

<i>Vorwort</i>	S.5	<i>Übersichtskarte</i>	S.12
<i>Tourenübersicht</i>	S.6	<i>Einleitung</i>	S.13

Tour 1: Rund um den Heimbachstausee **S.17**

Ein Bild von einem Industriedenkmal: In der Nähe von Heimbach steht ein altes Jugendstil-Wasserkraftwerk.

Tour 2: Zu den Quellächen der Erft **S.23**

An Heinos Kuchentafel naschen wir und trimmen die Kalorien entweder im Eifelbad oder auf der Reise zu den Quellächen der Erft wieder ab.

Tour 3: Römerstadt am Wassersportsee S.29

Zülpich ist eine Römerstadt – und zeichnet sich vor allem durch schön flaches Umland aus.

Tour 4: Viel Natur und alte Bausubstanz S.35

Von Heimbach an der Rur entlang und dann nach Vlattin hinauf: „Schafe parken verboten“.

Tour 5: Panorama aus Wiesen und Feldern S.41

Von Bad Münstereifel ist es nicht weit bis zur Steinbachtalsperre. Dort kann man nicht nur schwimmen und spielen, sondern auch viel lernen.

Tour 6: Römischer Tempel und Zeugen der Urzeit S.47

Nach der Zuganreise geht es gemütlich bergab. Die Bahn bringt uns zum Ausgangspunkt zurück.

Tour 7: Wunderbare Aussicht über weite Ebenen S.53

Die Kreisstadt in der Ebene hat viel zu bieten, zum Glück nur keine Berge.

Tour 8: Auf den Spuren des historischen Bergbaus S.61

Gigantische Gastronomen auf der Burg und gute Erzähler unter Tage begegnen uns auf dieser Tour.

Tour 9: Durch schattigen Wald ins Ahrtal S.67

Hier wurde bestimmt das Picknick erfunden. Viele Tiere sind am Wegesrand zu entdecken.

Tour 10: Stille Reise durch idyllische Täler S.73

An den Ufern von Olf und Urft kann man die Fischlein im Wasser zählen.

Tour 11: Flache Strecke mit riesiger Aussicht S.79

Durch ein Meer von Getreidefeldern fahren wir zwischen Ville, Siebengebirge und Eifelhöhen an zwei Wasserburgen vorbei.

***Tour 12: Schlösser zwischen weiten Feldern* S.87**

Von der Burg Satzvey aus machen wir uns auf zu einer Reise durch sanftes Hügelland.

***Tour 13: Spiegelndes Wasser und wilde Tiere* S.93**

Eine Staumauer aus Holzzellen. Geier und Seeadler sind für Hellenthaler ganz alltägliche Vögel.

***Tour 14: Rundstrecke: kurz, aber erlebnisreich* S.99**

Bissige Elche, altes Fachwerk, Wind – und Sägemühlen: Vom Tierpark zum Freilichtmuseum in Kommern.

Tour 15: Die „Tour des Eisens“ S.105

Wo ein eiserner Adler ein Häuschen bewacht und ein Museum über "Eisen-Männer" informiert.

Tour 16: Ein „Altstädtchen“ für Genießer S.111

Spiel und Spaß am Kronenburger See und dazu noch ein Stück Geschichte zum Durchwandern.

***Serviceteil:* Adressen der Highlights und Einkehrmöglichkeiten S. 117**