



30

JAHRE

Stiftung

NATURSCHUTZ
THÜRINGEN

Grünes Band Thüringen

Geführte

Wanderungen

2025



Grünes Band
Deutschland

Nationales
Naturmonument
Thüringen

Erleben Sie das Grüne Band Thüringen!

Aus der jahrzehntelangen leidvollen Trennung Deutschlands ist mit dem Grünen Band, als bundesweit längster Biotopverbund, etwas Einzigartiges hervorgegangen. Vom Südharz über das Eichsfeld ins Werratal, von der Rhön über das Grabfeld und den Thüringer Wald ins Schiefergebirge – das Grüne Band ist zugleich einmaliger Verbund besonderer Naturräume und Erinnerungslandschaft entlang der ehemaligen innerdeutschen Grenze.

Im Jahr 2018 wurde das Grüne Band Thüringen zum Nationalen Naturmonument ausgewiesen, dafür ist die Stiftung Naturschutz Thüringen seither Trägerin und Ansprechpartnerin.

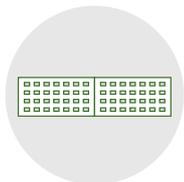
www.gruenes-band-thueringen.de



763 km
Länge



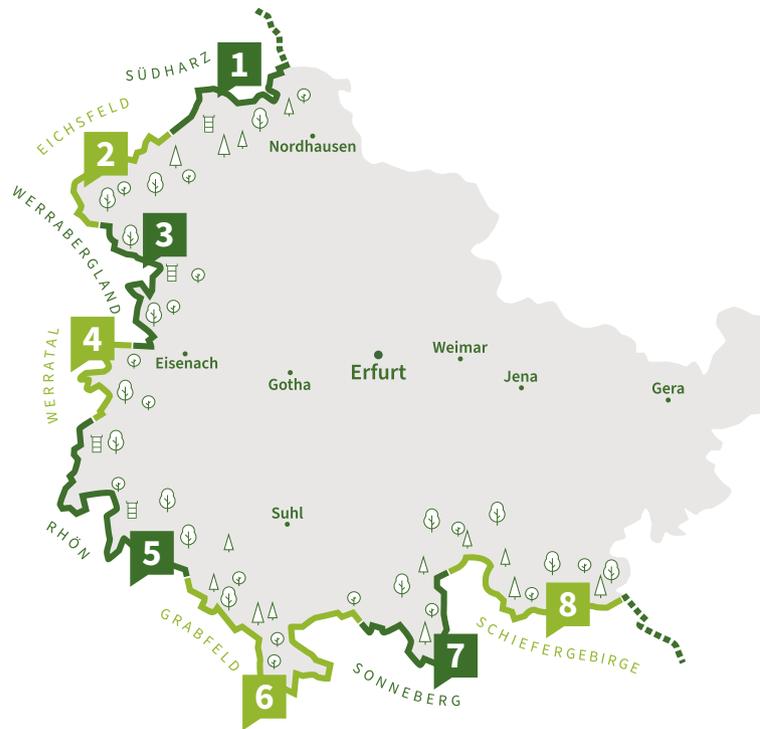
660 m
Höhenunterschied



600 km
Kolonnenweg



40
erhaltene Grenztürme



Anmelden und dabei sein!

Wir nehmen Sie mit auf Entdeckungsreise am Grünen Band. Alle geführten Wanderungen sind kostenlos. Um Gruppengrößen korrekt einzuschätzen, ist bei allen Führungen eine Anmeldung erforderlich. Mehr Informationen und Anmeldungen unter www.stiftung-naturschutz-thueringen.de/erleben/veranstaltungskalender

- Region am Grünen Band
- Startzeit
- Dauer
- Länge
- Art der Tour
- Schwierigkeitsgrad
- Zielgruppe
- Startpunkt





Einstige Grenztürme
am Grünen Band
erinnern an die Teilung
Deutschlands.

April



3 Werrabergland

Auf dem Grünen Band dem Himmel entgegen

Mit Gebietsbetreuer Stefan Sander folgen Sie dem Grünen Band zum ehemaligen geschleiften Gut Keudelstein. Weiter geht es zum Hülfensberg, dem traditionellen Wallfahrtsort im Eichsfeld, wo noch heute Franziskanermönche leben.

📍 Bushaltestelle, Dorfstraße 1, 37308 Döringsdorf

🕒 10.00 Uhr ⌚ 5 h 📍 8 km
🚶 Rundtour 🥾 mittel 👨 Familien



4 Werratal

Kiebitz und Schnatterente im Rhäden

Erkunden Sie den Dankmarshäuser Rhäden mit Gebietsbetreuer Kevin Töfge. Ob Kiebitz oder Grünschenkel, Graugans oder Schnatterente: Erfahren wir mehr über die Vogelwelt und die Geschichte des ehemaligen Grenzgebietes.

