

Retterath/Pribert

WANDE-
RUNGEN
FÜR DIE
SEELE

Wohlfühlwege

Rhein, Ahr, Erft

DROSTE



Myria Aurora Pribert
Ingrid Retterath

Rhein, Ahr, Erft

Wanderungen für die Seele

20 Wohlfühlwege



Droste Verlag

ALLE WANDERUNGEN AUF EINEN BLICK



TOUR 1: IN DEN RHEINAUEN

7

Von Zons zur Urdenbacher Kämpe

9 km | 55 Hm | 3 Std. | Rundweg



TOUR 2: ENTSPANNUNG PUR

17

Rheinbacher Wald und Tomburg

14,4 km | 220 Hm | 4 Std. | Rundweg



TOUR 3: SCHMETTERLINGSWEGE

25

Wacholderhänge um das Lampertstal

13,8 km | 245 Hm | 4 Std. | Rundweg



TOUR 4: VIERTÄLERBLICK

35

Die letzten Kilometer der Ahr

10,4 km | 230 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 5: BLÜTENPRACHT

43

Küchenschellen am Bürvenicher Berg

10,4 km | 227 Hm | 3 Std. | Rundweg



TOUR 6: ÜBER DER AHR

53

Weitsichten vom Krausberg

7,7 km | 300 Hm | 2,5 Std. | Rundweg



TOUR 7: FERNBLICKE

64

Aussichtsreiche Wege um Lind

10 km | 200 Hm | 3 Std. | Rundweg



TOUR 8: TANZ AUF DEM VULKAN

75

Einmal um den Rodderberg

4,5 km | 114 Hm | 1,5 Std. | Rundweg



TOUR 9: GENUSSVOLLE SPUR

83

Kulinarisches Bad Münstereifel

11,8 km | 268 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 10: AM TOR ZUR EIFEL

92

Waldgenuss um Hilberath

13,3 km | 260 Hm | 3,5 Std. | Rundweg



TOUR 11: SCHAURIG SCHÖN

Auf dem Werwolf-Wanderweg
9,9 km | 70 Hm | 3 Std. | Rundweg

103



TOUR 12: UNTERM BLÄTTERDACH

Stille Pfade am Venusberg in Bonn
10,4 km | 200 Hm | 3 Std. | Rundweg

111



TOUR 13: VERGÄNGLICHKEITEN

Vom Marienfeld zum Kerpener Bruch
18,3 km | 153 Hm | 6 Std. | Rundweg

120



TOUR 14: WALD & WEITE

Vom Eisernen Mann zum Friedensweg
16,4 km | 130 Hm | 4,5 Std. | Rundweg

130



TOUR 15: HIMMELSBLICHE

Bruder-Klaus-Kapelle & Stockert
11,9 km | 254 Hm | 3,5 Std. | Rundweg

141



TOUR 16: WASSER FÜR KÖLN

Durch die Täler bei Nettersheim
15,8 km | 260 Hm | 5 Std. | Rundweg

150



TOUR 17: FUSSMASSAGE INKLUSIVE

Durch Auenwälder zur Erftmündung
11,5 km | 88 Hm | 4 Std. | Rundweg

159



TOUR 18: STADT, LAND, FLUSS

Grevenbroich, bezaubernd grün
8 km | 32 Hm | 2,5 Std. | Rundweg

167



TOUR 19: KÖLSCHE AU(G)ENBLICHE

Weißer Rheinbogen & Groov
9,9 km | 57 Hm | 3 Std. | Rundweg

174



TOUR 20: ELF ERFRISCHUNGEN

Seen, Teiche und Maare im Villewald
14,5 km | 139 Hm | 4,5 Std. | Rundweg

185



Wie im Märchen – Schloss Sinzig


Liebe Wanderfreunde!

Einen Weg gehen heißt andere Wege aufgeben. Im Flussdreieck von Rhein, Ahr und Erft lässt es sich fantastisch wandern. Die Entscheidung für diese 20 Wanderungen ist keine Entscheidung gegen andere Wanderungen. Wir hätten leicht ein doppelt so dickes Buch mit wunderschönen Rundwanderungen füllen können, bei denen die Seele frische Kraft sammeln kann.

