

Das Wanderangebot im September 20204

Nordic Walking



jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Bensberg
jeden Dienstag und Donnerstag in Schildgen
Weitere Infos siehe Seite 33 unseres aktuellen Programmheftes oder auf
unserer Homepage www.wf-bergischesland.de

Sonntag 1. Sep.



Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Sonstiges:
Wanderführerin:

Ab zum Strundetalfest

Wanderung ab Bergisch Gladbach nach Herrenstrunden
~ 12 km * GZ: ~ 6 Std.* WZ: ~ 3 Std. * ↗ 180 m ↘ 180 m

10:30 Uhr, BG, Bus-/S Bahnhof
bis 31. Aug., 20:00 Uhr, per Telefon oder Mail
Schlusseinkehr auf dem Strundetalfest
Anni Kießig * Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de

Sonntag 1. Sep.



Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Sonstiges:

Strundetel-Fest - Mühlen im Strundetel

Wanderung von Herrenstrunden zum Zanders-Areal
~ 6 km * GZ: 4 Std. * WZ: 2 Std. * ↗ 20 m ↘ 70 m

13:00 Uhr, BG, Herrenstrunden, Infostand Festplatz
bis 31. Aug., 20:00 Uhr, per Telefon oder Mail
Besichtigung Zanders-Areal (Führung ca. 5,- €)
Rucksackverpflegung

Wanderführer:

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

Mittwoch 4. Sep.



Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Sonstiges:

Gesundheitswandern am Mittwoch im Diepeschrather Wald

~ 6 km * GZ: ~ 2,5 Std. * WZ: ~ 2 Std.

17:00 Uhr, BG-Paffrath, P Kombibad
bis 3. Sep., 20:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail
Getränk für Wanderpausen

Termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich!

Gesundheits-WF:
Tourenhandy:

Hans Weber * Telefon: 02202 50219 / AB
0152 0841 2370 * Mail: hjw@e.mail.de

Freitag 6. Sep.



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

Eine kleine Abendwanderung im Spätsommer

wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur
Kurzwanderung in Kürten

~ 7 km * GZ: ~ 2,5 Std. * WZ: ~ 2 Std. * ↗ 150 m ↘ 150 m

17:05 Uhr, Kürten, Rathaus, BusHS
am 5. Sep., 15:00 bis 20:00 Uhr per Telefon / MB
Schlusseinkehr auf Wunsch

Hans-Dieter Lanfer * Telefon: 0176 9900 0206 / MB
0176 9900 0206

Samstag 7. Sep.



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

Auf alten Wirtschaftswegen zur Quelle der Strunde Wir streifen Ober- und Unterholz, Risch und Romaney

Streckenwanderung ab Alte Hufe

~ 10 km * GZ: ~ 5 Std. * WZ: ~ 3 Std. * ↗ 100 m ↘ 100 m

10:00 Uhr, BG, Bus-/S-Bahnhof
bis 6. Sep., 18:00 Uhr, per Handy 0176 3228 9451

ca. 3,- € Fahrgeld Bus/Bahn
Armand De Busscher, Gabriele Krüger
0176 3228 9451

Samstag 7. Sep.

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Sonstiges:
Wanderführerin:

Stadtfest: einmal rund um Bergisch Gladbach

Wanderung in Bergisch Gladbach
~ 17 km * GZ: ~ 6 Std.* WZ: ~ 5 Std. * ⬆️ 20 m ⬇️ 70 m
10:30 Uhr, BG, Bus-/S Bahnhof
bis 6. Sep., 20:00 Uhr, per Telefon oder Mail
Schlusseinkehr auf dem Stadtfest
Anni Kießig * Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de

Samstag 7. Sep.

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Sonstiges:
Wanderführer:

Stadtfest: Schnupper- und Infowanderungen

Wanderung in die grüne Umgebung
~ 4 km * GZ: ~ 2 Std.* WZ: ~ 1 Std. * ⬆️ 40 m ⬇️ 40 m
Uhrzeit nach Verabredung am Infostand Festplatz, BG
am Infostand Wanderfreunde Bergisches Land e.V.
Unterwegs gibt es Infos rund ums Wandern;
Rucksackverpflegung
Burkhard Schlegel

Sonntag 8. Sep.

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Sonstiges:
Wanderführer:in:

Stadtfest: Schnupper- und Infowanderungen

Wanderung zur Gronauer Waldsiedlung
~ 6 km * GZ: ~ 4 Std.* WZ: ~ 2 Std. * ⬆️ 20 m ⬇️ 70 m
Uhrzeit nach Verabredung am Infostand Festplatz, BG
am Infostand Wanderfreunde Bergisches Land e.V.
Besichtigung der Waldsiedlung zum Tag des Denkmals;
Rucksackverpflegung
Manfred Kießig / Anni Kießig

Sonntag 8. Sep.

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

Wir besuchen den Silbersee

Wanderung ab Wipperfürth
~ 14 km * GZ: ~ 6 Std. * WZ: ~ 4 Std. * ⬆️ 180 m ⬇️ 180 m
10:00 Uhr, BG P Schnabelsmühle
bis 7. Sep., 20:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail
5,- € bei PKW-Mitfahrt, Anfahrt: ~ 25 km
Schlusseinkehr auf Wunsch
Hans Weber * Telefon: 02202 50219 / AB
0152 0841 2370 * Mail: hjw@e.mail.de

Sonntag 8. Sep.

