

Stephanie Schlanert

RAD



ELEN



FÜR DIE



SEELE



Stephanie Schlanert

In und um Berlin

Radeln für die Seele

15 Wohlfühl Touren







Alle Touren auf einen Blick



WEITBLICKE

- 1 Wilde Weite** 9
Von Arkenberge durchs Tegeler Fließ
23 km | 116 Hm | 2 Std. | Rundtour
- 2 Rad am Kornfeld** 23
Von Hönow nach Altlandsberg
20 km | 84 Hm | 2 Std. | Rundtour
- 3 Im Auenland** 33
Von Erkner die Spree entlang
39 km | 244 Hm | 3,5 Std. | Rundtour
- 4 Grenzenlos** 43
Mauerweg Süd mit Kirschblüten
45 km | 159 Hm | 4 Std. | Strecke
- 5 Havellandpartie** 53
Rundtour Nauen nach Ribbeck
29 km | 112 Hm | 2,5 Std. | Rundtour



ENTSCHLEUNIGUNG

- 6 Dorfschönheiten** 65
Dahlem, Seen und Grunewald
30 km | 209 Hm | 2,5 Std. | Rundtour
- 7 Land in Sicht** 77
Spargelstraße: Beelitz nach Trebbin
29 km | 150 Hm | 2,5 Std. | Strecke
- 8 Großstadtgrün** 91
Von Park zu Park durch Berlin
25 km | 215 Hm | 2 Std. | Rundtour
- 9 Heide & Schloss** 103
Schönower Heide und Dammsmühle
25 km | 60 Hm | 2,5 Std. | Strecke
- 10 Weiter Westen** 115
Mauerweg, Eiskeller und Kolk
26 km | 165 Hm | 2 Std. | Rundtour





ERFRISCHUNG

- | | | |
|-----------|--|------------|
| 11 | Flussaufwärts Entlang der Panke bis Bernau 26 km 132 Hm 2 Std. Strecke | 127 |
| 12 | Wasser & Wald Rund um den Tegeler See 18 km 96 Hm 2 Std. Rundtour | 141 |
| 13 | Stadt, Land, Insel Wannsee, Potsdam, Werder und Sacrow 55 km 433 Hm 5 Std. Rundtour | 153 |
| 14 | Märkische Luftkur Durch die Märkische Schweiz 55 km 398 Hm 4,5 Std. Strecke | 167 |
| 15 | Wasserreich Müggelseerunde mit Neu Venedig 30 km 166 Hm 2,5 Std. Rundtour | 181 |





Liebe Radfahr- begeisterte,

vom Sattel unseres Fahrrads aus finden wir die **Weite** in und um Berlin in einer überraschenden **Vielfalt**, und dazu noch regionale Köstlichkeiten, kulturelle und historische Schätze. In allen Himmelsrichtungen gibt es Schönes zu erkunden – ob es entlang des Mauerwegs, durch die lila Heide, grünen Wälder oder vorbei an endlos scheinenden Feldern und Wiesen geht.

Mit jedem Tritt in die Pedale finden wir **Entspannung**. Wir radeln durch dörfliche Oasen, folgen dem Flüstern der Flüsse und begleiten sie durch saftig grüne Landstriche, bis die Großstadt fast verschwindet. Wir entdecken das Grün in der Hauptstadt und erleben ein Bilderbuch-Brandenburg. Manchmal erhebt sich ein Hügel, romantische Badestellen liegen auf dem Weg und gelegentlich blitzt am Horizont die Silhouette des Fernsehturms auf. Ich lieb's!

Der **Kontrast** fasziniert: Wir machen Pausen an Schlössern, urgemütlichen Terrassen und einfachen Rastplätzen. Manchmal trifft Fachwerk auf Plattenbau, und oft müssen wir nicht weit fahren, um das Land zu spüren. Versteckte Fischerdörfer und Kleinode tauchen auf, Stille und Natur umgeben uns, und überall warten Wohlfühlorte, die der Seele guttun.

