

Inhalt

- 3 Vorwort
- 4 Kartenlegende
- 9 Rund um Hamburg
- 14 Zu diesem Buch

Touren in Hamburg

- 21 Tour 1 LEICHT 13,9 km
Im Duvenstedter Brook
- 25 Tour 2 LEICHT 6,4 km
Im Wittmoor
- 28 Tour 3 LEICHT 10,0 km
Raakmoor und Alter Müllberg
- 31 Tour 4 LEICHT 15,2 km
Entlang der Alster (Teil 1)
- 36 Tour 5 MITTEL 20,5 km
Entlang der Alster (Teil 2)
- 42 Tour 6 LEICHT 11,7 km
Der Elbuferweg
- 46 Tour 7 LEICHT 6,5 km
Das Falkensteiner Ufer
- 49 Tour 8 LEICHT 5,7 km
Die Boberger Dünen
- 52 Tour 9 MITTEL 10,2 km
In den Harburger Bergen
- 56 Tour 10 MITTEL 12,2 km
Die Fischbeker Heide
- 60 Tour 11 LEICHT 13,0 km
Durch die Wulmstorfer Heide

Touren in Schleswig-Holstein

64	Tour 12	LEICHT	8,3 km	118	Tour 25	MITTEL	17,7 km
	Willkomm-Höft und Vogelstation			122	Die Möllner Seenkette		
68	Tour 13	LEICHT	14,9 km	123	Tour 26	MITTEL	12,7 km
	Rund um das Himmelmoor				Durch die Hahnheide		
71	Tour 14	LEICHT	10,1 km	126	Tour 27	LEICHT	5,0 km
	Der Störwanderweg				Rund um den Lütjensee		
73	Tour 15	SCHWER	20,3 km	128	Tour 28	LEICHT	7,8 km
	Von Dauenhof nach Itzehoe				Von Kiekut nach Ahrensburg		
78	Itzehoe			131	Ahrensburg		
79	Tour 16	LEICHT	14,0 km	132	Tour 29	MITTEL	12,1 km
	Von Dauenhof nach Barmstedt				Billetal und Sachsenwald		
83	Barmstedt			136	Tour 30	LEICHT	4,4 km
84	Tour 17	LEICHT	12,4 km		Der Schlangenweg		
	Das Dosenmoor			139	Lauenburg (Elbe)		
88	Tour 18	MITTEL	8,0 km	140	Tour 31	MITTEL	18,0 km
	Zum Schapwasch im				Am Elbufer von		
	Segeberger Staatsforst				Lauenburg nach Geesthacht		
91	Tour 19	LEICHT	10,2 km	147	Tour 32	MITTEL	19,7 km
	Rund um den				Entlang des Geesthangs von		
	Großen Segeberger See				Geesthacht nach Bergedorf		
94	Bad Segeberg			153	Hamburg-Bergedorf		
95	Tour 20	LEICHT	12,2 km	154	Tour 33	LEICHT	6,0 km
	Auf dem Stormarnweg von				Die Besenhorster Sandberge		
	Bad Oldesloe nach Reinfeld						

Touren in Niedersachsen

100	Tour 21	LEICHT	5,7 km	158	Tour 34	MITTEL	17,8 km
	Der Naturerlebnispfad Reinfeld				Über die Landwehr nach Lüneburg		
102	Tour 22	LEICHT	8,3 km	160	Landwehr		
	Um den Küchensee zur Inselstadt			162	Lüneburg		
104	Ratzeburg			165	Tour 35	LEICHT	10,6 km
106	Tour 23	LEICHT	12,7 km			Durch die Untere Seeveniederung	
	Der Große Ratzeburger See			167	Tour 36	LEICHT	5,8 km
110	Tour 24	MITTEL	17,4 km			Rund um den Wildpark	
	Entlang der Wakenitz nach Lübeck			169	Tour 37	MITTEL	17,8 km
115	Lübeck					Durch die Schwarzen Berge	

<u>175</u>	<u>Tour 38</u>	<u>LEICHT</u>	<u>12,1 km</u>	<u>204</u>	<u>Tour 45</u>	<u>LEICHT</u>	<u>9,9 km</u>
	Über den Estedeich nach Buxtehude				Von Handeloh nach Wehlen und zurück		
<u>178</u>	<u>Buxtehude</u>			<u>207</u>	<u>Tour 46</u>	<u>MITTEL</u>	<u>19,1 km</u>
<u>180</u>	<u>Tour 39</u>	<u>LEICHT</u>	<u>6,5 km</u>		Auf dem Pastor-Bode-Weg nach Wilsede		
<u>182</u>	<u>Tour 40</u>	<u>LEICHT</u>	<u>11,5 km</u>	<u>213</u>	<u>Tour 47</u>	<u>LEICHT</u>	<u>7,1 km</u>
	Von Harsefeld nach Horneburg				Zur Oldendorfer Totenstatt		
<u>187</u>	<u>Tour 41</u>	<u>LEICHT</u>	<u>11,6 km</u>	<u>216</u>	<u>Tour 48</u>	<u>MITTEL</u>	<u>46,1 km</u>
	Der Moorexpress				Lila Krönung (2-Tages-Tour)		
<u>191</u>	<u>Stade</u>			<u>229</u>	<u>Tour 49</u>	<u>LEICHT</u>	<u>6,3 km</u>
<u>193</u>	<u>Tour 42</u>	<u>LEICHT</u>	<u>14,1 km</u>		Der Moorerlebnispfad Pietzmoor		
	An der Este (West)			<u>231</u>	Schneverdingen		
<u>197</u>	<u>Tour 43</u>	<u>LEICHT</u>	<u>9,4 km</u>	<u>232</u>	<u>Tour 50</u>	<u>MITTEL</u>	<u>23,7 km</u>
	An der Este (Ost)				Das Große und Weiße Moor		
<u>200</u>	<u>Tour 44</u>	<u>LEICHT</u>	<u>11,1 km</u>		237 Rotenburg (Wümme)		
	Durch das Büsenbachtal zum Brunsberg				239 Ortsindex		