



Schwäbischer Albverein

Ortsgruppe Leonberg



Newsletter 02.2025

26. Januar 2025

Die Themen in dieser Ausgabe:

Editorial

- Das neue Jahr

Aus der Ortsgruppe

- 75 Jahre Mitglied im SAV

Wandern

- **Das Wander-ABC**
- **Wurstbrot kann jeder!**

Rückblicke

- **Halbzeit auf dem Gäurandweg**
- **Start ins neue Wanderjahr**

Termine

- **Anmeldefristen**
- **Jahresmitgliederversammlung**
- **kuLT[o]uR**
- **Gäurandweg Etappe 5**
- **Zur Kapelle**

Editorial

*Es gibt so wunderweiße Nächte,
drin alle Dinge Silber sind.
Da schimmert mancher Stern so lind,
als ob er fromme Hirten brächte
zu einem neuen Jesuskind.*

*Weit wie mit dichtem Diamantenstaube
bestreut, erscheinen Flur und Flut,
und in die Herzen, traumgemut,
steigt ein kapellenloser Glaube,
der leise seine Wunder tut.
(Rainer Maria Rilke)*

Liebe Wanderfreundinnen, liebe Wanderfreunde,

wir hoffen, Sie alle sind gut ins neue Jahr gestartet. 2025 wird ein spannendes Jahr für unsere Ortsgruppe. Unsere Wanderführerinnen und Wanderführer haben in bewährter Weise ein **►Programm** erarbeitet, das allen Ansprüchen gerecht wird. Sportliche Wanderungen sind ebenso dabei wie auch gemütlichere, Wanderungen für Seniorinnen und Senioren und Mehrtageswanderungen.

Darüber hinaus wollen wir auch neue Wege gehen. Wir wollen mit den Leonberger Wandertagen zeigen, was unsere Ortsgruppe zu bieten hat und so auf uns aufmerksam machen. Weitere Themen sind angedacht, in unserem nächsten regulären Newsletter, der Mitte April erscheint, werden wir darüber berichten.

Wir wünschen Ihnen nun viele spannende Erlebnisse auf Ihren Wanderungen mit der Ortsgruppe Leonberg des Schwäbischen Albvereins.

Ihr/Euer Redaktionsteam

Aus unserer Ortsgruppe



75 Jahre Mitgliedschaft im Schwäbischen Albverein!

Frau Rosemarie Schäfer wurde vom Schwäbischen Albverein für **75 Jahre Mitgliedschaft** im Rahmen unserer Ortsgruppenfeier vom 03. November 2024 geehrt.

Einige Tage später hat sich Brigitte Brosch aus dem Vorstandsteam mit ihr zu einem Gespräch getroffen. Sie wollte wissen, wie war das damals 1950, als Rosemarie Schäfer Mitglied im Schwäbischen Albverein wurde. Aus diesem Gespräch wurde eine Zeitreise in Rosemarie Schäfers Jugend.

Das Interview können Sie auf unserer [►Homepage](#) nachlesen.

Wandern



Das Wander-ABC

Mit unserem **Wander-ABC** wollen wir einen Überblick zu Definitionen, Begriffen, Infos und vielem mehr geben. Wie immer - was uns so einfällt. Gerne nehmen wir in dieses ABC auch Anregungen unserer Leserinnen und Leser auf.

Also: Bei Ideen - E-Mail an newsletter@sav-og-leonberg.de

Viele von Ihnen sind bestimmt geübte Wanderer und nicht für jeden ist alles neu im ABC. Aber vielleicht ergibt sich nach so viel Routine ein Impuls, Gewohntes zu hinterfragen oder man bekommt einfach die Bestätigung, es richtig zu handhaben.

Heute im Wander-ABC: der Buchstabe E

E

Heute ist der **Buchstabe E** mit den folgenden Begriffen an der Reihe:

„E“ wie Einkehr

Eine Einkehr ist für viele der Höhepunkt des Erlebnisses nach dem Wandern. Auf teils anstrengenden Wegen inmitten der Natur ist eine Rast in einem Gasthaus eine willkommene Gelegenheit, um Kraft zu tanken und den Tag ausklingen zu lassen.

