

# 5. Kensho-Wander-Tour - Änderung 1

(Heidschnuckenweg von Bispingen bis Soltau)

**Datum:** Am Sonntag, den 29. September 2019

**Initiator:** Michael Dück, 0173/9468951, [michael.hamburg@gmx.de](mailto:michael.hamburg@gmx.de)

## **Worum geht's?**

In der Gemeinschaft von „Kensho & Friends“ wollen wir mal wieder eine Wanderung unternehmen, d.h. zusammen mit anderen Karateka oder Freunden begeben wir uns auf den 22,3 km langen Weg von Bispingen nach Soltau entlang des berühmten Heidschnuckenwegs. Auf die 8,4 km lange Strecke von Behringen bis Bispingen müssen wir dabei verzichten, da dies sonntags mit den Möglichkeiten des ÖPNV nicht darstellbar ist, aber dadurch ergibt sich die Option, im Herbst noch einmal diese kleine Tour von Bispingen nach Behringen zu laufen, dort wie 2018 einen überaus leckeren Kuchen zu essen und dann wieder nach Bispingen zurück zu gehen (16,8 km). Auf den folgenden Seiten findet Ihr weitere Informationen zum Verlauf, An- und Abreise sowie zum unverbindlichen Zusage- und Absage-Doodle, in den Ihr Euch bitte **bis zum Donnerstag, den 26.09.2019** eintragen möget.

**Achtung:** Die Änderung zur vorherigen Ausschreibung erfolgte aufgrund der nun möglichen An- und Abreise mit der Bahn via Soltau. Von dort kommen wir alle mit Bahn oder Auto besser wieder zurück und müssen keinen bestimmten Heideshuttle abpassen, der uns nach Bispingen zurück bringt - also alles läuft jetzt entspannter. Die Infos dazu findet Ihr weiter hinten im Skript.

Ich freue mich auf Euch - Michael



*Das Foto zeigt die Teilnehmer der 4. Kensho-Wander-Tour vom 12.08.2018*

# 5. Kensho-Wander-Tour - Änderung 1

(Heidschnuckenweg von Bispingen bis Soltau)

Neben allen Mitgliedern von Kensho sind folgende Vereine, Trainer und nette Menschen eingeladen:

- Karate-Sparte der BSG Hochbahn e.V.
- Karate-Dojo Winsen im TSV Winsen e.V
- Osaka Karate im VfL Lüneburg e.V.
- Oshiro Dojo Lüneburg
- Trainerinnen und Trainer des Karate Sommer Seminars 2019
- Trainerinnen und Trainer des Kensho Kata Kai 2019
- Nette Menschen, Freunde und Familie, von denen Ihr wisst, dass sie ebenfalls Freude an solch einer Wanderung haben. Ladet sie einfach mit ein.

Link zur Doodle-Abstimmung:

<https://doodle.com/poll/mk9qr2prmimv9g23>

- Dies sind die zu wählenden Optionen:
  1. Ihr kommt mit: Tragt bitte Eure(n) Namen ein und macht ein Häkchen - sehr gut!
  2. Ihr kommt nicht mit: Bitte nichts eintragen - schade!
- Ihr könnt Eure Meinungen und Einträge jederzeit wieder ändern, erweitern, löschen usw.
- Abgabeschluss für die Doodle-Abstimmung ist **Donnerstag, der 26.09.2019**
- Ich benötige die Meldung zu ungefähren Planung der Teilnehmer.
- Nur die Teilnehmer, deren Kontaktdaten ich habe, kann ich im Falle einer Absage informieren.

Zeitplan inklusive geänderter An- und Rückreise:

Treffen in Soltau am Bahnhof beim Heideshuttle 4:	08:45-09:00 Uhr
Abfahrt nach Bispingen mit dem Heide-Shuttle 4:	09:06 Uhr
Ankunft in Bispingen:	09:38 Uhr
Abmarsch in Bispingen:	09:45 Uhr
Ankunft in Soltau	ca. 16:30 Uhr

