

# Inhalt

Unterwegs im Neanderland	8
Willkommen auf dem neanderland STEIG!	8
Land und Leute	9
Der Kreis Mettmann und seine Nachbarn	10
Die Regionen am Steig	10
Vom Neandertaler zum neanderland STEIG	11
Reise-Infos von A bis Z	13
Anforderung	14
Anreise und Abreise	14
Ausrüstung	14
Entdeckerschleifen	15
GPS-Tracks	15
Informationen	15
Karten	16
Neanderland	16
Radfahren	17
Unterkünfte	17
Updates	17
Verkehrsmittel unterwegs	17
Verpflegung	18
Wandern mit Hund	18
Wandern mit Kind	18
Wanderwoche	18
Wanderzeit	19
Wegmarkierung	19
Wochenendausflüge	20
Zeltplätze	21
Der neanderland STEIG	22
1. Etappe: Haan-Gruiten – Wülfrath-Düssel	16,5 km
2. Etappe: Wülfrath-Düssel – Velbert-Neviges	11,4 km
3. Etappe: Velbert-Neviges – Velbert-Nordrath	7,4 km
4. Etappe: Velbert-Nordrath – Velbert-Nierenhof	15,2 km

5. Etappe: Velbert-Nierenhof – Velbert-Mitte	14,5 km	53
6. Etappe: Velbert-Mitte – Essen-Kettwig	14,1 km	62
7. Etappe: Essen-Kettwig – Mülheim-Selbeck	8,3 km	70
8. Etappe: Mülheim-Selbeck – Ratingen	19,5 km	76
9. Etappe: Ratingen – Ratingen-Homberg	14,2 km	84
10. Etappe: Ratingen-Homberg – Erkrath	16,0 km	92
11. Etappe: Erkrath – Hilden	14,6 km	100
12. Etappe: Hilden – Düsseldorf-Garath	12,4 km	108
13. Etappe: Düsseldorf-Garath – Monheim	15,5 km	115
14. Etappe: Monheim – Langenfeld-Reusrath	15,0 km	124
15. Etappe: Langenfeld-Reusrath – Solingen	17,9 km	132
16. Etappe: Solingen – Haan	16,3 km	141
17. Etappe: Haan – Haan-Gruiten	11,3 km	149
<b>Index</b>		<b>158</b>