

Veranstaltungen Juli bis Dezember 2025



**Wandern * Gesundheitswandern * Inklusionswandern
Radwandern * sportliches Wandern * Nordic Walking
Exkursionen * Mehrtages-Wanderreisen**

www.wf-bergischesland.de * info@wf-bergischesland.de



Nachhaltig unterwegs.

**Weil's um mehr
als Geld geht.**

Wir machen uns stark für echte Werte. Für die Menschen, die Unternehmen und die Umwelt in der Region. Mehr Informationen unter ksk-koeln.de/nachhaltigkeit

Nachhaltig Geld anlegen:
Wir beraten Sie gerne.



Kreissparkasse
Köln

Inhaltsverzeichnis

Grußwort unseres 1. Vorsitzenden	5
Wichtige interne Termine	7
Ehrenmitgliedschaften und ein Ehrevorsitz	9
Unsere Umweltseite „Nisthilfen (LVR)“	10
Nistkästen selbst bauen	13
Titelbild und Fotonachweis	14
Hinweise und Informationen	
Verwendete Abkürzungen im Programmheft	16
Zeitangaben	16
Schwierigkeitsgrade	16
Empfehlung beim Betreten von Wäldern	18
Das Deutsche Wanderabzeichen	18
Der Bergische Weg	19
Hinweise und Regeln für SGV-Mitglieder und Gäste	21
Hinweise und Regeln für das Radfahren in Gruppen	23
Informationen zu	
Gesundheitswanderungen am Mittwoch	25
Inklusive Wanderungen	26
Nordic Walking – fit und entspannt in der Natur	27
Regelmäßige Veranstaltungen mit Terminen	
Kegeln und Klönen	28
Nordic Walking - Treffs Bensberg und Schildgen	29
Unsere Veranstaltungsangebote im	
Juli	30
August	37
Terminübersicht unserer Veranstaltungen	45
Veranstaltungsleiter	48
Unsere Veranstaltungsangebote im	
September	49
Oktober	59
November	68
Dezember	74
Vorankündigung für Veranstaltung 1. Halbjahr 2026	81
Aufnahmeantrag zur Mitgliedschaft	83
Wanderbericht vom 24.-30. August 2024 im Altmühltal	79
Herzlich Willkommen - neue Mitglieder	81
Herzlichen Glückwunsch	81
Gute Besserung	81
Geschäftsführender Vorstand	89
Erweiterter Vorstand	89
Impressum	90
Inserenten-Verzeichnis	90

www.naturregion-sieg.de



Erlebniswege Sieg – pures Entdeckervergnügen!

28 Rundwege verbinden die
kulturellen und landschaftlichen
Schätze der Region.



Erlebniswege
Sieg

Grußwort unseres ersten Vorsitzenden

Liebe Wanderfreundinnen, Wanderfreunde, Gäste
und Förderer,

hier ist unser neues Programm für das zweite Halbjahr
2025 - auf bekannten Wegen und neuen Pfaden, mit
abwechslungsreichen Touren und besonderen Begeg-
nungen. Wir freuen uns, wenn Du wieder mit dabei bist.

Ein Höhepunkt der vergangenen Monate war unsere
Mitgliederversammlung im März. Sie war geprägt von
guter Beteiligung, konstruktivem Austausch und dem Gefühl, dass unser
Verein lebt – dank Euch!

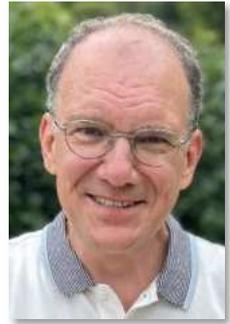
Ein besonderer Grund zur Freude: Wir haben nun frisch ausgebildete Nor-
dic-Walking-Trainer in unseren Reihen! Damit können wir unser Angebot
erweitern und vielleicht auch neue Wanderfreunde begeistern.

Doch ein Verein ist kein Selbstläufer. Viele kleine Aufgaben im Hintergrund
benötigen helfende Hände. Wenn Du Dir vorstellen kannst, an der einen
oder anderen Stelle mitzuwirken, sprich uns gerne an. Engagement – ob
groß oder klein – macht den Unterschied.

Wir danken Euch für Eure Verbundenheit und freuen uns auf viele gemein-
same Kilometer, Gespräche und Momente.

Beachtet bitte unsere tagesaktuellen Änderungen oder Ergänzungen zu
Wanderungen (nun) auf <https://wf-bergischesland.de/wanderungen>.

Mit herzlichem Gruß Euer Vorsitzender Andreas Schultheiß



Die Apotheke in Kürten

Apotheker Hans-Arno Regelein
Wipperfürther Str. 396 • 51515 Kürten
Telefon 0 22 68/92 81 0 • Fax 92 81 18
www.apokue.de • info@apokue.de



Fit in die Natur.
Wir sind für Sie
da!



St. Johannis Apotheke

Frank Klingauf

Allgem. Gesundheitsberatung
Tests, Messungen & Analysen
Verleih von Therapie- u. Messgeräten
Anfertigung individueller Rezepturen

Arzneimittellieferservice
Hilfsmittel & Krankenpflegeartikel
Pflege, Kosmetik und vieles mehr
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

St. Johannis Apotheke

Siebenmorgen 18, 51427 Bergisch Gladbach
Telefon: 02204 600 50, Fax: 925 02 26
www.st-johannis-apotheke-refrath.de

Wichtige interne Termine

Wir planen für das Jahr 2025 die Teilnahme am

- Stadtfest Bergisch Gladbach, 13. + 14. September

Wir bitten unsere Mitglieder um Mithilfe bei Organisation und Durchführung.

Montag, 22.09.2025, Abgabe Wandervorschläge für PH 2026-1.

Letzter Termin für die Abgabe von Veranstaltungs- und Wandervorschlägen für das erste Halbjahr 2026

Samstag, 27.09.2025, Ehrenamtstag.

Das historische Gut Schiff liegt im Ortsteil Herrenstrunden in Bergisch Gladbach direkt an der Strunde im Naturpark Bergisches Land. Wir erfahren einiges aus erster Hand zur Situation der Landwirtschaft und allgemein zur Ernährung im Bergischen. Das Programm wird als Fortbildung im Sinne des Deutschen Wanderverbandes gewertet.

Sonntag, 30.11.2025, Adventsfeier.

Wir treffen uns im Bürgerzentrum im Herzogenhof, Odenthal zu netter Unterhaltung, Kaffee und Kuchen. Weitere Infos im Angebotsteil.

Sonntag, 14.12.2025, „Rievkoche satt“.

Traditionswanderung mit anschließender Verköstigung im „Landhotel Napoleon“. Weitere Infos im Angebotsteil.

Sonntag, 11.01.2026, „Glühwein & Schmalzbrote“.

Das Schmalzbrotesen, eingeführt von Norbert und Vroni Dietrich, hat eine lange Tradition in unserem Verein, und die wollen wir mit Freude pflegen.

Samstag, 14.03.2026, 15:00 Uhr

Mitgliederversammlung

Bürgerzentrum Schildgen, Am Schild 31

Einlass und Anmeldung ab 14:30 Uhr. Die Tagesordnung wird mit der Einladung bekannt gegeben. **Wir bitten um rege Teilnahme.**

Hinweis

Gender-Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet.

STADT LAND FLUSS TRIFFT „BERGISCHE WANDERWOCHEN“



Wir machen
den Weg frei.



So., 7.9. bis So., 28.9.2025

www.bergische-wanderwochen.de

Das Bergische
WANDERLAND



Partner der Wanderwochen:



Bensberger Bank eG
Volksbank Berg eG
Volksbank Oberberg eG
VR Bank eG Bergisch Gladbach-Leverkusen

Ehrenmitgliedschaften und ein Ehrenvorsitz

Wertschätzung für langjähriges Engagement

Ein Verein lebt vom Engagement seiner Mitglieder – von Menschen, die mit Herzblut, Ausdauer und Ideenreichtum das Vereinsleben gestalten. Dieses ehrenamtliche Wirken ist nicht selbstverständlich, umso wichtiger ist es, herausragende Verdienste auch sichtbar zu würdigen.