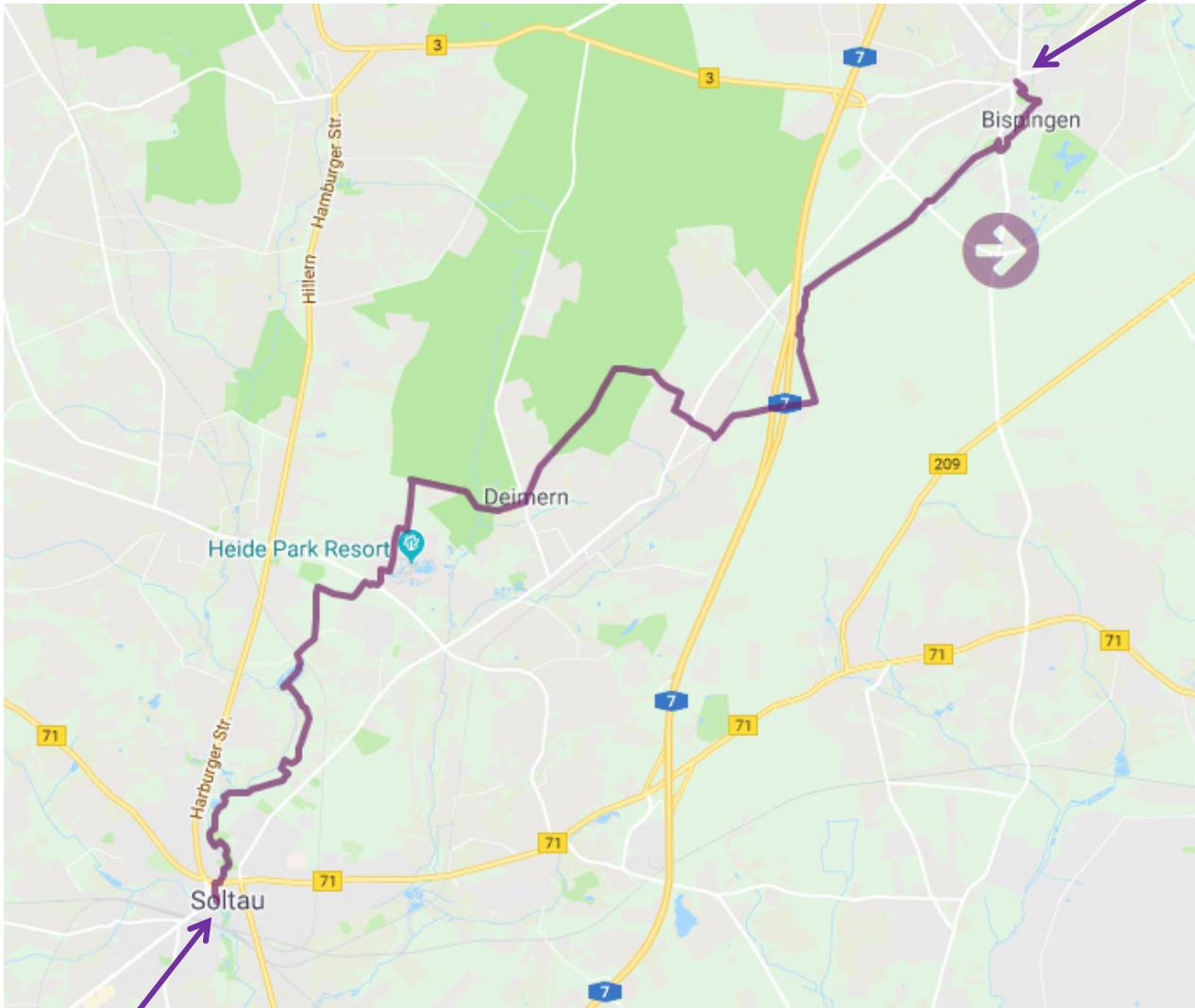
Annahme: Wandergeschwindigkeit = 3,5 km/h inklusive Pause zwischendurch => 22,3 km in 6,4 Stunden

# 5. Kensho-Wander-Tour - Änderung 1

(Heidschnuckenweg von Bispingen bis Soltau)

## Der Wanderweg von Bispingen nach Soltau (22,3 km)

Start in Bispingen, Bahnhof bei der Touristen-Information



Ende in Soltau am Bahnhof Soltau (Han)

# 5. Kensho-Wander-Tour - Änderung 1

(Heidschnuckenweg von Bispingen bis Soltau)

## Beschreibung der Route zitiert von der Webseite [www.heidschnuckenweg.de](http://www.heidschnuckenweg.de):

Heidschnuckenweg: Heideflüsse und der Kreuzberg: Etappe 6

Nur wenige Schritte vom Schäferplatz in der Ortsmitte von Bispingen entfernt steht die alte Kirche aus dem Jahre 1353. Die Ole Kerk zählt zu den ältesten Bauwerken der Lüneburger Heide. Schutzgebende Feldsteinmauern, schlichtes Innere zum Stillwerden.

