

PUMMPÄLZLAND



◆ NATUR ◆ HISTORIE ◆ KULTUR ◆ GESUNDHEIT ◆

® Das Land großer Deutscher wie des Reformators Martin Luther, des Komponisten Johann S. Bach, der Dichterrösten Johann W. von Goethe und J. C. Friedrich von Schiller, des Physikers Ernst Abbe, des Erfinders des Kindergartens Friedrich Fröbel, der Märchen- und Sagengranden Ludwig Bechstein und Ch. Ludwig Wucke mit Deutschlands Märchenberg H6rselberg, der weltberühmten Wartburg mit dem Rosenwunder der Heiligen Elisabeth, der Naturpark Thüringer Wald mit seinem beliebten Rennsteig, Heilklimaorte, Schlossparks der Herz6ge von Sachsen-Weimar-Eisenach und Sachsen-Meiningen mit dem der späteren englischen Queen Adelaide gewidmeten Schloss Altenstein und der weltbekannten Entföhrungsstelle Martin Luthers sowie der Groöe Inselsberg als schönster Berg Thüringens und Themenwanderwege wie die Weit-Wander-Wege „Rennsteig“ und Rund-Weit-Wanderweg „Wanderbares Lutherland“ mit Pumpmpälzweg u.a. bilden die einzigartige Kulisse für touristische und gesundheitssportliche Aktivitäten

★ Außerhalb ausgetretener Pfade neue Wege gehen ★

Der **Pumpmpälzweg** föhrt als sagenhafter Holzskulpturenweg durch den Thüringer Wald, liebevoll Grünes Herz Deutschlands genannt. Wo tief in den schier endlosen Wäldern die Ruhe wie vor Tausenden von Jahren herrscht, die Jahreszeiten in unabwendbarer Wiederholung kommen und gehen und der moderne Mensch, der seine Existenz in Stunden und Minuten misst, sich hilflos vorkommt, gibt es hier einen Hauch dieser Stille im Angesicht des mächtigen Rhythmus der Natur. Aus dieser tiefen, auch angstvollen Verwurzelung heraus sind im Laufe der Menschwerdung unserer Vorfahren Naturgeister wie die gewiefen Kobolde entstanden. Einer davon ist der Pumpmpälz, der unseren Wanderweg seinen Namen gibt. Der Kobold soll an einem Steg Nachtwandlern aufauern, ihnen ins Genick springen und Ohrfeigen gebend wieder verschwinden. Sehr zutreffend, auch heute noch oder besonders heute! Der Kobold Pumpmpälz lockt jedes Jahr viele Wander-, Sport- und Naturfreunde mit vielfältigen Aktivitäten wie der TEAG Wanderweltmeisterschaft RENNSThike, dem Höllwand-Marathon, der SCHINDEWOLF+SCHNEIDER Radjagd, dem ASKLEPIOS TriTrek mit TransTriskele *pumpmpälzia*, der VIA SOLUTIONS Wartburg-Staffel und dem WANDERHERZ ins Grüne Herz Deutschlands. Sein Weg verbindet die Burgruine des ehemaligen Herrschereschlechts der Frankensteiner bei Bad Salzungen mit der weltberühmten Wartburg bei Eisenach. Mittels des Sagenschatzes von Ludwig Bechstein und Christian Ludwig Wucke schlägt der Weg eine Brücke aus der Vergangenheit in die Gegenwart und verbindet eine Region. Er erhielt am 07.06.2001 im Palas der Wartburg seinen Namen und wurde am 09.06.2002 durch den damaligen Ministerpräsidenten Thüringens, Dr. Bernhard Vogel, liebevoll auch Wandervogel genannt, seiner Bestimmung übergeben. An historischen Standorten sind handwerkliche Holzbildhauerarbeiten der Schnitzschule Empfertshausen entstanden, welche den Besuchern bei der Erwanderung des Pumpmpälzweges in einer der schönsten Landschaften Thüringens einen Kultur- und Kunstgenuss bieten, zum Lesen der Sagen anregen und Ruhe und Entspannung geben. Der Pumpmpälzweg föhrt im Norden von der Wartburgstadt Eisenach kommend teilweise gemeinsam mit Lutherweg, Jakobsweg, Luther1521Weg, Fernwanderweg Eisenach - Budapest, Rennsteig, Eisenach-Eisenacher Haus Weg und Lulluspfad und trifft im Süden in der Solesstadt Bad Salzungen auf den vom Staatsbad Bad Kissingen kommenden Premiumwanderweg „Hochrh6ner“ bzw. verbindet von dort Bad Salzungen auf dem Rh6n-Radweg mit dem Fränkischen Weinland und seiner ältesten Weinstadt Bayerns, Hammelburg. Auf dem Pumpmpälzweg begann 2002 das „Wandern auf Luthers Spuren“ im „Wanderbaren Lutherland“ und im gesamten Thüringer Wald mit der Vergabe des Prädikats „Ein Herz für's Wandern“. Der Pumpmpälz betreibt weitere fünf Permanente IVV-Wanderwege „Auf Luthers Spuren“, einen IVV-Rund-Weit-Wanderweg „Wanderbares Lutherland“ und einen IVV-Weit-Wanderweg „Rennsteig“. Der Pumpmpälz und Martin Luther stehen sich schon seit seiner berühmten Entföhrung am 04.05.1521 sehr nahe, als Luther von seinem Stammort Möhra kommend den Steg des Pumpmpälz in Gumpelstadt, der 2023 von der Stadt Bad Salzungen mit einer Brücke erneuert wurde, überquerte.

