



mensch.
natur.
einklang.

Herausgeber:

UNESCO-Biosphärenreservat Rhön, Thüringer Verwaltung
Propstei Zella, Goethestraße 1, 36466 Dermbach OT Zella/Rhön
poststelle.rhoen@nnl.thueringen.de
Web: www.biosphaerenreservat-rhoen.de
Tel. +49 36964 93510

Inhalt: Wintererlebnis im Biosphärenreservat Rhön

Fotos: R. Filler (Titelbild), H. Döll (Rückseite), M. Schmidt (Snowtubing, Innenteil), Pixabay_PublicDomainPictures (Eichhörnchen, Innenteil)
Konzeption, Layout und Druck: sf-design, H. Döll, Bad Salzungen

Das UNESCO-Biosphärenreservat Rhön ist Teil der Nationalen Naturlandschaften (NNL) dem Bündnis der deutschen Nationalparke, Naturparke, Biosphärenreservate und Wildnisgebiete.
www.nationale-naturlandschaften.de

Nationale Naturlandschaften



Verhaltensregel

Bitte bleiben Sie zum Schutz der Tiere und Pflanzen auf den Loipen und Wegen und vermeiden Sie unnötigen Lärm!

Gebiete des Naturschutzes

Legende

Streckeninformation

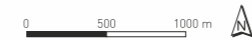
- Loipeneinstieg mit Starttafel
- Parkplatz / Wohnmobil
- Bushaltestelle
- Restaurant / Übernachtung
- Einkaufen / Apotheke
- Tankstelle
- Kinderspielplatz
besonderes Kinderangebot
- Aussichtspunkt/-plattform

