

# Inhalt

- 3 Vorwort
- 4 Kartenlegende
- 9 Rund um Hamburg
- 14 Zu diesem Buch

## Touren in Hamburg

- 19 Tour 1 **LEICHT** 13,9 km  
**Im Duvenstedter Brook**
- 23 Tour 2 **LEICHT** 6,4 km  
**Im Wittmoor**
- 24 **Wittmoor**
- 26 Tour 3 **LEICHT** 10,1 km  
**Raakmoor und Alter Müllberg**
- 29 Tour 4 **LEICHT** 15,2 km  
**Entlang der Alster (Teil 1)**
- 35 Tour 5 **MITTEL** 20,7 km  
**Entlang der Alster (Teil 2)**
- 42 Tour 6 **LEICHT** 11,6 km  
**Der Elbuferweg**
- 47 Tour 7 **LEICHT** 6,7 km  
**Das Falkensteiner Ufer**
- 50 Tour 8 **LEICHT** 5,7 km  
**Die Boberger Dünen**
- 53 Tour 9 **MITTEL** 10,3 km  
**In den Harburger Bergen**
- 57 Tour 10 **MITTEL** 12,3 km  
**Die Fischbeker Heide**
- 62 Tour 11 **LEICHT** 13,1 km  
**Durch die Wulmstorfer Heide**

## Touren in Schleswig-Holstein

- 66 Tour 12 **LEICHT** 8,4 km  
**Willkomm-Höft und Vogelstation**
- 70 Tour 13 **LEICHT** 14,9 km  
**Rund um das Himmelmoor**
- 73 Tour 14 **LEICHT** 10,1 km  
**Der Störwanderweg**
- 75 Tour 15 **SCHWER** 20,6 km  
**Von Dauenhof nach Itzehoe**
- 76 **Breitenburger Kanal**
- 78 **Die Stör**
- 81 **Itzehoe**
- 83 Tour 16 **LEICHT** 14,7 km  
**Von Dauenhof nach Barmstedt**
- 87 **Barmstedt**
- 88 Tour 17 **LEICHT** 12,6 km  
**Das Dosenmoor**
- 92 Tour 18 **MITTEL** 8 km  
**Zum Krattkoppelsee  
im Segeberger Staatsforst**
- 95 Tour 19 **LEICHT** 10,1 km  
**Rund um den  
Großen Segeberger See**
- 98 **Bad Segeberg**
- 100 Tour 20 **LEICHT** 12,2 km  
**Auf dem Stormarnweg  
von Bad Oldesloe nach Reinfeld**
- 104 **Matthias Claudius**
- 106 Tour 21 **LEICHT** 5,7 km  
**Naturerlebnispfad Reinfeld**

108	<i>Tour 22</i>	<i>LEICHT</i>	8,2 km	135	<i>Tour 27</i>	<i>LEICHT</i>	5 km				
<b>Um den Küchensee zur Inselstadt</b>											
110	Ratzeburg			137	<i>Tour 28</i>	<i>LEICHT</i>	7,8 km				
<b>Von Kiekut nach Ahrensburg</b>											
112	<i>Tour 23</i>	<i>LEICHT</i>	12,7 km	140	Ahrensburg						
<b>Der Große Ratzeburger See</b>											
116	<i>Tour 24</i>	<i>MITTEL</i>	17,5 km	141	<i>Tour 29</i>	<i>LEICHT</i>	12 km				
<b>Entlang der Wakenitz nach Lübeck</b>											
117	Die Wakenitz			142	Billetal						
121	Lübeck			145	<i>Tour 30</i>	<i>LEICHT</i>	4,7 km				
126	<i>Tour 25</i>	<i>MITTEL</i>	17,7 km	<b>Der Schlangenweg</b>							
<b>Die Möllner Seenkette</b>											
130	Mölln			148	Lauenburg/Elbe						
132	<i>Tour 26</i>	<i>MITTEL</i>	12,5 km	150	<i>Tour 31</i>	<i>MITTEL</i>	18,6 km				
<b>Durch die Hahnheide</b>											
<b>Am Elbufer von Lauenburg nach Geesthacht</b>											
154 Alfred Nobel											

156	Geesthacht			
158	<i>Tour 32</i>	<i>MITTEL</i>	19,7 km	
	Entlang des Geesthangs von Geesthacht nach Bergedorf			
162	Vier- und Marschlande			
165	Hamburg-Bergedorf			
166	<i>Tour 33</i>	<i>LEICHT</i>	6 km	
	Die Besenhorster Sandberge			
<b>Touren in Niedersachsen</b>				
170	<i>Tour 34</i>	<i>MITTEL</i>	17,9 km	
	Über die Landwehr nach Lüneburg			
171	Landwehr			
174	Lüneburg			
177	<i>Tour 35</i>	<i>LEICHT</i>	10,7 km	
	Durch die Untere Seeveniederung			
179	<i>Tour 36</i>	<i>LEICHT</i>	6 km	
	Rund um den Wildpark			
181	<i>Tour 37</i>	<i>MITTEL</i>	17,9 km	
	Durch die Schwarzen Berge			
187	<i>Tour 38</i>	<i>LEICHT</i>	12,2 km	
	Auf dem Estedeich durchs Alte Land			
188	Das Alte Land			
192	Buxtehude			
194	<i>Tour 39</i>	<i>LEICHT</i>	6,7 km	
	Im Neukloster Forst			
196	<i>Tour 40</i>	<i>LEICHT</i>	11,5 km	
	Von Harsefeld nach Horneburg			
202	<i>Tour 41</i>	<i>LEICHT</i>	11,8 km	
	Der Moorexpress			
206	Stade			
210	<i>Tour 42</i>	<i>LEICHT</i>	14,3 km	
	An der Este (West)			
215	<i>Tour 43</i>	<i>LEICHT</i>	9,5 km	
	An der Este (Ost)			
218	<i>Tour 44</i>	<i>LEICHT</i>	11,1 km	
	Durch das Büsenbachtal zum Brunsberg			
222	<i>Tour 45</i>	<i>LEICHT</i>	10,2 km	
	Von Handeloh nach Wehlen und zurück			
225	<i>Tour 46</i>	<i>MITTEL</i>	19,4 km	
	Auf dem Pastor-Bode-Weg nach Wilsede			
231	<i>Tour 47</i>	<i>LEICHT</i>	7,2 km	
	Zur Oldendorfer Totenstatt			
234	<i>Tour 48</i>	<i>MITTEL</i>	46,1 km	
	Lila Krönung (2-Tages-Tour)			
247	Die Lüneburger Heide			
248	Schneverdingen			
250	<i>Tour 49</i>	<i>LEICHT</i>	6,6 km	
	Der Moorerlebnispfad Pietzmoor			
252	<i>Tour 50</i>	<i>MITTEL</i>	27 km	
	NORDPFADE – Rotenburger Wasserreich und Dör 't Moor			
257	Rotenburg (Wümme)			
259	Ortsindex			