

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 Pymont
(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 Sehlem 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 Eichtershausen
über die Herrhecke 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 rauhen 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