

BAD LIEBENSTEIN



Umgebung

**GRATIS
ZUM
MITNEHMEN**



GESCHICHTEN & PERSÖNLICHKEITEN
STADTGEFLÜSTER – ERHOLUNG – KULTUR

BAD
LIEBEN
STEIN





PRÄVENTION, REGENERATION UND WOHLBEFINDEN

Von der Diagnostik über die Therapie zum wieder wohl fühlen: So sind die Gesundheits-Arrangement der m&i-Fachklinik Bad Liebenstein aufgebaut. Im Mittelpunkt der Diagnostik stehen die fachärztliche Beratung und Untersuchung der Patienten. Dabei legen wir großen Wert auf eine ganzheitliche Betrachtungsweise. Wir bringen Ihr körperliches, geistiges und seelisches Befinden in Einklang mit der Umwelt.

Unsere Leistungen:

Alle unsere individuellen Gesundheitsprogramme sowie Gesundheits- und Wohlfühlwochen beinhalten folgende Leistungen:

- Unterbringung im Einzel- bzw. Doppelzimmer mit Dusche/WC, TV, Telefon
- Vollpension (Vollkost oder diätische Küche, auf Wunsch vegetarische Küche)
- Gesundheitsvorträge
- Freie Schwimmbadnutzung
- Kurtaxe inklusive

- | | |
|---|-------------------|
| 1.) Arthrose-Programm | 7 Tage/€ 810,- |
| 2.) Wirbelsäulen-Programm | 7 Tage/€ 850,- |
| 3.) Knie-/Hüftgelenk-Programm | 7 Tage/€ 810,- |
| 4.) Basisprogramm Gelenke/
Wirbelsäule (speziell für Senioren) | 7 Tage/€ 810,- |
| 5.) Herz-Kreislauf-Programm | 14 Tage/€ 1.770,- |
| 6.) Übergewichts-Programm | 21 Tage/€ 2.500,- |

Unsere Gesundheits- und Wohlfühlwochen beinhalten ein ärztliches Aufnahmegespräch, um die Verträglichkeit der nachfolgenden aufgeführten physikalischen Leistungen zu klären (ohne Erstellung eines Entlassungsberichtes, Befunde werden in Kopie mitgegeben).

- | | |
|----------------------|----------------|
| 7.) Gesundheitswoche | 7 Tage/€ 770,- |
| 8.) Wohlfühlwoche | 7 Tage/€ 850,- |



INHALT

Die Burgruine Liebenstein	6
Der Brunnentempel	7
Brahms Gedenkstätte auf Schloss Altenstein	8
Herzog Georg II.	9
Die Geschichte vom Hotel Kaiserhof	10
Kneippen ist gesund...	11
Martin Luther - Der Überfall im Glasbachgrund	12
Schloss und Park Altenstein	14
Mit dem Comödienhaus on Tour	16
Wanderwege rund um den Rennsteig	18
Der Rennsteig im Winter	19
Auf zum Inselsberg	20
Waldbaden! Was ist das?	22
Unser Heilwasser	24
Stadtgeflüster	26



14 SCHLOSS UND PARK
ALTENSTEIN



8 DIE BRAHMS GEDENKSTÄTTE
AUF SCHLOSS ALTENSTEIN

VERANSTALTUNGEN UNTER: WWW.BAD-LIEBENSTEIN.DE/VERANSTALTUNGEN



6 DIE BURGRUINE



19 DER RENNSTEIG



26 STADTGEFLÜSTER

BAD LIE BEN ST EIN

& UMGEBUNG

Hier im Südwesten Thüringens, unweit des Rennsteigs, liegt die traditionsreichste Kurstadt des gesamten Freistaats in wunderschöner Natur am Südrand des Thüringer Waldes. In Bad Liebenstein und Umgebung, wo die Zeit teilweise stehen geblieben zu sein scheint, liegen diese Geschichten versteckt, die vor hunderten von Jahren begannen und bis heute erzählt werden.

Bad Liebenstein vereint auf einzigartige Weise Kur, Kultur und Natur mit einer außergewöhnlich vielfältigen Geschichte. Davon zeugen Schloss und Park Altenstein, die Sommerresidenz der Herzöge von Sachsen-Meiningen mit dem bezaubernden Landschaftspark und der Altensteiner Höhe ebenso wie das Lutherdenkmal im Glasbachgrund, an dessen Stelle im Jahre 1521 Martin Luther gefangen genommen und zur Wartburg gebracht wurde. Oder die Gedenkstätten Friedrich Fröbels, einer der bedeutendsten Pädagogen des 19. Jahrhunderts, dessen Lehrmethode und Erfindung »Kindergarten« von hier aus um die ganze Welt gingen. Viele prominente Persönlichkeiten weilten im 19. und zu Beginn des 20. Jahrhunderts hier. Ob sie als »geschichtlicher Entdecker«, Ruhesuchender, als sportlich aktiver Wanderer oder einfach nur als Gast mit

der Neugier auf einen Trip in die Vergangenheit Bad Liebensteins besuchen, in dieser Ausgabe möchten wir sie einladen die Umgebung nahe des Rennsteiges in all seiner Ursprünglichkeit kennen zu lernen.

Neben Gastlichkeit und Thüringer Küche, exklusiver Erlebnisgastronomie, Sport und Wellness, finden Sie bei Spaziergängen und Wanderungen in den nahen Wildern Orte, an denen Sie Ihre Alltagsorgen vergessen können. Ihnen steht insbesondere das »Kurhaus Bad Liebenstein« offen, das neben seiner Heilquelle mit umfangreichen Entspannungserlebnissen wie Sauna, Wellness- und Gesundheitsangeboten versuchen wird, Ihre Physis wieder für den Alltag fit zu machen.

Erfahren Sie in diesem Magazin etwas mehr über Geschichten und Hintergründe, die manchen Platz und manchen Ort noch immer geheimnisvoll erscheinen lassen. Entdecken Sie die großen und kleinen Sehenswürdigkeiten Bad Liebensteins für sich.

& lohnt sich!



IMPRESSIONEN



Fotos: © pks | Michael Sündermann

DIE BURGRUINE

LIEBENSTEIN

Der älteste Teil der Burg Liebenstein, der heute noch begehbaren Kernburg, entstand bereits vor dem 14. Jahrhundert, vermutlich als Außenposten des Frankensteiners Schlosses (bei Bad Salzungen). Urkundlich gesichert wird sie erstmalig im Jahre 1360 erwähnt. Seinerzeit wurde die Familie vom Stein, auf der benachbarten Burg Steyn (heute Altenstein) lebend, vom sächsischen Markgrafen zu Meißen und Landgrafen zu Thüringen, Friedrich dem Strengen, mit „dem festen Haus Liebenstein“ belehnt. Die Gebrüder vom Stein verpflichteten sich dafür, die Burg bei militärischen Auseinandersetzungen zur Verfügung zu stellen. 1386 wird diese bezogen. Die Familie nennt sich nun vom Stein zum Liebenstein.

Ab 1536 war Asmus vom Stein zum Liebenstein durch Erbe Alleinbesitzer aller

Stein'schen Güter. Er wählte die Burg um 1548 zum Wohnsitz, ließ sie renovieren und ausbauen. Anlässlich einer Bedrohung durch Braunschweiger Truppen im Jahre 1554 (Zweiter Markgrafenkrieg 1552 - 1555) verlegte er den Eingang zur Kernburg, an die heutige Stelle und ließ diesen mit einer Zugbrücke versehen.

Der zweite Sohn von Asmus, Hermann vom Stein zum Liebenstein, sanierte das Bauwerk ab etwa 1599 und leitete damit dessen Blütezeit ein. Sie fand ihren Höhepunkt zwischen 1608 und 1618 mit der Erschließung der Heilquelle und Entwicklung der kleinen Gemeinde Sauerborn unterm Liebenstein zu einem Heilbad.

1673 starb der letzte männliche Nachkomme der Besitzer. 1678 verließen die

verbliebenen Familienmitglieder die Burg, die zusehends verfiel und langsam ihr heutiges Antlitz annahm.

Bei geeignetem Wetter steht die Burg für Besucher offen, auch Führungen sind möglich.

Mehr Informationen bekommen Sie darüber in der Touristinformation.





DER BRUNNENTEMPEL

Der Brunnentempel, das Wahrzeichen der Stadt Bad Liebenstein, umfasst die älteste Heilquelle hier im Ort. Sie ist eine der kohlensäurereichsten Heilquellen Deutschlands. Erstmals 1590 urkundlich erwähnt, bescheinigte man bereits im Jahre 1601 dem Wasser eine »geheimnisvolle« Wirkung.

Der damals regierende Herzog von Sachsen-Coburg, Johann Casimir, veranlasste durch den Direktor des Fürstlich-Casimiranischen Gymnasiums zu Coburg, Magister Doctor Andreas Libavius, eine Untersuchung des Quellwassers. Die darüber verfasste Schrift aus dem Jahre 1610



ist eine der ältesten Brunnenschriften Europas.

