

Inhaltsverzeichnis

Einführung

Vorwort	6
(Albert Hüser)	
Einleitung	8
(Johannes Kopel-Varchmin)	
Übersichtskarte	12
Tipps und Informationen zum Wandern	14
(Johannes Kopel-Varchmin)	

Wanderungen

Nordlippe

1. Salzetal und Stadtwald Bad Salzuflen mit dem Vierenberg.....	24
(Fabian Fester)	
2. Taller Bergrunde – sportlich, aussichtsreich, vielfältig!.....	32
(Rainer Dubbert, Matthias Füller)	
3. Grenzwanderung über die Extetaler Randhöhen.....	40
(Helmut Depping, Matthias Füller)	
4. Rund um den Schwelentruper Talkessel – Burg Sternberg	48
(Helmut Depping, Matthias Füller, Johannes Kopel-Varchmin, Bernd Mühlenmeier)	
5. Humfeld – ein lippisches Dorf und seine Umgebung	56
(Friedrich Brakemeier, Angelika Nolte)	
6. Den Fluss (fast) immer im Blick – Wandern entlang der Bega in Lemgo.....	66
(Dieter Jooß)	

Südostlippe

7. Der „Kunstpfad“ durch die Barntruper Kernstadt, die Beganiederung und den Stadtwald	78
(Johannes Kopel-Varchmin)	
8. Winterberg und Herlingsburg – eine Waldrunde bei Blomberg-Eschenbruch	86
(Gerhard Nagel)	

9.	Auf dem Kirchweg von Lügde zu den Höhendorfern der Ottensteiner Hochfläche	96
	(<i>Johannes Kopel-Varchmin, Andreas Rahns</i>)	
10.	Im stillen lippischen Südosten: Elbrinxen – Sabbenhauser Egge – Kloster Falkenhagen	104
	(<i>Matthias Füller, Johannes Kopel-Varchmin</i>)	
11.	Grandiose Rundumsicht und beeindruckende Natur – der Köterberg.....	114
	(<i>Matthias Füller, Johannes Kopel-Varchmin</i>)	
12.	Schwalenberg – Landschaftsgeschichte und mittelalterliches Flair.....	124
	(<i>Matthias Füller, Joachim Kleinmanns</i>)	

Westlippe und Teutoburger Wald

13.	Silberbach, Preußische und Lippische Velmerstot.....	136
	(<i>Matthias Füller</i>)	
14.	Weite Blicke und tiefe Täler im Kohlstädter Kalkbergland	146
	(<i>Henning Schwarze</i>)	
15.	Die Wanderroute Römer-Ritter-Riten – Externsteine, Falkenburg, Vogeltaufe, Bärenstein	154
	(<i>Johannes Kopel-Varchmin, Adolf Nagel</i>)	
16.	Hiddesen – Hermannsdenkmal – Waldeinsamkeit am Dreiflussstein.....	162
	(<i>Matthias Füller, Helmut Huneke</i>)	
17.	Auf Pilgerpfaden rund um Stapelage.....	172
	(<i>Wolfgang Thevis</i>)	
18.	Eine neue Landschaft ist entstanden – Erlebniswandern in Oerlinghausen.....	182
	(<i>Horst Biere, Klaus Biere</i>)	

Anhang

Empfehlenswerte Wanderliteratur für Lippe.....	190
Literatur und Internetadressen	193
Bildnachweis.....	196
Dank	198
Autoren und Unterstützer	199