



Odenwaldklub e.V. Bezirk 1 „Rhein-Main“

Heinz Pitzer  
Bezirksvorsitzender  
Lauteschlägerstraße 28  
64289 Darmstadt



## Der nördlichste Bezirk stellt sich vor:

Der Odenwaldklub e. V. ist einer der großen deutschen Gebiets-Wandervereine mit ca. 16.000 Mitgliedern, der in 107 Ortsgruppen und 10 Bezirken organisiert ist.

Der **Bezirk 1 "Rhein-Main"** umfasst 10 Ortsgruppen im nördlichen Ried und im Rhein-Main-Gebiet und hat insgesamt über 1.700 Mitglieder.

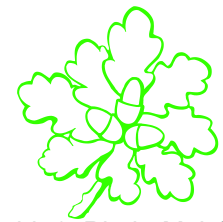
# Wandern

erlebnisreich, unterhaltsam, gesund



Die Jahres-Wanderpläne und Details zu den Angeboten der Ortsgruppen erfahren Sie unter nachstehenden Adressen der jeweiligen Ortsgruppe.

Fordern Sie das aktuelle Programm dort an!  
Sie sind auch als Gast jederzeit herzlich willkommen!



## Wander-Angebote



Die **Ortsgruppen** des **Odenwaldklubs** sind eigenständig und bieten eine Vielzahl von unterschiedlichen Aktivitäten in geselliger Gemeinschaft.

Je nach Alter und Tageskondition gibt es zahlreiche Angebote:

**Werktagswandern** in der engeren Heimat mit ca. 2 Stunden Wanderzeit und ca. 8 km. Landschaft, Erlebnis und Kultur stehen genauso auf dem Programm wie eine Einkehr. Die An- und Rückreise zur Wanderung erfolgt mit öffentlichen Verkehrsmitteln auf RMV-Gruppenkarte.



Monatliche **Tageswanderungen** in der Rhein-Main-Region und den umliegenden Mittelgebirgen werden in unterschiedlich langen Wanderstrecken zwischen 6 und 20 km angeboten, sodass jeder nach seiner Tageskondition wählen kann. Meist gibt es auch eine 2. Gruppe, die weniger läuft. - Auch hier gilt es, "Land und Leute" kennen zu lernen, Wanderfreude in der Gemeinschaft zu erleben und die Natur zu genießen. Für den kulturell Interessierten gibt es oft

Besichtigungsangebote und Führungen.

In den Sommermonaten finden **Radwanderungen** im Rhein-Main-Gebiet als Tagestour (ca. 50 km), Halbtagestour (ca. 30 km) oder Feierabendtour (15 km) statt.

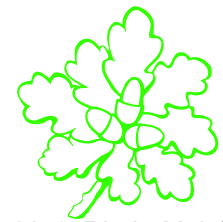


**Mehrtägige Streckenwanderungen** mit täglich wechselndem Quartier (Rennsteig, Rothaarsteig, Urwaldsteig Edersee, Altmühl-Panoramaweg, Zittauer Gebirge etc.) oder

**Wanderfahrten** mit festem Standquartier (ein - zwei Wochen) in Deutschland und im europäischen Ausland sind in vielen Wanderplänen zu finden.



Der Besuch der **Deutschen Wandertage**, dem jährlichen Treffen aller deutscher Gebirgs- und Wandervereine im Deutschen Wanderverband, mit einer großen Wander-Tourismusbörse und einem Festumzug wird angestrebt.



**Jugend- und Familien-Action**, bei denen Kinder und Erwachsene auch gemeinsam etwas unternehmen - wie Geocaching, Barfußwanderung, Familien-Ostereier-Suche, Kindertanzlehrgänge, Family on tour. Hier stehen Spiel und Spaß im Vordergrund, aber auf kleinen Touren wird auch die Tier- und Pflanzenwelt erkundet.



**Thematische Veranstaltungen** wie Pilzwanderungen, Wingertbegehungen mit Weinproben oder auch naturkundliche Wanderungen, Pflegearbeiten in der Natur, Lehrgänge und Seminare sowie Zusammenarbeit mit anderen Naturschutzorganisationen runden das Programm ab.