Ursprünglich unbedeckt und nur von Bretterschranken umgeben, wurde die Quelle um 1680 in einen »oval run-

den mit Kupfer beschlagenen und mit eisernen Gittern verwahrten, 4 Schuhe tiefen Zuber gefasst.« (ca. 120 cm) Erst 1816 erhielt die Umbauung der Quelle ihre heutige Form. Der Brunnentempel wurde im klassizistischen Stil errichtet und passte damit zu vielen weiteren Architekturen im historischen Kurviertel.

Noch heute sprudelt das Heilwasser aus 165 Meter Tiefe. Die Kohlensäureminerale werden in der Balneotherapie vor allem zur Behandlung von Herzerkrankungen und bei Bluthochdruck angewendet. Als Trinkkur eignet sich das Wasser auch gut bei Calcium- und Eisenmangel.

DIE BRAHMS GEDENKSTÄTTE

MIT EXPONATEN AUS DER RENATE-&-KURT-HOFMANN-SAMMLUNG AUF SCHLOSS ALTENSTEIN

Johannes Brahms war im letzten Drittel seines Lebens häufig zu Gast in Thüringen, wo er in Meiningen unter anderem auch mit der berühmten Meininger Hofkapelle musizierte. Das war bekannt. Auch, dass er ein nahezu freundschaftliches Verhältnis zu Herzog Georg II. von Sachsen-Meiningen und dessen dritter Ehefrau, der Freifrau Helene von Heldburg pflegte war bekannt. Das Brahms 1894 und nochmals 1895 auch Schloss Altenstein besuchte, war dabei fast unbekannt. Zwei ausgewiesenen Brahms-Experten aus Lebeck, das Ehepaar Prof. Renate Hofmann und Prof. Kurt Hofmann, haben das während ihrer jahrelangen Forschungen um den berühmten Komponisten herausfinden können und im Laufe der Zeit eine beachtliche Sammlung an „Brahmsiana“ zusammengetragen. Einen Teil dieser Sammlung überließen die Professoren Hofmann der Stiftung Thüringer Schlösser und Gärten mit der Auflage, Stücke daraus im Schloss Altenstein zu zeigen. Diese Stücke sind nun im Brahmszimmer auf Schloss Altenstein zu bewundern. Das Engagement der Kieler Professoren gab den Auftakt und Anlass für die Stiftung „Thüringer Schlösser und Gärten“, das 1982 ausgebrannte Schloss zu sanieren. Entdecken Sie bei der Führung eine besondere Facette eines der bekanntesten Komponisten der europäischen Musikgeschichte: Johannes Brahms (1833–1897). Es erwartet Sie eine einzigartige Ausstellung von Briefen und Druckwerken, die einen Einblick in das Leben und Werk des Komponisten und in die wirklich enge Beziehung zwischen Johannes Brahms und Herzog Georg II. gibt.



FÜHRUNGEN

buchbar ab:

Tourist-Information Bad Liebenstein
Herzog-Georg-Straße 17

36448 Bad Liebenstein
Tel: 036961 - 69320

info@bad-liebenstein.de
www.bad-liebenstein.de

Fotos:
Michael Sündermann,
Objekteigentümer:
Stiftung Thüringer Schlösser und Gärten

HERZOG GEORG II

VON SACHSEN MEININGEN

Herzog Georg II. prägte durch sein Handeln und Wirken wie kaum ein Zweiter die politische und kulturelle Landschaft in unserer Region.

Georg II. von Sachsen-Meiningen, geboren am 2. April 1826 in Meiningen, als Sohn von Bernhard II., Herzog von Sachsen-Meiningen, und dessen Gattin Marie, Prinzessin von Hessen-Kassel, verstand es wie kaum ein zweiter seines Standes, seine Rollen als Machtpolitiker einerseits und des Künstlers andererseits, miteinander in Einklang zu bringen. Zum einen wird er im zweiten deutschen Kaiserreich als Schöpfer eines „liberalen Musterstaates“ gewürdigt, zum anderen entwickelte er als „Theaterherzog“ das moderne Regietheater.

Schon in frühen Kindertagen erkannte man in Georg einen hochbegabten Jungen.

Sein Vater Bernhard II. holte sich den Rat erfahrener Pädagogen, wie Friedrich Fröbel und Ludwig Nonne, um eine entsprechende Erziehung und Ausbildung planen zu können. Durch die frühkindliche musische Erziehung und spätere schulische Ausbildung an der damals neugegründeten „klassisch-mathematischen Erziehungsanstalt, wurden die Grundsteine für sein späteres Handeln und Wirken gelegt.

Ab 1873 brachte Georg II. wichtige Reformen im Staatswesen mit auf den Weg. Die Wahlrechtsreform von 1873, die es einem größeren Teil der Bevölkerung ermöglichte an den Landtagswahlen

teilzunehmen. Das Volksschulgesetz von 1875, in dem die Leitung des Schulwesens staatlichen Kreisschulinspektoren anvertraut wurde und nicht mehr kirchlichen Würdenträgern. Auch für die Schaffung eines Feuerlöschwesens im Herzogtum, zeichnete er sich verantwortlich.

Berühmt wurde er nicht nur durch Reformen, auch durch sein Wirken für das Theater und insbesondere dem Aufbau des Meininger Hoftheaters. Er führte selbst Regie, entwarf Kostüme und ging

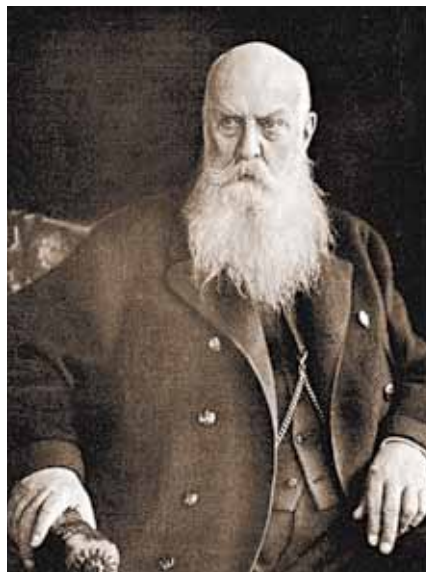


Foto unten: Ellen Franz,
dritte Ehefrau von Georg II.,
1870 Foto oben: Herzog Georg II.
von Sachsen-Meiningen,
(* 2. April 1826 in Meiningen;
† 25. Juni 1914 in Bad Wildungen)

mit der Reform des Regietheaters in die Kulturgeschichte ein.

Zusammen mit seiner dritten Frau, der Schauspielerin Ellen Franz, der späteren Freifrau von Heldburg (Hochzeit 1873 in Bad Liebenstein), und Regisseur Ludwig Chronegk führte der „Theaterherzog“ die Meininger Schauspieler zu internationalem Ruhm mit Auftritten in Berlin, Wien, London und anderen großen Städten Europas. Durch diese Tourneen verbreiteten sich seine Ideen des modernen Regietheaters rasch auf den Bühnen der Welt.

Auch die Meininger Hofkapelle gelangte in dieser Zeit unter Georg II. zu Welt-ruhm. Neben den kulturellen und politischen Hinterlassenschaften des Herzogs gerade für unsere Region, gehört auch architektonisches, wie das Schloss Altenstein, die Villa Feodora und die Villa Georg.

Immer auch politisch engagiert, teilte er mit namhaften Politikern seiner Zeit, wie Otto von Bismarck, dem ersten deutschen Reichskanzler, die Überzeugung, dass das zweite deutsche Kaiserreich nach 1871 (Gründung des ersten deutschen Nationalstaates), in seinen Grenzen zu sichern sei und keinen weiteren Krieg mehr verkraften könnte. Der expansionistischen Politik Wilhelms II. musste er jedoch tatenlos zusehen und seine Warnungen vor einer drohenden Kriegsgefahr blieben ungehört.

Der Ausbruch des 1. Weltkrieges blieb ihm erspart. Er starb im Alter von 88 Jahren am 25. Juni 1914.

Am 28. Juni, dem Tag seiner Beisetzung auf dem Meininger Stadtfriedhof, fielen die Schüsse von Sarajevo, die schließlich den Beginn des 1. Weltkrieges zur Folge hatten.

Allein, zu zweit,
mit Freunden,
mit Ihren Kindern,
oder der gesamten
Familie...

Hereinspaziert
& Herzlich Willkommen...



DIE GESCHICHTE VOM HOTEL KAISERHOF

DER KAISERHOF gehört zum Kern des historischen Kurviertels und ist im klassizistischen Baustil errichtet.

Am Anfang stand der Kauf des Amtes Liebenstein durch Friedrich Albert von Fischern im Jahre 1701. Friedrich war der Schwiegersohn des Hofrates Johannes von Trier aus Dresden. Die Familie von Trier wiederum betrieb als reiche Unternehmerfamilie in der Region um Liebenstein den Abbau und die Förderung von Kobalt und ließen im Jahre 1703 das Schloss Glücksbrunn in Schweina errichten.

