

# Sagenhafter Waldpfad

Vom [Deutschen Wanderverband](#) als Prädikatsweg zertifiziert



**Aus der westpfälzischen Moorniederung (dem "Landstuhler Bruch") führt dieser durchaus sportliche Rundweg auf naturbelassenen Pfaden hinauf auf die von der Mühlenkultur geprägte Sickinger Höhe. Ihr Namensgeber, der letzte Reichsritter Franz von Sickingen, lebte bis 1523 auf der Burg Nanstein bei Landstuhl. Ein hübsches Wiesental, zwei Schluchten, stille Wälder und ein aussichtsreicher Höhenweg durch eine bäuerliche Landschaft erwarten den Wanderer.**

Wir empfehlen am Schützenhaus zu starten. So hat man gleich am Beginn und dann wieder am Ende der Tour eine Klamm; die Fritz-Claus-Hütte als Einkehrstation wird nach angemessenen drei Stunden Gehzeit erreicht.



Erster Höhepunkt ist die verwunschene **Untere Elendsklamm**, wo sich der Frohnbach tief in die Steilabstürze der Sickinger Höhe eingegraben hat. An der in einem weiten Wiesental gelegenen **Tausendmühle** vorbei geht es am Rande der

Moorniederung nach **Vogelbach**. Hier beginnt der Anstieg auf die Sickinger Höhe. Als Zwischenrast bietet sich auf halber Höhe die **Kneipp-Anlage Vogelquelle** an. Der folgende **Höhenweg** bietet einen weiten Blick, zunächst ins Nordpfälzer Bergland, dann zu den Hügelketten des benachbarten Saarlandes (und einen hübschen Rastplatz). Auf dem **Reißberg** ist der höchste Punkt der Tour erreicht. Dann eine lange Waldpassage: Ein **Waldlehrpfad**, die **Obere Elendsklamm** und ein kleiner **Steinbruch** sind die markanten Punkte auf dem Weg zur **Fritz-Claus-Hütte**. Durch die Klamm des **Belzmühltals** und an der **Belzmühle** vorbei geht es zurück zum Schützenhaus.

## Tipps für Teilstrecken

**Kleine Ostschleife (6 km):** Der landschaftlich schönste Teil; Start am Schützenhaus, zur Unteren Elendsklamm, direkt hinauf zur Oberen Elendsklamm und über die Fritz-Claus-Hütte und die Belzmühle zum Schützenhaus.

**Große Ostschleife (9 km):** Vom Schützenhaus Richtung Vogelbach, auf Zuweg hinauf zum Aussichtspunkt Hoher Fels und über die Fritz-Claus-Hütte zurück.

## Flyer downloaden

**Ort:** Bruchmühlbach-Miesau (240 m) oder Lambsborn (315 m)

**Anreise mit dem PKW:** A6, Ausfahrt Bruchmühlbach-Miesau (zwischen Kaiserslautern und Homburg)

**Anreise mit Bahn:** Bahnhof Bruchmühlbach-Miesau

**Start:** Schützenhaus Bruchmühlbach (von der A6 kommend im Ort beschildert rechts ab) oder Parkplatz am östlichen Ortsausgang von Lambsborn

**Länge:** 16,5 km

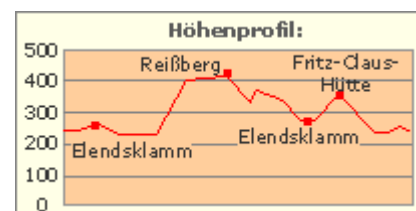
**Anstieg:** 360 Höhenmeter

## Route:

Schützenhaus - Untere Elendsklamm - Tausendmühle - Vogelbach - Vogelquelle - Höhenweg - Reißberg - Obere Elendsklamm - Fritz-Claus-Hütte (Abstecher) - Belzmühltal - Belzmühle - Schützenhaus



## Zoom



**Einkehr am Wege:** Fritz-Claus-Hütte

(Mi-So geöffnet), Gaststätten in Bruchmühlbach und Lambsborn

## Regionale Tourist-Infos:

Bruchmühlbach-Miesau, [Pfälzer Bergland](#)

## Besuchenswert in der Nähe:

[Kaiserslautern](#) (Einkaufsstadt, Erlebnisbad, Gartenschauanlage mit Japanischem Garten, Pfalzgalerie, Pfalztheater, [Fritz-Walter-Stadion](#), [Erlebnisbad Monte Mare](#))