

# Inhaltsverzeichnis

|  |    |
|--|----|
| <b>Einführung</b>  |    |
| Vorwort<br>(Friedrich Brakemeier)  | 7  |
| Einleitung<br>(Helmut Depping, Johannes Kopel-Varchmin)  | 8  |
| Übersichtskarte  | 10 |
| Lass deine Augen offen sein – Kurze Blicke in die<br>Geschichte des Wanderns in Lippe<br>(Johannes Kopel-Varchmin)             | 12 |
| Mit Karte und GPS durch Lippe<br>(Martin Brandt, Johannes Kopel-Varchmin)  | 20 |
| Kleiner Führer durch die Vielfalt der Wanderwege<br>in Lippe (Johannes Kopel-Varchmin)   | 23 |
| <br>   |    |
| <b>Wanderungen</b>   |    |
| <b>Südostlippe mit Blomberger Becken</b>   |    |
| <i>Südostlippe</i>   |    |
| 1 Hoch zum Brocken des Weserberglandes –<br>Von Niese zum Köterberg und zurück<br>(Johannes Kopel-Varchmin, Holger Sonnenburg) | 28 |
| 2 Salkenbruch und Westerberg –<br>Der unbekannte Süden des Schwalenberger Waldes<br>(Elke Schäfer)                             | 38 |
| 3 „NaturZeitReise“ – Waldgeschichte erwandern<br>im Schwalenberger Wald<br>(Matthias Füller, Johannes Kopel-Varchmin)          | 48 |
| 4 Am Rande des Lügde-Pyrmonter Talkessels<br>(Matthias Füller)   | 56 |
| <br>   |    |
| <i>Blomberger Becken</i>   |    |
| 5 Von Blomberg zum Hurn und zurück<br>(Rolf Grünewald)   | 64 |

## **Nordlippisches Bergland mit Lemgo, Bad Salzuflen und Leopoldshöhe**

### *Nordlippisches Bergland*

- |           |  |            |
|-----------|--|------------|
| <b>6</b>  | <b>Auf dem Zwerg-Anton-Weg von Alverdissen zum Windmühlenstumpf<br/>(Matthias Füller)</b>  | <b>70</b>  |
| <b>7</b>  | <b>Wandern und Eisenbahnfahren –<br/>Von Dörentrup nach Bösingfeld<br/>(Helmut Depping, Johannes Kopel-Varchmin)</b>                                     | <b>78</b>  |
| <b>8</b>  | <b>Panoramawanderung rund um<br/>das Schwelentruper Becken<br/>(Matthias Füller, Bernd Mühlenmeier)</b>  | <b>82</b>  |
| <b>9</b>  | <b>Von Linderhofe zum Steinberg und zurück<br/>(Helmut Depping, Johannes Kopel-Varchmin)</b>   | <b>92</b>  |
| <b>10</b> | <b>Über die Extertaler Randhöhen<br/>(Helmut Depping, Matthias Füller)</b>   | <b>98</b>  |
| <b>11</b> | <b>Die Kükenbrucher Mühlendrift<br/>(Hans Böhm)</b>  | <b>106</b> |
| <b>12</b> | <b>Auf den Spuren der Wilddiebe an der<br/>Grenze zwischen Lippe und Schaumburg<br/>(Helmut Depping, Matthias Füller)</b>                                | <b>112</b> |
| <b>13</b> | <b>Ein Wanderziel mit außergewöhnlicher Aussicht –<br/>Der Familienplatz oberhalb von Heidelbeck<br/>(Manfred Behrend, Helmut Depping, Roland Linde)</b> | <b>124</b> |
| <b>14</b> | <b>Durch die Buchenwälder des Rotenberges –<br/>Zwischen Wester- und Osterkalle<br/>(Matthias Füller)</b>  | <b>128</b> |
| <b>15</b> | <b>Eine Waldinsel mitten in Lippe –<br/>Blomenstein und Lühberg<br/>(Helmut Depping, Holger Sonnenburg)</b>  | <b>138</b> |

### *Lemgo, Bad Salzuflen und Leopoldshöhe*

- |           |   |            |
|-----------|---|------------|
| <b>16</b> | <b>Mit offenen Augen durch die Alte Hansestadt Lemgo<br/>(Horst Bradtmüller, Jürgen Möller)</b> | <b>146</b> |
|-----------|---|------------|

## **Inhalt**

|                                   |   |     |
|-----------------------------------|---|-----|
| 17                                | Von Hollenstein über den Vierenberg<br>mit Bismarckturm und Bachler-Stein<br>(Helmut Depping, Holger Sonnenburg)                          | 154 |
| 18                                | Wandern in der Gemeinde „Auf der Höh“<br>(Klaus Sunkovsky)  | 162 |
| <b>Teutoburger Wald und Senne</b> |   |     |
| <i>Teutoburger Wald</i>           |   |     |
| 19                                | Auf historischen Spuren im Lager Stadtwald<br>(Christina Pohl)  | 170 |
| 20                                | Hörster Egge, Hermannsweg, Rethlager Quellen –<br>Der Familienwanderweg in Hörste<br>(Wolfgang Thevis)                                    | 176 |
| 21                                | Entspanntes Wandern mit schönen Ausblicken<br>und ein Paradies für Kinder –<br>Der Leistruper Wald bei Diestelbruch<br>(Heinz Bornemeier) | 184 |
| 22                                | Im Reich des Rotmilans – Zwischen Teutoburger<br>Wald, Paderborner Hochfläche und Senne<br>(Dirk Tornede)                                 | 190 |
| 23                                | Trockentäler und Kalkscherbenäcker<br>im westlichen Eggevorland<br>(Matthias Füller, Johannes Kopel-Varchmin)                             | 200 |
| 24                                | In der lippischen Schweiz<br>(Wolfgang Tettenborn)  | 208 |
| 25                                | Externsteine, Vogeltaufe, Falkenburg –<br>Wandern in Holzhausen-Externsteine<br>(Adolf Nagel)   | 214 |
| 26                                | Rund um den Norderteich und das Beller Holz<br>(Wolfgang Engel, Holger Sonnenburg)  | 220 |
| <i>Senne</i>                      |   |     |
| 27                                | Durch das Naturschutzgroßprojekt zu den<br>Waldrindern in der Wistinghauser Senne<br>(Daniel Lühr)  | 228 |
| 28                                | Schluchten, Moore, Dünen am oberen Furlbach –<br>Eine Sennewanderung am Ortsrand von Augustdorf<br>(Joachim Biere)                        | 240 |
|                                   | Empfehlenswerte Wanderliteratur für Lippe   | 246 |
|                                   | Literatur und Internetadressen  | 247 |
|                                   | Bildnachweis  | 249 |