Friedrich-Albert veranlasste schließlich am Fuß des heutigen Burgberges den Bau eines Schlosses, später „Das Stadtschloss“ genannt. Nachdem Herzog Georg I. von Sachsen-Meiningen in den Jahren 1798 und 1799 in Suirborn (Sauerbrunn) gekurt hatte, erkannte er das Potenzial der Region und pachtete das Amt Liebenstein. Bereits ein Jahr später, im Jahr 1800, kaufte Georg I. selbiges für 110000 Gulden. Er verbindet die beiden unterhalb des Burgbergs liegenden Ortschaften Suirborn und Grumbach durch eine befestigte Straße und fasst beide zur



Ortschaft Liebenstein zusammen. Unter seiner Regierung wurde das frühere Stadtschloss der Herren von Fischern zum Kurhaus für die adligen Gäste der Herzöge von Sachsen-Meiningen umgebaut. Bekannte Persönlichkeiten aus Politik, Kunst, Kultur und Adel nutzten das vornehme Ambiente über die Jahre um zu kuren, oder Ihre Kontakte zur „hiesigen Gesellschaft“ zu pflegen. Nach wechselvollen Jahren wurde aus dem herzoglichen Kur- und Gästehaus das Kurhaushotel „Der Kaiserhof“. Und wieder sind es die namhaften Gäste, die dem Kaiserhof weit über die Grenzen Thüringens hinaus, den Ruf eines Hotels von Weltrang bescherten. Das Haus atmet Geschichte und die Geschichten seiner Gäste. Aus einer vergangenen Zeit, in der Persönlichkeiten wie Herzog Georg I. und viele andere aus der Entourage der Herzöge, Könige und Kaiser, oder der deutsche Schriftsteller und Nobelpreisträger Gerhart Hauptmann, durch die Gäste wandelten und die Exklusivität des Hauses zu schätzen wussten. An diese alte Tradition anknüpfen zu dürfen ist Aufgabe, Herausforderung und Verantwortung zugleich, der wir uns stellen wollen und die uns stolz macht.

Ihr Team vom Kulturhotel Kaiserhof

DAS KNEIPP BECKEN..

...direkt hinter dem Kulturhotel Kaiserhof

Wer war Kneipp

Sebastian Anton Kneipp (* 17. Mai 1821 in Stephansried; † 17. Juni 1897 in Wisshofen) war ein bayerischer Priester und Hydrotherapeut. Er ist der Namensgeber der Kneipp-Medizin und der Wasserkur mit Wassertreten, die schon früher angewandt, aber durch ihn erst populär wurden.

Was ist Kneipp-Therapie

Die Kneipp-Medizin oder Kneipp-Therapie ist ein nach dem Pfarrer Sebastian Kneipp benanntes Behandlungsverfahren, das Wasseranwendungen, Pflanzenwirkstoffe, Bewegungs- und Ernährungsempfehlungen beinhaltet. Diese können sowohl vorbeugend (präventiv) als auch zur Behandlung bestehender Erkrankungen (kurativ) eingesetzt werden.

Das Konzept ruht auf fünf Säulen, die am besten kombiniert genutzt werden.

1. Wasser

Wasser ist thermische, mechanische und chemische Reize auf der Haut aus, wirkt bis in die Organe und sendet Signale an das Gehirn, das dann Körperfunktionen positiv reguliert.

Beispiel: Wassertreten in fast Kniehöhe, kaltem Wasser,

2. Bewegung

Leistungsfähigkeit, Durchblutung und Reaktionsvermögen werden verbessert, Stoffwechsel, vegetatives Nervensystem und Hormonsystem aktiviert. Bewegung macht gelassener und belastbarer, auch emotional. Beispiel: Ausgleichsportarten wie Wandern, Joggen, Walken, Gymnastik (wichtig, ohne Leistungsdruck)

3. Lebensordnung

Der Weg zu einer ausgewogenen Lebensgestaltung ist für jeden anders. Zentral ist die Einheit von Körper, Seele und Geist. Grundlage sind Gesundheitsorientierung, Stressreduktion, Achtung des Biorhythmus, sinnvolle Freizeitgestaltung und soziale Kontakte.



Beispiel: Autogenes Training, Atem- und Entspannungsbungen, Freizeit in der Natur, Nein sagen und bewusste Momente für sich.

4. Ernährung

Ein leistungsfähiger Körper, sowie geistige Fitness brauchen nahrhafte und leicht verdauliche Kost.

Beispiel: Ausgewogene Mischkost, abwechslungsreiche Gerichte und Essen in kleinen Portionen. Saisonales, Frisches, Vollwertiges, Milchprodukte, Vitamine, Kruter und Freude am Essen, Ruhe und Zeit.

5. Heilpflanzen

Viele heimische Pflanzen haben eine anerkannte Heilwirkung. Ins Kneipp'sche Sortiment gehören vor allem mild wirkende Sorten. Beispiel: Tees, ätherische Öle, Kräuterwasser und Tinkturen.

Johanniskraut Tee: Ein bis zwei Teelöffel mit kochendem Wasser bergießen, morgens und am Abend getrunken, soll er die Stimmung aufhellen, den Magen und die Nerven beruhigen.

Im Dezember 2015 wurde das Kneippen von der Kultusministerkonferenz als Kulturformen in das Bundesweites Verzeichnis des immateriellen Kulturerbes aufgenommen. Am 11. März 2016 erfolgte die Auszeichnung im Sinne des Übereinkommens zur Erhaltung des Immateriel-

len Kulturerbes der UNESCO.

Kneipp(en) in Bad Liebenstein?

Unbedingt, hier finden Sie ideale Voraussetzungen...

Kneipp-Tretbecken, Heilwasser und Bewegung in der Natur, fernab von Großstadtheftik und Stress.

Probieren Sie das einfach mal aus...

Ein Kneippbecken zum Wassertreten findet man rechts hinter dem Hotel Kaiserhof im historischen Kurviertel. Die Anlage ist ganzjährig geöffnet, kostenfrei und für jedermann nutzbar.

Das Liebensteiner Heilwasser bekommen Sie in der Wandelhalle rechts vor dem Hotel Kaiserhof. Auch diese ist ganzjährig geöffnet und das Wasser kostenfrei.

Spaziergänge und Wanderungen

(der aufmerksame Leser erinnert sich.

Säule 2 der Kneipp'schen Therapie, die Bewegung) unternehmen Sie am besten direkt vom historischen Kurviertel hinauf zur Burgruine Liebenstein, durch den Altensteiner Park oder zum Lutherdenkmal ins nahegelegene Steinbach.

Und wenn Sie schon in Steinbach sind, vergessen Sie nicht die alte Barockkirche und den dahinterliegenden Bergfriedhof.

Liegt beides auf der Strecke...

MARTIN LUTHER

DER ÜBERFALL IM GLASBACHGRUND

Nahe dem kleinen Bergdorf Steinbach, heute ein Ortsteil und vom Stadtzentrum Bad Liebensteins nicht weit entfernt, wird am Spätnachmittag des 4. Mai 1521 eine Reisegruppe im Glasbachgrund unweit Steinbachs überfallen. Abgesehen haben es die vermeintlichen Räuber nur auf einen; Martin Luther.

Luther, der seine interne Kirchenkritik am Ablasshandel in 95 Thesen formuliert, die Mittels des neu aufkommenden Buchdrucks der breiten Öffentlichkeit bekannt gemacht werden, ist nach einem Prozess vor dem Reichstag in Worms vom deutschen Kaiser Karl V. mit einer Reichsacht belegt und somit für vogelfrei erklärt worden.

Von Worms tritt er am 26. April 1521 seinen Rückweg an. Das Ziel ist Wittenberg. Über Friedberg und Grönberg reist er nach Hersfeld. Dort predigt er am Morgen des 1. Mai in der Kirche des Benediktinerordens. Auf der Weiterreise erreicht er in Berka an der Werra kursfürstliches Gebiet. Abends trifft er in Eisenach ein. Dort predigt er am 2. Mai in der Georgenkirche und schreibt danach in einem Brief an den Grafen von Mansfeld, dass er sich „eine Zeitlang eintun lassen“ muss. Mehr weiß er nicht. Während seine anderen Reisegefährten am nächsten Tag im ersten Reisewagen direkt nach Gotha weiterfahren, verlässt Luther, der mit Nikolaus von Amsdorf und dem Augustinermönch Johannes Zacharias Petzensteiner im zweiten Reisewagen sitzt, bei dem Dorf Rothenhof die große Heerstraße, um auf der Seitenstraße über Mührha, Altenstein und Waltershausen nach Gotha zu fahren. In Mührha übernachtet er bei seinem Onkel Heinz Luther im sogenannten Stammhaus, in dem sein Vater und die Vorfahren geboren wurden.

