

Der Schwierigkeitsgrad der jeweiligen Aktivität wird wie folgt definiert:



leichte Wanderung, leichte Gesundheitswanderung, leichte Radwanderung mit leichten Anstiegen oder Nordic Walking-Strecke bis 7,5 km



Wanderung oder Radwanderung mit mittleren Anstiegen, meist auf gut begehbaren oder befahrbaren Wegen oder Straßen, mittelschwere Gesundheitswanderung, Nordic Walking-Strecken von 7,5 km bis 10 km



schwierige Wanderung oder Radwanderung mit größeren Höhenunterschieden, anspruchsvolle Gesundheitswanderung. Eine gute Kondition und Trittsicherheit sind hier unbedingt erforderlich



Gesundheitswandern



Radwanderung



Inklusive Kurz-Wanderung

Wanderangebote im April 2024

Mittwoch 3. April



Wanderrunde um Bensberg

~ 12 km * ↗ 320 m ↘ 320 m
mit einem Blick auf den Dom

Uhrzeit, Treffpunkt:

14:00 Uhr, BG-Bensberg Bus-/U-Bahnhof

Anmeldung:

bis 1. April, 20:00 Uhr, per Telefon oder Mail

Sonstiges:

Schlusseinkehr zum Flammkuchen-Essen, Teilnahme bei der Anmeldung angeben.

Wanderführerin:

Anni Kießig * Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de

Donnerstag 4. April



Zu Fuß von Biesfeld nach Gladbach

~ 14 km * ↗ 140 m ↘ 140 m

Streckenwanderung ab Biesfeld

Uhrzeit, Treffpunkt:

09:30 Uhr, BG, Bus-/S-Bahnhof, Stationsstr. 9

Anmeldung:

bis 3. April, 19:00 Uhr, per Telefon oder Mail

Kosten pro Person:

ca. 3,- € Fahrgeld Bus

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:

Jochen Schmidt * Telefon: 0176 6960 8256 * Mail: joachimschmidt.koeln@web.de

Freitag 5. April



Eine kleine Abendwanderung im Frühling

~ 7 km * ↗ 200 m ↘ 200 m

Kurzwanderung in Kürten, wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur

Uhrzeit, Treffpunkt:

17:05 Uhr, Kürten, Rathaus, BusHS

Anmeldung:

bis 4. April, 15:00 bis 20:00 Uhr per Telefon / MB)

Sonstiges:

Schlusseinkehr nach Absprache vor Ort

Wanderführer:

Hans-Dieter Lanfer * Telefon: 0176 9900 0206

Sonntag 7. April



Schwarzpulverroute im Dhünn- u. Eifgenbachtal

~ 10 km * ↗ 150 m ↘ 150 m

Kurzwanderung in Odenthal

Uhrzeit, Treffpunkt:

13:30 Uhr, Od-Altenberg, WP Schöllerhof

Anmeldung:

bis 5. April, per Telefon / AB oder Mail

Wanderführer:

Dieter Zahr * Telefon: 0174 797 3343 * Mail: heinzdieterzahr@gmail.com

Montag 8. April**montags: Einfach etwas Bewegung****~ 12 km**

Wanderung in Köln-Dünnwald und Umgebung

Uhrzeit, Treffpunkt:

12:30 Uhr, Lev-Schlebusch, KVB Linie 4; Bus 202,205,260

Anmeldung:

bis 6. April, 19:00 Uhr, per Telefon oder Mail

Kosten pro Person:

evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführerin:

Anni Kießig * Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de

Mittwoch 10. April**Gesundheitswandern am Mittwoch****im Diepeschrather Wald****~ 6 km**

Uhrzeit, Treffpunkt:

18:00 Uhr, BG-Paffrath, P Kombibad

Anmeldung:

bis 9. April, 20:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail unbedingt erforderlich

Gesundheits-WF:

Dr. Hans Tups * Telefon: 0160 827 7258 * Mail: htups@gmx.de

Mittwoch 10. April**Zum Kloster Knechtsteden in Dormagen****~ 70 km * ↗ 80 m ↘ 80 m**

Radwanderung ab Bergisch Gladbach

Uhrzeit, Treffpunkt:

09:30 Uhr, BG-Paffrath, P Kombibad

Anmeldung:

bis 9. April, 18:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail

Kosten pro Person:

ca. 2,50 € Fahrgeld Fähre Hitdorf - Langel

Sonstiges:

Zwischen- oder Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:in:

Martina u. Franz * Telefon: 0173 457 8558 * Mail: martinassuessmuth@gmx.de

Sonntag 14. April**Loss mer zo Foss no Gläbbisch jon****~ 18 km * ↗ 100 m ↘ 50 m**

Wanderung ab Köln-Deutz

Uhrzeit, Treffpunkt:

10:15 Uhr, BG Bus-/S Bahnhof

Anmeldung:

bis 12. April, 20:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail unbedingt erforderlich

Kosten pro Person:

ca. 4,- € Fahrgeld S-Bahn

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:

Hans Weber * Telefon: 02202 50219 * Mail: hjw@e.mail.de

Mittwoch 17. April**Gesundheitswandern am Mittwoch****im Königsforst****~ 5 km**

Uhrzeit, Treffpunkt:

10:00 Uhr, Köln-Brück, Lützerathstr. WP Wildgehege Brück

Anmeldung:

bis 15. April, 20:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail unbedingt erforderlich

Gesundheits-WF:

Bettina von Fürden * Telefon: 0176 8271 8124 * Mail: bettinahome@yahoo.de

Samstag 20. April**Rund um Rösrath, Tor zum Bergischen Land****~ 9 km * ↗ 100 m ↘ 100 m**

Wanderung ab Rösrath

Uhrzeit, Treffpunkt:

09:45 Uhr, BG, Bus-/S-Bahnhof

Anmeldung:

bis 19. April, per Telefon

Kosten pro Person:

ca. 6,- € Fahrgeld Bus/Bahn

Wanderführer:in:

Armand De Buscher, Gabriele Krüger * Telefon: 0176 3228 9451

Samstag 20. April**Inklusive Kurz-Wanderung im langsamen Tempo****~ 5 km**

für alle, die die Natur und Gemeinschaft genießen wollen

Uhrzeit:

14:00 Uhr, Treffpunkt und Ziel werden noch bekannt gegeben

Anmeldung:

bis 18. April, 20:00 Uhr, per Telefon

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführerinnen:

Liesel Burkard * Handy 0157 3556 4461 * Jutta Neumann * Telefon: 0157 5303 0524

Sonntag 21. April

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Kosten pro Person:

Zum Schloss Augustusburg in Brühl

~ 90 km * ↗ 75 m ↘ 75 m

Radwanderung ab Bergisch Gladbach
09:00 Uhr, BG-Paffrath, P Kombibad
bis 19. April, 18:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail
ca. 2,20 € Fähre Wesseling – Lülldorf,
ca. 10,- € Eintritt Schloss Augustusburg (optional)

Sonstiges:

Einkehr in Brühl auf Wunsch

Wanderführer:in:

Martina u. Franz * Telefon: 0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de

Montag 22. April

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Kosten pro Person:
Sonstiges:
Wanderführer:in:

montags: Einfach etwas Bewegung

~ 12 km

Wanderung in Köln-Dünnwald und Umgebung
12:30 Uhr, Lev-Schlebusch, KVB Linie 4; Bus 202,205,260
bis 20. April, 19:00 Uhr, per Telefon oder Mail
evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
Schlusseinkehr auf Wunsch
Anni Kießig * Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de

Mittwoch 24. April

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Gesundheits-WF:

Gesundheitswandern am Mittwoch im Diepeschrather Wald

~ 6 km

18:00 Uhr, BG-Paffrath, P Kombibad
bis 23. April, 20:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail unbedingt erforderlich
Hans Weber * Telefon: 0152 0841 2370 * Mail: hjw@e.mail.de

Mittwoch 24. April

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Wanderführer:in:

Vorbei am Monte Troodelöh zum Mielenforst

~ 30 km * ↗ 590 m ↘ 570 m

Radwanderung nach Köln-Rath

10:00 Uhr, BG-Paffrath, P Kombibad
bis 23. April, 20:00 Uhr, per Telefon / AB
Jutta Neumann und Hans-Dieter König * Telefon: 0157 5303 0524

Samstag 27. April

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Sonstiges:
Wanderführer:

Kraftvoll den Strunde-Steig bezwingen

~ 16 km * ↗ 300 m ↘ 300 m

Wanderung ab Herrenstrunden,
13:00 Uhr, BG, P Herrenstrunden, links von der Kirche
bis 26. April, 20:00 Uhr, per Telefon oder Mail
Schlusseinkehr auf Wunsch
Burkhard Schlegel * Telefon: 0173 84 32482 * Mail: sgv@schlegel-info.de

Sonntag 28. April

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Kosten pro Person:
Sonstiges:
Wanderführer:

Panoramablicke auf das alte Steinhauerdorf

~ 15 km * ↗ 280 m ↘ 280 m

Wanderung ab Lindlar
10:00 Uhr, BG P hinter Bus-/S Bahnhof
bis 27. April 20:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail
ca. 5,- € bei PKW-Mitfahrt, Anfahrt ca. 25 km
Schlusseinkehr auf Wunsch
Hans Weber * Telefon: 02202 50219 * Mail: hjw@e.mail.de