



## Mit Hildegard von Bingen unterwegs am Rhein

Herzliche Einladung zu einer 4-tägigen Natur- und Pilgerwanderung von  
**Mittwoch, dem 28. Mai bis Sonntag, dem 1. Juni 2025**

Als Fortsetzung unserer Wanderungen über den Jakobsweg im Osnabrücker Land und am Niederrhein laden wir dich in diesem Jahr zu einer Wanderung ins Weltkulturerbe „Oberes Mittelrheintal“ ein. Wir werden dabei sowohl Hildegard von Bingen, als auch den Rhein als ständige Begleiter an unserer Seite haben. Neu ist, dass wir dieses Mal von unserem Quartier in Rüdesheim aus jeweils tageweise unterwegs sind. So hast du ein festes Zuhause und kannst unsere

Wanderungen viel ausgeruhter genießen.



*Warum ist es am Rhein so schön...*

*... Weil hier selbst aus Burgruinen  
 neuer Hoffnung Triebe grünen,  
 ...weil die Felsen hoch dort droben  
 so von Sagen sind umwoben,  
 ... Weil uns fesseln ew'ge Bande  
 an die rheinischen Lande...,  
 darum ist es am Rhein so schön!*

*...aus einem Gedicht von Adolf von Bergsattel*

Unsere Wanderungen sind über die vergangenen Jahre zu einer schönen Tradition geworden. Die diesjährigen Tagesetappen am Rhein sind sehr bunt und unterschiedlich und insgesamt leichter als in den Vorjahren. So kann wirklich jeder, „der gut zu Fuß“ ist, mit uns die Natur und Kultur im wunderschönen Rheintal erleben. Natürlich wird es immer wieder Momente des Innehaltens geben, um über verschiedene Themen - inspiriert durch Hildegard von Bingen - ins Gespräch zu

kommen oder gemeinsam zu meditieren, oder auch mal schweigend zu wandern. Hättest du nicht Lust mitzukommen?



**Hier unsere Pläne für die diesjährigen Wandertage vom 28. Mai bis 1. Juni..**

### **Mittwoch, 28. Mai – Anreisetag**

Heute geht es los. Du startest in deinem Heimatort. Mit der Bahn fährst du über Mainz/Wiesbaden oder über Koblenz bis nach **Rüdesheim**. Wer mit dem Auto anreist, kann in Rüdesheim einen Parkplatz am Hotel nutzen (10 €/Tag).



Unser Hauptquartier ist das 3 \*\*\* **Hotel Felsenkeller in Rüdesheim**. Es liegt ruhig und doch zentral mitten in der Fußgängerzone. Alle Attraktionen wie z.B. die berühmte „Drosselgasse“, die Seilbahn und auch eine Vielzahl von Restaurants und bunten Souvenir Geschäften liegen direkt vor der Haustür. Hier werden wir 4 Nächte übernachten und unser Frühstück einnehmen.

Sieh zu, dass du **zwischen 16:00 und 17:00 Uhr in Rüdesheim** eintriffst.

Die Bahnreisenden holen wir am Bahnhof ab.

Nach dem Einchecken beginnen wir unsere Wandertage mit einer gemeinsamen Einstimmung im Grünen.

Danach gehen wir zusammen Essen.

Ein großer Tisch in einem schönen Restaurant ist bereits für dich reserviert.



## Donnerstag, 29. Mai: Von Oestrich-Winkel nach Rüdesheim



Diese Wanderung führt auf dem Rheinsteig von Oestrich-Winkel über die Schlösser Vollrads und Johannisberg, die Klöster Marienthal und Nothgottes nach Rüdesheim (etwa 15 km). Dazu steigen wir um 9:53 Uhr am Bahnhof Rüdesheim in den Zug und fahren zum Ausgangspunkt unserer Tages-Etappe. Der Bahnhof in Oestrich-Winkel liegt direkt unterhalb des Rheinsteigs. Von dort geht es durch das kleine Örtchen gemächlich bergauf. Schon bald sind wir von Feldern und Weinbergen umgeben und können das erste Ziel **Schloss Vollrads** sehen.

Ältester Teil der heutigen Anlage ist ein als Wasserburg errichteter Wohnturm aus dem frühen 14. Jahrhundert. Daneben wurden seit Ende des 17. Jahrhunderts ein barockes

Herrenhaus sowie mehrere Wirtschaftsgebäude erbaut. Es besteht hier eine Einkehrmöglichkeit.