Am 4. Mai predigt er im Heimatort seines Vaters auf dem Platz, wo jetzt das

Denkmal steht. Mit seinen zwei Reisegefährten und dem Kutscher fährt er weiter, um über den Gebirgsbergang in Richtung Waltershausen zu gelangen. Sie kommen mit dem Fuhrwerk in einen steilen Hohlweg und müssen langsam fahren. Am Eselskopf nun, unweit von Steinbach, überfallenen fünf verummelte Reiter die Kutsche, fesseln Luther die Hände und zwingen ihn, neben den Pferden herzulaufen. Nach ungefähr 200 Metern halten die „Entführer“ an und geben sich als Freunde zu erkennen, die sein Leben schützen wollen, in dem er zu seiner eigenen Sicherheit zum Schein entführt und auf die Wartburg gebracht wird. An dieser Stelle im Glasbachgrund bei Steinbach steht heute das Denkmal aus dem Jahr 1857.

Zur Zeit der Entführung wurzelte hier eine Buche, die spätere Lutherbuche. Die unweit zutage tretende Quelle heißt heute Lutherborn. An dieser Buche und der Quelle steht für Martin Luther ein Pferd bereit. Nachdem er andere Kleidung angezogen hat, reitet die Schar kreuz und quer durch den Wald, um etwaige Verfolger hinter sich zu lassen. Gegen 23 Uhr gelangen sie schließlich zur Wartburg. Dort lebt der Reformator unerkannt als »Junker Jörg« und übersetzt das Neue Testament in nur 10 Wochen ins Deutsche.

Fotos unten:

Lutherdenkmal im Glasbachgrund





Foto: "Die Lutherbox" mit weiterführenden Informationen zum Thema der Entführung

Kurzbiographie

- 1483 (10.11.) Geburt in Eisleben
- 1505 Mönch in Erfurt
- 1512 Doktor der Theologie in Wittenberg
- 1517 Thesenanschlag
- 1521 Achtung und Flucht auf die Wartburg
- 1522 Rückkehr nach Wittenberg
- 1525 Heirat mit Katharina von Bora
- 1534 Herausgabe der Bibel in deutscher Übersetzung
- 1546 (18.2.) Tod in Eisleben

NATÜRLICHER BADESPASS IM BIOBAD GLÜCKSBRUNN

Schwimmen, Planschen, Rutschen, Matschen oder ein ruhiges Sonnenbad an einem lauschigen Plätzchen genießen:

Das alles und vieles mehr bietet Ihnen das BioBad Glücksbrunn.

In idyllischer Landschaft gelegen, mit frischem Quellwasser gespeist und dazu noch barrierefrei.

Das Wasser des Bades wird durch einen sogenannten Pflanzenfilter gereinigt, ganz ohne Chemie.

Für die kulinarische Versorgung sorgt das "Gasthaus am Waldbad".



Fotos: Tobias Kromke

AKTUELLE INFOS ZU ÖFFNUNGSZEITEN, WASSERTEMPERATUREN UND DEN EINTRITTSPREISEN:

[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/BIOBADGLUECKSBRUNN](https://www.facebook.com/biobadgluecksbrunn)

SCHLOSS & PARK ALTENSTEIN

Der 160 ha große Landschaftspark Altenstein gehört zu den schönsten seiner Art in Deutschland. Er ist ein Kleinod des Thüringer Waldes und damit eine Top-Adresse für Touristen in direkter Umgebung von Bad Liebenstein.

Mittelpunkt des Parks ist das im englischen Stil der Neorenaissance errichtete Schloss, einst Sommerresidenz des Herzogtums Sachsen-Meiningen, die Schlosswiese mit Springbrunnen, die Nebengebäude, Reste der frühneuzeitlichen Ritterburg Steyn und eine Ritterkapelle, die hoch auf einem Felsen liegend einer Freimaurerloge als Treffpunkt diente. (durch ihre Lage absolut abweisbar) Rund 20 km Parkwege, darunter ein 4,3 km langer Rundwanderweg, ein imposanter alter Baumbestand, massive Zechsteinriff-Felsen als Aussichtspunkte, sowie liebevoll nach historischen Vorlagen gestaltete Beeteanlagen warten auf den Besucher. Altenstein ist nicht nur landschaftlich interessant, sondern gerade auch durch seine Historie. Im 7. Jh entstand hier die Burg Steyn, eine frühneuzeitliche Ritterburg. Im Schutze der frühneuzeitlichen Ritter, die bereits dem römischen Christentum beigetreten waren, konnte im Jahr 724 Bonifatius hier predigen und die heidnischen Vorfahren zum Christentum bekehren. (Bonifatius, Geburtsname Wynfrehth, war einer der bekanntesten Missionare und der wichtigste Kirchenreformer im Frankenreich.) Die Burg Steyn, zuletzt Ritterschloss der „Hunde von Wenkheim“ zu Altenstein, wurde 1733 durch Brandstiftung zerstört. Als Relikte der ehemaligen Burg zeugen noch heute der Rundturm, im Volksmund als Hexenturm wegen der Hexenprozesse im 16/17. Jh. bezeichnet, und eine historische Wasseraufbereitungsanlage. Am 4. Mai 1521 wurde der Reformator Martin Luther, der Altenstein auf seiner Rückreise vom Reichstag in Worms passierte, 3 km entfernt zu seinem eigenen Schutz zum Schein entführt und auf die Wartburg gebracht, wo er das Neue Testament in nur 10 Wochen ins



Deutsche übersetzt. An der Entführung beteiligt war einer der „Hunde von Wenkheim“ zu Altenstein, Burkhard Hund der Zweite. Über die Jahrhunderte standen neben Bonifatius und Martin Luther viele andere bekannte Persönlichkeiten mit dem Gesamtensemble in Verbindung. So verweilte Johannes Brahms in den Jahren 1894/95 mehrmals auf Schloss Altenstein und ließ sich inspirieren. Brahms schrieb 1894 an Clara Schumann: „Ich wünschte (und die Herrschaften auch) Du mügest hier an

meinem Fenster sitzen, auf meinem Balkon hinausgehen können und dann hinaus in den herrlichen Park und Wald. Die schönsten Fasane, Hirsche und Rehe dutzendweis spazieren mit, dazu das köstliche milde Wetter und die freundliche Gesellschaft „Dir würde sehr wohl sein.“ Der Balkon auf dem Brahms stand, ist noch heute zu bewundern und hat nichts von seiner großen Ausstrahlung verloren. (Brief Foto oben)
Quelle: nothnfr.de

MIT KINDERN

Für den Familienurlaub mit Kindern bieten unsere Familienzimmer genug Platz für bis zu 6 Personen. Die 35 bis 85 qm großen Zimmer / Apartments verfügen teilweise über einen Balkon und ein zweites Schlafzimmer für die Kinder.



AKTUELLE INFORMATIONEN UNTER
www.kulturhotel-kaiserhof.de


VITAL-BRUNNEN
GESUNDHEITS- & WELLNESSZENTRUM BAD LIEBENSTEIN

Fühlen, erleben, erfahren was gut tut!



Schwimmbad - Sauna - Salzgrotte - Wellness - Kosmetik - Fitness - Physiotherapie



Esplanade 7a - 36448 Bad Liebenstein - Tel.: 036961 73030 - www.kurhaus-badliebenstein.de

MIT DEM COMÖDIENHAUS ON TOUR

Der letzte Vorhang ist gefallen – und es hebt sich ein neuer! Mit dem neu konzipierten Format »Comödienhaus on Tour« wird die komödiantische Kunst in die Städte der Stadt und der Ortsteile getragen. Während die dringend notwendige Generalsanierung im ursprünglichen Gebäude startet, packt das Team seine Koffer, Equipment und Technik und geht auf Tour. Vor über 200 Jahren wurde das Comödienhaus eröffnet, vor über 50 Jahren das letzte Mal in Stand gesetzt. Dass jetzt viele Handgriffe notwendig sind, ist nur verständlich.

Zum Jahresbeginn öffnet das Gasthaus zur Sonne in Schweina seine Türen. Am 18. Januar konzertiert das Salonorchester Meininger Mélange mit einem Neujahrskonzert. »Das Schöne aus Oper und Operette« mit den bekannten Ensemblemitgliedern des Staatstheaters Meiningen Alexandra und Tomasz Wija.



Am 15. Februar geht's zurück ins Historische Kurviertel. In der Wandelhalle Bad Liebenstein betritt das Weimarer Kabarett erstmals die Bühne in Bad Liebenstein. Mit »Goethe Zeiten, schlechte Zeiten« geben Bernard Liebermann, der sich seine Sporen bei der berühmten Leipziger Pfeffermühle verdient hat, und Thierry Gelloz einen musikalischen, bunten und vor allem urkomischen Abend. Sie gehen dem Geheimrat Goethe auf die Spur und wagen den Vergleich seiner

Epoche mit heute. Ganz klar – früher war alles besser. Oder vielleicht doch nicht? Die beiden Wortakrobaten verknoten sich die Zunge und strapazieren die Lachmuskeln.



Die Frage »Wie entsorge ich meinen Alten?« stellt sich das Theater im Palais Erfurt im Landgasthof »Zur guten Quelle« in Meimers. Mit der Komödie von Tom Müller und Sabine Misiorny amüsiert sich das Publikum zünftig. Der Dauerabgebrannte Karl wirbt damit, gegen anständige Bezahlung alles zu entsorgen. Einen lukrativen Auftrag hat er schon geangelt, wenn da nicht die allgegenwärtige Hausmeisterin wäre und die merkwürdige Geliebte des Arztes – eine rabenschwarze Entsorgungskommode.



