

# Rundtour Braunschweiger Land

**Braunschweig – Peine – Meinersen – Müden (Aller) –  
Steinhorst – Hankensbüttel – Wittingen – Gifhorn –  
Wolfsburg – Königslutter am Elm – Helmstedt – Schöningen –  
Hornburg – Vienenburg – Goslar – Salzgitter-Bad –  
Wolfenbüttel – Braunschweig**

## Tourübersicht

Die „Rundtour Braunschweiger Land“ lässt Geschichte lebendig werden und präsentiert eine Vielzahl kultureller Schätze und eine facettenreiche Natur. Jede einzelne Etappe der Tour hat ihre Besonderheiten. Von der Urzeit über das Mittelalter bis zur Moderne gibt es viel zu entdecken. Die Etappenlängen sind so gewählt, dass ausreichend Zeit für Besichtigungen bleibt und die wunderschöne Natur in vollen Zügen genossen werden kann.

## Schwierigkeit

**mittel**

## Anforderungen

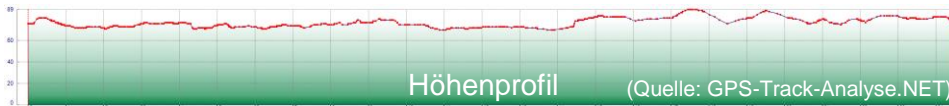
Fahrtechnik  
●●●○○  
Kondition  
●●●○○

## Streckenangaben

450 km  
2300 Höhenmeter  
Asphalt: 50%  
Schotter: 45%  
Pfade: 5%

Die digitalen Daten der Tour und die dazugehörigen GPX-Daten sind auch in den Tourportalen [gps-tour.info](https://gps-tour.info), [outdooractive](https://outdooractive.com) und [komoot](https://komoot.com) eingestellt.

Alle Informationen unter: <https://www.elm-freizeit.de>



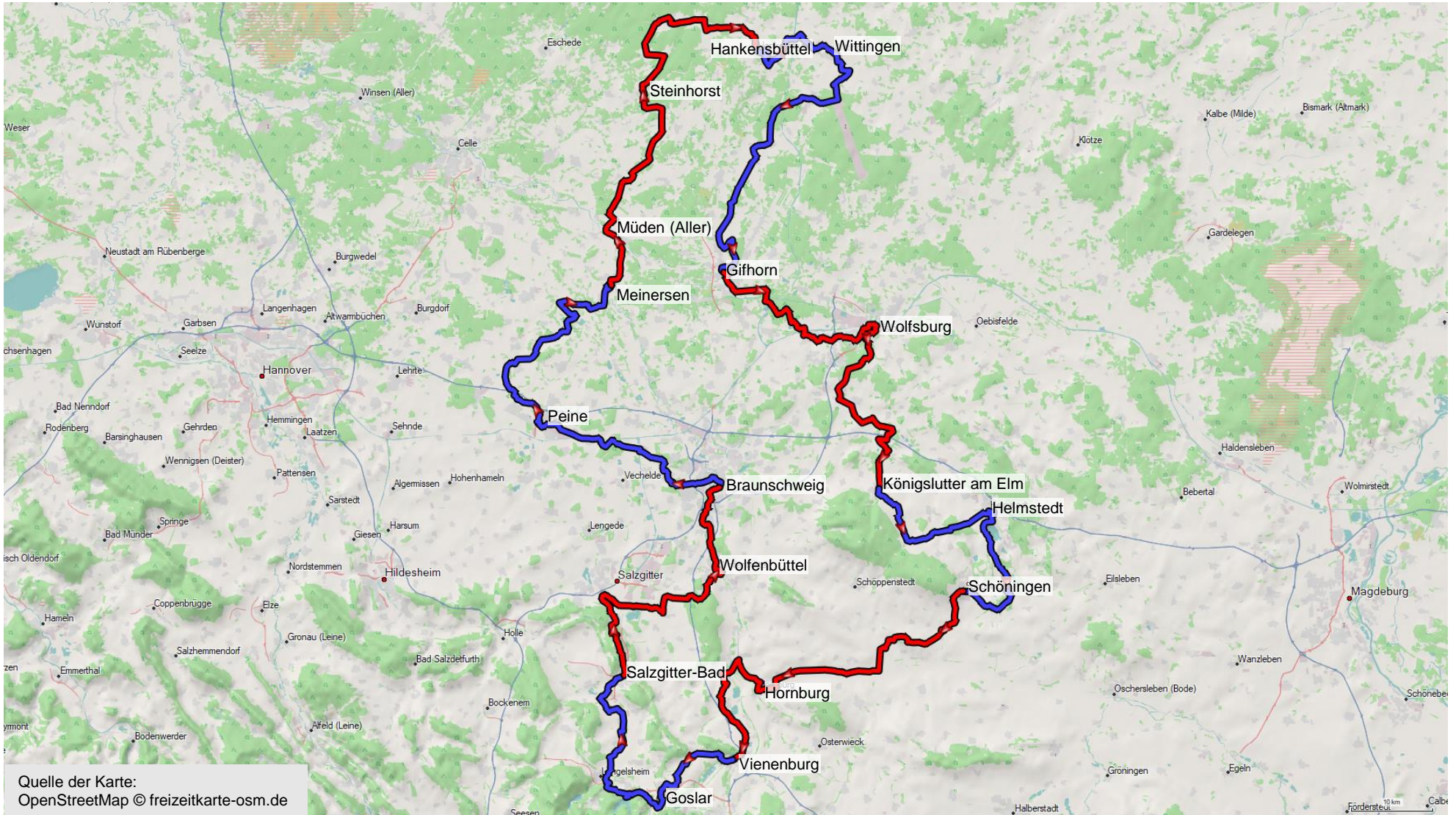
Am Forschungsmuseum Schöningen (paläon)

Foto: Thomas Kempfer/olte Schöningen



<https://www.elm-freizeit.de>

# Rundtour Braunschweiger Land



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 1 / Braunschweig – Meinersen

## Tag 1 / 67 km / 210 Höhenmeter

Der Start- und Endpunkt befindet sich am Hauptbahnhof Braunschweig. Es handelt sich bei dieser Tour um eine Rundtour, sodass die Tour alternativ an jedem anderen Ort der beschriebenen Strecke begonnen und beendet werden kann.

