



Wandern • Deutschland • Insel Rügen

Winterwandern und Wellness auf Rügen

Eine aktive Auszeit an der winterlichen Ostsee

Tage

8

Gruppengröße

4 bis 8

Reiseleiterin

Ines Wilke

Anforderung



Rügen im Februar: An den Stränden und auf den Wanderwegen ist es ruhig, an der Küste weht uns ordentlich Ostseeluft um die Nase. Von Sassnitz aus wandern wir durch die Buchenwälder des Nationalparks Jasmund, entlang der Kreideküste und erkunden unterschiedliche **Küstenlandschaften im Norden der Insel**. Nach den Wanderungen bleibt Zeit für Schwimmbad und Sauna – und am Abend für ein gemeinsames Essen im Hotel.

Highlights im Programm

- Winterwandern im Nationalpark Jasmund
- Kreideküste & alte Buchenwälder
- Rügen abseits der Hauptsaison
- Schwimmbad & Sauna im Hotel

Überblick zur Reise

8-tägige Winterwanderreise auf Rügen mit fünf geführten Wanderungen, einem freien Tag und unserem festen Standort in Sassnitz. Im Februar erleben wir die Insel außerhalb der klassischen Reisezeit – mit viel Platz auf den Wegen, wechselhaftem Ostseewetter und Tagen, an denen es nach ein paar Stunden draußen auch einfach schön ist, wieder ins Warme zu kommen.

Unsere Wanderungen führen uns in den **Nationalpark Jasmund** mit seinen alten Buchenwäldern und der Kreideküste, nach Lohme und in die Küstenlandschaften im Norden der Insel. Auch **Binz und Prora** gehören zu unserer Woche. Die einzelnen Touren sind mit etwa 7 bis 12 Kilometern moderat, können im Winter durch Wind, Nässe oder glatte Wege aber durchaus etwas anspruchsvoller werden.

Ines lebt auf Rügen und kennt die Wege und das Inselwetter gut. Sie entscheidet vor Ort, welche Strecke am jeweiligen Tag sinnvoll ist. So bleibt unser Programm flexibel genug für eine Wanderwoche im Februar.

Unser Standort ist das **Rügen-Hotel in Sassnitz**. Hier frühstücken und essen wir gemeinsam zu Abend. Und wer nach der Wanderung noch ein bisschen Wärme gebrauchen kann, findet sie in der Rügen-Therme - im **Schwimmbad und in der Sauna** des Hotels.

Gut zu wissen

Anforderung: Unsere fünf Wanderungen sind etwa **7 bis 12 Kilometer** lang, mit einer Gehzeit von ungefähr zwei bis vier Stunden. Große Höhenunterschiede gibt es auf Rügen nicht, auf einzelnen Touren kommen aber bis zu etwa 200 Höhenmeter zusammen. Eine **normale Grundkondition** solltest du mitbringen.

Im Februar spielen allerdings nicht nur Kilometer und Höhenmeter eine Rolle. **Wind, Kälte und Nässe** können eine Tour anstrengender machen, Wege können matschig, aufgeweicht oder stellenweise glatt sein. Gute, profilierte und möglichst wasserdichte Wanderschuhe sowie warme, wind- und wetterfeste Kleidung gehören deshalb unbedingt ins Gepäck.

Welche Wanderung wir an welchem Tag unternehmen, hängt auch vom Wetter und vom Zustand der Wege ab. Ines entscheidet vor Ort, ob eine Strecke angepasst, getauscht oder gegebenenfalls verkürzt wird. Zu den Ausgangspunkten unserer Wanderungen fahren wir mit öffentlichen Verkehrsmitteln.

Unterkunft: Wir wohnen sieben Nächte im Rügen-Hotel in Sassnitz, zentral und nicht weit von Hafen und Ostsee entfernt.

