

-
- 01** **Borgholzhausen und Burg Ravensberg**
17 km | 788 Hm | 4 Std. | Rundweg S. 8
-
- 02** **Zwischen Bad Salzuflen und Herford**
12 km | 517 Hm | 3 Std. | Rundweg S. 16
-
- 03** **Im Stadtwald Lemgo**
12 km | 746 Hm | 3 Std. | Rundweg S. 24
-
- 04** **Der Teutoburger Wald westlich von Bielefeld**
8 km | 604 Hm | 2 Std. | Rundweg S. 32
-
- 05** **Der Teutoburger Wald beim Tierpark Olderdissen in Bielefeld**
10 km | 969 Hm | 2,5 Std. | Rundweg S. 40
-
- 06** **Waterboer und Eiserner Anton**
11 km | 486 Hm | 3 Std. | Rundweg S. 50
-
- 07** **Zu den Waldrindern in der Wistinghauser Senne**
11 km | 566 Hm | 2,5 Std. | Rundweg S. 58
-
- 08** **Holter Wald und das Gebiet zwischen Öl- und Landerbach**
13 km | 58 Hm | 3 Std. | Rundweg S. 66
-
- 09** **Schluchten und Moore am oberen Furlbach**
9 km | 88 Hm | 2 Std. | Rundweg S. 76
-
- 10** **Rund um das Hermannsdenkmal**
11 km | 716 Hm | 3 Std. | Rundweg S. 86
-
- 11** **Moosheide und Hövelhofer Wald**
10 km | 116 Hm | 2,5 Std. | Rundweg S. 94
-
- 12** **Vom Kreuzkrug zu den Externsteinen**
16 km | 756 Hm | 4 Std. | Rundweg S. 102
-

-
- 13** Silberbachtal und Velmerstot
9 km | 508 Hm | 2,5 Std. | Rundweg S. 110
-
- 14** Zur Lerchenspornblüte im Langen Tal
6 km | 522 Hm | 1,5 Std. | Rundweg S. 116
-
- 15** Lippspringer Wald
15 km | 492 Hm | 4 Std. | Rundweg S. 122
-
- 16** Im Dunetal und im Beketal
14 km | 690 Hm | 3,5 Std. | Rundweg S. 130
-
- 17** Der Sachsenring
19 km | 1276 Hm | 5 Std. | Rundweg S. 138
-
- 18** Von Brakel nach Bad Driburg
14 km | 503 Hm | 2,5 Std. | Strecke S. 146
-
- 19** Haxtergrund und Schloss Hamborn
14 km | 492 Hm | 3,5 Std. | Rundweg S. 152
-
- 20** Zwischen Neuenheerse und Willebadessen
16 km | 508 Hm | 4 Std. | Rundweg S. 160
-
- 21** Die Egge bei Kleinenberg
13 km | 440 Hm | 3 Std. | Rundweg S. 168
-
- 22** Wälder und Bäche um Kloster Dalheim
18 km | 852 Hm | 4 Std. | Rundweg S. 176
-
- 23** Hammerhof und Schwarzbachtal
12 km | 350 Hm | 2,5 Std. | Rundweg S. 184
-

Stadt, Land, Fluss

Bielefeld S. 48 Die Senne – zwischen Heidschnucken und Kavallerie S. 84

Der Teutoburger Wald – eine umgeschichtete Geschichte S. 108 Paderborn S. 158