Die Tour beginnt mit einer Besichtigung der Löwenstadt. Vorbei am Anton-Ulrich-Museum und Schloss führt die Strecke zum Burgplatz mit dem Braunschweiger Löwen, in dessen direkter Umgebung sich der Dom, die Burg Dankwarderode und das Rathaus befinden.

Braunschweig wird anschließend in westlicher Richtung verlassen. Der Westpark mit dem Milleniumberg und der Raffteich liegen direkt an der Strecke, bevor es durch die offene Landschaft weiter in Richtung Peine geht.

Durch den Peiner Stadtpark gelangt man in die „Eulenstadt“, auf dessen historischem Markplatz sich eine Pause anbietet. Im direkten Umfeld befinden sich auch die St. Jakobi Kirche und Töpfers Mühle.

Peine wird durch den Burgpark verlassen und kurz darauf ist schon der Eixer See erreicht, der in den Sommermonaten zu einer Abkühlung einlädt.

Die Fahrrichtung wechselt nun auf Nord und weiter geht es in nordwestlicher Richtung, bis bei Seershausen die Oker erreicht wird.

In Meinersen angekommen, steht noch der Naturlehrpfad auf dem Besuchsprogramm, bevor die Tagesetappe endet.



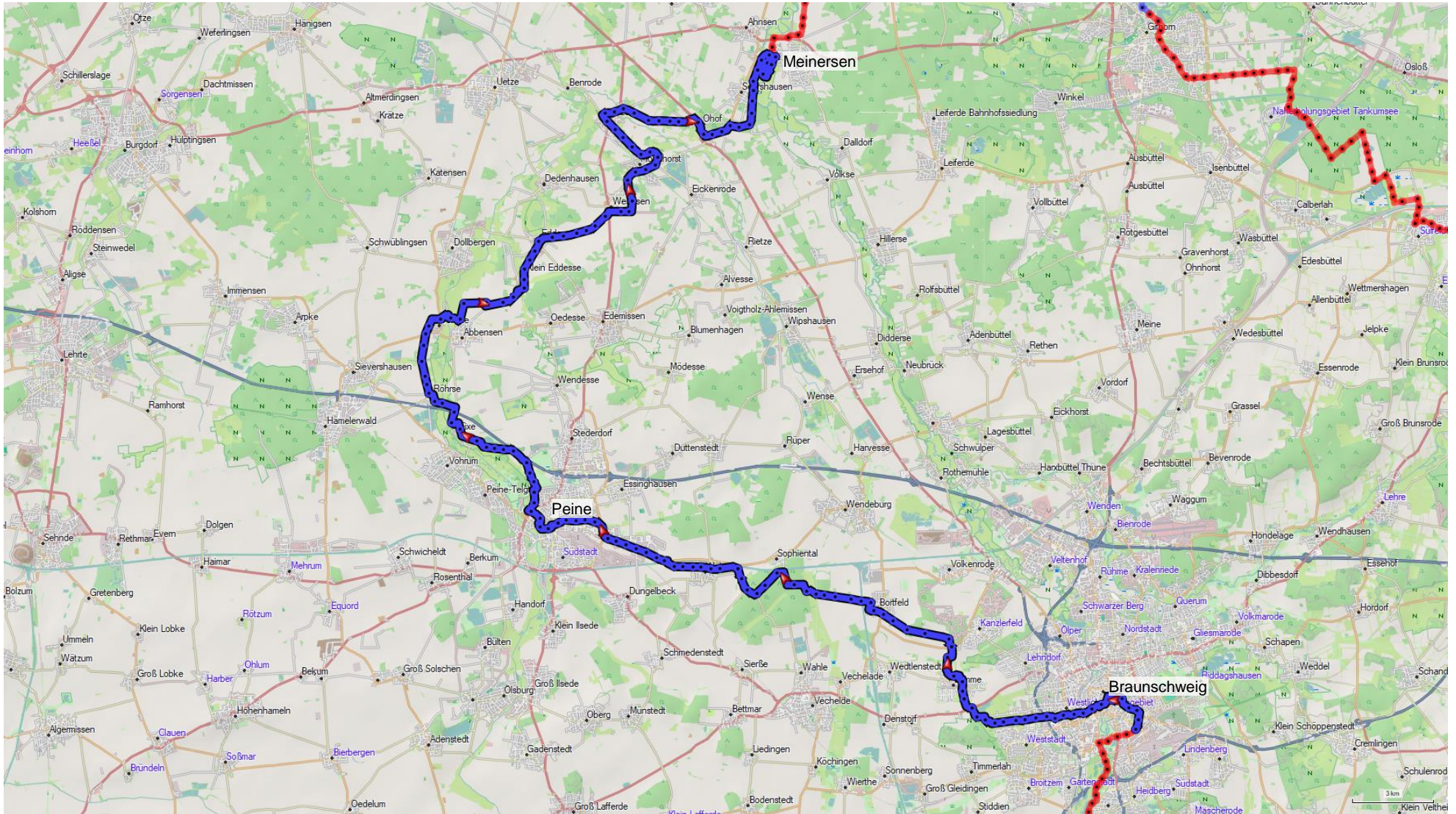
Braunschweiger Löwe, Burg Dankwarderode, Rathaus und Dom



Töpfers Mühle Peine



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 1 / Braunschweig – Meinersen



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 2 / Meinersen – Hankensbüttel

## Tag 2 / 61 km / 330 Höhenmeter

Am Morgen des zweiten Tages führt die Route ein Stück entlang der Oker und um sie dann in Müden, kurz vor der Mündung auf dem Okerwehr zu queren. Hier ist auch gut zu erkennen, wie die Fische über die neu errichtete Fischaufstiegsanlage den Weg die Oker hinauf schaffen.

Die Aller wird überquert und in Müden laden die Kirche St. Petri und das Heimatmuseum mit Backhaus zu einer ausgiebigen Besichtigung ein.