Comödienhaus-Gutscheine

Sichern Sie sich Ihre Karten unter www.comoedienhaus.de, in der Tourist-Information Bad Liebenstein oder in den Tourist-Information der Region sowie an allen bekannten Vorverkaufsstellen vom Ticketshop Thüringen und in den Pressehäusern der STZ/Freies Wort und TA/TLZ oder informieren Sie sich unter Tel.: 036961/69320.

LANDSCHAFTSGARTEN UNTER DER ERDE

Führungen durch die Altensteiner Höhle

Die **Altensteiner Höhle** in Schweina, einem Ortsteil Bad Liebensteins, ist die älteste Schauhöhle Thüringens und ein Spiegelbild des Altensteiner Parks. Ein Landschaftsgarten unter der Erde, rau und bizarr, kunstvoll und voller liebevoll eingefügter Wunder, die die Besucher zum Staunen bringen. Ein fantastisch in Szene gesetzter magischer Ort inmitten der hohen Felswände des Zechsteinriffs. **Aufwändige Audio- und Videoinstallationen** versetzen die Besucher der Höhle zurück ins ausgehende 18. Jahrhundert, in die Zeit, in der Herzog Georg I. von Sachsen-Meiningen dieser Erlebniswelt zum ersten Mal Leben einhauchte. Unweit seiner Sommerresidenz, dem Schloss und Landschaftspark Altenstein, wurde bei Bauarbeiten der Zugang zur Höhle gefunden. Sowie im Sonnenlicht am Umbau der Sommerresidenz zum noblen englischen Landschaftspark gearbeitet wurde, fiel 1799 der Startschuss für die Bauarbeiten untertage. Herzog Georg I. wollte für seine illustren Gärten eine natürliche Erweiterung des



Kein Auto zur Hand?

Dann fahren Sie doch mit Elisa!

Elisa ist die neue Mobilität in Bad Liebenstein. Zwei Elektroautos stehen als CarSharing-Fahrzeuge zu moderaten Preisen zur Verfügung. Einfach anmelden und abfahren!

**ab 4 €
pro Stunde**



Zur Registrierung ist die Eingabe personenbezogener Daten erforderlich. Eine Freigabe erfolgt werktags. Preise: Renault Zoe 4 € / Stunde (30 € / Tag); Nissan eNV 200 6 € / Stunde (40 € / Tag). Alle Preise inkl. MwSt.

Anmelden und abfahren: www.mobilmitelisa.de

Landschaftsparks schaffen, mit Illuminationen und Echoklängen, Konzerten und Kahnfahrten auf dem unterirdischen Höhlensee. Heute erwartet die Gäste eine **beeindruckende Führung durch Geologie** und Geschichte der Höhle, vorbei an der Musikempore, Höhlendom, Höhlensee und dem Bachlauf. Effektbeleuchtung, 3D-Mapping und Klangerlebnisse haben mit der Generalsanierung Einzug in die Höhlenräume gehalten und ergötzen die geschulten Führer, die Sie auf der Forschungsreise für die gesamte Familie begleiten werden.

Tickets für die Führungen sind ausschließlich online unter www.bad-liebenstein.de/hoehle oder in der Tourist-Information Bad Liebenstein erhältlich.



Der Besuch der Altensteiner Höhle ist auch mit Kinderwagen, Gehhilfe oder Rollstuhl möglich. Für Gruppen ab 10 Personen und Schulklassen gelten besondere Bedingungen. Sprechen Sie die Mitarbeiter der Tourist-Information gerne an. Sie unterstützen Sie bei der Planung Ihres Ausflugs mit Familie, Freunden, Arbeits- oder Vereinskollegen.

Neue Angebote & Termine

Sie suchen für Ihren Kindergeburtstag oder für Ihre Schulklasse ein besonderes Erlebnis? Dann fragen Sie nach der Führung für unsere jungen Gäste. Sie gehen mit Brunobär auf die spannende Suche nach seinem Freund Benno und dem Höhlenbären, der tief unter dem



Altensteiner Park wohnt. Die gesonderte Fledermausführung gibt einen tiefen Einblick in die verschiedenen Fledermausarten, in ihre Lebensweise. Erfahren Sie mehr über bedrohte Arten und den Schutz der Fledermäuse.

Am 21. Februar 2025 ist Weltgrottenführertag – unsere Höhlenführer haben sich eine spannende Aktion ausgedacht.

Preis pro Person:

Erwachsene ab 14 Jahren: 15,00 €
Kinder ab 3 Jahren: 8,00 €
Gruppe bis max. 25 Personen: 179,00 €
Schulklassen: 4,50 € pro Schüler/in
Busfahrer und Begleitpersonen frei

Adresse:

Altensteiner Höhle
Altensteiner Straße 5
36448 Bad Liebenstein

Tickets und Beratung

Tourist-Information Bad Liebenstein
Herzog-Georg-Straße 17
36448 Bad Liebenstein
Tel.: 036961 69320
E-Mail: info@bad-liebenstein.de
Web: www.bad-liebenstein.de/hoehle

WANDERWEGE RUND UM DEN RENNSTEIG...



...ZUR WALDSCHÄNKE DREIHERRENSTEIN

Von Bad Liebenstein betritt der Wanderweg zum Dreiherrnstein ca. 7 km. Unser Ausgangspunkt befindet sich links unterhalb des Tierparks nahe dem Wasserrad. Folgen Sie der Beschilderung in Richtung Steinbach.

Dieser Weg führt über eine große Wiese direkt in das Bergdorf Steinbach. Hier folgen Sie einfach der Hauptstraße. Zur Linken an einem Berghang ist die Steinbacher Barockkirche zu sehen. Diese linker Hand liegen lassen und der Hauptstraße bis zum Ende

des Dorfes folgen. Hier haben Sie nun den Schleifkotengrund vor sich, der geradeaus durch ein schönes Tal, vorbei an der Steinbachquelle, direkt zum Rennsteig hinaufführt. Oben angekommen haben Sie es fast geschafft.

Von hier aus sind es noch ca. 700 Meter. Die vor Ihnen liegende Straße überqueren Sie und gehen geradeaus an dem gegenüberliegenden Parkplatz vorbei, bis sich der Weg nach links und rechts gabelt. Fast geschafft, nur noch 550 Meter. Sie folgen nun dem leicht ansteigenden Weg nach rechts, bis Sie oben an einem breiten Kiesweg ankommen. Ein Blick nach links zeigt, Sie haben es geschafft.

Nur noch wenige Meter trennen Sie von einem oder mehreren Kalt- oder Heißgetränken und einer Auswahl an Thüringer Gerichten und eben dem Charme einer Skibaude der 50er und 60er Jahre.

Öffnungszeiten:
Freitag/Samstag/Sonntag
und an Feiertagen
11:00 – 17:00 Uhr





DER RENNSTEIG

IM WINTER

169,3 Kilometer ist er lang: der Rennsteig - Kamm- und Grenzweg des Thüringer Waldes. Im Sommer werden Schuhe und Rucksack geschneit, um den Weg von Hirschfeld bis Blankenstein zu erwandern. Aber auch in der kalten Jahreszeit ist der Rennsteig ein besonderes Erlebnis.

Auf 140,2 Kilometern zwischen Ascherbach (Ruhla) und Brennersgraben (Lehesten) bewegt sich der Rennsteig zwischen 500 und 980 Metern über NN. Damit ist er der längste Fernskiwanderweg Mitteleuropas. Seit 2013 ist der Rennsteig Skiwanderweg durchgängig beschildert und vom Deutschen Skiverband zertifiziert.

Da der Rennsteig auf Grund seiner Historie stellenweise für die Präparation der Skispur zu schmal ist, weicht der Skiweg hin und wieder vom Original

ab. Für kleine Runden gibt es entlang des Rennsteigs eine Vielzahl an verschiedenen Loipen und Skiwanderwegen.

Für Anfänger oder Einsteiger

empfehlen wir auch den Loipengarten in Brotterode.

Dieser Loipengarten wird auch Skilerngarten genannt und eignet sich besonders für Anfänger und Einsteiger. Anhand von aufgestellten Tafeln kann man sich mit den Techniken des Skilaufens vertraut machen. Der Loipengarten befindet sich in direktem Anschluss an den Parkplatz „Inselbergbad“ und ist in den Abendstunden beleuchtet.

Länge: 0,2 km

Ausgangspunkt:

Nähe Inselbergbad Parkplatz

Wegeverlauf: Rundkurs

Technik: klassisch und Skating
Schwierigkeitsgrad: leicht
Besonderes: Flutlicht

Für den Fortgeschrittenen finden sich die Loipen meistens direkt an den Parkplätzen entlang des Rennsteig, von Bad Liebenstein bequem in wenigen Minuten mit dem Auto zu erreichen.

Parkplatz „Am Glasbach“

ca. 10 Autominuten in Richtung Ruhla, am Glasbachstein nach links, können Sie ihn nicht übersehen.

