

Ingmar Bojes

WANDE- RÜNGEN FÜR DIE SEELE



Wohlfühlwege



Teutoburger Wald
DROSTE



A blurred background photograph of a person walking through a field of purple flowers, likely cornflowers, under a clear blue sky.

Ingmar Bojes

Teutoburger Wald

Wanderungen für die Seele 20 Wohlfühlwege

Droste Verlag

ALLE WANDERUNGEN AUF EINEN BLICK

	TOUR 1: BLUMIGER BERG Der Freden in Bad Iburg 11 km 150 Hm 2,5 Std. Rundweg	7
	TOUR 2: DURCH DEN FRÜHLING Leberblümchenweg Amshausen 8,3 km 175 Hm 3 Std. Rundweg	15
	TOUR 3: IM KALKREICH Auf dem Hermannsweg 16,5 km 286 Hm 4,5 Std. Strecke	25
	TOUR 4: BUNTE WEGBEGLEITER Auf dem Hitgenheierweg 12,1 km 189 Hm 4 Std. Rundweg	35
	TOUR 5: AUF ZWEI GIPFEL KlimaErlebnisRoute 17,3 km 353 Hm 5 Std. Rundweg	45
	TOUR 6: SAGENHAFTE FELSEN Teutschleife Dörenther Klippen 9,5 km 405 Hm 3,5 Std. Rundweg	55
	TOUR 7: VON BURG ZU BERG Highlight-Hopping in Bielefeld 8 km 185 Hm 2,5 Std. Rundweg	67
	TOUR 8: VIADUKT IM BLICK Panoramaweg V 3 in Altenbeken 13,8 km 224 Hm 4 Std. Rundweg	75
	TOUR 9: FACHWERK SATT Streifzug in Detmold 8 km 140 Hm 4 Std. Rundweg	83
	TOUR 10: NATURNAH GENIESSEN Teutschleife Holperdorper 13,2 km 273 Hm 4 Std. Rundweg	93

	TOUR 11: SÜSSES UND LUISE Rund um Borgholzhausen 11,1 km 302 Hm 3,5 Std. Rundweg	101
	TOUR 12: IDYLL UND ANDACHT Tecklenburger Bergpfad 10,5 km 239 Hm 4 Std. Rundweg	111
	TOUR 13: HISTORISCHE SPUR Oerlinghausen und der Tönsberg 7 km 140 Hm 2 Std. Rundweg	121
	TOUR 14: BUNTE BILDER Kaleidoskopweg Bad Driburg 5,8 km 138 Hm 2 Std. Rundweg	129
	TOUR 15: SINNE SCHÄRFEN Weg für Genießer bei Werther 16 km 387 Hm 5 Std. Rundweg	139
	TOUR 16: RITTER UND RITEN An den Externsteinen 10,4 km 288 Hm 3 Std. Rundweg	147
	TOUR 17: ZU 200 QUELLEN Stadtwanderung an der Pader 11,7 km 35 Hm 3 Std. Rundweg	157
	TOUR 18: IM SENNESAND Von Hövelhof zu den Emsquellen 17,4 km 57 Hm 4,5 Std. Rundweg	167
	TOUR 19: FLUSSROMANTIK Durch das Furlbachtal 6,1 km 21 Hm 1,5 Std. Rundweg	177
	TOUR 20: AN DEN QUELLEN Zum Hase-Ursprung bei Dissen 13,6 km 177 Hm 3,5 Std. Rundweg	185



Gräflicher Park Bad Driburg

Liebe Wanderfreunde und Auszeitsucher

Sie sollen sich beim Wandern im Teutoburger Wald rundum wohlfühlen! Daher haben wir 20 Touren für Sie zusammengestellt, die nicht nur alle Facetten dieser Wanderregion erlebbar machen, sondern die ganz besonders zum entschleunigten Wandern einladen.

