

Wanderangebote im Oktober 2023

Sonntag, 1. Okt. 🍌🍌 **Rund um Schildgen - durch Wälder und Wiesen ~ 14 km**
Uhrzeit, Treffpunkt 1: 9:30 Uhr, BG, P Schnabelsmühle
Uhrzeit, Treffpunkt 2: 10 Uhr, Odenthal-Osenau, P Penny Markt
Anmeldung: bis 30. Sept. 20 Uhr per Telefon oder Mail
Wanderführerin: Liesel Burkard, Handy 0157 3556 4461, Mail: burkadellis0603@gmx.de

Dienstag 3. Okt. 🍌 **Auf dem Familienwanderweg ~ 10 km**
Wanderung ab Neunkirchen-Seelscheid
Uhrzeit, Treffpunkt 1: 10:00 Uhr, BG, P Schnabelsmühle
Uhrzeit, Treffpunkt 2: 10:45 Uhr, Neunkirchen-Seelscheid, Hauptstr.78
(P hinter dem Gemeindehaus)
Anmeldung: bis 2. Okt, 20 Uhr per Telefon / AB oder Mail
Wanderführer: Wolfgang Hoen * Handy: 0173 893 7020 * Mail: wolfganghoen@web.de



Freitag 6. Okt. 🍌 **Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Herbst ~ 6 km**
Kurzwanderung in Kürten. Achtung! Wir wandern nur bei trockenem und schönem Herbstwetter, daher Anmeldung zwingend erforderlich!
Uhrzeit, Treffpunkt: 15:05 Uhr, Kürten, Rathaus, BusHS
Anmeldung: am 5. Okt., 15 bis 20 Uhr per Telefon / MB
Wanderführer: Hans-Dieter Lanfer * Handy: 0176 9900 0206 (MB)

Samstag 7. Okt. 🍌 **Über die Zoobrücke, von Fort X des Kölner Festungsringes bis zum Aachener Weiher ~ 9 km**
Kurzwanderung in Köln
Uhrzeit, Treffpunkt: 10 Uhr, BG, Bus-/S-Bahnhof
Anmeldung: bis 5. Okt., 19:Uhr per Handy: 0176 3228 9451
Wanderführer* in: Armand De Busscher, Gabriele Krüger * Tourenhandy: 0176 3228 9451

Sonntag 8. Okt. 🍌🍌 **Gläbbisch-Tour; Vom Zentrum zur Grenze Teil 6 ~ 17 km**
Wanderung ab Bergisch Gladbach * ↗ 150 m ↘ 150 m
Uhrzeit, Treffpunkt: 10:30 Uhr, Bergisch Gladbach, Papierschöpfersieb-Brunnen am Markt
Anmeldung: bis 7. Okt., 20 Uhr per Telefon oder Mail
Sonstiges: Erläuterung zu dieser Tour siehe weiter unten
Wanderführer: Hans Weber * Telefon: 02202 50219 (AB)Tourenhandy: 0152 0841 2370
* Mail: hjw@e.mail.de





Montag 9. Okt. 🍌 **Montags - Einfach etwas Bewegung ~ 12 km**
Wanderung in Köln-Dünnwald und Umgebung
Uhrzeit: 12:30 Uhr, Treffpunkt wird durch Wanderführerin noch bekannt gegeben
Anmeldung: bis 8. Okt., 19 Uhr per Telefon / AB oder Mail
Wanderführerin: Anni Kießig * Telefon: 02202 186 8959
Tourenhandy: 0175 854 6451 * Mail: wandernkiessig@t-online.de

Dienstag 10. Okt. 🍌🍌 **Von der Wahner Heide durch den Königsforst nach Bensberg ~ 17 km**
Wanderung ab Wahner Heide
Uhrzeit, Treffpunkt: 10:10 Uhr, BG-Bensberg Bus-/U-Bahnhof
Anmeldung: bis 9. Okt., 20 Uhr per Telefon oder Mail
Wanderführerin: Anni Kießig * Telefon: 02202 186 8959
Tourenhandy: 0175 854 6451 * Mail: wandernkiessig@t-online.de

Donnerstag 12. Okt.   **Über die Rösrather Höhen, von Hoffnungsthal zur Meigermühle ~ 14 km**
Streckenwanderung ab Hoffnungsthal
Uhrzeit, Treffpunkt: 9:10 Uhr, BG-Bensberg, Bus-/U-Bahnhof, Steinstraße
Anmeldung: bis 11. Okt., 19 Uhr per Telefon oder Mail
Wanderführer: Jochen Schmidt * Handy: 0176 6960 8256
* Mail: joachimschmidt.koeln@web.de



Samstag 14. Okt.   **An der Erft entlang, von der mittelalterlichen Stadt Kaster nach Gustorf ~ 10 km**
Streckenwanderung ab Bedburg bei Grevenbroich
Uhrzeit, Treffpunkt: 9:45 Uhr, BG, Bus-/S-Bahnhof
Anmeldung: bis 12. Okt., 19 Uhr per Telefon: 0176 3228 9451
Wanderführer* in: Armand De Busscher, Gabriele Krüger * Tourenhandy: 0176 3228 9451

Samstag 14. Okt.   **Gesundheitswandern am Samstag im Diepeschrather Wald ~ 6 km**
Uhrzeit, Treffpunkt: 14:00 Uhr, BG-Paffrath, P Kombibad
Anmeldung: bis 13. Okt., 20 Uhr per Telefon oder Mail
Gesundheits-WF: Hans Weber * Telefon: 02202 50219
Tourenhandy: 0152 0841 2370 * Mail: hjw@e.mail.de