Im Rahmen der Mitgliederversammlung hat unser Vorsitzender daher einen besonderen Moment geschaffen: Er schlug vor, **Mechthild Ferdinand, Annemie Schmutzler, Udo K. Müller und Kurt Röhrig** aufgrund ihrer langjährigen, intensiven und zuverlässigen Mitarbeit im Verein zu **Ehrenmitgliedern** zu ernennen.

Alle vier haben sich über viele Jahre in unterschiedlichster Weise mit hohem persönlichem Einsatz eingebracht – sei es bei der Organisation von Wanderungen, in der Vorstandsarbeit, bei Festen und Veranstaltungen oder einfach immer dann, wenn helfende Hände gebraucht wurden. Ihre Zugewandtheit und ihr Teamgeist haben den Verein entscheidend mitgeprägt.

Der Vorschlag wurde von der Versammlung einstimmig und mit großem Applaus angenommen. Die Geehrten zeigten sich gerührt und dankbar über die Wertschätzung, die ihnen auf diese Weise entgegengebracht wurde.

Ein weiterer Ehrungsvorschlag betraf **Hans Weber**, der von 2014 bis 2019 als 1. Vorsitzender den Verein durch intensive Jahre geleitet hat. Unter seiner Führung wurde nicht nur die Struktur des Vereins gestärkt, sondern auch der Blick nach vorn gerichtet – mit vielen neuen Impulsen für die Zukunft.

Als Zeichen der besonderen Anerkennung schlug Andreas vor, ihn zum **Ehrenvorsitzenden** zu ernennen. Auch dieser Vorschlag wurde einstimmig angenommen. Mit dieser Auszeichnung ist die Zugehörigkeit zum Erweiterten Vorstand verbunden – Ausdruck der weiterhin engen Verbundenheit mit dem Verein.

Wir gratulieren allen Geehrten herzlich und sagen: Danke für Eure Zeit, Eure Tatkraft und Eure Treue! Es ist schön zu wissen, dass der Verein auf ein solch starkes Fundament bauen kann.



Mechthild Ferdinand, Annemie Schmutzler, Udo K. Müller und Kurt Röhrig wurden auf der diesjährigen Mitgliederversammlung für ihren hohen persönlichen Einsatz geehrt und zu Ehrenmitgliedern ernannt. Hans Weber, der von 2014 bis 2019 als 1. Vorsitzender den Verein durch intensive Jahre geleitet hat, wurde zum Ehrenvorsitzenden ernannt.



LVR-Freilichtmuseum Lindlar eröffnet neue Outdoor-Ausstellung zum Thema Nisthilfen für Insekten und Brutvögel

Faszinierende Biologische Vielfalt

Von Carolin Gilgenbach, Wissenschaftliche Volontärin im Fachbereich Ökologie

Ob Rostrote Mauerbiene, Hahnenfuß-Scherenbiene, Gemeine Schornsteinwespe, Bachstelze oder Rauchschnalbe – ab sofort gibt es in Lindlar die Lebensräume unterschiedlichster Wildbienen, Wespen und bergischer Brutvögel zu entdecken. In der neuen Outdoor-Ausstellung mit dem Titel „Biologische Vielfalt Bergischer Insekten und Brutvögel“ in der Baugruppe „Hof zum Eigen“ zeigt das Museum wie die Tiere leben. Die Ausstellung bietet Informationen zu ihren Ansprüchen und dem Gefährdungsstatus der Tiere und beleuchtet besonders ihre Beziehungen zueinander. So werden auch parasitäre Lebensformen innerhalb der Bienen und Wespen vorgestellt.



Abbildung 1. Rostrote_Mauerbiene, *Osmia bicornis*.
Bild: Susanne Großnick, naturgucker.de



Abbildung 2. Gelbfühler-Wespenbiene, *Nomada fulvicornis*. Bild: esiuL auf Pixabay.

Nur wenige Menschen wissen von den Kuckucksbienen, den sogenannten Brutparasiten. Sie bauen keine eigenen Nester, sondern legen ihre Eier in die Brutzellen anderer Bienenarten, die ihnen als Wirte dienen. Solche parasitären Lebensformen gelten als wichtiger Bioindikator und helfen, den Populationsrückgang ihrer Wirte zu erkennen. Das gleiche gilt für parasitoide Wespen wie beispielsweise die Bunte Goldwespe, die mit ihren bunten Farben besonders auffällig, wenn auch nur wenige Millimeter groß ist.

Innerhalb der letzten Jahrzehnte ist die Anzahl der Insekten drastisch zurückgegangen. Dies konnte durch wissenschaftliche Untersuchungen belegt werden. Gleichzeitig stieg das Interesse an Nisthilfen wie „Insektenhotels“ in privaten Gärten. Jedoch erfüllen viele dieser im Handel angebotenen „Hotels“ nicht ihren Zweck und bleiben unbewohnt. Die neue Outdoor-Ausstellung im LVR-Freilichtmuseum Lindlar gibt wertvolle Anregungen für geeignete Niststrukturen und zeigt praxisnahe Lösungen für Naturliebhaber.

Etwa 75 Prozent der Wildbienenarten nisten im Boden, wie auch der Großteil an Wespenarten. Die meisten Arten leben zudem solitär – also allein. Um sie zu unterstützen reichen unversiegelte und nicht bepflanzte Flächen im Garten. Diese sollten im besten Fall mager, nicht gedüngt und insektizidfrei sein. Weitere Nistorte sind Steilwände, Totholz und markhaltige Pflanzstängel wie zum Beispiel Königskerze, Bombeer- oder Himbeerstängel. Anleitungen zum Nachmachen lassen sich aus den Ausstellungsflyern entnehmen. Dort finden sich auch Tipps für die Aussaat insektenschützender Blühwiesen.

Neben umfangreichen Informationen zu den verschiedensten Wildbienen- und Wespenarten, werden in der neuen Ausstellung Nistkästen für bergische Brutvögel und Fledermäuse sowie ihre Lebensräume im Wandel der Kulturlandschaft gezeigt.



Abbildung 3. Nachtigall, *Luscinia megarhynchos*.
Bild: wal_172619 auf Pixabay.

Unterschiedliche Vogelarten sind vom Insektenschwund stark betroffen, da sie auf eine insektenreiche Ernährung angewiesen sind. Dabei spielt der Wandel der Kulturlandschaft eine große Rolle. Halboffene bis offene insektenreiche Landschaften, Obstgärten, Böschungen mit lockerem Pflanzenwuchs haben sich innerhalb der letzten Jahrhunderte stark verringert. Auch unterholzreiche Laubwälder sowie strukturreiche Gärten haben abgenommen. Aufgrund dieser und weiterer Veränderungen sind Arten wie das Birkhuhn oder der auf Ameisen spezialisierte Wendehals im Bergischen Land verschollen. Auch die Nachtigall ist hier vom Aussterben bedroht.

Glücklicherweise kann etwas für die Verbesserung des Nahrungsangebotes für Insekten und Brutvögel getan werden. Gezielt bepflanzte Flächen im privaten und öffentlichen Raum können für unterschiedlichste Arten wichtige Inseln der Nahrungsvielfalt darstellen. Von aufgeräumten Gärten und versiegelten Flächen müssen wir uns verabschieden. Verwilderte Ecken innerhalb des Gartens oder etwas Totholz hingegen laden Wildbienen, Schmetterlinge und viele andere Insekten zum Brüten ein. Davon profitieren wiederum Tiere, die sich von ihnen ernähren. Im LVR-Freilichtmuseum Lindlar wurden Flächen gezielt bepflanzt und kleinteilig umstrukturiert damit verschiedene Pflanzen- und Tierarten hier wieder einen Lebensraum finden.