Für ältere oder nicht mehr so laufaktive Wanderfreunde werden **Jahreausflugsfahrten** mit Besichtigung und Rahmenprogramm sowie **Kulturfahrten** zu Theater- und Konzertaufführungen angeboten.



Zum geselligen Verweilen bieten sich für Mitglieder, Wanderer und Radfahrer das im Nauheimer Wald liegende **Klubhaus** der Ortsgruppe Groß-Gerau und die im Rüsselsheimer Markwald befindliche **Klubhütte** der Ortsgruppe Rüsselsheim an.



### "Wandern - ein Weg zueinander" - Natürlich wandern im ODENWALDKLUB

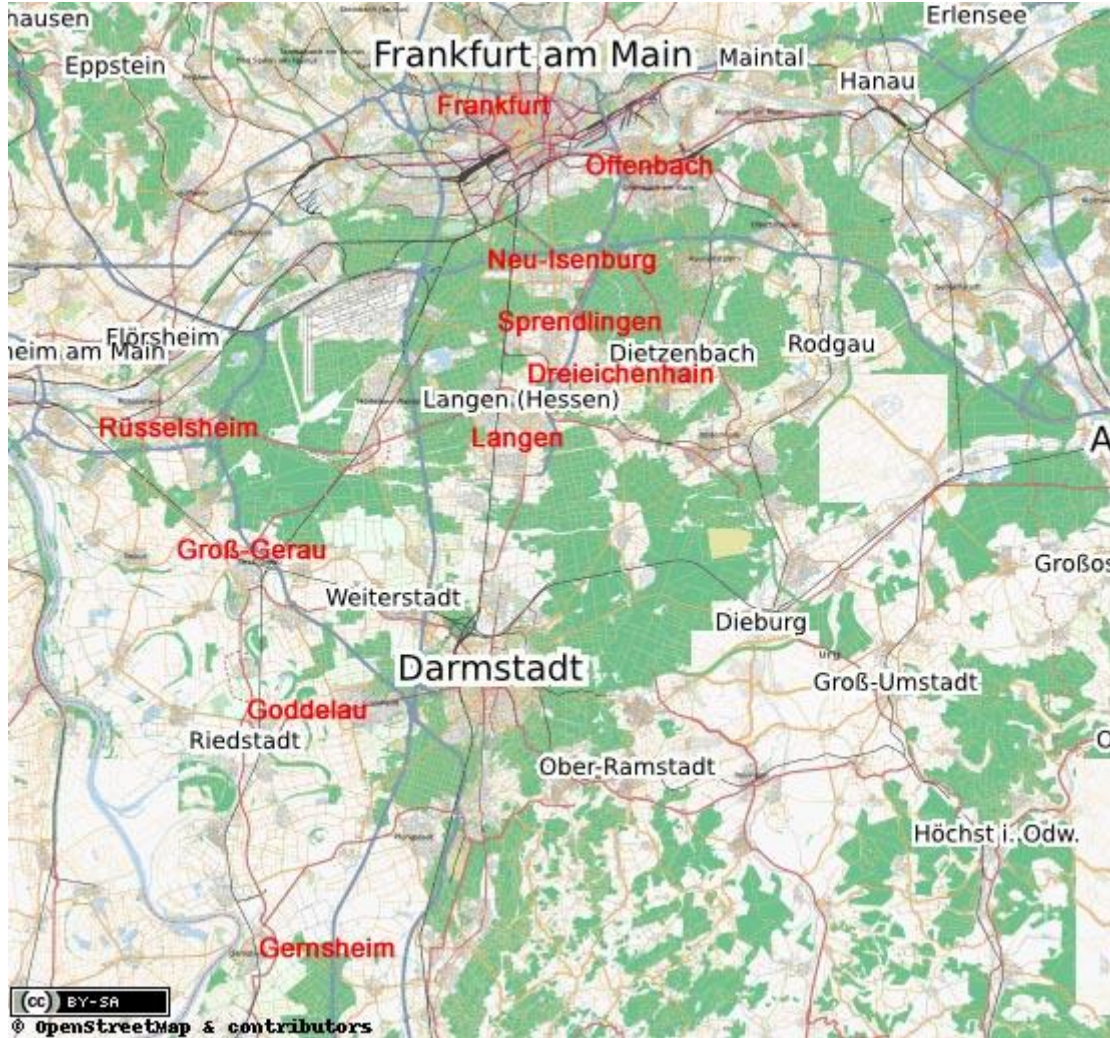
Wandern ist wie keine andere Sportart geeignet, dieses Motto zu verwirklichen. Sportwissenschaftler haben in jüngsten Äußerungen Wandern als Ausdauersport neu entdeckt, wird es doch der Gesundheit in optimaler Weise gerecht: Tatsächlich erfahren Herz, Kreislauf, Stoffwechsel und Atmung, aber auch Muskeln und Stützgerüst durch ausdauerndes Gehen nachhaltige Stärkung. Dabei erweist es sich auch als besonderer Vorzug, dass Wandern in seinen vielfältigen Formen ein ganzes Leben lang ausgeübt werden kann und selbst im hohen Alter noch nachweisbare Trainingseffekte zeigt.