Durch abwechslungsreiche Landschaft führt die Strecke in nördliche Richtung. Direkt an der Strecke liegt der Flugplatz Ummern, auf dem an den Wochenenden immer Flugbetrieb ist und man sogar mitfliegen kann.

Steinhorst mit dem Schulmuseum ist das nächste Etappenziel. Schauen, Lernen, Erinnern ist hier der Slogan und sicherlich wird sich der ein oder andere hier an seine eigene Schulzeit erinnern.

Mit diesen positiven Erinnerungen im Kopf geht es zurück aufs Rad um in Sprakensehl den nördlichsten Punkt der Tour zu erreichen. Jetzt ist es nur noch ein Katzensprung zum Ziel der Tagesetappe in Hankensbüttel.

Da der Nachmittag noch nicht ausgefüllt ist, folgt ein Abstecher zum Otterzentrum Hankensbüttel. Im Otterzentrum gibt es nicht nur Fischotter zu sehen. In den Gehegen, die außergewöhnlich originell und großräumig gestaltet sind, können auch seine nächsten Verwandten aus der Familie der Marder beobachtet werden. Dachse, Hermeline, Steinmarder, Iltisse, Nerze, Minke und Baumwilder sind hier zu sehen.



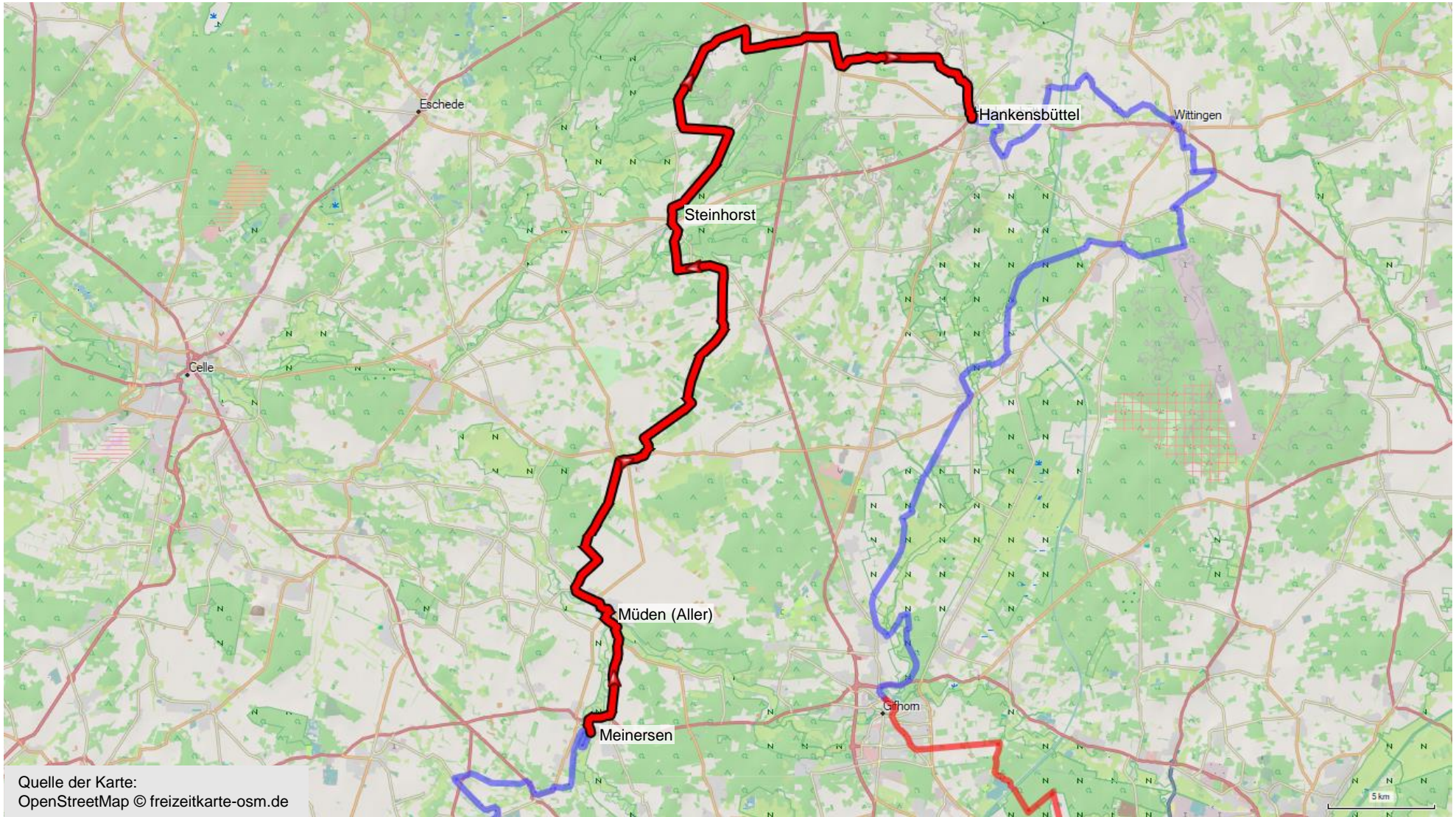
Schulmuseum Steinhorst



Otterzentrum Hankensbüttel



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 2 / Meinersen – Hankensbüttel



Quelle der Karte:  
OpenStreetMap © freizeitkarte-osm.de



<https://www.elm-freizeit.de>

# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 3 / Hankensbüttel – Gifhorn

## Tag 3 / 61 km / 170 Höhenmeter

Der dritte Tag der Tour beginnt gleich mit einem besonderen Ort, dem Kloster Isenhagen. Erwähnenswert sind unter anderem der beeindruckende Kreuzgang und der in der gotischen Backsteinkirche befindliche Renaissancealtar. Ein Museumslehrpfad durch die Geschichte des alten Klosters führt unter anderem zum ehemaligen Fischteich.

Zurück auf der eigentlichen Route sind es circa 13 km bis nach Wittingen. Vorbei am Junkerhof führt die Route in die historische Innenstadt, die sich rund um die Stephanuskirche erstreckt. Für diejenigen, die mehr Zeit eingeplant haben, bietet sich auch eine Führung in der Privatbrauerei Wittingen an.

