

Für das Nachfahren der Tour ist keine zusätzliche Freizeit- oder topografische Karte notwendig. Sie kann aber – etwa im Fall von Wegsperrungen (Baumfällarbeiten, Jagd etc.) – sehr hilfreich sein.

Grau unterlegter Text = Schilder und Tafeln an der Strecke

#### 0,00 km; 90 hm

Wir beginnen mitten in Mainz am Hauptbahnhof. Vom Vorplatz radeln wir rechts die Rampe hinauf, wählen jedoch auf halber Höhe rechter Hand die entsprechend markierte Radunterführung, die uns das Queren der Riesenkreuzung erspart. Drüben wieder oben angekommen fahren wir rechts über die Alicenstraße und dann die Binger Straße hinab. An der nächsten Großkreuzung halten wir uns fast geradeaus, knicken nur leicht links ab in die Große Bleiche und radeln geradeaus zum Landesmuseum.

#### 1,41 km; 86 hm

Wir sind an der Rheinuferstraße angelangt, haben links das Kurfürstliche Schloss und rechts den Landtag. An dem paradieren wir jetzt auch entlang, also rechts auf die Peter-Altmeier-Allee. Gleich die nächste Straße, die Zeughausgasse, fahren wir rechts hinein. Am Ende ein Plätzchen, wir rollen schräg nach links, das wird die Mitternachtsgasse. Der folgen wir auch über die nächste Querstraße und stehen alsbald an einem weiteren Pflastergeviert vorm Christofsgäßchen. Da dann rechts die Christofsstraße bis zum Ende und dann links auf der Schusterstraße weiter. Die führt uns geradenwegs in die Fußgängerzone – Zeit zum Sightseeing. Wir steuern genau auf den Dom zu. Bevor wir aber einen Zusammenstoß mit dem heiligen Gemäuer riskieren, begeben wir uns schräg links über den Marktplatz an malerischen Häusern und dem Marktbrunnen vorbei. Mit leichtem Rechtsruck gelangen wir über den Liebfrauenplatz und kommen an der Fischtorstraße an. Die fahren wir vor bis zur Rhein-Uferstraße.

#### 2,77 km; 86 hm

Praktischer Weise bietet sogleich ein Radweg direkt am Strom entlang seine Dienste an, wir wollen rechts nach Weisenau und Nierstein. Gut 600 Meter weiter am Winterhafen bleiben wir dem Wasserweg treu, biegen links über die Holzbrücke und strampeln Richtung Worms. Schön oben auf dem Damm lang kommen wir nach einem dreiviertel Kilometer vor einer mächtigen Eisenbahnbrücke zu einer Gabelung: links am Wasser weiter.

#### 5,52 km; 87 hm

Eine bombastische Fußgänger-Brückenkonstruktion türmt sich hier auf – und diese geteerte Einladung nach Weisenau über die Bahngleise lassen wir uns nicht entgehen. Just über den Schienen schauen wir schon mal voraus und sehen, dass wir unseren Weg auf der rechten Seite des Plätzchens fortsetzen sollten. Schnell sind wir dann oben am Tanzplatz. Von da geht es über drei Stufen in die Wassergasse, die bald zur Bleichstraße wird, auf der wir stur geradeaus bis zum Sportplatz hinauf radeln.

#### 6,99 km; 129 hm

Ende der Sportplätze und Ende der Bebauung: Wir biegen nach links und rollen an den Blocks vorbei zum Großberg. Nach gut 250 Metern folgen wir dem Hauptweg rechts über die Autobahn. Durch ein Neubaugebiet fahren wir immer geradeaus hoch bis zum bis zum T-Stück am Feld mit An der Hechtsheimer Höhe: Wir fahren links – und auch am Rechtsknick der Betonpiste geradeaus weiter. Erst am Zaun um den ehemaligen Steinbruch biegen wir rechts hoch und haben bald eine nette Sicht über das Gelände. Am Ende geht's leicht rechts versetzt, aber dann geradeaus über die Kreisstraße K 13 hinweg den Feldweg hoch. Oben erneut ein T-Stück, wir wählen wieder die Fahrtrichtung nach links. Was für ein Ausblick! Und diese Art „Landschaftskino“ wird uns fast die ganze Tour begleiten! So das Wetter mitspielt, hat man hier vom Rheingau über Taunus,

Frankfurts Hochhäuser und den Odenwald ein wahrhaft episches Panorama – nur die Tonkulisse mit den dauerdröhnenden Fliegern ist nicht der wahre Jakob. Wer das bei einer Erfrischung auskosten will – kann er gerne, ansonsten rollen wir geradenwegs am Hofgut Laubenheimer Höhe vorbei.