Auf 15 Radtouren in und um Berlin finden wir all das: Stille, **Schönheit**, Weite. Unsere ganz persönlichen Marmeladenglasmomente – und immer ein Stück vom Glück. Denn Radfahren macht glücklich.



Ihre Stephanie Schlanert 



Wilde Weite

Von Arkenberge durchs Tegeler Fließ

Unsere Radtour beginnt im Norden, knapp außerhalb der Stadtgrenze Berlins am **S-Bahnhof Mühlenbeck-Mönchmühle**. Wir radeln los nach rechts in die **Kastanientallee**, fahren auf der Straße, aber es ist ruhig – der Bahnhof ist ein Dreh- und Angelpunkt vieler Pendler, die hier in der Ruhe leben und zum Arbeiten in die Stadt fahren. Leicht bergab rollen wir richtig schön in diese Tour rein.

Nach circa 500 Metern hören wir am Ende der Straße schon laut das Wasser rauschen. Auf der anderen Seite der Straße sehen wir das Mühlenrad der **historischen Mönchmühle** sich unermüdlich drehen. Etwa um 1230 erbaut, ist sie eine der ältesten Wassermühlen des Landes Brandenburg. Angetrieben wird die Mühle vom **Tegeler Fließ**, welches wir heute noch ganz nah entdecken werden. Wir radeln weiter in nordöstlicher Richtung auf der **Mönchmühlenallee**, weiter auf **Am Arkenberg**, was später zur **Hauptstraße** wird. Wir kommen an erhöhten Bahngleisen an, es ist sehr ruhig. Nun befinden wir uns geografisch wieder in **Berlin**. Unter uns ist fester Sandboden, ab und zu kann es auch mal holpriger werden.

Wir fahren an der **Kleingartenanlage an den Teichen** entlang, die Umgebung hier wirkt wild. Nach ein paar Hundert Metern schalten wir in den niedrigsten Gang, es geht ordentlich bergauf. Kein Wunder, wir sind hier sozusagen in den Berliner Bergen. Und da sehen wir sie auch schon, die großen grünen Hügel der **Arkenberge**. Ursprünglich ein natürlicher Höhenzug, wurde ein Großteil der Ar-



Kilometer: **23**

Höhenmeter: **116**

Stunden: **2**

RUNDTOUR



Mohnwiese im Idehorst



kenberge im Laufe des 20. Jahrhunderts abgebaggert. In den 1980er-Jahren wurde hier Bauschutt gelagert, wodurch die heutigen Hügel entstanden. Begehrbar sind die Hügel noch nicht, aber sie bilden eine ganz besondere Kulisse am Rande Berlins.

Wir biegen hinter dem Hügel an einer Schranke vorbei links ab, und es geht gemütlich einen Schotterweg entlang, die Arkenberge begleiten uns linker Hand. Neben uns ist ein sandiger Weg, in dem sich Hunderte Abdrücke von Hufeisen sammeln – das bringt bestimmt Glück.

An der nächsten Abzweigung biegen wir nach links ab auf einen kleinen Waldweg und nach wenigen Metern an der Gabelung rechts. Der **3 Bio-topsee Arkenberge** blitzt zwischen den Ästen hervor. Wir steigen kurz ab und lassen das Fahrrad stehen, um einen der Pfade hinunter zum See zu nehmen. Schon sind wir am Strand und uns eröffnet sich ein wunderschöner Blick auf die **Arkenberge**. Baden ist hier verboten, aber als Picknickstelle eignet sich dieser idyllische Ort wunderbar. Nach den kleinen Strapazen der Tour haben wir uns eine Pause mit dieser herrlichen Aussicht redlich verdient.

Weiter am See entlang kommen wir auf einen glatten Weg und treffen sogleich auf einen zweiten See, den **4 Arkenberger Baggersee**. Fast wie an einer Steilküste radeln wir weit oben am See entlang, immer noch mit einem schönen Blick auf die grünen Berge, dann geht es bergab.