Auf dem folgenden langen Weg bis Gifhorn ist ein Abstecher zum Heiligen Hain bei Betzhorn obligatorisch. Dieses circa 56 Hektar große Naturschutzgebiet ist besonders während der Heideblüte sehenswert.

Am nordöstlichen Stadtrand von Gifhorn lädt das Internationale Mühlenmuseum zu einer Besichtigung ein. Das Freilichtmuseum beherbergt nicht nur 13 Mühlen in Originalgröße, sondern lädt mit seiner Gastronomie auch zu einer ausgiebigen Pause ein.

Da die dritte Etappe in Gifhorn endet, bleibt am späten Nachmittag noch ausreichend Zeit für einen Stadtbummel. Die historische Altstadt mit Rathaus, die St. Nicolai-Kirche und das Schloss sollten bei dieser Besichtigungstour nicht fehlen.



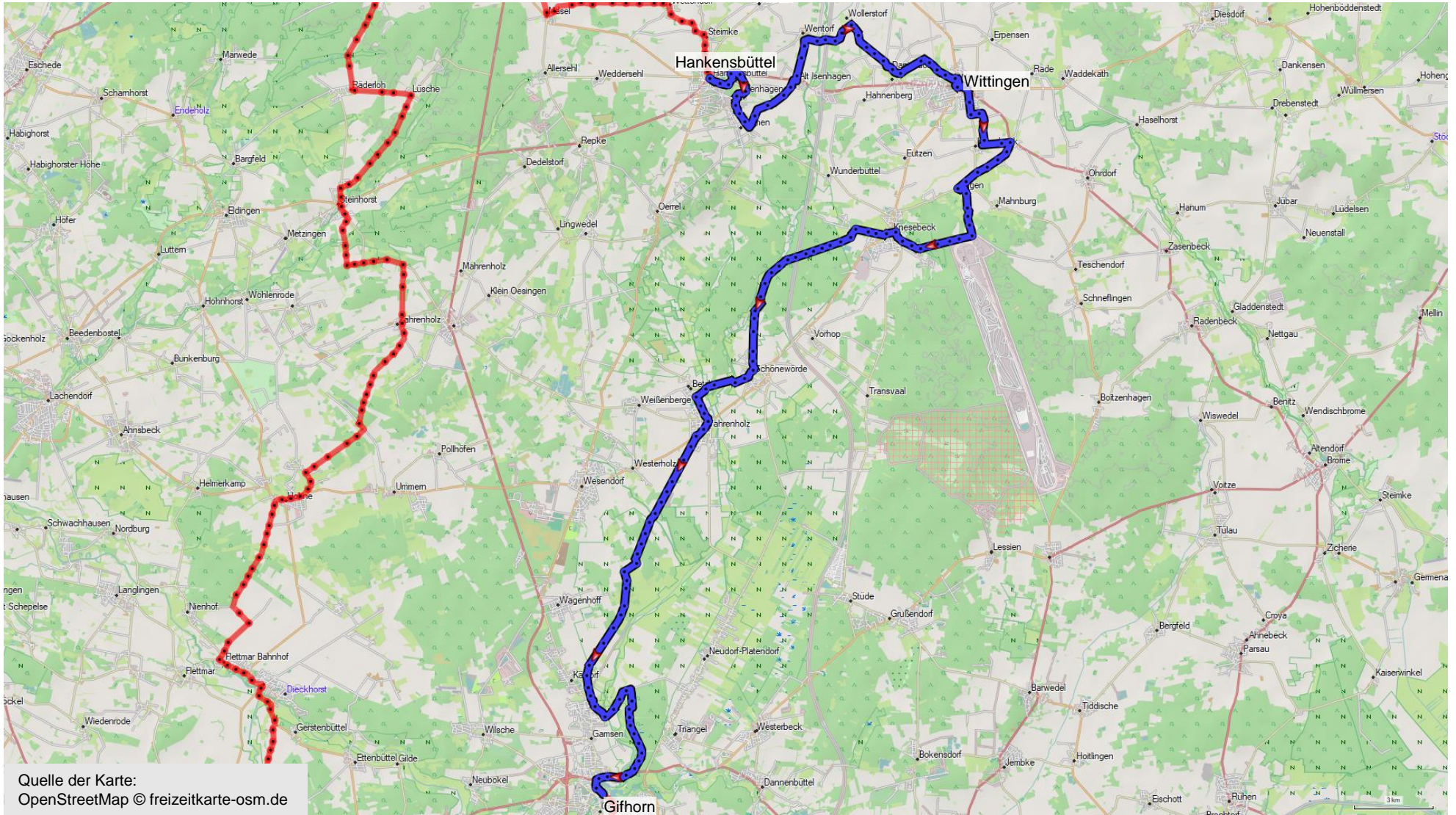
Kloster Isenhagen



Internationales Mühlenmuseum Gifhorn



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 3 / Hankensbüttel – Gifhorn



Quelle der Karte:  
OpenStreetMap © freizeitkarte-osm.de



<https://www.elm-freizeit.de>



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 4 / Gifhorn – Königslutter am Elm

## Tag 4 / 63 km / 340 Höhenmeter

Die vierte Tagesetappe führt gleich am Morgen hinaus in die Natur zum Tankumsee. Der Tankumsee entstand beim Bau des Elbe-Seitenkanals im Jahr 1972 und wurde zu einem attraktiven Naherholungsgebiet ausgebaut. Von hier aus geht es weiter in das Naturschutzgebiet Ilkerbruch, wo ein Beobachtungsstand zu einer Pause einlädt.

Fallersleben mit Schloss, Museum und Michaeliskirche folgt kurze Zeit später und anschließend führt die Route hinauf auf den Klieversberg, der einen sensationellen Blick auf die Stadt Wolfsburg mit dem Volkswagenwerk und dem Mittellandkanal bietet.

Die junge Stadt überrascht mit viel Kultur. Direkt am Streckenverlauf liegen das Sharoun-Theater, das Planetarium, das Kunstmuseum und das Alvar-Aalto-Kulturhaus.