Abbildung 4: Wiedehopf, *Upupa epops*.
Bild: Nrik kiran.



LVR-Freilichtmuseum Lindlar

LVR-Freilichtmuseum Lindlar

Ihr Ausflugsziel im Bergischen Land

Besondere Veranstaltungen 2025:

13.07.	PS & Pedale
30./31.08.	Bauernmarkt
05.10.	Obstwiesenfest
19.10.	Kartoffelfest
14.12.	Advent im Museum

www.freilichtmuseum-lindlar.lvr.de




Nistkästen selbst bauen

Mit dem Bau eines Nistkastens kannst du die Natur vielfältig unterstützen:

- Unterstützung der Vogelpopulation
Viele Vögel haben Schwierigkeiten, geeignete natürliche Nistplätze zu finden, insbesondere in städtischen Gebieten oder intensiv genutzten landwirtschaftlichen Flächen. Nistkästen bieten ihnen eine sichere Brutstätte.
Das Anbringen von Nistkästen kann dazu beitragen, gefährdete Vogelarten zu erhalten und ihre Population zu stabilisieren, besonders wenn alte Bäume mit natürlichen Höhlen verschwinden.
- Bekämpfung von Schädlingen
Manche Vogelarten, wie Meisen, ernähren sich von Insekten und können helfen, Schädlinge im Garten oder in der Landwirtschaft zu reduzieren.
- Bildung und Naturbeobachtung
Nistkästen ermöglichen spannende Einblicke in das Verhalten und die Aufzucht von Jungvögeln. Sie sind großartig für Naturfreunde und lehrreich für Kinder.
- Verbesserung der Umwelt
Durch das Anbringen von Nistkästen wird das ökologische Gleichgewicht gefördert, indem Vögeln ein sicherer Lebensraum geboten wird.



Viele Vogelarten profitieren von Nistkästen, besonders solche, die natürliche Höhlen oder Spalten zum Brüten benötigen. Hier sind einige der häufigsten Arten:

- Meisenarten, z. B. Blaumeise oder Kohlmeise nutzen klassische Nistkästen mit einem kleinen Einflugloch.
- Die geselligen Haus- und Feldsperlinge bevorzugen größere Kästen, oft mit mehreren Kammern.
- Rotkehlchen und Zaunkönige bevorzugen Halbhöhlen-Nistkästen, die mehr Offenheit bieten.
- Kleiber nehmen gerne Nistkästen mit einem kleineren Einflugloch und passen es oft mit Lehm an.
- Schwalben nutzen spezielle Nisthilfen, die an Gebäuden angebracht werden.
- Fledermäuse (kein Vogel, aber ebenfalls wichtig!) profitieren von speziellen Kästen, die ihnen Unterschlupf bieten.

Darüber hinaus macht das Bauen von Nistkästen Spaß und eignet sich hervorragend, um Kinder und Jugendliche mit Tieren und deren Lebensweise vertraut zu machen.

Wenn du einen Nistkasten aufstellen möchtest, ist es wichtig, die richtige Größe und Form für die gewünschte Vogelart zu wählen.

Mehr Details zu passenden Nistkästen für verschiedene Arten findest du z.B. hier <https://www.nabu.de/tiere-und-pflanzen/voegel/helfen/nistkaesten>.

Hast du schon eine bestimmte Vogelart im Blick, die du unterstützen möchtest?

Titelbild des Programmhefts und Fotonachweis

Das Titelbild steht unter dem Motto „Nisthilfen“, (CC BY-SA 4.0: Kohlmeise von Rudy and Peter Skitterians, Star von Frauke Riether, Zaunkönig von Don Orchard alle von Pixabay; Fledermaus von Atamari über wikimedia commons). Weitere Fotos im Heft wurden von den Vereinsmitgliedern Liesel Burkard und Burkhard Schlegel zur Verfügung gestellt. Vielen Dank dafür.



Über 250
„switch it“
ab sofort bei
uns im
Geschäft!

switch

EASY • SIMPLE • FAST

WOLF
Optik Wolf

Jeden Tag 'ne Andere !

**Komplette Switch-it
ab 199,- € Einstärken*
ab 288,- € Gleitsicht***

*jeweils incl. 1 Paar Gläser + 2 Garnituren

Schloßstr. 78
51429 Bergisch Gladbach - Bensberg
Tel.: 02204-56127 Fax.: 02204-911476
info@optikwolf.de ; www.optikwolf.de
Montag – Freitag 9-19 Uhr Samstag 9-14 Uhr



UP COLOGNE

CELEBRATE HIGHER

Buchen Sie Kölns höchste Eventlocation!
Auf 155 Metern in der 45. Etage des
Colonia-(AXA) Hochhaus erleben Sie
unvergessliche Partys, Geburtstage, Hochzeiten,
Tagungen und Seminare!



UP COLOGNE, An der Schanz 2, 50735 Köln
www.upcologne.de / kontakt@upcologne.de

Schmitz  **Catering**
... und Ihre Feier wird zum Fest

Schmitz - Catering GmbH
Richard - Zanders - Straße 93
51469 Bergisch Gladbach
02202 - 42353

www.schmitz-catering.de
info@schmitz-catering.de

Hinweise und Informationen

Verwendete Abkürzungen im Programmheft

AB/MB = Anrufbeantworter/AB/MB

HS = Haltestelle

P = Parkplatz Treffpunkt für Rad- / Wanderungen und sonstige Aktivitäten

WP = Wanderparkplatz vor Ort, Start der Rad- / Wanderung

km = ca. Strecke in Kilometer

↗ = ca. Aufstieg in Meter

↘ = ca. Abstieg in Meter

Zeitangaben (immer circa-Angaben)

Gehzeit = reine Geh-/Radfahrzeit für die Strecke

Gesamtzeit = Geh-/Radfahrzeit + Pausen incl. Zwischeneinkehr
ohne Schlusseinkehr, ohne An-/Abreise

Wanderarten

	Wanderung		Fahrradtour		Themenwanderung		Veranstaltung
	Gesundheitswanderung		Nordic Walking		Inklusionswanderung		

Schwierigkeitsgrade

Wanderungen, Fahrrad-Touren und Nordic Walking-Touren werden i. d. R. mit ihren Schwierigkeitsgraden angegeben. Diese werden vom jeweiligen Wanderführer festgelegt und erlauben eine ungefähre Einschätzung, wie sportlich und ausdauernd man sein sollte, um daran teilzunehmen. Dabei orientiert sich der Schwierigkeitsgrad an den Werten für Strecke und Höhenmeter in der folgenden Tabelle. Die Symbole der Wanderarten sind im Programmheft in den entsprechenden Farben eingefärbt.

Wanderart	leicht	moderat	sportlich
Wandern (alle Arten)	bis 7 km Strecke und bis 100 Höhenmeter	7 – 15 km Strecke oder 100 – 300 Höhenmeter	mehr als 15 km Strecke oder mehr als 300 Höhenmeter
Fahrradtour	bis 15 km Strecke und bis 300 Höhenmeter	15 – 60 km Strecke oder 300 – 500 Höhenmeter	mehr als 60 km Strecke oder mehr als 500 Höhenmeter
Nordic Walking	bis 3 km Strecke	bis 6 km Strecke	ab 6 km Strecke

— LANDHOTEL —
NAPOLEON
— ★★★ SUPERIOR —



*Gastlichkeit
genießen*

*Bergisches Land
erwandern*



das gibts bei uns...

- regionale Speisen
- Wildspezialitäten aus eigenem Jagdrevier
- Donnerstags ist Reibekuchen Tag
- Sa.-So. & Feiertags Bergische Waffeln



Lamsfuß 12 - 51688 Wipperfürth - Tel. 0 22 68 / 91 41 -0
www.landhotel-napoleon.de

Herzlich Willkommen

Empfehlung beim Betreten von Wäldern

Liebe Wanderfreundinnen und Wanderfreunde,

das Bundeswaldgesetz § 14, das Landesforstgesetz NRW § 2 sowie das Landeshochwasserschutzgesetz NRW § 57 ermöglichen dem Erholungssuchenden den freien Zugang in unsere Wälder - zu beachten - auf **eigene** Gefahr.