Warum eine Einkehr so beliebt ist:

Die Einkehr bietet die Möglichkeit sich nach der körperlichen Anstrengung zu erholen und zu regenerieren. Besonders bei längeren Wanderungen sind die Energiereserven oft erschöpft und die Beine verlangen nach einer Pause. Der soziale Aspekt der Einkehr neben dem Essen und Erholung ist auch das gesellige Beisammensein. Viele Wanderinnen und Wanderer kommen hier mit anderen ins Gespräch und tauschen Erfahrungen und Geschichten über ihre Touren aus. Die Gemeinschaft, die sich dabei entwickelt, ist ein wichtiger Teil des Wandererlebnisses, besonders auf beliebten Routen, auf denen Wanderinnen und Wanderer sich immer wieder begegnen.

Einkehr als Teil des Naturerlebnisses:

Eine Einkehr nach einer Wanderung rundet das aktuelle Tourerlebnis ab, sie bietet nicht nur eine Stärkung für den Körper, sondern auch eine wohlwollende Pause, bei der Wanderinnen und Wanderer die Erlebnisse des Tages in gemütlicher Runde nachklingen lassen können. So wird die Einkehr zum unvergesslichen Teil jeder Wandertour.

Noch ein aktuelles Erlebnis:

Es war auf der Gäurandwegwanderung, der Abschnitt von Simmozheim nach Güttlingen. Wir entschieden uns für eine Zwischeneinkehr im Begegnungs- und Kulturcafé „Alte Feuerwehr“. Das Team beschäftigt Menschen mit Handicap und vielen Ehrenamtlichen, der Aufenthalt war sehr angenehm.

Das Team des Cafés kam mit uns ins Gespräch und wir haben viel über die Arbeit im Café erfahren dürfen. Die Auswahl der Snacks und Getränke war für eine Zwischeneinkehr genau das Richtige. Es ist schön, auch andere Menschen auf den Touren kennen zu lernen. Wir konnten unsere Wanderung gestärkt und mit schönen Erinnerungen fortsetzen.

Was hat es mit diesen Begriffen auf sich? Bitte lesen Sie die Erklärungen zu den bisherigen Buchstaben auf unserer [►Homepage](#).



Wurstbrot kann jeder!

Der Verpflegungstipp von unserer Wanderführerin Brigitte Brosch

Zum Abschied aus meinem Berufsleben oder zum Eintritt in den Ruhestand – wie man will – habe ich von zwei Kolleginnen eine „Premium Edelstahl Thermo Lunchbox“ geschenkt bekommen, damit ich auf meinen künftigen, wohl längeren Wanderungen – man hat als Rentnerin ja schließlich mehr Zeit – auf Warmes unterwegs nicht verzichten muss. Ich habe mich riesig darüber gefreut und somit probieren wir jetzt diese Lunchbox aus und kochen ein feines Süppchen dafür, optimal für ein Mittagessen im kalten Winterwald.

Linsensuppe

Das „Grundrezept“ zu dieser Suppe habe ich im Kochbuch von Vicky Leandros gefunden und dann für mich passend verändert.

Zutaten für vier Personen, Vorbereitung 10 min., Garzeit ca. 45 min.

Zutaten

2 Zwiebeln

100 g Knollensellerie

2 – 3 Möhren

250 g Alblinsen

400 g passierte Tomaten

2 Lorbeerblätter

1 l Gemüsebrühe

Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

2 - 3 EL Balsamicoessig

Als Topping:

- **Griechisch:** ein großes Stück Feta oder Kalamata-Oliven - Originalvorschlag
- **Italienisch:** Pecorino oder Parmesan darüber reiben – mein Favorit!
- **Schwäbisch:** Saitenwürstle in mundgerechten Stücken – Familienfavorit

Auf alle Fälle gibt es dazu Baguette!

Zubereitung

Zwiebeln fein hacken. Knollensellerie und Möhren schälen, dann in kleine Stücke schneiden. Das Gemüse in einem großen Topf in etwas Olivenöl andünsten, Linsen zugeben sowie die passierten Tomaten und die Lorbeerblätter. 1 l Gemüsebrühe angießen, einmal aufkochen und dann bei mittlerer Temperatur ca. 40 – 45 min. kochen lassen. Dabei alle 10 min. umrühren und evtl. zwischendurch noch etwas Wasser bzw. Gemüsebrühe angießen – je nach gewünschter Konsistenz.

Wenn die Linsen weich sind, kräftig mit Salz und Pfeffer sowie Balsamicoessig würzen. Heiß in die Lunchbox einfüllen – und dann bei einer Vesperpause auf einer Wanderung genießen.

