

# Wanderfreunde Bergisches Land e.V.

Abteilung im Sauerländischen Gebirgsverein

[www.wf-bergischesland.de](http://www.wf-bergischesland.de) \* [info@wf-bergischesland.de](mailto:info@wf-bergischesland.de)



Wandern \* Gesundheitswandern \* Radwandern \* Singen  
Nordic Walking \* Exkursionen \* Mehrtages-Wanderreisen

Veranstaltungen Januar bis Juni 2020

## Hinweise und Regeln für SGV-Mitglieder

- Alle Teilnehmer gehen bzw. fahren auf eigene Gefahr mit.
- Unsere Veranstaltungen im Rheinisch-Bergischen Kreis stehen unter einem naturschutzrechtlichen Vorbehalt. Falls es der Naturschutz erfordert, wird die untere Naturschutzbehörde bei unseren Angeboten lenkend eingreifen.
- Die Wanderungen sind Rundwanderungen, außer wenn im Programmtext etwas anderes angegeben ist.
- Für die Wanderungen werden witterungsgerechte Kleidung und geschlossenes, festes Schuhwerk vorausgesetzt.
- Für die Wander- und Radwanderpausen sind Imbiss und Getränke mitzunehmen (Rucksackverpflegung).
- Melden Sie sich nur zu Wanderungen und Radwanderungen an, deren Schwierigkeitsgrad Sie erfüllen können.
- Hunde können nur nach Rücksprache mit dem Wanderführer mitgenommen werden. In jedem Fall sind die Hunde an der Leine zu führen.
- Radwanderungen finden nur bei trockenem Wetter statt. Bitte beachten sie, dass viele Teilnehmer mit Pedelecs fahren. Das Tragen eines Fahrradhelms wird eindringlich empfohlen.
- An unseren Veranstaltungen können aktuell wegen der begrenzten Teilnehmerzahl **nur unsere Vereinsmitglieder teilnehmen.**
- Mit Ihrer Teilnahme erkennen Sie diese Hinweise und Regeln der Wf Bergisches Land an. Mit der Teilnahme erklären Sie Ihr Einverständnis mit der Veröffentlichung von Fotos, die während der Veranstaltung aufgenommen werden.
- Das Rauchverbot im Wald in der Zeit von März bis Oktober ist zu beachten.
- Wir bitten alle Teilnehmer sich beim Veranstalter **persönlich und verbindlich** anzumelden. Geben Sie bitte ihre Adresse und Telefonnummer an damit wir Sie zurückrufen können, wenn Änderungen oder Nachverfolgungen erforderlich sind (z.B. Absage bei extremer Wetterlage).
- Bei Nutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln werden vom Veranstalter günstige „Fünfer-Tickets“ gekauft und der Fahrpreis wird auf die Teilnehmer umgelegt. Wer nicht am Treffpunkt zusteigen möchte oder kein Ticket benötigt, bitte bei der Anmeldung mitteilen.
- Fahrgemeinschaften zur Pkw-Weiterfahrt bieten wir aktuell bei unseren Veranstaltungen nicht an.
- Wir bitten unsere **Verhaltens- und Hygiene-Regeln** sowie die Anordnungen der Veranstaltungsleiter zu befolgen, nicht weit vorauszuweichen oder zurückzubleiben. Dem Veranstaltungsleiter ist mitzuteilen, wenn Sie die Veranstaltung kurzfristig unterbrechen oder ganz abbrechen.

Udo K. Müller, Wanderwart

## **Informationen zum Gesundheitswandern**

Gesundheitswandern hat mit fast 30 Veranstaltungen im Jahr einen festen Platz in unseren Angeboten. Neben unseren Mitgliedern werden hierbei speziell Berufstätige angesprochen, für die wir späte After Work-Termine in der Woche und kostenpflichtige Kurse am Wochenende anbieten.

Gesundheitswandern ist ein tolles, ganzheitliches Bewegungsprogramm, das Wandern, Geselligkeit und Naturerlebnis mit physiotherapeutischen Übungen wirkungsvoll kombiniert und damit Ausdauer, Koordination und Beweglichkeit der Teilnehmer auf eine sanfte Art trainiert. Niemand wird überfordert, alle sollen im eigenen Rhythmus die Natur erleben. Die Übungen können zu zweit oder alleine durchgeführt werden. Es geht nicht darum, alle Übungen perfekt auszuführen, sondern die Bewegungen in der Natur und in der Gemeinschaft der Gruppe zu genießen. Jeder so, wie er kann!

Überwinden Sie nach einem stressigen, bewegungsarmen Tag Ihren „Inneren Schweinehund“ und kommen Sie mit uns in die Natur. Sie werden es genießen! Angeboten und begleitet wird das Gesundheitswandern von unseren zertifizierten Gesundheitswanderführern Bettina van Fürden, Thomas Kempf, Dr. Hans Tups und Hans Weber, die an der SGV-Wanderakademie NRW ihre Qualifizierung erfolgreich absolviert haben.

Folgendes ist bei einer Teilnahme am Gesundheitswandern zu beachten:

- Die Teilnehmerzahl beträgt minimal 5 und maximal 20 Personen.
- Feste Schuhe, bequeme Kleidung und ein Regenschutz sind obligatorisch.
- Das After-Work-Angebot findet abwechselnd in Paffrath und Bensberg statt.
- Beachten Sie den Schwierigkeitsgrad um Unter-/Überforderung zu vermeiden.

Wir wünschen allen Teilnehmern bei schönem Wetter tolle Gesundheitswanderungen mit viel Spaß und positiven Auswirkungen auf Gesundheit und Wohlbefinden!

Eure Gesundheitswanderführer

Bettina van Fürden, Thomas Kempf, Dr. Hans Tups und Hans Weber

## Hinweise und Regeln für das Radfahren in Gruppen

1. Für alle Radfahrer gilt grundsätzlich die Straßenverkehrsordnung (StVO). Jeder ist für sich selbst verantwortlich und fährt auf eigene Gefahr mit.
2. Der Tourenleiter ist berechtigt, Teilnehmer, deren Fahrrad nicht den Voraussetzungen der StVO entspricht, von der Tour auszuschließen. Das Gleiche gilt für Teilnehmer, deren Fahrrad sich in einem solchen Zustand befinden, dass zu befürchten ist, dass es die Tour nicht übersteht.
3. Keiner fährt hinter dem Schlussmann, er könnte sonst den Anschluss an die Gruppe verlieren.
4. Zur Vermeidung von Auffahrunfällen ist ausreichend Abstand zum Vordermann zu halten, andererseits soweit zusammen zu bleiben, dass die Sicht bzw. mündliche Verständigung zum Vor- bzw. Hintermann bestehen bleibt.
5. Sollte durch irgendwelche Umstände, Radprobleme oder Anderes, der Kontakt zur Gruppe verloren gehen, ist unbedingt die Örtlichkeit beizubehalten an der die Störung entstanden ist. Nur so ist gewährleistet, dass der Tourenleiter Hilfestellung bei der Schadensbehebung leisten bzw. die Teilnehmer wieder an die Gruppe heranführen kann. Wenn jemand vorzeitig oder zwischendurch die Tour verlassen möchte, ist der Schlussmann hierüber in Kenntnis zu setzen.
6. Wenn die Gruppe aus mehr als 15 Personen besteht, dürfen jeweils 2 Personen nebeneinander fahren und brauchen nicht den Radweg zu benutzen.
7. Wenn eine Ampel beim Passieren der Gruppe auf **ROT** schaltet, darf keinesfalls weitergefahren werden. Der erste Teil wartet auf die restliche Gruppe.
8. Unsere Touren sind nicht zum sportlichen Rennfahren gedacht. Unser Ziel ist es, allen Teilnehmern ein Gruppenerlebnis zu vermitteln und landschaftlich schöne Stellen sowie historische, kulturelle oder architektonische Besonderheiten zu zeigen.
9. Es wird empfohlen, einen Fahrradhelm zu tragen und einen Ersatzschlauch mitzuführen.
10. Die Anzahl der dargestellten Fahrradsymbole im Programmheft oder in den Gästeinformationen zeigen den jeweiligen Schwierigkeitsgrad der Radtour an.

