

# INHALT

<b>#1</b>	<b>Der Dichterin ganz nah</b> (26 km / 2 Std. 15) <i>Ab Roxel auf den Spuren der Annette von Droste-Hülshoff</i>	Seite 14
<b>#2</b>	<b>Die Halde immer im Blick</b> (34 km / 2 Std. 15) <i>Entlang der wilden Werse einmal rund um Ahlen</i>	Seite 24
<b>#3</b>	<b>Dem Zement auf der Spur</b> (27 km / 2 Std.) <i>Durch die Beckumer Berge zu den wilden Canyons</i>	Seite 34
<b>#4</b>	<b>Der See ist das Ziel</b> (33,6 km / 2 Std.) <i>Lengericher Angel-, Sandgruben- und Baderunde</i>	Seite 44
<b>#5</b>	<b>Tour mit Spargelbeilage</b> (47,2 km / 3 Std.) <i>Von Warendorf zum schicken Schloss Harkotten</i>	Seite 54
<b>#6</b>	<b>Immer mit Aussicht</b> (21 bzw. 39 km / 1 Std. 15 bzw. 2 Std. 30) <i>Picknickplatztour rund um den Halterner und den Hullerner See</i>	Seite 64
<b>#7</b>	<b>Die Achse des Schönen</b> (25 km / 2 Std.) <i>Zwischen den Schlössern Nordkirchen und Westerwinkel</i>	Seite 74
<b>#8</b>	<b>Viel Ems mit einer Prise Salz</b> (42 km / 2 Std. 30) <i>Von Emsdetten zum Salinenpark nach Rheine</i>	Seite 84
<b>#9</b>	<b>Wo kleine Früchtchen wachsen</b> (44 km / 3 Std.) <i>Durch Stromberger Pflaumenplantagen zu alten Adelssitzen</i>	Seite 94
<b>#10</b>	<b>Zurück in die Vergangenheit</b> (36,1 km / 2 Std. 30) <i>Vom Grevenener Emsdeich in ganz alte Dörfer</i>	Seite 104

<b>#11</b>	<b>Ab ins Himmelreich</b> (40,4 km / 2 Std. 45) <i>Ab Drensteinfurt zum versteckten Aussichtsturm bei Sendenhorst</i>	Seite 114
<b>#12</b>	<b>Fluss mal drei</b> (37 km / 2 Std. 30) <i>Entspannt entlang von Werse und Ems radeln</i>	Seite 124
<b>#13</b>	<b>Wo die Schützen antreten</b> (23 km / 1 Std. 45) <i>Regionale Vogelstangentour durch Nordwaldes Bauerschaften</i>	Seite 134
<b>#14</b>	<b>Ein Hoch aufs Runter</b> (41,2 km / 3 Std. 30) <i>Auf und ab über die sanften Hügel der Baumberge</i>	Seite 144
<b>#15</b>	<b>Kurz rüber zum Nachbarn</b> (49 km / 3 Std.) <i>Von Bocholt durchs niederländische Achterhoek</i>	Seite 154
<b>#16</b>	<b>Das Steile kommt zum Schluss</b> (33 km / 3 Std.) <i>Ab Ibbenbüren zum Kanaldreieck und den Dörenther Klippen</i>	Seite 164
<b>#17</b>	<b>Teufel, Steine, kühle Füße</b> (44 km / 3 Std. 15) <i>Borkener runde zu Düwelsteenen und Wassertretbecken</i>	Seite 174
<b>#18</b>	<b>Wo die Schnepfen wohnen</b> (42 km / 2 Std. 45) <i>Von Metelen durch drei Naturschutzgebiete</i>	Seite 184
<b>#19</b>	<b>Zahme Tour zu wilden Tieren</b> (36,8 km / 2 Std. 45) <i>Dülmenerunde inklusive Rothirsch- und Wildpferdesichtung</i>	Seite 194
<b>#20</b>	<b>Richtung Flowerpower</b> (42 km / 3 Std.) <i>Das Dahliendorf Legden ist Start- und Zielort dieser Rundtour</i>	Seite 204