Dabei ist zu bedenken, dass unsere Wälder weiterhin unter Hitze, Trockenheit, Borkenkäfer und Stürmen leiden. Daher muss mit Ast- und Kronenbrüchen sowie umstürzenden Bäumen jederzeit gerechnet werden. Das Übersteigen quer über den Wegen verkeilter Bäume ist äußerst gefährlich, da sie häufig unter Spannungen stehen, die sich unkontrolliert lösen können. Daraus resultierende „Umleitungen“ erschweren dem Wanderer die Orientierung und schnell ist man falsch abgebogen, was wiederum dazu führt, dass viele Trampelpfade „gelaufen“ werden, die an Wildruhezonen vorbeiführen. So ist der nicht wünschenswerte Kontakt mit unseren Wildtieren vorprogrammiert.

Rodungsarbeiten und die dadurch fehlenden Markierungszeichen tun ihr Übriges. Betrete die Wälder zudem nicht bei Starkregen, Gewitter oder Sturm, es besteht mitunter Lebensgefahr. Hier hilft nur respektvolles Verhalten und Achtsamkeit.

Waldbauern und Jäger haben sich in der „Bechener Erklärung“ zu einem Miteinander entschlossen. Wir als Mitnutzer unserer Wälder haben darüber hinaus Verantwortung zu tragen. Rauchverbote und Hundeleinennutzung sollten für Wanderer selbstverständlich sein und jeder, bei jeder Tour, ein bisschen mehr Achtsamkeit zeigen.

Mit einem herzlichen „Frisch auf“ Andreas Schultheiß, 1. Vorsitzender

Das Deutsche Wanderabzeichen

Let's go – jeder Schritt hält fit.



Regelmäßigen Teilnahmen an unseren Wanderungen werden für unsere Mitglieder automatisch registriert, Gäste nutzen bitte den Vordruck „Meine Outdooraktivitäten“ (Download auf <https://wf-bergischesland.de/allgemeines>). Erwachsene bekommen dann das „Deutsche Wanderabzeichen“ bei mehr als 200 dokumentierten Wanderkilometern im Jahr.

Weil Wandern so gesund ist, belohnen auch über 60 gesetzliche Krankenversicherungen das Deutsche Wanderabzeichen mit Bonuspunkten.

Hast du mindestens 200 km im Jahr erreicht, gibst du als Gast den ausgefüllten Vordruck „Meine Outdooraktivitäten“ zum Jahresende bei einem/einer Wanderführer:in ab. Der Vordruck „Meine Outdooraktivitäten“ kann unterschrieben, wenn gewünscht, für deine Weiterleitung an deine Krankenkasse zurückgegeben werden; Mitglieder brauchen nichts weiter zu unternehmen.

Die Urkunde und das Abzeichen erhältst du über uns. Herzlichen Glückwunsch!

Bitte habe etwas Geduld – die Anträge werden pro Verein gesammelt bearbeitet. Das kann einige Wochen dauern.

Mit einem herzlichen „Frisch auf“ Burkhard Schlegel, Wanderwart.

Der Bergische Weg

Deutschlands schönster Wanderweg 2024

Der Bergische Weg ist zu Deutschlands schönstem Wanderweg 2024 gewählt worden!!! Aus knapp 100 Bewerbungen hat eine vierköpfige Expertenjury zehn Mehrtages- und 15 Tagestouren ausgewählt. Bei der Publikumswahl zwischen Januar und Juni konnte sich der Bergische Weg gegen die anderen Wege durchsetzen und hat den Titel gewonnen. Schön, dass unsere Vereinsmitglieder und Gäste sich rege an der Abstimmung beteiligt und so zum Erfolg beigetragen haben.



Die digitale Wandernadel

Fehlt dir noch die Motivation, den ganzen Bergischen Weg zu wandern, oder möchtest du eine schöne Erinnerung haben? Dann ist die digitale Wandernadel genau das Richtige für dich!

Entlang des 259 km langen Weges kommst du an festgelegten Kontrollpunkten vorbei: Diese sind Burgen oder Etappensteine, Kirchen, Museen oder Talsperren und liegen am Weg. Mit der App „SummitLynx“ erfasst du in deinem Tourenbuch Fotos der Kontrollpunkte des Bergischen Weges. Wenn eine bestimmte Punktzahl erreicht ist, erhältst du deine persönliche digitale Wandernadel in Bronze, Silber oder Gold sowie eine Urkunde. Mehr Informationen unter:

<https://www.dasbergische.de/aktiv-entspannen/wandern/digitale-wandernadel>

In diesem Jahr bieten unsere Wanderführer Touren auf verschiedenen Etappen des schönsten Wanderweges Deutschlands an, um gemeinsam die Kontrollpunkte anzulaufen, und euch so die Möglichkeit zu geben, die Wandernadel zu erhalten.



Nordic Walking:

Durch die Ausbildung bei der staatlich anerkannten AHAB Akademie (18 Stunden Online-Schulung und 8 Stunden Praxis im Gelände um Haus Hardt) haben wir jetzt 8 weitere zertifizierte Nordic Walking-Trainer und können nun 6 Gruppen mit unterschiedlichen Leistungsgraden anbieten.





...Ihr Erlebnis-Sporthaus

Montag bis Freitag: 09:00 - 19:00 Uhr

Samstag: 09:00 - 18:00 Uhr

SPORT4YOU

...im Loewen-Center

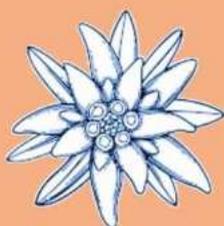
51465 Bergisch Gladbach, Hauptstr. 157 * Tel. 02202 98930

sport4you@t-online.de

Hinweise und Regeln für SGV-Mitglieder und Gäste

- Alle Teilnehmenden gehen bzw. fahren auf eigene Gefahr mit.
- Gäste sind immer herzlich willkommen. Sie werden gebeten, sich zu Beginn der Veranstaltung mit dem Veranstaltungsleiter bekannt zu machen.
- 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.
- **Verhalten bei Gewitter:** Positioniere dich sich in Hockstellung mit geschlossenen Beinen bei einem nahen Gewitter. Die Füße sollten sich unmittelbar nebeneinander befinden, um die Schrittspannung zu minimieren. Vergrößere den Abstand zu deinen Mitwandernden, halte dich sich von wasserführenden Bereichen oder metallischen Gegenständen fern. Ruhig bleiben, die meisten Unfälle passieren nicht durch einen Blitz, sondern durch Stürze in der Hektik.
- Bitte für Wander- und Radwanderpausen Imbiss und Getränke mitnehmen.
- Melde dich sich nur zu Wanderungen und Radwanderungen an, deren Schwierigkeitsgrad du erfüllen kannst.
- Nur sozialverträgliche Hunde können 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 beachte, dass viele Teilnehmer mit Pedelecs fahren. Das Tragen eines Fahrradhelms wird eindringlich empfohlen.
- Teilnehmer, die nicht dem SGV oder einem kooperierenden Verein angehören, sind Gäste und werden gebeten einen Gastbeitrag von 3,- € zu zahlen.
- Mit deiner Teilnahme erkennst du diese Hinweise und Regeln der WF Bergisches Land an. Mit der Teilnahme erklärst du **dein Einverständnis mit der Veröffentlichung von Fotos**, die während der Veranstaltung aufgenommen werden.
- Das **Rauchverbot** im Wald von Anfang März bis Ende Oktober, ist zu beachten.
- Melde dich über **www.wf-bergischesland.de/wanderungen** verbindlich bevorzugt online an (als Mitglied per Online-Anmeldungs-Button, als Gast per E-Mail-Button). **Gäste bitten wir ihre Telefonnummer anzugeben**, damit wir zurückerufen können, wenn z.B. Absage bei extremer Wetterlage notwendig ist.
- 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 bei unseren Veranstaltungen nicht an. Verabredungen auf freiwilliger Basis sind möglich.
- Wir bitten, die Anordnungen der Veranstaltungsleitenden zu befolgen, nicht weit vorauszuweichen oder zurückzubleiben. Dem Veranstaltungsleiter ist mitzuteilen, wenn du die Veranstaltung kurzfristig unterbrichst oder ganz abbrichst.