#### 9,41 km; 170 hm

Der Teerweg endet mit einem T-Stück in den Weinbergen oberhalb von Laubenheim. Wir biegen nach rechts und erleben nun das zweite Charakteristikum dieser Tour: Es geht gemütlich auf ewig langen und fast immer bestens befestigten Wegen durch die linksrheinischen Weinlagen. Auch wenn es der Route oft an Wegzeichen ermangelt, so werden die vielen T-Stücke und damit „Zwangsabbieger“ doch sehr hilfreich beim Wege-finden sein.

#### 10,92 km; 180 hm

Hier ist so ein T-Stück: Wir biegen links runter, nach wenigen Metern aber schon wieder rechts auf den Lochbetonsteinen ins Gebüsch, wo ein einsames R daran erinnert, dass hier auch der Rheinhöhenweg umhergeistert. Am Ende vom Gehölz empfängt uns ein Bruchstein-Häuschen und der Betonplatten-Weg gabelt sich: Wir wählen den linken unteren Ast – um uns nach einigen hundert Metern, dem nächsten T-Stück, links zu halten. Nun geht es anhaltend abwärts.

#### 11,86 km; 108 hm

Wir haben Bodenheim fast erreicht, wollen aber nicht hinein. Deshalb biegen wir hier an der kleinen Brücke über einen Entwässerungsgraben rechts in den Grasweg – zur Orientierung: An der Leitplanke links ist ein Eichenblatt als Wanderzeichen zu erkennen. Die nächsten Meter gehören zu den härtesten der Tour, denn wir treten den Direktweg auf Gras bis oben durch! Da erwartet uns wieder ein Betonweg: geradeaus darauf und dann dem Linksknick folgen.

#### 12,72 km; 185 hm

An dieser, der ersten Kreuzung knickt der Betonweg nach rechts ab. Wir fahren aber geradeaus in den Grasweg und bleiben in Fahrtrichtung parallel zur Hügelkante. Fast anderthalb Kilometer weiter treffen wir an der solitären Elsbeere (oder doch ein Ahorn?) auf einen Betonweg, dem wir nach links folgen. Wer nun den Blick nach rechts schweifen lässt, erkennt unter anderem die großen Bauten der Fernsender auf dem Mainzer Lerchenberg.

#### 14,88 km; 194 hm

Wir stoßen auf die Kreuzung der Landesstraße L 425 und L 413. Unser Weg führt parallel zur L 425 nach links auf den Radweg Richtung Bodenheim / Gau-Bischofsheim. An der Kreuzung mit dem Abzweig nach Gau-Bischofsheim hinab wechseln wir auf die andere Straßenseite und halten kurz darauf bei Kilometer ...

#### 15,85 km; 195 hm

... auf Höhe des Weinguts mit der großen Scheune an, denn: Wir wollen links in den geschotterten Feldweg. Der knickt sogleich nach rechts und vergabelt nach 100 Metern. Wir rollen den linken Ast abwärts. Immer geradeaus, auch auf den Grasweg drauf, der uns immer steiler und holpriger hinab nach Bodenheim expedit.

#### 16,64 km; 145 hm

Wir stehen am Ende der Straße Am Börnchen und halten uns links. In den Rohrwiesen lautet der nächste Hinweis, dann rollen wir geradeaus in der Gerbstedter Straße immer weiter, bis wir die Sportplätze passiert haben. Zwei Wege tun sich auf, wir wählen das etwas weiter links liegende, feinstens geteerte Band – die Alte Mommenheimer Straße, wie ein Schild verrät. Zugleich aber auch der Amiche-Radweg. Auf dem nehmen wir die alte Fahrtrichtung wieder auf und rollen hinaus aufs freie Land, bzw. zunächst durch diesen wundervollen grünen Laubengang.

