



# HEUVELLAND4DAAGSE ON TOUR

21.06. tot 26.06.2026

## **Onze wandelreis naar Ruhpolding, waar avontuur en samenhangigheid samenkomen.**

Er zijn van die momenten waarop je voelt dat er iets bijzonders staat te gebeuren. Dat dit niet zomaar een reis is, maar een ervaring die je nog lang bij zal blijven. Wanneer je met een groep gelijkgestemden in de bus stapt, de heuvels langzaam veranderen in bergen en de lucht steeds frisser wordt, begint er iets te kriebelen. Een gevoel van verwachting, een vleugje spanning, en vooral: zin om te ontdekken.

Ruhpolding wacht. De paden liggen klaar. De bergen verheffen zich trots alsof ze willen zeggen: *kom maar, we laten jullie iets bijzonders zien.*

Wanneer de bus langzaam het dal van Ruhpolding binnenrijdt, voel je het meteen: dit wordt geen gewone week. De bergen torenen stoer boven het dorp uit, de bossen ruiken naar dennen en frisse lucht, en het aja-hotel staat uitnodigend klaar als jouw thuisbasis voor dit avontuur.

Samen ga je vier dagen wandelen, lachen, grenzen verleggen en verhalen maken die je later nog vaak zult vertellen. Dit is geen simpele wandelreis. Dit is een avontuur dat je meeneemt door bossen, kloven, langs bergmeren en hutten waar de geur van de keuken je welkom heet. Dus adem diep in, laat de drukte van thuis los, en stap met volle overtuiging dit verhaal binnen.

### **Ruhpolding – Het avontuur begint!**

Nog vóór je uitstapt ontvang je de kamersleutel, en het felgekleurde polsbandje dat je de rest van de week herinnert: *ik hoor bij de Heuvelland4daagse-on-tour.*

We wensen jullie een fijne wandelvakantie en geniet ervan.

**Namens de organisatie  
Heuvelland4daagse on Tour**





## “SERVUS” IN RUHPOLDING

### MAANDAG 22, JUNI

#### Keuze tussen korte en lange route

- Wandeling richting de Zirmbergalm | Lunch
  - Eventueel een bezoek aan de Chiemgau Arena (biatlonstadion)
  - Gezamenlijke terugweg naar het hotel
- 

### DINSDAG 23, JUNI

#### Korte Wandeling

- Vertrek vanaf het hotel naar Unternberg
- Berg- en dalrit lift | Lunch Unternberg Hof
- Vervolg van route terug naar hotel

#### Lange Wandeling

- Te voet omhoog naar Unternberg Alm | Lunch
  - Met lift omlaag en vervolg van route terug naar hotel
- 

### WOENSDAG, 24 JUNI

- Vrije dag: Zelf invullen of meedoen aan programma “Heuvelland4Daagse on Tour” naar de “Chiemsee”
- 

### DONDERDAG, 25 JUNI

#### Korte Wandeling

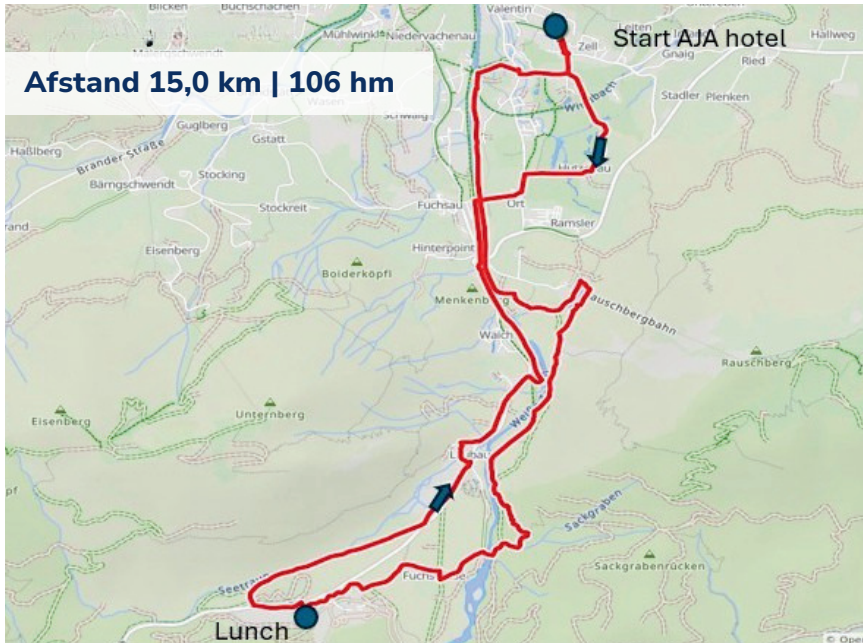
- Zwing | Weißbach waterval | Thumsee | Lunch Madlbauer