Parkplatz „Dreiherrnstein“

ca. 15 Autominuten in Richtung Ruhla, am Glasbachstein nach rechts, vorbei am Parkplatz Glasbach in Richtung Brotterode, ca. 800 Meter auf der linken Seite.

Quelle: www.thueringer-wald.com

AUF ZUM INSELSBERG

Der markante Inselfberg ist wegen seiner auffälligen Form und Lage gern als Landmarke zur Orientierung genutzt worden. Als Namensformen finden sich in Urkunden Enzenberg (um 1250, zugleich die Ersterwähnung), Emmiseberg (1370), Encenberg (1430), Enselfbergk (1503), Emseberg (1528) und Inselfberg (1640). Im 17. Jahrhundert kommen auch dichterische Verfremdungen vor – Engelsberg und Heunselfberg. Ein beherrschender Versuch, den Namen auf Emsenberg zu vereinheitlichen, scheiterte am Starrsinn oder dem Traditionsbewusstsein der damaligen Bevölkerung. Das Fugenswort »berg« ist sprachlich nicht gerechtfertigt, aber klangvoller, deswegen wird der Berg heute als Inselfberg bezeichnet. Es gibt eine Vielzahl von Sagen und Mythen, die mit dem Berg in Verbindung stehen. Neben dem Brocken soll auch der Inselfberg ein bevorzugtes Ziel von Hexen gewesen sein, die sich auf ihren Besen reitend auf dem Gipfel zu ausschweifenden Gelagen und Orgien versammelt haben sollen. Eine große Zahl von Sagen betrifft im Berg verborgene Schätze und ihre Entdeckung durch die

Venezianer, die mit Zauberkraften und geheimen Beschörungen den Zugang in das Berginnere finden. Die im Berg vorhandenen Klüfte und Spalten waren der Sage nach die Heimat von gutmütigen Zwergen, die den Menschen wohlgesonnen waren, in deren Höhlen emsig und unerkannt arbeiteten, aber durch verschiedene Umstände stets von ihren menschlichen Hausgenossen belästelt oder betrogen wurden. So finden sich im heute bekannten Gartenzwerg viele Übereinstimmungen mit diesen Wesen wieder.

In seiner 1838 gedruckten romantischen Erzählung »Wanderungen durch Thüringen« beschreibt der Autor Ludwig Bechstein einen Besuch des Inselfberges und schildert ausführlich die an diesem Tage vorhandene Fernsicht und das überraschende Auftreten eines Gewitters, dem die Wandergruppe durch die Flucht in ein heute noch bestehendes Wirtshaus entkommen konnte. Einmal oben angelangt, erwartet einen heute nicht nur das alte Gasthaus, das in Bechsteins Erzählungen Erwähnung fand, sondern

eben auch – wen mag es wundern – ein traumhafter Ausblick. Bei klarem Wetter ist der Brocken mit bloßem Auge zu erkennen. Auf schlechtem Wetter ist man hier aber nicht angewiesen, denn bei jedem Wetter verspricht die Landschaft um und auf dem Inselfberg ihre speziellen Reize. Denn bekanntermaßen, gibt es schließlich kein schlechtes Wetter, nur die falsche Bekleidung... Und außerdem erwartet den Unerfahrenen ja noch das vorher schon erwähnte Gasthaus mit Thüringer Küche und allem, was das Herz begehrt. Zu erreichen ist das beliebte Ausflugsziel mit dem Auto über den Nachbarort Brotterode. Von Bad Liebenstein kommend in Brotterode links halten und den Schildern folgen. Zu Fuß verlassen Sie Bad Liebenstein in Richtung Steinbach. Den Ortlings durchquerend, gelangen Sie an den Schleifkotengrund. Vorbei an der geschichtsträchtigen Naturskischanze über den Messerweg geht es zum Rennsteig. Dort am Dreiherrenstein vorbei folgen Sie weiter den Wegweisern zum Gipfel des Inselfberges.



RENNSTEIGLIED

Herbert Roth



Ich wandre ja so gerne am Rennsteig
durch das Land,
den Beutel auf dem Rücken,
die Klampfe in der Hand.
Ich bin ein lustiger Wandersmann,
so völlig unbeschwert,
mein Lied erklingt durch Busch
und Tann, das jeder gerne hört.

Ref.: Diesen Weg auf den Höhen
bin ich oft gegangen
Vergleichen sangen Lieder.
Bin ich weit in der Welt,
habe ich verlangen,
Thüringer Wald nur nach Dir.

Durch Buchen, Fichten, Tannen
so schreit ich in den Tag,
begegne vielen Freunden,
sie sind von meinem Schlag.
Ich jodle lustig in das Tal,
das Echo bringt's zurück.
Den Rennsteig gibt's ja nur einmal
und nur ein Wanderglück.

Ref.: Diesen Weg auf den Höhen
bin ich oft gegangen....

An silberklaren Bächen
sich manches Mähdreht,
da rast ich wenn die Sonne
so glühend untergeht.
Ich bleib, so lang es mir gefällt
und ruf es allen zu:
Am schönsten Platzen
dieser Welt,
da find ich meine Ruh.

Ref.: Diesen Weg auf den Höhen
bin ich oft gegangen
Vergleichen sangen Lieder.
Bin ich weit in der Welt,
habe ich verlangen,
Thüringer Wald nur nach Dir.




GESUNDHEITS- & WELLNESSZENTRUM BAD LIEBENSTEIN

Fühlen, erleben, erfahren was gut tut!



Schwimmbad - Sauna - Salzgrotte - Wellness - Kosmetik - Fitness - Physiotherapie





WAS GENAU IST DAS?

Baden in der Atmosphäre des Waldes. Die Natur mit allen Sinnen wahrnehmen, den modrigen Geruch des Waldes riechen, die raue Rinde der Bäume ertasten und das stete Rascheln der Sträucher hören.

Ja gut, aber baden und Wald?

Vergleichen wir das einmal mit dem Baden, Schwimmen oder Planschen im Wasser.

Das Schwimmen ist in der Regel das Strecken machen, oder eine Strecke in einer bestimmten Zeit zurückzulegen, als Ausdauerübung zur Stärkung unserer Physis. Im Wald vergleichbar mit dem Wandern oder dem Touren.

Das Planschen ist in der Regel laut, schnell und mit mehreren Personen am selben Ort zur selben Zeit. Im Wald vergleichbar mit „sich spielerisch mit mehreren Leuten zu bewegen oder herum zu toben“.

Das Baden aber ist, sich einfach treiben zu lassen. Strecke, Zeit und Raum spielen

keine Rolle mehr. Den eigenen Atem, den Wind und das Plätschern des Wassers hören. Sich beim Eintritt in den Wald nun einfach treiben zu lassen, Bilder, Gerüche und Geräusche um einen herum bewusst wahr zu nehmen, das ist eben Waldbaden.

Eine wichtige Rolle spielt dabei auch die Atmung. Achten Sie einmal darauf gleichmäßig zu atmen und etwas länger auszuatmen als Einzuatmen.

So kommt man allmählich in den Modus, der es einem möglich macht Abstand zu gewinnen, Abstand vom Stress dem wir allmählich ausgeliefert sind, Abstand von der Informationsflut von der wir überschwemmt werden, eben Abstand von einer Reizüberflutung die stetig mehr wird und derer wir immer weniger Herr werden.

Probieren sie das einfach mal aus mit dem „Baden im Wald“. Und wie gesagt, Anfangs ein wenig auf die Atmung achten.