## Unser Rat – Niemals ohne Helm aufs Rad

Niemals sollte man ohne Helm aufs Fahrrad steigen. Ungeschützt ist bei einem Sturz mit dem Rad die Gefahr einer Kopfverletzung mit schwerwiegenden Folgen sehr groß. Zudem ahmen Kinder die Erwachsenen gerne nach. Seien Sie deshalb ein Vorbild und fahren Sie Fahrrad nur mit Helm.

**Beim Kauf:** Probieren Sie den Fahrradhelm unbedingt aus; es gibt für jede Kopfgröße und Form das passende Modell. Er sollte bereits ohne Kinnriemen gleichmäßig straff am Kopf sitzen, jedoch nicht drücken oder einschneiden. Zwischen Kinn und Riemen sollten ca. 1,5 cm Platz sein. Am besten sind Helme in hellen, leuchtenden Farben. Diese sind schon von weitem gut zu erkennen und heizen in der Sommersonne nicht so schnell auf.

Es grüßt herzlich und wünscht allen viele schöne gemeinsame Stunden

Rolf Haibach, zertifizierter Radwanderführer

## Informationen zum Wandern mit Hund



Mit dem eigenen Hund in einer Wandergruppe wandern? Geht das überhaupt? Ja, mit einem Angebot für aktive Wanderer mit Hund stellen sich die Wanderfreunde Bergisches Land e.V. der immer größeren Zahl von wanderfreudigen Hundebesitzern. „Ich treffe immer wieder auf Wanderer, die gerne mit Ihren Hunden in der Gemeinschaft wandern wollen, aber Bedenken haben, sich einer Gruppe ohne Hunde anzuschließen“, sagt Andreas Hartenbach, zertifizierter Wanderführer bei den Wanderfreunden Bergisches Land e.V.. „Da kam mir die Idee, eine Wanderung speziell für Hundebesitzer anzubieten“.

Was ist wichtig beim Wandern mit Hund? Bei unseren Wanderungen gehen die Hunde an der Leine. Sie sollten die notwendige Fitness für die Strecke mitbringen und verträglich sein. Die Teilnehmerzahl ist auf maximal 10 Hunde begrenzt.

**Nächster Termin ist Sonntag, 19. April 2020.** Ausgangspunkt des rund vierstündigen Rundkurses ist Wermelskirchen-Lindscheid. Weitere Infos zur Anmeldung im Programmteil.

Schöne und erlebnisreiche „Hundewanderungen“ wünscht Andreas Hartenbach, zertifizierter Wanderführer.

## Informationen zu Nordic Walking – Power Gehen

Nordic Walking erfreut sich wachsender Beliebtheit und das nicht nur bei älteren Menschen. Flottes Walking wirkt sich günstig auf Ausdauer und Fitness aus, baut Fettreserven ab und schont zugleich Rücken und Gelenke. Doch was sollte man als Einsteiger beachten? Die Stöcke sollten spezielle Walking-Stöcke sein, die auf die Körpergröße angepasst sind. Als Schuhwerk sind Walking-Schuhe, aber auch Jogging- oder leichte Trekkingschuhe geeignet.

Die richtige Technik sollte man beim Besuch eines Einführungskurses für Nordic Walking lernen. Hier gilt es auf die Arm- und Fußbewegungen zu achten. Wichtig sind auch eine aufrechte Körperhaltung und eine gleichmäßige Atmung im Rhythmus der Schritte.

Anfänger sollten mit dem Walken langsam beginnen - aber dennoch so, dass sie dabei ins Schwitzen kommen und der Puls im Bereich von 120 bis 140 liegt. Selbst Sportmuffel können so mit wenig Aufwand ihre Ausdauer steigern und Fett wirksam abbauen. Bereits zweimal pro Woche eine Stunde Walking genügt, ideal sind drei bis vier Stunden pro Woche.

## Informationen zu Nordic Walking – Ausbildung

Wir bieten für Anfänger und Wiedereinsteiger << **Einsteiger-Aktiv-Seminare** >> an. Ein Seminar besteht aus 4 Trainingseinheiten zu je 45 Min. Die Seminare werden geleitet von unseren zertifizierten Nordic Walking-Trainern. Wir bitten um Anmeldung bei den jeweiligen Seminarleitern.

Die Seminargebühr beträgt 28,- € für Mitglieder und 40,- € für Gäste einschließlich NW-Leihstöcken. Bis zum Seminarantritt ist die Seminargebühr auf das Vereins-Konto bei der VR Bank eG Berg. Gladbach, IBAN: DE72 3706 2600 3119 6780 12, BIC: GENODED1PAF zu überweisen.

Die << **Einsteiger-Aktiv-Seminare** >> finden statt von April bis September, nur mit telefonischer Anmeldung.

**Montags in Bensberg** um 14:00 Uhr unter Leitung von Annemie Schmutzler, Telefon: 02204 51415

**Dienstags in Schildgen** um 18:45 Uhr unter Leitung von Bernd Rodekurth, Telefon: 02202 81590, Mail: be-rodekurth@t-online.de

**Donnerstags in Schildgen** um 15:30 Uhr, unter Leitung von Rainer Keller, Tel. 02202 54630, Mail: rainerkeller@netcologne.de oder Edith Landwehr, Tel. 02202 979922, Mail: sgv@e-landwehr.de

## Informationen zu Kegeln und Klönen

**Kegeln ist eine Präzisions-Sportart**, bei der ein Spieler eine Kugel am Ende einer glatten Scherenbahn mit kontrolliertem Schwung aufsetzt, um mit ihr die am anderen Ende aufgestellten neun Kegel umzuwerfen. So einfach ist Kegeln!

Wir kegeln **an jedem ersten Montag im Monat** von 18:00 bis 21:00 Uhr in der Gaststätte „Grenzklausur“ in Bergisch Gladbach. In der Kegelpause ist Gelegenheit Speisen und frische Getränke zu genießen und ausreichend Zeit zum Klönen.

**Gäste sind herzlich willkommen.** Bitte zuvor die Teilnahmemöglichkeit bei Rainer Keller (Telefon: 02202 54630) unbedingt erfragen. Unsere Stammkegler bitten wir zudem, sich bei Verhinderung spätestens einen Tag vorher abzumelden.

Der Gastbeitrag von 2,- € zuzüglich der verlorenen Spiele und des Bahnkostenanteils zahlen Gäste in die Kegelkasse ein. Als Gast hat man keinen Anspruch auf den eingezahlten Betrag, es sei denn, man wird **Mitglied in unserer Abteilung**. In diesem Falle ist man auch berechtigt an der Kegelrunde teilzunehmen, die stattfindet, sobald genügend Geld in der Kegelkasse ist.

Neben der Gastteilnahme an unserer Kegelrunde ist der Vorstand bereit, bei genügend Interesse das Kegeln durch weitere Angebote zu fördern. Interessenten wenden sich bitte direkt an den Vorstand.

## Informationen zum Singkreis

Wandern und Singen passen gut zusammen. Weil dies so ist, trifft sich der Singkreis der Wanderfreunde Bergisches Land an jedem dritten Freitag im Monat um 19:00 Uhr im Clubraum des CBF in Bergisch Gladbach, Hauptstr. 293-297.

Wir sind etwa 20 Personen, die gerne deutschsprachige Volks- und Wanderlieder und auch ältere und neuere Schlager singen. Bei unseren Treffen werden wir von einem Keyboard-Spieler sowie einer Mandolinen- und Gitarren-Spielerin begleitet.

Auf der Adventsfeier der Wanderfreunde Bergisches Land treten wir mit wunderschönen Weihnachtsliedern auf. Einmal im Jahr, meistens Anfang Juni, fahren wir für fünf Tage in eine Kurz-Freizeit zum Wandern und Singen.

Jeder, der gerne singt, ist herzlich willkommen. Interessenten melden sich bitte bei der Leiterin des Singkreises Marion Müller, Telefon: 0152 31920589

## Regelmäßige Veranstaltungen

### Wandern im Bergischen mit Jos

**Jeden Mittwoch eine Halbtageswanderung im Bergischen Land,** ca. 14 km

GZ: max. 6 Std. \* WZ: max. 4,5 Std. \* Anfahrt: max. 30 km

Uhrzeit, Treffpunkt: 9:30 Uhr, BG, P Heidkamper Tor

Anmeldung: am Vortag bis 20:00 Uhr per Telefon oder Mail

Kosten pro Person: bei Pkw-Mitfahrt abhängig von der Anfahrtstrecke

Sonstiges: Es findet keine Einkehr statt

Wanderführer: Jos Callebaut \* Telefon: 02204 55810

Tourenhandy: 0152 04417048 \* Mail: joscallebaut@gmx.net

### Singkreis

Wann: jeden dritten Freitag im Monat

Dauer: 19:00 bis 21:00 Uhr

Treffpunkt: Clubheim CBF, Hauptstraße 295-297, 51465 Berg. Gladbach

Leitung: Marion Müller, Telefon: 0152 31920589

### Kegeln und Klönen

Wann: jeden ersten Montag im Monat, Anmeldung erforderlich!