Mit einem herzlichen „Frisch auf“ Burkhard Schlegel, Wanderwart



Beauty-Edelweiss



Beauty-Edelweiss lädt Sie herzlich ein, nach einer Wanderung oder Radtour müde Füße und Rücken wieder in Form zu bringen.

Wir bieten Ihnen:

**Fachfußpflege * Kosmetik * Wellness-Massagen
auch für Kinder, Teenies und werdende Mamas**

Beauty-Edelweiss Inhaberin: Sonia Becker
Oulustraße 8 * 51375 Leverkusen (Schlebusch)
Telefon: 0214 3122 8290
www.Beauty-Edelweiss.com

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 befindet, 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 so weit zusammen zu bleiben, dass die Sicht bzw. mündliche Verständigung zum Vorder- 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 die Tourenleitung oder Schlussmann hierüber in Kenntnis zu setzen.
6. Wenn eine Ampel beim Passieren der Gruppe auf **ROT** schaltet, darf keinesfalls weitergefahren werden. Der erste Teil wartet auf die restliche Gruppe.
7. 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.
8. Es wird empfohlen, einen Fahrradhelm zu tragen und einen Ersatzschlauch mitzuführen.
9. 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. Sei deshalb ein Vorbild und fahre Fahrrad nur mit Helm.

Beim Kauf: Probiere 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 Sommer-sonne nicht so schnell auf.

Mit einem herzlichen „Frisch auf“

Jutta Neumann und Hans-Dieter König, zertifizierte Radwanderführer.



U T O TOTAL

Schmutzler & Wohlgemuth GbR



- Autolackierung
- Gutachten
- Unfallinstandsetzung
- Leihwagen
- Tüv-Abnahme im Haus

Ernst-Reuter-Straße 28 · Bensberg

Tel. 0 22 04 - 2 43 44

Informationen zu Gesundheitswanderungen am Mittwoch

Seit den ersten Veranstaltungen im Jahr 2015 ist das Gesundheitswandern mit etwa 30 Terminen im Jahr zu einem festen Bestandteil in unserem Angebot geworden. Ab dem Jahr 2024 bieten wir regelmäßig Gesundheitswanderungen an drei Orten an: dem **Königsforst**, dem **Lerbacher Wald** und dem **Diepeschrather Wald**. Zudem finden alle Gesundheitswanderungen ab 2024 stets an einem Mittwoch statt und stehen unter dem neuen gemeinsamen Titel **Gesundheitswanderung am Mittwoch**. Die Schwerpunkte der bisherigen Angebote für Frühsportler und für Berufstätige bleiben aber bestehen.

Gesundheitswandern ist ein großartiges, 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 allein 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!

Speziell bei den Gesundheitswanderungen im Königsforst steht als Thema „**Waldbaden**“ auf dem Programm, welches in Japan unter dem Begriff „Shinrin Yoku“ längst eine eigene Gesundheitslehre ist und bei dem sich die Teilnehmer durch spezielle Achtsamkeitsübungen im Wald eine besondere Portion Entspannung mit in den Tag nehmen. Überwinde nach einem stressigen, bewegungsarmen Tag deinen "inneren Schweinehund" und komme mit uns in die Natur. Du wirst es genießen!

Folgendes ist bei einer Teilnahme am Gesundheitswandern zu beachten:

- Die Teilnehmerzahl beträgt minimal 5 und maximal 15 Personen.
- Feste Schuhe, bequeme Kleidung und ein Regenschutz sind obligatorisch.
- Bitte ausreichend Getränke mitnehmen.
- Beachte den Schwierigkeitsgrad, um Überforderung zu vermeiden.
- Termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich.

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

Eure zertifizierten Gesundheitswanderführer/-innen:

Bettina van Fürden, Burkhard Schlegel, Dr. Hans Tups, Hans Weber und Manfred Kießig

Informationen zu inklusiven Wanderungen



Inklusion bedeutet für uns, dass alle Menschen, behindert oder nicht behindert, im Verein willkommen sind und an den Angeboten teilhaben können.

Nur 3% aller Behinderungen bestehen seit der Geburt oder dem Kindesalter.

Somit sind Behinderungen vorwiegend im Laufe des Lebens erworben, wie z.B. durch Unfall oder durch chronische Erkrankungen. In unserem Verein wollen wir für Inklusion offen sein, das heißt, dass sich Menschen mit und ohne Behinderung begegnen, sei es bei Wanderungen, bei Festen und anderen Aktivitäten.

Unser inklusives Wanderangebot geht über eine Länge von ca. 3 bis 6 km.

Alle Personen, die gerne **Kurzstrecken im gemäßigten Tempo** genießen möchten, laden wir herzlich zu unseren inklusiven Kurzwanderungen ein.

Wir denken da

- an Eltern mit ihren Kleinkindern,
- an Großeltern, die mit ihren Enkeln die schöne Natur genießen wollen,
- an Menschen, die Hilfsmittel wie Rollator oder Rollstuhl nutzen und gerne mit uns Natur und Gemeinschaft erleben möchten und
- an Personen, die z.B. aus Altersgründen bei den Wanderangeboten mit den längeren Strecken nicht mehr Schritt halten können.

Treffpunkt, Verlauf und Zielort der Touren sind in den Angebotstexten in diesem Programmheft angegeben.

Über eine rege Teilnahme würden wir uns sehr freuen!

Anmeldung bei: Liesel Burkard, Tel.: 0157 3556 4461 oder
Jutta Neumann, Tel.: 0157 5303 0524



Informationen zu Nordic Walking – fit und entspannt in der Natur

Nordic Walking verbindet Naturerlebnis und Gesundheit auf sportliche Art. Regelmäßiges Training - allein oder in der Gruppe mit Gleichgesinnten - wirkt sich positiv auf Ausdauer und Fitness aus, regt die Fettverbrennung an und schont die Gelenke. Das Ganzkörpertraining und die rhythmischen Bewegungen entspannen, reduzieren die Stresshormone Cortisol und Adrenalin und kurbeln die Produktion von Glückshormonen an. Doch was sollte man als Einsteiger beachten?

Die **richtige Technik** für einen optimalen Trainingsablauf sollte man beim Besuch eines Einführungskurses für Nordic Walking lernen. Wir empfehlen allen Interessierten, vor dem Walking-Start mit dem **Hausarzt** zu sprechen.

Anfänger sollten mit dem Walken langsam beginnen. Für das Nordic Walking gibt es keine vorgegebene Geschwindigkeit. Besser ist es, sich am Puls – maximal 110 bis 120 Herzschläge pro Minute – zu orientieren. Du solltest dich also beim Walken immer noch mit deine Mitgehenden unterhalten können. Anfangs sind zwei bis vier Einheiten je Woche zu je 45 bis 60 Minuten ideal.

