

	Einleitung	8
1	BAD MÜNSTEREIFEL Auf den Pfaden der Geschichte	10
2	HERCHEN Auf Künstlerpfaden ins Obstparadies	22
3	MECKENHEIM Durch den Kottenforst auf der Wasserburgen-Route	34
4	STADT BLANKENBERG Wein im mittelalterlichen Ambiente	44
5	LOHMAR Landwirtschaft entdecken und probieren	56
6	VON PORZ BIS NIEHL Rheinabwärts an Köln vorbei	68
7	DIE TEVERENER HEIDE Kostbares Juwel im Grenzland bei Geilenkirchen	80
8	OBERBERG UND DER KLOSTERHOF BÜNGHAUSEN Entdeckungen in einer großartigen Landschaft	92
9	DURCH DAS NEANDERTAL Eine Wanderung mit Museumsbesuch	102

0	MUSEUM INSEL HOMBROICH Kunst inmitten grüner Natur	112
1	DIE ELFRINGHAUSER SCHWEIZ Wandern und genießen	124
2	KEMPEN Paddeln und Radeln entlang der Niers	134
3	BIELEFELD Mit der Elektro-Rikscha die Engelroute erkunden	144
4	HALDERN Eine Radtour rund um das Reeser Meer	156
5	VON MÜNSTER NACH TELGTE Hoch zu Ross auf der Münsterland-Reitroute	168
6	ENTLANG DER BAUERNBAD-ROUTE Eine Radtour durch die westfälische Landschaft bei Bünde	178
	Bildnachweis	188
	Die Autoren	190
	Unser Service für Sie	193
	NRW-Regionalverkehrsplan	194