Zum Hotel gehört ein **Wellnessbereich mit Schwimmbad und Sauna**, dessen Nutzung für uns inklusive ist. Gerade nach einem kalten oder windigen Wandertag ist das eine ziemlich angenehme Ergänzung zum Programm – aber natürlich kein Muss.

Verpflegung: Wir werden jeden Tag mit einem reichhaltigen und leckeren Frühstücksbuffet verwöhnt und können anschließend gestärkt die jeweiligen Wanderungen beginnen. Für unterwegs solltet wir eine Kleinigkeit zu essen mitnehmen. Bei den meisten Touren gibt es zwischendurch oder im Anschluss eine Einkehrmöglichkeit. Abendessen ist im als Halbpension im Hotel inkludiert.

Was wir an dieser Reise lieben

- **Viel draußen sein – und danach mit gutem Gefühl ins Warme**
- **Gemeinsam wandern, aber auch Zeit für sich haben**
- **Eine Winterwoche, für die wir keine Schneegarantie brauchen**
- **Ein warmer Pool nach viel frischer Ostseeluft**

Tagesprogramm

1. Tag: Anreise nach Sassnitz

Individuelle Anreise nach Sassnitz und Einchecken im Rügen-Hotel. Am frühen Abend treffen wir Ines und die anderen Teilnehmerinnen unserer Gruppe. Beim gemeinsamen Abendessen lernen wir uns kennen und besprechen die kommenden Tage. Ines gibt uns außerdem einen ersten Ausblick auf Wetter, Wegverhältnisse und die geplanten Wanderungen.

2. Tag: Sassnitz und Umgebung

Unsere erste Wanderung beginnt direkt in Sassnitz. Wir erkunden die historische Hafenstadt am Meer und ihre Umgebung und bekommen einen ersten Eindruck von der Küstenlandschaft rund um unseren Standort. Je nach Wetter und Wegverhältnissen führt uns die Tour auch ein Stück in Richtung Nationalpark Jasmund.

Die erste Wanderung ist etwas kürzer gehalten. So bleibt anschließend noch Zeit für einen Bummel durch die kleinen Läden oder Kaffee und Kuchen in Sassnitz – oder für einen ersten Besuch in Schwimmbad und Sauna.

Wanderstrecke: ca. 7 km

Gehzeit: ca. 2 Stunden

F, -, A

Rügen-Hotel in Sassnitz

3. Tag: Kreideküste und Buchenwald

Heute geht es tiefer hinein in den Nationalpark Jasmund. Mit dem öffentlichen Nahverkehr fahren wir zum Ausgangspunkt unserer Wanderung - Hagen oder Königsstuhl. Von dort folgen wir, soweit es die winterlichen Wegverhältnisse zulassen, den Hochuferweg der Kreideküste durch die alten Buchenwälder. Licht und Schatten, beeindruckende Meeresfarben, die knorrigen oder auch ganz grade gewachsenen Bäume bieten eine einmalige Naturerlebnisse. Während der Wanderung erfahren wir mehr über die Flora und Fauna des Nationalparks

Die Strecke führt immer wieder bergauf und bergab und gehört zu den anspruchsvolleren Touren unserer Woche. Unterwegs gibt es nicht überall Einkehrmöglichkeiten, deshalb nehmen wir uns etwas Proviant und am besten, ein warmes Getränk mit.

Wanderstrecke: ca. 12 km / ca 200 hm

Gehzeit: ca 4 h

F, -, A

Rügen-Hotel in Sassnitz

4. Tag: Prora und Binz

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln fahren wir heute nach Prora. Der kilometerlange Gebäudekomplex wurde während des Nationalsozialismus als KdF-Seebad geplant, später von der DDR militärisch genutzt und nach der Wiedervereinigung teilweise umgebaut und heute neu genutzt.

Von hier wandern wir weiter in Richtung Binz. In dem bekannten Ostseebad bleibt Zeit für eine Einkehr und einen kleinen Rundgang, bevor wir mit öffentlichen Verkehrsmitteln zurück nach Sassnitz fahren.