Nordic Walking Technik

1. Arme und Beine bewegen sich kreuzkoordiniert in der Diagonaltechnik.
2. Die beiden Stöcke ergeben zusammen mit dem Abdruckbein drei parallele Achsen.
3. Die Schulterachse rotiert gegen die Hüftachse.
4. Der Oberkörper befindet sich in einer tempoadäquaten Vorlage.
5. Aktive Armarbeit nach vorne entsteht durch aktive Beteiligung des Oberarms.
6. Der Arm wird deutlich hinter die Hüfte geführt und im Ellbogengelenk gestreckt.
7. Umschließen des Stockgriffes mit allen Fingern kurz bevor der Stock am Boden aufgesetzt wird.
8. Auf Höhe der Hüfte wird die Hand geöffnet. Die Finger lösen sich dabei vom Griff, Druck wird weiterhin über die Stockschlaufen ausgeübt.
9. Die Stockspitze setzt unter dem Körperschwerpunkt auf.
10. Der Stockwinkel ergibt sich aus der Bewegung automatisch und sollte ca. 60-70° betragen.
11. Durch den Einsatz der Stöcke verlängert sich die Schrittlänge gegenüber dem normalen Gehen.
12. Die Füße werden mit der Ferse aufgesetzt und rollen aktiv über den Mittelfuß zum Großzehballen.



Regelmäßige Veranstaltungen

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 Kegelpause ist Gelegenheit, Speisen und Getränke zu genießen und ausreichend Zeit zum Klönen.

Gäste sind herzlich willkommen. Bitte zuvor die Teilnahmemöglichkeit bei Hans Jürgen Weber (Telefon: 02202 50219) unbedingt erfragen. Unsere Stammkegler bitten wir zudem, sich bei Verhinderung spätestens einen Tag vorher abzumelden.

Der Gastbeitrag von 3,- € zuzüglich des Betrags für verlorene 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 bei den Wanderfreunden Bergisches Land**. In diesem Falle ist man auch berechtigt an der Kegeltour teilzunehmen, die stattfindet, sobald genügend Geld in der Kegelkasse ist.



Wohnungen zu vermieten

Köln • Bergisch Gladbach • Kürten • Leverkusen

www.h-l-immobilien.de

De-Gasperi-Str. 3 • 51469 Bergisch Gladbach • 02202/9890-119 • info@h-l-immobilien.de

Nordic Walking - Treffs

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

Die Teilnahme von Gästen an unseren Nordic Walking - Treffs ist gegen eine Gebühr von 3,- € pro Person und Teilnahmetag möglich.

Treffpunkt: Bensberg, Broichen 1

Gruppe 1 - Jeden Montag ca. 7 km

Dauer: 09:00 bis max. 10:30 Uhr

Leitung: Burkhard Schlegel, Telefon: 0155 6161 0901

Gruppe 2 - Jeden Montag ca. 7 km

Dauer: 14:00 bis 15:15 Uhr

Leitung: Annemie Schmutzler, Telefon: 02204 51415

Gruppe 3a - Jeden Mittwoch ca. 7 km

Dauer: 09:00 bis 10:15 Uhr

Leitung: Annemie Schmutzler, Telefon: 02204 51415

Gruppe 3b - Jeden Mittwoch ca. 5 bis 7 km

Dauer: 09:30 bis max. 11:00 Uhr

Leitung: Udo K. Müller, Telefon: 0173 788 5969

Gruppe 4 - Jeden Freitag ca. 7 km

Dauer: 09:00 bis 10:15 Uhr

Leitung: Renate Buchwald-Rzezonka, Telefon: 0163 966 6061

Treffpunkt: Schildgen (Heidgen), Parkplatz Dünwalder Mühlenweg

Gruppe 5 - Jeden Dienstag ca. 7 km

Dauer: 1. April bis 25. Oktober, 17:00 bis 18:30 Uhr

Dauer: 26. Oktober bis 28. März, 15:00 bis 16:30 Uhr

Leitung: Jürgen Albrecht, Telefon: 0157 8834 5295

Gruppe 6 - Jeden Donnerstag ca. 7 km

Dauer: 15:00 bis 16:30 Uhr

Leitung: Christine Goedert, Telefon: 0171 730 8844

Nordic Walking Einsteigerkurs

Um auch Neulingen einen Einstieg in das Nordic Walking zu ermöglichen, bieten wir bei Bedarf einen umfassenden Kursus an.

Bedarf bitte beim Wanderwart Burkhard Schlegel Telefon 0155 6161 0901 melden.

Alle Zeit- und km-Angaben sind immer Abschätzungen, die sich bei der Durchführung ändern können (u.a. wegen Umleitungen, Kondition der Teilnehmer).

Online-Anmeldung unter: <https://wf-bergischesland.de/wanderungen>

JULI

Di, 01.07.25

**Nordic
Walking**



Nordic Walking Fitness

Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch, Freitag in Bensberg, jeden Dienstag, Donnerstag in Schildgen (s. S.29).

Mi, 02.07.25



Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald mit Beweglichkeitsübungen

Strecke: ~ 5km
↗ 20m ↘ 20m
Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Leichte Rundwanderung ab Paffrath. Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt: 19:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 01.07.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tel. 02202 186 8959
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!

Fr, 04.07.25



Strecke: ~ 8km
↗ 150m ↘ 150m
Gehzeit: ~ ~ 2 Std.

Kleine Abendwanderung im Frühsommer

Rundwanderung ab Kürten. Wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur in der Umgebung von Kürten.

Wanderführer/-in:

Hans-Dieter Lanfer

- Treffpunkt: 17:05 in Kürten, Parkplatz an der BusHS „Kürten Rathaus“
- Anmeldung: am Do 03.07.2025 15:00 - 20:00 per Telefon
- Tourenhandy: 0176 9900 0206 (mit AB/MB)
- Sonstiges: Getränk mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.



Im Rahmen der **Wanderserie „nachhaltig wandeln“** haben wir schon eine Reihe von landwirtschaftlichen Betrieben im Bergischen besucht. Nun kooperieren wir mit dem Ernährungsrat Bergisches Land, der uns weitere interessante Höfe zum Besichtigen aufgezeigt hat und auch das ein oder andere Wissenswerte beisteuert.



05. - 12.07.25



Wanderreise in das Allgäu

Vom 05.07.25 - 12.07.25 ist eine Wanderreise nach Sonthofen - Altstädten im Allgäu geplant. Übernachten werden wir im Gästehaus eines Klosters. Die Kosten incl. Frühstück betragen pro Person 40,00 € im Einzelzimmer und 36,00 € im Doppelzimmer. Zusätzlich fällt eine Kurtaxe von 3,20 € pro Person und Nächtigung an. Leider ist keine Halbpension möglich. Es stehen acht Einzelzimmer und zwei Doppelzimmer zur Verfügung. Weitere Kosten fallen für Eintrittsgelder an. Die Allgäu-Walser-Card ist im Preis enthalten. Altstädten verfügt über mehrere Gasthöfe, ein Tourismusbüro, ein Naturfreibad mit Beachvolleyballfeld und ein Kneippbecken. Für die Tageswanderungen beträgt der Schwierigkeitsgrad drei Stiefel (Wanderzeit 5 - 7 Std.), Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind erforderlich. Wir bewegen uns im Bereich von Almen (im Allgäu Alpen genannt) und erobern kleinere, aussichtsreiche Gipfel (z. B. Geißalpseen, Sonnenköpfe, Hörnergruppe, Tiefenbacher Eck / Spieser) - auch eine größere Gipfeltour ist optional möglich.

Wanderführer/-in: **Franz Fell**

- Altstädten hat einen eigenen Bahnhof an der Strecke Sonthofen - Oberstdorf und ist mit der Bahn gut zu erreichen. Weiterhin gibt es eine Buslinie. Bei frühzeitiger Buchung beträgt der Fahrpreis ab ~ 30,00 € für eine einfache Fahrt von Köln nach Altstädten. Bei Bedarf können die Teilnehmenden Fahrgemeinschaften bilden. Vormerkungen / Anmeldungen bitte nur per Email an: wandern.wf-franz@gmx.de

Sa, 05.07.25



Wo Kelten Töpfe brannten

Strecke: ~ 12km

Gehzeit: ~ 3 Std.

Rundwanderung ab Altenrath Kirche. Die 5000 ha große Wahner Heide gilt als das artenreichste Naturschutzgebiet in NRW. Sie ist auch einer der ältesten Lebensräume der hiesigen Gegend mit zahlreichen vor- und frühgeschichtlichen Fundplätzen.