#### Lange Wandeling

- Schneizlreuth | Weisbachklamm | Thumsee | Lunch Madlbauer
  - Bus terug naar het hotel
- 

### VRIJDAG, 26 JUNI

- We zeggen “Auf Wiedersehen”



# DE EERSTE STAPPEN, TWEE ROUTES, ÉÉN GEZAMENLIJK DOEL

---

**VAN 07.00 - 09.00 UUR ONTBIJT**

**VAN 09.30 – 10.30 UUR START WANDELINGEN**

**VAN 17.30 – 19.15 UUR 1<sup>E</sup> ZITTING AVONDETEN**

**VAN 19.30 – 21.15 UUR 2<sup>E</sup> ZITTING AVONDETEN**

De dag begint rustig. Je schuift aan voor een ontbijtbuffet dat je alle energie geeft voor de eerste wandeldag. De start van de wandelingen, buiten voel je de spanning: wie kiest de korte route? Wie durft meteen de lange uitdaging aan?

Beide wandelingen beginnen vanuit het AJA-hotel en gelijk is er die keuze, de lange of de korte wandeling... Wie de lange route neemt, maakt een uitdagende lus door het bos waar het zonlicht door de bomen danst en het uitzicht je stil laat staan. Beiden wandelingen komen uiteindelijk samen op weg naar de Zirmbergalm, waar de lunch wacht en de geur van de keuken je uitnodigt voor een stop. Hier kun je ook een kort bezoek brengen aan de Chiemgau Arena, het biatlon stadion, waar ieder jaar een WB wedstrijd gehouden wordt, en al diverse malen het WK plaats vond.

Na de lunch loopt iedereen via dezelfde route terug naar het hotel. Voldaan en vermoeid, kun je bij terugkomst genieten van de SPA faciliteiten welke het hotel te bieden heeft.



**Afstand 12,3 km | 227 hm**



**Afstand 16,5 km | 751 hm**



**VAN 07.00 - 09.00 UUR ONTBIJT**

**VAN 09.30 – 10.30 UUR START WANDELINGEN**

**VAN 17.30 – 19.15 UUR 1<sup>E</sup> ZITTING AVONDETEN**

**VAN 19.30 – 21.15 UUR 2<sup>E</sup> ZITTING AVONDETEN**

Vandaag zijn de ogen gericht op de Unternberg. Ook nu start de dag ontspannen met ontbijt, maar al snel vermengt de frisse lucht zich met gezonde spanning. Je start weer vanaf het hotel.

Onderweg neemt de korte route de lift omhoog: een zachte, bijna zwevende entree naar het berglandschap. Boven kun je nog naar het bergkruis wandelen, waar het uitzicht ongekend is, alsof de bergen speciaal voor jou hun allermooiste kleuren hebben aangetrokken. Na deze korte wandeling neem je de lift weer naar beneden om tijdens de afdaling te genieten van de prachtige omgeving van Ruhpolding. Na deze lift ervaring wandel je beneden naar de Unternberg Hof, waar de lunch is. Na deze innerlijke versterking gaat de wandeling verder terug naar het hotel.

Ondertussen ploegen de dapperen van de lange route te voet omhoog. Het pad slingert door bossen en alpenweides tot aan de Unternberg Alm. Daar wacht de lunch. Daarna gaan ook de wandelaars van de lange route met de lift naar beneden en sluiten ze zich bij de groep van de korte afstand aan. Samen gaat het terug richting hotel.

Het voelt alsof de groep steeds hechter wordt, één grote wandelfamilie.





# ONTDEKKINGSTOCHTEN OP EIGEN TEMPO OF PROGRAMMA HEUVELLAND4DAAGSE ON TOUR

---

**VAN 07.00 - 08.15 UUR ONTBIJT**

**OM 08.15 UUR VERTREK BUSSEN**

**VAN 17.30 – 19.15 UUR 1<sup>E</sup> ZITTING AVONDETEN**

**VAN 19.30 – 21.15 UUR 2<sup>E</sup> ZITTING AVONDETEN**

**VANAF 21.00 – 23.00 UUR MUZIEKAVOND**

Vandaag bepaal je het tempo zelf. Sommigen rusten uit, anderen kiezen voor het extra programma: een betoverende dag aan de Chiemsee.

