

INHALT

TOP TEN	8
VORWORT	11
QUICKFINDER	12
UNTERWEGS IM RUHRGEBIET	14

Die Routen

MITTEN IM RUHRGEBIET

1	NATUR UND INDUSTRIEKULTUR	20
	Nordsternpark – Tetraeder – Bottrop – Zeche Zollverein	
2	RHEIN-HERNE-KANAL UND EMSCHER	28
	Schleusenpark Waltrop – Henrichenburg – Halde Hoheward – Emschertal	
3	GENUSSTOUR UM RECKLINGHAUSEN	34
	Recklinghausen – Westerholt – Oer-Erkenschwick – Suderwich	
4	BAHNTRASSENSPASS	40
	Wanne-Eickel – Bochum – Harpener Teiche – Zeche Hannover	
5	ZUR WIEGE DES RUHRBERGBAUS	48
	Kokerei Hansa – Zeche Nachtigall – Witten – Menglinghausen	
6	EINE RUNDE VOLLER HIGHLIGHTS	54
	Oberhausen – Mülheim an der Ruhr – Haus Ripshorst	

IM TAL VON RUHR UND LENNE

- | | | |
|----|---|-----|
| 7 | ESSENS GRÜNE SEITEN | 64 |
| | Mülheim an der Ruhr – Baldeneysee –
Margarethenhöhe | |
| 8 | BERG UND TAL | 72 |
| | Hattingen – Sprockhövel –
Haßlinghausen – Kemnader See | |
| 9 | DREI-SEEN-TOUR | 80 |
| | Hattingen – Kemnader See – Harkortsee –
Hengsteysee – Herbede | |
| 10 | AN DER SCHWELLE ZUM SAUERLAND | 86 |
| | Schwerte – Seilersee – Iserlohn –
Hohenlimburg – Hengsteysee | |
| 11 | ZUR QUELLE DER EMSCHER | 94 |
| | Schwerte – Geisecke – Emscherquelle –
Holzwickede – Opherdicke | |
| 12 | AM OSTRAND DES REVIERS | 100 |
| | Fröndenberg – Dellwig – Opherdicke – Unna –
Hemmerde – Wickede | |

LINKS UND RECHTS DER LIPPE

- | | | |
|----|--|-----|
| 13 | DURCH DIE HOHE MARK | 110 |
| | Wesel – Drevenack – Damm – Schermbeck –
Gartrop – Krudenburg | |
| 14 | KIRCHHELLER HEIDE | 116 |
| | Dorsten – Kirchhellen – Heidesee – Heidhof –
Gartrop – Schermbeck | |
| 15 | DREI-SCHLÖSSER-TOUR | 124 |
| | Dorsten – Schermbeck – Raesfeld – Lembeck –
Wulfen – Hervest | |
| 16 | AN LIPPE UND STEVER | 130 |
| | Haltern am See – Alte Fahrt –
Dattelner Meer – Flaesheim | |

17	UM DIE BORKENBERGE	136
	Halterm am See – Hullem – Leversum – Dülmen – Hausdülmen – Sythen	
18	KNOTENPUNKT DATTELNER MEER	144
	Ahsen – Datteln – Vinnum – Alstedde – Lippholthausen – Waltrop	
19	ENTLANG DER SESEKE	150
	Lünen – Kamen – Bönen – Flierich – Unna – Königsborn – Bergkamen – Werne	
20	VON ALLEM ETWAS	158
	Werne – Hamm – Flierich – Unna – Königsborn – Kamen	

AM RHEIN

21	DINGDENER HEIDE	168
	Hamminkeln – Ringenberg – Dingden – Bocholter Aasee	
22	BAGGERSEEN UND SCHLÖSSER	174
	Wesel – Bislich – Hamminkeln – Ringenberg – Diersfordt	
23	XANTENER HÜGELLAND	182
	Xanten – Marienbaum – Uedem – Uedemerbruch – Sonsbeck	
24	XANTENER SCHLEIFE	190
	Xanten – Wardt – Rees – Bislich – Werrich – Ginderich – Birten	
25	GLANZSTÜCKE AM NIEDERRHEIN	196
	Rheinberg – Ossenbergr – Orsoy – Budberg – Kamp-Lintfort – Kloster Kamp	

PS 204

UNSER NACHHALTIGKEITSKODEX 205

REGISTER 206

IMPRESSUM 208