Rückblicke



Halbzeit auf dem Gäurandweg

Dieser Rückblick auf die Wanderung auf dem Gäurandweg ist gleichzeitig ein Ausblick. Von den acht Etappen dieses Wanderwegs haben wir vier im vergangenen Jahr absolviert. Die restlichen vier Etappen stehen in diesem Jahr auf dem Programm. Unsere Wanderführerin Margrit Clauß gibt uns einen Rückblick auf die letzten und einen Ausblick auf die vor uns liegenden Etappen, nachzulesen auf unserer [►Homepage](#).



Anwandern und angrillen

Schon traditionell starteten wir am Dreikönigstag ins neue Wanderjahr. Unsere Seniorinnen und Senioren trafen sich am Leonberger Bahnhof um von dort auf die Schillerhöhe zu fahren. Die restlichen Teilnehmer starteten auf dem Marktplatz in Leonberg. Ziel beider Gruppen war der Grillplatz im Fasanengarten, wo bei Glühwein und Roter Wurst das Wanderjahr eingeläutet wurde. Die Berichte dazu finden Sie auf unserer [►Homepage](#).

Termine

An dieser Stelle informieren wir Sie wieder über einige unserer bevorstehenden Wanderungen. Die vollständige Terminübersicht finden Sie auf unserer [►Homepage](#) oder abonnieren Sie doch einfach den Kalender unserer Ortsgruppe. So bleiben Sie immer auf dem Laufenden. Die Anleitung finden Sie [►hier](#).



Anmeldefristen!

Für die folgenden Veranstaltungen sind Anmeldungen erforderlich. Bitte beachten Sie hierzu die entsprechenden Anmeldefristen!

kuLT[o]uR zum Museum der Illusionen am 21.02.2025

Anmeldeschluss: **05.02.2025**, Details auf unserer [►Homepage](#).

Kultur- und Wander-Busfahrt nach Sigmaringen am 17.05.2025

Anmeldeschluss: **15.03.2025**, Details auf unserer [►Homepage](#).



Jahresmitgliederversammlung

Freitag, 14.02.2025, Hotel Plaza Inn Leonberg, 18:00 Uhr

Unsere diesjährige Mitgliederversammlung findet an diesem Tag im **Hotel Plaza Inn** in Leonberg statt.

Beginn: 18:00 Uhr, das Ende wird gegen 20:00 Uhr sein.

kuLT[o]uR

Freitag, 21.02.2025, Bahnhof Leonberg, 12:45 Uhr

Mit dieser Veranstaltung wollen wir das Wandern und die Kultur miteinander verbinden. Dazu wandern wir über Teile des Grünen U in Stuttgart. Das Ziel ist das **Museum der Illusionen**, einem interaktiven Museum, das unsere Sinne herausfordert und das wir auf eigene Faust erkunden können.

Bitte beachten Sie, eine Anmeldung ist erforderlich, Anmeldeschluss ist der 05.02.2025.

Einzelheiten finden Sie auf unserer [►Homepage](#).

Gäurandweg Etappe 5: von Nagold nach Beihingen

Samstag, 15.03.2025

Diese Etappe führt uns über 18 km von Nagold über Rohrdorf, Walddorf, Egenhauser Kapf nach Beihingen

Details auf unserer [►Homepage](#)

Zur Kapelle goat's do nuff

Samstag, 22.03.2025

Bei dieser sportlichen Wanderung sind wir 21 km unterwegs von Pfäffingen über den Märchensee zur Tannenrainkapelle. Weiter geht es nach Poltringen, ins Naturschutzgebiet Kochartgraben und zum Ziel in Altingen.

Details auf unserer [►Homepage](#)

Diese E-Mail wurde an `{{ contact.EMAIL }}` versandt

Sie haben diese E-Mail erhalten, weil Sie sich beim Newsletter der Ortsgruppe Leonberg des Schwäbischen Albvereins angemeldet haben.

Besuchen Sie gerne auch unsere [►Homepage](#)

Sie haben Fragen, Anregungen, Kritik? Bitte schreiben Sie uns gerne eine E-Mail an:

newsletter@sav-og-leonberg.de

Sie wollen den Newsletter nicht weiter beziehen? Sie können sich hier [abmelden](#)

[Impressum](#)