Dauer: 18:00 bis 21:00 Uhr

Treffpunkt: Gaststätte „Grenzklause“, Paffrather Str. 150, 51069 Köln  
(Stadtgrenze Bergisch Gladbach-Hand)

Leitung und Anmeldung: Rainer Keller, Telefon: 02202 54630

## **Nordic Walking Treffs**

Alle Nordic Walking Treffs finden unter erfahrener Leitung statt. Sie werden auch in den Schulferien angeboten! Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Die Teilnahme von Gästen an unseren Nordic Walking Treffs ist gegen eine Gebühr von 3,- € pro Person und Teilnahmetag möglich, NW-Leihstöcke sind vorhanden und können für eine Gebühr von 2,- € ausgeliehen werden.

## **Nordic Walking Treffs Bensberg**

### **Treffpunkt: Bensberg, ehem. Forstamt Königsforst, Broichen 1**

Gruppe 1 - Jeden Montag für Fortgeschrittene, ca. 7 km

Dauer: 09:00 bis 10:15 Uhr

Leitung: Klaus Holzapfel, Telefon: 02204 7039558

Gruppe 2 - Jeden Montag für Fortgeschrittene, ca. 7 km

Dauer: 14:00 bis 15:15 Uhr

Leitung: Annemie Schmutzler, Telefon: 02204 51415

Gruppe 3a - Jeden Mittwoch für Fortgeschrittene, ca. 7 km

Dauer: 09:00 bis 10:15 Uhr

Leitung: Klaus Holzapfel, Telefon: 02204 7039558

Gruppe 3b - Jeden Mittwoch für Fortgeschrittene, ca. 5 km

Dauer: 09:30 bis 10:30 Uhr

Leitung: Udo K. Müller, Telefon: 02204 73496

Gruppe 4 - Jeden Freitag für Fortgeschrittene, ca. 7 km

Dauer: 09:00 bis 10:15 Uhr

Leitung: Annemie Schmutzler, Telefon: 02204 51415

## **Nordic Walking Treffs Schildgen**

### **Treffpunkt: Köln-Dünnwald, WP Heidgen**

Gruppe 5 - Jeden Dienstag für Fortgeschrittene, ca. 7 km

Dauer: 1. April bis 27. Oktober 17:00 bis 18:30 Uhr

Dauer: 28. Oktober bis 29. März 15:30 bis 17:00 Uhr

Leitung: Bernd Rodekurth, Telefon: 02202 81590

Gruppe 6 - Jeden Donnerstag Powerwalking, ca. 8 km

Dauer: 1. April bis 27. Oktober 17:00 bis 18:30 Uhr

Dauer: 28. Oktober bis 29. März 15:30 bis 17:00 Uhr

Leitung: Bernd Rodekurth, Telefon: 02202 81590

Gruppe 7 - Jeden Donnerstag für Fortgeschrittene, ca. 5 km

Dauer: ganzjährig 15:30 bis 16:30 Uhr

Leitung: Rainer Keller, Tel.: 02202 54630

Edith Landwehr, Tel.: 02202 979922



# Hinweise und Informationen

## Verwendete Abkürzungen im Programmheft

AB	= Anrufbeantworter
GW	= Gesundheitswandern
GZ	= Gesamtzeit, gleich Dauer der gesamten Veranstaltung
HS	= Haltestelle
HW	= Wandern mit Hund
JV	= Jugendveranstaltung
KW	= Kurz-Wanderung bis zu 10 km
MB	= Mobilbox
MW	= Mehrtages-Wanderreise
NW	= Nordic Walking
RW	= Radwandern
TP	= Treffpunkt der Fahrgemeinschaft
WF	= Wanderführer
WP	= Wanderparkplatz vor Ort, Start der Rad- / Wanderung
WZ	= Wanderzeit für die Wegstrecke
BG	= Bergisch Gladbach
Kü	= Kürten
Od	= Odenthal
Ov	= Overath

## Schwierigkeitsgrade

Der Schwierigkeitsgrad der jeweiligen Aktivität wird durch die Anzahl der Piktogramme symbolisiert.

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



**2 Piktogramme** 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



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



## Treffpunkte für unsere Veranstaltungen mit GPS-Koordinaten

BG, Bus-/S-Bahnhof 51465 Bergisch Gladbach, Stationsstraße 9	< N: 50,990833	O: 7,124167 >
BG, Clubheim CBF 51465 Bergisch Gladbach, Hauptstr. 293-297	< N: 50,991963	O: 7,138629 >
BG, P Heidkamper Tor 51465 Bergisch Gladbach, Bensberger Str. 66	< N: 50,987147	O: 7,132222 >
BG-Bensberg, Broichen 51429 Bergisch Gladbach-Bensberg, Broichen 1	< N: 50,955988	O: 7,155785 >
BG-Bensberg, P Eissporthalle 51429 Bergisch Gladbach-Bensberg, Saaler Str. 100	< N: 50,966389	O: 7,136389 >
BG-Bensberg, Bus-/U-Bahnhof 51429 Bergisch Gladbach-Bensberg, Steinstraße	< N: 50,963493	O: 7,161820 >
BG-Gierath, Schlodderdicher Weg 51469 Bergisch Gladbach-Gierath, Schlodderdicher Weg 46	< N: 50,979722	O: 7,100556 >
BG-Paffrath, P Kombibad 51469 Bergisch Gladbach-Paffrath, Borngasse 2	< N: 50,998789	O: 7,089104 >
BG-Refrath, P Steinbreche 51427 Bergisch Gladbach-Refrath, Steinbreche 2	< N: 50,959704	O: 7,113889 >
Köln-Dünnwald, WP Heidgen 51069 Köln-Heidgen, Wanderparkplatz Dünnwalder Mühlenweg	< N: 51,000640	O: 7,073900 >
Köln-Rath, Lützerathstraße, L358 51109 Köln, Wanderparkplatz Wildgehege Brück	< N: 50,941349	O: 7,113147 >
Kü, Rathaus, BusHS 51515 Kürten, Karl-Heinz-Stockhausen-Platz 1	< N: 51,052458	O: 7,266437 >
Kü-Bechen, Esel 51515 Kürten-Bechen, Kölner Str. 375	< N: 51,040278	O: 7,209722 >
Od, BusP Schulzentrum 51519 Odenthal, Bergisch Gladbacher Straße 4, L270	< N: 51,030458	O: 7,116944 >
Od, P Dhünnthal-Stadion 51519 Odenthal, Bergisch Gladbacher Straße, L270	< N: 51,029098	O: 7,116294 >
Od-Altenberg, WP Schöllershof 51519 Odenthal-Altenberg, Altenberger-Dom-Straße	< N: 51,063142	O: 7,142235 >
Ov-Untereschbach, Hit-Markt 51491 Overath-Untereschbach, Hoffnungsthaler Str. 1	< N: 50,947600	O: 7,214322 >

Bei Streckenwanderungen können weitere Treffpunkte vereinbart werden.

WP ist der Wanderparkplatz vor Ort, er kann bei der Anmeldung erfragt werden.  
Bei diesem Treffpunkt werden keine Wartezeiten eingeräumt.

## Dezember 2019

**Donnerstag, 19. Dez. >> Heute Anmeldeschluss** für die



**3-tägige Wanderfreizeit in Kastellaun-Hollnich (Hunsrück) von Freitag, 19. Juni bis Sonntag, 21. Juni**

Anmeldung: verbindlich ab sofort mit Angaben zur Unterkunftsart und Mitfahrgelegenheit. Für Details siehe Angebot auf Seite 73  
Infos u. Organisation: Jos Callebaut \* Telefon: 02204 55810  
Mail: joscallebaut@gmx.net

## Januar 2020

### Nordic Walking



jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Bensberg  
jeden Dienstag und Donnerstag in Schildgen  
Weitere Infos siehe Seite 25

### Wandern mit Jos



jeden Mittwoch in Bergisch Gladbach  
Wandern im Bergischen mit Wanderführer Jos Callebaut  
Weitere Infos siehe Seite 24

### Freitag 3. Jan.



Winterwanderung in der Umgebung von Kürten ca. 6 km  
**Eine winterliche Schönwetter-Genießer-Wanderung**  
Achtung! Wir wandern nur bei trockenem und wirklich schönem Winterwetter, Anmeldung zwingend erforderlich!