Ein Abstecher in die Autostadt ist in jedem Fall lohnenswert. Hier wird nicht nur Mobilität erlebbar gemacht, sondern auch ein abwechslungsreiches Veranstaltungs- und Kulturprogramm geboten. An der Volkswagen Arena und dem Allersee geht es vorbei und dann wird die Stadt durch das Hasselbachtal wieder verlassen.

In Hattorf wird die Schunter erreicht, die dann auf dem weiteren Weg bis nach Königslutter am Elm immer wieder der Wegbegleiter ist.

Die Domstadt am Elm wird am späten Nachmittag erreicht, so dass noch ausreichend Zeit für eine Besichtigung bleibt. Aus der historischen Innenstadt mit Rathaus und Stadtkirche führt die Besichtigungstour zum Kaiserdom in dessen Nähe sich das Museum Mechanischer Musikinstrumente, die Kaiser-Lothar-Linde und der Berggarten befinden.



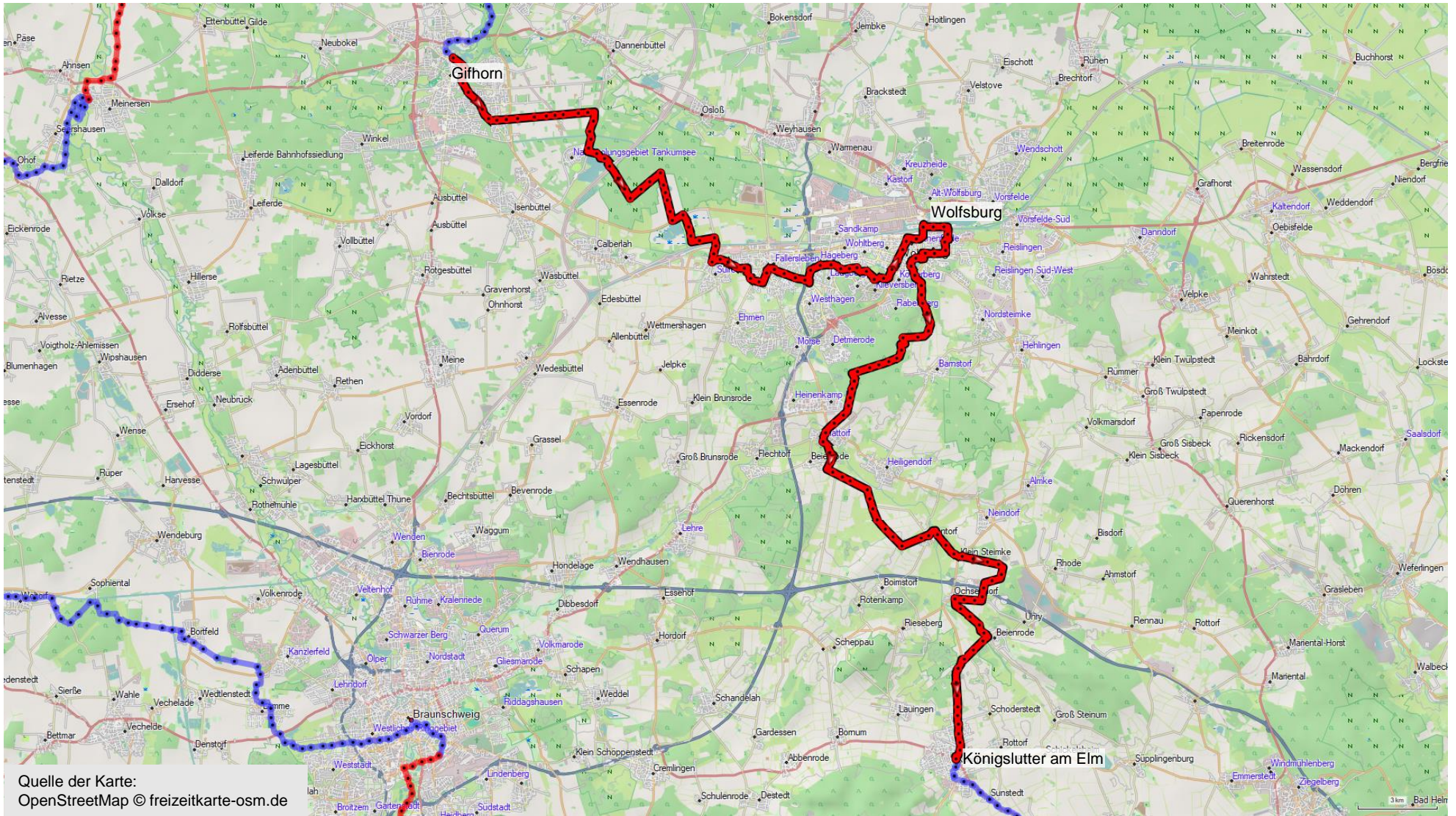
Volkswagenwerk, Autostadt und VFL Stadion



Kaiserdom St. Peter und Paul Königslutter am Elm



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 4 / Gifhorn – Königsutter am Elm



Quelle der Karte:  
OpenStreetMap © freizeitkarte-osm.de



<https://www.elm-freizeit.de>

# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 5 / Königslutter am Elm – Schöningen

## Tag 5 / 42 km / 290 Höhenmeter

Die Domstadt wird am Morgen des fünften Etappentages in südöstliche Richtung verlassen, um abermals die Schunter zu erreichen. In Rábke, dem ehemaligen Mühlendorf, befindet sich mit der Mühle Liesebach ein weiteres Highlight dieser Rundtour, dessen Besichtigung obligatorisch ist.

Von Rábke aus verläuft die Tour über Frelstedt und den Lappwald in die ehemalige Universitätsstadt Helmstedt. Das Juleum ist Zeitzeuge dieser Zeit und auf einer Besichtigungstour durch die Stadt sollten auch das Rathaus, die Klöster St. Marienberg und St. Ludgerus sowie das Zonengrenzmuseum nicht fehlen.

Weiter führt die Route in südliche Richtung in das ehemalige Bergbaugelände, wo sich am Lappwaldsee ein Naherholungsgebiet entwickelt. Der ehemalige Tagebau war seinerzeit auch die Grenze zwischen Ost und West.

