



Ingrid Retterath

**Wanderungen für die Seele. Westerwald**

Wohlfühlwege

192 Seiten, EUR 16,99

ISBN 978-3-7700-2166-6

Erscheinungstermin: Frühjahr 2020

## Genusswandern für alle Sinne

### Traumhafte Wanderungen im Westerwald

Würziger Waldduft, der Gesang heimischer Vögel, frischer Wind über einem Kornblumenfeld, alte Kohlstraßen zum Barfußlaufen und Blaubeeren am Wegesrand für das Picknick – „**Wanderungen für die Seele. Westerwald**“ zeigt: Das Mittelgebirge zwischen Rhein, Sieg, Heller, Dill und Lahn ist ein Paradies für alle Sinne! Es gilt als Geheimtipp: Wanderer genießen bizarre Felsformationen, atemberaubende Aussichten und faszinierende Überbleibsel der Vergangenheit nahezu ungestört.

Ingrid Retterath hat 20 abwechslungsreiche Wanderungen zusammengestellt, mit fünf unterschiedlichen Schwerpunkten: Die Erfrischungstouren führen an belebenden Gewässern wie dem Krombachstausee oder den Bächen am Pedel entlang, die Panoramatouren locken mit wunderschönen Ausblicken am Roßbacher Häubchen oder im Greifensteiner Ländchen. Bei den Verwöhntouren sorgen gemütliche Gasthöfe um und in Waldbreitbach oder im Nistertal für das leibliche Wohl. Die Auszeittouren bieten herrliche Naturerlebnisse mit bunten Schmetterlingen und Wildblumenwiesen, in der Kroppacher Schweiz ebenso wie am Gelbach oder am Druidenstein. Auf den Entschleunigungstouren laden besinnliche Ruheorte zum Verweilen, wie im Aubachtal oder bei Breitscheid.

Die Touren sind zwischen 4,5 und 19 Kilometer lang, lassen sich aber oft noch weiter abkürzen. Im Vordergrund stehen Entspannung und Genuss, findet Ingrid Retterath: „Eine kurze Runde mit vielen schönen Naturerlebnissen und Pausen, Gedanken und Gesprächen bringt uns frische Energie für den Alltag.“

### 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 Schmöckern ein und machen Lust, die Schuhe zu schnüren und einer der 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. Westerwald**“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 16,99 Euro.

**Die Autorin**

**Ingrid Retterath** ist seit vielen Jahren begeisterte Reise- und Wanderbuch-Autorin und teilt ihre Erlebnisse auf ihrem Blog „Fernwehkinder“. Mit ihrer Familie lebt sie in Hürth bei Köln, wenn sie nicht spontan für ein paar Tage auf einem Campingplatz im Westerwald das Zelt aufschlägt, um auch nachts der beredten Stille des Westerwaldes besonders nah zu sein. Im Droste Verlag sind u.a. von ihr erschienen: Wanderungen für die Seele. Rhein/Ahr/Erft; Mausschlaue Freizeittipps. Bergisches Land; Mausschlaue Freizeittipps. Köln; Pilgerwanderungen in der Eifel

**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.

---

**PRESESERVICE – 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 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.