

# INHALT

<i>Alfons Meyer</i>	
<b>EIN WORT ZUVOR</b>	<b>5</b>
<i>Bruno P. Kremer</i>	
<b>UNTERWEGS MIT DER AHR</b>	<b>7</b>
Stadt, Land, Fluß ... · Frühe Vorlieben reisender Romantiker · Ein kurzer Blick auf Berg und Tal · Die Entwicklung eines Wiesenbaches · Eine ganz neue Wendung	
<i>Wilhelm Meyer</i>	
<b>AUS 400 MILLIONEN JAHREN ERDGESCHICHTE</b>	<b>17</b>
Ein Gebirge wirft Falten · Vulkanschlote öffnen sich · Einschneidende Ereignisse	
<i>Bruno P. Kremer</i>	
<b>AUS FLORA UND FAUNA</b>	<b>27</b>
Warme Insel im kühlen Westen · Ein bunter Flickenteppich · Wacholderheiden – ein Bild aus alter Zeit · Liebenswerte Lückenbewohner	
<i>Hubertus Kischkewitz</i>	
<b>IM TAL DER ROTEN TRAUBE</b>	<b>35</b>
Römer oder Franken? · Geistliches Know-how · Erfolgreiche Selbsthilfe · Von den Roten... · ... und den Weißen · Eine Frage der Lage · Optimistisch in die Zukunft	
<i>Hans-Eckart Joachim</i>	
<b>SPURENSUCHE VON DER STEINZEIT ZU DEN FRANKEN</b>	<b>47</b>
Spuren der Steinzeit · Metallzeit-Relikte · Die Römerzeit · Die Franken	
<i>Josef Ruland</i>	
<b>AUS DEM NOTIZBUCH DES KUNSTFREUNDES</b>	<b>55</b>
Sinzig · Remagen · Bad Bodendorf · Heimersheim · Bad Neuenahr · Ahrweiler · Marienthal · Dernau · Rech · Mayschoß · Altenahr · Pützfeld · Ahrbrück · Hönningen · Dümpelfeld · Schuld · Reifferscheid · Aremberg · Dorsel · Adenau · Niederehe · Blankenheim	
<i>Hildegard Ginzler</i>	
<b>FRÖHLICHKEIT IM JAHRESLAUF</b>	<b>71</b>
Kirmes · Fastnacht · Weiberfastnacht · Maibräuche · Schützenfest · St. Martin · Wallfahrten, Nikolaus, Christkindumgang · Neue Feste	
<i>Christoph Kirschner</i>	
<b>ERLEBNIS- UND GESUNDHEITSLANDSCHAFT AHRTAL</b>	<b>81</b>
Quellen der Gesundheit · Die Kur · Das Heilbad als Gesundheitszentrum · Sport und Freizeit im Ahrtal · Der gute Geist des Weines	
<b>TIPS – NICHT NUR FÜR REGENTAGE</b>	<b>91</b>
<b>ZUM NACHSCHLAGEN UND WEITERLESEN</b>	<b>94</b>