Damit sich auch die Wegfindung zu jeder Zeit entspannt gestaltet, folgen wir bei unseren Erkundungstouren fast ausschließlich gut markierten Themenrouten. Etwa beim nördlichsten Tourentipp, der Teutoschleife Tecklenburger Bergpfad, die uns das hübsche Fachwerk- und Bergstädtchen Tecklenburg zeigt. Selbstverständlich darf der Hermannsweg nicht fehlen. Wir durchstreifen dichte Wälder und entdecken Quellen – allein in Paderborn begegnen uns davon 200 an der Zahl! Hoch hinaus geht es ebenfalls, zum Beispiel auf den Velmerstot und die Dörenther Klippen. Auf den Spuren der Römer sind wir unterwegs und besuchen den mystischsten aller Orte im Teutoburger Wald, die Externsteine. Wir erkunden Eisenbahngeschichte in Altenbeken, sehen Taschentuchbäume in Bad Driburg und lassen uns in Willebadessen von Schmetterlingen umflattern.

So viel wandern macht hungrig, und so finden sich zu allen Tourentipps auch Einkehrmöglichkeiten – handverlesen und persönlich getestet. Westfälische Küche ist darunter, aber auch Ausgefallenes wie die Lebkuchen-Kunstwerke in Borgholzhausen. So sind diese Wanderungen nicht nur für die Seele, sondern auch für den Gaumen ein Erlebnis!

Viel Freude beim Lesen, Wandern und Genießen wünscht

Ihr Ingmar Bojes



NATUR-INFO



KULTUR-INFO



TOUREN-/EVENT-INFO



GENUSS-INFO

- 
- ✿ 11 Kilometer
 - ✿ 150 Höhenmeter
 - ✿ 2.5 Stunden
 - ✿ Rundweg

Fredenbach



Blumiger Berg

Der Freden in Bad Iburg



Wenn im März oder April die ersten Frühblüher ihre bunten Köpfe aus dem Boden strecken und den Duft aufkeimender Natur verströmen, spätestens dann ist endlich wieder Wanderzeit! Eine der schönsten Wanderrouten des Teutoburger Walds im Frühjahr erwartet uns am Großen Freden in Bad Iburg. Denn hier verzaubert alljährlich die Lerchenspornblüte Tausende Besucher und Ausflügler. Weil sich dieser Weg im Frühjahr besonders großer Beliebtheit erfreut, empfiehlt es sich, möglichst früh zu starten. So haben wir gute Chancen, dem Naturspektakel noch ein wenig intimer zu begegnen.

Wir beginnen unsere Tour am Wanderparkplatz in der Straße **Zum Freden**, an der auch die sehr schön angelegte **Wassertretstelle 1** liegt. Wer die im Anschluss an die Wanderung nutzen möchte, tut gut daran, ein Handtuch im Kofferraum zu haben.

Bei unserer Wanderung folgen wir dem Weg **Fredenblüte** des Natur- und Geoparks TERRA.vita. Der Weg ist mit einem **roten Tauf weißem Grund** durchgängig gut markiert. Er verläuft über einige Passagen gemeinsam mit dem **Hermannsweg**, auf den wir ebenfalls gleich am Wanderparkplatz treffen. Und wenn wir ihn schon mal da haben, dann gehen wir ihn auch. Und zwar rechts herum um den Freden beziehungsweise hinauf auf den Kleinen Freden. Dem **weißen H** des Hermannswegs folgen wir nun ebenfalls fast 4 Kilometer und können uns so wahrlich nicht verlaufen.

Beim Anstieg auf den Kleinen Freden geht es auch gleich ganz anständig bergauf – bis auf rund 200 Meter





Auszeittour 1

gehen wir hoch. Ganz vereinzelt sehen wir hier schon den lilafarbenen Lerchensporn, zunächst aber vorrangig weiß strahlende Buschwindröschen. Auch sie zählen zu den Frühblühern und gedeihen am Freden ganz prächtig.

Nach gut einem Kilometer flacht die Steigung ab und wir wandern ein ganzes Stück auf dem Bergkamm entlang. Der Weg ist schmal und ausgesprochen schön. Hier häufen sich nun auch die Lerchensporn-Sichtungen. Unser Weg knickt an der nächsten Gabelung nach links ab und führt in einer Kurve wieder hinab vom Kleinen Freden. Zwei Wege, die je nach links

und rechts abbiegen, können wir getrost ignorieren. Am Fuß des Kleinen Fredens angekommen, treffen wir auf einen wahrlich idyllischen Ort: Neben einem kleinen Canyon, über den eine hölzerne Brücke führt, steht die **Fredenhütte.** ②

Ein Tisch mit zwei Bänken lädt

zur Rast ein. Da lassen wir uns natürlich nicht zweimal bitten und packen unser zweites Frühstück aus.