Über die kleine Luhebrücke. Entlang des Luhetals verlässt der Heidschnuckenweg das Heidestädtchen. Die Luhe, nur noch ein kleiner Bach. Nahe der Autobahn dann die drei terrassenartig angeordneten Quellteiche. Die Bank für eine kurze Pause.

Unter dünnen Kiefern schlängelt sich der schmale Pfad durch Heidelbeer- und Heidesträucher. Der Wald wird lichter. Nach der Autobahnunterquerung wechseln sich Felder und kleine Waldstücke ab. Rechts, links – rechts, links. Im Rhythmus der Wald- und Felldränder geht es zum Kreuzberg, der letzten großen Heidefläche der Nordheide. Vor 20 Jahren noch Truppenübungsplatz. Jetzt hat sich die Heide das Terrain zurückerobert. Touristen finden nur selten hier her, ein echter Geheimtipp.

Nächstes Zwischenziel Heide Park Resort. Die hohen Türme der Fahrattraktionen sind vom Kreuzberg gut zu sehen. Die Höfe von Deimern und das Ehbläcksmoor liegen am Weg. Und dann ein Pot Kaffee und ein Stück Kuchen im Hotel Port Royal.

Das Böhmetal vor Soltau: grüner Zugang zur Spielestadt. Die Böhme entspringt im Pietzmoor. Das östliche Ufer, auf dem auch der Heidschnuckenweg verläuft, ist hügelig. Immer wieder Blicke von oben auf den dunkel in zahllosen Kurven dahinströmenden Fluss. Erlen haben das Ufer erobert. Unweit der Böhme zwischen den Heidelbeeren ein kreisrunder Teich im Wald. Steil fallen die Ufer zur Grundlosen Kuhle ab, in Wirklichkeit etwa 5 Meter tief.

Wieder zurück am Böhmeufer geht es nun stetig auf und ab, der Weg wird schmaler, verläuft unmittelbar am Fluss. Unvermittelt am Waldrand das Soltauer Schwimmbad. Und die große Schwester, die Therme. Ein Bad und Entspannung für die müden Beine täten jetzt gut. Durch den BöhmePark mit seinen Teichen führen die gewundenen Wege bis in die nahe Innenstadt.

### Hinweis:

Leider gibt es auf dieser Etappe keine Einkehrmöglichkeiten!

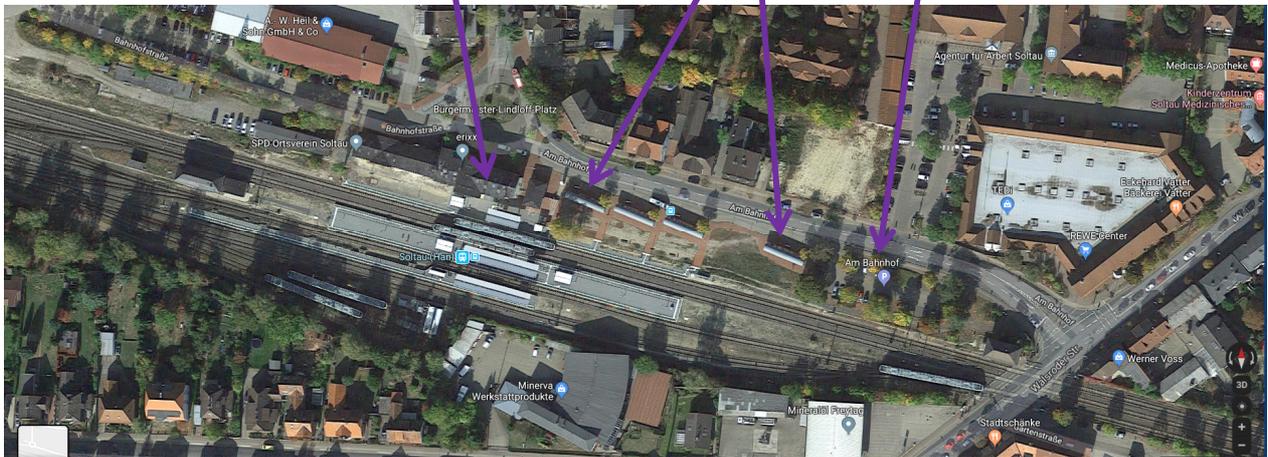
Wir bitten Sie daher, Ihren Rucksack mit genügend Lunchpaketen und Trinkflaschen auszustatten!