In der Ruhe liegt die Kraft. Wir lächeln milde über Schnellwanderer, die mit 5 Kilometern pro Stunde kalkulieren. Uns genügt ein gemütlicher Schritt, bei dem wir miteinander plauschen, unseren Gedanken nachhängen und jederzeit für ein bezauberndes Naturerlebnis anhalten können. Die schönen Dinge sehen wir ja nur, wenn wir langsam gehen.

Der Weg ist das Ziel. In der Gute-Laune-Landschaft westlich des Rheins lässt es sich fantastisch träumen, ausspannen und schlemmen. Wir messen uns nicht an den gelaufenen Kilometern, sondern an den erholsamen Eindrücken. Die einen benötigen einen ganzen Wandertag, um zur Ruhe zu kommen. Die anderen erfreut die Gewissheit, mit ihren Kräften haushalten zu können: Viele der Strecken lassen sich spontan abkürzen.

Wir wünschen zahlreiche beglückende Erfahrungen mit vielen kleinen Pausen für die Seele. Und keine Sorge: Die im Juli 2021 überfluteten Wege sind wieder gut zu laufen oder wir haben sie vorübergehend ersetzt. Die Menschen in der Region freuen sich auf sympathische Wanderer, die alles wieder mit Leben füllen.

Myria Aurora Pribert
und Ingrid Retterath 



NATUR-INFO



KULTUR-INFO




TOUREN-/EVENT-INFO



GENUSS-INFO



INSPIRATION

- 
- 9 Kilometer
 - 55 Höhenmeter
 - 3 Stunden
 - Rundweg

Der Rhein in seinem neuen Bett

In den Rheinauen

Von Zons zur Urdenbacher Kämpe



Wir beginnen unsere Wanderung am **Gasthaus Zur Rheinfähre 1** am Rheinkilometer 718. Markierungen an der Hauswand blicken zurück auf Hochwasserereignisse der vergangenen Jahrhunderte. Unser erster Weg führt uns hinab zum Anleger der **Rheinfähre Zons-Urdenbach. 2** Während der Überfahrt lassen wir uns den Fahrtwind um die Nase wehen und genießen die weiten Blicke den Strom hinauf und hinab.

Viel zu früh legt der Fährmann am rechten Ufer des Rheins an und wir schauen dem Gewusel der Autos, Motorräder und Fahrräder gelassen hinterher, während wir gemütlich den Fährweg hinauf laufen. An dessen Ende folgen wir am **Haus Ausleger** der **Fahrradstraße Zum Ausleger** nach links. Schon nach gut 200 Metern wenden wir uns von ihr ab und gehen auf einem weichen Wiesenweg nach rechts.

Links begleitet eine Baumreihe unseren Weg, rechter Hand bietet sich über das Feld hinweg ein Blick hinüber zum **Haus Bürgel**, wenn das Getreide uns nicht schon überragt. Nach etwa 400 Metern folgen wir an einer T-Kreuzung dem linken Weg und wandern den im Wind rauschenden Pappeln entgegen. An einer Rastbank beginnt das **Naturschutzgebiet Urdenbacher Kämpe**.

Die Fruchtbarkeit der Kämpe lässt viele Pflanzen und ihre Früchte üppiger wachsen als anderswo. Das Frühjahr bezaubert uns mit blühenden Obstbäumen und Wiesenkräutern. Im Hochsommer können wir uns am prächtigen Farbenspiel der reifen Brombeeren, Äpfel, Birnen und Holunderbeeren kaum sattsehen.



Im Jahr 1374 stieg der Rhein bei einem Hochwasser aus seinem Bett – und kehrte nicht zurück. Als die Pegel sanken, floss er, anstatt wie bisher im Osten, westlich an der Urdenbacher Kämpe vorbei. Das alte Flussbett, der Altrhein, füllt sich nur noch bei Hochwasser.



Acht markierte Erlebnisrouten und ein Naturinterpretationspfad laden zu weiteren Wanderungen in der Urdenbacher Kämpe ein. Sie sind zwischen 2,5 und 10 Kilometer lang.

Am Rheinufer





Für die Seele

In der Urdenbacher Kämpe darf der Rhein sein Bett verlassen. Er bedankt sich mit einer Auenlandschaft, in der sich viele Vogelarten wohlfühlen.