Om **08.15 uur** vertrekken de bussen naar Prien, waar een boottocht - **vertrek 09.30 uur**- je meeneemt over het glinsterende water. Eerst naar Fraueninsel, klein maar levendig, met oude kloosters, smalle straatjes en uitzichtpunten die je uitnodigen tot stilte.

Dan naar de Herreninsel, een eiland waar het paleis van sprookjes koning “Ludwig II van Beieren” schittert als een Beiers Versailles. De rondleiding door het “Neues Schloss” duurt 40 minuten. (eerste rondleiding start om **13.10 uur**, laatste groep om **13.45 uur**.) **Let op de tijd op je ticket zodat je tijdig aanwezig bent.** De spiegelzaal van het kasteel is groter dan die in Versailles. Ook de tuinen zijn minutieus gekopieerd. De koning verbleef er slechts sporadisch, ondanks de grote hap die de bouw ervan uit de schatkist genomen had. Aansluitend of vooraf, een wandeling door de tuinen en langs de fonteinen is een aanrader... het voelt alsof je in een andere tijd stapt.

**Transfertijd van Fraueninsel --> Herreninsel = 10 minuten.**

**Wandeling op Herreninsel van steiger naar het “Neues Schloss” = 30 minuten.**

**Transfertijd Herreninsel --> Prien = 15 minuten.**

De boottocht, het paleisbezoek, zit inbegrepen in de reis. De tickets ontvang je ter plekke. De rest - eventueel lunch drinken etc. - betaal je zelf vandaag.

De bus gaat om **16:00 uur** terug naar het hotel. Dus vertrek tijdig met de boot naar Prien.

De avond sluiten we af met een gezellige muziekavond, een DJ zorgt ervoor dat de voetjes los van de dansvloer komen.



# WATERVALLEN, KLOVEN EN EEN GLINSTEREND MEER

---

**VAN 07.00 - 09.00 UUR ONTBIJT**

**OM 09.00 UUR: VERTREK BUSSEN**

**VAN 17.30 – 19.15 UUR 1<sup>E</sup> ZITTING AVONDETEN**

**VAN 19.30 – 21.15 UUR 2<sup>E</sup> ZITTING AVONDETEN**

Het is vroeg opstaan vandaag. De bussen brengen je naar Zwing (korte) of Schneizleuth, (lange) waar de korte en lange wandeling starten.

De korte wandeling voert je langs de Weisbachwaterval. Je hoort het water bruisen nog voor je het ziet, en het pad slingert door een landschap dat steeds ruiger wordt.

De lange route duikt de Weisbachklamm in: een kloof waar natuurkrachten hun handtekening diep in de rotsen hebben gekerfd. Het is avontuurlijk, soms een beetje spannend, maar altijd adembenemend. Onderweg zie je de Höllenbachalm, waar je kunt pauzeren voor een drankje.

Beide routes komen samen richting Thumsee, een blik op het turquoise water en je begrijpt waarom dit meer zo geliefd is.

Lunch is bij Alpengasthof Madlbauer. Geniet van het uitzicht op de Thumsee voordat om **16:00 uur** de laatste bus gaat.

Aan het einde van de laatste wandeldag straalt iedereen -- blij en trots.





**07.00 UUR ONTBIJT**

**08.00 UUR VERTREK MET DE BUS HUISWAARTS**

**LUNCHPAKKET VOOR ONDERWEG, ONTVANG JE BIJ VERTREK  
IN PRIJS INBEGREPEN**

## Huiswaarts — vol herinneringen

Na het ontbijt vertrekt de bus om 08:00 uur. Het avontuur zit erop, de bergen verdwijnen langzaam uit het zicht. Deze week was meer dan wandelen: het stond in het teken van beleven, plezier en samen grenzen verleggen.

### CONTACTPERSONEN HEUVELLAND4DAAGSE

**Chris Hendriks** | T. +31 (0) 653226851  
**Math Hendriks** | T. +31 (0) 618858978  
**Jo Eijkenboom** | T. +31 (0) 657574623