📍 🏠 Großsporthalle, Rhädenweg 17, 36208 Obersuhl

🕒 11.00 Uhr ⌚ 4 h 📍 7 km
🚶 Rundtour 🥾 leicht 👨 Familien/10+



2 Eichsfeld

Von Lindewerra zum Ludwigsteinblick

Auf der Rundtour um Lindewerra gibt Gebietsbetreuer Gerhard Propf Einblicke ins einstige Leben an der Grenze. Über den Kolonnenweg geht es vorbei an Streuobstwiesen zum Ludwigsteinblick. Besuch des Stockmachermuseums möglich.

📍 Werrabrücke, Straße zur Einheit, 37318 Lindewerra

🕒 15.00 Uhr ⌚ 3 h 📍 4 km
🚶 Rundtour 🥾 mittel 👨 Familien





5 Rhön

Basalt, Grenze und Grünes Band

Diese Wanderung mit Gebietsbetreuer Ralf Hofmann führt vom Parkplatz am Schwarzen Moor hinüber zu artenreichen Bergmähwiesen. Entdecken Sie die von Basaltgestein geprägte Rhön. Am Grünen Band erinnern Grenzurm und -zaun an die deutsche Teilung.

Schwarzes Moor, Hochrhönstraße (Fladungen – Bischofsheim)

11.00 Uhr 2 h 3 km
 Rundtour leicht Familien



7 Sonneberg

Görsdörfener Heide zwischen Moor & Wald

Diese Wanderung mit Gebietsbetreuer Christoph Schießler führt ins Naturschutzgebiet Görsdörfener Heide. Zwischen artenreichen Moor-, Wald- und Heideflächen entdecken Sie Spuren der innerdeutschen Teilung.

Gedenkstätte innerdeutsche Grenze Eisfeld-Rottenbach, Coburger Straße 501, 98673 Eisfeld

13.00 Uhr 4 h 10 km
 Rundtour mittel Erwachsene



6 Grabfeld

Braunkehlchen & Co. in der Bischofsau

Mit Gebietsbetreuerin Peggy Stöber wandern Sie durch die Hutelandschaft Bischofsau. Hier können Sie Brutvögel – wie Braunkehlchen oder Neuntöter – beobachten. Die Tour führt entlang des Grünen Bandes und durch Eichenmischwald.

Bushaltestelle „Gewerbegebiet Adelhausen“ auf L1153 Richtung Bad Rodach, 98646 Staufenhain, OT Adelhausen

10.00 Uhr 3 h 4 km
 Rundtour leicht Familien



8 Schiefergebirge

Zeitreise und Grenzblicke am Hopfsberg

Im ehemaligen Grenzgebiet entdecken Sie das Grenztor am Ernst-Wilhelm-Stollen und Zaunreste am Hopfsberg. Gebietsbetreuerin Marika Kächele führt Sie auch zu einem ehemaligen Beobachtungsturm, der heute ein Museum beherbergt.

DDR-Grenzbahnhof-Museum, Bahnhofstraße 1, 07330 Probstzella (Bahnhofsvorplatz)

10.00 Uhr 4 h 7 km
 Rundtour mittel Erwachsene



Mai



2 Eichsfeld

Biberspuren am Grenzfluss entdecken

Folgen Sie dem früheren Kolonnenweg von Wahlhausen nach Lindewerra. Mit Gebietsbetreuer Gerhard Propf entdecken Sie Biberspuren an der Werra, das Biotop Kiesteiche und die geschichtsträchtige Werrabrücke. Für Rollstuhl geeignet!

Margareten-Kirche, Am Rain, 37318 Wahlhausen

13.30 Uhr 4 h 9 km
 Rundtour leicht Kurgäste



6 Grabfeld

Grenzrelikte & Orchideen bei Behrungen

Erkunden Sie das Naturschutzgebiet „In den Seen“. Mit Gebietsbetreuerin Peggy Stöber durchstreifen Sie das ehemalige Grenzgebiet bei Behrungen. Neben Grenzturm und Grenzzaun entdecken Sie eine Vielfalt an Orchideen.

Dt.-Dt. Freilandmuseum, Römhilder Straße, 98631 Behrungen

10.00 Uhr 3,5 h 6 km
 Rundtour mittel Erwachsene





3 Werrabergland

Auf Spurensuche am Grünen Band

Entdecken Sie das Grüne Band: Auf dem Kolonnenweg wandern Sie mit Gebietsbetreuer Stefan Sander durch Natur und Geschichte. Vom Grenzmuseum Schiffersgrund geht es vorbei an einem der längsten erhaltenen Original-Grenzzäune Deutschlands.

Grenzmuseum Schiffersgrund, Platz der Wiedervereinigung 1, 37318 Asbach-Sickenberg

10.00 Uhr 5 h 11 km
 Rundtour mittel Familien



5 Rhön

Zum Gerstenstein, wo 1962 Schüsse fielen

Der zertifizierte Natur- und Landschaftsführer Dieter Ulrich führt Sie von Birx zum Gerstenstein, wo einst ein westlicher Besucher angeschossen wurde. In der Nähe des Schwarzen Moors zeugen Grenzurm und Zaunreste von der früheren Grenze, die heute als Grünes Band wertvolle Lebensräume verbindet.

am Sportplatz, 98634 Birx

13.00 Uhr 3 h 6 km
 Rundtour leicht Erwachsene



5 Rhön

Basalt, Grenze und Grünes Band

Diese Wanderung mit Gebietsbetreuer Ralf Hofmann führt vom Parkplatz am Schwarzen Moor hinüber zu artenreichen Bergmähwiesen. Entdecken Sie die von Basaltgestein geprägte Rhön. Am Grünen Band erinnern Grenzurm und -zaun an die deutsche Teilung.