Wanderführer/-in: **Armand De Busscher**

- Treffpunkt 1: 09:30 Bergisch Gladbach S-Bahnhof
- Treffpunkt 2: 11:20 Altenrath Kirche
- Anmeldung: bis 03.07.2025, 19:00 per Handy 0176 3228 9451
- Handy: 0176 3228 9451
- Kosten: Fahrgeld Bus/Bahn
- Gesamtzeit: ~ 6 Std.

So, 06.07.25



Strecke: ~ 12km
↗ 120m ↘ 120m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Durch den Wald zum Schützenfest in Schildgen

Rundwanderung ab Schildgen. Wir wandern durch den kühlen Wald bevor wir uns den Schützenzug in Schildgen ansehen oder uns bei Kaffee und Kuchen bzw. etwas herzhaften auf dem Festplatz stärken.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 10:30 Bergisch Gladbach-Schildgen, Altenberger-Dom-Straße, Herz-Jesu-Kirche
- Anmeldung: bis 04.07.2025, 20:00 per Telefon oder Mail
- Sonstiges: Schlusseinkehr zur Kaffeezeit auf dem Schützenfest
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Mi, 09.07.25



Strecke: ~ 5km
↗ 20m ↘ 20m
Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald mit Beweglichkeitsübungen

Leichte Rundwanderung ab Paffrath. Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt: 19:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 08.07.25, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tel. 02202 186 8959
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: 2 Std.

Do, 10.07.25



Strecke: ~ 7km
Gehzeit: ~ 3 Std.

Durch die Auwälder des schönen Breibachtals

Rundwanderung ab Kürten-Bechen. Wir wandern nach Breibach ins gleichnamige Breibachtal mit seinen schützenswerten Bruch-, Sumpf- und Auwäldern, seggen- und binsenreiche Naßwiesen und den zahlreichen Quellbereichen bevor es über Durhaus zurück zum "Esel" geht.

Wanderführer/-in:

Heinz-Dieter Zahr

- Treffpunkt: 13:30 Kürten-Bechen, Parkplatz Esel
- Anmeldung: bis 09.07.2025, per Telefon/AB oder Mail
- Telefon: 0174 797 3343 * Mail: heinzdieterzahr@gmail.com
- Gesamtzeit: ~4 Std.

So, 13.07.25



Der Sommer hat uns rund um Voiswinkel den Tisch gedeckt

Strecke: ~ 13km
↗ 290m ↘ 290m
Gehzeit: ~ 4 Std

Rundwanderung ab Odenthal. Wir wandern auf die aussichtsreichen Höhen von Selbach bzw Oberborsbach und durchqueren die Naturschätze des Scherfbachtals. An den sonnenbeschienenen Hängen werden wir testen, ob die Brombeeren schon reif sind.

Wanderführer/-in:

Liesel Burkard

- Treffpunkt 1: 09:30 Bergisch Gladbach, Parkplatz Schnabelsmühle
- Treffpunkt 2: 10:00 Parkplatz Odenthal Schulzentrum (Busbahnhof)
- Anmeldung: bis 12.07.2025, 20:00
- Telefon: 0157 355 644 61 * Mail: burkardellis0603@gmx.de
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen, gemeinsame Einkehr
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Mo, 14.07.25



Einfach etwas Bewegung

Strecke: ~ 12km
Gehzeit: ~ 3,5 Std.

Rundwanderungen ab Leverkusen-Schlebusch.

In der Regel zweimal im Monat montags findet unter der Leitung von Anni Kießig ein Bewegungsprogramm statt, das an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst wird. Auf unterschiedlichen Wegen geht es durch die walddreiche Umgebung von Köln-Dünnwald.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 12:30 Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4, Bus 202, 205, 260
- Anmeldung: bis 12.07.2025, 19:00 per Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränk und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Kosten: evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Mi, 16.07.25



Gesundheitswandern im Lerbacher Wald mit Beweglichkeitsübungen

Strecke: ~ 5km
↗ 50m ↘ 50m
Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Leichte Rundwanderung ab Heidkamp. Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Burkhard Schlegel

- Treffpunkt: 19:00 Bergisch Gladbach-Heidkamp
Parkplatz/Bushaltestelle Kreishaus
- Anmeldung: bis 15.07.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: 2 Std.

Mi, 16.07.25



Vom Kölner Norden zum Blücherpark

Strecke: ~ 55km
 ↗ 440m ↘ 440m
 Gehzeit: ~ 4 Std.

Rundtour mit dem Rad ab Bergisch Gladbach. Wir radeln zunächst bis Leverkusen-Hitdorf und setzen dort mit der Fähre über den Rhein. Vorbei am Fühlinger See geht es weiter bis zum Blücherpark. Dieser ist eine Grünanlage im Stadtteil Köln-Bilderstöckchen und bei den Kölnern sehr beliebt, weil dort im Sommer an Wochenenden Konzerte stattfinden und man auf dem kleinen Weiher Bötchen fahren kann. Ein Kiosk lädt bei schönem Wetter zum Verweilen ein. Weiter geht es über die Zoobrücke am Rhein entlang nach Flittard und Dünnwald zurück.

Wanderführer/-in:

Hans-Dieter König, Jutta Neumann

- Treffpunkt: 12:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombi-Bad
- Anmeldung: bis 15.07.2025, 20:00 Jutta Neumann,
- Telefon: 0157 5303 0524 * Mail: june53@web.de
- Sonstiges: Getränke und Imbiss für unterwegs nicht vergessen
- Kosten: Fähre ~ 3,-€
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Sa, 19.07.25



Rinderweg in Refrath

Strecke: ~ 6km
 ↗ 20m ↘ 20m
 Gehzeit: ~ 3
 stunden

Rundwanderung ab Benningsfeld im langsamen Tempo. Wir wandern auf dem Rinderweg durch den Wald. Dabei machen wir immer wieder Pausen und genießen die Natur.

Wanderführer/-in:

Jutta Neumann, Liesel Burkard

- Treffpunkt: 14:00 Buslinie 451, Haltestelle Refrath Benningsfeld
- Anmeldung: bis 18.07.2025, 20:00
- Telefon: 0157 5303 0524 * Mail: june53@web.de
- Telefon: 0157 3556 4461 * Mail: burkardellis0603@gmx.de
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Sa, 19.07.25



Strecke: ~ 15km
↗ 200m ↘ 220m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Entlang der Dhünn

Sportliche Rundwanderung ab Altenberger Dom. Teils auf breiten Waldwegen und schmalen Pfaden wandern wir durch das sommerliche Bergische Land zur Staumauer der Dhünntalsperre und zurück.

Wir wandern im zügigen Tempo von 4,5 km/h.

Wanderführer/-in:

Renate Buchwald-Rzezonka

- Treffpunkt 1: 09:40 Bergisch Gladbach S-Bahnhof Bus 434
- Treffpunkt 2: 10:20 an der Bushaltestelle Altenberg.
- Anmeldung: bis 18.07.2025 20:00
- Telefon: 0163 9666061 * Mail: etaner.b@web.de
- Gesamtzeit: ~4 Std.

Mi, 23.07.25



Strecke: ~ 5km
↗ 20m ↘ 20m
Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald mit Beweglichkeitsübungen

Leichte Rundwanderung ab Paffrath. Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt: 19:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 22.07.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tel. 02202 186 8959
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!

Sa, 26.07.25



Strecke: ~ 13km
↗ 420m ↘ 410m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Unterwegs auf dem Bergischen Panoramasteig

Streckenwanderung ab Lindlar-Fahn nach Kürten-Bechen. Wir wandern auf einem Teil des Bergischen Panoramasteiges, queren Lindlarer und Kürtener Sülz und weiter über den Reimels- und den Ommerberg zum Olpebachtal. Entlang schöner Aussichtspunkte geht es über Biesfeld nach Bechen.

