

# Alsfelder Mountainbike-Westschleife



Diese Runde kann man in zwei recht unterschiedliche Abschnitte einteilen. Der nördliche Teil, vom Start weg bis zum Mehlbachteich (sehr schöner Rastplatz), ist von den Anforderungen und Wegeverhältnissen vergleichbar mit der Ostschleife. Es gibt einige, nicht allzu schwierige Anstiege und auch Genussabfahrten, bei denen man das Rad rollen lassen und sich erholen kann. Ab dann geht es bald richtig zur Sache. Die Anstiege sind steiler und unbequemer, die Abfahrten nicht mehr zum Genießen, sondern erfordern teilweise hohe Aufmerksamkeit. Dieser Teil kann zwar auch mit dem Trekkingrad befahren werden, aber der sportliche Mountainbiker ist doch eindeutig im Vorteil. Die Landschaft bietet viel Abwechslung, es gibt einen ständigen Wechsel von größeren Waldstücken und offenen Flächen mit Feldern und Weiden.

## Routenverlauf (Nummerierung einzelner Stationen: siehe auch Karte)

Die Tour beginnt am nördlichen Knoten (1) der beiden Alsfelder Mountainbike-Schleifen, ca. 1 km vom Bahnhof Zell (gute Parkmöglichkeiten) entfernt. Wir fahren durch die Bahnunterführung und aufwärts an den Sieben Linden vorbei bis zum Ortseingang Heimertshausen (2 / 5,0 km / 25 min). Der Streckenverlauf zwischen Heimertshausen und Ohmes entspricht nicht dem Verlauf auf der Karte (er liegt weiter westlich), ist aber eindeutig ausgeschildert. Der Weg führt uns zunächst bergan, vor Ohmes findet sich ein guter Rastplatz mit Fernsicht nach Westen. Hinter Ohmes (3 / 5,0 km / 25 min) durchfahren wir auf Forststraßen ein Waldstück erst leicht bergan, dann längere Zeit bergab. Bisher sind wir vor allem an Feldern entlang gefahren, jetzt umgibt uns die Ruhe eines Mischwaldes. Vor dem Ortseingang Kirtof (4 / 7,8 km / 45 min), in der Nähe des Schmerofens finden wir noch eine schöne Stelle für eine Rast. Zwischen Kirtof und Ober-Gleen radeln wir im Tal, dann geht es an der Kuhtränke vorbei wieder bergauf in den Wald zum Mehlbacher Kopf. Die folgende Abfahrt zur Autobahnunterführung und dann weiter Richtung Ehringshausen muss man vorsichtig fahren. Der Weg ist teilweise sehr schotterig. Es folgt ein Stück Asphalt, dann gut zu befahrende Forstwege. Der Mehlbachteich (5 / 17,3 km / 90 min) befindet sich nicht direkt an unserem Weg. Dort, wo unsere Route im Wald hinter Ehringshausen die erste 90-Grad-Linkskurve macht, fahren wir geradeaus und stoßen dann nach

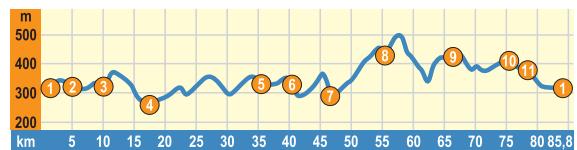
ca. 200 m an den Mehlbachteich. Weiter geht es leicht bergab (Vorsicht bei der Querung der Bahnstrecke), dann am Waldrand gemütlich durch ein schönes Wiesental. Wenn die Route die B 49 verlässt (6 / 5,3 km / 20 min) wird es jedoch Ernst! Es folgt ein steiler steiniger Anstieg, dann eine ebensolche Abfahrt bis zur Straße nach Schellnhausen (7 / 6,5 km / 35 min). In einer kleinen Schleife um das Gasthaus an der Straße herum und wieder steil und steinig bergauf. Es folgt ein guter Wiesenweg und am Steinluck ein schöner Rastplatz mit Fernsicht. Im Weiteren wechseln sich Anstiege und Abfahrten in kurzer Folge ab. Wir fahren durch Wiesen und Felder. In Stumpertenrod (8 / 8,6 km / 50 min) gibt es die größte Fachwerkkirche Hessens. Jetzt geht es auf Asphalt erst steil bergan, bei der folgenden steilen Abfahrt sehen wir Köddingen vor uns im Tal und auch schon den nächsten Anstieg. Oben verlassen wir die Straße. Die lange Abfahrt nach Kestrich ist sehr steinig. Erst das letzte Stück aus dem Wald heraus ist asphaltiert, links geht es in den Ort. Es folgt ein steiler Anstieg nach Windhausen (9 / 11,2 km / 65 min) und die erste Genussabfahrt. Dann immer weiter bergauf und -ab über Oberbreidenbach bis nordwestlich von Vadenrod. Wir fahren geradeaus von der L 3165 hinunter (10 / 9,0 km / 50 min) und durch den Wald zum südlichen Knoten der beiden Schleifen (11 / 3,5 km / 20 min). Weiter geht es nach Romrod (sehenswerte Schlossanlage) und Richtung Zell, wo wir rechts ab zum Ausgangspunkt zurückkommen (1 / 7,0 km / 30 min).