Weiter geht es auf dem Rheinsteig zur Sankt-Johannes-Basilika auf dem Gelände von **Schloss Johannisberg**. Die romanische Basilika stammt aus dem frühen 12. Jahrhundert und war ursprünglich Teil des alten Klosters.

Die zunächst barocke Schlossanlage wurde später im klassizistischen Stil umgebaut.

Auch wenn unsere Fotos teilweise von der letzten Wanderung am Niederrhein, oder unserer Vorab-Wanderung im Februar stammen, kannst du sicher schon ahnen, welche fantastische Blicke ins Rheintal wir haben werden.



Wir verlassen den Rheinsteig und folgen nun dem Rheingauer Klostersteig. Der Name lässt vermuten, dass es steil und schwierig wird, aber das ist nicht so. Es geht nur den sanften Hügeln folgend stetig bergauf. Immer wieder gibt es Hinweisschilder, die zum Innehalten und innerer Einkehr einladen.

Später folgen wir erneut dem Rheinsteig zu unserem nächsten Ziel, dem **Kloster Marienthal**, deren Klosterkirche von 1330 bis heute Ziel von internationalen Marienwallfahrten ist. Die Klosterkirche und der angrenzende Park werden noch heute aktiv von Franziskaner Mönchen betreut.



Auf der Website findet man eine schöne Beschreibung:

*„Kloster und Wallfahrtskirche liegen am sonnigen Südhang des Taunus, im schönsten Teil des Rheingaus.“*

*Die Stille und die Schönheit der Natur geben Raum zum Durchatmen und zum Entspannen. Rund um das Kloster kann man die Vielfalt von Gottes Schöpfung erahnen und in Gebet und Meditation seine Gegenwart in der Natur und im eigenen Inneren entdecken.“*

Dies ist sicher ein guter Platz, um eine gemeinsame größere Pause einzulegen, oder jede/r geht für sich mit seinen Gedanken durch die Anlage.

Der letzte Teil der heutigen Tour schlängelt sich durch abwechslungsreiche Waldwege und Weinberge wieder zurück ins Tal. Im Mai wird dort sicherlich schon viel Grün zu sehen sein.



## Freitag, 30. Mai: Rundtour mit Wanderung und Schiffsfahrt Niederwalddenkmal – Assmannshausen – Bingen – Rüdesheim



Heute lassen wir es etwas entspannter angehen. Zu den besonders romantischen Wanderwegen des Rheingaus gehören die gut ausgeschilderten und mit historischen Erläuterungen versehenen Rundwanderwege im Niederwald. Graf Karl Maximilian von Ostein gestaltete 1774 nach Vorbildern damaliger Parkanlagen den Niederwald zu einem Landschaftspark mit englischem Charakter.

Unser Rundwanderweg beginnt nach der Fahrt mit der Seilbahn von Rüdesheim zum Niederwalddenkmal. Das **Niederwalddenkmal** mit der Germania-Statue, erinnert an die Gründung des ersten Deutschen Nationalstaats. Nahe der Bergstation finden wir auch den **Goethe-Tempel**. In ihm stand am 3. September 1814 Johann Wolfgang von Goethe ganz ergriffen von der überaus prächtigen Schönheit des Rheingaus.

Wir haben die Möglichkeit entweder bequem mit der Seilbahn, die direkt neben unserem Hotel startet, den Berg hinaufzugleiten. Wer Lust und Kraft hat kann auch zu Fuß gehen.

Wie wir weiter wandern, entscheiden wir je nach Wetterlage.

- Die kürzere Route führt uns zur **Ruine Rossel**: Eine alte Burgruine, 1774 durch Graf Ostein errichtet. Von hier aus haben wir einen grandiosen Ausblick auf die Nahe-Mündung. Weiter geht es zur **Zauberhöhle**, bei der ein ummauerter Gang durch die Dunkelheit zu einer beeindruckenden Aussicht führt.



Bevor wir die Gondel-Bahn hinab nach Assmannshausen nehmen, laufen wir durch das Wildgehege, in dem heimisches Rotwild lebt.

- Auf der etwas längeren Route führt uns der Rheinsteig bergan nach Aulhausen und dem „**Aulhauser Töpferofen**“, einem ehemaligen Töpferort. Weiter geht es von dort Richtung **Höllenberg in Assmannshausen**. Mit seinem hohen Schieferanteil gilt diese Region als das Filetstück für den Rotweinanbau im Rheingau und als eine der besten Rotweinlagen Deutschlands.

