

Vorwort	13
Die schönsten Reiseziele	14
Das Wichtigste in Kürze	16
Unterwegs mit Kindern	17
Entfernungstabelle	19

LAND UND LEUTE 21

Steckbrief Nordhessen	22
-----------------------	----

Im Land der Mittelgebirge und Vulkane	23
Mittelgebirge in Nordhessen	24

Flüsse und Talsperren	25
Schützenswerte Natur	25

Geschichte	27
Wie aus den ersten Siedlern Hessen wurden	27
Die Teilung Hessens und die Glaubenskriege	28
Wiederaufbau, Absolutismus und die erste Verfassung	29
Im Zeitalter der Industrialisierung	31
Nordhessen im 20. Jahrhundert	31
Und heute?	32

Urlaub in Nordhessen	33
Fernwanderwege	34
Flüsseradeln	35

Kulturlandschaft Nordhessen	39
Architektur	40
Nordhessische Küche	45

DER NORDEN 49

Reinhardswald	50
Hofgeismar	51
Sababurg	53
Trendelburg	56
Grebenstein	61
Immenhausen	63

Liebenau 66

An der Weser 74

Bad Karlshafen 74

Helmarshausen 77

Reinhardshagen 79

Hann. Münden (Niedersachsen) 83

DER WESTEN 93

Habichtswald 94

Zierenberg 94

Calden 99

Wolfhagen 100

Naumburg 104

Niedenstein 106

Nördliches Waldecker Land 115

Bad Arolsen 115

Diemelstadt 121

Volkmarsen 122

Korbach 128

Im Upland 133

Diemelsee 133

Willingen (Upland) 136

Edersee und Kellerwald 146

Nationalpark Kellerwald-Edersee 146

Am Edersee 151

Waldeck 162

Vöhl 165

Lichtenfels 166

Bad Wildungen 169

Fritzlar 178

Bad Zwesten 187

Kloster Haina 187

Ederbergland 192

Frankenberg (Eder) 192

Allendorf (Eder) 195

Battenberg (Eder) 197

Hatzfeld (Eder) 198

Burgwald 202

KASSEL 205

Kassel	206
Geschichte	206
Innenstadt	211
Museen und Galerien	215
Parkanlagen	221

Kassel-Informationen	226
-----------------------------	-----

DER SÜDEN 233

An der Schwalm	234
Borken (Hessen)	235
Schwalmstadt	237
Willingshausen	241
Neustadt (Hessen)	242
Schrecksbach	243

Rund um den Knüll	249
Eisenberg und Knüllköpfchen	249
Homburg (Efze)	249
Knüllwald	252
Frielendorf	254
Neuenstein	254
Kirchheim	255
Neukirchen	255
Ottrau	256
Burg Herzberg	257

An der Fulda	264
Guxhagen	264
Wagenfurth	265
Melsungen	266
Felsberg	266
Spangenberg	267
Malsfeld	270
Morschen	273
Rotenburg an der Fulda	274
Bebra	275
Ronshausen	277
Bad Hersfeld	282

Nördliche Kuppenrhön	291
Friedewald	291

Schenklengsfeld	292
Philippsthal (Werra)	292
Die Weißen Berge	292
Hohenroda	293

DER OSTEN 297

An der Werra	299
Witzenhausen	299
Bad Sooden-Allendorf	304
Eschwege	310
Meinhard	316
Wanfried	317

Kaufunger Wald und Söhre	323
Kaufungen	323
Großalmerode	324
Hessisch Lichtenau	324

Hoher Meißner und Umgebung	330
Meißner	331

Ringgau	333
Gemeinde Ringgau	333
Sontra	334
Nentershausen	335
Herleshausen	336

REISETIPPS VON A BIS Z 340

ANHANG

Literatur und Presse	343
Nützliche Links	343
Die Autorin	344
Danksagung	344
Register	345
Kartenregister	352
Bildnachweis	352
Zeichenlegende	356
Kartenlegende	356

EXTRAS

Die Brüder Grimm	37
Rezepte	47
Doktor Eisenbarth	90
Hans Staden – ein Nordhesse unter Kannibalen	103
Der heilige Bonifatius – Apostel der Deutschen	184
Documenta	210
Dorflinden – uralte Wächterinnen des Gemeinschaftslebens	253
Die Sage vom Liebenbach nach den Brüdern Grimm	269
Frau Holle – sagenhafte Bewoh- nerin des Hohen Meißners	303
Das Grüne Band – vom Todes- streifen zur Lebenslinie	308

