



Ich habe mir meine besten  
Gedanken angelaufen,  
und ich kenne keinen Gedanken,  
der so schwer wäre,  
dass man ihn nicht beim Gehen  
loswerden würde.

Søren Kierkegaard



# Dein Wandertagebuch

– eine Gebrauchsanleitung



Ich frage mich oft: Wie viele Kilometer bin ich eigentlich im letzten Jahr insgesamt gewandert? Wie viele verschiedene Belohnungsbiere habe ich nach meinen Wanderungen getrunken? Bin ich öfter alleine oder in Gesellschaft gegangen? Schön, dass es dieses Wandertagebuch gibt. Ab heute kann ich alles notieren, was ich auf meinen Wanderungen erlebt habe. Und ihr, liebe Fans des Wanderns, könnt das auch.

Manuel Andrack

Einige Rubriken sind vielleicht etwas erkläruungsbedürftig: Zum Beispiel die Sache mit der WDG, Die Wanderdurchschnittsgeschwindigkeit. Man nehme die Nettozeit einer Wanderung. Wir waren beispielsweise fünf Stunden unterwegs, eine Stunde davon waren Pausen, also haben wir vier Stunden netto für die vierzehn Kilometer benötigt. Vierzehn durch vier entspricht einer WDG von 3.5 km/h.

Und was hat es mit dem Wandererinnerungsstück (WES) auf sich? Nun, dieser Platz ist für alles reserviert, das Euch an Euren Wandertag erinnert – ein Foto, ein schönes Eichenblatt, das Ticket des Sessellifts, die Visitenkarte der Berghütte, den Stempel am Gipfelkreuz, der Bierdeckel Eures Belohnungsbiers.

Apropos Einkehr: Ich habe mir manchmal vorwerfen lassen müssen, ich sei kein echter Wanderer, da ich nicht mit Rucksackverpflegung unterwegs sei, sondern stets – wenn es denn möglich ist – einkehren würde. Stimmt. Ich ziehe nicht nur vor, die Gaststätten vor Ort zu unterstützen, das ist gelebte Wirtschaftsförderung. Ich kann vor allem nicht verstehen, warum man sich daheim eine Stulle schmiert und die dann am Wegrand verzehrt. Denn ich habe mich doch auf den Weg gemacht, um neue Landschaften zu entdecken und aufregende Naturerlebnisse zu genießen. Dazu gehört meiner Meinung aber auch, den Wein zu kosten, der in den Weinbergen am Wegrand wächst. Dazu gehört, die regionale Spezialität auf dem Teller zu haben und das Bier zu trinken, das im Dorf nebenan gebraut wird. Daher ist in Eurem Wandertagebuch auch genug Platz, Eure kulinarischen Erlebnisse aufzuschreiben.

Jetzt aber los, ich wünsche Euch einen riesigen Spaß bei der nächsten Wanderung. Aber bitte nicht das Wandertagebuch vergessen. Oscar Wilde hat in diesem Zusammenhang gesagt: „Ich reise niemals ohne mein Tagebuch. Man sollte immer etwas Aufregendes zu lesen bei sich haben.“

Ihr Manuel Andrack



# Manuel Andrack

Datum 21. + 22. Juni 2004



## Der Lieserpfad

Name des Weges

Dann

Von

Wanderzeit Netto: 5 Stunden + 5 Minuten

Dauer

3,5 Kilometer

Distanz

3,61 km/h (gar nicht so schlecht für die vielen Steigungen.)

WDG (Wanderdurchschnittsgeschwindigkeit)

Wittlich, Pfeuer Mühle

Bis

## Mitwanderer

Mein Papa, genie, immer wieder

Darf / darf wieder mitgehen  Soll(en) demnächst zuhause bleiben

## Wetter

○ Genial    ✪ Geht so    ○ Miserabel

Kaum ich mich gar nicht mehr so genau dran erinnern, ist  
schon so lange her es war glaube ich mindestens Sonnig.