Technik

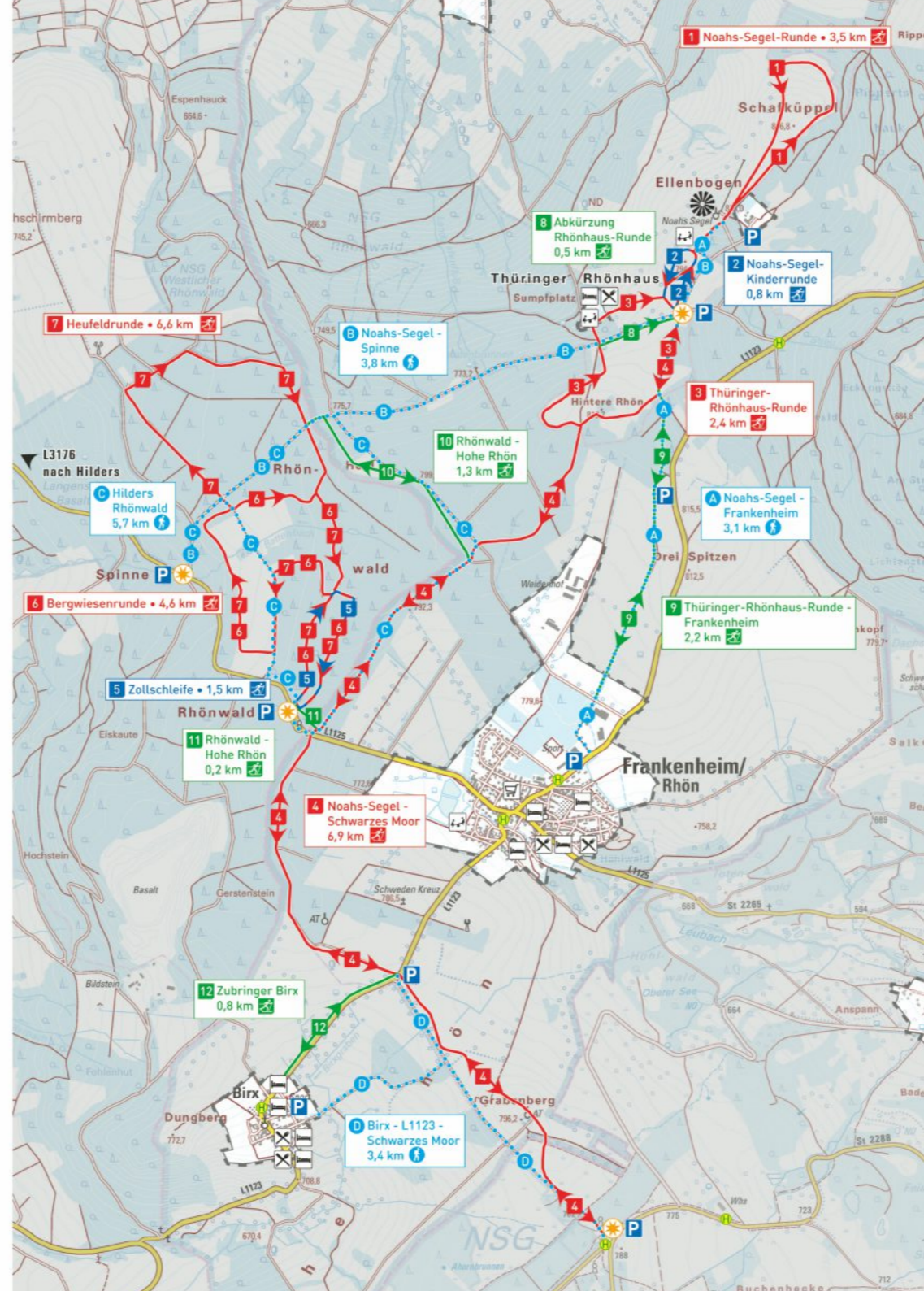
Klassische / Skating Technik

Schwierigkeitsgrad der Loipe mit einzuhaltender Laufrichtung

- Leichte Loipe
- Mittelschwierige Loipe
- Schwierige Loipe
- Verbindungsloipe / Abkürzung
- Winterwanderweg



Eigene Kartografie auf Basis:
© GDI-Th/HE/BY; dt-de/by-2-0; DTK25



Die Rhön



**Skilanglaufgebiet
Hohe Rhön - Ellenbogen
in der Thüringer Rhön**

Wintererlebnis im
UNESCO-Biosphärenreservat Rhön



Biosphärenreservat Rhön





Snowtubing auf dem Ellenbogen

Biosphärenreservat Rhön

Winterliches Naturerlebnis für Körper und Geist

Willkommen im UNESCO-Biosphärenreservat Rhön – einer Nationalen Naturlandschaft im Dreiländereck Bayern, Hessen und Thüringen. Hier leben Mensch und Natur im Einklang. Neben dem Schutz der einzigartigen Lebensräume und zahlreichen Tier- und Pflanzenarten, steht auch die nachhaltige, naturverträgliche Entwicklung der Region in den Bereichen Wirtschaft und Tourismus im Vordergrund. Dazu gehört auch das Langlaufzentrum „Dreiländereck – Thüringer Rhön“. Ob Langlaufen, Skiwandern oder Winterwandern – hier wird Ihnen ein abwechslungsreiches Streckennetz mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden geboten – ideal für ein gesundes Ganzkörpertraining. Die Loipen werden bei entsprechender Schneelage präpariert.

DSV nordic-activ

Langlaufzentrum: Dreiländereck – Thüringer Rhön

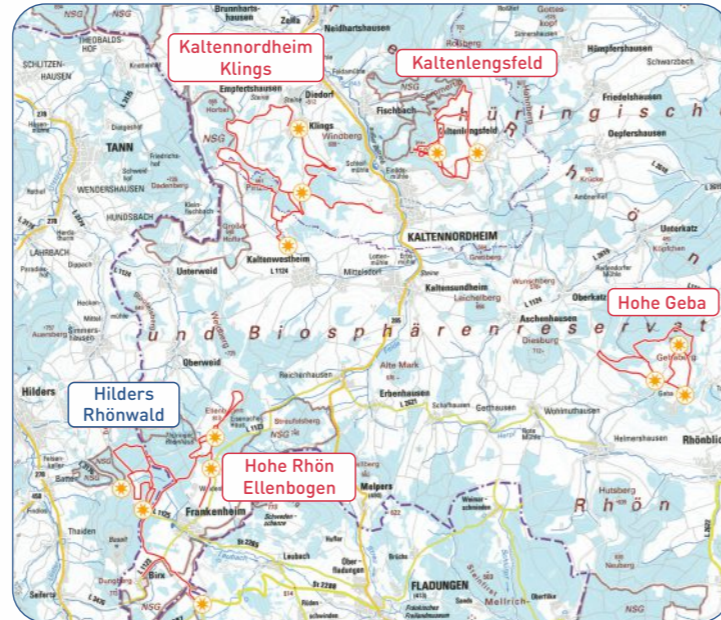
Die Rhön mit ihren Bergkuppen und Tälern ist auch im Winter ein Anziehungspunkt (*Skigebiete mit Lagen 650 – 800 m Höhe*). Wenn vielerorts der Schnee schon verschwunden ist, haben die Kuppen der Rhön noch Schnee für Ski-Langlauf, „Schneeschuh“-Wandern oder Rodeln. Die Berghütten und Hotels sind eng verbunden mit den Wintersportangeboten, um ganzjährig Gäste begrüßen zu können.

Die Grundlagen für abwechslungsreiche Skigebiete der Rhön in Thüringen mit Qualität sind gegeben. Seit 2022 erfolgt eine engere Zusammenarbeit mit dem Deutschen Skiverband (DSV) gemeinsam wurde entsprechend den Vorgaben des DSV das

Langlaufzentrum Dreiländereck – Thüringer Rhön mit vier Wintersportgebieten entwickelt. Diese wurden in Zusammenarbeit mit dem DSV mit Informations-Infrastruktur ausgestattet.