Nach der Stärkung folgen wir weiter dem **Hermannsweg.** Er verläuft nun an der Südflanke des Berges und wir blicken rechts auf die Ortschaft Sentrup und links den bewaldeten Hang hinauf. Einen guten Kilometer verläuft der eher breite Weg nun ohne Steigung. Dann knickt er kurz nach rechts ab, führt ein kleines Stück über eine Teerstraße und schlägt sich dann sogleich wieder links in den Wald.

Rast an der Fredenhütte





Für die Seele

„Der Freden blüht“, heißt es alljährlich im April, wenn der Hohle Lerchensporn die Berghänge in einen für die Region einzigartigen Farbenrausch taucht.

Nach gut 200 Metern heißt es für uns Abschied nehmen vom Hermannsweg. Denn der biegt nun nach rechts ab und geleitet den Wanderer hier bis nach Dissen. Wir dagegen halten uns links und schauen nun nur noch nach dem Wegzeichen des Naturparks TERRA.vita, dem roten **T** auf weißem Grund. Das führt uns ein Stück entlang des Baches Sentruper Graben auf breiten Forstwegen durch den Wald. Durch einen Hohlweg, dessen Wände mit Moos dicht bewachsen sind, geht es dann noch einmal bergauf.

An der nächsten Wanderwegkreuzung steht eine weitere Schutzhütte am **Georgsplatz**. **③** Direkt gegenüber führt ein kleiner Weg auf den Großen Freden, der jedoch gesperrt ist. Wenn wir ein wenig an der Georgshütte verweilen, stellen wir fest, dass diese Sperre zumindest von den Einheimischen offenbar nicht besonders ernst genommen wird.

Wir wollen an der Nordflanke des Fredens weitergehen. An der Wanderwegkreuzung hinter der Hütte halten wir uns links und betreten die asphaltierte **Waldchaussee**, die uns bis zum Ende unserer Wanderung begleiten wird.

Hier an der Nordseite brauchen die Frühblüher oft etwas länger, um sich zu zeigen – im Vergleich zu ihren Artgenossen auf den sonnenreichereren Südabschnitten oder auf dem Kammweg. Doch auch hier kann der Lerchensporn zu gegebener Zeit bestaunt werden. Und zugleich blicken wir auch zur Linken auf einen ganz und gar naturbelassenen Wald. Rund



Auf dem Kamm des Großen Fredens ist die Blütenpracht des Lerchensporns besonders ausgeprägt. Große Mengen Bärlauch machen das Naturschauspiel – auch für die Nase – noch intensiver. Leider ist der Weg dorthin seit 2017 wegen akuter Baumbruchgefahr aufgrund des Eschensterbens gesperrt.



Auszeittour 1

40 Hektar **Urwald** ④, der nicht bewirtschaftet wird, erstreckt sich hier längs unseres Wanderweges.

Wir folgen weiter der Straße. Sie wird auf den letzten Metern vom Freedensbach begleitet, der hier ganz in der Nähe entspringt. Das klare, fröhlich plätschern-de Wasser macht direkt Lust, die Wanderschuhe auszuziehen und die Füße hineinzuhalten!

Glücklicherweise können wir – am Wanderparkplatz angekommen – ganz genau das tun. Denn hier wartet die schön gemachte, sehr saubere Wassertret-stelle, die wir schon beim Start unserer Freden-Erkun-dungstour bemerkt haben. Wir holen also das Handtuch aus dem Wagen, ziehen die schweren Wan-dertreter aus und kühlen unsere Füße im eiskalten Wasser des Freedensbachs. Herrlich!

Wenn wir mit unserer Wandertour früh gestartet sind, ist inzwischen die Mittagszeit, und nach getaner Wanderung ist gut essen. Das können wir zum Bei-spiel im **Gasthaus zum Freeden**. ⑤ Dazu gehen wir die gleichnamige Straße ein Stück bergauf und stehen schon nach wenigen Hundert Metern am Gasthaus. Der Lorenz lacht und wir auch, denn so können wir im Biergarten ein leckeres Mahl verkosten.