Schwarzes Moor, Hochrhönstraße (Fladungen – Bischofsheim)

11.00 Uhr 2 h 3 km
 Rundtour leicht Familien



5 Rhön

Bunte Schmetterlinge am Grünen Band

Ob Zitronenfalter, Aurorafalter, Zwerg-Bläuling oder Schlüsselblumen-Würfelfalter: Mit Kescher und Bestimmungsbuch führt Sie Kevin Töfge, Gebietsbetreuer am Grünen Band, durch das ehemalige Grenzgebiet.

Rastplatz Ulstertal-Radweg, Am Bahnhof, 36419 Wenigentaft

13.00 Uhr 3,5 h 5,5 km
 Rundtour mittel Familien/8+



6 Grabfeld

Grenzspuren und Obstbaumblüte in der Schlechtsarter Schweiz

Entdecken Sie eine Landschaft, die viele Jahre nicht zugänglich war. Mit Gebietsbetreuerin Peggy Stöber erkunden Sie das Naturschutzgebiet „Schlechtsarter Schweiz“. Genießen Sie fantastische Ausblicke und blühende Streuobstwiesen.

Rastplatz Grünes Band zwischen Schlechtsart und Trapstadt

10.00 Uhr 4,5 h 9 km
 Rundtour mittel Erwachsene



7 Sonneberg

Geschleifte Orte am Generalsblick

Auf dieser Wanderung mit Gebietsbetreuer Christoph Schießler finden Sie geschleifte Orte und Mahnmale der innerdeutschen Teilung inmitten artenreicher Lebensräume.

Wanderparkplatz Krummer Stein, Effelder Str., 96528 Effelder

10.00 Uhr 5 h 10 km
 Rundtour mittel Erwachsene





8 Schiefergebirge

Verschwundene Orte und seltene Pflanzen bei Lehesten

Über Mähwiesen mit wohlriechenden Kräutern und Feuchtwiesen, auf denen Schwarzstörche nach Nahrung suchen, wandern Sie mit Gebietsbetreuerin Marika Kächele. Erfahren Sie mehr über verschwundene Orte und das Schicksal ihrer Bewohner.

📍 *Techn. Denkmal „Historischer Schieferbergbau Lehesten“, Staatsbruch 17, 07349 Lehesten (am Modelldorf)*

🕒 10.00 Uhr ⌚ 3 h 📍 3,5 km
 🚶 Rundtour 🥾 leicht 👤 Erwachsene



Langer Tag der Natur –
 in Kooperation mit
 dem NABU Thüringen.

www.langer-tag-der-natur.de

Juni



1 Südharz

**Langer Tag der Natur:
 Vogelwelt am Grünen Band**

Die Stiftung Naturschutz Thüringen und die NABU-Ortsgruppe Nordhausen laden Groß und Klein zum Forschen am Grünen Band ein. Ihr wandert über die frühere Grenze und erfahrt mehr über die einzigartige Vogelwelt!

📍 *Stadtwald Ellrich, nördliches Ende Waldstraße, 99755 Ellrich*

🕒 16.00 Uhr ⌚ 2 h 📍 5 km
 🚶 Rundtour 🥾 leicht 👤 Familien



2 Eichsfeld

**Langer Tag der Natur:
 Von Lindewerra zum Ludwigsteinblick**

Auf der Rundtour um Lindewerra gibt Gebietsbetreuer Gerhard Profp Einblicke ins einstige Leben an der Grenze. Über den Kolonnenweg geht es vorbei an Streuobstwiesen zum Ludwigsteinblick. Besuch des Stockmachermuseums möglich.

📍 *Werrabrücke, Straße zur Einheit, 37318 Lindewerra*

🕒 15.00 Uhr ⌚ 3 h 📍 4 km
 🚶 Rundtour 🥾 mittel 👤 Familien



3 Werrabergland

**Langer Tag der Natur: Grünes Band
 im Schein der Taschenlampe**

Mit Gebietsbetreuer Stefan Sander bei Dunkelheit unterwegs: Umgeben von nächtlichen Naturgeräuschen, lauschen wir Geschichten früherer DDR-Grenzflüchtlinge. Taschenlampe mitbringen.

📍 *Kirchenruine Katharinenberg, Im Gut 27, 99988 Katharinenberg*

🕒 21.00 Uhr ⌚ 3 h 📍 5 km
 🚶 Rundtour 🥾 mittel 👤 Familien





5 Rhön

Langer Tag der Natur: Zum Wiesenfelder Sonnenplateau

Wandern Sie mit Gebietsbetreuer Ralf Hofmann von Point Alpha zum Wiesenfelder Sonnenplateau. Unterwegs erfahren Sie mehr über das Grüne Band, den artenreichen Trockenrasen sowie das Grenzrelikt „Wiesenfelder Turm“.