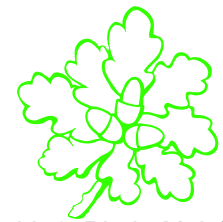
Übrigens: Ihre Krankenkasse honoriert die **aktive Mitgliedschaft im Odenwaldklub** mit Bonuspunkten.

Übersichtskarte

Die Ortsgruppen im Bezirk 1

„Rhein-Main“





## Ihre Ansprechpartner vor Ort:

Ortsgruppe	Telefon	Homepage	E-Mail
Odenwaldklub Ortsgruppe <b>Dreieichenhain</b> e. V. Frau Christa Wagner	0 60 74 - 12 37	---	owk_dreieichenhain@web.de
Odenwaldklub Ortsgruppe <b>Frankfurt</b> e. V. Frau Helene Berger	0 69 - 52 19 89	www.wanderverein- owk-ffm.de	info@wanderverein-owk-ffm.de
Odenwaldklub Ortsgruppe <b>Gernsheim</b> e. V. Herr Heinz-Günther Galley	0 62 58 - 20 73	www.odenwaldklub- gernsheim.de	hg.galley@gmx.de
Odenwaldklub Ortsgruppe <b>Goddelau</b> e. V. Frau Rita Dickler	0 61 58 - 8 44 18	www.owk-goddelau.de	ritadickler@t-online.de
Odenwaldklub Ortsgruppe <b>Groß-Gerau 1921</b> e. V. Frau Ulrike Laube	0 61 42 - 3 49 09	www.odenwaldklub- gg.de	fam.h.u.laube@t-online.de
Odenwaldklub Ortsgruppe <b>Langen</b> e. V. Frau Barbara Adam	0 61 03 - 80 47 91 21	www.home.arcor.de/ herberthammer	bajo_adam@web.de
Odenwaldklub Ortsgruppe <b>Neu-Isenburg</b> Frau Gisela Sannwald	0 61 02 - 3 47 39	---	Gisela.Sannwald@t-online.de
Odenwaldklub Ortsgruppe <b>Offenbach</b> e. V. Frau Lieselotte Hugelschaffner	0 69 - 87 18 30	---	lieselotte@hugelschaffner.de
Odenwaldklub Ortsgruppe <b>Rüsselsheim</b> e. V. Herr Wolfgang Soine	0 61 42 - 83 63 61	www.odenwaldklub- ruesselsheim.de	wsoine@t-online.de
Odenwaldklub Ortsgruppe <b>Sprendlingen</b> e. V. Herr Hartwig Oppermann	0 61 03 - 6 38 43	www.odenwaldklub- sprendlingen.de	odenwaldklub- sprendlingen@gmx.de

Bezirksvorstand	Telefon	Homepage	E-Mail
Herr Heinz Pitzer <b>Bezirksvorsitzender</b> OG Groß-Gerau	0 61 51 - 78 42 75	---	Heinz.Pitzer@t-online.de
Frau Brigitte Hammer <b>Stellvertreterin</b> OG Langen	0 60 74 - 2 69 78	---	Brigitte-Hammer@arcor.de
Herr Heinz-Günther Galley <b>Stellvertreter</b> OG Gernsheim	0 62 58 - 20 73	---	hg.galley@gmx.de

Wir freuen uns auf Ihren Kontakt  
und grüßen Sie mit unserem Wandergruß  
"Frisch auf!"