Von Assmannshausen fahren wir dann in beiden Fällen mit einem der Rhein Schiffe, vorbei am berühmten **Mäuseturm**, weiter nach Bingen.

Auch hier entscheiden wir gemeinsam, ob wir in Bingen aussteigen und uns Hildegard von Bingen auf einem kleinen Rundweg nähern, oder ob wir einfach mit dem Schiff weiter bis nach Rüdesheim fahren. Es wird auf jeden Fall ein wunderbar abwechslungsreicher und leichter Tag mit Seilbahn, Gondelbahn, Wanderung und Schiffstour.

## Samstag, 31. Mai: Von Rüdesheim über Bingen durch die Kreuzbachklamm und die Steckeschlääferklamm

Den heutigen Tag starten wir mit einer kurzen Fährfahrt von Rüdesheim nach Bingen. Hier erwartet



uns eine Wanderung von ca. 18 km, die im ersten Teil entlang des Rheins verläuft, bis wir den Einstieg in die Kreuzbachklamm erreichen.



Wir steigen die **wildromantische Kreuzbachklamm** hoch, immer begleitet von einem kleinen Bach, der sich tief in die enge Klamm gegraben hat. Hier gab es früher zahlreiche Holzbrücken, die auf Grund der hohen Feuchtigkeit schnell verrotteten. Jetzt, helfen uns kurze Leitern und Eisenstufen im Fels den Weg zu bequem meistern.

Oben an der Klamm angekommen besteht im Forsthaus Heiligkreuz, evtl. eine Einkehrmöglichkeit.

Von hier geht es in einem großen Bogen zur Steckeschlääferklamm. Der Weg führt durch herrliche Wälder, in denen wir auf eine lange „Klickerbahn“ stoßen, einen Waldlehrpfad und eine wunderschöne Hängebrücke mit Plätzen zum Innehalten entdecken werden.

### **Die Wälder schweigen...**

*Die Seele wird vom Pflastertreten  
krumm.*

*Mit Bäumen kann man wie mit  
Brüdern reden, und tauscht bei ihnen  
seine Seele um.*

*Die Wälder schweigen.*

*Doch sie sind nicht stumm.*

*Und wer auch kommen mag, sie  
trösten jeden. Erich Kästner*



Unsere Wanderung endet in der Steckeschlääfer-Klamm. deren Weg von freundlichen Waldgeistern gesäumt ist, die Waldwanderfreunde in unzähligen Arbeitsstunden geschnitzt haben.

(„Steckeschlääfer“ sind übrigens Wanderer, die ihre „Stecke“ (Stöcke) über den Boden „schlääfe“ (schleifen) lassen.)

## Sonntag, 1. Juni: Spurensuche mit (und nach) Hildegard von Bingen

Hildegard von Bingen war eine bemerkenswerte mittelalterliche Benediktinerin, die sich in vielen Bereichen wie Medizin, Musik, Theologie und Philosophie einen Namen gemacht hat. Das Thema Wasser war für sie von besonderer Bedeutung, da sie in ihrer Zeit als Äbtissin des Klosters Rupertsberg in der Nähe des Rheins lebte und sich mit den Eigenschaften und Heilkräften des Wassers intensiv auseinandersetzte.

In ihren Schriften betonte Hildegard von Bingen die Wichtigkeit von sauberem Wasser für das Wohlbefinden des Körpers. Sie erkannte, dass Wasser nicht nur zur Reinigung und zur Befeuchtung des Körpers notwendig war, sondern auch eine wichtige Rolle bei der Heilung von Krankheiten spielt.

Darüber hinaus war Hildegard von Bingen auch fasziniert von den spirituellen Aspekten des Wassers. Sie glaubte, dass Wasser eine Kraft besitzt, die den Menschen bei der Suche nach



Wahrheit und Erleuchtung helfen kann. Für sie war das Wasser wie einen Spiegel der Seele, der hilft, uns mit unserer inneren Natur zu verbinden.

Für unsere heutige Abschlussrunde können wir die Koffer im Hotel lassen. Unser erstes Ziel ist die Wallfahrtskirche St. Hildegard. Sie befindet sich im Ortsteil Eibingen und wurde auf den Überresten



der ehemaligen Klosterkirche der heiligen Hildegard von Bingen errichtet, deren Reliquien sich hier seit 1641 befinden. Du kannst dir an ihren Reliquien eine Segnung holen, bevor wir dem Weg bergauf zur Benediktinerinnen-Abtei St. Hildegard folgen. Das Kloster ist noch recht jung, denn es wurde Anfang des letzten Jahrhunderts erbaut. Wie alle Benediktinerinnen leben auch die Schwestern in der Abtei noch heute nach den über 1400 Jahre alten Ordensregeln des heiligen Benedikt.