Sonntag 15. Okt.   **#solidAHRität – Über den Rotweinwanderweg ~ 15 km**
Traditionswanderung von Kloster Marienthal nach Altenahr,  250 m  250 m
Uhrzeit, Treffpunkt 1: 9 Uhr, BG, P Schnabelsmühle
Uhrzeit, Treffpunkt 2: 10:15 Uhr, Kloster Marienthal, Klosterstr. 3-5, 53507 Dernau
Anmeldung: am 13. Okt., 17 bis 20 Uhr per Telefon / AB oder Mail
Teilnehmerzahl: maximal 20 Personen
Sonstiges: wir fahren mit dem Schienen-Ersatz-Verkehr von Altenahr zurück
Wanderführerinnen: Mechthild Ferdinand * Telefon: 02202 78674,
Liesel Burkhard * Handy: 0157 3556 4461
Tourenhandy: 0157 3320 7575 * Mail: mechthild.ferdinand@t-online.de

Dienstag 17. Okt.  **„Bleibe standfest“ - Gesundheitswanderung im Lerbacher Wald ~ 5 km**
*  50 m  50 m
Uhrzeit, Treffpunkt: 10 Uhr, BG-Heidkamp, P Kreishaus, Am Rübezahlwald 7,
Anmeldung: bis 16. Okt., 20 Uhr per E-Mail oder Telefon
Sonstiges: Bus Nr. 227 oder 400, Haltestelle „Kreishaus“
Gesundheits-WF: Burkhard Schlegel * Telefon: 0173 843 2482
Tourenhandy: 0173 843 2482 * Mail: sgv@schlegel-info.de

Mittwoch 18. Okt.    **Vom Holzbachtal zum Aggertal ~ 50 km**
Pedelec Wanderung nach Overath
Uhrzeit, Treffpunkt: 10 Uhr, BG-Refrath, P Steinbreche
Anmeldung: bis 16. Okt., 20 Uhr per Telefon
Wanderführer* in: Jutta Neumann und Hans-Dieter König
Tourenhandy: 0157 5303 0524 (mit MB)

Mittwoch 18. Okt.   **Guten Morgen-Gesundheitswanderung im Königsforst ~ 5 km**
Uhrzeit, Treffpunkt: 10 Uhr, Köln-Brück, Lützerathstr. WP Wildgehege Brück
Anmeldung: bis 16. Okt., 20 Uhr per Telefon oder Mail
Gesundheits-WF: Bettina van Fürden * Telefon: 0176 8271 8124 * Mail: bettinahome@yahoo.de

Sonntag 22. Okt.    **Über den Rhein, auf dem Jakobsweg zum Dom ~ 18 km**
Wanderung ab Odenthal, *  200 m  200 m
Uhrzeit, Treffpunkt 1: 9:40 Uhr, BG, Bus-/S-Bahnhof
Uhrzeit, Treffpunkt 2: 10:20 Uhr, Odenthal Rathaus
Anmeldung: bis 21. Okt., 20 Uhr per Telefon oder Mail
Sonstiges: Viele befestigte Wegenteile! Wir fahren mit Bus / Bahn zurück.
Wanderführer: Hans Weber * Telefon: 02202 50219 (AB)
Tourenhandy: 0152 0841 2370 * Mail: hjw@e.mail.de

Montag, 23. Okt.  **Montags - Einfach etwas Bewegung ~ 12 km**

Wanderung in Köln-Dünnwald und Umgebung

Uhrzeit: 12:30 Uhr, Treffpunkt wird durch die Wanderführerin noch bekannt gegeben

Anmeldung: bis 22. Okt., 19 Uhr per Telefon / AB oder Mail

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

Tourenhandy: 0175 854 6451

Donnerstag 26. Okt.  **Über Höhen u. Täler in Hüttchen, Scheuren u. Neschen ~ 7,5 km**

Kurzwanderung in Odenthal

Uhrzeit, Treffpunkt: 14:00 Uhr, Od-Hüttchen. P Grillhütte, Bus 432

Anmeldung: bis 25. Okt., 20 Uhr per Telefon oder Mail

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

Samstag 28. Okt.   **Gesundheitswandern am Samstag im Diepeschrather Wald ~ 6 km**

Uhrzeit, Treffpunkt: 14 Uhr, BG-Paffrath, P Kombibad

Anmeldung: bis 27. Okt., 20 Uhr per Telefon oder Mail

Gesundheits-WF: Hans Weber * Telefon: 02202 50219

Tourenhandy: 0152 0841 2370 * Mail: hjw@e.mail.de

Sonntag 29. Okt. **Zeitumstellung auf Winterzeit**



Die Uhr wird um eine Stunde zurückgestellt,
also um 3:00 Uhr zurück auf 2:00 Uhr

Sonntag, 29. Okt.   **Altenberg - Pfengsbachtal - Neschen – Kochshof ~ 13 km**

Wanderung ab Altenberg * ↗ 320 m ↘ 320 m

Uhrzeit, Treffpunkt 1: 9:30 Uhr, BG, P Schnabelsmühle

Uhrzeit, Treffpunkt 2: 10 Uhr, Altenberg, P Am Rösberg

Anmeldung: bis 28. Okt., 20 Uhr per Telefon / AB oder Mail

Sonstiges: Einige steile Anstiege!

Wanderführerin: Liesel Burkard* Telefon: 0157 3556 4461 * Mail: burkardellis0603@gmx.de

Schwierigkeitsgrade – Angabe bei unseren Angeboten.

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