Uhrzeit, Treffpunkt:  
Anmeldung:  
Kosten pro Person:  
Sonstiges:  
Hinfahrt:  
Rückfahrt:  
Wanderführer:  
Tourenhandy:

**13:45 Uhr**, Kürten, Rathaus, Bushaltestelle  
am 2. Jan., 15:00 - 20:00 Uhr per Telefon / MB  
ca. 0,50 € bei Pkw-Mitfahrt  
Schlusseinkehr auf Wunsch  
Bus 426: BG, S-Bf ab 13:13 / Kü, Rathaus an 13:43  
Kü, Rathaus ab 16:35 / BG, S-Bf an 17:08  
Hans-Dieter Lanfer \* Telefon: 0176 099000206  
0176 99000206 (mit MB)


### Sonntag 5. Jan.




Wanderung ab Rösrath-Kleineichen ca. 12 km  
**Drei Königs-Wanderung**


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

GZ: ~ 5 Std. \* WZ: ~ 4 Std. \* Anfahrt: ~ 14km  
**10:00 Uhr**, BG, P Heidkamper Tor  
bis 4. Jan., 20:00 Uhr per Telefon oder Mail  
ca. 2,- € zur Pkw-Mitfahrt  
Schlusseinkehr auf Wunsch  
Jos Callebaut \* Telefon: 02204 55810  
0152 04417048 Mail: joscallebaut@gmx.net

**Mittwoch 8. Jan.**  Krippen-Wanderung nach Köln-Mülheim ca. 8 km  
**Zur Krippe in der Kirche St. Bruder Klaus**  
 in der Bruder Klaus-Siedlung  
 GZ: ~ 5 Std. \* WZ: ~ 3 Std.  
 Uhrzeit, Treffpunkt: **10:00 Uhr**, BG-Paffrath, P Kombibad  
 Anmeldung: am 6. Jan., 18:00 - 20:00 Uhr per Telefon / AB  
 bei Gabriele Krüger, Telefon: 02202 52886  
 Kosten pro Person: ca. 3,- € Fahrgeld Bus  
 Sonstiges: Zwischeneinkehr auf Wunsch  
 Wanderführerinnen: Gabriele Krüger, Mechthild Ferdinand  
 Tourenhandy: 0160 2131955

**Freitag 10. Jan.**  Streckenkurzwanderung in Köln ca. 9 km  
**Ab Holweide nach Dellbrück**  
 GZ: ~ 5 Std. \* WZ: ~ 3 Std.  
 Uhrzeit, Treffpunkt: **10:00 Uhr**, BG, Bus-/S-Bahnhof  
 Anmeldung: bis 9. Jan., 19:00 Uhr per Telefon  
 Kosten pro Person: ca. 2,- € Fahrgeld Bus/Bahn  
 Sonstiges: Getränk und Imbiss  
 Wanderführer: Armand De Busscher \* Telefon: 02202 44690  
 Tourenhandy: 0176 32289451 (mit MB) \* Mail: [manten5@hotmail.com](mailto:manten5@hotmail.com)

**Sonntag 12. Jan.**  Wanderung ab dem **Haus der Vereine** ca. 10 km  
**Traditionswanderung: Schmalzbrote & Glühwein**  
 Mit Butterplatz, Schmalzbrote, Glühwein, Kaffee  
 und Mineralwasser  
 GZ: ~ 6 Std. \* WZ: ~ 2,5 Std.  
 Uhrzeit, Treffpunkt: **11:15 Uhr**, BG-Bensberg, Haus der Vereine, Milchborntal  
 Anmeldung: vom 4. bis 9. Jan., von 17:00 – 19:00 Uhr per Telefon  
 Kosten pro Person: ca. 9,- € Kostenumlage  
 Sonstiges: Einkehr im Haus der Vereine im Milchborntal, Hardtweg 42  
 Teilnehmerzahl: maximal 50 Personen, Gäste willkommen  
 Wanderführer: Norbert Dietrich \* Telefon: 02204 21027  
 Tourenhandy: 0176 25602241

**Freitag 17. Jan.**  Wir singen Volkslieder im Singkreis  
**Wir begrüßen das neue Jahr**  
 BG, Clubheim CBF, Hauptstr. 293-297  
 Dauer: 19:00 - 21:00 Uhr  
 Leitung: Marion Müller, Telefon: 0152 31920589

### Freitag 17. Jan.



Winterwanderung in der Umgebung von Kürten ca. 6 km

#### **Eine winterliche Schönwetter-Genießer-Wanderung**

Achtung! Wir wandern nur bei trockenem und wirklich schönem Winterwetter, Anmeldung zwingend erforderlich!

GZ: ~ 3 Std. \* WZ: ~ 2 Std. \* Anfahrt: ~ 4 km

Uhrzeit, Treffpunkt:

**13:45 Uhr**, Kürten, Rathaus, Bushaltestelle

Anmeldung:

am 16. Jan., 15:00 - 20:00 Uhr per Telefon / MB

Kosten pro Person:

ca. 0,50 € bei Pkw-Mitfahrt

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Hinfahrt:

Bus 426: BG, S-Bf ab 13:13 / Kü, Rathaus an 13:43

Rückfahrt:

Kü, Rathaus ab 16:35 / BG, S-Bf an 17:08

Wanderführer:

Hans-Dieter Lanfer \* Telefon: 0176 99000206

Tourenhandy:

0176 99000206 (mit MB)

### Samstag 25. Jan.



Wanderung ab Bechen

ca. 11 km

#### **Winter-Wanderung rund um Bechen – über Berg u. Tal**

GZ: ~ 3,5 Std. \* WZ: ~ 2,5 Std.

Uhrzeit, Treffpunkt:

**11:00 Uhr**, Kü-Bechen, Esel

Anmeldung:

bis 24. Jan., 18:00 Uhr per Telefon / AB oder Mail

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:

Hildegard Eiling \* Telefon: 02207 2859

Tourenhandy:

0157 51045028 \* Mail: hildegard\_eiling@gmx.de

### Sonntag 26. Jan.



Wanderung ab Hoffnungsthal

ca. 15 km

#### **Über Stock und Stein**

GZ: ~ 6 Std. \* WZ: ~ 4,5 Std. \* Anfahrt: ~ 15 km

Uhrzeit, Treffpunkt:

**10:00 Uhr**, BG, P Heidkamper Tor

Anmeldung:

bis 25. Jan., 20:00 Uhr per Telefon oder Mail

Kosten pro Person:

ca. 2,- € zur Pkw-Mitfahrt

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:

Jos Callebaut \* Telefon: 02204 55810

Tourenhandy:

0152 04417048 \* Mail: joscallebaut@gmx.net

### Freitag 31. Jan.



Streckenwanderung ab BG-Gierath

ca. 9 km

#### **Über Thielenbruch nach Bergisch Gladbach**

GZ: ~ 5 Std. \* WZ: ~ 3 Std.

Uhrzeit, Treffpunkt:

**10:05 Uhr**, BG, Bus-/S-Bahnhof Bus 436

Anmeldung:

bis 30. Jan., 19:00 Uhr per Telefon

Kosten pro Person:

ca. 2,- € Fahrgeld Bus/Bahn

Sonstiges:

Getränk und Imbiss

Wanderführer:

Armand De Busscher \* Telefon: 02202 44690

Tourenhandy:

0176 32289451 (mit MB) \* Mail: manten5@hotmail.com

## Februar

### Nordic Walking



jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Bensberg  
jeden Dienstag und Donnerstag in Schildgen  
Weitere Infos siehe Seite 25

### Wandern mit Jos



jeden Mittwoch in Bergisch Gladbach  
Wandern im Bergischen mit Wanderführer Jos Callebaut  
Weitere Infos siehe Seite 24

### Sonntag 2. Feb.



Wanderung ab Loope ca. 13 km

#### **Ehemalige Buntmetall-Erzbergwerke Bliesenbach und Silberkaule**

GZ: ~ 5 Std. \* WZ: ~ 4 Std. \* Anfahrt: ~ 25 km

Uhrzeit, Treffpunkt:

**10:00 Uhr**, BG, P Heidkamper Tor

Anmeldung:

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

Kosten pro Person:

ca. 3,50 € zur Pkw-Mitfahrt

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:

Helga Krieger-Hamm, Silvia Börner, Jos Callebaut

Telefon: 02204 55810 \* Mail: [joscallebaut@gmx.net](mailto:joscallebaut@gmx.net)

Tourenhandy:

0152 04417048

### Dienstag 4. Feb.



Kurzwanderung in Bergisch Gladbach ca. 10 km

#### **Die Dombach Mühlen**

GZ: ~ 4 Std. \* WZ: ~ 3 Std.

