

Inhalt

Vorwort	9
Einleitung	11
Altena	
1. Märkisches Sauerland – Altena im Lennetal	12
Arnsberg	
2. Kloster Oelinghausen und Schloss Herdringen	13
Attendorf	
Von Olpe nach Attendorf und eine Schifffahrt auf dem Biggensee, siehe Nr. 34 auf Seite 46	
Bochum	
3. Kemnader See und Ruhr-Universität Rundweg um Querenburg.	14
Borken	
4. Parklandschaft bei Weseke und Spargelessen in Raesfeld-Erle	15
5. Im Westmünsterland bei Borken Naturschutzgebiet Burlo-Vordingholder-Venn.	16
Bottrop	
6. Kirchheller Heide	17
Breckerfeld	
7. Über die Höhen bei Breckerfeld	18
Castrop-Rauxel	
8. Technische Sehenswürdigkeit Schiffshebewerk Henrichenburg	19
Datteln	
9. Die Haard – ein großes Waldgebiet	20
Dortmund	
10. Aplerbecker Mark und Schwerter Heide	21
11. Am Zusammenfluss von Ruhr und Lenne	22
Düsseldorf	
12. Rheinfähre und Rheinuferweg bei Kaiserswerth und Langst-Kierst	24

Ennepetal

13. Im Tal der Ennepe	25
---------------------------------	----

Essen

14. Für Wanderer und Seefahrer – von Kupferdreh nach Werden	26
15. Am Ostufer des Baldeneysees – Rundweg Kupferdreh	27
16. Kulinarischer Baldeneysee – Rundweg Stadtwald	28

Fröndenberg

17. Zwischen Sauerland und Münsterland Auf dem Haarstrang	29
18. Am Zusammenfluss von Ruhr und Hönne.	30

Gelsenkirchen

19. Vom Stadtwald in Buer zum Schloss Westerholt	31
--	----

Hagen

20. Zwischen Ennepetal und Hagen Hasper Talsperre	32
21. Schloss und Märchenwald in Hohenlimburg.	33

Hattingen

22. Blankenstein – ein bekannter Ausflugsort über der Ruhr	34
23. Wander- und Einkehrparadies Elfringhauser Schweiz	35
24. Von Hattingen ins Grüne	36
Museumszug im Ruhrtal und eine Wanderung über die Ruhrhöhen, siehe Nr. 50 auf Seite 66	

Hemer

25. Wandern in Ihmert und Ritteressen in Kesbern	37
--	----

Herdeke

Ardeygebirge und Harkortsee, siehe Nr. 46 auf Seite 60

Herne

26. Spannung und Entspannung Revierpark Gysenberg	38
--	----

Herscheid

27. Einsame Höhen im Ebbegebirge.	39
28. Zur Verse- und Fürwiggetalsperre	40

Iserlohn

Ritteressen in Kesbern, siehe Nr. 25 auf Seite 37

Kierspe

Jubachtalsperre, siehe Nr. 30 auf Seite 42

Krefeld

29. Westlich des Rheins – Erholungsgebiet Hülser Berg.	41
--	----

Lüdenscheid

30. Waldreicher Ausläufer des Ebbegebirges 42
 Versetalsperre, siehe Nr. 28 auf Seite 40

Meerbusch

Rheinuferweg bei Langst-Kierst, siehe Nr. 12 auf Seite 24

Meinerzhagen

Fürwiggetalsperre, siehe Nr. 28 auf Seite 40

Meschede

31. Am und auf dem Hennesee 43

Nachrodt-Wiblingwerde

32. Aussichtsreiche Hochfläche
 Höhenwanderung in Vesperde 44

Nordkirchen

33. Schloss Nordkirchen – das westfälische Versailles 45

Olpe

34. Von Olpe nach Attendorn
 und eine Schifffahrt auf dem Biggesees 46

Schalksmühle

35. Zwei Wassermühlen und ein Backtag
 Brenscheider Mühlen. 48

Schermbach

36. Naturpark Hohe Mark – Staatsforst Dämmerwald 49

Schwerte

Schwerter Heide, siehe Nr. 10 auf Seite 21

Selm

37. Kunst und Natur in Cappenberg 50

Solingen

38. Berg und Tal an der Wupper
 Oberrüden im Bergischen Land 51
 39. Seilbahn, Schloss und Schlemmerfreuden
 Von der Müngstener Brücke zum Schloss Burg 52
 40. Bergische Kaffeetafel und Dröppelminna
 Wupper – Sengbachtalsperre – Schloss Burg 54

Sundern

41. Auf dem Höhenweg des Sörpesees 55

Velbert

42. Sendeanlagen des WDR – Langenberger Sender 56

Velen

- 43.** Im westlichen Münsterland
 Bauernschaft bei Velen und Ramsdorf 57
-

Waltrop

Zum Schiffshebewerk Heinrichenburg, siehe Nr. 8 auf Seite 19

Warstein

- 44.** Zwischen Haarstrang und Arnsberger Wald
 Sichtigvor im Tal der Möhne 58
-

Wetter

- 45.** Aussichten ins Ruhrtal bei Voßhöfen 59
46. Ardeygebirge und Harkortsee
 Streckenwanderung von Wetter nach Herdecke
 und eine Schifffahrt auf dem Harkortsee 60
-

Witten

- 47.** Durch das Bommerholz 62
48. Impressionen im Dreistädte-Eck
 Witten – Bochum – Dortmund 63
49. Zu Lande und zu Wasser
 vom Kemnader See nach Bommern
 und eine Fahrt auf der Ruhr 64
50. Museumszug im Ruhrtal
 und eine Wanderung über die Ruhrhöhen 66
51. Wiege des Ruhrbergbaus
 Bergbaurundweg Muttental 68
52. Wittens beliebtestes Ausflugsziel
 Borbachtal und Hohenstein an der mittleren Ruhr 70