An Herbsttagen leuchten die Blüten der Herbstzeitlosen in zartem Violett. Selbst im Winter entdecken wir hoch in den Baumkronen der Pappeln mächtige kugelige Mistelzweige.

Der unbefestigte Weg verläuft hier auf der **Entdeckerroute Natur pur** und bringt uns immer geradeaus zwischen den alten Apfel- und Birnbäumen der Streuobstwiesen nach etwa 800 Metern zum **Bamberger Weg**. Ein kombinierter Fuß- und Radweg verläuft neben ihm nach links zum Ortseingangsschild von Düsseldorf. Unsere Runde führt jedoch links auf dem Ortweg weiter. Vorher machen wir aber einen winzigen Abstecher geradeaus auf die Brücke über den **Urdenbacher Altrhein**. ③ Hier ist das frühere Bett des Rheins noch gut zu erkennen. Nur 150 Meter hinter der Brücke, gleich im Anschluss an den Wanderparkplatz Piels Loch, lockt uns das Gasthaus **Extratour Zum Alten Rhein** ④ mit einer ansprechenden Speisekarte und kühlen Getränken zu einer kleinen Wanderpause.

Neben dem **Ortweg** folgen wir einem Wanderweg und halten uns hinter einer Holzbrücke, wenn der asphaltierte Fahrweg nach links schwenkt, weiter geradeaus.

Unser Pfad führt hinab zum **Rheinufer**. ⑤ Sandig und weich wird der Untergrund und verführt uns dazu, die Schuhe auszuziehen.

Wo sich die Pfade kreuzen, wählen wir unseren Weg dem Herzen nach. Zieht es uns geradeaus zu den kleinen Buchten unmittelbar an das Wasser des



In den hohen Bäumen am Altrhein fühlen sich zahlreiche Vogelarten so wohl, dass sie uns ein fröhliches Lied singen. Wer erkennt die Heckenbraunelle, die Mönchsgrasmücke oder den Pirol? Auf www.auenblicke.de können wir typische Vogelstimmen mit dem Gehörten vergleichen.



Auszeitour 1

Rheins? Orientieren wir uns anfangs noch geradeaus an der Schifffahrtsmarkierung und schwenken auf einem der nächsten Pfade nach links? Oder fühlen wir uns am Fuß der Uferbäume besonders wohl? In allen Fällen biegen wir links ab, gehen also dem Rhein entgegen. An manchen Tagen nimmt uns der hohe Wasserstand des Rheins die Entscheidung ab.

Auf schmalen Pfaden schlendern wir stromaufwärts durch den mit Muschelschalen und kleinen Wurzeln durchzogenen Sand. Möwen schreien und wir bestaunen die bizarr gewachsenen Wurzeln der ufernahen Bäume. Wer sehnt sich nach einem Nordseurlaub, wenn es am Rheinufer so schön ist?

Unversehens erreichen wir den Fährweg und nehmen die **Fähre 2** zurück nach Zons. Nach nur 200 Metern könnten wir geradeaus den Startpunkt erreichen und es bei einer Wanderstrecke von 5,9 Kilometern belassen. Doch die Schönheit der alten Zollfeste Zons macht es uns leicht, unmittelbar hinter dem Fährge­lände links dem Uferweg zu folgen. Er führt an den Anlegern der Linienschiffe entlang zu einem Naturpfad, der uns oberhalb eines Kiesstrandes zu einem Schotterweg bringt. Dieser vereint sich mit einem asphaltierten Uferweg, dem wir nach links folgen.

Wir halten Ausschau nach dem +, das den Stromkilometer 717,5 markiert. Denn nur wenige Schritte dahinter ist der **Myriameterstein 55 6** im üppigen Uferbewuchs versteckt.

Keine 30 Meter hinter dem Stein folgen wir einem nach rechts führenden Pfad zum Dammweg hinauf. Denn auf der linken Stromseite darf der Rhein nicht aus seinem Bett. Oben auf dem **Hochwasserschutzdeich** genießen wir den schönen Blick auf den Zollturm, dann folgen wir dem Dammweg für einen halben Kilometer nach links. Anschließend steigen wir nach rechts hinab und folgen einem Wirtschaftsweg zum Wehrgraben der Feste Zons. Hinter der Stadtmauer entdecken wir das **Schloss Friedestrom**, eine seiner Mauern bietet im Sommer die perfekte Kulisse



Wenn wir groß denken, wächst unsere Seele. Wen kümmern Meter oder Zentimeter angesichts eines Myriameters? Das sind 10.000 Meter, also 10 Kilometer. Nach der Flussbegradigung erfolgte 1864 eine Vermessung des Rheins mit Vermarkungssteinen alle 10 Kilometer.