# 5. Kensho-Wander-Tour - Änderung 1

(Heidschnuckenweg von Bispingen bis Soltau)

Treffpunkt in Soltau am Busbahnhof beim Bahnhof Soltau (Han):

Bahnhof Soltau (Han) - Busbahnhof - Parkplatz



Karte via Goole Maps: <https://www.google.de/maps/@52.9832455,9.8322111,234m/data=!3m1!1e3>

## An- und Rückreise-Möglichkeiten

### Anreise mit dem PKW:

Mit kann mit dem Auto anreisen und vermutlich auf dem Parkplatz am Busbahnhof parken. Der Busbahnhof liegt direkt am Bahnhof Soltau (Han). Eventuell ist er kostenpflichtig. Zur Not muss man in irgendwo in der Nähe parken - also bitte rechtzeitig von Zuhause starten:

Hamburg Hbf - Soltau (Han) via A1/A7: Strecke = 80 km, Dauer = 60 Minuten

Lüneburg - Soltau (Han) via B209 oder A7: Strecke = 60-65 km, Dauer = 55 Minuten

### Anreise mit der Bahn aus Hamburg via Hamburg-Harburg und Buchholz nach Soltau:

	(knappe, aber ideale Verbindung)	(etwas zu frühe Sicherheitsverbindung)
ab Hamburg Hbf	07:37 Gl.13D-F mit RB41	06:37 Gl.14 mit RB41
an Hamburg-Harburg	07:48 Gl.3	06:48 Gl.3
ab Hamburg-Harburg	07:49 Gl.3	06:48 Gl.3
an Buchholz (Nordheide)	08:04 Gl.6	07:04 Gl.6
ab Buchholz (Nordheide)	08:13 G.11 mit RB38	07:13 Gl.11 mit RB38
an Soltau (Han)	08:57 Gl.5	07:57 Gl.5
Preis:	18,20 Euro NDS-Tarif	18,20 Euro NDS-Tarif

# 5. Kensho-Wander-Tour - Änderung 1

## (Heidschnuckenweg von Bispingen bis Soltau)

### Anreise mit der Bahn aus Lüneburg via Hamburg-Harburg und Buchholz nach Soltau:

	(knappe, aber ideale Verbindung)	(etwas zu frühe Sicherheitsverbindung)
ab Lüneburg	06:32 WEST mit RB31 (81608)	05:32 Gl.3 mit RB31 (81606)
ab Winsen (Luhe)	06:48 Gl.1	05:48 Gl.1
an Hamburg-Harburg	07:08 Gl.2	06:08 Gl.1
ab Hamburg-Harburg	07:51 Gl.4 mit RB38 (83711)	06:26 Gl.3 mit RE4 (82009)
an Buchholz (Nordheide)	08:10 Gl.11	06:37 Gl.6
ab Buchholz (Nordheide)	08:13 Gl.11	07:13 Gl.11 mit RB38 (83709)
an Soltau (Han)	08:57 Gl.5	07:57 Gl.5
Preis:	23,10 Euro NDS-Ticket	23,10 Euro NDS-Ticket

### Mit dem Heide-Shuttle 4 von Soltau (Han) nach Bispingen, Bahnhof:

ab Soltau, Busbahnhof	09:06 Uhr mit Heide-Shuttle 4
an Bispingen, Bahnhof:	09:38 Uhr

