

Inhaltsverzeichnis	2
Vorwort	8

Die Touren

1 DAS TOR ZUM SAUERLAND	
Streckentour Wetter – Hagen – Iserlohn-Letmathe, 32 km	14
2 DIE SPITZENTOUR: NADELN, STALMITEN, STALAGTITEN	
Rundtour von Iserlohn – Sümmern - Letmathe, 40 km	24
3 KÖNIG ALBERICHS FELSENMEER	
Rundtour Iserlohn – Hemer – Frönsberg, 34 km	36
4 HÖHLENFORSCHUNG	
Streckentour Neuenrade – Hemer – Menden, 30 km	44
5 WO RICHARD SCHIRRMANN DIE JUGENDHERBERGE ERFAND	
Rundtour Neuenrade – Altena, 30 km	50
6 EINMAL „UMME SORPE“	
Rundtour Balve – Wocklum – Amecke, 33 km	56
7 VIEL LICHT AN DER RUHR	
Streckentour Arnsberg – Fröndenberg/Ruhr, 37 km	62
2 E-Bike-Touren	

8 RUND UM'S MEER

Rundtour Soest um die Möhnetalsperre, 65 km 70

9 ZWISCHEN BIER UND TROPFSTEINEN

Rundtour Warstein – Hirschberg – Belecke, 35 km 76

10 SAUERLANDRING - DIE „NORDSCHLEIFE“

Rundtour Freienohl – Eslohe – Meschede, 47 km 84

11 HENNESEE? DEN KENNE ICH!

Rundtour Meschede – Hennesee – Remblinghausen, 24 km 90

12 IN DEN TÄLERN VON MÖHNE UND ALME

Rundtour Brilon – Siddinghausen – Niederalme, 39 km 100

13 WILLINGEN - BEKANNT, BELIEBT, BERÜCHTIGT?

Rundtour Willingen – Bontkirchen – Diemelsee, 39 km 106

14 MIT DEM FAHRRAD DURCH DIE RUHR?

Rundtour Winterberg – Niedersfeld – Siedlinghausen, 40 km 112

15 DIE ZWEITKLEINSTE STADT VON NRW

Rundtour Winterberg – Hallenberg, 43 km 126

16 DER PROMINENTESTE BERG DES SAUERLANDES

Streckentour Winterberg – Schmallenberg – Lennestadt, 46 km 132

17 SCHIEFER – MAL AM HAUS, MAL IM BODEN	
Rundtour Bad Berleburg – Aue – Erndtebrück, 38 km	138
18 WILDE TIERE UND EINE WILDE ABFAHRT	
Rundtour Kirchhundem – Oberhundem, 37 km	144
19 „NEUER KLASSIKER“ FÜR ZWEI TAGE – DER SAUERLANDRADRING	
Rundtour Lennestadt – Finnentrop – Schmallenberg, 83 km	152
20 DER WILDE WESTEN IM SAUERLAND	
Rundtour Finnentrop – Elspe – Fretter, 47 km	166
21 BEEINDRUCKEND – DIE BURGRUINE HOCH ÜBER DER LENNE	
Streckentour Lennestadt – Plettenberg – Werdohl, 45 km	172
22 UNTERWEGS AN BIGGE, LENNE, VEISCHEDE UND REPE	
Rundtour Attendorn – Finnentrop, 45 km	178
23 VIELE ZUFLÜSSE, ABER DIE BIGGE IST EINMALIG	
Rundtour Attendorn – Olpe, 36 km	190
24 BITTE (NACH) WENDEN	
Rundtour Olpe – Wenden, 27 km	196

25 AUF ALLEENRADWEG INS BERGISCHE LAND

Streckentour Olpe – Drolshagen – Gummersbach, 30 km 204

26 SIND WIR NOCH IM SAUERLAND ODER SCHON IM BERGISCHEN?

Rundtour Meinerzhagen – Valbert, 48 km 212

27 WUPPER ODER WIPPER

Rundtour Marienheide – Kierspe – Holzvipper, 31 km 218

Mit Ortsporträts von

Hagen 20

Iserlohn 30

Meschede 96

Winterberg 120

Schmallenberg 162

Attendorn 184

Impressum 224