

INHALT

Einleitung	6	14 Winterberg	56
1 Köln <i>Rheinischer Frohsinn in der Millionenstadt</i>	12	<i>Ski Heil im Sauerland</i>	
2 Düsseldorf <i>Lebendige Landeshauptstadt</i>	18	15 Nationalpark Eifel	60
3 Kalkar <i>Freundliche Kleinstadt am Niederrhein</i>	24	<i>Naturnahe Entdeckungstour</i>	
4 Monschau <i>Schmuckes Städtchen in der Nordeifel</i>	26	16 Solingen	64
5 Bad Münstereifel <i>Idylle in der Eifel</i>	28	<i>Bekannte Klingenstadt mit interessantem Umland</i>	
6 Detmold <i>Schmucke Fachwerkhäuser prägen die Residenzstadt</i>	30	17 Kronenburg	66
7 Xanten <i>Auf den Spuren der Römer</i>	32	<i>Mittelalterliches Kleinod in der Eifel</i>	
8 Münster <i>Westfälische Metropole mit hoher Lebensqualität</i>	36	18 Kleve	68
9 Gronau <i>Es rockt und poppt in Westfalen</i>	40	<i>Grenzenlose Draisinenfahrt</i>	
10 Ebbegebirge <i>Randvoll gefüllte Stauseen im Naturpark Ebbegebirge</i>	42	19 Steinfurt-Burgsteinfurt	70
11 Externsteine <i>Sagenumwobenes Felsen- ensemble</i>	46	<i>Idylle im Münsterland</i>	
12 Radtour am Niederrhein <i>Mit der »Fiets« unterwegs</i>	48	20 Zollfeste Zons	72
13 Niers <i>Kanuwandern und Rad- fahren</i>	52	<i>Mittelalterliches Städtchen am Rhein</i>	
		21 CentrO Oberhausen	74
		<i>Einkaufs- und Freizeitparadies</i>	
		22 Bad Sassendorf	78
		<i>Kur(z)urlaub in Westfalen</i>	
		23 Bahiabad in Bocholt	80
		<i>Wellness pur</i>	
		24 Essen	82
		<i>Wirtschaftsmetropole mit Welt- kulturerbe Zeche Zollverein</i>	
		25 Duisburg	88
		<i>Lehrreicher Landschaftspark Duisburg-Nord</i>	
		Register	94
		Impressum	96