Der Baum

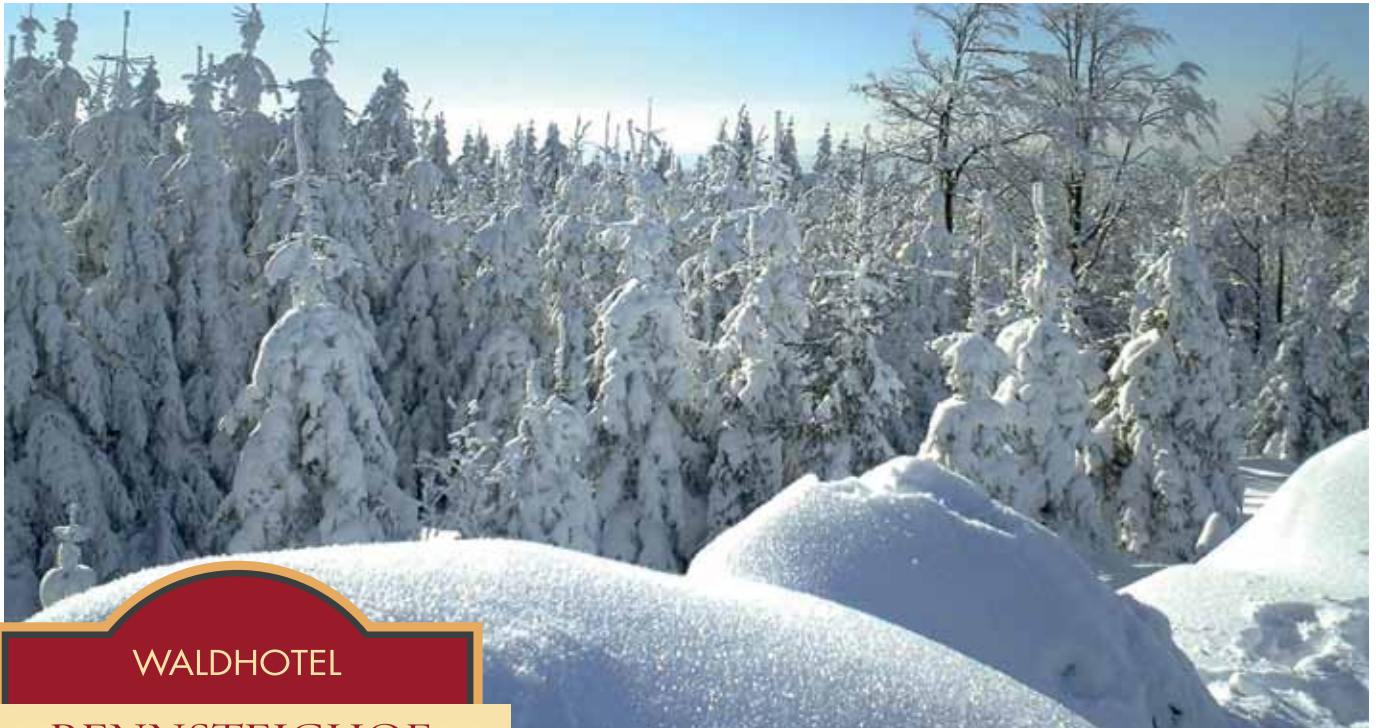
Nichts ist für mich mehr Abbild der Welt und des Lebens als der Baum.

Vor ihm würde ich täglich nachdenken, vor ihm und über ihn...

Christian Morgenstern (1871 - 1914),
deutscher Schriftsteller, Dramaturg,
Journalist und Übersetzer

Und sollten Sie dann irgendwann einmal auf kleine Wesen mit großen behaarten Füßen treffen und einer stellt sich Ihnen als Frodo Beutlin vor und erzählt etwas von einem goldenen Ring, dann sind Sie schon zu weit und zu lang gelaufen.

Oder haben eben alles richtig gemacht...



WALDHOTEL

• RENNSTEIGHOF •

HERZLICH - GEMÜTLICH - PERSÖNLICH

Idyllisch am Waldrand gelegen, ca. 10 Minuten mit dem Auto von Bad Liebenstein, zwischen Ruhla und Winterstein, finden Sie das Waldhotel Rennsteighof. Es liegt unweit des Rennsteigs auf dem Kamm des Thüringer Waldes auf ca. 700 m Höhe. Gleich nebenan die Ruhlaer Skihütte und die Rennsteigfalknerei.

Es erwarten Sie gemütlich eingerichtete Zimmer sowie unser Restaurant mit gutbürgerlicher, saisonal orientierter Küche.

Wir bieten Ihnen frische Torten sowie unsere überregional bekannten Windbeutel aus der hauseigenen Konditorei. Unser Restaurant teilt sich in drei geschmackvoll eingerichtete Gasträume auf, die Ihnen Gemütlichkeit und Individualität vermitteln.

Bei schönem Wetter erwartet Sie unsere Café-Terrasse mit Blick auf den Thüringer Wald und im Winter gespürte Skiloipen rund ums Hotel. Sie suchen einen passenden Ort für Feierlichkeiten und Events? Wir beraten Sie individuell und richten alles mit dem entsprechenden Flair und Ambiente für Sie aus.

Aktuelle Infos zur Anfahrt finden sie auf unserer Homepage unter dem Menü-Punkt Anfahrt.



*Ihre Gastgeber
Thomas Malsch & Stefanie Grimmer*



"Schnupperangebot"

Anreise täglich 4 Übernachtungen mit Halbpensions-Menü und reichhaltigem Frühstücksbuffet
pro Person im Doppelzimmer 329,00 €

"Relaxwoche"

Anreise täglich 7 Übernachtungen mit Halbpensions-Menü, reichhaltigem Frühstücksbuffet und einer Flasche Begrüßungssekt
pro Person im Doppelzimmer 499,00 €

weitere Angebote finden Sie unter: www.rennsteighof.de

Waldhotel Rennsteighof

Liebensteiner Straße 108 - 99880 Winterstein
Telefon 036929 / 6020 - res@rennsteighof.de
www.rennsteighof.de

Öffnungszeiten Kaffee & Restaurant:

Mo bis Fr ab 14 Uhr / warme Küche 17 Uhr bis 20 Uhr
Sa und So ab 11 Uhr / warme Küche 11 Uhr bis 20 Uhr

Anfahrt möglich über: Bad Liebenstein, Ruhla, Brotterode und Winterstein (Ampel)



DAS HEILWASSER

An der Stelle, wo vor mehr als 400 Jahren das Wasser auf natürlichem Wege zutage kam, steht heute der Bad Liebensteiner Brunnentempel. Der Sage nach weideten an dieser Stelle unterhalb der Burg Liebenstein mehrere Kühe. Eine von ihnen, die trübselig war, trank nicht aus dem für die Tiere bestimmten Wassertrog, sondern immer abseits vom Rest der Herde an einer alten Weide. (Sie sehen liebe Leser, auch hier spielt wieder ein alter Baum eine Rolle) Das fiel dem Hirten auf und er ging der Sache auf den Grund, indem er das aus dem Boden unter der Weide hervortretende Wasser trank und dabei einen besonderen Geschmack feststellte. Da es sich offenbar um ein besonderes Wasser handeln musste, ging der kluge Mann, es dem damaligen Burgherrn Herrmann von Stein zu Liebenstein zu berichten. Man schrieb das Jahr 1590.

Von der offensichtlichen Besonderheit des Wassers überzeugt, ließ der Burgherr die Umgebung der Quelle von allem Gestrüch entfernen. Durch den besonderen Geschmack neugierig geworden, tranken viele derer, die in der Gegend lebten, regelmäßig vom Wasser der Quelle. Über die Jahre wurde bei denen, die regelmäßig davon tranken, eine Linderung und das völlige Verschwinden bestimmter Leiden beobachtet. Kräfte und Wunder wurden der Behandlung mit dem Quellwasser nachgesagt, was eine für diese Zeit typische Mystifizierung mit sich brachte, die weit über die damaligen Grenzen hinaus ging.

So erfuhr im Jahre 1601 Herzog Kasimir, der Lehensherr der Herrschaft Liebenstein, von der geheimnisvollen Quelle und den Kräften des Wassers. Er besuchte die Herrschaften, ließ sich die Geschichten erzählen und daraufhin das Wasser untersuchen. Zu dieser Zeit verursachte das ständig umgebend austretende Wasser einen tiefen Morast, um die alte Weide, unter der es zutage trat. Die Quelle wurde nach ihrem süßlichen Geschmack als saurer Born benannt. So erhielt das Dorfchen rund um die Quelle unterhalb der Burg den Namen „Surborn“. Der heilenden Wirkung gedankt, zog es in den weiteren Jahren immer mehr Menschen an, die auf Linderung und Heilung ihrer Leiden hofften. So wurde die Quelle im Jahre 1614 zum Brunnen gefasst.

Im Laufe der Zeit erschloss man in unmittelbarer Nähe weitere Quellen. 1816 fasste man alle Quellen zusammen und leitete sie in ein Wasserreservoir, dem heutigen Brunnentempel.

Heute können Sie sich von der Wirkung des Heilwassers in unserem Kurhaus persönlich überzeugen. Schön gelegen, immer einen Spaziergang wert, ist die Quelle zu den Öffnungszeiten des Kurhauses für jedermann zugänglich.

Und das Beste noch zum Schluss – es kostet gar nichts, nothing, nada, niente... nichts.



Was ist dran am heilenden Wasser?

Die Entwicklung

1816 sind acht Quellen in Bad Liebenstein bekannt – sie gelten als stärkste eisenhaltige Quellen Deutschlands. Der Chemiker Prof. Dr. Wackenroder aus Jena beschrieb das Heilwasser als völlig klar und wasserhell, geruchlos und von angenehm süßlichem und salzig eisenhaltigem Geschmack, welches sich zum Trinken und Baden eignet. Die darin befindliche Kohlensäure wirkt belebend, das Eisen stärkend auf Gefäße, Muskeln, Nerven und Schleimhäute. Zu den Anwendungsgebieten zählen Hypochondrie, Hysterie, Unfruchtbarkeit, Kachexie, Nervenleiden und Krämpfe sowie Lebererkrankungen, Gicht, chronische Rheumatismen, Husten und Hämorrhoiden.