📍 Gedenkstätte „Point Alpha“, Platz d. Dt. Einheit 1, 36419 Geisa

🕒 10.00 Uhr ⌚ 4 h 📍 6 km
🚶 Rundtour 🥾 mittel 👨 Familien



4 Werratal

Langer Tag der Natur: Mit dem Kescher durchs Gras bei Oberzella

Familien mit Kindern aufgepasst! Wie echte Naturforscher streifen wir mit dem Kescher durchs Gras. Gebietsbetreuer Kevin Töfge erläutert dabei, wie das Grüne Band entstand und welche Arten in der von Hecken durchzogenen Landschaft leben.

📍 Bürgerhaus, Am Bürgerhaus, 36404 Oberzella

🕒 10.00 Uhr ⌚ 2 h 📍 3 km
🚶 hin + zurück 🥾 leicht 👨 Familien/6+



6 Grabfeld

Langer Tag der Natur: Zum Gedenkort der Soldaten Seidel und Lange

Auf dem Kolonnenweg geht es mit Gebietsbetreuerin Peggy Stöber vom Amiblick zum Gedenkort für die erschossenen Soldaten Seidel und Lange. Vom Kammweg ergeben sich Ausblicke zu den Gleichbergen und über das Werratal zum Thüringer Wald.

📍 Gedenkstätte „Innerdeutsche Grenze Eisfeld-Rottenbach“, Grenzturn, 98673 Eisfeld

🕒 10.00 Uhr ⌚ 5 h 📍 11 km
🚶 Rundtour 🥾 mittel 👨 Erwachsene



8 Schiefergebirge

Langer Tag der Natur: Bunte Schmetterlinge am Grünen Band

Bunte Schmetterlinge, summende Bienen und duftende Kräuter leben dort, wo einst eine undurchdringliche Grenze war. Auf dieser Wanderung mit Gebietsbetreuerin Marika Kächele treffen Sie seltene Arten und engagierte Menschen.

📍 Lauensteiner Weg (Wertstoffcontainer), 98743 Gräfenthal, OT Lichtenhain

🕒 10.00 Uhr ⌚ 4 h 📍 6 km
🚶 Rundtour 🥾 leicht 👨 Familien



7 Sonneberg

Grünes Band für Groß und Klein

Mit Gebietsbetreuer Christoph Schießler erkundet ihr spielerisch den Lebensraum des Bibers. Auf dem Weg finden wir viele stumme Zeitzeugen, die auf die ehemalige innerdeutsche Grenze verweisen.

📍 Seestrasse 30, 96465 Neustadt bei Coburg

🕒 10.00 Uhr ⌚ 4 h 📍 4 km
🚶 Rundtour 🥾 leicht 👨 Familien



2 Eichsfeld

Verborgene Reste von Kloster und Forsthaus am Grünen Band

Der zertifizierte Natur- und Landschaftsführer Lothar Wandt führt Sie zu Gebäuden, die einst wegen Grenznähe abgerissen wurden. Sie erfahren, wie gut die Grenze gesichert war und wer hier die Flucht aus der DDR wagte.

📍 Grenzlandmuseum Eichsfeld, Duderstädter Str. 7, 37339 Teistungen

🕒 13.00 Uhr ⌚ 4 h 📍 8 km
🚶 Rundtour 🥾 leicht 👨 Familien



Juli



3 Werrabergland

Über den Dachsberg zur Burgruine

Auf der Suche nach einem Geheimgang und Zeugen der einstigen Grenze geht es mit Gebietsbetreuer Stefan Sander am Grünen Band entlang und steil bergauf über den Dachsberg zur Burgruine Greifenstein.

📍 *Ev. Kirche, Paradiesweg 1, 37308 Großtöpfer*

🕒 10.00 Uhr 🕒 5 h 📍 9 km
🚶 Rundtour 🥾 mittel 👤 Erwachsene



5 Rhön

Insekten-Gewimmel am Rasdorfer Berg

Die Stiftung Naturschutz Thüringen und das Naturschutzgroßprojekt Thüringer Kuppenrhön laden zum Streifzug mit dem Kescher ein. Entdeckt die Vielfalt an bunten und getarnten Insekten mit Kevin Töfge, Corinna Hoßfeld und Johannes Urban.

📍 🏠 *Haus auf der Grenze, Platz der Deutschen Einheit, 36419 Geisa*

🕒 10.00 Uhr 🕒 3 h 📍 4,5 km
🚶 Rundtour 🥾 mittel 👤 Familien/8+



5 Rhön

Basalt, Grenze und Grünes Band

Diese Wanderung mit Gebietsbetreuer Ralf Hofmann führt vom Parkplatz am Schwarzen Moor hinüber zu artenreichen Bergmähwiesen. Entdecken Sie die von Basaltgestein geprägte Rhön. Am Grünen Band erinnern Grenzturn und -zaun an die deutsche Teilung.

