



Frank Hamm

Wanderungen für die Seele. Rheinhessen

Wohlfühlwege

192 Seiten, EUR 16,99

ISBN 978-3-7700-2156-7

Erscheinungstermin: Frühjahr 2020

Kleine Auszeiten mit großer Wirkung

Traumhafte Wanderungen in Rheinhessen

Grüne Weinberge, weite Täler, idyllische Ortschaften – mit „**Wanderungen für die Seele. Rheinhessen**“ wird jeder Schritt zum Balsam für die Seele. Auf 20 Touren lädt Frank Hamm dazu ein, die Region zwischen Mainz, Worms und Bingen am Rhein zu erkunden, einzutauchen in das rheinhessische Flair, in die Magie der tausend Hügel. Hier warten überall kleine Schätze in der Natur, und auf historischen Spuren lässt sich beim erholsamen Wandern viel über die Geschichte und Kultur dieser Gegend erfahren – getreu Frank Hamms Motto: „Entspannen geht auch schnell. Langsam macht aber mehr Spaß.“

Bei den abwechslungsreichen Wanderungen werden alle Sinne angesprochen, mit fünf unterschiedlichen Schwerpunkten: Die Erfrischungstouren führen an belebenden Gewässern wie der Pfrimm oder dem Altrheinsee entlang, die Panoramatouren locken mit wunderschönen Ausblicken von den Rheinterrassen, von Weinbergen, Rochusberg und Wißberg. Bei den Verwöhntouren sorgen gemütliche Gasthöfe für das leibliche Wohl, mit erfrischendem Riesling und traditioneller Weinbergsküche. Die Auszeitouren bieten herrliche Naturerlebnisse, wie in den Auen von Ingelheim, mit Wasservögeln, bunten Schmetterlingen und wilden Tulpen. Auf den Entschleunigungstouren laden besinnliche Ruheorte zum Verweilen, bei Schwabenheim und Alzey oder am Weinberghaus Perka.

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 und das farbenfrohe Layout des Wanderführers laden zum Schmökern ein und machen Lust, die Schuhe zu schnüren und einer der zwischen 6 und 13 Kilometer langen Touren – überwiegend Rundwege – zu folgen. Der Serviceteil enthält Übersichtskarten und Streckenprofile sowie Tipps zur entspannten An- und Abreise, genussvollen Einkehr und zu Sehenswertem am Wegesrand.

„**Wanderungen für die Seele. Rheinhessen**“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 16,99 Euro.

Der Autor

Frank Hamm, Jahrgang 1961, ist selbstständiger Kommunikationsberater und Blogger. Als Rheinhessen-Fan genießt er das Land der tausend Hügel immer wieder neu. Am wohlsten fühlt er sich am frühen Morgen in den Weinbergen, während Land und Leute erwachen und er sich auf neue Entdeckungen und neue Bekanntschaften freut.

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, RheinMain.

PRESSESERVICE – Nicole Abeln - Tel. 0211/8605-236 – Mail: nicole.abeln@drosteverlag.de

Druckfähige Daten

Für Rezensionen schicken wir Ihnen gerne druckfähige Dateien von Cover oder Portraitfoto 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.

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.