Uhrzeit, Treffpunkt:

**10:00 Uhr**, BG, Konrad-Adenauer-Platz, BusHS Markt

Anmeldung:

bis 3. Feb., 19:00 Uhr per Telefon

Sonstiges:

Getränk und Imbiss

Wanderführer:

Armand De Busscher \* Telefon: 02202 44690

Tourenhandy:

0176 32289451 (mit MB) \* Mail: [manten5@hotmail.com](mailto:manten5@hotmail.com)

### Freitag 7. Feb.



Winterwanderung in der Umgebung von Kürten ca. 6 km

#### **Eine winterliche Schönwetter-Genießer-Wanderung**

Achtung! Wir wandern nur bei trockenem und wirklich schönem Winterwetter, Anmeldung zwingend erforderlich!

GZ: ~ 3 Std. \* WZ: ~ 2 Std. \* Anfahrt: ggf. ~ 4 km

Uhrzeit, Treffpunkt:

**14:45 Uhr**, Kürten, Rathaus, Bushaltestelle

Anmeldung:

am 6. Feb., 15:00 - 20:00 Uhr per Telefon / MB

Kosten pro Person:

ca. 0,50 € bei Pkw-Mitfahrt

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Hinfahrt:

Bus 426: BG, S-Bf ab 14:13 / Kü, Rathaus an 14:43

Rückfahrt:

Kü, Rathaus ab 17:35 / BG, S-Bf an 18:08

Wanderführer:

Hans-Dieter Lanfer \* Telefon: 0176 99000206

Tourenhandy:

0176 99000206 (mit MB)

**Donnerstag 13. Feb.** Kurzwanderung in Odenthal ca. 10 km



**Mönchswege**

Ab Altenberg Schöllerhof

GZ: ~ 5 Std. \* WZ: ~ 3,5 Std. \* Anfahrt: ~ 8 km

Uhrzeit, Treffpunkt:

**09:00 Uhr, BG, P Heidkamper Tor**

Anmeldung:

am 12. Feb., 18:00 - 20:00 Uhr per Telefon

Kosten pro Person:

ca. 1,50 € zur Pkw-Mitfahrt

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:

Dieter Gerlach \* Telefon: 02202 37994

Tourenhandy:

0159 08100928

**Samstag 15. Feb.**

Kurzwanderung in Rösrath

ca. 9 km



**Nur pure Idylle**

GZ: ~ 5 Std. \* WZ: ~ 3 Std.

Uhrzeit, Treffpunkt 1:

**08:50 Uhr, BG, Bus-/S-Bahnhof**

Uhrzeit, Treffpunkt 2:

**09:40 Uhr, Wanderung ab Rösrath Bus-/Bahnhof**

Anmeldung:

bis 13. Feb., 19:00 Uhr per Telefon

Kosten pro Person:

ca. 3,- € Fahrgeld Bus/Bahn

Sonstiges:

Getränk und Imbiss

Wanderführer:

Armand De Busscher \* Telefon: 02202 44690

Tourenhandy:

0176 32289451 (mit MB) \* Mail: [manten5@hotmail.com](mailto:manten5@hotmail.com)

**Sonntag 16. Feb.**

Wanderung ab Wipperfeld

ca. 14 km



**Winterliche Ausblicke ins Bergische**

- Ein besonderes Naturerlebnis

GZ: ~ 6 Std. \* WZ: ~ 4,5 Std. \* Anfahrt: ~ 24 km

Uhrzeit, Treffpunkt:

**10:00 Uhr, BG, P Heidkamper Tor**

Anmeldung:

bis 15. Feb., 20:00 Uhr per Telefon oder Mail

Kosten pro Person:

ca. 3,50 € zur Pkw-Mitfahrt

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:

Jos Callebaut \* Telefon: 02204 55810

Tourenhandy:

0152 04417048 \* Mail: [joscallebaut@gmx.net](mailto:joscallebaut@gmx.net)

**Freitag 21. Feb.**



>> **Heute Anmeldeschluss** für den **Wochenend-Kurs**

**Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald**

**von Samstag 29. Februar bis Samstag 4. April**

für Details siehe Seite 37

Infos u. Organisation:

Dr. Hans Tups \* Telefon: 02202 2603231

Tourenhandy:

0160 8277258 \* Mai: [htups@gmx.de](mailto:htups@gmx.de)

**Freitag 21. Feb.**

Wir singen Volkslieder im Singkreis

**Wir feiern Karneval**

Treffpunkt:



BG, Clubheim CBF, Hauptstr. 293-297

Dauer:

19:00 - 21:00 Uhr

Leitung:

Marion Müller, Telefon: 0152 31920589

### Freitag 21. Feb.



Winterwanderung in der Umgebung von Kürten ca. 6 km

#### **Eine winterliche Schönwetter-Genießer-Wanderung**

**Achtung!** Wir wandern nur bei trockenem und wirklich schönem Winterwetter, Anmeldung zwingend erforderlich!

GZ: ~ 3 Std. \* WZ: ~ 2 Std. \* Anfahrt: ~ 4 km

Uhrzeit, Treffpunkt:

Anmeldung:

Kosten pro Person:

Sonstiges:

Hinfahrt:

Rückfahrt:

Wanderführer:

Tourenhandy:

**14:45 Uhr**, Kürten, Rathaus, Bushaltestelle am 20. Feb., 15:00 - 20:00 Uhr per Telefon / MB

ca. 0,50 € bei Pkw-Mitfahrt

Schlusseinkehr auf Wunsch

Bus 426: BG, S-Bf ab 14:13 / Kü, Rathaus an 14:43

Kü, Rathaus ab 17:35 / BG, S-Bf an 18:08

Hans-Dieter Lanfer \* Telefon: 0176 99000206

0176 99000206 (mit MB)

### Dienstag 25. Feb.



**>>Heute Anmeldeschluss für die 8-tägige Wanderfreizeit an der Flämischen Küste, Brügge und Diksmuide von Samstag 29. Aug. bis Samstag 5. Sep.**

Infos u. Organisation: Armand De Busscher \* Telefon: 02202 44690

Mail: [manten5@hotmail.com](mailto:manten5@hotmail.com)

### Donnerstag 27. Feb.



Rundwanderung ab Biesfeld

ca. 11 km

#### **Winterwanderung über die Höhen Biesfelds**

**- Dem Himmel ganz nah**

GZ: ~ 6 Std. \* WZ: ~ 3,5 Std.

Uhrzeit, Treffpunkt:

Anmeldung:

Kosten pro Person:

Sonstiges:

Wanderführer:

Tourenhandy:

**09:30 Uhr**, BG, Bus-/S-Bahnhof

bis 26. Feb., 19:00 Uhr per Telefon oder Mail

ca. 3,50 € Fahrgeld Bus

Rucksackverpflegung

Jochen Schmidt \* Telefon: 0175 7563167

0175 7563167 \* Mail: [joachimschmidt.koeln@web.de](mailto:joachimschmidt.koeln@web.de)



**Samstag 29. Feb. bis 4. April – Wochenend-Kurs -**

ca. 6 km



**Gesundheitswandern in der Fastenzeit**

GZ: ~ 2,5 Std. \* WZ: ~ 2 Std.