📍 🏠 *Schwarzes Moor, Hochrhönstraße (Fladungen – Bischofsheim)*

🕒 11.00 Uhr 🕒 2 h 📍 3 km
🚶 Rundtour 🥾 leicht 👤 Familien



2 Eichsfeld

Biberspuren am Grenzfluss entdecken

Folgen Sie dem einstigen Kolonnenweg von Wahlhausen nach Lindewerra. Mit Gebietsbetreuer Gerhard Propf entdecken Sie Biberspuren an der Werra, das Biotop Kiesteiche und die geschichtsträchtige Werrabrücke. Für Rollstuhl geeignet!

📍 *Margareten-Kirche, Am Rain, 37318 Wahlhausen*

🕒 13.30 Uhr 🕒 4 h 📍 9 km
🚶 Rundtour 🥾 leicht 👤 Erwachsene



Das Grüne Band ist

für den seltenen

Wiesenkopf-Ameisenbläuling

ein Rückzugsraum.



4 Werratal

Das verrückte Leben der Ameisenbläulinge

Mit dem Gebietsbetreuer Kevin Töfge gehen Sie auf die Suche nach dem Dunklen Wiesenknopf-Ameisenbläuling. Erfahren Sie mehr über die außergewöhnliche Lebensweise dieses Schmetterlings und vieler anderer Arten.

📍 *Wanderparkplatz Rhäden L2217 (Dankmarshausen – Großensee)*

🕒 15.30 Uhr ⌚ 2 h 📍 3 km
🪑 hin + zurück 🥾 leicht 👤 Familien/6+



8 Schiefergebirge

Braunkehlchen im wild-romantischen Tannbachtal

Willkommen im wild-romantischen Tannbachtal: Entdecken Sie die Heimat des Braunkehlchens mit Gebietsbetreuerin Marika Kächele. Reste der Streusiedlung Dornholz zeugen von der Zwangsaussiedlung im ehemaligen Grenzgebiet.

📍 📄 *Monument sowj. Panzer, 07926 Gefell, OT Mödlareuth*

🕒 10.00 Uhr ⌚ 4 h 📍 7 km
🪑 Rundtour 🥾 mittel 👤 Erwachsene



1 Südharz

Grünes Band trifft Harzer Hexen

Die Gebietsbetreuerin Mareike Schult lädt euch ein, spielerisch den Harzer Wald am Grünen Band zu erkunden. Dann geht es zum weltgrößten Hexenbesen am „Harzer Hexenreich“, das sich in einer früheren Grenzkaserne befindet.

📍 *Grenzsäule Rothesütte, Alte Poststraße 1, 99755 Rothesütte*

🕒 10.00 Uhr ⌚ 2 h 📍 5 km
🪑 Rundtour 🥾 leicht 👤 Familien



August



2 Eichsfeld

Weitblicke und Grenzgeschichten im Eichsfeld

Diese Wanderung mit Gebietsbetreuer Gerhard Propf führt über die Drei-Schulzen-Eiche und die Magdalenenkapelle zurück nach Kirchgandern. Genießen Sie Ausblicke vom Pferdeberg und erfahren Sie mehr über das Leben an der einstigen Grenze.

📍 *Friedhof, Besenhäuser Straße, 37318 Kirchgandern*

🕒 15.00 Uhr ⌚ 3 h 📍 10 km
🪑 Rundtour 🥾 mittel 👤 Familien



5 Rhön

Basalt, Grenze und Grünes Band

Diese Wanderung mit Gebietsbetreuer Ralf Hofmann führt vom Parkplatz am Schwarzen Moor hinüber zu artenreichen Bergmähwiesen. Entdecken Sie die von Basaltgestein geprägte Rhön. Am Grünen Band erinnern Grenzurm und -zaun an die deutsche Teilung.

📍 📄 *Schwarzes Moor, Hochrhönstraße (Fladungen – Bischofsheim)*

🕒 11.00 Uhr ⌚ 2 h 📍 3 km
🪑 Rundtour 🥾 leicht 👤 Familien



5 Rhön

Grenzwanderung am Grünen Band

Mit der zertifizierten Natur- und Landschaftsführerin Ina Wagner erkunden Sie die ehemalige deutsch-deutsche Grenze und werden auf die Einzigartigkeit der Rhöner Landschaft und Natur aufmerksam gemacht.

📍 📄 *US-Camp Point Alpha, Hummelsberg 1, 36169 Rasdorf*

🕒 10.00 Uhr ⌚ 2 h 📍 5 km
🪑 Rundtour 🥾 leicht 👤 Familien/12+



3 Werrabergland
Heldrastein: Panoramablick ins Werratal

Über zahlreiche Treppen, eingeschlagen in zerklüftete Felsen, wandern Sie mit Gebietsbetreuer Stefan Sander hoch hinauf zum Heldrastein. Oben angekommen öffnet sich ein Panoramablick ins Werratal.

📍 *Wanderparkplatz (zw. Schnellmannshausen & Großbuschla)*

🕒 10.00 Uhr ⌚ 5 h 📍 8 km
 🚶 Rundtour 🥾 mittel 👤 Familien



7 Sonneberg
Heideblüte & Biberspuren im Förritzal

Ausgedehnte Heideflächen dokumentieren beeindruckend die Entwicklung vom Todesstreifen zur Lebenslinie. Am renaturierten Grenzfluss Förritz erkunden Sie mit Gebietsbetreuer Christoph Schießler den Lebensraum des Bibers.