## Info (Anbieter an der Strecke siehe S. 30):

- **Alsfeld: Tourist Center, Markt 12, Tel. 06631/91 10-243**

**Markierung** einheitlich: Schild „Mountainbike-Marathon Tour“ (an jedem 2. Wegweiser angebracht)

ca. 86 km / 7-8 Std.



## Entfernung / Höhenlage

Siehe Karte: Kilometer neben dem Richtungspfeil ►  
Höhe (m) neben der Station ●

## Wege / Eignung / Steigungen

Ständiger Wechsel zwischen Asphalt / wenig Beton und Schotter (vor allem in den Wäldern). Es handelt sich um normale Wirtschaftswege, die natürlich auch als solche genutzt werden. Die Ortsdurchfahrten und die Abschnitte Richtung Schellnhausen, Ermenrod-Zeilbach, heraus aus Köddingen und Kestrich-Windhausen verlaufen auf Verkehrsstraßen. Besonders hervorzuhebende Steigungen: Nach Wegfahrt von der B 49, nach Schellnhausen, nach Stumpertenrod, nach Köddingen, nach Kestrich. Vor den Abfahrten ab dem Mehlbacher Kopf und zwischen Köddingen und Kestrich steht jeweils ein Warnschild für eine gefährliche Wegstrecke, ganz so schlimm ist es nicht, aber man sollte schon vorsichtig sein und die Hände immer an den Bremshebeln haben.

## ÖPNV: An- (A), Abreise (R) / entlang d. Strecke (B)

- A u. R: Mit der Bahn von Gießen/Fulda nach Zell (RMV-Linie 35 nach Alsfeld)
- B: Busverbindungen, kein Anspruch auf Radmitnahme: Alsfeld-Romrod-Kestrich-Schellnhausen (Linie VB-14/15, Mo-Fr), Kirtorf-Ober-Gleen-Ohmes-Alsfeld (Linie VB-13, Mo-Sa). Fahrplanauskunft: VGO, Tel. 06631/96 33 33, Tel. 0641/9 31 31-0, Tel. 06031/71 75-0, [www.vgo.de](http://www.vgo.de), [www.rmv.de](http://www.rmv.de)

**Taxiruf** Alsfeld: Taxi Rita Schmidt, Tel. 06631/46 26, bis 4

Pers. mit Rädern bei 2 Std. Voranmeldung

**Karten** siehe Kartenmaterial S. 50: Nr. 1, 10

## Radservice (Verleih siehe Seite 51-52)

Alsfeld: Neon Rad+Sportcenter, Ludwigsplatz 5, Tel. 06631/33 24, offen: Mo-Fr 9.30-13 + 14.30-18, Sa 9-13 Uhr; Zweirad Schütz, Hersfelder Str. 39, Tel. 06631/36 58, offen: Di-Fr 9-18, Sa 9-14 Uhr

## Einkehr an der Strecke

- Gasthaus Zum Stern, Hersfelder Str. 24, Ober-Gleen, Tel. 06635/2 18, offen 12-14 Uhr, Mo Ruhetag
- Landhotel Zur Oase, Hauptstr. 24, Feldatal, Tel. 06637/4 60, offen ab 10 Uhr, Mi Ruhetag