

<b>TOUR 1: KULTURLANDSCHAFTEN</b>	<b>7</b>
<b>Von Schloss Benrath in die Kämpe</b>	
14,1 km   30 Hm   3,5 Std.   Rundweg	
<b>TOUR 2: WILDE WEITE</b>	<b>15</b>
<b>Am Rhein entlang nach Himmelgeist</b>	
10,1 km   9 Hm   2,5 Std.   Strecke	
<b>TOUR 3: URSPRUNG</b>	<b>25</b>
<b>Garath und die Urdenbacher Kämpe</b>	
8 km   11 Hm   2 Std.   Rundweg	
<b>TOUR 4: GRAFENSITZ</b>	<b>33</b>
<b>Kleine Runde um Schloss Heltorf</b>	
5,9 km   3 Hm   1,5 Std.   Rundweg	
<b>TOUR 5: BEUYS-SPUREN</b>	<b>39</b>
<b>Von Büderich an den Rhein</b>	
8,1 km   24 Hm   2 Std.   Rundweg	
<b>TOUR 6: AUF UND AB</b>	<b>47</b>
<b>Große Runde im Aaper Wald</b>	
11,7 km   175 Hm   3 Std.   Rundweg	
<b>TOUR 7: BILDERBUCHIDYLLE</b>	<b>57</b>
<b>Durch die Bachtäler bei Erkrath</b>	
9,1 km   139 Hm   2,5 Std.   Rundweg	
<b>TOUR 8: SCHÖNE AUSSICHTEN</b>	<b>67</b>
<b>Durch den Aaper Wald</b>	
9,9 km   87 Hm   2,5 Std.   Rundweg	
<b>TOUR 9: PARALLELWELTEN</b>	<b>77</b>
<b>Vom Medienhafen nach Hamm</b>	
7,8 km   17 Hm   2 Std.   Rundweg	
<b>TOUR 10: ZEITZEUGEN</b>	<b>87</b>
<b>Rund um Kaiserswerth</b>	
8 km   14 Hm   2 Std.   Rundweg	

<b>TOUR 11: MITTELALTERLEBEN</b> Von Ratingen ins Angerbachtal 11,3 km   48 Hm   3 Std.   Rundweg	<b>97</b>
<b>TOUR 12: ALTE WEGE</b> Durch das Rotthäuser Bachtal 14,5 km   345 Hm   4 Std.   Rundweg	<b>107</b>
<b>TOUR 13: KONTRASTE</b> Rund um den Garather Forst 10,2 km   9 Hm   2,5 Std.   Rundweg	<b>117</b>
<b>TOUR 14: STADTNATUR</b> Südpark und Botanischer Garten 5,2 km   9 Hm   1,5 Std.   Strecke	<b>127</b>
<b>TOUR 15: AUENDSCHUNDEL</b> Entlang des Ilvericher Bruchs 10 km   9 Hm   2,5 Std.   Rundweg	<b>135</b>
<b>TOUR 16: ALLES WÄCHST</b> Kleine Runde um Hamm 6,8 km   12 Hm   2 Std.   Rundweg	<b>141</b>
<b>TOUR 17: VERGANGENE ZEIT</b> Unterwegs im Neandertal 12,4 km   151 Hm   3,5 Std.   Rundweg	<b>149</b>
<b>TOUR 18: SUMPFABENTEUER</b> Rund um den Unterbacher See 13,8 km   114 Hm   3,5 Std.   Rundweg	<b>159</b>
<b>TOUR 19: WASSERFARBEN</b> Schloss Eller und Unterbacher See 9,1 km   7 Hm   2,5 Std.   Rundweg	<b>169</b>
<b>TOUR 20: IM FLUSS</b> Rhein, Erft und die Museumsinsel 15 km   16 Hm   4 Std.   Strecke	<b>179</b>