Geringe Auslastung erwartet ☺☺☺

S1

Lambrecht(Pfalz)
Mannheim Hbf

[Details ^](#)

Reiseplan

16:49

○

Lambrecht(Pfalz) >

GI. 2

46min

|

S | S1

nach Osterburken

Beförderer

Fahrradmitnahme

Weitere Informationen

☺☺☺ Geringe Auslastung erwartet

Fahrtinformationen

10 Haltestellen ▾

17:35

▽

Mannheim Hbf >

GI. 11

Alternative Verbindungen:

16:20 – 17:03 | 43min
Mittlere Auslastung erwartet ☺☺

S2

Lambrecht(Pfalz)
Mannheim Hbf

[Details ▾](#)

16:49 – 17:35 | 46min
Geringe Auslastung erwartet ☺☺☺

S1

Lambrecht(Pfalz)
Mannheim Hbf

[Details ▾](#)

17:20 – 18:03 | 43min
Hohe Auslastung erwartet ☹☹☺

S2

Lambrecht(Pfalz)
Mannheim Hbf

[Details ▾](#)

17:48 – 18:21 | 33min | 1 Umstieg
Geringe Auslastung erwartet ☺☺☺

S1

REL

Lambrecht(Pfalz)
Mannheim Hbf

[Details ▾](#)

17:48 – 18:33 | 45min
Geringe Auslastung erwartet ☺☺☺

S1

Lambrecht(Pfalz)
Mannheim Hbf

[Details ▾](#)