Wanderung: ca. 10 km

Gehzeit: ca. 3 Stunden

F, -, A

Rügen-Hotel in Sassnitz

5. Tag: Zeit für sich selbst

Heute darf jede den Tag so verbringen, wie es gerade guttut. Vielleicht ist nach den ersten Wandertagen einfach Zeit für einen langsamen Vormittag, ein paar Bahnen im Schwimmbad oder einen ausgiebigen Saunagang. Vielleicht lockt aber auch Sassnitz vor die Tür – oder ein Ausflug zum Königsstuhl oder nach Stralsund.

Heute gibt es keinen gemeinsamen Zeitplan. Erst am Abend kommen wir wieder zum Essen im Hotel zusammen.

F, -, A

Rügen-Hotel in Sassnitz

6. Tag: Jasmunds Nordküste

Heute sind wir an der Nordküste der Halbinsel Jasmund unterwegs. Jasmund ist die am höchsten gelegene Halbinsel Rügens und hat auch abseits der Kreideküste wundervolle Landschaften zu bieten.

Unsere Wanderung führt durch den Hangwald oberhalb der Ostsee und in Richtung Lohme. Kleine Bäche durchziehen den Wald, zwischendurch öffnen sich Blicke auf die Küste und das Meer.

Nach einem Abstecher nach Lohme geht es über höher gelegene Wege durch die offene Landschaft weiter. Anschließend fahren wir mit öffentlichen Verkehrsmitteln zurück nach Sassnitz.

Wanderung: ca. 10 km

Gehzeit: ca. 3 Stunden

F, -, A

Rügen-Hotel in Sassnitz

7. Tag: Glowe und die Schaabe

Unsere letzte Wanderung führt uns noch einmal in eine andere Landschaft Rügens. Rund um Glowe und die Schaabe wechseln sich Kiefernwald, Dünenlandschaft und lange Strandabschnitte an der Ostsee ab.

Welche Strecke wir genau gehen, entscheidet Ines abhängig von Wetter und Wegverhältnissen. Danach fahren wir mit öffentlichen Verkehrsmitteln zurück nach Sassnitz. Beim gemeinsamen Abendessen lassen wir unsere Wanderwoche ausklingen.

Wanderung: ca. 8 km

Gehzeit: ca. 3 Stunden

F, -, A

Rügen- Hotel in Sassnitz

8. Tag: Abreise:

Nach dem Frühstück heißt es Abschied nehmen (oder auf Wunsch verlängern). Individuelle Abreise ab Sassnitz.

F, -, A

Rügen-Hotel in Sassnitz

Termine und Preise

Frühbucherinnen-Rabatt: 3 %

auf den Preis bei Buchung eines DZ oder Twin bis 4 Monate vor Reisebeginn.

Teilnehmerinnenzahl: 4 bis 8

06.02.2027 - 13.02.2027 | 8 Tage

Kategorie	Preis p.P.	EZ-Zuschlag
Doppelzimmer zur Doppelbelegung	1.290,00 €	
Doppelzimmer zur Einzelnutzung	1.450,00 €	160,00 €

Enthaltene Leistungen

- 7 Übernachtungen im Rügen-Hotel Sassnitz im Einzelzimmer mit Dusche/WC
- 7 x Halbpension (Frühstück und 2-Gang-Abendessen im Hotel)
- Nutzung von Schwimmbad und Sauna
- 5 geführte Wanderungen laut Programm
- ortsansässige Wanderreiseleiterin
- Transfers mit ÖPNV

Nicht enthaltene Leistungen

- Individuelle An- und Abreise nach/von Sassnitz
- Ortsübliche Kurtaxe
- Mittagessen, Getränke und weitere Mahlzeiten außerhalb der Halbpension
- Persönliche Ausgaben
- Fakultative Ausflüge und Eintritte

Wunschleistungen

- Aufpreis: Zimmer mit Ostseeblick

350 Euro