Wer nach einer solchen Stärkung neuen Wan-der-Elan verspürt, kann an die bereits absolvierten 7,8 Kilometer noch den schönen Abstecher nach Bad Iburg dranhängen. Ab dem Wanderparkplatz richten wir uns wieder nach dem Wanderzeichen des **Hermannswegs**, nun jedoch in Richtung Bad Iburger Innenstadt. Er führt uns über die Straße **Hagenberg**, der wir einen knappen Kilometer folgen. An der Gabellung bei der Sparkasse nehmen wir rechts die Straße **Am Gografenhof** und biegen sofort wieder links ab in die **Schloßstraße**. Ihr und der Ausschilderung des Her-mannswegs folgen wir noch ein Stück weiter und er-reichen nach einem kurzen Anstieg das **Schloss Bad Iburg** ⑥, das hoch über den Dächern der Stadt thront.

Links daran vorbei führt der **Hermannsweg** hinab bis zum **Charlottensee** ⑦, wo wir uns in den verschie-



Im Gasthaus zum Freeden wartet ein großer, sonnenver-wöhnter Biergarten auf uns, in dem die Stärkung doppelt schmeckt. Die Medaillons vom Teutoburger Landschwein, gefolgt von den Mousse-Variationen, seien aller-wärmstens empfohlen!



Schloss und Benediktinerabtei Iburg



Auszeittour 1

denen Gastronomiebetrieben noch einen Kaffee genehmigen können.



Das Schloss ist das unbestrittenne Wahrzeichen Bad Iburgs.
Das Schlossmuseum bietet Einblicke in das Leben im Schloss,
das vom 11. bis 17. Jahrhundert den Osnabrücker Bischöfen als Sitz diente. Besonders der prunkvolle Rittersaal lohnt einen Besuch.

Über eine Fußgängerbrücke queren wir vom See kommend den Charlottenburger Ring und gehen dann schon auf den **Baumwipfelpfad 8** zu, der 2018 zur Landesgartenschau errichtet wurde. Auf fast 30 Meter Höhe führt er auf über 400 Meter Strecke durch die Baumwipfel am Nordhang des Teutoburger Walds und bietet neben spektakulären Blicken allerlei Lehrreiches über die uns umgebende Flora und Fauna.

So oder so führt uns nach diesem Abstecher in den Kneipp-Kurort Bad Iburg der Hermannsweg auf derselben Strecke wieder zurück zum Ausgangspunkt unserer Wanderung.



Alles auf einen Blick



Entspannungsfaktor ★★★★★

Genussfaktor ★★★★*

Romantikfaktor ★★★★★



WIE & WANN:

Kleine Waldpfade, breitere Wanderwege und asphaltierte Abschnitte ohne Autoverkehr wechseln sich ab; beste Wanderzeit zur Lerchenspornblüte im März und April

HIN & WEG:

Auto: Parkplatz „Zum Freden“, Zum Freden, 49186 Bad Iburg (GPS: 52.158111, 8.059855)

ÖPNV: Ab Osnabrück Hbf. Bus 465 oder 466 bis Bad Iburg Charlottensee; dort Einstieg in die Tour

ESSEN & ENTSPANNEN:

Gasthof zum Freden ⑤ Zum Freden 41, 49186 Bad Iburg,

Tel. (0 54 03) 40 50, www.hotel-freden.de (Fr.–Mi. 11.30–21.30 Uhr)

Diverse weitere Einkehrmöglichkeiten in Bad Iburg, z. B.

Eiscafé Venezia, Beckerteichpforte 4, 49186 Bad Iburg, Tel. (0 54 03) 43 46 (tägl. 10–20 Uhr)

Schloßmühle Bad Iburg, Charlottenburger Ring 27, 49186 Bad Iburg, Tel. (0 54 03) 96 10,

www.schlossmuehle-bad-iburg.de (Di.–Fr. 11–21, Sa. 9–21, So. 9–18 Uhr)

ENTDECKEN & ERLEBEN:

Wassertretstelle ①

Fredenhütte ②

Georgsplatz ③

Urwald ④

Schloss Bad Iburg ⑥ Kontakt und Buchung von Führungen: Stadt Bad Iburg,

Tourist-Information, Tel. (0 54 03) 4 04-66, www.badiburg.de/Tourismus

(Öffnungszeiten Schlossmuseum: Nov. bis März Fr.–So. 14.30–17 Uhr; Apr. bis Okt. Fr.–So. 14–17 Uhr)

Charlottensee ⑦

Baumwipfelpfad ⑧