

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	2
<b>Allgemeine Hinweise</b>	6
<b>Wandern mit Kindern in der Region</b>	16
▶ <b>1 Obst-Wanderweg Knechtsteden</b>	
Ehrwürdige Klostermauern und historische Obstsorten	26
▶ <b>2 Glessener Höhe</b>	
Die Natur erobert den ehemaligen Tagebau zurück	30
▶ <b>3 Um den Heider Bergsee</b>	
Wandern, Baden, Picknicken an Kölns schönstem Badesee	34
▶ <b>4 Entlang der Feuerroute</b>	
Spannende Tour für kleine und große Vulkanologen	38
▶ <b>5 Zum Feltenturm</b>	
Weite Blicke, leckeres Quellwasser und Badespaß	43
▶ <b>6 Bergwanderung zum Krausberg</b>	
Weinberge und schroffe Felsen	48
▶ <b>7 Steinerberghaus</b>	
Kraxeln wie in den Alpen	53
▶ <b>8 Im Vulkanpark Brohltal</b>	
Historische Eisenbahn, Vulkane und eine Ritterburg	58
▶ <b>9 Tuffsteinweg Engeln</b>	
Mit dem Vulkan-Express zu den erloschenen Vulkanen	63
▶ <b>10 Rheinbacher Stadtwald</b>	
Buchenwälder und Erlebnisbad	68
▶ <b>11 Rund um die Kakushöhle</b>	
Wo schon die Kelten und Römer lebten	72
▶ <b>12 Kloster Steinfeld</b>	
Klosterleben und Weidewirtschaft	76
▶ <b>13 Auf dem Römerkanalwanderweg</b>	
Zur Quelle der römischen Wasserleitung	80
▶ <b>14 Erlebnispfad Nettersheim</b>	
Spurensuche in Urzeitmeeren und bei den alten Römern	84
▶ <b>15 Zum Wasserkraftwerk Heimbach</b>	
Wandern und Tretbootfahren am Rand des Nationalparks Eifel	88
	3

- ▶ **16 Klosterrunde Mariawald**  
Steile Anstiege, weite Blicke und eine heiÙe Erbsensuppe 92
- ▶ **17 Erlebnisfad Wilder Kermeter**  
Heute noch ein normaler Wald, morgen schon ein Urwald 96
- ▶ **18 Schöpfungsfad Erkensruhr**  
Entlegenes Tal und windige Höhen 100
- ▶ **19 Auf dem Wildnis-Trail**  
Mit Boot und Wildkatze unterwegs im Nationalpark 104
- ▶ **20 Im Steffelter Vulkangarten**  
Tanz auf dem Vulkan 108
- ▶ **21 Im Murbachtal**  
Wander- und BadespaÙ im Bergischen Land 113
- ▶ **22 Altenberger Dom**  
Mächtige Kirchenmauern und märchenhafter Wald 116
- ▶ **23 Eikamp**  
Wandern und Klettern im Bergischen Land 120
- ▶ **24 Im Königsforst**  
Zahme Wildtiere und Kölns höchster Berg 124
- ▶ **25 Im Süden von Lindlar**  
Bergische Höhen, bergische Waffeln und bergische Tradition 128
- ▶ **26 Zum Telegraphenberg**  
Bilderbuchlandschaft und Kinderbuchmuseum 132
- ▶ **27 Zur Gammersbacher Mühle**  
Ponyreiten, BogenschieÙen, Trampolinspringen und Brotbacken 137
- ▶ **28 Kindererlebnisweg Stadt Blankenberg**  
Auf den Spuren von alten Rittern und bösen Alchemisten 142
- ▶ **29 Dollendorfer Hardt**  
Schnell mal raus und die Sonne küssen 146
- ▶ **30 Zum Drachenfels**  
Rheinromantik und idyllische Täler 150
- ▶ **31 Von der Margarethenhöhe zur Löwenburg**  
Durch idyllische Wälder zur romantischen Burgruine 155
- ▶ **32 Über den Breiberg zur Löwenburg**  
Sportliche Tour mit wildem Anstieg 160
- ▶ **33 Durch das Kasbachtal**  
Mit dem roten Brummer nach Kalenborn und zu Fuß retour 164

▶ <b>34 Zu den Fledermäusen im Laubachtal</b>	
Wandern, spielen und erkunden auf dem Zwergenweg	168
▶ <b>35 Die Bonner Waldau</b>	
Wandern in der Großstadt	174
<b>Freizeit- und Schlechtwettertipps</b>	179
Baden	179
Spiel, Spaß, Toben	182
Lernen, Entdecken, Staunen	184
Tierisches	189
<b>Stichwortverzeichnis</b>	196
<b>Impressum</b>	200