

**ETAPPE 1**

**Über grüne Hügel und bewaldete Höhen**

Von Essen nach Velbert • 11,4 km

10

**ETAPPE 2**

**Auf und ab durchs Niederbergische**

Von Velbert nach Wülfrath • 22,7 km

20

**ETAPPE 3**

**Am Fluss entlang, der Düsseldorf den Namen gab**

Von Wülfrath nach Gräfrath • 24,9 km

36

**ETAPPE 4**

**Industriegeschichte auf breiten Wegen**

Von Gräfrath nach Schloss Burg an der Wupper • 18 km 50

**ETAPPE 5**

**Über die Höhen der Wupper zur Wiege des Bergischen Landes**

Von Schloss Burg nach Altenberg • 26,4 km

64

**ETAPPE 6**

**Wo auch Goethe ins Schwärmen geriet**

Von Altenberg nach Bensberg • 18,2 km

80

**ETAPPE 7**

**Durch den Königsforst auf den höchsten Berg von Köln**

Von Bensberg nach Forsbach • 14,1 km

96

**ETAPPE 8**

**Am Lüderich gruben schon die Römer nach Erz**

**Von Forsbach nach Overath • 19,8 km**

**106**

**ETAPPE 9**

**Durch ein fast versunkenes Paradies ins Land der Heufresser**

**Von Overath nach Much • 18,4 km**

**120**

**ETAPPE 10**

**Vom jungen Böll und Indianern im Wahnbachtal**

**Von Much nach Neunkirchen • 14,8 km**

**136**

**ETAPPE 11**

**In »Fjorden« schlummert das Wasser für Bonn**

**Von Neunkirchen nach Hennef • 19,5 km**

**146**

**ETAPPE 12**

**Auf alpinen Pfaden zwischen Bröl, Sieg und Abflugschanze**

**Von Hennef nach Stadt Blankenberg • 13,7 km**

**162**

**ETAPPE 13**

**Den Ölberg immer wieder im Blick**

**Von Stadt Blankenberg nach Oberpleis • 18,2 km**

**176**

**ETAPPE 14**

**Zwischen Riesen, Rittern und Rheinromantik**

**Von Oberpleis nach Königswinter • 12,7 km**

**192**

**Abbildungsnachweis**

**208**

**Die Autoren**

**208**