

# INHALT

**Willkommen in der Mitte Europas** 8

**Bruckmann-Tourenfinder** 10

**Piktogramme und Schwierigkeitsgrade** 12

**Einleitung** 14

## **Zu Fuß**

<b>1</b>	<b>Durch die Wiesen Neuenhains</b>	20
	Am Süßen Gründchen	
<b>2</b>	<b>Von der Saalburg zu Säunickels Kleiderschrank</b>	24
	Auf historischen Taunuspfeiden	
<b>3</b>	<b>Historische Pfade in Frankfurts Norden</b>	28
	Von Bad Vilbel zum Lohrberg	
<b>4</b>	<b>Audienz bei König Konrad</b>	32
	Runkel an der Lahn	
<b>5</b>	<b>Vom Huttenschloss zur Scherenburg</b>	36
	Die Drei-Flüsse-Runde	
<b>6</b>	<b>Von Kreuzwertheim ins Himmelreich</b>	40
	Wanderung an der Mainschleife	
<b>7</b>	<b>Von Reichelsheim zur Ruine Rodenstein</b>	44
	Abwechslungsreiche Sagenwanderung	
<b>8</b>	<b>Reben, so weit das Auge reicht</b>	48
	Rundwanderung bei Nierstein	
<b>9</b>	<b>Zur Ruine Wildenstein und dem Tannenfels</b>	52
	Zwei-Burgentour am Donnersberg	
<b>10</b>	<b>Von Falkenstein zur Ruine Hauenstein</b>	56
	Die Südwestflanke des Donnersbergs	
<b>11</b>	<b>Meditieren mit den Eremiten des Mittelalters</b>	60
	Rundwanderung bei Bretzenheim	
<b>12</b>	<b>Zwischen Wasser und schroffen Felsen</b>	62
	Dietesheimer Steinbrüche	
<b>13</b>	<b>Allein auf dem Goetheturm</b>	66
	Rundwanderung im Grüngürtel	

## **Mit dem Rad**

<b>14</b>	<b>Von Worms zur Rheinstrand-Fähre</b>	72
	Rhein-Radtour für Sommertage	
<b>15</b>	<b>Unglaubliche Natur am Stadtrand</b>	76
	Von Nied nach Bad Vilbel	
<b>16</b>	<b>Mit dem Rad durch das Büdinger Hügelland</b>	80
	Mittelalterliche Welten	
<b>17</b>	<b>Über die Felder des Kinzigtals</b>	84
	Radrunde Langenselbold	
<b>18</b>	<b>Entspannte Radrunde bei Aschaffenburg</b>	88
	Schlösser und Parks am Mainufer	
<b>19</b>	<b>Von Michelstadt zur Hohen Straße</b>	92
	Über die Höhen des Odenwalds	
<b>20</b>	<b>Wie in Friesland auf dem Deich</b>	96
	Radrunde im Ried	
<b>21</b>	<b>Radtour auf dem rheinhessischen Meeresboden</b>	100
	Rund um das Siefersheimer Horn	

## **Entspannt im Grünen**

<b>22</b>	<b>Die Margarethenschlucht</b>	106
	Wildnis total	
<b>23</b>	<b>Im Land der Riesensteine</b>	110
	Felsenmeer Lautertal	
<b>24</b>	<b>Über den Frankenstein-Komplex</b>	114
	Die physikalische Anomalie	
<b>25</b>	<b>Ein bisschen Everglades</b>	118
	Der Ibersheimer Wörth	
<b>26</b>	<b>Im rhein-pfälzischen S'Albufera</b>	120
	Die Seegrabenaue	
<b>27</b>	<b>Auf Pilzsuche im Weilburger Tal</b>	122
	Ein Wald voller Schwammerl	
<b>28</b>	<b>Herbst am Mammolshainer Weg</b>	126
	In der Kastanien-Kultur	
<b>29</b>	<b>Atlantikgefühle ohne Meer</b>	128
	Die Schwanheimer Düne	

## **Am Wasser**

<b>30</b>	<b>Das zweite Leben der Baggerseen</b>	132
	Der Riedsee bei Leeheim	
<b>31</b>	<b>Karibikflair am Baggersee</b>	136
	Der Pfarrwiesensee	
<b>32</b>	<b>Der einzige Badensee im Taunus</b>	140
	Der Hattsteinweiher	
<b>33</b>	<b>Idyllisch im Westerwald</b>	142
	Der Herthasee	
<b>34</b>	<b>Vom Wilden Strand zum Honisch Beach</b>	144
	Niedernberger Seen	
<b>35</b>	<b>Frankfurts Hausstrand</b>	146
	Der Schultheis-Weiher	
<b>36</b>	<b>Die kurze, wilde Schlucht</b>	148
	Der Trettstein-Wasserfall	
<b>37</b>	<b>Entspannung PUR mit den Naturfreunden</b>	150
	Kanutour auf dem Altrhein	

**PS:** 156

**Register** 158

**Impressum** 160