

Klaus Meyer



WAN



DERN



FÜR DIE



SEELE



In und um  
Bremen  
DROSTE





Klaus Meyer

Wandern für die Seele  
in und um

# Bremen

20 Wohlfühlwege

Droste Verlag



# ALLE WANDERUNGEN AUF EINEN BLICK



## **TOUR 1: MYTHOS MOOR**

7

Rund um den Golfplatz Achim  
9,4 km | 40 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 2: SAND UND HEIDE**

15

Durch die Lintelner Geest  
16,2 km | 70 Hm | 4 Std. | Rundweg



## **TOUR 3: AUF NACH AMERIKA**

25

Die Ozeanbrücke bei Harpstedt  
8,2 km | 40 Hm | 2 Std. | Rundweg



## **TOUR 4: BREMER SCHWEIZ**

33

Unterwegs im Bremer Norden  
10,5 km | 80 Hm | 3 Std. | Rundweg



## **TOUR 5: ABSEITS DER WEGE**

43

Entdeckungen im Hegeler Wald  
11 km | 30 Hm | 3 Std. | Rundweg



## **TOUR 6: DIE FELDMARK**

51

Das freie Feld in Osterholz  
8,2 km | 10 Hm | 2 Std. | Rundweg



## **TOUR 7: FEUER UND WASSER**

59

Unterwegs in Niedervieland  
8,6 km | 10 Hm | 2 Std. | Rundweg



## **TOUR 8: WIESENPANORAMA**

67

Durch den Park Links der Weser  
9,8 km | 20 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 9: TORTENTRÄUME**

77

Die Mitte von Niedersachsen  
14,1 km | 80 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



## **TOUR 10: SPUREN DER VORZEIT**

87

Die Hünengräber bei Meyenburg  
14,8 km | 70 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



### **TOUR 11: DAS KÜNSTLERDORF**

97

Rund um Worspswede  
8,7 km | 60 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



### **TOUR 12: MOORLOSEN KIRCHE**

107

Land zwischen Lesum und Weser  
9,5 km | 20 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



### **TOUR 13: IM ZAUBERWALD**

117

Durch das Tal der Wümme  
9,4 km | 30 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



### **TOUR 14: DIE WANDERVÖGEL**

125

Der Overing im Spanger Forst  
9,3 km | 70 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



### **TOUR 15: AUF ZEITREISE**

135

Stüher Forst & Welsburger Holz  
10,5 km | 50 Hm | 3 Std. | Rundweg



### **TOUR 16: DIE GRÜNE LUNGE**

145

Stadtwald und Unisee  
7,7 km | 30 Hm | 2 Std. | Rundweg



### **TOUR 17: BADESPASS**

155

Rund um den Werdersee  
8,4 km | 20 Hm | 2 Std. | Rundweg



### **TOUR 18: GRÜNE IDYLLE**

163

Alte Parks im Bremer Osten  
9,5 km | 20 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



### **TOUR 19: TRAUMFADE**

173

Am Rande des Teufelsmoors  
14,5 km | 80 Hm | 4 Std. | Rundweg



### **TOUR 20: STADTGESCHICHTE**

183

Durch die Bremer Wallanlagen  
7,8 km | 30 Hm | 2 Std. | Rundweg



# Liebe Wanderfreunde und Auszeitsuchende,

zum Wandern muss es nicht immer ins Gebirge gehen. Auch das flache Land im Norden bietet viele schöne Ziele, die dazu einladen. In diesem Buch habe ich eine kleine Auswahl an Touren in und um Bremen für Sie zusammengestellt.

Die Region rund um Bremen ist sehr vielfältig und bietet verschiedenste Landschaften beidseits der Weser. Im Süden haben wir die trockene Geest und im Norden das feuchte Teufelsmoor. Dazwischen tauchen wir immer wieder in dichte Wälder ein und sind dann wieder entlang der verschiedenen Flüsse und Bäche unterwegs, die meistens irgendwann in die Weser münden.

Aber auch in der Stadt gibt es einiges zu entdecken. Mehrere Parks laden zu einer kleinen Auszeit ein. Dabei können wir entweder auf den Spuren der Vergangenheit unterwegs sein, wie entlang der Bremer Wallanlagen, oder die Tour mit einem Bad in einem der schönen Badeseen verbinden.

Wir besuchen unter anderem den höchsten Punkt von Bremen und den geografischen Mittelpunkt von Niedersachsen. Unterwegs erfahren wir mehr über einen bekannten Wilderer und besuchen einige alte Steingräber.

Die eine oder andere Tour ist auch als Abendwanderung reizvoll, und wo möglich, habe ich Empfehlungen für Gasthäuser eingebunden, in denen wir beispielsweise von den Landfrauen mit besten Torten und Kuchen versorgt werden.

