

# Frühlingstouren

## 1. Eiserner Mann und Kamelleboom

Wo Erzbischöfe einst zur Jagd ritten: Wanderung durch den frühlingssgrünen Kottenforst  
*10,8 Kilometer – knapp 3 Stunden – ausschließlich gut befestigte Waldfahrwege; keine Steigungen und Gefälle; auch bei nassem Wetter problemlos zu begehen*

## 2. Auf der Spur von Henkern und Helden

Abwechslungsreiche Rundwanderung um die einstige Geheimgemeinde Delling  
*11 Kilometer – knapp 3 Stunden – überwiegend gut befestigte Wege durch Wald und Wiesen, kurze Abschnitte entlang verkehrsarmer Sträßchen; mehrere Steigungs- und Gefällstrecken, steilerer Anstieg vor Ommerborn*

## 3. Zwerge und Burgen auf der Spur

Auf herrschaftlichen Pfaden über den sagenumwobenen Neuenberg nach Schloss Gimborn  
*9 Kilometer – ca. 2,5 Stunden – überwiegend schattige Waldwege und -pfade; zwei steile Steigungsstrecken sowie steilere kurze Abstiege.*

# Sommertouren

## 4. Auf Pilgerwegen zum Bergischen Dom

Zwischen Altenberg und der Dhünn-Talsperre werden Märchen lebendig  
*12 Kilometer – ca. 3,5 Stunden – gut befestigte, weithin schattige Wege, kurzes felsiges Wegstück (Ausweichmöglichkeit vorhanden); nach Anstieg von rund 120 Höhenmetern und kürzeren Steilstücken an der Dhünn-Talsperre sanft abfallend*

## 5. Schattige Wege an der jungen Rur

Abseits vom quirligen Monschau: Sommerkühle zwischen Talsperre Perlenbach und Venn  
*12,8 Kilometer – knapp 4 Stunden – überwiegend Wald- und Feldwege; kürzerer Abstieg und ein Anstieg*

## 6. Zwischen Orchideen und Wacholder

Von Ripsdorf durch das Naturschutzgebiet Lampertstal bei Blankenheim  
*10,2 Kilometer – ca. 3 Stunden – überwiegend Wiesenwege; kürzere Anstiege*

## Herbsttouren

### 7. Alter Grenzposten auf windiger Höhe

Durchs Windecker Ländchen: Burgen, „Siegthal-Dom“ und viel Fachwerk

*11,5 Kilometer – ca. 4,5 Stunden – Pfade, Wald- und Feldwege sowie Wegstrecken entlang verkehrsarmer Straßen; mehrere steile Anstiege*

### 8. Badeflair am Fuß der Weinberge

Vulkane und Weitblicke: „Gipfeltour“ rund um Bad Neuenahr-Ahrweiler

*14,8 Kilometer – knapp 5 Stunden – teils geteerte Wege, teils Wald- und Feldwege sowie schmale Pfade; zwei größere Anstiege*

### 9. Auf Annos Spuren ins Tal der Seligen

Unterwegs von Hennef über Happerschoß zur ältesten Minoritenkirche Deutschlands

*12 Kilometer – ca. 3 Stunden – überwiegend gut befestigte Wald- und Feldwege, kurze Passagen an Straßen; mittelsteiler Anstieg*

## Wintertouren

### 10. Auf der Nürburg die Eifel bewundern

Reizvolle Wege durch das sanft bewegte Panorama der Vulkaneifel

*10,5 km – knapp 3 Stunden – leichte Rundwanderung, ein größerer Anstieg; gut befestigte Straßen und Wege*

### 11. Wiege der Industrie

Auf den Spuren von Erzabbau, Weltkrieg und Golfsport bei Hoffnungsthal

*9 Kilometer – ca. 2,5 Stunden – vorwiegend gut befestigte Wege; mehrere Steigungs- und Gefällestrecken*