Daher liegt die Vermutung nahe, dass Luthers Gerechtigkeitsinn und des Pumpmpälz Ohrfeigen für Nachtwandler beider Sympathien geweckt haben dürfte.

CUP'S IN DER WELT EINZIGEM DIGITALEN WANDERNETZ „DIGIPÄLZ“

Mit dem Wander-Chip werden ganzjährig rund um die Uhr gewanderte, gelaufene oder geradelte Kilometer an Erfolgs-Check-Points (ECP) gesammelt. Als Wanderlohn wartet eines der begehrten Wander-Herzen in 5 Kategorien. Mit den meisten Kilometern wird man Wanderk6nig/in.

- ab 1000 WANDER-HERZ-km - Gold
- ab 750 WANDER-HERZ-km - Silber
- ab 500 WANDER-HERZ-km - Luther
- ab 300 WANDER-HERZ-km - Bronze
- ab 150 WANDER-HERZ-km - Pumpmpälz



Im Jahre 1830 gelang Julius von Plänckner die Ersterwanderung des Rennsteigs. Ihm zu Ehren föhrt der PLÄNCKNER-Cup die nächsten 10 Jahre zu seinem 200-jährigen Jubiläum in den Kategorien AWO SANO, AKZENT, AHORN



Die Sparkassen-Trophy wendet sich an Sportler zur Erhöhung der Bereitschaft zur Organspende und unterstützt KiO e.V., die Kinderhilfe Organtransplantation. Sportler starten bei allen Wettbewerben des Pumpmpälz für ihren Verein und erhalten dafür Punkte.



PUMMPÄLZSPORTS – attraktive Events von Jung bis Alt, von Könnern bis Jedermann

- | | |
|---------------------|--|
| 27. DEZ 23-2. JAN24 | 19. KiO PUMMPÄLZ festtagsgangs(z)verbrennungsnordicwalking – mit Prolog „warm up“ am 27. DEZ am Hotel Haus Hainstein |
| JAN – OKT24 | Wandern „Thüringer Wander-HERZ“ |
| JAN – OKT24 | 4. PLÄNCKNER-Cup in den Kategorien AWO SANO, AKZENT, AHORN |
| 3.- 4. AUG24 | 9. TEAG RENNSThike World Championship mit Rennsteig-XTREM-, MASSERBERG-, AHORN-Marsch |
| 4. AUG24 | 15. SCHINDEWOLF+SCHNEIDER-Radjagd mit TransTriskele <i>pumpmpälzia</i> |
| 4. AUG24 | 21. ASKLEPIOS-TriTrek, der Kanutriathlon für Duos mit Kanu, Rad, Lauf/NW |
| 5. – 9. AUG24 | Pumpmpälz-Wanderwoche mit Mittwochs-Marathon im „Wanderbaren Lutherland“ Schmalkalden-Lutherstammort Möhra |
| 10.+11. AUG 24 | 9. TEAG RENNSThike World Championship 2DOEG-Double-Marsch |
| | 21. HÖLLWAND-Marathon föhrt vorbei an der beeindruckenden Felsformation der Höllwand und seiner Klamm Mosbacher H6lle zur Wartburg |
| | 17.VIA SOLUTIONS Wartburg-Staffel auf Thüringens einzigartigen Holzskulpturenweg Pumpmpälzweg mit Empfang durch Dr. Martinus Luther auf der Wartburg |
| 27. DEZ24- 2. JAN25 | 20. KiO PUMMPÄLZ festtagsgangs(z)verbrennungsnordicwalking „warm up“ am 27. DEZ am Hotel Haus Hainstein |