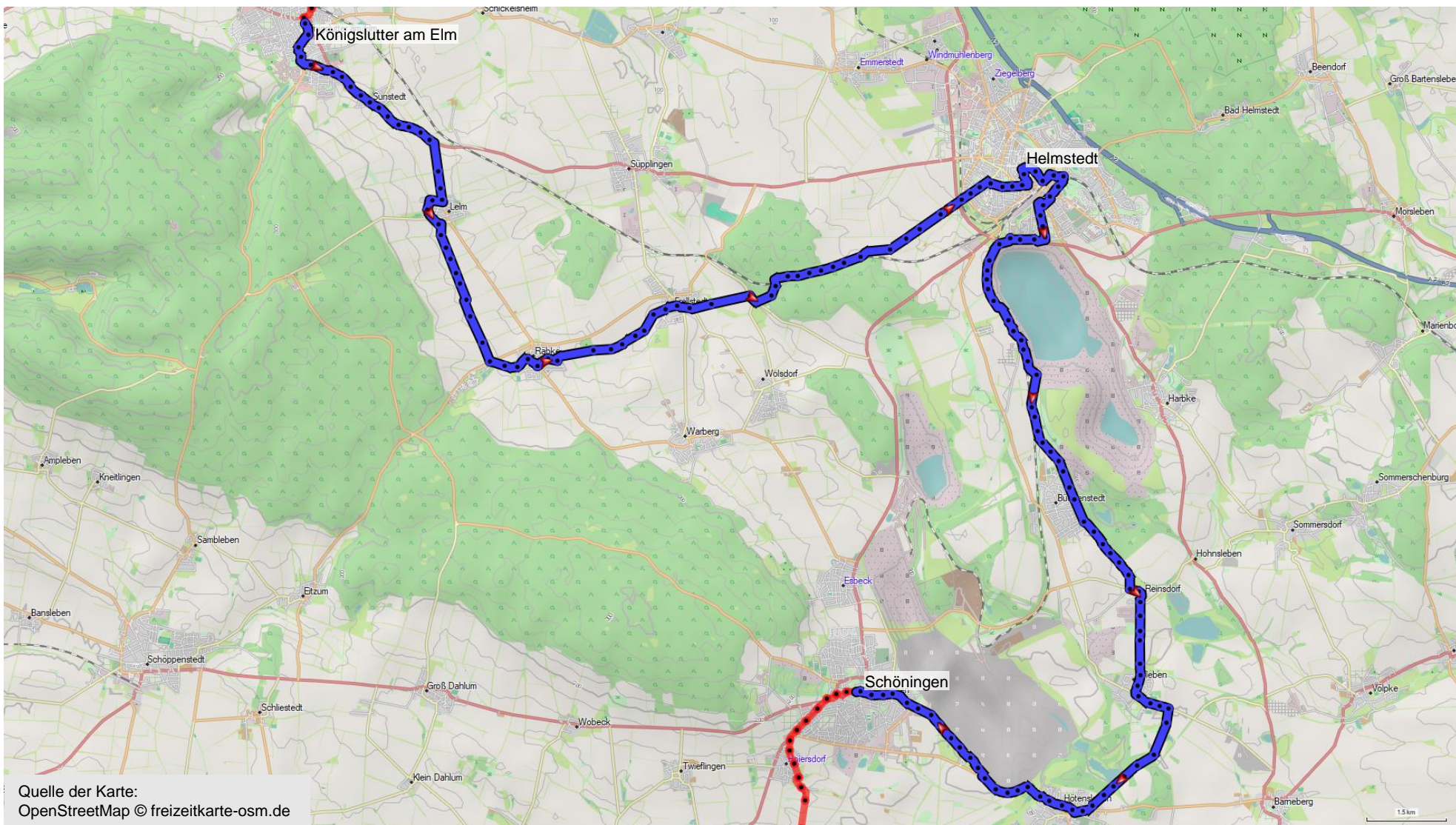
Am Grenzwanderweg in Offleben und auf dem Grenzdenkmal Hötensleben wird die jüngste deutsche Geschichte wieder lebendig, denn auf eindrucksvolle Weise wird man hier in die Zeit vor der Wende im Jahr 1989 zurückversetzt.

Am Tagebauinformationspunkt taucht man abermals in die Bergbaugeschichte der Region ein und im Forschungsmuseum Schöningen (Paläon) bieten die Schöninger Speere als älteste Jagdwaffen einen Rückblick auf die Zeit vor circa 300.000 Jahren.

Nach der Besichtigung des Forschungsmuseums sind es nur noch knapp 2 km bis die Tagesetappe in Schöningen beendet wird.



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 5 / Königslutter am Elm – Schöningen



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 6 / Schöningen – Vienenburg

## Tag 6 / 60 km / 270 Höhenmeter

Schöningen, die Stadt der Speere und ehemalige Salzstadt, wird am Morgen des sechsten Tages besichtigt. St.-Vincenz-Kirche, Altes Rathaus, Wassermaid, Heimatmuseum, Geschichtsbrunnen und Schloss bilden den Rahmen für die Innenstadt. Beim Verlassen der Stadt bietet sich noch ein kurzer Stopp an der St.-Lorenz-Kirche mit dem Bibelgarten an.

Über Hoiersdorf führt die Route nach Söllingen, wo ein Abstecher zum Erlebnisland Windenergie lohnenswert ist. Über Jerxheim führt die Strecke anschließend hinauf zum 200 m hohen Heeseberg, von dessen Turm man einen herrlichen Blick auf die Region hat. Der Elm im Norden und der Harz mit seinem höchsten Berg, dem Brocken (1142 m), scheinen zum Greifen nah.

