

Rast auf Autobahn: Wann kommt endlich der nächste Parkplatz?

Eigentlich typisch deutsch: Auf Autobahnen gibt es nicht nur Regeln für den Abstand zwischen Parkplätzen, sondern auch für Raststätten, Autohöfe und Autobahnkirchen. **SPANNENDE FAKTEN RUND UMS RASTEN.**

MÜNCHEN/BERLIN. Ungefähr 13.200 Kilometer lang ist das Autobahnnetz in Deutschland. Entsprechend groß ist auch die Zahl der Rastmöglichkeiten - doch wie weit liegen die eigentlich auseinander?

Und lohnt es sich, zum Tanken lieber auf einen Autohof abzufahren? Hier sind Antworten auf sieben Fragen, die sich rund um die Autobahnrast stellen.

WIE VIELE RASTANLAGEN UND PARKPLÄTZE GIBT ES?

An den deutschen Autobahnen gibt es rund 440 Rastanlagen mit Konzession vom Bund und etwa 1400 Parkplätze. Dazu kommen rund 270 private Autohöfe, die maximal einen Kilometer von der Autobahnausfahrt entfernt sind.

WIE WEIT DÜRFEN SIE EIGENTLICH AUSEINANDERLIEGEN?

Die Blase drückt und man ist gerade an einem Parkplatz vorbeigefahren: Mist, wann kommt der nächste? Eigentlich spätestens in 25 Kilometern, wahrscheinlich aber schon früher. Denn tatsächlich sehen die offiziellen „Empfehlungen für die Anlage von Rastanlagen“ Regelabstände vor, teilt die für Bundesautobahnen zuständige Autobahn GmbH mit.

Demnach gilt für Parkplätze als sogenannte unbewirtschaftete Rastanlagen ein Regelabstand von 15 bis 20 Kilometern, bei Strecken mit wenig Fernverkehr sind es bis zu 25 Kilometer. Teilweise liegen auch nur wenige Kilometer zwischen zwei Parkplätzen. „Das liegt daran, dass sich zwischen neueren Anlagen, die ihrerseits im Regelabstand zueinander liegen, alte, kleinere Parkplätze befinden“, erklärt ein Sprecher der Autobahn GmbH.

Der Regelabstand für bewirtschaftete Rastanlagen mit Tank-



Mach mal Pause! Der nächste Parkplatz oder die nächste Rastanlage sind meist auch nicht weit.

Foto: Zacharie Scheurer/dpa-tmn

stellen und Gastronomie beträgt normalerweise 50 bis 60 Kilometer. Auf Strecken mit wenig Fernverkehr können bis zu 80 Kilometer zwischen diesen Anlagen liegen.

Übrigens: Die Angabe auf Schildern, in wie vielen Kilometern die nächste Tankstelle an der Autobahn kommt, bezieht sich ausschließlich auf Rastanlagen, nicht auf Autohöfe.

HABEN RASTANLAGEN UND AUTOHÖFE IMMER GEÖFFNET?

Tanken und auf die Toilette gehen, das muss in aller Regel rund um die Uhr möglich sein. Bei der Gastronomie kann es zu Randzeiten weniger Angebot geben - Restaurants etwa müssen nicht

24 Stunden geöffnet sein, nachts reicht ein Snack- und Getränkeangebot.

LOHNT SICH DAS ABFAHREN AUF AUTOHÖFE?

Durchaus. Der ADAC verweist auf eigene Untersuchungen, wonach Kraftstoffe und Produkte aus Shop und Gastronomie an Autobahnraststätten häufig teurer seien als an Autohöfen oder Tankstellen abseits der Autobahn. „Wer für einen Stopp die Autobahn verlässt, kann daher oft Geld sparen“, so eine Sprecherin des Verkehrsclubs.

Welches Sparpotenzial sich beim Tanken konkret bietet, zeigte jüngst eine Datenanalyse

des ADAC auf Basis von Preisdaten der Markttransparenzstelle für Kraftstoffe vom 6. bis 19. April. So waren Super E10 und Diesel an Raststätten in dem Zeitraum im Schnitt 33 Cent teurer als abseits der Autobahn. Dabei handelte es sich aber um eine Vollerhebung unter mehr als 14.000 Tankstellen im Land, also unabhängig von der Entfernung zur Autobahn. Dennoch hält der ADAC fest: Es lohne sich, zum Tanken abzufahren.

WIE IST ES EIGENTLICH UM LADESÄULEN BESTELLT?

Laut der Autobahn GmbH gab es Ende Juni rund 1300 Schnellladepunkte mit mindestens 150 kW Ladeleistung je Ladepunkt

entlang der Autobahnen. Das Angebot soll nach Willen des Verkehrsministeriums schnell wachsen, insbesondere auch durch Deutschlandnetz-Ladesäulen.