### Wanderung:

Abmarsch in Bispingen:	09:45 Uhr
Ankunft in Soltau	ca. 16:30 Uhr

### Rückreise von Soltau (Han) via Harburg nach Hamburg nach Hamburg:

ab Soltau Han	16:01 Gl.7 mit RB38	17:01 Gl.7 mit RB38
an Hamburg-Harburg	16:58 Gl.2	17:58 Gl.2
ab Hamburg-Harburg	17:09 Gl.1 mit RB31	18:09 Gl.1 mit RB31
an Hamburg Hbf	17:21 Gl.13	18:21 Gl.13
Preis:	18,20 Euro mit NDS-Tarif	18,20 Euro mit NDS-Tarif

### Rückreise von Soltau (Han) via Uelzen nach Lüneburg:

ab Soltau Han	16:05 Gl.2 mit RB37
an Uelzen	16:52 Gl.302
ab Uelzen	17:01 Gl.103 mit RE3
an Lüneburg	17:24 Gl.3
Preis:	19,90 Euro mit NDS-Tarif

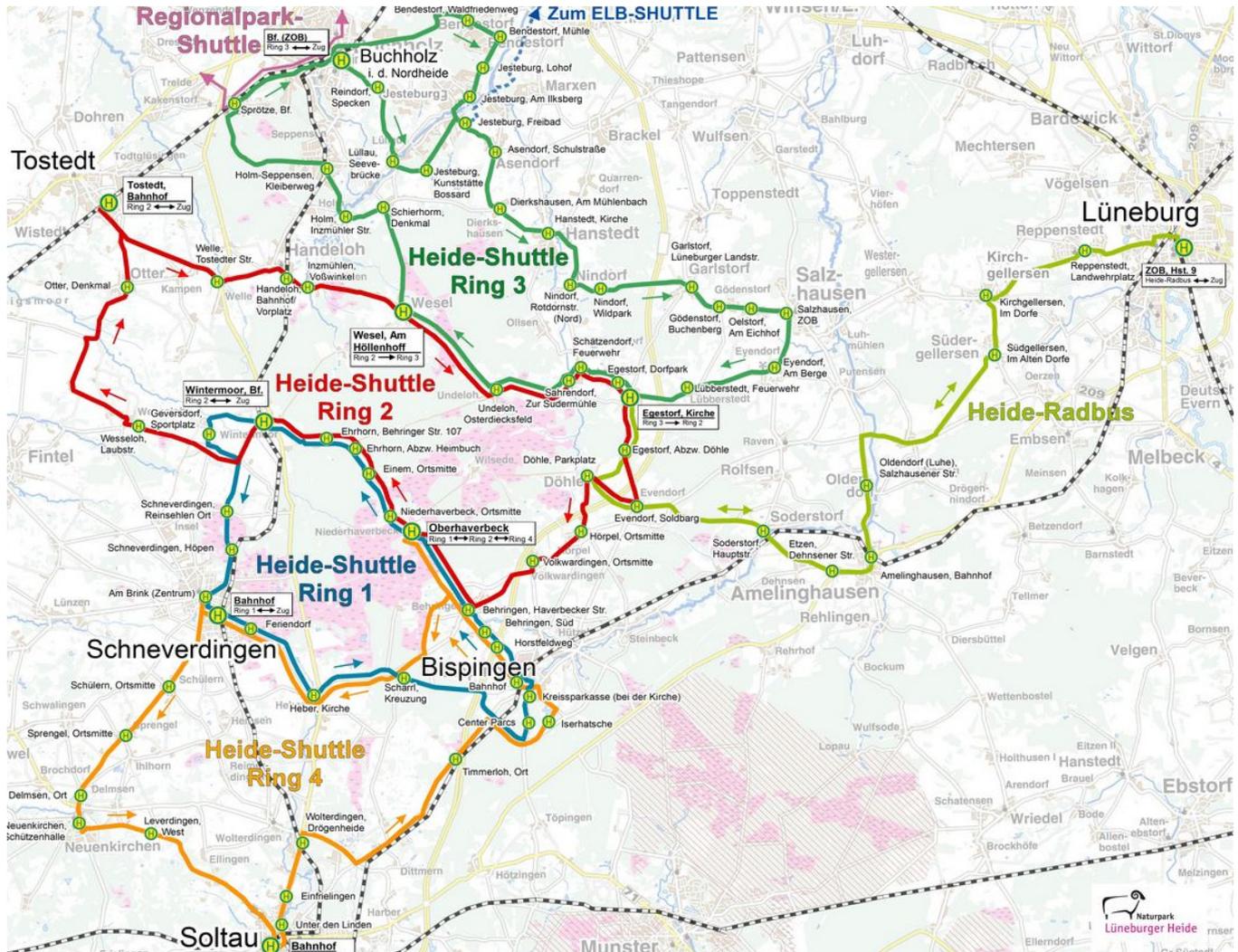
### Rückreise von Soltau (Han) via Hamburg-Harburg nach Lüneburg:

