

# Inhalt

Symbole & Abkürzungen		9
Über die Autorin		10
Vorwort		10
Im Soonwald - Land & Leute		13
Der Soonwaldsteig		16
Praktische Tipps von A bis Z		19
An- und Abreise	20	Körperliche Voraussetzungen 35
Ausrüstung	21	Literatur zum Soonwald
Einkaufen	25	und zum Hunsrück 36
Essen und Trinken	26	Markierungen 37
Etappen	27	Medizinische Versorgung 37
Feiertage	29	Notruf 38
Fotografieren	29	Planung und Vorbereitung 38
Frauen	30	Post 38
Geld	30	Radfahren 39
Geocaching	30	Sprache 39
Gepäck und Gepäckservice	31	Trampen 39
Hunde	31	Unterkunft 40
Information	32	Updates 42
Karten	32	Verkehrsmittel unterwegs 42
Kinder	33	Wanderpauschalen 45
Klima und Reisezeit	34	Wettervorhersage 46
Koordinaten	35	Zeit 46
Wanderetappen		47
Etappe 1: Kirm bis Abzw. Oberhausen	3,0 km	53
Etappe 2: Abzw. Oberhausen bis Wartenstein	2,4 km	55
Etappe 3: Wartenstein bis Hahnenbach	1,1 km	59

Etappe 4: Hahnenbach bis Abzw. Hennweiler	2,9 km	60
Etappe 5: Abzw. Hennweiler bis Rudolfshaus	3,6 km	61
Etappe 6: Rudolfshaus bis Abzw. Bundenbach	2,7 km	62
Etappe 7: Abzw. Bundenbach bis Abzw. Woppenroth	3,9 km	64
Etappe 8: Abzw. Woppenroth bis zur L184	2,4 km	70
Etappe 9: L184 bis Simmerbachtal	8,1 km	71
Etappe 10: Simmerbachtal bis Abzw. Gemünden	2,0 km	74
Etappe 11: Abzw. Gemünden bis Abzw. Henau	2,4 km	77
Etappe 12: Abzw. Henau bis zum Kühjakobsbrunnen	3,2 km	79
Etappe 13: Kühjakobsbrunnen bis Abzw. Entenpfuhl	2,4 km	80
Etappe 14: Abzw. Entenpfuhl bis zur Ellerspringhütte	4,0 km	81
Etappe 15: Ellerspringhütte bis Abzw. Münchwald	2,2 km	82
Etappe 16: Abzw. Münchwald bis Abzw. Argenthal	2,7 km	85
Etappe 17: Abzw. Argenthal bis Rheinböllen	11,6 km	86
Etappe 18: Rheinböllen bis zur Emmerichshütte	2,5 km	95
Etappe 19: Emmerichshütte bis zur Lauschhütte	6,2 km	96
Etappe 20: Lauschhütte bis Jägerhaus	6,3 km	99
Etappe 21: Jägerhaus bis Abzw. Trechtingshausen	2,9 km	101
Etappe 22: Abzw. Trechtingshausen bis Bingen	9,5 km	103

 Übersichtskarte 49

Kleiner Sprachführer 117

Index 124