Viel Freude beim Wandern für die Seele wünscht

Ihr Klaus Meyer 



**NATUR-INFO**



**KULTUR-INFO**



**TOUREN-/EVENT-INFO**



**GENUSS-INFO**

- 
- 9,4 Kilometer
  - 40 Höhenmeter
  - 2,5 Stunden
  - Rundweg

**Waldweg am  
Wittkoppenberg**

# Mythos Moor

## Rund um den Golfplatz Achim



Unsere Wanderung startet am kleinen **Friedhof Badenermoor** und führt einmal rund um den nahen Achimer Golfplatz. Vom Parkplatz hinter dem Friedhof an der Roedenbeckstraße aus folgen wir dazu der Straße auf dem parallelen Fuß-/Radweg 250 Meter zurück in Richtung Achim. Dann biegen wir nach rechts in die Straße **Im Rucksort** ein. Sie führt uns an schönen Villen vorbei, die zum Träumen einladen, bis wir die kleine Siedlung verlassen.

Nun wandern wir auf sandigen Feldwegen weiter, vorbei an saftig grünen Weiden, bis wir wenig später die **Gärtnerei und Baumschule Asendorf 1** erreichen. Hier sehen wir Pflanzen in Töpfen und in allen Größen, so weit das Auge reicht. Hinter der Gärtnerei überqueren wir den kleinen Scheefmoorgraben und halten uns an der nächsten Kreuzung rechts.

Weiter geht es für etwa 500 Meter entlang landwirtschaftlicher Flächen. Dann erreichen wir die ersten Ausläufer des **Achimer Golfclubs**, der rechts von uns



# Auszeittour 1



Das Wasserschutzgebiet **Wittkoppenberg** gehört zur Rotenburger Rinne. In großer Tiefe verläuft ein eiszeitliches Gewässer, daher die vielen Brunnen am Wegesrand. Hier wird qualitativ hochwertiges Trinkwasser für die gesamte Region gewonnen.

liegt. Wir halten uns links, um das Gelände weitläufig zu umrunden. Auf dem Golfplatz besteht immer die Gefahr, von einem umherfliegenden Golfball getroffen zu werden. Das sollten wir nicht unterschätzen, daher halten wir uns besser fern. Wir tauchen ein in einen schönen Mischwald, der Weg bringt uns zum **Wasserwerk Wittkoppenberg 2**. Der Wittkoppenberg (etwa 31 Meter über dem Normalhöhennull) ist dabei natürlich kein Berg im eigentlichen Sinn und auch nicht als solcher erkennbar. Vorbei am links von uns liegenden Wasserwerk nehmen wir den nächsten rechts abzweigenden Weg, der mitten durch die Felder erneut in einen Wald führt.

Nach etwa 600 Metern durch einen dichten Fichtenwald zweigt unser Weg erneut nach rechts ab. Am Waldrand steht dort eine einzelne Bank mit schönem Ausblick über die vor uns liegenden Weiden. Aufgrund des nahen **Gestiüts** links von uns können wir oft Pferde beobachten. Gelegentlich werden auch Turniere ausgetragen, dann haben wir hier einen Logenplatz. Weiter geradeaus sehen wir rechts von uns erneut die Ausläufer des Golfplatzes. An der nächsten Wegkreuzung

## Gärtnerei Asendorf





## Für die Seele

Diese Wanderung führt uns durch artenreichen Mischwald mit entsprechender Vogelwelt und später auf einsamen Pfaden durch das kleine Etelser Moor.



zung halten wir uns rechts und kommen vorbei an einem Bauernhof mit verspielten Ziegen und einer Herde Galloway-Rinder.

An der nächsten Abzweigung erreichen wir erneut eine sehr schöne Bank, die zum Innehalten einlädt. Neben der Bank sehen wir auch Wegweiser zu den örtlichen Achimer Wanderwegen. Ein guter Platz für eine Pause, bevor es weitergeht. Der Weg nach rechts führt sicher über das **Golfplatzgelände**. Wir folgen unserem Weg jedoch weiter geradeaus und wenig später in einem Bogen nach links. Früher gab es hier einen Weg geradewegs über den Golfplatz, dieser ist mittlerweile gesperrt. Stattdessen achten wir auf die Warnhinweise vor „fliegenden Golfbällen“.

### Wegweiser





# Auszeitour 1



*Die Restaurants auf Golfplätzen stehen in der Regel auch Wanderern offen. Oft gibt es hier sehr gute Küche für relativ wenig Geld, auch wenn man das nicht unbedingt vermutet.*

Am Ende des Golfplatzes zweigt ein Pfad nach rechts ab. Diesem sicheren Weg folgen wir bis zum nahen **Bassener Mühlengraben**, an dem wir nach rechts abbiegen. So erreichen wir die Zufahrtsstraße zum Golfplatz. Zwischendurch haben wir immer wieder Gelegenheit, von einem sicheren Platz aus den Golfspielern bei ihren Abschlägen zuzuschauen.