📍 *Waldhotel, Bächlein 10, 96268 Mitwitz*

🕒 10.00 Uhr ⌚ 4 h 📍 8 km
 🚶 Rundtour 🥾 mittel 👤 Erwachsene



8 Schiefergebirge
Verschwundene Orte und seltene Pflanzen bei Lehesten

Über Mähwiesen mit wohlriechenden Kräutern und Feuchtwiesen, auf denen Schwarzstörche nach Nahrung suchen, wandern Sie mit Gebietsbetreuerin Marika Kächele. Erfahren Sie mehr über verschwundene Orte und das Schicksal ihrer Bewohner.

📍 *Technisches Denkmal „Historischer Schieferbergbau Lehesten“, Staatsbruch 17, 07349 Lehesten (am Modelldorf)*

🕒 10.00 Uhr ⌚ 3 h 📍 3,5 km
 🚶 Rundtour 🥾 leicht 👤 Erwachsene



7 Sonneberg
Görsdörfener Heide zwischen Moor & Wald

Diese Wanderung mit Gebietsbetreuer Christoph Schießler führt ins Naturschutzgebiet Görsdörfener Heide. Zwischen artenreichen Moor-, Wald- und Heideflächen entdecken Sie Spuren der innerdeutschen Teilung.

📍 *Gedenkstätte „Innerdeutsche Grenze Eisfeld-Rottenbach“, Coburger Straße 501, 98673 Eisfeld*

🕒 10.00 Uhr ⌚ 4 h 📍 10 km
 🚶 Rundtour 🥾 mittel 👤 Erwachsene



September

6 Grabfeld
Perlen der Natur bei Behrungen

Erkunden Sie das Naturschutzgebiet „In den Seeben“. Mit Gebietsbetreuerin Peggy Stöber durchstreifen Sie das ehemalige Grenzgebiet bei Behrungen. Entdecken Sie Grenzrelikte, wie Grenzurm und Grenzzaun.

📍 *Dt.-Dt. Freilandmuseum, Römhilder Straße, 98631 Behrungen*

🕒 10.00 Uhr ⌚ 3,5 h 📍 6 km
 🚶 Rundtour 🥾 mittel 👤 Erwachsene



3 Werrabergland
Auf dem Grünen Band dem Himmel entgegen

Mit Gebietsbetreuer Stefan Sander folgen Sie dem Grünen Band zum ehemaligen geschleiften Gut Keudelstein. Weiter geht es zum Hülfensberg, dem traditionellen Wallfahrtsort im Eichsfeld, wo noch heute Franziskanermönche leben.

📍 *Bushaltestelle, Dorfstraße 1, 37308 Döringsdorf*

🕒 10.00 Uhr ⌚ 5 h 📍 8 km
 🚶 Rundtour 🥾 mittel 👤 Familien





1 Südharz

Grünes Band trifft Harzer Hexen

Die Gebietsbetreuerin Mareike Schult lädt euch ein, spielerisch den Harzer Wald am Grünen Band zu erkunden. Dann geht es zum weltgrößten Hexenbesen am „Harzer Hexenreich“, das sich in einer früheren Grenzkaserne befindet.

📍 Grenzsäule Rothesütte, Alte Poststraße 1, 99755 Rothesütte

🕒 15.00 Uhr ⌚ 2 h 📍 5 km
 🚶 Rundtour 🥾 leicht 👤 Familien



5 Rhön

Geschleifte Höfe in der Rhön

Die zertifizierte Natur- und Landschaftsführerin Daniela Sell führt Sie über das Grüne Band zum Mückenhof, einem geschleiften Hof. Erfahren Sie mehr über die Nachfahren einer Familie, die einst von hier vertrieben worden ist.

📍 ehem. Hotel Katzenstein, Katzenstein 1, 36466 Dermbach

🕒 15.00 Uhr ⌚ 3 h 📍 4 km
 🚶 Rundtour 🥾 leicht 👤 Familien



2 Eichsfeld

Zeugen der Grenze rund um Lindewerra

Diese anspruchsvolle Wanderung führt über die Teufelskanzel hinauf zum „Ministerblick“. Gebietsbetreuer Gerhard Propf zeigt anhand historischer Bilder, wie die Grenze einst das Ortsbild von Lindewerra prägte. Einkehr möglich.

📍 Werrabrücke, Straße zur Einheit, 37318 Lindewerra

🕒 10.00 Uhr ⌚ 5 h 📍 10 km
 🚶 Rundtour 🥾 schwer 👤 Erwachsene



4 Werratal

Gäneschwärme & Watvögel im Rhäden

Erkunden Sie den Dankmarshäuser Rhäden mit Gebietsbetreuer Kevin Töfge: Beobachten Sie verschiedene Watvögel, Spießenten und hunderte Gänse. Dabei erfahren Sie mehr über die spannende Geschichte des einstigen Grenzgebietes.

