

# INHALT

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