

**Orte zum Durchatmen****Von Bergspitzen und Tälern**

<i>Tour 1</i>	<i>Fast wie in Italien</i> Lampertstal, Kalvarienberg und Michelsberg	8
<i>Tour 2</i>	<i>Vom Hochgenuss des Blicks</i> Löwenburg und Erpeler Ley	20
<i>Tour 3</i>	<i>Allein mit dem Wind</i> Rund um Gerolstein	34
<i>Tour 4</i>	<i>Wie ein Bild von Caspar David Friedrich</i> Vom Ennert zum Stenzelberg	46

**Orte zum Innehalten****Unter dem Blätterdach – im Wald**

<i>Tour 5</i>	<i>Von Waldwundern, Waldmeister und Wipfeln</i> Quer durch den Rheinbacher Stadtwald	60
<i>Tour 6</i>	<i>Jesus, Hölderlin und die Ahr</i> Einmal durchs Vischeltal	74
<i>Tour 7</i>	<i>Eine kleine Eifel-Zeitreise</i> Bassenheim und die südliche Voreifel	86
<i>Tour 8</i>	<i>Der heilige Berg</i> Fernab ins Tal der Nahe	98

**Orte zum Wundern****Druidensteine, Kraftlinien und Spukgestalten**

<i>Tour 9</i>	<i>Mystik und Muße auf 8 x 4</i> Kreuz und quer übers Ferschweiler Plateau	112
<i>Tour 10</i>	<i>Von grauen Kolossen und Geisterdörfern</i> Streifzüge durch den Nationalpark Eifel	124
<i>Tour 11</i>	<i>Ein Park wie ein Gedicht</i> Schlosspark Türnich und Marienfeld	136
<i>Tour 12</i>	<i>Im Reich der Nebelgestalten</i> Durch Urft- und Kuttentbachtal	148
	<b>Bildnachweis</b>	160