📍 Wanderparkplatz Rhäden L2217 (Dankmarshausen – Großensee)

🕒 10.00 Uhr ⌚ 4 h 📍 6,5 km
 🚶 Rundtour 🥾 leicht 👤 Familien/10+



5 Rhön

Basalt, Grenze und Grünes Band

Diese Wanderung mit Gebietsbetreuer Ralf Hofmann führt vom Parkplatz am Schwarzen Moor hinüber zu artenreichen Bergmähwiesen. Entdecken Sie die von Basaltgestein geprägte Rhön. Am Grünen Band erinnern Grenzurm und -zaun an die deutsche Teilung.

📍 Schwarzes Moor, Hochrhönstraße (Fladungen – Bischofsheim)

🕒 11.00 Uhr ⌚ 2 h 📍 3 km
 🚶 Rundtour 🥾 leicht 👤 Erwachsene



3 Werrabergland

Spuren der Grenze am Grünen Band

Grenzurm, Grenzsteine und der Blick auf zwei geschleifte Güter erinnern auf dieser Wanderung an die deutsche Teilung. Von der Kirchenruine Katharinenberg führt Sie Gebietsbetreuer Stefan Sander zum Grünen Band.

Diese Wanderung ist Teil der Aktion „Wandern mit Freunden im Naturpark Eichsfeld-Hainich-Werratal“ (19.–21.09.25).

📍 Infopunkt „Grenzblick Katharinenberg“, Heimatalm B 249, 99988 Katharinenberg

🕒 10.00 Uhr ⌚ 5 h 📍 5 km
 🚶 Rundtour 🥾 mittel 👤 Familien





6 Grabfeld

Braunkehlchen & Co. in der Bischofsau

Mit Gebietsbetreuerin Peggy Stöber wandern Sie durch die Hutelandschaft Bischofsau. Hier können Sie Brutvögel – wie Braunkehlchen oder Neuntöter – beobachten. Die Tour führt entlang des Grünen Bandes und durch Eichenmischwald.

Bushaltestelle „Gewerbegebiet Adelhausen“ auf L1153 Richtung Bad Rodach

10.00 Uhr 3 h 4 km
 Rundtour leicht Familien



7 Sonneberg

Tier-Olympiade am Grünen Band

Stubenhocker? Nichts für uns! Wir gehen raus und lernen bei Spechtsbrunn geschützte Tiere kennen. Mit Marika Kächele und Christoph Schießler, Gebietsbetreuerin am Grünen Band, besuchen wir die Heimat von Wildkatze, Schwarzstorch und Fledermaus.

Naturparkinformationszentrum Spechtsbrunn, Am Rennsteig 1, 96515 Sonneberg

10.00 Uhr 3 h 3 km
 Rundtour leicht Familien



1 Südharz

Gegen das Vergessen: KZ-Gedenkstätte am Grünen Band

Mit der Gebietsbetreuerin Mareike Schult besuchen Sie die KZ-Gedenkstätte Ellrich-Juliushütte. In dem 1944 errichteten KZ kamen etwa 4.000 Häftlinge zu Tode. Begeben Sie sich auf die Spuren der fast vergessenen Geschichte und erfahren Sie, wie Gedenken im heutigen Naturschutzgebiet wieder möglich wird.

Ellrich-Juliushütte, Pontelstraße 3, 99755 Ellrich

10.00 Uhr 2 h 5 km
 Rundtour leicht Erwachsene



1 Südharz

Grenzgeschichte zum Rotbuchenfest

Am Tag der Deutschen Einheit feiern Ellrich und Walkenried alljährlich das Rotbuchenfest. Passend dazu erfahren Sie bei der Wanderung mit Gebietsbetreuerin Mareike Schult mehr über den ehemaligen Grenzübergang, die KZ-Gedenkstätte Ellrich-Juliushütte und das Grüne Band. Auf dem Karstwanderweg geht es zum Himmelreich-Ausblick.

Infopavillon Ellrich an der L601 (Ellrich – Walkenried)

08.00 Uhr 3 h 5 km
 Rundtour mittel Erwachsene



2 Eichsfeld

Grenzzaun-Wanderung nach Schiffilersgrund

Vorbei am alten Grenzzaun führt diese Wanderung zum Grenz-museum Schiffilersgrund. Mit Gebietsbetreuer Gerhard Propf erkunden Sie geschichtliche Hintergründe sowie Biberspuren an der Werra. Museumsbesuch und Rückfahrt mit Bus möglich.

Werrabrücke, Straße zur Einheit, 37318 Lindewerra

10.00 Uhr 4 h 8 km
 Tour + Bus mittel Familien





4 Werratal

Kiebitze und Spießente im Rhäden

Mit Gebietsbetreuer Kevin Töfge beobachten Sie Kiebitze, Wasserläufer, Spießenten und hunderte Gänse. Auf der Tour durch den Rhäden erfahren Sie mehr über die spannende Geschichte des einstigen Grenzgebietes.