Am Ende des Wegs biegen wir rechts ab auf die **Straße nach Arkenberge**, welche wir gleich nach der kleinen Brücke überqueren, um dann links von ihr auf einem guten Radweg zu radeln und den Blick über die Felder zu genießen. Wir verlassen die **Straße nach Arkenberge** und biegen an der nächsten Gabelung auf einen kleinen namenlosen Weg nach rechts ab. Schlaglöcher können wir umfahren. Nach circa 500 Metern

Für die Seele

Die Weite Berlins ganz nah:
Berge, Seen, alte Dörfer und über
endlose Stege durchs Moor radeln.

WEITBLICKE 1

biegen wir links ab. Nun geht es durch das **Schutzgebiet Idehorst**. Nach weiteren 400 Metern fahren wir am Ende des Wegs rechts und die nächste Möglichkeit links auf den **Möllersfelder Weg**. Wir kreuzen den **Barnimer Dörferweg**. Im Frühling sehen wir überall rote Farbtupfer, der Mohn blüht auf den Feldern. Zwischen den Bäumen in der Ferne ragt der **Berliner Fernsehturm** hervor. Wir fahren leicht links auf die **Hauptstraße** und sehen Höfe und ein paar hübsche alte Stadtvillen. Zwar fahren wir auf der Straße, es ist aber relativ ruhig. Zeit für eine Pause – wir halten am **5 Café Steckenpferd**. Kaffee, Kuchen, Eis und kleine Speisen gibt es hier auf einer schönen Terrasse unter Sonnenschirmen. Bitte vorher auf der Website schauen, ob geöffnet ist. Ein Stück weiter befindet sich der **6 Blankenfelder Hofladen**, wir können unsere Fahrradtasche mit frischem Obst und Gemüse aus der Region befüllen.

Café Steckenpferd





Weiter geht's die Straße entlang, über die Kreuzung und vorbei an der 1406 aus Feldstein erbauten **7 Dorfkirche Blankenfelde**. Die **Hauptstraße** wird zur **Bahnhofstraße**, und wir kommen an Bahnschienen an, die zur alten stillgelegten **Heidekrautbahn** gehören. Es wird gemunkelt, dass in der Zukunft hier wohl mal eine mit Wasserstoff betriebene Bahn fahren soll. Wir wollen gleich dahinter rechts abbiegen, radeln jedoch noch kurz wenige Meter weiter geradeaus, um im Süden einen **8 Blick auf den Fernsehturm** in der Ferne zu werfen. Felder satt und das Wahrzeichen Berlins am Horizont – was für ein schöner Kontrast!

An den Bahngleisen entlang geht es durch eine Schatten spendende Allee, bis der Weg leicht nach links abbiegt. Am Ende des Wegs biegen wir rechts ab, um die nächste Möglichkeit wieder links zu fahren. Wir sind jetzt im **Niedermoorwiesengebiet** unweit des **Tegeler Fließes** angelangt. Die nächste Möglichkeit fahren wir noch mal links, um dann gleich wieder rechts abzubiegen. Schon fahren wir direkt auf den **9 Aussichtspunkt am Köppchensee** zu. Wir atmen tief ein und genießen die wunderschöne Aussicht über den See, einen ehemaligen Torfstich, umrahmt von alten Obstbäumen und Wiesen. Fast könnten wir vergessen, dass wir nicht im tiefsten Brandenburg, sondern immer noch in Berlin sind.

Wir radeln zurück in die Richtung, aus der wir gekommen sind, und biegen gleich rechts ab. Kurz hinter dem **Köppchensee** kommt eine sehr steile Abfahrt, gefolgt von einer Kurve, und wir kreuzen den **Berliner Mauerweg**. Achtung, hier kann es etwas sandig sein. Wir biegen rechts auf den **Schildower Weg** und folgen ihm bis zur Straße **Alt-Lübars**, biegen dort rechts ab und fahren in den Ort **Lübars** ein.

Das Kopfsteinpflaster ruckelt unter unseren Rädern, aber wir sehen schon den alten Dorfkern mit seiner Kirche. Wir halten uns rechts von ihr. Hier können wir getrost kurz absteigen und eine alte Telefonzelle,



Lübars, gegründet um 1230, ist das älteste Dorf Berlins, in dem heute noch Landwirtschaft betrieben wird.