Förderung durch: Thüringer Ministerium für Umwelt, Energie und Naturschutz als investives Projekt zur nachhaltigen Entwicklung in den Nationalen Naturlandschaften Thüringen 2021-2024.

Die vier Wintersportgebiete der Thüringer Rhön



1. Hohe Rhön – Ellenbogen, 2. Hohe Geba, 3. Kaltenordheim – Klings, 4. Kaltenlengsfeld

Skilanglaufgebiet Hohe Rhön – Ellenbogen

Am höchsten gelegen: Hohe Rhön mit dem Berg Ellenbogen (813 m). Das Wintersportgebiet ist am schneesichersten. Es bildet die bundesländerübergreifende Verbindung zum Skiloipennetz der Rhön nach Hessen (z. B. Rhönwald/Hilders) und Bayern (Schwarzes Moor). Eine weitere Verbindungsmöglichkeit – je nach Schneelage – sind zum Weidberg und zum Skigebiet Kaltenordheim – Klings gegeben.

Unsere Tipps: Aussichtsplattform Noahs Segel, Berghütte „Thüringer Rhönhaus“, weitere Tourismus- und Gastronomieangebote in der Umgebung.

Parkmöglichkeiten: An der L1123 Wanderparkplatz Drei Spitzen zwischen 98634 Frankenheim und Einfahrt zum Ellenbogen. Am Ellenbogen mit Parkautomat (1 € für den Erhalt der Angebote) an der Zuwegungsgabelung Noahs Segel und Thüringer Rhönhaus. Weitere Parkmöglichkeiten in Frankenheim, in Birx und zwischen den Orten sowie am Schwarzen Moor.

Für Mensch und Tier

Wintererlebnis und Lebensraum im Einklang – so funktioniert’s!

Viele Tiere, unter ihnen Fledermäuse, Siebenschläfer, Haselmäuse, halten derzeit Winterschlaf. Andere, wie beispielsweise Dachs und Eichhörnchen, befinden sich in Winterruhe. Stört man sie dabei, laufen sie große Gefahr zu verhungern, denn in dieser Zeit finden sie kaum Nahrung!



Eichhörnchen bei der Nahrungssuche

Deshalb nehmt bitte Rücksicht und:

1. Beachtet die Beschilderung und bleibt auf den markierten Wegen und Loipen!
2. Achtet auf eine ausreichende Schneemenge, um Pflanzen und Boden nicht zu beschädigen!
3. Parkt nur auf ausgewiesenen Parkplätzen!
4. Verursacht keinen Lärm und gönnt den Tieren die notwendige Ruhe!

Aktuelle Wintersportinfos: www.rhoen.info

Die FIS-Verhaltensregeln

- 1 **Rücksichtnahme auf die anderen:** Jeder Langläufer muss sich so verhalten, dass er keinen anderen gefährdet oder schädigt.
- 2 **Signalisation, Laufrichtung und Lauftechnik:** Markierungen und Signale (Hinweisschilder) sind zu beachten. Auf Loipen und Pisten ist in der angegebenen Richtung und Lauftechnik zu laufen.
- 3 **Wahl von Spur und Piste:** Auf Doppel- und Mehrfachspuren muss in der rechten Spur gelaufen werden. Langläufer in Gruppen müssen in der rechten Spur hintereinander laufen. In freier Lauftechnik ist auf der Piste rechts zu laufen.
- 4 **Überholen:** Überholt werden darf rechts oder links. Der vordere Läufer braucht nicht auszuweichen. Er sollte aber ausweichen, wenn er es gefahrlos kann.
- 5 **Gegenverkehr:** Bei Begegnungen hat jeder nach rechts auszuweichen. Der abfahrende Langläufer hat Vorrang.
- 6 **Stockführung:** Beim Überholen, Überholt werden und bei Begegnungen sind die Stöcke eng am Körper zu führen.
- 7 **Anpassung der Geschwindigkeit an die Verhältnisse:** Jeder Langläufer muss Geschwindigkeit und Verhalten seinem Können, den Geländebedingungen, der Verkehrsdichte und der Sichtweite anpassen. Ein Sicherheitsabstand zum Vorläufer ist einzuhalten. Ein Zusammenstoß ist zu vermeiden (*notfalls fallenlassen*).
- 8 **Freihalten der Loipen und Pisten:** Wer stehen bleibt, tritt aus der Loipe/Piste. Ein gestürzter Langläufer hat die Loipe/Piste möglichst rasch frei zu machen.
- 9 **Hilfeleistung:** Bei Unfällen ist jeder zur Hilfeleistung verpflichtet.
- 10 **Ausweispflicht:** Jeder, ob Zeuge oder Beteiligter, ob verantwortlich oder nicht, muss im Falle eines Unfalls seine Personalien angeben.