Uhrzeit, Treffpunkt:

**14:00 Uhr**, BG-Paffrath, P Kombibad

Anmeldung:

verbindlich bis 21. Feb., 20:00 Uhr per Telefon oder Mail und Einzahlung auf unser Vereinskonto bei der VR Bank eG, IBAN: DE72 3706 2600 3119 6780 12

Kursgebühr:

18,- € für Mitglieder und 36,- € für Gäste

Teilnehmerzahl:

minimal 6, maximal 20 Personen

Infos u. Organisation:

Dr. Hans Tups \* Telefon:02202 2603231  
0160 8277258 \* Mai: htups@gmx.de

Gesundheits-WF

Thomas Kempf, Dr. Hans Tups, Hans Weber

**Samstag 29. Feb.**

Wochenend-Kurs Gesundheitswandern

ca. 6 km



**Kurs Gesundheitswandern – Teil 1**

im Diepeschrather Wald

Uhrzeit, Treffpunkt:

**14:00 Uhr**, BG-Paffrath, P Kombibad

Sonstiges:

Getränk für Wanderpausen

Gesundheits-WF:

Dr. Hans Tups \* Telefon: 02202 2603231

Tourenhandy:

0160 8277258 \* Mail: htups@gmx.de

## März

### Nordic Walking



jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Bensberg  
jeden Dienstag und Donnerstag in Schildgen  
Weitere Infos siehe Seite 25

### Wandern mit Jos



jeden Mittwoch in Bergisch Gladbach  
Wandern im Bergischen mit Wanderführer Jos Callebaut  
Weitere Infos siehe Seite 24

### Sonntag 1. März



Wanderung ab Lindlar ca. 12 km

#### **Fischessen am Sonntag nach Aschermittwoch**

Auf dem Kulturlandschaftsweg in Lindlar

GZ: ~ 6 Std. \* WZ: ~ 3,5 Std. \* Anfahrt: ~ 21 km

Uhrzeit, Treffpunkt:

**09:30 Uhr**, BG, P Heidkamper Tor

Anmeldung:

bis 28. Feb., 20:00 Uhr per Telefon oder Mail

Kosten pro Person:

ca. 3,- € zur Pkw-Mitfahrt

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführerinnen:

Ingrid Sienz, Irmgard Schaar \* Telefon Sienz: 02202 54588

Tourenhandy:

0173 8619382 \* Mail: irmgard.schaar@t-online.de

### Freitag 6. März



Winterwanderung in der Umgebung von Kürten ca. 6 km

#### **Eine winterliche Schönwetter-Genießer-Wanderung**

Achtung! Wir wandern nur bei trockenem und wirklich

schönem Winterwetter, Anmeldung zwingend erforderlich!

GZ: ~ 3 Std. \* WZ: ~ 2 Std. \* Anfahrt: ggf. ~ 4 km

Uhrzeit, Treffpunkt:

**14:45 Uhr**, Kürten, Rathaus, Bushaltestelle

Anmeldung:

am 5. März, 15:00 - 20:00 Uhr per Telefon / MB

Kosten pro Person

ca. 0,50 € bei Pkw-Mitfahrt

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Hinfahrt:

Bus 426: BG, S-Bf ab 14:13 / Kü, Rathaus an 14:43

Rückfahrt:

Kü, Rathaus ab 17:35 / BG, S-Bf an 18:08

Wanderführer:

Hans-Dieter Lanfer \* Telefon: 0176 99000206

Tourenhandy:

0176 99000206 (mit MB)

### Sonntag 8. März



Wanderung ab Engelskirchen ca. 15 km

#### **Oelchenshammer, Aggerhöhle und die**

#### **Wasserburg Haus Ley**

GZ: ~ 6 Std. \* WZ: ~ 4,5 Std. \* Anfahrt: ~ 28 km

Uhrzeit, Treffpunkt:

**10:00 Uhr**, BG, P Heidkamper Tor

Anmeldung:

bis 7. März, 20:00 Uhr per Telefon oder Mail

Kosten pro Person:

ca. 4,- € zur Pkw-Mitfahrt

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:

Helga Krieger-Hamm, Silvia Börner, Jos Callebaut

Telefon: 02204 55810 \* Mail: joscallebaut@gmx.net

Tourenhandy:

0152 04417048

**Donnerstag 12. März** Kurzwanderung in Odenthal

ca. 10 km



**Pulvermühlen im Helenental**

Wir gehen auf der Schwarzpulverroute  
GZ: ~ 5 Std. \* WZ: ~ 3,5 Std. \* Anfahrt: ~ 8 km

Uhrzeit, Treffpunkt:

**09:00 Uhr, BG, P Heidkamper Tor**

Anmeldung:

am 11. März, 18:00 - 20:00 Uhr per Telefon

Kosten pro Person:

ca. 1,50 € zur Pkw-Mitfahrt

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:

Dieter Gerlach \* Telefon: 02202 37994

Tourenhandy:

0159 08100928

**Samstag 14. März Mitgliederversammlung 2020**

der Wanderfreunde Bergisches Land e.V.  
Abteilung im Sauerländischen Gebirgsverein  
wurde wegen Corona-Epidemie abgesagt

**Ab dem 16. März Alle Veranstaltungen**

**der Wanderfreunde Bergisches Land e.V.**  
sind wegen der Corona-Epidemie abgesagt.

**April**

**Bis zum 30. April Alle Veranstaltungen**

**der Wanderfreunde Bergisches Land e.V.**  
sind wegen der Corona-Epidemie abgesagt.

**Mai**

**Bis zum 31. Mai Alle Veranstaltungen**

**der Wanderfreunde Bergisches Land e.V.**  
sind wegen der Corona-Epidemie abgesagt.

## Juni

### Nordic Walking



jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Bensberg  
jeden Dienstag und Donnerstag in Schildgen  
Weitere Infos siehe Seite 25

### Wandern mit Jos



jeden Mittwoch ab in Bergisch Gladbach  
Wandern im Bergischen mit Wanderführer Jos Callebaut  
Weitere Infos siehe Seite 24

**Bis zum 5. Juni** **Alle Veranstaltungen**  
**der Wanderfreunde Bergisches Land e.V.**  
sind wegen der Corona-Epidemie abgesagt.

**Samstag 6. Juni** Vier parallele Wanderungen an verschiedenen Orten  
**Neustart der Veranstaltungen für unsere Mitglieder**  
Uhrzeit: **10:00 Uhr**  
Anmeldung: persönlich am 5. Juni, 15:00 - 20:00 Uhr per Telefon  
Sonstiges: Die Einladung unserer Mitglieder erfolgte per Mail  
Infos u. Organisation: Dr. Hans Tups \* Telefon: 02202 2603231

### Sonntag 7. Juni



Rundwanderung ab Waldbröl Vierbuchermühle ca. 13 km  
**Der Waldmythenweg**

Dem Geheimnis von Elfen und Einhörnern auf der Spur  
GZ: ~ 6 Std. \* WZ: ~ 4 Std. \* Anfahrt: ~ 60 km

Uhrzeit, Treffpunkt: **09:30 Uhr**, BG, P Heidkamper Tor  
Anmeldung: bis 5. Juni, 19:00 Uhr per Telefon / AB oder Mail  
Kosten pro Person: ca. 8,- € zur Pkw-Mitfahrt  
Sonstiges: Schlusseinkehr auf Wunsch  
Wanderführer: Josef Berger \* Telefon: 02207 3307  
Tourenhandy: 0160 1054057 \* Mail: jos.berg@gmx.de

**Mittwoch 10. Juni** **Pedelectour ab Odenthal**  
**Die Dhünnrunde**  
ist wegen der Corona-Epidemie abgesagt



**Donnerstag 11. Juni** Wanderung ab Wipperfürth ca. 16 km



**Zwischen Feuersbrunst und Wallfahrtsort**

GZ: ~ 6,5 Std. \* WZ: ~ 4,5 Std. \* Anfahrt: 30 km

Uhrzeit, Treffpunkt: **10:30 Uhr**, BG, P Heidkamper Tor  
Anmeldung: bis 10. Juni, 20:00 Uhr per Telefon / AB oder Mail  
Kosten pro Person: ca. 4,- € zur Pkw-Mitfahrt  
Sonstiges: Schlusseinkehr auf Wunsch  
Wanderführer: Hans Weber \* Telefon: 02202 50219  
Tourenhandy: 0152 08412370 \* Mail: hjw@e.mail.de

**Samstag 13. Juni** Rundwanderung ab Opladen



**Zur Villa Römer und an die Wupper**

ist wegen der Corona-Epidemie abgesagt

**Sonntag 14. Juni** Wanderung ab Nickenich (Eifel) ca. 17 km



**Ist der Kruffer Ofen nicht zu heiß?**

Vulkanaufschlüsse in der Ost-Eifel mit Weitblicken über Wasser, Wiesen und Wälder auf einem Traumpfad  
GZ: ~ 8 Std. \* WZ: ~ 6 Std. \* Anfahrt: ~ 100 km

Uhrzeit, Treffpunkt: **08:00 Uhr**, Od, BusP Schulzentrum  
Anmeldung: bis 11. Juni per Telefon / AB oder Mail unter Angabe der Telefonnummer  
Kosten pro Person: ca. 15,- € zur Pkw-Mitfahrt  
Sonstiges: Mittagseinkehr auf Wunsch und Möglichkeit  
Teilnehmerzahl: minimal 8, maximal 20 Personen  
Wanderführer: Bernd Rodekurth \* Telefon: 02202 81590  
Tourenhandy: 0175 7106064 (mit MB) \* Mail: be-rodekurth@t-online.de

**Mittwoch 17. Juni** Gesundheitswanderung im Königsforst ca. 5 km



**Guten Morgen-Gesundheitswanderung**

GZ: ~ 2 Std. \* WZ: ~ 1,5 Std.