Wir werden die beeindruckende Klosterkirche mit ihren besonderen Fresken besichtigen. Wer mag, kann um 12:00 Uhr an einer kurzen Andacht gemeinsam mit den Nonnen teilnehmen.

Im Anschluss daran haben wir im Kloster Café einen Tisch reserviert, um bei einer gemeinsamen Mittagsvesper unsere Pilgerwanderung ausklingen zu lassen. Der Rückweg führt uns zu unserem Gepäck im Hotel und dann zum Bahnhof oder Auto.

## Anmeldung, Organisation & Kosten

Unser Ziel ist es, dir mit diesem Angebot eine interessante Auszeit zu ermöglichen und gleichzeitig zu zeigen, wie es sich anfühlt gemeinsam mit anderen Menschen auf verschiedenen Wegen am Rhein zu pilgern.

In vielen Stunden haben wir dieses Projekt liebevoll vorbereitet und eine Menge Zeit in die Sichtung der Strecke, Reservierung des Hotels etc. investiert. Alles ist professionell wie eine Reise ausgearbeitet und dennoch so einfach wie möglich gehalten.

Denn es geht hier nicht um Geld, sondern um den Wachstumsprozess, den eine solche Auszeit in der Natur zwangsläufig in Jedem von uns anregt.



**Als Anmeldung schick bitte formlos deine Daten mit Namen, Vornamen, Alter, E-Mail Adresse, Handy und Telefonnummer, per E-Mail an [Dagmar\\_Kullmann@gmx.de](mailto:Dagmar_Kullmann@gmx.de).** Bitte sag ihr in deiner Mail auch, ob du ein Deutschlandticket für Mai hast.

Dagi übernimmt die Registrierung und Betreuung aller Teilnehmenden im Vorfeld. Sie wird sich direkt bei dir melden.

**Um den Vorbereitungsaufwand zumindest ein wenig abzudecken, bitten wir um eine Seminar- und Vorbereitungskostenumlage von 100,- € von Jedem/Jeder, die mit uns wandern.** Davon finanzieren wir unsere eigenen Anreise-, Übernachtungs- und Vorbereitungskosten.



Bitte überweise diesen Betrag auf das Konto  
**Michael Hübener, DKB Bank Berlin,**  
**IBAN: DE69120300001019560653**

**Mit der Überweisung der 100,- € bist du verbindlich angemeldet.** Dieses ist auch gleichzeitig die Stornogebühr.

Als Nächstes buche bitte ein Ticket zum Bahnhof, Rüdesheim am Rhein.

**Die Ankunftszeit in Rüdesheim sollte am 28. Mai zwischen 16:00 und 17:00 Uhr liegen.**

**Die Rückfahrt ab Rüdesheim am 1. Juni kann ab ca. 15:00 Uhr erfolgen.**

Bitte überweise **bis spätestens 10. Mai** die Umlage für die **4 Übernachtungen im DZ mit Frühstück von insgesamt 368,- €** auf das gleiche oben genannte Konto von Michael Hübener.

In der Übernachtungsumlage sind bereits 28,- € für lokale Bahn-, Fähr-, und Seilbahntickets mit eingerechnet.

Michael haftet persönlich für alle Reservierungen.

**Natürlich kannst du auch beide Beträge in einer Summe, also insgesamt 468,- € überweisen.**

Wenn du lieber ein **Einzelzimmer** buchen möchtest, überweise bitte **520,- € für die 4 Übernachtungen im EZ oder 620,- € komplett.**

Wann immer du Fragen hast, sind wir gerne für dich da.

**Dagmar (Dagi) Kullmann**, [Dagmar\\_Kullmann@gmx.de](mailto:Dagmar_Kullmann@gmx.de), Mobil 0178-3168298 und

**Michael Hübener**, [M.Huebener@email.de](mailto:M.Huebener@email.de) Mobil 0170-8655928.

Wir freuen uns schon auf ein Wiedersehen oder Kennenlernen und die gemeinsame Zeit mit dir.

**Dagi** (Dritte von Links)

**& Michael** (Dritter von Rechts)



© aller Fotos: Dagmar Kullmann und Michael Hübener

