



Sabine Hauke

Wanderungen für die Seele. Niederrhein

Wohlfühlwege

192 Seiten, EUR 18,00 (D), EUR 18,50 (A)

ISBN 978-3-7700- 2478-0

Erscheinungstermin 5. Auflage: April 2023

Traumhafte Wanderungen am Niederrhein

Entspanntes Wandern durch abwechslungsreiche Landschaften

Farbenprächtige Libellen über schwarzen Moorseen, idyllische Schrebergärten, Wildblumenwiesen und spektakuläre Rheinblicke – der Niederrhein ist ein Wanderparadies. Hier lebt Sabine Hauke seit über 20 Jahren und begleitet regelmäßig Gruppen als Gesundheitswanderführerin. Für „**Wanderungen für die Seele. Niederrhein**“ hat sie ihre 20 entspannendsten Lieblingstouren zwischen dem Wyler Meer im deutsch-niederländischen Grenzgebiet bis zu den Fischtreppen im Schwalmtal zusammengestellt.

Ihre Wanderungen sprechen alle Sinne an und laden zum Durchatmen ein: die Panoramatour auf sanften Hügeln, die Erfrischungstour am Wasser, die Verwöhntour für das leibliche Wohl oder die Auszeittour inmitten ruhiger Natur. Die Rundwege, die Sabine Hauke für den Droste Verlag erschlendert hat, sind so abwechslungsreich wie der Niederrhein selbst. Ihr Motto: Der Weg ist das Ziel und in den Rucksack gehört viel Zeit.

Mit vielen Fotos, wichtigen Tipps und Übersichtskarten

Dabei beginnt die Erholung vom stressigen Alltag nicht erst beim Wandern, sondern schon mit dem ersten Blick ins Buch. Großformatige Fotos und das farbenfrohe Layout des Wanderführers laden zum Schmöckern ein und machen Lust, die Schuhe zu schnüren und eine der zwischen 6 und 14 Kilometer langen Touren zu erwandern. Das Rundum-sorglos-Paket enthält darüber hinaus Übersichtskarten und Streckenprofile sowie Tipps zur entspannten An- und Abreise, genussvollen Einkehr – oft mit Fokus auf heimischen Produkten – und zu Sehenswertem am Wegesrand.

Und das nicht nur im Sommer: Arktische Wildgänse lassen sich im Winter beobachten, Weißstörche und herrliche Krokuswiesen sind im Frühjahr zu sehen. „Wer sich auf den spröden, aber immer reizvollen Charme der niederrheinischen Landschaft einlässt, findet zu jeder Jahreszeit Streicheleinheiten für die Seele“, so Sabine Hauke.

„**Wanderungen für die Seele. Niederrhein**“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 18 Euro.

PRESSEINFORMATION

Die Autorin

Sabine Hauke lebt seit mehr als zwei Jahrzehnten am Niederrhein und ist so oft es geht in der Natur unterwegs. Entweder mit Ehemann Rainer und Terrier Foxi oder mit Gruppen, die sie als Guide und zertifizierte Gesundheitswanderführerin begleitet. Bei Droste sind außerdem von ihr erschienen „Wanderungen für die Seele. Ruhrgebiet“ sowie „Wanderungen für die Seele. Nordrhein-Westfalen – Wälder“. Weitere Infos zu Sabine Hauke unter www.niederrheinfuehrer.de.

Droste-Bücher mit Wohlfühlwegen (Stand Frühjahr 2023)

•Wandern für die Seele:

Allgäu, Altmühltal, Bayerische Voralpen, Bayerischer Jura, Bayerischer Wald, Bergisches Land, Berner Oberland, Bodensee, Bremen, Chiemgau, Düsseldorf, Eifel, Elsass, Erzgebirge, Fränkische Schweiz, Freiburg, Gardasee, Garmisch-Partenkirchen, Hamburg, Harz, Hohe Mark, Hohenlohe, Holsteinische Schweiz, Kaiserstuhl/Breisgau, Kraichgau, Mittelrhein, Mosel, München, Münsterland, Nahe, Niederrhein, Nordrhein-Westfalen Wälder, Odenwald, Ostwestfalen-Lippe, Pfalz, Rhein/Ahr/Erft, Rheingau/Taunus, Rheinhessen, Ruhrgebiet, Saarland, Sächsische Schweiz, Sauerland, Schwarzwald (Nord, Mitte, Süd), Steiermark, Stuttgart, Südtirol, Teutoburger Wald, Thüringer Wald, Vogesen, Westerwald

Weitere Wohlfühl-Reihen:

- Radeln für die Seele
- Urlaub für die Seele

PRESSESERVICE – Nicole Abeln – Tel. 0211/8605-236 – Mail: n.abeln@droste-verlag.de

Druckfähige Daten

Für Rezensionen schicken wir Ihnen gerne druckfähige Dateien per E-Mail oder stellen sie Ihnen als Download zur Verfügung.

Honorarfreie Inhalte und Fotos

Inhalte aus unseren Büchern können wir Ihnen nach Absprache kostenfrei zur Verfügung stellen, z. B. zur Nutzung in redaktionellen Beiträgen.

Interviews

Gerne vermitteln wir Ihnen ein Interview.

Updates zu Neuerscheinungen

Auf Wunsch tragen wir Sie in unsere Pressedatenbank ein und informieren Sie über unsere Neuerscheinungen.

ZUM VERLAG

Der Droste Verlag ist einer der führenden unabhängigen Verlage für Bücher in den Themenwelten Reiseführer, Sport- und Aktivreisen und Freizeitführer. Zudem publiziert Droste mit namhaften Partnern u. a. Fachbücher zu Politik und Zeitgeschichte.