Uhrzeit, Treffpunkt: **10:00 Uhr**, Köln-Rath, WP Wildgehege (Lützerathstraße)  
Anmeldung: bis 15. Juni, 20:00 Uhr per Telefon / AB oder Mail  
Sonstiges: Getränk für Wanderpausen  
Gesundheits-WF: Bettina van Fürden \* Telefon: 0176 82718124  
Tourenhandy: 0176 82718124 \* Mail: bettinahome@yahoo.de

**Donnerstag 18. Juni** Kurzwanderung in Monheim



**An den Rheinbogen bei Monheim**

ist wegen der Corona-Epidemie abgesagt

**Freitag 19. Juni**

Wir singen Volkslieder im Singkreis

**Lassen wir den Sommer in unsere Herzen.**

ist wegen der Corona-Epidemie abgesagt

**Freitag 19. Juni bis Sonntag, 21. Juni 2020**



**3 tägige Wanderfreizeit in Kastellaun-Hollnich (Hunsrück)**

3 Wanderungen von ca. 9 bis 17 km: Burgstadt-Pfad, Baybachklamm, Masdascher Burgherrenweg mit der ca. 360 m langen Geierlay-Hängeseilbrücke

Für Details siehe Angebot auf Seite 73

Unterkunft:

Hotel Haus Waldesruh, 56288 Hollnich

Verpflegung:

Halbpension

Teilnehmerzahl:

maximal 12 Personen (In der Reihenfolge der Anmeldung))

Infos u. Organisation:

Jos Callebaut \* Telefon: 02204 55810

Mail: joscallebaut@gmx.net

**Sonntag 21. Juni**



Rundwanderung ab Bechen

ca. 14 km

**Zum rostfreien Esel**

Durch Wald und Flur durch die alte Bergische Heimat

GZ: ~ 6 Std. \* WZ: ~ 4,5 Std. \* Anfahrt: ~ 12 km

Uhrzeit, Treffpunkt 1:

**09:00 Uhr**, BG, P Heidkamper Tor

Uhrzeit, Treffpunkt 2:

**09:30 Uhr**, Kü-Bechen, Esel

Anmeldung:

bis 20. Juni, 20:00 Uhr per Telefon / AB oder Mail

Kosten pro Person:

ca. 2,- € zur Pkw-Mitfahrt

Sonstiges:

Zwischen- oder Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:

Wolfgang Krüger \* Telefon: 02191 7891453

Tourenhandy:

0157 88100744 \* Mail: wolfruegbb@outlook.de

**Mittwoch 24. Juni**



Radwanderung nach Köln-Zündorf

ca. 45 km

**Am Rhein entlang nach Zündorf**

GZ: ~ 5,5 Std. \* WZ: ~ 4,5 Std.

Uhrzeit, Treffpunkt:

**10:00 Uhr**, BG-Gierath, Schlodderdicher Weg 46

Sonstiges:

Einkehr auf Wunsch in Zündorf

Anmeldung:

bis 23. Juni, 20:00 Uhr per Telefon

Wanderführer:

Rolf Haibach \* Telefon: 02207 1745

Tourenhandy:

0174 7326298 \* Mail: rolfhaibach@gmx.de

### Mittwoch 24. Juni



Uhrzeit, Treffpunkt:  
Anmeldung:  
Sonstiges:  
Gesundheits-WF:  
Tourenhandy:

After Work-Gesundheitswanderung ca. 6 km  
**Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald**  
GZ: ~ 2,5 Std. \* WZ: ~ 2 Std.  
**19:00 Uhr**, BG-Paffrath, P Kombibad  
bis 23. Juni, 20:00 Uhr per Telefon oder Mail  
Getränk für Wanderpausen  
Dr. Hans Tups \* Telefon: 02202 2603231  
0160 8277258 \* Mail: htups@gmx.de

### Freitag 26. Juni



Uhrzeit, Treffpunkt:  
Anmeldung:  
Kosten pro Person:  
Sonstiges:  
Hinfahrt:  
Rückfahrt:  
Wanderführer:  
Tourenhandy:

Rundwanderung in der Umgebung von Kürten ca. 7 km  
**Eine kleine Abendwanderung im Frühling**  
Wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur  
GZ: ~ 3 Std. \* WZ: ~ 2 Std. \* Anfahrt: ggf. ~ 4 km  
**17:05 Uhr**, Kürten, Rathaus, Bushaltestelle  
am 25. Juni, 15:00 - 20:00 Uhr per Telefon / MB  
ca. 0,50 € bei Pkw-Mitfahrt  
Schlusseinkehr möglich  
Bus 426: BG, S-Bf ab 16:33 / Kü, Rathaus an 17:03  
Kü, Rathaus ab 19:55 / BG, S-Bf an 20:28  
Hans-Dieter Lanfer \* Telefon: 0176 99000206  
0176 99000206 (mit MB)

### Samstag 27. Juni

Sommerfest 2020  
**Heute findet unser Sommerfest statt**  
ist wegen der Corona-Epidemie abgesagt.

### Sonntag 28. Juni



Uhrzeit, Treffpunkt:  
Anmeldung:  
Sonstiges:  
Kosten:  
Wanderführer:  
Tourenhandy:

Wanderung ab Wipperfeld ca. 15 km  
**Mühlen und Kapellen im Sülztal**  
GZ: ~ 6,5 Std. \* WZ: ~ 4,5 Std. \* Anfahrt: ca. 25 km  
**10:00 Uhr**, BG, P Zanders, Heidkamper Tor  
bis 26. Juni, 20:00 Uhr per Telefon oder Mail  
Schlusseinkehr nach Wunsch  
ca. 3,50 € für die PKW-Mitfahrt  
Hans Weber \* Telefon: 02202 50219  
0152 08412370 \* Mail: hjw@e.mail.de

## Juli

### Mittwoch 1. Juli



Uhrzeit, Treffpunkt:

Anmeldung:

Sonstiges:

Gesundheits-WF:

Tourenhandy:

After Work-Gesundheitswanderung

**Gesundheitswandern im Frankenforst**

GZ: ~ 2,5 Std. \* WZ: ~ 2 Std.

**19:00 Uhr**, BG-Bensberg, P Eissporthalle

bis 30. Juni, 20:00 Uhr per Telefon / AB oder Mail

Getränk für Wanderpausen

**Thomas Kempf \* Telefon: 0157 85262922**

**0157 85262922 \* Mail: t.kempf@gmx.de**

ca. 6 km

### Freitag 3. Juli



Anmeldung:

Infos u. Organisation:

**>> Heute ist Anmeldeschluss für die 9-tägige Wanderfreizeit in der Böhmischesächsischen Schweiz**

**von Samstag 5. bis Sonntag 13. September 2020**

verbindlich mit Adresse, Telefon, Nachweis der Unterkunftsbuchung sowie Anzahlung von 30,- €,

Für Details siehe Angebot auf Seite 74

Bernd Rodekurth \* Telefon: 02202 81590

Mail: be-rodekurth@t-online.de

### Freitag 3. Juli



Uhrzeit, Treffpunkt:

Anmeldung:

Kosten pro Person:

Sonstiges:

Hinfahrt:

Rückfahrt:

Wanderführer:

Tourenhandy:

Rundwanderung ab Neumühle

ca. 13 km

**Rund um die Große Dhünntalsperre (Teil 4 von 7)**

Heute erwandern wir uns das Gebiet zwischen den Vorsperren Große und Kleine Dhünn und genießen dabei die Bergische Landschaft mit ihren wunderschönen Bildern.

