

# **Einleitung**

Erläuterungen zu den Touren 4

Natur und Kultur: Die Eifel 6

Die wichtigsten Tipps zum Wandern 7

Vulkane und Seen 8

Der Eifelsteig 13

Ein historischer Abriss 16

Die Eifeler Küche 21

Orte und Sehenswürdigkeiten 22

## **Touren**

■ leichte Tour ■ mittlere Tour ■ schwere Tour

- 1** Die Mühlen bei Stolberg 28
- ?** Die Felspassage bei Obermaubach 30
- 3** Die Nidegger Burgen 34
- 4** Der Eifeler Steilküstenweg 38
- 5** Von Einruhr zur Wüstung Wollseifen 42
- 6** Das Naturschutzgebiet Gebirgsbach Rur 46
- 15** Im Naturschutzgebiet Perlenbachtal 50
- 8** Rund um die Olefalsperre 54
- 5** Auf der Rur-Olef-Route nach Hellenthal 58
- ?** Von Sötenich zum Kloster Steinfeld 62
- 15** TopTour Zur Bruder-Klaus-Kapelle 66
- 12** Der Jahrhundertweg bei Bad Münstereifel 70
- 13** Von Altenahr auf den Steinerberg 74
- 15** Auf dem Rotweinwanderweg 78
- 15** Rund um den Laacher See 82
- 15** Vier-Berge-Tour 86
- 17** TopTour Auf dem Vulkanpfad 90

- 18** Über den Förstersteig 92
- 19** Durch das Nitzbachtal nach Virneburg 96
- 20** Auf dem Virne-Burgweg 100
- 21** TopTour Booser Doppelmaartour 104
- 22** Hohe Acht und Nürburgring 108
- 23** Auf der Geschichtsstraße nach Uersfeld 110
- 24** Auf den Aremberg 114
- 25** Von Blankenheim zum Freilinger See 116
- 26** Um die Quelle der Ahr in Blankenheim 120
- 27** Durch das Nonnenbachtal 122
- 28** Durch die Schnee-Eifel 126
- 29** Auf dem Bach-Pfad 130
- 30** Dreimühlenwasserfall und Burg Kerpen 134
- 31** Die Gerolsteiner Dolomiten 138
- 32** Eifelmaar-Rundwanderung 142
- 33** Zur Burg Eltz 144
- 34** TopTour Der Calmont-Klettersteig 148
- 35** Auf dem Moselhöhenweg nach Alf 150
- 36** Auf dem Lieserpfad nach Großlittgen 154
- 37** Durch die Kyllburger Waldeifel 158
- 38** Auf der Stausee-Prümtalroute 162
- 39** Durch die Teufelsschlucht 166
- 40** Vom Butzerbachtal zur Genovevahöhle 168

Telefonnummern und Infoadressen 172

Bildnachweis 177

Register 179

Impressum 183