Dorfkirche Blankenfelde



Lübars' Fernsprecher

den ikonischen **10 Fernsprecher**, aus der Nähe ansehen. Mittlerweile ist er eine sogenannte Bücherzelle geworden, wo Bücher mitgenommen, getauscht oder einfach abgegeben werden können. Wir haben gut die halbe Strecke geschafft und können hier im **11 Alten Dorfkrug** einkehren, einer hübschen alten Stadtvilla. Im traditionellen feinen Restaurant gibt es deutsche und französische Küche, auf der Terrasse oder im Biergarten können wir mitten in Lübars entspannen.

Für den Nachtschlaf radeln wir die nächste Möglichkeit links, circa 50 Meter eine Anhöhe hoch, zur **12 Eisdiele Angelina**, eine echte Institution in der Gegend. Nach einem leckeren Eis rollen wir wieder hinunter, biegen dann links ab und holpern noch etwa 150 Meter über das Kopfsteinpflaster an einer Pferdekoppel vorbei auf der **Benekendorfstraße**. Bei nächster Gelegenheit biegen wir rechts ab und sind wieder mitten in der Weite. Wir radeln zwischen Wiesen und Feldern und biegen an einer Bauminsel links in den **Deilingeweg** ab. Jetzt geht es mitten durch das **Tegeler Fließ**. In der Linkskurve halten wir uns geradeaus und verlassen den **Deilingeweg**. Am Ende des Wegs fahren wir

WEITBLICKE 1



Die **Eichwerder Moorwiesen** sind ein „grünes Klassenzimmer“. Informationstafeln weisen auf die dort vorkommenden Pflanzen und Tiere hin, wie zum Beispiel Krebsschere, Ringelnatter, Kranich und Eisvogel.

rechts **Am Vierrutenberg** weiter durch eine kleine Einfamilienhaussiedlung mit einer Geschwindigkeitsbegrenzung von 10 Stundenkilometern. Wir radeln gemütlich hindurch und biegen an der nächsten Kreuzung rechts ab auf **Im Wiesenbusch**, danach links auf **Im Riedgrund** und am Ende der Straße noch mal links auf **Am Rohrbusch**. Dann sehen wir auch schon den **13 Eichwerder Steg**. Das Stück über den Holzsteg können wir getrost schieben, um uns in Ruhe in dieser Flussaue umzusehen. Ein Ort für die Seele und wohl einer der schönsten Orte in Berlin. Es ist still, man hört lediglich die Schritte auf dem Steg und das leise Klicken der Fahrradkette und sieht andere Besucher sich ebenfalls gespannt umgucken.

Am Ende des Stegs steigen wir wieder auf und fahren nach rechts gleich auf die nächsten Stege. Zwi-

Eichwerder Steg





schen den Stegen prägt der märkische Sand die Landschaft, vielleicht müssen wir zwischendurch mal kurz schieben. Wenn wir die Stege hinter uns gelassen haben, biegen wir rechts ab und fahren einen guten Kilometer auf einem Weg neben der **Alten Schildower Straße**, der in die **Wiesenstraße** mündet.

Nun befinden wir uns auf dem **Berliner Mauerweg**, der ehemaligen Grenze zwischen Ost und West. Zwischen Nadelbäumen und Sand fühlt es sich fast so an, als wäre die Ostsee um die Ecke. Etwas höher links von uns liegt eine schöne **14 Schutzhütte** auf einem kleinen Hügel, wo wir eine Pause einlegen können, bevor wir uns auf das letzte Stückchen unserer Route machen. Erstaunlich, wie viel wir schon gesehen haben, oder? Berge, drei Seen und ein Moor. Nach der Schutzhütte behalten wir unsere Richtung von zuvor bei, biegen am Ende des Wegs nach circa 700 Metern links ab in die **Akazienstraße** und fahren dann die nächste Abbiegung rechts in die **Birkenstraße**, die schließlich in die **Breite Straße** mündet.