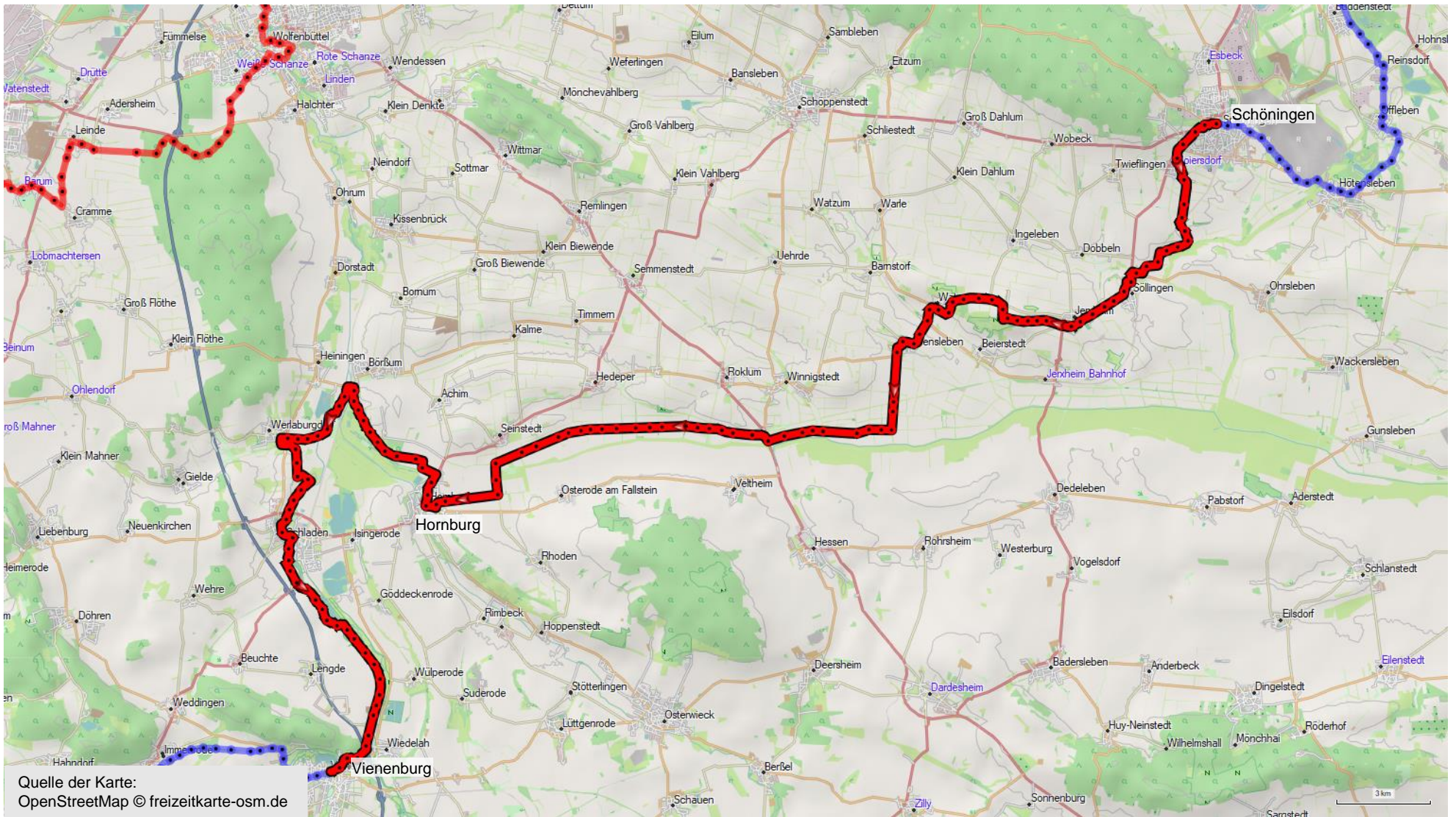
Durch das Große Bruch verläuft die Route nach Hornburg, dessen spätmittelalterliche Stadtbild durch die 400 Fachwerkhäuser geprägt ist. Aber nicht nur das, die Stadt ist sogar als Geburtsort des im Jahr 1005 geborenen späteren Papst Clemens II. bekannt.

Von Hornburg aus geht es in einem kleinen Bogen über Börßum zur Kaiserpfalz Werla, dem größten archäologischen Park Norddeutschlands. Die Kaiserpfalz Werla spielte im 10. Jahrhundert eine zentrale Rolle für die Etablierung der ottonischen Königsherrschaft und verlor schnell an politischer Bedeutung.

Das letzte Stück der sechsten Tagesetappe verläuft über Schladen, parallel zur Oker, bis nach Vienenburg. Der Vienenburger See, das Eisenbahnmuseum und das älteste erhaltene Bahnhofsgebäude in Deutschland, laden in der Abendsonne noch zu einer Besichtigungstour ein.



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 6 / Schöningen – Vienenburg



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 7 / Vienenburg – Salzgitter-Bad

## Tag 7 / 48 km / 420 Höhenmeter

Ist die Oker am Morgen des siebten Tages überquert, eröffnet sich ein herrlicher Blick auf das Kloster Wöltingerode, dem ersten Ziel des heutigen Tages. Mit dem Lachs-Infocenter schließt sich der Kreis zum Lehrpfad in Meinersen, denn die Oker wurde renaturiert, damit der Lachs auch hier wieder heimisch wird. Das gesamte Klosterensemble mit Klosterkirche, Lehrpfad, Tiergehege und Klosterkrug hätten ausreichend Themen für einen ganzen Besichtigungstag, aber die nächsten Sehenswürdigkeiten warten schon.

Goslar, die tausendjährige Kaiserstadt am Harz, lädt als nächstes Etappenziel auf der Tour zu einer erlebnisreichen Zeitreise vom Mittelalter bis in die Gegenwart ein. Malerische Gassen und Plätze laden zum Verweilen ein, und das Besucherbergwerk Rammelsberg sowie die Kaiserpfalz sind weitere herausragende Sehenswürdigkeiten. Sehenswert ist auch das Glockenspiel im Zwerchgiebel des "Kämmereigebäudes" an der Ostseite des Marktplatzes, wo die Geschichte des Rammelsberger Bergbaus erzählt wird.

Vorbei an der Granetalsperre, zu deren Staumauer und Ausstellung ein Abstecher lohnenswert ist, führt die Route zur Innerste. Auf den nächsten Kilometern ist sie die Wegbegleiterin. Auf teilweise erdfesten Wegen verläuft die Tour durch ein Naturschutzgebiet in dem sich zahlreiche Infotafeln befinden, die über den Fluss und dem Leben am und im Fluss informieren.

