



Sabine Hauke  
**Wanderungen für die Seele**  
**Nordrhein-Westfalen – Wälder**  
192 Seiten, EUR 16,99  
ISBN 978-3-7700-2117-8  
GPS-Daten zum Download

Erscheinungstermin: März 2020

## Wandern mit allen Sinnen

### Einzigartige Wanderungen mitten in Nordrhein-Westfalen

„Waldluft macht einfach glücklich“, findet Sabine Hauke. Für „**Wanderungen für die Seele. Nordrhein-Westfalen - Wälder**“ hat die Natur- und Landschaftsführerin die 20 schönsten Touren durch die Laub-, Misch- und Nadelwälder zwischen Aachen und Bielefeld, Kleve und Siegen zusammengestellt.

Erst ganz ruhig und dann mit phänomenaler Aussicht auf den Drachenfels verläuft die Wanderroute bei Bonn in der Heisterbacher Klosterlandschaft, die mit knapp 12 Kilometern Anfänger und Wandererfahrene glücklich werden lässt. Auch die eher industriell geprägten Städte Mülheim und Duisburg warten mit herrlichen grünen Oasen auf: Die Strecke im Broich-Speldorfer Wald ist dabei nur einer der schönen Wege. Im Klangwald bei Arnsberg können Wanderer zwischen Möhnesee und Hevesee die Seele baumeln lassen. Sabine Hauke gibt bei jeder Wandertour nützliche Tipps, so kommt weder die Geschichte des sagemumwobenen Burgfräuleins von Bad Laasphe noch das Ausflugslokal an der Urfttalsperre zu kurz.

Bei den abwechslungsreichen Wanderungen werden alle Sinne angesprochen, mit unterschiedlichen Schwerpunkten: Die Panoramatauren locken mit wunderschönen Ausblicken, die Erfrischungstouren führen an belebenden Gewässern entlang. Bei den Verwöhntouren sorgen gemütliche Gasthöfe für das leibliche Wohl, die Auszeitouren bieten herrliche Naturerlebnisse. Und auf den Entschleunigungstouren laden besinnliche Ruheorte zum Verweilen.

### Mit vielen Fotos, wichtigen Tipps und Übersichtskarten

Die Erholung vom stressigen Alltag beginnt nicht erst beim Wandern, sondern schon mit dem ersten Blick ins Buch. Die großformatigen Fotos von Sabine Hauke und das farbenfrohe Layout des Wanderführers laden zum Schmökern ein und machen Lust, die Schuhe zu schnüren und einem der zwischen 7 und 15 Kilometer langen Rundwege zu folgen. Dazu gibt es Übersichtskarten und Streckenprofile sowie Tipps zur entspannten An- und Abreise, genussvollen Einkehr – oft mit Fokus auf heimischen Produkten – und zu Sehenswertem am Wegesrand.

„Wanderungen für die Seele. Nordrhein-Westfalen - Wälder“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 16,99 Euro.

**Die Autorin**

**Sabine Hauke** erlebte schon in der Kindheit die Wälder ihrer Heimat als Wohlfühlorte, in denen sie mit Wonne Beeren suchte, Baumgestalten ausfindig machte und unter Baumkronen träumte. Durch ihre Ausbildung zur Natur- und Landschaftsführerin entdeckt sie immer weitere unzählige Facetten in diesem vielschichtigen Naturraum. Im Droste Verlag bereits von ihr erschienen: „Wanderungen für die Seele. Bergisches Land“ sowie „Wanderungen für die Seele. Ruhrgebiet“.

**Bücher mit Wohlfühlwegen**

## •Wanderungen für die Seele

Bergisches Land, Bodensee, Chiemgau, Eifel, Münsterland, Niederrhein, Nordrhein-Westfalen – Wälder, Pfalz, Rhein/Ahr/Erft, Rheingau/Taunus, Rheinhessen, Ruhrgebiet, Schwarzwald – Der Norden, Teutoburger Wald, Westerwald

## •Radeln für die Seele:

Bergisches Land, Eifel, Maastricht-Nimwegen, Münsterland, Niederrhein, Rhein/Ahr/Erft, Rheinland-Pfalz, Rhein/Main.

---

**PRESSESERVICE – Nicole Abeln - Tel. 0211/8605-236 – Mail: [nicole.abeln@drosteverlag.de](mailto:nicole.abeln@drosteverlag.de)**

**Druckfähige Daten**

Für Rezensionen schicken wir Ihnen gerne druckfähige Dateien von Cover und Autorenfoto 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.

**Autoreninterviews**

Gerne vermitteln wir Ihnen ein Interview mit der Autorin.

**Updates zu Neuerscheinungen**

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

---

**ZUM VERLAG**

Der Droste Verlag ist ein unabhängiger Buchverlag mit Sitz in Düsseldorf. Der Schwerpunkt sind Bücher mit Heimat: Das Verlagsprogramm bietet alles, was man über seine Region lesen möchte – von Wander- und Freizeitführern über Sachbücher bis hin zu belletristischen Titeln. Bisher mit Fokus auf NRW veröffentlicht Droste nun auch Bücher für weitere Regionen und Städte in ganz Deutschland. Eine lange Tradition hat Droste als Wissenschaftsverlag und publiziert mit namhaften Partnern u. a. Fachbücher zu Politik und Zeitgeschichte.