Wir gelangen erneut an die Bahnschienen der alten Heidekrautbahn und fahren durch eine Unterführung unter ihnen hindurch. An der nächsten Abzweigung halten wir uns rechts. Der Weg führt uns durch den Dorfkern von **Schildow**, vorbei an der **Dorfkirche Schildow**. Am Ende der Straße biegen wir links auf die **Hauptstraße** ab. Nach circa 500 Metern biegen wir rechts ab auf die **Mönchmühlenstraße**, sehen unsere vertrauten Arkenberge und knapp 2 Kilometer weiter die **Mönchmühle**. Das letzte Stück führt wieder über die **Kastanienallee** bis zum **Bahnhof Mühlenbeck-Mönchmühle**, wo wir gestartet sind. Wenn wir noch Lust auf eine Erfrischung haben, können wir in das knapp 1 Kilometer entfernte **15 Strandbad Kiessee Schildow** fahren. Dafür folgen wir **Am Fließ** und kommen direkt am Zaun entlang zum Eingang. Bei einer Limo am Strand lassen wir es uns gut gehen und fahren danach zurück zum Bahnhof, um unsere Heimreise anzutreten. 







Schönertinde

Französisch Buchholz

B10

B113

Strasse nach Ammerberge

KCA Idehorst

Mönchmühle

Schönertinder
Teiche

4

3

2

Hauptstraße

Blankenfelde

1

Kalkuffelände
am Tegeler Fließ

15

Tegeler Fließ

Schildow
Waldeck

B96a

6

5

7

Blankenfelder Chaussee

Lübars

Schönfiels

Schildow

9

Niedermoorwiesen
am Tegeler Fließ

14

10

11

12

Glienicke/Nordbahn

13

ALLES AUF EINEN BLICK



Entspannung 

Abenteuer 

Vielfalt 

WIE & WANN

Teile der Tour auf unbefestigten Wegen. Passagenweise empfiehlt es sich, abzusteigen, wenn es über altes Kopfsteinpflaster, Stege oder sandige Wege geht. Nach Regen kann es stellenweise matschig werden. Besonders schön im Frühjahr, wenn die alten Obstbäume blühen.

HIN & WEG

Auto: Parkplätze vor dem S-Bahnhof Mühlenbeck-Mönchmühle, Am Fließ, 16567 Mühlenbecker Land
ÖPNV: S-Bahnhof Mühlenbeck-Mönchmühle

ESSEN & ENTSPANNEN

- 5** Café **Steckenpferd**, Hauptstraße 35, 13159 Berlin, Tel. (01 72) 3 93 00 63, steckenpferd-berlin.de
- 6** **Blankenfelder Hofladen**, Hauptstraße 29 b, 13159 Berlin
- 11** **Alter Dorfkrug Lübars**, Alt-Lübars 8, 13469 Berlin, Tel. (0 30) 92 21 02 30, gasthof-alter-dorfkrug.de
- 12** **Eisdiele Angelina**, Alt-Lübars 36, 13469 Berlin, Tel. (0 30) 40 39 62 74

ENTDECKEN & ERLEBEN

- 1** **Historische Mönchmühle**, Mönchmühlenallee 3, 16567 Mühlenbecker Land, Tel. (03 30 56) 43 42 16, historische-moenchmuehle.de
- 2** **Arkenberge** **3** **Biotopsee Arkenberge**
- 4** **Arkenberger Baggersee**
- 7** **Dorfkirche Blankenfelde**, Blankenfelder Dorfstraße 21, 15827 Blankenfelde-Mahlow
- 8** **Blick auf den Fernsehturm** **9** **Aussichtspunkt am Köppchensee**
- 10** **Fernsprecher**, Alt-Lübars 8, 13469 Berlin
- 13** **Eichwerder Steg** **14** **Schutzhütte**
- 15** **Strandbad Kiessee Schildow**, Lessingstraße 48, 16552 Mühlenbecker Land



har mit dem simplen Vergnügen einer Raddtour.“
John F. Kennedy

“Das Leben ist wie
Rad fahren -
um das Gleichgewicht
nicht zu verlieren,
muss man in
Bewegung bleiben.“