GZ: ~ 5 Std. \* WZ: ~ 4 Std. \* Weiterfahrt: ~ 2 x 6 km

**15:25 Uhr**, Kü-Eisenkaul, P am Landgasthof

am 2. Juli, 15:00 - 20:00 Uhr per Telefon / MB

ca. 1,- € bei Pkw-Mitfahrt

Schlusseinkehr auf Wunsch

Bus 427: BG, S-Bf ab 14:52 / Kü-Eisenkaul an 15:21

Kü-Eisenkaul ab 20:35 / BG, S-Bf an 21:05

Hans-Dieter Lanfer \* Telefon: 0176 99000206

0176 99000206 (mit MB)

### Samstag 4. Juli



Radwanderung nach Köln

**Zum Decksteiner Weiher**

ist wegen der Corona-Epidemie abgesagt



## Informationen zu mehrtägigen Wanderfreizeiten in 2020

### Sonntag 10. Mai bis Freitag 15. Mai 2020



**6-tägige Wanderfreizeit in Wasserliesch (Obermosel)**  
(Nähe Trier, Konz, Saarburg, Luxemburg)  
ist wegen der Corona-Epidemie abgesagt

### Montag 25. bis Freitag 29. Mai 2020



**5-tägige Wander- und Singfreizeit des Singkreises  
im Musikbildungszentrum Bad Fredeburg (Sauerland)**  
ist wegen der Corona-Epidemie abgesagt

### Freitag 19. bis Sonntag, 21. Juni 2020



**3 tägige Wanderfreizeit in Kastellaun-Hollnich (Hunsrück)**

3 Wanderungen von ca. 9 bis 17 km  
Burgstadt-Pfad, Baybachklamm, Masdascher Burgherren-  
weg mit der ca. 360 m langen Geierlay-Hängeseilbrücke

Uhrzeit, Treffpunkt:

12:00 Uhr am Hotel in Hollnich,

Anmeldung:

Fahrgemeinschaften bilden, individuelle Anreise, ca. 150 km  
verbindlich **ab sofort**, bis spätestens 19. Dez. 2019  
mit Angabe der Unterkunftsart und ob eine Mitfahrgelegen-  
heit benötigt wird.

Unterkunft:

Hotel-Restaurant Haus Waldesruh, Gammershausen 1  
56288 Hollnich \* Frau Maßmann, Tel.: 06762-7219,  
Fax: 06762-5318, Mail: [info@waldesruh-hunsrueck.de](mailto:info@waldesruh-hunsrueck.de) \*  
Homepage: [www.waldesruh-hunsrueck.de](http://www.waldesruh-hunsrueck.de)

Kosten Unterkunft:

Pro Nacht mit Frühstück:  
im EZ: 45,- € (max. 3 St.), im DZ: 40,- €/P. (max. 8 St.)  
im DZ als Einzelperson: 60,- €

Kosten Verpflegung:

Halbpension: 16,- €/Person

Fahrkosten:

ca. 30,- €/Person als Mitfahrer (inklusive Transfer vor Ort)

Teilnehmerzahl:

maximal 12 Personen

(In der Reihenfolge der Anmeldung bei Jos Callebaut)

Infos u. Organisation:

Jos Callebaut \* Telefon: 02204 55810

Mail: [joscallebaut@gmx.net](mailto:joscallebaut@gmx.net)

### Samstag 29. Aug. bis Samstag 5. Sep. 2020



**8-tägige Wanderfreizeit an der Flämischen Küste,  
Brügge und Diksmuide**  
ist wegen der Corona-Epidemie abgesagt

## Samstag 5. bis Sonntag 13. September 2020



### 9-tägige Wanderfreizeit in der Böhmisches-Sächsischen Schweiz (Elbsandstein-Gebirge)

Eine Vielzahl von Sehenswürdigkeiten, Felsgebilde, Höhlen, Felsüberhänge, einzigartige Sandsteintürme, Tafelberge und Canyons stehen auf dem Exkursions- Programm

8 Tageswanderungen zwischen 5 und 14 km und 145 bis 445 Höhenmeter, Trittsicherheit erforderlich

Anmeldung:

schriftlich bis 3. Juli per Mail und Anzahlung von 30,- €

Unterkunft:

8 Übernachtungen in einem 3\*-Hotel in 01824 Gohrisch

Verpflegung:

inklusive Halbpension, fakultativ: Lunchpaket für 7,50 €

Kosten Unterkunft:

m DZ, Kat. C: 480,- €/P (max. 10 Stück)

Unterbringung im DZ, Kat. B: 552,- €/P (max. 16 Stück)

Doppelzimmer zur Einzelnutzung sind für einen Mehrpreis von 120,- €/Person verfügbar

Anreise:

individuell, im PKW ca. 550 km, Fahrgemeinschaften bilden,

alternative Anreisen mit Bahn oder Flug in Eigenbuchung

Fahrtkosten:

115,- €/Person als Mitfahrer (inklusive Transfer vor Ort)

Kosten pro Person:

Kurtaxe: 8,- €

fakultativ: Kosten Bootsfahrt, Museumbesuch, Nationalpark

Teilnehmerzahl:

minimal 8, maximal 20 Personen

Wanderausrüstung:

knöchelhohe Wanderschuhe, Wanderstöcke, Taschenlampe, wetterfeste Kleidung und „Zwiebel-Look“

Sonstiges:

Eine Kombi-Reiseversicherung wird dringend empfohlen.

Infos u. Organisation:

Bernd Rodekurth \* Mail: [be-rodekurth@t-online.de](mailto:be-rodekurth@t-online.de)

Telefon: 02202 81590 \* Tourenhandy: 0175 7106064

**Sonntag 20. Sep. bis Sonntag 27. Sep. 2020**

**8-tägige Wanderfreizeit in Gößweinstein  
in der Fränkischen Schweiz**

Gößweinstein liegt im Herzen der Fränkischen Schweiz  
5 Wanderungen zwischen 10 und 17 km: durchs Püttlach  
tal, Wanderung mit Besichtigung der Binghöhle Streitberg,  
Brauereiwanderung mit dem Brauerei Wanderexpress und  
zum Zuckerhut. Die Abendwanderung mit Nachtwächter  
durch Gößweinstein ist ein Highlight.

Geplant ist ein Tag im UNESCO-Weltkulturerbe Bamberg  
(event. mit Führung zum Kaiserdom, zum Alten Rathaus  
oder zur Neuen Residenz)

Anreise: individuelle Anreise in Fahrgemeinschaften, ca. 400 km,  
Ankunft in Gößweinstein bis 14:30 Uhr

Unterkunft: Gasthof „Zur Post“  
Balthasar-Neumann-Str. 10, 91327 Gößweinstein  
Tel: 09242 278, Internet: [www.zur-post-goessweinstein.de](http://www.zur-post-goessweinstein.de)

Kosten: 7 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet  
im DZ: 259,- €/Person (10 Zimmer)  
im EZ: 280,- €/Person (2 Zimmer)  
im DZ als Einzelperson: 350,- €  
HP: 17,50 € für ein 3-Gänge-Menü (2 Menüs zur Auswahl)  
Alternativ à la carte-Gerichte, sehr annehmbare Preise

Fahrkosten: Mitfahrer: 55,- € (Zahlung an Fahrer)  
Sonstige Kosten: geschätzt: 55,- € (Fahrkarten, Nachtwächter, Bing Höhle)  
Überweisung auf Konto: Jos Callebaut, Bensberger Bank  
IBAN: DE39 3706 2124 0204 7200 10  
Verwendungszweck: MW Franken Sep. 2020

Anmeldung/Buchung: verbindlich ab sofort, **bis spätestens 30. Mai 2020**  
bei Jos Callebaut per Mail / Telefon mit Angabe der Unter-  
kunftsart und ob eine Mitfahrgelegenheit benötigt wird.

Teilnehmerzahl maximal 20 Personen  
- in der Reihenfolge der Anmeldung bei Jos Callebaut -

Info u. Organisation: Jos Callebaut \* Tel. 02204 55810  
Mail: [joscallebaut@gmx.net](mailto:joscallebaut@gmx.net)