[Großsporthalle, Rhädenweg 17, 36208 Obersuhl](#)

11.00 Uhr

4 h

7 km

Rundtour

leicht

Familien/10+



5 Rhön

Grenzwanderung rund um Wenigentaft

Erkunden Sie den ehemaligen Grenzort Wenigentaft. Von dort aus geht es mit Gebietsbetreuer Ralf Hofmann hinaus zu den artenreichen Kalkmagerrasen und an die Ulster, einen ehemaligen Grenzfluss.

[Rastplatz \(Ulstertal-Radweg\), Am Bahnhof, 36419 Wenigentaft](#)

10.00 Uhr

4 h

6 km

Rundtour

mittel

Erwachsene



7 Sonneberg

Erinnerung am einstigen Grenzübergang

Die Wanderung beginnt an der „Gebrannten Brücke“ in Sonneberg, einem ehemaligen Grenzübergang. Von Gebietsbetreuer Christoph Schießler erfahren Sie mehr über die Öffnung der Grenze und die Entwicklung des Grünen Bandes.

[An der Gebrannten Brücke, 96465 Neustadt bei Coburg](#)

10.00 Uhr

4 h

6 km

Rundtour

mittel

Erwachsene



Am 3. Oktober feiern wir
den Tag der Deutschen Einheit
mit zahlreichen Führungen.





8 Schiefergebirge

Grünes Band mit Aussicht

Mit der zertifizierten Natur- und Landschaftsführerin Alexandra Triebel erkunden Sie den Naturpark Hag, einen ehemaligen fürstlichen Landschaftspark. Vom Poetenfelsen und der Kaiserhöhe bieten sich malerische Aussichten.

Kulturhaus, Gerberstraße 17, 07927 Hirschberg Saale

14.00 Uhr 2,5 h 5 km
 Rundtour mittel Erwachsene



3 Werrabergland

Vom Niemandsland zum Grünen Band

Gesäumt von Wald und Streuobstwiesen wandern Sie mit dem Gebietsbetreuer Stefan Sander über Sickenberg und Asbach zur Burgruine Altenstein. Von hier führt der Weg auf einem idyllischen, romantisch gelegenen Pfad talwärts.

Grenzmuseum Schiffersgrund, Platz der Wiedervereinigung 1, 37318 Asbach Sickenberg

10.00 Uhr 5 h 11 km
 Rundtour mittel Familien



8 Schiefergebirge

Zeitreise und Grenzblicke am Hopfsberg

Im ehemaligen Grenzgebiet entdecken Sie das Grenztor am Ernst-Wilhelm-Stollen und Zaunreste am Hopfsberg. Gebietsbetreuerin Marika Kächele führt Sie auch zu einen ehemaligen Beobachtungsturm, der heute ein Museum beherbergt.

DDR-Grenzbahnhof-Museum, Bahnhofstraße 1, 07330 Probstzella

10.00 Uhr 4 h 7 km
 Rundtour mittel Erwachsene



Die Ausstellung zum Grünen Band Thüringen

Im Atrium des Naturschutzzentrums werden Sie von einer modernen Ausstellung empfangen.

Klassische Informationstafeln sowie digitale und interaktive Elemente laden zum Entdecken ein: So erwarten Sie verschiedene Slideshows sowie ein Augmented Reality-Modell, das ein Stück des „Grünen Bandes“ aus dem Jahr 1985 im Vergleich zu heute in 3D zeigt. Ein virtueller Kartentisch zeigt spannende Ziele am Grünen Band.

Unsere kostenlose Ausstellungs-App „grünebandbreite“ macht den Besuch zu einem interaktiven Erlebnis. Laden Sie sich die App vorab auf Ihr Smartphone: gruenebandbreite.de





Die Stiftung Naturschutz Thüringen ist eine selbstständige Stiftung des öffentlichen Rechts, die 1995 durch den Freistaat Thüringen gegründet wurde. Sie fördert Bestrebungen und Maßnahmen, die dem Naturschutz in Thüringen dienen und setzt selbst Projekte um. Diese Maßnahmen beinhalten unter anderem die Sicherung, Wiederherstellung und Entwicklung von Biotopen, Umweltbildung und die Forschung auf dem Gebiet des Naturschutzes.

Bleiben Sie uns verbunden!

www.stiftung-naturschutz-thueringen.de



@StiftungNaturschutzTh



@stiftung.naturschutz.th



@stiftungnaturschutzthueringen

Impressum

Stiftung Naturschutz Thüringen

Gothaer Str. 41 | 99094 Erfurt

Tel.: 0361-57 39 31 222

www.stiftung-naturschutz-thueringen.de

Gestaltung und Grafik: Papenfuss | Atelier, Weimar
Fotos: S. Schwarz / fotopxl (Titel, 1), Stiftung
Naturschutz Thüringen (2, 3), Archiv Grenzmuseum
Schiffersgrund (4), Andreas Pöcking (5)

Mit dem „Thüringer Qualitätssiegel BNE“ werden Bildungsanbieter*innen in Thüringen ausgezeichnet, die ihre Bildungsarbeit in besonderer Weise im Sinne der Bildung für Nachhaltige Entwicklung umsetzen.

