

# Inhalt

3	Vorwort		
4	Kartenlegende		
7	RuhrtalRadweg		
13	Zu diesem Buch		
15	Von Winterberg nach Fröndenberg	103 km	
30	Über die Hünenburg (3,5 km)		
36	Ausflug zum Möhnesee (27 km)		
38	Variante über das Rumbecker Holz (5 km)		
45	Von Fröndenberg nach Duisburg	129,1 km	
46	Ausflug nach Unna (10,5 km)		
54	Hochwasserumfahrung Schwerte (4 km)		
56	Variante über Syburg (3,5 km)		
58	Variante südlich des Harkortsees (6 km)		
62	Hochwasserumfahrung (2 km)		
65	Alternative zur Fähre (3 km)		
72	Hochwasserumfahrung Hattingen bis Überra-Hinsel (11 km)		
88	Zum Bahnhof Ruhrort (5,3 km)		
91	Übernachtungs- und Serviceverzeichnis		
99	Danke		
100	Ortsindex		

Arnsberg	35
Bigge	25
Duisburg	87
Fröndenberg	44
Hattingen	71
Herdecke	59
Meschede	29
Mülheim an der Ruhr	83
Olsberg	25
Ruhrort	89
Unna	48
Wetter	61
Winterberg	16