Hier gibt es jetzt die Möglichkeit, eine Rast im **Restaurant Wachtelkönig** ③ auf dem Golfplatz einzulegen. Dazu halten wir uns an der Zufahrtsstraße rechts und folgen dieser bis zum Restaurant, in dem auch nicht Golf spielende Gäste willkommen sind. Die Küche im Restaurant ist sehr gut, egal ob es ein klassisches Schnitzel mit Bratkartoffeln sein soll oder Grünkohl zur Saison im Winter. Aber auch Kaffee und Kuchen sind zu empfehlen. Nach einer guten Stärkung im Restaurant oder einer entspannenden Kaffeepause auf der sonnenüberfluteten Terrasse geht es wieder zurück auf dem bekannten Weg. So verlassen wir den Golfplatz



**Unterwegs zum Restaurant Wachtelkönig**



an der **Roedenbeckstraße**, die wir ja bereits vom Anfang der Wanderung her kennen.

Wir überqueren die Straße und folgen dem Weg geradeaus ins **Naturschutzgebiet**. Anfangs verläuft der Weg noch vorbei an grünen Weiden, bevor wir einen kleinen Wald erreichen. Dort lädt uns erneut eine Bank zum letzten Auftanken in der Sonne ein, bevor es anschließend ins Etelser Moor geht.

Sobald der Weg einen Linksbogen macht, folgen wir dem schmalen Pfad geradeaus ins Moor. Vor uns liegt jetzt das Highlight dieser Wanderung. Der Weg verläuft mitten durch das **Etelser Moor** 4. Der knapp 400 Meter lange, einsame Trail führt weitgehend geradeaus durch das Moor hindurch, allerdings mit ein paar Kurven im mittleren Teil. Die Etappe durch das Moor ist gefahrlos zu begehen und der Weg immer gut erkennbar.

Man sollte jedoch gutes Schuhwerk tragen für solch einen Moorweg. Am Wegesrand gibt es immer wieder Wasserlöcher, die nicht trockengelegt sind. Für uns sind diese jedoch nicht gefährlich. Im zweiten Teil des Pfades erkennen wir rechts von uns eine Abbruchkante, die noch vom intensiven Torfabbau stammt. Den Weg sollten wir während dieser Passage, wie bei allen Wegen durch das Moor, zu unserer eigenen Sicherheit natürlich nicht verlassen.

Am Ende dieses Pfades treffen wir auf den breiten, quer zu uns verlaufenden Wanderweg, dem wir nun nach rechts weiter durch das Etelser Moor folgen.



Beim **Etelser Moor** handelt es sich um ein Hochmoor, das weitgehend trockengelegt wurde. Parallel des Weges sehen wir noch Reste des Torfabbaus vergangener Tage. Früher war Torf begehrtes Heizmaterial. Heute sind Moore effektive CO<sub>2</sub>-Speicher und damit wichtig für die Ökobilanz.



# Auszeitour 1

Auch hier sind am Wegesrand immer wieder vereinzelte nasse Moorflächen erkennbar. Weiter geht es durch das einsame **Etelser Holz 5**, einen dichten Mischwald. Dann passieren wir landwirtschaftliche Flächen, die auf den Resten eines alten Dünerrückens liegen. Vor 100 Jahren gab es hier noch eine Sanddüne. Mittlerweile ist von ihr nichts mehr zu sehen.

Am vor uns auftauchenden Wald, dem **Lindholz 6**, halten wir uns rechts. Die Pfade durch das Lindholz selbst sind mittlerweile weitgehend zugewachsen. Vorbei an diesem dichten Mischwald führt unser Pfad direkt zum Ausgangspunkt zurück. Am Ende des Weges sehen wir rechts von uns den Parkplatz des Friedhofs, an dem unsere Wanderung begann.





Entspannung ★★★★★

Genuss ★★★★★

Romantik ★★★★★



#### WIE & WANN:

Überwiegend Wald- und Feldwege mit einem Pfad durch das Moor;  
ganzjährig begehbar, beste Wanderzeit: April bis Oktober

#### HIN & WEG:

Auto: Parkplatz Friedhof Badenermoor, Roedenbeckstraße, 28832 Achim  
(GPS: 53.021840, 9.101102)

ÖPNV: VBN-Buslinien 703, 733, 739, 794, Haltestelle Badenerholz Waldweg

#### ESSEN & ENTSPANNEN:

Restaurant Wachtelkönig (Golfplatz Achim) ③ Roedenbeckstraße 55,  
28832 Achim, Tel. (0 42 02) 97 40 20, [www.wachtel-koenig.de](http://www.wachtel-koenig.de)

#### ENTDECKEN & ERLEBEN:

Gärtnerei und Baumschule Asendorf ①

Wasserwerk Wittkoppenberg ②

Etelser Moor ④

Etelser Holz ⑤

Lindholz ⑥