

Inhalt

Die Ahr

8 **Tour 1 – Von Blankenheim nach Ahrbrück**
Wo der „Finger Gottes“ in den Himmel ragt

18 **Tour 2 – Von Ahrbrück nach Bad Neuenahr**
Burgen, Berge und Wein

Die Sieg

26 **Tour 3 – Von Au nach Blankenberg**
Eine Traumtour

36 **Tour 4 – Im Nistertal**
Duch die „Schweiz“

Der Rhein

44 **Tour 5 – Rund um Duisburg**
Industriekultur pur

54 **Tour 6 – Von Köln nach Bonn**
Zwei mal 2000 Jahre

64 **Tour 7 – Bonn – Linz – Bad Godesberg**
Herrliche Ausblicke

Die Wupper

76 **Tour 8 – Von Wipperfürth nach Wuppertal**
Jede Menge Wasser und eine Bahn in der Luft

86 **Tour 9 – Wipperfürth – Wupperquelle – Wipperfürth**
Oberbergisches Auf und Ab

96 **Tour 10 – Von Burg an der Wupper zur Flussmündung**
Die über die Wupper gehen

Die Erft

106 **Tour 11 – Von Brühl nach Paffendorf**
Von Seen und Wasserburgen

116 **Tour 12 – Rund um die Wiedenfelder Höhe**
Mit Speed zur Kohle

Anhang

124 **Fahrradfreundliche Unterkünfte**