**18,92 km; 134 hm**

Wenige Meter rechts von uns liegt Mommenheim. Wir kreuzen mit Umsicht die L 434 und bleiben auf dem Radweg am Rande der Bebauung. Nach 300 Metern, etwa dort, wo das Lager der Baustoffhandlung **Schott** endet, teilt er sich. Wir nehmen den linken, den Grasweg (!), und radeln den immer stur durch (wer's leichter will, nimmt den Amiche-Weg, der stets ein paar Meter rechts parallel verläuft).

**20,08 km; 140 hm**

Wir haben den ganzen Ort passiert – was unschwer am Ortsende-Schild von **Mommenheim** zu erkennen ist, das uns hier an der Landstraße L 433 begegnet. Wir fahren nun aber nicht nach rechts auf die Straße, sondern rollen den Feldweg schräg links parallel dazu hinab. Nach knapp 250 Metern stoßen wir wieder auf einen Betonweg, flankiert vom Hinweis auf einen Radweg **Auf eigene Gefahr**. Da geht's links rein, vor der Baustelle sofort rechts und dann mit Linksknick auf dem Beton runter bis zu der kleinen Bachniederung.

**21,31 km; 122 hm**

Wir haben dieses Bächlein fast erreicht, da geht rechts ein zerspurter Feldweg ab – der „gefährliche“ Radweg. Nicht lachen. Denn vielleicht bezieht sich das ja auf den Golfplatz (mit tief fliegenden Bällen), an dem wir gleich vorbei kommen. Egal wie, nach gut 800 Metern biegen wir links über die Brücke (zur Orientierung: da steht ein Schild mit **Lörzweiler**, **Schwabsburg** und **Mommenheim**). Nach einigen Metern macht der Teerweg einen Knick rechts hoch. Wir fahren über die Kuppe, den Feldweg weiter, der biegt automatisch rechts runter und schickt uns unten links rüber, wieder auf einen Betonweg. Der läuft hübsch auf halber Höhe am Hang entlang, und wir folgen ihm unentwegt.

**23,68 km; 135 hm**

Der Weg teilt sich, rechts zwei verwitterte hölzerne Wegschilder. Wir bleiben auf dem Betonweg, also schräg rechts runter. Kurz darauf bleiben wir auf oberem linken Ast. Prächtig baut sich der Turm der Schwabsburg voraus auf – unser nächstes Ziel. Der Weg zieht mit Linksdrahl hoch, dann teilt er sich vor einem erhöht stehenden Bänkchen erneut. Wir fahren rechts.

**24,57 km; 171 hm**

Der Teerweg biegt an dieser Kreuzung nach rechts, und man ahnt, wie es zur Burg weiter geht – aber wir genehmigen uns noch einen Abstecher ins Tal, denn nur fünf Meter nach dieser Kreuzung geht steil rechts runter ein Grasweg. Der verzweigt kurz darauf, wir rollen rechts immer flott abwärts bis zu einem T-Stück kurz oberhalb des Weilers. Wir biegen nach links, dann den Pflasterweg rechts runter ins Dorf Schwabsburg.

**25,23 km; 108 hm**

Gegenüber vom **Weingut Huff** landen wir auf der Durchgangsstraße. Der folgen wir nach links gut 400 Meter weit bis zur **Evangelischen Kirche**, um dort schräg links hoch in die **Schloßstraße** abzubiegen. Ein Stück weiter müssen wir scharf links zurück und den **Burgweg** hinauf. Am Ende, nach ein paar Stufen, stehen wir vor der **Burg Schwabsburg**. Wir umrunden das Gemäuer – wer Zeit hat: Der Ausblick vom Turm ist natürlich noch fetter als die Aussichten, die wir eh schon hatten. Unsere Route geht so weiter: Den Turm im Rücken, fahren wir den breiten Weg geradeaus den Hügel hoch. Nach ein paar Teermetern kommen wir wieder auf roten Schotter, da achten wir kurz darauf auf den abzweigenden Schotterweg rechts hoch.

**26,32 km; 160 hm**

Der endet an einem Querweg, und wir sehen rechts von uns zwei Teerwege, die in Fahrtrichtung weiter gehen. Wir wählen den

zweiten an der Hangkante, den **Drei Türme Wanderweg – Wartturm – 1**. Von dem Zeichen lassen wir uns zwei Kilometer bis zur Niersteiner Warte leiten. Das heißt: An der Kreuzung nach 750 Metern schräg links und rechts steil hoch. Nach weiteren 650 Metern ein H-Stück: Wir fahren fünf Meter nach links auf den Parallelweg und den in der selben Richtung weiter. Er endet alsbald an einem T-Stück, an dem wir rechts müssen.

