

Inhalt

	Wandern in der Südeifel	6
	Die Maare in der Vulkaneifel	8
	Gäste aus dem Süden	10
	Spuren der Römer	12
	Burgen mit Geschichte	14
Tour	1 Auf dem Rotweinwanderweg – Von Altenahr nach Walporzheim (4.30 Std.; mittelschwer)	16
Tour	2 Ein Gasthaus mit Aussicht – Von Kesseling über Ahrbrück auf den Steinerberg (3.30 Std.; mittelschwer)	20
Tour	3 Täler, Höhen und Wacholder – Auf dem Wacholderweg bei Staffel (5 Std.; mittelschwer)	23
Tour	4 Ein Gang durch die Erdgeschichte – Rund um den Laacher See (1.45/3.30 Std.; einfach)	28
Tour	5 Im Felsental der Nitz – Durch das Nitztal nach Virneburg (4.30 Std.; mittelschwer)	33
Tour	6 Herrliche Aussichten – Auf die Hohe Acht (3.30 Std.; einfach)	36
Tour	7 Weites Land – Von Kelberg nach Ulmen (8.30 Std.; anspruchsvoll)	39

Tour	8	In den Gerolsteiner Dolomiten – Von Gerolstein über die Papenkaule zur Kasselburg (3 Std.; einfach)	45
Tour	9	Im Steffelter Ländchen – Von Lissendorf nach Steffeln (4.45 Std.; einfach)	49
Tour	10	In der Schönecker Schweiz – Durch Seitentäler der Nims auf die Burg Schönecken (4 Std.; einfach)	52
Tour	11	In der Schnee-Eifel – Von der Schneifel-Höhenstraße über das Rohrvenn zum Forsthaus Schneifel (4.30 Std.; mittelschwer)	56
Tour	12	Im Pyrmonter Elztal – Von Pillig zur Burg Pyrmont (3.15 Std.; einfach)	60
Tour	13	Die Burg aus dem Märchen – Von der Ringelsteiner Mühle zur Burg Eitz (2.45 Std.; einfach)	64
Tour	14	Im Tal der »Wilden Endert« – Durch das Enderttal von Kaisersesch nach Cochem (5 Std.; mittelschwer)	68
Tour	15	Wasser über erloschener Glut – Rund um die Dauner Maare (3.30 Std.; einfach)	73
Tour	16	Keltenring und Demerather Heide – Von Steineberg ins Ueßbachtal (4.30 Std.; mittelschwer)	76
Tour	17	Pulvermaar und Lavabombe – Von Gillenfeld nach Strohn (4 Std.; einfach)	80
Tour	18	Landschaft mit Charakter – Vom Meerfelder Maar zum Mosenberg (4 Std.; mittelschwer)	84

Tour	19	Wo schon die Römer badeten – Von Bad Bertrich zur Falkenlay (2.45 Std.; mittelschwer)	88
Tour	20	Hoch über der Mosel – Von Cochem durch das Ellertal zur Winneburg (6.30 Std.; anspruchsvoll)	92
Tour	21	Langer Pfad im tiefen Tal – Auf dem Lieserpfad von Manderscheid nach Wittlich (7 Std.; anspruchsvoll)	98
Tour	22	Eine Abtei und tiefe Wälder – Von Kloster Himmerod zum Hunnenkopf (2.30 Std.; einfach)	103
Tour	24	Im Wittlicher Heckenland – Von Dodenburg über Heckenmünster nach Dierscheid (3.15 Std.; einfach)	106
Tour	24	Durch den Meulenwald – Von Sehlen über Dierscheid nach Föhren (4.45 Std.; mittelschwer)	109
Tour	27	Mühlsteine und Fledermäuse – Von Birresborn über die Eishöhlen zu »Adam und Eva« (2.30 Std.; einfach)	114
Tour	28	In der Kyllburger Waldeifel – Von Kyllburg über Schloss Malberg zur Villa Otrang (6 Std.; anspruchsvoll)	118
Tour	27	Historische Spurensuche – Von Burg Ramstein über die Pützlöcher zur Genovevahöhle (3.30 Std.; mittelschwer)	123
Tour	27	Kleinod im Tal – Durch Seitentäler der Elz bei Monreal (2.30 Std.; einfach)	128
Tour	29	Ins stille Prümatal – Von Echtershausen über die Herrnhecke ins Prümatal (3.30 Std.; einfach)	133

Tour	30	Eine Runde bei Neuerburg – Von Neuerburg über Fischbach nach Sinspelt (4.45 Std.; mittelschwer)	137
Tour	31	Im rauen Islek – Von Irrhausen durchs Irsen-, Eschbach- und Mannerbachtal (5 Std.; mittelschwer)	141
Tour	32	An der luxemburgischen Grenze – Im Ourtal bei Dasburg (3.45 Std.; mittelschwer)	145
Tour	33	Über dem Our-Stausee – Von Vianden über den Millebiert zum Bivelser Steg (4.45 Std.; mittelschwer)	150
Tour	34	In der Bollendorfer Schweiz – Vom Sonnenberg über die Kreuzlay zum Predigtstuhl (2.30 Std.; mittelschwer)	155
Tour	35	Danksagung an die Bärengöttin – Auf dem Felsenpfad um das Ferschweiler Plateau (4.45 Std.; anspruchsvoll)	160
		Kleines Glossar	164
		Eifel-Infos	164
		Register	165
		Abbildungsnachweis/Impressum	168