Im Vergleich zu Raststätten sind Autohöfe bei der Ladeinfrastruktur laut ADAC oft besser aufgestellt, auch wenn es dort ebenfalls Licht und Schatten gibt, wie ein Test des Verkehrsclubs aus dem vergangenen Herbst zeigte: Immerhin erreichten bei der Untersuchung 13 der 25 geprüften Autohöfe eine gute Gesamtnote, von den 25 geprüften Rastanlagen wurde keine einzige gut bewertet. Überall auffällig waren „undurchsichtige Modalitäten zum Bezahlen und mangelnde Transparenz bei

den Strompreisen“, kritisierte der ADAC.

Wer mit E-Auto reist, sollte bei langen Fahrten in jedem Fall noch genauer planen. Viele Navigationssysteme und Lade-Apps zeigen dem Verkehrsclub zufolge an, wo sich Ladesäulen befinden und wie viele Ladepunkte vorhanden sind. Teilweise werden auch Belegungsinformationen angezeigt. Die seien jedoch nicht überall und schon gar nicht immer in Echtzeit verfügbar.

WAS HAT ES MIT AUTOBAHN-KIRCHEN AUF SICH?

Die Kirchen nennen sie „Rasthöfe der Seele“, ein Ort zum Innehalten vom Reisetress. Deutschlandweit gibt es 47 Autobahnkirchen oder -kapellen. Sie sind ganzjährig immer mindestens zwischen 8 und 20 Uhr geöffnet und dürfen maximal einen Kilometer von der Anschlussstelle entfernt liegen. Teils sind sie auch auf einem Autohof oder einer Rastanlage. So wie am Rastplatz Rhynern Nord bei Hamm an der A 2. Dort ist die Autobahnkapelle in einer ehemaligen Tankstelle untergebracht.

Die erste Autobahnkirche «Maria, Schutz der Reisenden» wurde 1958 in Adelsried an der A 8 in Bayern eingeweiht, die neuste 2025 in Oldenburg in Holstein an der A 1. Eine Übersicht aller Standorte gibt es unter autobahnkirche.de.

WIE OFT SOLLTE MAN RAST MACHEN?

Nicht nur das Auto, auch man selbst muss tanken - und zwar Kraft. Der ADAC empfiehlt, spätestens alle zwei Stunden eine Pause von etwa 15 bis 20 Minuten einzulegen. Wer müde ist, fährt am besten direkt beim nächsten Rastplatz ab.

DPA

HARZ

Inh. D. Hempel - **HOTEL • RESTAURANT • CAMPING**
Zur Wolfsmühle 20, 99734 Nordhausen OT Rodishain
Wandern & Erholen im Südharz
"Mühlentage" ab **325,-€**
5 Nächte im DZ mit HP
inkl. WLAN, Sauna & Naturbadeteich, Spielplatz
Tel.: 034653-348 www.wolfsmuehle.de

4** Hotel Mühlenberg**, Grundweg 8
37441 Bad Sachsa, Hallenbad, versch. Saunen, Massagen, ab 85€ p.P./Tag/HP, Abend 4-Gänge-Menü. Inh. Erika Müller ☎ 05523-542, harz-anhalt.com

SACHSEN – ANHALT

AUSZEIT IN TANGERMÜNDE, inkl. 3 Ü/F/HP, buchb. v. Di-Fr, nur 198 € p.P.i.DZ, Tel. 039322 - 44145, www.schulzens.info, SCHULZENS Brauerei & Hotel

SACHSEN

Hotel u. Restaurant "Zur Lochmühle". Preiswerter Urlaub vor den Toren von Chemnitz. Ankommen, Wohlfühlen, Genießen. 09322 Penig/ OT Tauscha 037381-66220 www.zur-lochmuehle.de

USEDOM

Hotel Waldidyll in Zinnowitz mit tollen Angeboten!
8.8. - 6.9. 5 Ü/HP 420 € 7 Ü/HP 580€
7.9.-20.9. 5 Ü/HP 370€ 7Ü/HP 505€
21.9.-15.10 5 Ü/HP 360€ 7 Ü/HP 470€
16.10.-1.11. 5 Ü/HP 345€ 7 Ü/HP 415€
- pro Pers. im DZ, Fewo's u. Bungalows verfügbar. Hotel Waldidyll GmbH, Gf M. Ladin, 17454 Zinnowitz, Kneippstr. 16 www.hotelwaldidyll.de ☎ 038377-4550 info@hotelwaldidyll.de

Ahlbeck, komf. FeWo 2 - 4 Pers., Restplätze ab 8.8.26 ☎ 038378-28213 www.fewo-pommern-ahlbeck.de

Entdecken Sie neue Chancen.

sachsen-medien.de

REISEMARKT

REISEMARKT DEUTSCHLAND

OSTSEE

URLAUB im Ostseebad Warnemünde
FERIENWOHNUNGEN * FERIENHÄUSER
2-6 Pers., tlw. mit herrlichem Meerblick
Einfach kostenfreien Katalog anfordern!
www.die-warnemuender.de * Tel. 0381-492 57 30
ferien@die-warnemuender.de

FEWO Börgerende für 2 Personen, 2 Raum, Küche, Bad, 48 qm, Terrasse, Parkplatz am Haus, Tel. 038203/84243

Seebad Warnemünde, Zi. mit Terrasse dir. a. Strand, Blick auf Meer & Leuchtturm. ☎ 0172-7957991, August frei!

