

Einleitung

- Ein vielschichtiges Wandergebiet 4
- Die wichtigsten Tipps zum Wandern 7
- Der viel befahrene Rhein 10
- Die mäandrierende Mosel 12
- Die Eifel: Wanderspaß und Vulkane 14
- Orte und Sehenswertes 18
- Erläuterungen zu den Touren 24

Touren

■ leichte Tour ■ mittlere Tour ■ schwere Tour

- 1** Die Kupfermühlen bei Stolberg 26
- 2** Die Felspassage bei Obermaubach 28
- 3** Der Höfener Heckenweg 30
- 4** **TopTour** Rund um die Olefalsperre 32
- 5** Auf geschichtlichen Spuren 34
- 6** Matrontempel und Astropeiler 38
- 7** Wacholder- und Orchideentour 42
- 8** Zum Schwarzen Mann 46
- 9** Panoramaweg 100 50
- 10** Durch die Kyllburger Waldeifel 52
- 11** Eifelmaar-Rundwanderung 56
- 12** Booser Doppelmaartour 58
- 13** Wandern bei Wanderath 60
- 14** **TopTour** Auf dem Virne-Burgweg 64
- 15** Über den Förstersteig 66
- 16** Auf dem Vulkanpfad 70
- 17** Bassenheimer Geschichtstour 72
- 18** Andernacher Stadtwald 74

- 19** Durchs Ahrtal zur Landskrone 76
- 20** Wandern an der Siegmündung 78
- 21** Rund um Unkel 82
- 22** Auf dem Limeswanderweg 86
- 23** Unterwegs auf dem Saynsteig 90
- 24** Waldschluchtenweg und Limes 94
- 25** Streifzug durchs Lahensteiner Umland 96
- 26** Durch die Wolfsdelle 100
- 27** Der Weinlagenweg Boppard 102
- 28** Terrassenmosel-Wanderung 106
- 29** Eine Zeitreise bei Oberfell 110
- 30** Zur Burg Eltz 114
- 31** Der Apolloweg in Valwig 118
- 32** **TopTour** Auf den Bremmer Calmont 120
- 33** Kulturweg Kanonenbahn 124
- 34** Zu den Graacher Schanzen 128
- 35** Über den Olymp zur Burg Landshut 132
- 36** Moselufer-Wanderung 136
- 37** Durchs Salmtal zum Schloss Bekond 140
- 38** Auf der Römischen Weinstraße 144
- 39** **TopTour** Trierer Stadtwanderung 148
- 40** Zur Burg Ramstein 152

Telefonnummern
und Infoadressen 154

Ortsregister 161

Zeichenerklärung 164

Bildnachweis 166

Impressum 167