## Landschaft

Selbst spektakulär: Tischwälder, steile Hänge, Felsen, die Lieser,...  
unberührte Natur



## Einkehr

In der Alten Pfeuer Mühle, die gastronomische Rettung jenes  
Lieserpfad-Wanderers.

Köstliche Tomatenuppe (stand als "Andracks Lieblings-Tomatensuppe"  
auf der Speisekarte)

Lieblingspeise

BITburger

Wanderbier / Wanderwein / Wandergetränk

## WES (Wandererinnerungsstück)

Erinnerungen | Zeichnungen | Erlebnisse | Witzige Anekdoten | Fotos



Die Lieser mit Niedenburg (links) und Oberburg (rechts)

Wie war Dein Wandertag?

Die Wandertag mit meinem Vater auf dem  
Lieserpfad habe ich in meinem ersten Buch  
"Du musst wandern" beschrieben. Ich zitiere „Der  
Lieserpfad ist der schönste Wandweg der Eifel. Die Eifel  
ist das schönste Mittelgebirge Deutschlands. Deutschland  
ist das beste Wandeland der Welt. Also ist der  
Lieserpfad der schönste Wandeweg der Welt“

## WanderTAGEBUCH

# Inhalt

## Deine Wanderungen

Wanderung 1

S. 06-07

Wanderung 2

S. 08-09

Wanderung 3

S. 10-11

Wanderung 4

S. 12-13

Wanderung 5

S. 14-15

Wanderung 6

S. 16-17

Wanderung 7

S. 18-19

Wanderung 8

S. 20-21

Wanderung 9

S. 22-23

Wanderung 10

S. 24-25

Wanderung 11

S. 26-27

Wanderung 12

S. 28-29

Wanderung 13

S. 30-31

Wanderung 14

S. 32-33

Wanderung 15

S. 34-35

KAMPENWAND  
VERLAG

Wanderung 16

S. 36-37

Wanderung 17

S. 38-39

Wanderung 18

S. 40-41

Wanderung 19

S. 42-43

Wanderung 20

S. 44-45

Wanderung 21

S. 46-47

Wanderung 22

S. 48-49

Wanderung 23

S. 50-51

Wanderung 24

S. 52-53

Wanderung 25

S. 54-55

Wanderung 26

S. 56-57

Wanderung 27

S. 58-59

Wanderung 28

S. 60-61

Wanderung 29

S. 62-63

Wanderung 30

S. 64-65

# Inhalt

## Deine Wanderungen

Wanderung 31

S. 66-67

Wanderung 32

S. 68-69

Wanderung 33

S. 70-71

Wanderung 34

S. 72-73

Wanderung 35

S. 74-75

Wanderung 36

S. 76-77

Wanderung 37

S. 78-79

Wanderung 38

S. 80-81

Wanderung 39

S. 82-83

Wanderung 40

S. 84-85

Wanderung 41

S. 86-87

Wanderung 42

S. 88-89

Wanderung 43

S. 90-91

Wanderung 44

S. 92-93

Wanderung 45

S. 94-95

KAMPENWAND  
VERLAG

Wanderung 46

S. 96-97

Wanderung 47

S. 98-99

Wanderung 48

S. 100-101

Wanderung 49

S. 102-103

Wanderung 50

S. 104-105

Wanderung 51

S. 106-107

Wanderung 52

S. 108-109

Wanderung 53

S. 110-111

Wanderung 54

S. 112-113

Wanderung 55

S. 114-115

Wanderung 56

S. 116-117

Wanderung 57

S. 118-119

Wanderung 58

S. 120-121

Wanderung 59

S. 122-123

Wanderung 60

S. 124-125

# 1. Wanderung

Name des Weges

Datum .....