★ Der PUMMPÄLZ verbindet Regionen ★

UNSERE PARTNER

+ Ev.-Luth. Kirche Lutherstammort Möhra + Power Walking Association Tokyo + Schölerfirma SBBZ Bad Salzungen + Bauhof Moorgrund + ARGE Südthüringen + KAG Westthüringen + KIGA „Moorgrundhüpfen“ Gumpelstadt + KITA „Martin Luther“ Möhra + Moorgrundschule Gumpelstadt + Kaninchenzucht T554 e.V. Gumpelstadt + Kirmesverein Gumpelstadt + KiO e.V. + Deutscher Volkssportverband e.V. + Wartburgstiftung + Diakonissenhaus Eisenach + Stadt-Solewelt-Touristinfo Bad Salzungen + Gemeinde Wutha-Farnroda + Point Alpha e.V. + NABU Naturschutzzentrum „Alte Warth“ + Landbäckerei Möhra + Landfleischerei Möhra + Freiwillige Feuerwehren Wutha-Farnroda, Mosbach, Etterwinden, Gumpelstadt, Bad Salzungen + Wasserwacht WAK + Bergwachten Bad Liebenstein, Ruhla + Berggasthof St6hr + Camping Eisenach + Frankensteingemeinde e.V. + Hotel Haus Hainstein + Waldschänke Dreiherrnstein + Schlosspark Altenstein + Hubertushaus Ruhla + Touristinfo Ruhla + Hotel Berggarten Brotterode + WSV Brotterode e.V. + Touristinfo Bad Tabarz + Akzent-Hotel Zur Post Bad Tabarz + Ahorn Berghotel Friedrichroda + Touristinfo Friedrichroda + Rennsteighaus m. Waldimbiss Neue Ausspanne + AWO SANO Ferieneinrichtungen Oberhof + Waldhotel Rennsteighöhe mit Bunkermuseum + Touristinfo Masserberg + Hotel Haus Oberland Masserberg + Touristinfo Neuhaus/ThüringenShop + Brennersgrün Rennsteighaus + Touristinfo Blankenstein + Regionalverband Thüringer Wald + Verband Naturpark Friedrichshöhe + Naturparkinformationszentrum Spechtsbrunn + Hotel Grünes Tor Schmalkalden + Kettensägegestaltung Böhm Heubach + Tempolinsch Schmalkalden + outdooractiv Schwallungen + Musikservice Ziegler Bad Liebenstein + Touristinfo Hammelburg + Rh6n GmbH + TEAG Thüringen + Asklepios Bad Salzungen + Wartburg-Sparkasse + Via Solutions Thüringen + Schindewolf+Schneider Orthopädietechnik Eisenach + Rh6nsegler Kaltennordheim + Rh6nbrauerei Kaltennordheim + Apoldaer Vereinsbrauerei + nahkauf Barchfeld + solefleur Bad Salzungen + Forst Thüringen + Salzbrücke AG +

PR GRAMM 2024

Änderungen vorbehalten

Wir danken für die Unterstützung

Mittwoch, 27. DEZ23 19. KiO PUMMPÄLZ festtagsgans(z)verbrennungsnordicwalking „warm up“ Hotel Haus Hainstein 13:00 Uhr
ab 13:00 Uhr
27. DEZ23-02. JAN24 In Wald und Flur daheim in großer Gemeinschaft wandern und helfen – ein gutes Omen für ein Neues Jahr

Samstag, 6. JAN Stärke-DOOG Ahorn-Berghotel, Zum Panoramablick 1, 99894 Friedrichroda
14:00 Uhr
Cup-Ehrungen und Kürung „Dominatoren“

Donnerstag, 25. APR Jahresbaumallee, Pummälz-/Lutherweg Gumpelstadt
15:00 Uhr
Baumpatenschaft der Moorgrundkinder „Jahresbaum“

Freitag, 2. AUG Org-Büro, Im Gradiergarten am Musikpavillon, 36433 Bad Salzungen

ab 15:00 Uhr Ausgabe Startunterlagen
17:00 Uhr Transfer nach Blankenstein

Samstag, 3. AUG Rennsteigbeginn, Selbitzplatz 1, 07366 Blankenstein/Saale

ab 06:30 Uhr Ausgabe der restlichen Startunterlagen
08:00 Uhr **9. TEAG RENNSTHKE-XTREM-Marsch – 170 km**

Samstag, 3. AUG Hotel Haus Oberland, Rennsteigstr. 2, 98666 Masserberg/Rstg.