Ostsee-Urlaub Torgelow. FeWo für 2 Pers., 10 Tage 580 €, 15 Min zum Strand Ueckermünde. ☎ 0170-8756924

Timmendorfer Strand / Ostsee, moderne Ferienwohnungen, Haustiere erlaubt! ☎ 04503-8888610, www.ostsee-strand-bad.de

VOGTLAND

BAD ELSTER gemütl. Pension! Zentrumsnah, faire Preise, bitte Prosp. anfr.! 037437-597176, erholung-badelster.de

OBERLAUSITZ

Zi/Du/WC 300€ (monatl. teilbar) bei Niederspree: ruhige Waldlage, Seeadler, Rotwild, ideal für Urlauber, Sabine Weiser ☎ 03589430470

THÜRINGER WALD

******Hotel Rodebachmühle / Thür. Wald**
4 Tage 3 Nächte Ü/HP 189,- € p. P. im DZ
6 Tage 5 Nächte Ü/HP 289,- € p. P. im DZ
8 Tage 7 Nächte Ü/HP 389,- € p. P. im DZ
1 Kind bis 11 Jahre im Zi. der Eltern kostenfrei
2. Kind bis 14 Jahre 50 % Ermäßigung
keine Stornokosten — keine Vorauszahlung
Kostenfrei: Bus und Waldbahn, 1 Försterwanderung, Wanderkarte, Parkplatz und WLAN
Rad- u. Wanderwege am Haus, zentrale Lage am Rennsteig – Ausflugsziele Eisenach, Erfurt, Gotha, Weimar
Münnker & Andere GbR, 99887 Georgenthal, Rodebachmühle 1
Direkt buchen: ☎ **036253/34-0**

SPREEWALD

HOTEL WALDHÜTTE
Nähe Spreewald & Lausitzer Seenland, an Talsperre Spremberg, idyllische Lage
7 x Ü/HP ab 371 € pro Pers. im DZ
Wellnessbereich mit Schwimmhalle
☎ 035608/40033 • www.hotel-waldhuette.de
Sebastian Löbelt-Friedrich, Alte Poststr. 1, 03058 Klein Döbbern

6 Tage Spreewald ALL-IN (So-Fr.) inkl. Begrüßungslikör, 5x Ü/HP, Gutscheine Peitzer Museen, 1x Kaffee u. Plinse, Getr. (ALL-IN 15-21 Uhr), 2h Kahnfahrt, tägl. Sauna. Hotel Zum Goldenen Löwen***S. Inh. Andreas Roschke, Markt 10, 03185 Peitz, ab 559 €/P./DZ www.Hotel-Peitz.de ☎ 035601/80940

Urlaub im Spreewald! Natur, Wellness, Kahnfahrten, Genuss und Erholung. www.Spreewald-Angebote.de Super Preise, ☎ 035601/80940

MECKLENBURGISCHE SEENPLATTE

URLAUB am See! Finnhütten & FeWo's, rollstuhlfreundlich, teilweise Haustier erlaubt, Angelmöglichkeiten ☎ 038757-596900 oder 0172-5409860, www.ferienanlage-buchholz.m-vp.de

THÜRINGEN

August-Angebot für 375 € !!! 6 Tage Ferien, Ruhe, Erholung, Natur pur im idyll. Erholungsort Ziegenrück, 5x Ü/Fr./HP p./P. im DZ "Zur Fernmühle", Inh. Sebastian Grygier, Lobensteiner Str. 6, ☎ 036483/70190, www.fernmuehle.de

ALLGÄU

Oberallgäu, Bühl, am Alpsee, Fewo, 46 m², f. 2 Pers. mit Balkon, Waldrandlage, PKW-Stellplatz. ☎ 0157/35385216 johanna.gering@web.de

RÜGEN

Juliusruh- kl. Hotel mit Restaurant am Kurpark, ca. 60 m zum Ostseestrand, 030-5679770, www.hotel-svantevit.de

ZITTAUER GEBIRGE

KOITSCHKE BERGGASTHOF
Ruhe, Natur und Erholung im Zittauer Gebirge.
Gemütliche Zimmer & Appartements, Panoramaterrasse, Kinderspielplatz
Ferienwohnungen im Hanselhof 26
02763 Bertschdorf-Hornitz, Tel.: 03583-50380 oder 0172-3714285, www.koitsche.de

HANDBALLpost
Sommer 2026: Das Magazin für Fans und Vereine aus Sachsen

Ab jetzt im Handel

2,95 €

WIEDER ERSTKLASSIG!
DIE HANDBALLERINNEN DES HC LEIPZIG SIND NEUN JAHRE NACH DER INSOLVENZ ZURÜCK IN DER 1. BUNDESLIGA.