### EN CALAMITEITEN

**Polizei Notruf** | T. 110  
**Alarmnummer** | T. 112

# De rugzak goed ingepakt!

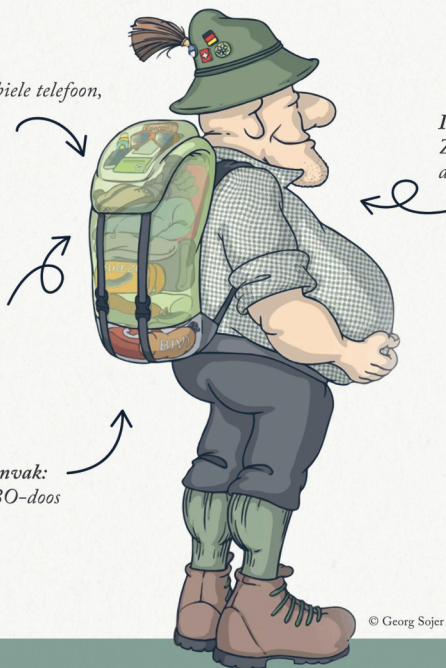
*zak op de deksel:*  
Zonnebrandcrème, mobiele telefoon,  
kaarten, energierepen

*Helemaal bovenaan,  
binnen handbereik:*  
(Regen)jas, Muts/Pet

*Daaronder:*  
Wisselwas  
Toiletartikelen

*Bodenvak:*  
EHBO-doos

*In de buurt van de rug:*  
Zware voorwerpen zoals een  
drinkfles of een drinkzak



© Georg Sejer

## INPAKTIPS van een Professional

- **Zware spullen** altijd onderaan en dicht bij de rug, lichte spullen verder van de rug en bovenin
- **Gebruik waterdichte opbergzakjes**, om de kleding droog te houden
- **Wat** er tijdens de tocht waarschijnlijk binnenkort nodig zal zijn, naar boven opbergen zodat het binnen handbereik is
- **Tot slot:** je hebt perfect ingepakt als na de tocht – behalve de EHBO-doos alles minstens één keer is gebruikt

- Je ontvangt elke dag (behalve op de vrije dag) vóór vertrek of in de bus een voucher voor de lunch onderweg. Want geloof ons: die ga je nodig hebben. De voucher heeft een waarde van € 17,00 voor het gebruik van een lunch, maar is niet inwisselbaar voor geld.
- Zelf lunchpakketten samenstellen is niet toegestaan. Voor de vrije dag is er een lunchpakket tegen betaling te verkrijgen, of je luncht ergens op eigen gelegenheid. Bij de reis terug naar Nederland ontvang je van ons een gratis lunchpakket voor onderweg.
- De Gäste-karte ontvang je bij aankomst in het hotel. Hiermee kun je gratis gebruik maken van het lokaal openbaar vervoer of het bezoeken van diverse bezienswaardigheden.
- Iedere deelnemer ontvangt een polsbandje. Men kan in Duitsland alleen met onze bussen mee op vertoon van het polsbandje. Alleen op deze manier herkennen wij onze deelnemers. Dus draag het dan ook!
- Tickets voor de lift tijdens de wandelingen, de boottocht en het kasteelbezoek op de vrije dag zijn in de prijs inbegrepen en worden ter plekke verstrekt.
- De tijdstippen van vertrek worden strikt nageleefd. Afwijkingen en eventuele aanpassingen in het programma krijg je ter plekke van de organisatie door.
- Denk aan passende kledij, reisbenodigdheden, paspoort of ID-card en eventuele medicatie. (Zie eerder ontvangen brief deelnemers informatie Ruhpolding 2026).
- Zet de telefoonnummers van de organisatie - die in dit programmaboekje staan - in je mobiele telefoon.
- Zorg tijdens de wandeling voor voldoende eten en drinken. (Voedingsreep, fruit etc.).
- De invloed van de zon kan intens zijn. Zorg voor een goede hoofdbedekking en zonnebrandcrème voor onderweg.
- Dagelijks is er gratis koffie en koek bij terugkomst van de wandelingen.
- Wees niet overmoedig, ken je grenzen niet alleen voor jezelf maar ook voor anderen.
- Op de meeste plaatsen in Duitsland kun je pinnen, maar zorg toch dat je altijd contant geld meeneemt. Bij de berghutten kun je soms alleen contant betalen.
- Zorg dat je voldoende pauzes neemt en luister naar je lichaam: veiligheid en plezier gaan altijd voor stoer doen of jezelf uitputten. En vergeet niet: dit is jouw Ruhpolding. Jouw avontuur. Ga op ontdekkingstocht, maak herinneringen en geniet van alles wat Ruhpolding te bieden heeft!



**Herausgeber:**

Ruhpolding Tourismus KU | Bahnhofstraße 8 | 83324 Ruhpolding

T. +49 8663 88060 | [tourismus@rupolding.de](mailto:tourismus@rupolding.de)

© Ruhpolding Tourismus | Chiemgau GmbH | Bad Reichenhall

Tourismus

Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

[www.rupolding.de](http://www.rupolding.de)