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

Am Tag des offenen Denkmals zur Lambertsmühle

Pedelec-Wanderung nach Burscheid
~ 38 km * GZ: ~ 6 Std. * WZ: ~ 4 Std. * ⬆️ 260 m ⬇️ 260 m
10:00 Uhr, Odenthal, P Dhünnthal-Stadion
bis 5. Sep., 20:00 Uhr, per Telefon / MB
Getränk und Imbiss für unterwegs
Zwischeneinkehr auf Wunsch
Jutta Neumann und Hans-Dieter König
0157 5303 0524 / MB

Montag 9. Sep.

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

Montags: Einfach etwas Bewegung

Wanderung in Köln-Dünnwald und Umgebung
~ 12 km * GZ: ~ 5 Std.* WZ: ~ 3,5 Std.
12:30 Uhr, Lev-Schlebusch, KVB Linie 4; Bus 202,205,260
bis 8. Sep., 19:00 Uhr, per Telefon oder Mail
evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
Getränk u. Imbiss für unterwegs
evtl. Schlusseinkehr zum Kaffee oder Bier
Anni Kießig * Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de

Mittwoch 11. Sep.

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Sonstiges:

Gesundheits-WF:
Tourenhandy:

Gesundheitswandern am Mittwoch im Königsforst

~ 5 km * GZ: ~ 2 Std. * WZ: ~ 1,2 Std.
13:00 Uhr, Köln-Brück, WP Wildgehege Lützerathstraße
bis 10. Sep., 20:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail
Getränk für Wanderpausen
Termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich!
Bettina von Fürden * Telefon: 0176 8271 8124
0176 8271 8124 * Mail: bettinahome@yahoo.de

Samstag 14. Sep.

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

nachhaltig wandeln – Gemüse fürs Gemüt...

Wanderung ab Kürten-Olpe zum Biohof Hörnen
~ 9 km * GZ: 4 Std. * WZ: 2,5 Std. * ↗ 200 m ↘ 200 m
13:00 Uhr, Kü-Olpe, BusHS / P
bis 13. Sep., 20:00 Uhr, per Telefon oder Mail
Schlusseinkehr auf Wunsch
Burkhard Schlegel * Telefon: 0155 6161 0901
0155 6161 0901* Mail: sgv@schlegel-info.de

Samstag 21. Sep.

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

Auf dem Bergischen Weg an der Sülz entlang

sportliche Wanderung (>4,5 km/h) ab Hoffnungstal
~ 16 km * GZ: ~ 5 Std.* WZ: ~ 3,5 Std. * ↗ 200 m ↘ 200 m
10:00 Uhr, Bahnhof Hoffnungsthal (Rösrath)
bis 20. Sep., 19:00 Uhr, per Telefon oder Mail
eventuell Fahrgeld Bus/Bahn, Einkehr
Rucksackverpflegung
Renate Buchwald-Rzezonka* Telefon: 0163 966 6061
0163 966 6061 * Mail: etaner.B@web.de

Samstag 21. Sep.

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Sonstiges:
Wanderführerinnen:
Tourenhandy:

Wir erkunden den Paffrather Wald Inklusive Kurz-Wanderung im langsamen Tempo

für alle, die Natur und Gemeinschaft genießen wollen
~ 5 km * GZ: ~ 4 Std. * WZ: ~ 2,5 Std.
ca. 14:00 Uhr, BG, Bus-/S-Bahnhof
bis 19. Sep., 20:00 Uhr, per Telefon
Verpflegung für Wanderpausen oder Schlusseinkehr
Liesel Burkard * Handy: 0157 3556 4461
Jutta Neumann * Handy: 0157 5303 0524
0157 5303 0524

Sonntag 22. Sep.

Uhrzeit, Treffpunkt:
Anmeldung:
Sonstiges:
Wanderführerinnen:
Tourenhandy:

Natur pur im Kupfersiefer Tal mit Blick auf Hoffnungstal

Rundwanderung ab Rösrath
~ 11 km * GZ: ~ 6 Std. * WZ: ~ 3,5 Std. * ↗ 150 m ↘ 150 m
09:30 Uhr BG, P Schnabelsmühle
bis 20. Sep., 20:00 Uhr
bei Ingrid Sienz, Telefon: 02202 54588
Schlusseinkehr auf Wunsch
Ingrid Sienz, Irmgard Schaar * Telefon: 02202 54588
0173 861 9382 * Mail: irmgard.schaar@t-online.de

Montag 23. Sep.



Montags: Einfach etwas Bewegung

Wanderung in Köln-Dünnwald und Umgebung
~ 12 km * GZ: ~ 5 Std.* WZ: ~ 3,5 Std.

Uhrzeit, Treffpunkt:

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

Anmeldung:

bis 22. Sep., 19:00 Uhr, per Telefon oder Mail

Kosten pro Person:

evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt

Sonstiges:

Getränk u. Imbiss für unterwegs

evtl. Schlusseinkehr zum Kaffee oder Bier

Wanderführerin:

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

Mittwoch 25. Sep.



Gesundheitswandern am Mittwoch im Diepeschrather Wald

~ 6 km * GZ: ~ 2,5 Std. * WZ: ~ 2 Std. * ↗ 30 m ↘ 30 m

Uhrzeit, Treffpunkt:

17:00 Uhr, BG-Paffrath, P Kombibad

Anmeldung:

bis 24. Sep., 20:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail

Sonstiges:

Getränk für Wanderpausen

Termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich!

Gesundheits-WF:

Dr. Hans Tups * Telefon: 0160 827 7258

Tourenhandy:

0160 827 7258 * Mail: htups@gmx.de

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