WANDERUNGEN UND RADTOUREN

Wanderungen und Radtouren im Naturpark Reinhardswald	67
Diemeltaler Schmetterlingssteig	67
Weserbergland-Weg	67
Eco Pfad »Muschelkalk im Diemeltal«	67
Wanderung zum Naturdenkmal Rosenberg	67
Forstmeisterrunde	68
Märchenland-Radweg	68
Reinhardswald-Radweg	68
Carlsbahn-Radweg	69

Wanderungen im Naturpark Habichtswald	106
Habichtswaldsteig	106
Hoher Dörnberg	106
Rundwanderung »In geheimnis- voller Bergwelt«	107
Rundwanderung »Im Land der Riesen«	107
Eco Pfad »Kulturgeschichte Wolfhagen«	107

Rundwanderung auf dem Drosselweg	109
Hessenturmroundweg	109
Rundwanderung »Auf dem Throne der Landschaft«	109
Durch das Firnsbachtal und zum Hirzstein	109
Gudensberger Panoramaweg	110

Radtouren im Naturpark

Habichtswald	110
Hessencourrier-Radweg	110
Tour de Chattengau	110

Wanderungen rund um

Volkmarsen	124
Durch das Untere Wattertal zur Hollenkammer	124
Rundwanderung von Volkmarsen zum Twistesee	124
Rundwanderung »Über die Höhen des Steigers«	124

Rundwanderung auf dem

GeoPfad Korbach	131
------------------------	-----

Wanderungen im Upland

Diemelsteig	138
Panoramaweg Diemelsee	138
Wanderung zum Dommelturm	139
Uplandsteig	139
Wanderung zur Schwalenburg	139
Wanderung zur Diemelquelle und zum Kahlen Pön	139

Radfahren im Upland

141

Wanderungen und Radtouren

im NP Kellerwald-Edersee	156
Urwaldsteig Edersee	156
Knorreichensteig	156
Dreiherrenstein-Route	157
Ochsenwurzelpf-Route	157
Edersee-Radrundweg	157

Wanderung zum Hutewald Halloh

175

Wanderungen im Ederbergland	198
Ederhöhenpfad	198
Lindenhardt-Tour Dodenau	198
Wanderungen im Burgwald	203
Rotes-Wasser-Tour	203
Wanderung zu den Franzosen- wiesen	203
Radtour nach Fuldata und Immenhausen	225
Wanderungen und Radtouren an der Schwalm	244
Erlebnismoorpfad Jesberg	244
Archäologischer Wanderweg zur Altenburg	244
Radtouren	244
Wanderungen im Knüll	258
Durch die Lochbachklamm	258
Auf dem Hutewaldweg Rengshausen	258
Panoramaweg Eisenberg	258
Kulturhistorischer Wanderweg Weißborn	258
Wanderungen im Melsunger Land	270
Panoramarundweg Nausis	270
Rund um Melsungen	270
Wanderungen im Mittleren Fuldata	278
Ars-Natura-Rundweg »Entschleu- nigung« bei Morschen	278
Naturpfad Oberellenbach	278
Quincunx-Wanderwege Bebra	278
Hessen-Extratour Ronshausen	278
Erlebnispfad Steinbachtal Ronshausen	278
Auf dem Lutherweg entlang der Fulda	288

Wanderungen und Radtouren in der Nördlichen Kuppenrhön	294
Wanderung auf das Landecker Plateau	294
Wanderung auf den Soisberg	294
Extratour Dreienberg	294
Radtour rund um die Nördliche Kuppenrhön	294
 Wanderungen und Radtour an der Werra	321
Werra-Burgen-Steig	321
Rundwanderung durch den Söder Wald	321
Rundwanderung zur Blauen Kuppe	321
Rundwanderung durch die Hessische Schweiz	322
Rundwanderweg zur Plesse	322
Kirschwanderweg 1	322
Auf dem Kirschradweg	322
 Wanderungen im Kaufunger Wald und in der Söhre	327
Eco Pfad »Bergbau«	327
Premium-Wanderweg Reichenbach	327
Wanderung zum Grünen See	327
Grimmsteig	327
 Wanderungen am Hohen Meißner	332
 Wanderungen im Ringgau	337
 Herkules-Wartburg- Radwanderweg	337