Am Myriameterstein 55





Auszeitour 1

für die romantischen Märchenspiele auf der **Freilichtbühne Zons**. 7 Die einstige Wasserburg wurde im 14. Jahrhundert als Zollburg gebaut; die Grundwasserabsenkung durch den Braunkohletagebau ließ ihre Gräben austrocknen. Am Tor der Freilichtbühne folgen wir geradeaus einem Fußweg neben der Mauer.

Am Schweinebrunnen in Zons



Erfrischende Einkehr im Schloss-Café





Auszeitour 1

Sie macht hinter einer **Windmühle** 8 einen Rechtsbogen zum Bouleplatz oberhalb des **Schweinebrunnens**. 9 Dieser erinnert an die Zonser Schweinefehde, bei der im 16. Jahrhundert die Soldaten des Kölner Erzbischofs Salentin von Iseburg den Zonser Bauern eine Herde von 50 Schweinen raubten.

Wir spazieren rechts durch die Schlosstraße am **Juddeturm** 10, benannt nach der Kölner Patrizierfamilie Judde, vorbei zum Schlossplatz. Hier finden wir neben dem Zugang zum Schloss Friedestrom, dem **Kreismuseum** 11 und der Touristeninformation auch das **Schloss-Café**. 12 Im Sommer erfrischen wir uns hier mit italienischen Eisspezialitäten, ganzjährig können wir bei Köstlichkeiten aus der Konditorei und der Lounge Bar schlemmen.





Entspannung ★★★★★

Genuss ★★★★★

Romantik ★★★★★



WIE & WANN:

Naturpfade, Wiesenwege und Wirtschaftswege, in Zons Bürgersteige; ganzjährig möglich bei einem Wasserstand von unter 3,50 m am Pegel Düsseldorf (automatische Pegelansage: Tel. 02 11/1 94 29); wegen der regelmäßigen Überschwemmungen können die Wege matschig und rutschig sein, daher sind feste Schuhe ratsam

HIN & WEG:

Auto: Parkplätze am Gasthaus Zur Rheinfähre und am Rheintor, Herrenweg, 41541 Dormagen-Zons (GPS 51.127228, 6.848573)

ÖPNV: Von Rheinfeld oder Dormagen Bus 875, 886, 887, Stadtbus Dormagen oder WE 2 bis Zollstraße; von dort ca. 500 m Fußweg über Zollstraße, links Herrenstraße zum Startpunkt

ESSEN & ENTSPANNEN:

Gasthaus Zur Rheinfähre ① Herrenweg 39, 41541 Dormagen-Zons, Tel. (0 21 33) 9 79 74 00 (täglich 11.30–22 Uhr)

Extratour Zum Alten Rhein ④ Drängenburger Straße 4, 40593 Düsseldorf, Tel. (02 11) 72 13 45 66, extratour-urdenbach.de (Di.–So. 12–24 Uhr)

Schloss-Café ⑫ Schlossplatz 4, 41541 Dormagen-Zons, Tel. (0 21 33) 54 37 (Mi.–Mo. 10–18, im Sommer täglich 10–21 Uhr)

ENTDECKEN & ERLEBEN:

Rheinfähre Zons–Urdenbach ② Tel. (01 51) 18 42 10 62, www.faehre-zons.de (Verkehrt nicht bei extremem Hoch- oder Niedrigwasser)

Urdenbacher Altrhein ③ **Rheinufer** ⑤

Myriameterstein 55 ⑥

Schloss Friedestrom mit Freilichtbühne Zons ⑦

Windmühle ⑧ **Schweinebrunnen** ⑨ **Juddeturm** ⑩

Kreismuseum ⑪ Schloßstraße 1, 41541 Dormagen-Zons, Tel. (0 21 33) 5 30 20 (Di.–Fr. 14–18, Sa./So. 11–18 Uhr)