Die heutige Quelle

Das Heilwasser verfügt über einen hohen Gehalt an Eisen, Fluorid, Natrium, Calcium sowie Chlorid. Um ein Braunfärben zu verhindern, ist das Wasser nur in gut gefüllten, dicht verschlossenen Flaschen zu transportieren. Trinkkuren eignen sich bei Magen-Darm-Erkrankungen, wirken unterstützend bei Harnwegsinfekten und Eisen- und Calciummangel sowie der Harnsteinprophylaxe. Zu den Gegenindikationen zählen akute Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes, eingeschränkte Flüssigkeitstoleranz sowie Bluthochdruck. Bei Verdauungsbeschwerden sind trübselig langsam und leicht angewöhnt 0,2 bis 0,3 l vor den Hauptmahlzeiten zu trinken, bei urologischen Erkrankungen 0,7 bis 1,4 l über den Tag verteilt. Die Trinkkur sollte maximal sechs Wochen andauern und zu Beginn nur kleine Trinkmengen umfassen, um Magenprobleme zu vermeiden. Ein Bad für 15 bis 20 Minuten im ca. 30°C warmen Heilwasser lindert Durchblutungsstörungen, Bluthochdruck, aktiviert den Kreislauf und beruhigt das Nervensystem. Keine Eignung stellen Badekuren bei Herzmuskelschwäche, Lungenerkrankung und akutem Fieber dar.

UHREN MANUFAKTUR RUHLA



**UHREN AUS RUHLA – MADE IN GERMANY
150 JAHRE TRADITION UND SO JUNG WIE NIE!**

Die **Uhren Manufaktur Ruhla** ist Hersteller eines breitgefächerten Sortiments an Uhren jeglicher couleur. Dazu gehören Damen-, Herren- und Kinderuhren sowie Wecker, Sport-, Solar-, Sonder- und Fliegeruhren, von sportlich, modern bis elegant und klassisch. Auch die legendäre Kampfschwimmeruhr der ehemaligen NVA Streitkräfte wird in einer Sonderedition bei uns produziert und verkauft. Die Freude an Uhren und präziser Arbeit, verbunden mit einer gehörigen Portion Erfindergeist, prägt die Region um unseren Firmenstandort Ruhla in Thüringen, mitten im grünen Herzen Deutschlands. Das kleine Städtchen am Rande des Thüringer Waldes ist damit nach wie vor ein Zentrum der Uhrenindustrie. Und darauf sind die Menschen hier zu Recht stolz. In Fortführung der über 150-jährigen Tradition ist ein Unternehmen entstanden, das den Geist der Gebrüder Thiel wieder aufleben lässt, die seinerzeit hier in Ruhla die ersten Taschenuhren produzierten. Heute entstehen hier stilvolle Uhren für den täglichen Gebrauch, in immer wieder neuem, zeitgemäßem Design. „Made in Germany“ ist dabei ein Garant für technisch hochwertige Produkte, wie sie auf der ganzen Welt geschätzt werden, und zugleich das Bekenntnis des Unternehmens zum Standort Ruhla. Stetige Forschungs- und Entwicklungsarbeit, moderne Technik, eine eigene Designabteilung und nicht zuletzt das Know-how unserer Mitarbeiter sorgen dafür, dass nur Qualitätsprodukte unser Haus verlassen.

UMR, Uhren Made in Germany, garantiert bestes aus Design und modernster Technik aus dem traditionellen Standort der Uhrenproduktion in Deutschland.

Besuchen Sie doch einfach unseren Onlineshop unter www.UMR-ruhla.de oder direkt den Werksverkauf.

DIREKT BESTELLEN



UHREN MANUFAKTUR RUHLA

UMR GmbH - Werksverkauf
Eisenacher Straße 42c – 99848 Wutha-Farnroda

Öffnungszeiten
Montag-Donnerstag – von 10:00-16:00 Uhr

Freitag von 10:00-12:00 Uhr

Tel.: 036921/3099-0 – www.UMR-ruhla.de / info@UMR-ruhla.de

**GENAU
MEINE
ZEIT!**



STADT

GEFLÜSTER



Das Comödienhaus

Wussten Sie?

... dass eine der geheimnisvollsten Schauspielerinnen, **Marlene Dietrich**, im Juli 1917 auch in Bad Liebenstein verweilte. »Wir sind in Liebenstein. Ich hatte mich sehr darauf gefreut. Gestern sahen wir um halb elf wie der Mond in den Schatten der Erde trat; es war wirklich schön.«

Quelle aus „Meine Mutter Marlene“ (Maria Riva)

Begründet von Herzog Georg I. von Sachsen-Meiningen

Das Comödienhaus Bad Liebenstein wurde im Jahr 1800 unter der Regie Herzogs Georg I. von Sachsen-Meiningen (1761–1803) als multifunktionales Kurgebäude mit Theatersaal und umliegenden Badekammern erbaut und verfügt heute über 326 Sitzplätze und 4 Rollstuhlplätze. Im Laufe des 19. Jahrhunderts entwickelte sich das Bad Liebenstein als Sommerresidenz des Sachsen-Meiningischen Herzoghauses zu einem mondänen Badeort, in dem zahlreiche adelige und gut betuchte bürgerliche Kurgäste weilten. Auch im 20. Jahrhundert wurde das Theater bespielt, wenn auch - wie in Abschnitten des vorangehenden Jahrhunderts - nicht immer regelmäßig. Seine jetzige äußere Form erhielt das Haus bei Umbaumaßnahmen im Jahr 1937.

Weitere Informationen zum Spielplan finden sie unter www.bad-liebenstein.de

Das Palais Weimar



1804 - 1806 als Fürstlichen Haus erbaut, beherbergt es heute die Stadt- & Kurbibliothek. Das Palais Weimar diente einst als Sommersitz der Meiningen Herzogsfamilie und, ging später durch Heirat an das Herzogtum Sachsen-Weimar. 1834 residierte hier sogar die Queen Adelaide aus England mit großem Hofstaat.

Die Wandelhalle

...ist ein 1913 erbautes geräumiges, klassizistisches Gebäude, in dem der Besucher die Möglichkeit hat, das heilsame Wasser der Bad Liebensteiner Heilquellen trinken zu können. Die Gäste müssen beim Kosten des Wassers nicht unbedingt „herumwandeln“, sie können sich auch gemütlich hinsetzen. Das Wasser ist Gratis, Tische und Stühle sind vorhanden, an den Wänden sind Informationstafeln zur Geschichte der Kurstadt und zur Geschichte des Kurwesens angebracht. In der Wandelhalle finden häufig Veranstaltungen wie Konzerte, Puppentheater- und Kabarettvorführungen statt.

Es ist Platz für bis zu 180 Zuschauer. Während der Kursaison (April bis Oktober) ist sie täglich von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr geöffnet. Der Eintritt zur Wandelhalle ist frei, außer bei Theater- und Musikveranstaltungen.





Pferdekutsche vor Haus Dr. Knecht 1908 (In Richtung Wandelgang Brunnentempel aufgenommen)



Postfahrrad hinter der (alten) Liebensteiner Post.
Archiv Horst Schneider



Der Nobelpreisträger Gerhart Johann Robert Hauptmann (* 1862, + 1946) Gerhart Hauptmann während des Aufenthaltes 1925 im Kaiserhof. Anlass war die augenärztliche Behandlung seiner Frau Marie Thienemann durch Dr. Graf Wiser. Mit am Tisch der Besitzer des Bades und Augenarzt mit Weltruf Dr. Graf Wiser.



Herzogin Charlotte von Sachsen-Meiningen
Fotos und Informationen Seite 27: Archiv : Heimatfreunde

Trotz sorgfältiger Auswahl der Quellen kann für die Richtigkeit des Inhalts keine Haftung übernommen werden. Die im „Bad Liebenstein entdecken“ gemachten Angaben dienen ausschließlich der Information. Für unaufgefordert eingesandte Beiträge wird keine Gewähr übernommen. Mit Name oder Signum gekennzeichnete Veröffentlichungen sind jeweils Meinung des Verfassers und nicht der Redaktion. Der Autor stellt uns mit dem Einsenden seines Text- und Bildmaterials frei von den Rechten Dritter. Von der PKS pixel komma-strich Agentur gestaltete Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt.

Die kommende Ausgabe erscheint
April 2025!

Impressum

Herausgeber:

PKS pixel-komma-strich

Herzog-Georg-Straße 30 / 36448 Bad Liebenstein

Tel.: 036961 595624 / Fax: 036961 595625

info@pks-grafik-werbung.de / www.pks-grafik-werbung.de

Redaktion:

Britta Kast, Michael S. Ndermann

Satz/Grafik/Layout:

Britta Kast

Fotos:

Michael S. Ndermann (© PKS pixel-komma-strich)

Fotolia

Anzeigenverwaltung:

PKS pixel-komma-strich

Ansprechpartner: Britta Kast

Tel.: 036961 595624 / Fax: 036961 595625

info@pks-grafik-werbung.de

Druck: Wir machen Druck



JEDE REISE HAT EIN ENDE!

Aber die Erinnerung daran,
ist unvergänglich.



Kulturhotel Kaiserhof

Esplanade 9 - 36448 Bad Liebenstein

Tel.: 036961-73370 Fax: 036961-7337110 E-Mail: info@kulturhotel-kaiserhof.de

www.kulturhotel-kaiserhof.de