

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>5</b>
<b>Einleitung</b>	<b>7</b>
<b>Wandern mit Löns – Das romantische Tal der Helle</b>	
Das Tal der Lieder	9
Hasenlöppelborn	9
Die Grenze	10
Eine Glashütte	10
Pflanzen und Tiere im Hellental	11
Das Dorf an der Steinbeke	14
	15
Im stillen Hasselbachtal	19
Wasser auch Rohrbuch und Hundebruch	19
Die Waldmühle	21
Niemanns Villa	22
Ulrichs Teich und Pipping	23
Auf den Spuren weiterer Mühlen	25
	25
Der lange Lauf der Holzminde	29
Die Quelle im Moor	29
Neuhaus und Fohlenplacken	30
Vom Wagental ins Rumohrtal	32
	32
Derentaler Wiesen und Steimketal	39
Grenzsteine	43
Eine botanische Seltenheit	43
Das Wiechelmann-Denkmal	44
	44
Der doppelte Reiherbach	47
Der Amelither Bach	47
Der Bach aus den Hutewäldern	49
Nienover - Schloss, Stadt und Mühle	51
Eine Papiermühle	53
Durch Bodenfelde zur Weser	54
	54
Die Ahle und ihre Nebenbäche	57
Die Quelle	57
Ein Wort zur Dölme	58
Der versteinte Tepkenborn	59
Forellen aus der Ahle	60
Am schönen Hagen	61
Der Italsbach	65
Der Uslarer Mühlengraben	66
Das Rehbachtal	69
Schlarpe	69
Bollerts Mühle	70
Eiserner Gustav	70
Delliehäuser Sandgrube	71
Der Bergsee	71
Volpriehausen	72
Malliehagen	72
Dinkelhausen und Bollensen	73
Bollensen	74
Die Dieße und ihr Einzugsgebiet	77
Das Grimmefelder Tal	78
Renneborn und Rotes Wasser	82
Lauenberg	83
Die Ilme und ihre Geschwister	85
Quellgebiet am Neuen Teich	85
Die Holzflöße war schuld	87
Lakenteich und Lakenborn	88
Das Riepenbachtal	91
Relliehausen: Papier und Forellen	92

## Dank