

Inhaltsverzeichnis	2
Vorwort	8

Die Touren

1 RÖMER UND PREUSSEN

Rundtour Wesel – Hünxe – Schermbeck, 41 km	14
--	----

2 WO SICH LIPPE UND EMSCHER MIT DEM RHEIN VERMISCHEN

Rundtour Dinslaken – Voerde – Hünxe, 51 km	20
--	----

3 EIN PERFEKTES WASSERSCHLOSS

Rundtour Dorsten – Wulfen – Rhade, 38 km	26
--	----

4 GAR NICHT SO VIELE BERGE HIER IN ALPEN

Rundtour Rheinberg – Ossenberg – Alpen, 45 km	32
---	----

5 HIMMELSTREPPE ZUM KLOSTER

Rundtour Kerken – Neukirchen-Vlyn – Kamp-Lintfort, 37 km	38
--	----

6 DAS „GELEUCHT“

Rundtour Moers – Orsoy – Ruhrort, 37 km	44
---	----

7 LAPADU DIREKT AN DER HOAG – ALLES KLAR SOWEIT?

Rundtour Meiderich – Sterkrade – Walsum, 36 km	50
--	----

8 NÖRDLICH DER TROPEN

Rundtour Bottrop – Oberhausen – Prosper Haniel, 22 km	56
---	----

9 DAS GESICHT DER INDUSTRIEKULTUR

Rundtour Essen – Stroppenberg – Frillendorf, 20 km 62

10 DAS GRANDIOSE FINALE DER RUHR

Rundtour Mülheim – Duisburg, 28 km 72

11 TIGER UND SCHILDKRÖTEN

Rundtour Duisburg-Hochfeld – Kaiserswerth – Angermund, 39 km 78

12 RADSCHNELLWEGRUHR – DER „RUHRSCHLEICHWEG“ IST GESCHICHTE!

Rundtour Mülheim – Frohnhausen – Werden, 36 km 88

13 KRUPPS „HÄUSCHEN“

Rundtour Essen – Kupferdreh – Werden, 39 km 98

14 DURCH DIE GESCHÜTZTE NATUR DES ANGERTALS

Streckentour Mülheim (Ruhr) – Kettwig – Ratingen, 35 km 104

15 AUF DER NIEDERBERGBAHN VON DER DÜSSEL ZUR RUHR

Streckentour Wülfrath-Aprath – Heiligenhaus – Werden, 32 km 110

16 SIND WIR SCHON IM MÜNSTERLAND?

Rundtour Haltern – Ahsen – Olfen, 43 km 116

17 FASZINIERENDE TECHNIK

Rundtour Castrop-Rauxel über Waltrop, 37 km 122

18 AM GUTEN ALTEN KUIHBACH ENTLANG

Rundtour Lünen – Werne – Bergkamen, 34 km 128

19 ELEFANTEN UND TEMPEL: EIN HAUCH VON FERNOST

Rundtour Hamm – Uentrop – Dolberg, 30 km 134

20 LANDMARKEN

Rundtour Gelsenkirchen – Hochlarmark – Herne-Crange, 22 km 144

21 FRÜHER DAS ERZ, HEUTE DIE RADLER

Streckentour Bochum – Wattenscheid – Recklinghausen, 27 km 154

22 SPRINGLEBENDIG RADELN AUF DEM SPRINGORUM

Rundtour Bochum – Hattingen, 40 km 160

23 DIE WIEGE DES RUHRBERGBAUS

Rundtour Witten – Muttental – Hattingen, 40 km 166

24 HOFFENTLICH GUTES WETTER, HIER IN WETTER (RUHR)

Streckentour Schwerte – Wetter – Witten, 30 km 172

25 KEINE IST GRÖßER!

Streckentour Dortmund-Hörde – Dorstfeld – Wischlingen, 23 km 182

26 WASSER: MAL ALS QUELLE, MAL ALS SCHLOSSGRABEN

Rundtour Holzwickede – Geisecke – Opherdicke, 18 km 192

**27 AUCH EINE BRAUEREI GEHÖRT ZUR ROUTE
DER INDUSTRIEKULTUR**

Rundtour Holzwickede – Unna – Niedermassen, 23 km 198

28 KEINESWEGS IN DIE HÖLLE AUF DEM HELLWEG

Rundtour Unna – Werl, 41 km 204

29 RADELN IN HÖCHSTER PERFEKTION

Streckentour Wuppertal – Sprockhövel – Hattingen, 36 km 210

30 HANDWERK UND TECHNIK VON ANNO DAZUMAL

Rundtour Hagen – Waldbauer – Selbecke, 22 km 216

Mit Ortsporträts von

Essen 68

Duisburg 84

Mülheim 94

Hamm 140

Gelsenkirchen 150

Hagen 178

Dortmund 188

Impressum 224