Die Innerste wird vor Salzgitter-Bad ein letztes Mal überquert und kurz darauf ist der Zielort erreicht. Auf einem Bummel durch die Kurstadt wird allerlei Wissenswertes über den Salz- und Erzabbau vermittelt, und wer die Entspannung liebt findet im Rosarium oder im Thermalsolbad die Möglichkeit den Tag genussvoll zu beenden.



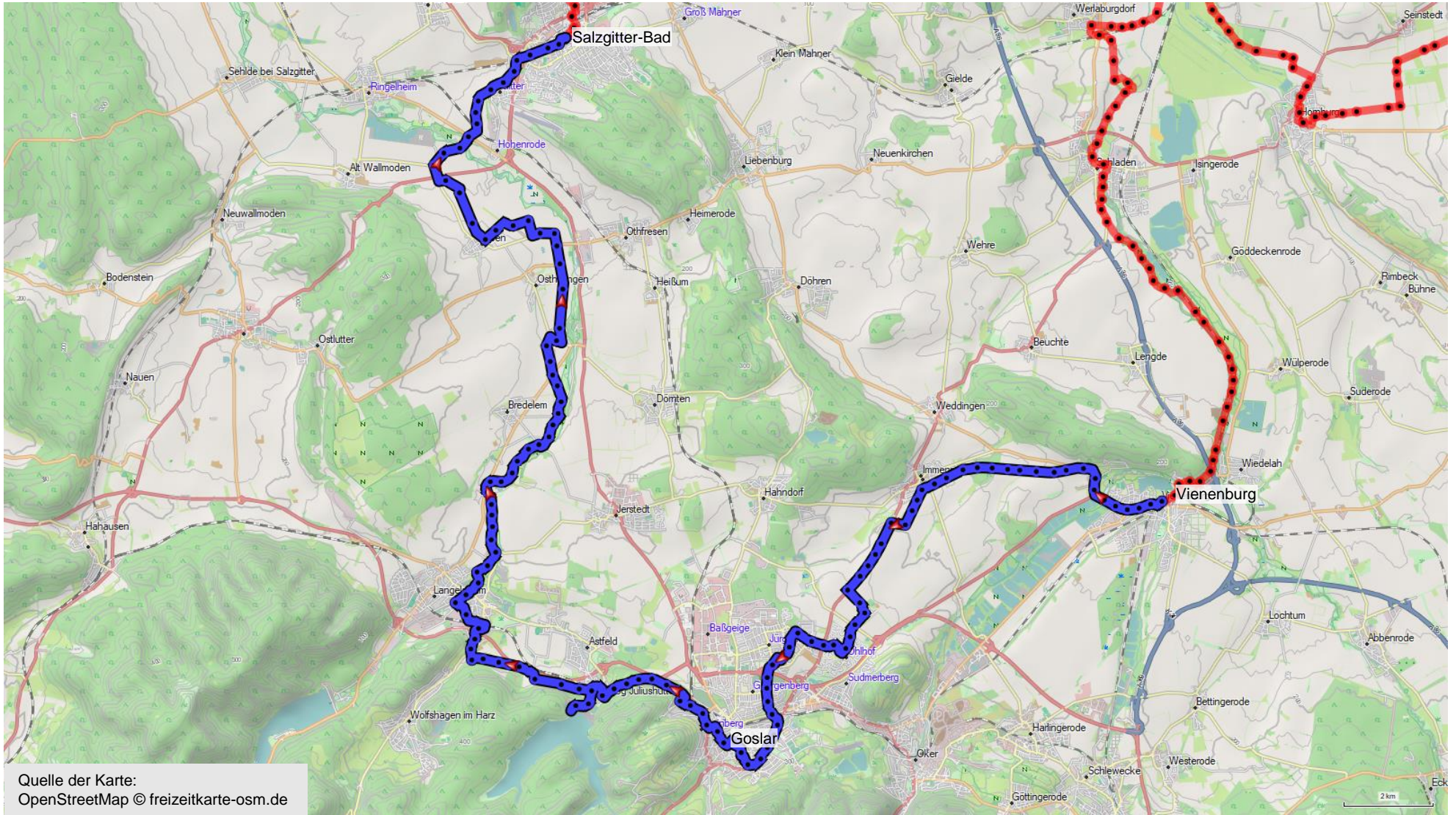
Kloster Wöltingerode



Kaiserpfalz Goslar



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 7 / Vienenburg – Salzgitter-Bad





# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 8 / Salzgitter-Bad – Braunschweig

## Tag 8 / 48 km / 270 Höhenmeter

Um den Salzgitter-Höhenzug zu erklimmen, heißt es gleich am Morgen kräftig in die Pedale treten. Der Reihersee, der sich direkt an der Strecke befindet, belohnt für die Qualen des Aufstiegs.

In zügiger Fahrt geht es anschließend hinab nach Salzgitter-Gebhardshagen, wo sich eine ehemalige Wasserburg befindet.

Salzgitter-Salder mit Schloss und Städtischem-Museum lädt zum nächsten Zwischenstopp ein, bevor die Route durch den Oderwald nach Wolfenbüttel führt.

Die Lessingstadt bietet viele Möglichkeiten für eine Besichtigung. Ganz oben auf Ihrer Liste sollte ein Abstecher in die Innenstadt stehen. Die rund 1.000 Fachwerkhäuser, die Trinitatis- und Hauptkirche sowie Marktplatz mit Rathaus sind imposant. Abgerundet wird das Ganze mit Schloss, Lessinghaus und Herzog-August-Bibliothek. Das alles verschafft einen guten Überblick über die mehr als 900-jährige Geschichte der Stadt.

Die Oker ist nun wieder der Wegbegleiter auf der letzten Teiletappe der achttägigen Rundtour durch das Braunschweiger-Land. Nach der Südsee am südlichen Stadtrand von Braunschweig, folgt noch ein Blick zum Schloss Richmond bevor kurz darauf der Ausgangspunkt am Hauptbahnhof Braunschweig wieder erreicht ist.

### Hinweis:

Bitte die Öffnungszeiten der Museen und Gastronomie vorher im Internet überprüfen.



# Rundtour Braunschweiger Land / Tag 8 / Salzgitter-Bad – Braunschweig