17:00 Uhr Transfer nach Masserberg
ab 18:00 Uhr Versorgung durch das Hotel mit beliebter Brokkoliesuppe und Ausgabe restlicher Startunterlagen

21:00 Uhr **9. TEAG Masserberg-Marsch – 100 km am Rennsteighaus ca. 200 m entfernt**

Sonntag, 4. AUG Ahorn-Berghotel, Zum Panoramablick 1, 99894 Friedrichroda

06:30 Uhr Transfer nach Friedrichroda
ab 07:00 Uhr Ausgabe der restlichen Startunterlagen und Versorgung am Ahorn-Berghotel

08:00 Uhr **9. TEAG AHORN-Marsch über den Großen Inselfberg – 43 km**

Sonntag, 4. AUG Org-Büro, Im Gradiergarten am Musikpavillon, 36433 Bad Salzungen

07:00 – 08:30 Uhr Ausgabe der restlichen Startunterlagen
07:30 – 08:30 Uhr Probefahren Kanu - an der Bootsanlegestelle am Burgsee
09:00 Uhr **21. ASKLEPIOS-TriTrekking Einzelstart Kanu**
11:00 Uhr **15. SCHINDEWOLF+SCHNEIDER Radjagd** mit Raddisziplinen TriTrekking und TransTriskele
anschl. Staffelwechsel 3. Disziplin/5 km Lauf/Marsch des ASKLEPIOS-TriTrekking
ab 14:00 Uhr Siegerehrung Champions, Gesamtsieger und AK m/w im Gradiergarten am Musikpavillon
20:00 Uhr Zielschluss

5.-9. AUG Individuelle Wanderwoche im Pummälzland
07:00 Uhr Start Erlebnis-Wanderung im IVV.RWW „Wanderbaren Lutherland“ u.a. vom historischen Schmalkalden zum Lutherstammort Möhra

Samstag, 10. AUG Kulturzentrum, Weltmeisterstadt Gumpelstadt, Moorgrundstr. 61, 36433 Bad Salzungen

06:00 – 09:00 Uhr Pummälzfrühstück - Ausgabe Startunterlagen und Informationsmarkt
07:00 Uhr **9. TEAG 2DOEG-Marsch zum Großen Inselfberg – 40 km**

18:00 Uhr Zielschluss
Sonntag, 11. AUG Kultuscheune Weltmeisterstadt Gumpelstadt, Moorgrundstr. 61, 36433 Bad Salzungen

06:00 - 09:00 Uhr Pummälzfrühstück - Ausgabe Startunterlagen und Informationsmarkt
07:00 Uhr **21. HÖLLWAND- und 9. TEAG 2DOEG-Marsch zur Wartburg – 42 km** mit Dr. Martinus Luther an der Wartburg
09:00 Uhr **21. VIA SOLUTIONS Wartburg-Staffel Männer/Frauen - 4x11 km** mit Dr. Martinus Luther an der Wartburg
09:30 Uhr **21. HÖLLWAND-Marathon/Lauf – 42 km** mit Dr. Martinus Luther an der Wartburg
09:45 Uhr **Halbmarathon-Lauf + Marsch 21 km** bis zum Rennsteig
10:15 Uhr **Viertelmarathon-Lauf + Marsch - 11 km** bis zum Kiesel
14:30 Uhr Siegerehrungen mit Dr. Martinus Luther im Kulturzentrum der Weltmeisterstadt Gumpelstadt
18:00 Uhr Zielschluss

Freitag, 27. DEZ 20. KiO PUMMPÄLZ festtagsgans(z)verbrennungsnordicwalking Hotel Haus Hainstein, 99817 Eisenach
ab 13:00 Uhr
27. DEZ23-02. JAN24 In Wald und Flur daheim in großer Gemeinschaft wandern und helfen – ein gutes Omen für ein Neues Jahr

Im Land des ältesten Reinheitsgebots die Thüringer Braukunst erleben und genießen –
mit „Freifahrtbier“ aus Kaltennordheim und dem Wanderbier „Wanderbursche“ und „Wandermädel“ aus Apolda



Werra-Schiffchen Wer kennt es nicht aus Kindertagen, ein Stück Holz als sein eigenes Schiff zu deklarieren und am Bachlauf eine Zeit lang zu begleiten. Die Pummälzsportler starten bzw. beenden an den Flüssen – Saale/Selbitz, Fränkische Saale und Werra ihren Wettkampf, weshalb sie ein Schiffchen mitführen und am Zielort mit guten Wünschen in die Werra einlassen können

Dominator-Trikot Für besonders herausragende Leistungen vergibt der Pummälz das Dominator-Trikot