**28,17 km; 182 hm**

Wir stehen ein kleines Stück unterhalb der gut erkennbaren Warte, rechts ein Hinweis zum **Rheinhöhenweg** sowie zum **Marktplatz**, **den Punkt merken wir uns Punkt**. Denn nachdem wir links hoch und eine kleine Runde um die Warte gefahren sind (die leider zu ist), kommen wir genau hierher zurück und fahren den breiten Teerweg – nun natürlich links abbiegend – bis Nierstein hinunter. Dazu immer auf dem breiten Hauptweg bleiben und an der Weinpresse nach 500 Metern die Rechtskurve nicht versemeln! Im Ort rollen wir die **Karolingerstraße** immer weiter abwärts.

**29,61 km; 96 hm**

Der hübsche **Marktplatz** inmitten von Nierstein lädt zum Verweilen ein, diverse Straußenwirtschaften ebenso. Wir rollen rechts, an der Kirchmauer entlang, biegen aber bald schräg links in die **Oberdorfstraße** ab. Nicht weit, dann müssen wir mit dem **Drei Türme Wanderweg** links in die **Schmiedgasse**. Auf der immer geradeaus, weiter durch die **Bildstockstraße** und an deren Ende rechts in die **Wörrstadter Straße**. Das **Weingut Raddeck** macht auf sich aufmerksam, da kommen wir bald vorbei: Zuerst links hinauf in **Am Hummertal**, und noch mal 200 Meter weiter erneut links den Berg hinauf – dann geht's immer geradeaus auch am Weingut vorbei den Teerweg zur Fahne hoch.

**32,02 km; 184 hm**

Wir sind an der Sitzgruppe mit Fahnenstange angelangt und biegen auf den Betonplattenweg nach links. Der endet sogleich in einem T-Stück, wir fahren rechts hoch und folgen dem Betonweg, der so für sich hin durch die Weinberge knickt. Nach 400 Metern eine Kreuzung an einem schwer verschlossenen Tor: Wir halten uns links auf den Schotterweg, vor der Birkenallee dann mit dem gelben Wanderzeichen + rechts ab und nach 200 Metern eröffnet sich wieder ein prächtiger Blick auf Rhein und Odenwald. Außerdem ist's links runter mit dem + nur noch ein knappes Stück bis zur Ruine Landskrone: Geradeaus ins Grün, dann sieht man rechter Hand schon das Gemäuer.

**33,31 km; 173 hm**

Bevor wir nun den mächtigen Bau entern, blicken wir rechts: Da ist ein leicht abgetreppter, schmaler Betonweg zu sehen, das merken wir uns. Nach der großartigen Ruinen-Aussicht nehmen wir locker den Betonpfad in Angriff. Schön langsam und rücksichtsvoll hoppeln wir da hinunter. Am Ende links in den **Zuckerberg**, wir rollen oberhalb der mächtigen Katharinenkirche vorbei. Am Ende dann rechts die **Schulstraße** runter und halb um die Kirche herum. Wir nehmen links runter die **Merianstraße** (muss geschoben werden), kommen am **Marktplatz** vorbei und biegen links die **Krämerstraße** runter. An deren Ende noch mal links in die **Mainzer Straße**, die sich nach 300 Metern gabelt: Schräg rechts 200 Meter die **Bahnhofstraße** hinab.

Inhalt und Touren sind nach bestem Wissen zusammen gestellt, eine Gewähr für die Richtigkeit der Angaben kann nicht gegeben werden. Das Befahren der Routen erfolgt auf eigene Gefahr, jegliche Haftung durch den Autor oder Verlag aus der Benutzung dieser Tour-Beschreibungen ist ausgeschlossen. Dies gilt insbesondere für Unfälle, durch das Befahren verursachte Beschädigungen und das Begehen von Ordnungswidrigkeiten. Vorgeschlagene Wegabschnitte können einem Fahrverbot unterliegen oder nur für Fußgänger zugelassen sein. Solche Verbote sind zu beachten, das Rad muss auf diesen Strecken geschoben werden.

**Copyright:** Peter Meyer Verlag. Die Tour darf nur zu privaten Zwecken kopiert und verwendet werden; keine andere Nutzung zulässig.