Von

Bis

Dauer

KAMPENWAND  
VERLAG

Distanz

KAMPENWAND  
VERLAG

WDG (Wanderdurchschnittsgeschwindigkeit)

KAMPENWAND  
VERLAG

## Mitwanderer

- Darf/dürfen wieder mitgehen
- Soll(en) demnächst zuhause bleiben



## Wetter

- Genial
- Geht so
- Miserabel

KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAG

## Landschaft

KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAG

## Einkehr

KAMPENWAND  
VERLAG

Lieblingssspeise

KAMPENWAND  
VERLAG

Wanderbier / Wanderwein / Wandergetränk

KAMPENWAND  
VERLAG

# KAMPENWAND

## WES (Wandererinnerungsstück)

Erinnerungen | Zeichnungen | Erlebnisse | Witzige Anekdoten | Fotos

KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAG

Wie war Dein Wandertag?

KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAG

# WanderTAGEBUCH

## KAMPENWAND

### VERLAG

## 2. Wanderung

KAMPENWAND

VERLAG



Datum .....

KAMPENWAND  
VERLAG

Name des Weges

Von

Bis

Dauer

KAMPENWAND  
VERLAG

Distanz

KAMPENWAND  
VERLAG

WDG (Wanderdurchschnittsgeschwindigkeit)

KAMPENWAND  
VERLAG

Mitwanderer

KAMPENWAND  
VERLAG

- Darf / dürfen wieder mitgehen
- Soll(en) demnächst zuhause bleiben



Wetter

- Genial
- Geht so
- Miserabel

KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAG

Landschaft

KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAG

Einkehr

KAMPENWAND  
VERLAG

Lieblingsspeise

KAMPENWAND  
VERLAG

Wanderbier / Wanderwein / Wandergetränk

KAMPENWAND  
VERLAG

## WES (Wandererinnerungsstück)

Erinnerungen | Zeichnungen | Erlebnisse | Witzige Anekdoten | Fotos

KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAG

## WanderTAGEBUCH

KAMPENWAND  
VERLAG

### 3. Wanderung

KAMPENWAND

VERLAG

Datum .....

KAMPENWAND  
VERLAG

Name des Weges

Von ..... Bis .....

Dauer ..... KAMPENWAND  
VERLAGDistanz ..... KAMPENWAND  
VERLAGWDG (Wanderdurchschnittsgeschwindigkeit) ..... KAMPENWAND  
VERLAG**Mitwanderer**

- Darf/dürfen wieder mitgehen
- Soll(en) demnächst zuhause bleiben

**Wetter**

- Genial
- Geht so
- Miserabel

KAMPENWAND  
VERLAG**Landschaft**KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAG**Einkehr**KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAGLieblingssspeise ..... KAMPENWAND  
VERLAGWanderbier / Wanderwein / Wandergetränk ..... KAMPENWAND  
VERLAG

WES (Wandererinnerungsstück)

Erinnerungen | Zeichnungen | Erlebnisse | Witzige Anekdoten | Fotos

KAMPENWAND  
VERLAG

KAMPENWAND

VERLAG

KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAG

WanderTAGEBUCH

KAMPENWAND  
VERLAG

## 4. Wanderung

KAMPENWAND

VERLAG

Datum .....



Name des Weges

Von

Bis

Dauer

KAMPENWAND  
VERLAG

Distanz

KAMPENWAND  
VERLAG

WDG (Wanderdurchschnittsgeschwindigkeit)

KAMPENWAND  
VERLAG

## Mitwanderer

- Darf/dürfen wieder mitgehen
- Soll(en) demnächst zuhause bleiben



## Wetter

- Genial
- Geht so
- Miserabel

KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAG

## Landschaft

KAMPENWAND  
VERLAG

## Einkehr

KAMPENWAND  
VERLAG

Wanderbier / Wanderwein / Wandergetränk

KAMPENWAND  
VERLAG

## WES (Wandererinnerungsstück)

Erinnerungen | Zeichnungen | Erlebnisse | Witzige Anekdoten | Fotos

KAMPENWAND  
VERLAGKAMPENWAND  
VERLAG

## WanderTAGEBUCH

KAMPENWAND  
VERLAG