ab Soltau Han	17:01 Gl.7 mit RB38
an Hamburg-Harburg	17:58 Gl.2
ab Hamburg-Harburg	18:08 Gl.1 mit RE3
an Lüneburg	18:33 Gl.1
Preis:	23,10 Euro mit NDS-Tarif

# 5. Kensho-Wander-Tour - Änderung 1

(Heidschnuckenweg von Bispingen bis Soltau)

## Der öffentliche Personen Nahverkehr in der Lüneburger Heide:



# 5. Kensho-Wander-Tour - Änderung 1

(Heidschnuckenweg von Bispingen bis Soltau)

## Informationen zu dieser Tour:

- Quelle und Karten dieser Tour sind das Büchlein „Outdoor - Heidschnuckenweg“ vom Conrad Stein Verlag; ISBN 978-3-86686-448-1; Preis 14,90 Euro
- Webseite: <http://www.heidschnuckenweg.de/>

## Was gibt es noch zu beachten?

- Wichtig: Auch dies handelt es sich wieder um eine richtige Wanderung und keinen simplen Spaziergang. 22,3 km sind für ganz ungeübte Wandersleute eventuell eine Strapaze. Trotzdem wollen wir die Wanderung genießen, Spaß haben und keinen Leistungsstress erzeugen.
- Verletzte Teilnehmer: Versuchen wir dieses Jahr mitzuschleppen. Hinterlegt zu Hause bitte wie sonst auch Euren letzten Willen, um für alle Fälle abgesichert zu sein und somit voller Vorfreude diesen Trip starten zu können.
- Anreise zum Treffpunkt: Bitte **pünktlich** am Treffpunkt erscheinen und bitte Michael Dück anrufen (0173/9468951), wenn es irgendwo Verzögerungen gibt.
- Ausrüstung: Festes Schuhwerk und funktionelle und warme Kleidung sind obligatorisch - neue Schuhe bitte vorher einlaufen. Falls das Wetter „schietig“ aussieht, bitte zusätzlich eine wasserfeste Jacke oder/und einen Schirm einpacken.
- Proviant: Bitte Reiseproviant für eine gemeinsame Rast mitbringen. Wichtig ist vor allem bei warmem Wetter genug Flüssigkeit zum Trinken. Es gibt wohl keine Möglichkeiten zur Einkehr.
- Und dann: Jetzt liegt es an Euch: Bitte bis zum **26.09.2019** den Doodle-Dings (<https://doodle.com/poll/mk9qr2prmimv9g23>) ausfüllen, wenn Ihr mitkommen möchtet oder eine andere äquivalente Form einer Zu- oder Absage tätigen. Die Infos benötige ich, um die Menge der Teilnehmer zu erfahren bzw. um zu wissen, auf wen wir am Start noch warten müssten. Wichtig: Nur die Teilnehmer, deren Kontaktdaten ich habe, kann ich im Falle einer Absage oder weiteren Änderung informieren!
- Fotos von der Tour könnten bei Facebook oder auf anderen Webseiten veröffentlicht werden. Wer das nicht möchte, tut dies bitte bereits am Start der Tour deutlich allen Teilnehmern kund.
- Haftung: Jeder haftet für sich selbst und achtet achtsam mit auf die anderen.
- Rückfragen: bitte an Michael Dück (0173/9468951, [michael.hamburg@gmx.de](mailto:michael.hamburg@gmx.de))

*(Alle Angaben ohne Gewähr)*