Wanderführer/-in:

Franz Fell

- Treffpunkt: 10:00 Haltestelle Lindlar Fahn
- ÖPNV: Bus 400 09:01 ab Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Bus 421 09:29 Bensberg Busbahnhof
- Anmeldung: bis 24.07.2025 19:00
- Telefon: 0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~6 Std.

Mo, 28.07.25



Strecke: ~ 12km
Gehzeit: ~ 4 Std.

Einfach etwas Bewegung

Rundwanderungen ab Leverkusen-Schlebusch.

In der Regel zweimal im Monat montags findet unter der Leitung von Anni Kießig ein Bewegungsprogramm statt, das an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst wird. Auf unterschiedlichen Wegen geht es durch die walddreiche Umgebung von Köln-Dünnwald.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 12:30 Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4, Bus 202, 205, 260
- Anmeldung: bis 26.07.2025, 19:00 per Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränk und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Kosten: evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Mi, 30.07.25



Strecke: ~ 6km
↗ 20m ↘ 20m
Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald mit Beweglichkeitsübungen

Leichte Rundwanderung ab Paffrath. Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Hans Tups

- Treffpunkt: 19:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- Anmeldung: bis 29.07.2025, 20:00 per Telefon oder Mail
Termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich!
- Telefon: 02202 2603231 * Mail: htups@gmx.de
- Tourenhandy: 0160 827 7258
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: 2,5 Std.

Do, 31.07.25



Strecke: ~ 22km
↗ 80m ↘ 120m
Gehzeit: ~ 6 Std.

Ich möch zo Foß noh Kölle jon

Die Streckenwanderung ab Schildgen führt uns auf naturnahen Wegen mit schönen Ausblicken durch Wälder und Wiesen nach Flittard. Hier erholen wir uns bei einem Eis, bevor es weitergeht. Ab der Flittarder Rheinaue wandern wir entlang des Rheins durch eine abwechslungsreiche urbane Landschaft bis zur Hohenzollernbrücke.

Wanderführer/-in:

Jürgen Albrecht

- Treffpunkt: 09:00 Schildgen Kirche, Bushaltestelle
- Anmeldung: bis 29.07.2025, 20:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 0157 8834 5295 * Mail: wf-albrecht@gmx.de
- Kosten: ggf. Fahrkarte
- Sonstiges: Getränke und Imbis mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Rückfahrt: ÖPNV nach Bergisch Gladbach, S11
- Gesamtzeit: ~7 Std.

AUGUST

Fr, 01.08.25



Nordic Walking

Nordic Walking Fitness

Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch, Freitag in Bensberg, jeden Dienstag, Donnerstag in Schildgen (s. S.29).

Fr, 01.08.25



Strecke: ~ 8km

↗ 150m ↘ 150m

Gehzeit: ~ 2 Std.

Eine kleine Abendwanderung im Sommer

Rundwanderung ab Kürten. Wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur in der Umgebung von Kürten.

Wanderführer/-in:

Hans-Dieter Lanfer

- Treffpunkt: 17:05 Kürten, Parkplatz an der BusHS „Kürten Rathaus“
- Anmeldung: am Do 31.07.2025 15:00 - 20:00 per Telefon
- Handy: 0176 9900 0206 (mit AB/MB)
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen! Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.

Sa, 02.08.25



Strecke: ~ 17km

↗ 250m ↘ 250m

Gehzeit: ~ 5 Std.

Schattige Wege: Entlang an Eifgenbach, Linnefe und Dhünn

Rundwanderung ab Altenberg. Wir wandern entlang der Dhünn und des Eifgenbachs bis zur Rausmühle, weiter über Dabringhausen und entlang von Linnefe und Dhünn zurück nach Altenberg.

Wanderführer/-in:

Franz Fell

- Treffpunkt 1: 08:40 Bergisch Gladbach, Busbahnhof
- Treffpunkt 2: 09:17 Bushaltestelle Altenberg
- ÖPNV: 08:55 Buslinie 434 Richtung Limbacher Weg bis Haltestelle Herzogenfeld. Umstieg in Linie 212 Richtung Leverkusen Mitte via Altenberg
- Anmeldung: bis 31.07.2025, 19:00
- Telefon: 0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de

- Sonstiges: Getränke und Imbis mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 7 Std.

So, 03.08.25



Wanderung zum Museumsfest Bensberg

Strecke: ~ 12km
 ↗ 150m ↘ 150m
 Gehzeit: ~ 5 Std.

Rundwanderung ab Bensberg. Über Obstwiesenwege in Bensberg wandern wir in Sichtweite des Bensberger Schlosses zum Museumsfest. Bei schönem Wetter haben wir großartige Blicke auf den Kölner Dom. Erlebe einen außergewöhnlichen Tag mit abwechslungsreichem Programm auf dem gesamten Gelände des Bergischen Museums für Bergbau, Handwerk und Gewerbe. Historische Handwerke werden lebendig und Du erfährst u.a., wie man vor 150 Jahren backte, was ein Stellmacher ist und wie geschmiedet, gesponnen oder gewebt wurde. Zum Thema Bergbau gibt es Führungen durch den Besucherstollen und auf die Kinder warten tolle Mitmach-Aktionen. Dazu wird es ein reiches Angebot an Getränken, Kuchen und Köstlichkeiten aus dem Backes sowie vom Grill geben.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig, Anni Kießig

- Treffpunkt: 10:00 Bergisch Gladbach-Bensberg, Bus-/U-Bahnhof
- Anmeldung: bis 02.08.2025, 19:00 per Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de *Telefon: 02202 186 8959
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Schlusseinkehr auf dem Museumsfest (Eintritt ~ 3,- €)
- Gesamtzeit: ~ 6 Std.

Mi, 06.08.25



Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald mit Beweglichkeitsübungen

Strecke: ~ 5km
 ↗ 20m ↘ 20m
 Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Leichte Rundwanderung ab Paffrath. Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt: 19:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 05.08.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tel. 02202 186 8959
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: ~ 2 Std.

Do, 07.08.25



Strecke: ~ 8km
Gehzeit: ~ 3 Std.

Rund um den Bechener Esel

Über Berg und Tal zunächst nach Landwehr, ein Ortsteil in der Gemeinde Odenthal, östlich von Neschen und südwestlich von der Großen Dhünntalsperre. Von dort geht es durch die abwechslungsreiche Bergische Landschaft zum Bechener Esel zurück.

Wanderführer/-in:

Heinz-Dieter Zahr

- Treffpunkt: 13:30 Kürten-Bechen, Parkplatz Esel
- Anmeldung: bis 06.08.2025, 19:00 Telefon/AB, Mail
- Telefon: 0174 797 3343 * Mail: heinzdieterzahr@gmail.com
- Gesamtzeit: ~4 Std.

Sa, 09.08.25



Strecke: ~ 2km
Gehzeit: ~ 1 Std.

Komoot-Fortbildung für Wanderführer/-innen

Für Mitglieder wird die Fortbildung zu einem späteren Zeitpunkt angeboten. Wir werden gemeinsam eine Vorwanderung mit komoot planen und uns anschließend ein Stück auf diesem Weg navigieren. Dabei lernen wir, die Wandervorschläge von komoot bzw. anderen Anbietern zu nutzen und an unsere Anforderungen anzupassen.

Wanderführer/-in:

Burkhard Schlegel

- Treffpunkt: 13:00, TuS Schildgen, Zum Scheider Feld 31, 51467 Bergisch Gladbach
- Anmeldung: bis 02.08.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Wichtig: Bringe bitte zur Planung deiner Wanderung einen Laptop oder ein Tablet und zur Navigation dein Smartphone mit, Getränke und Imbiss mitnehmen
- Sonstiges:
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

So, 10.08.25



Strecke: ~ 18km
↗ 490m ↘ 465m
Gehzeit: ~ 5 Std.

Rechts der Ahr von Bad Neuenahr nach Walporzheim

Streckenwanderung ab Bad Neuenahr. Abseits des Rotweinwanderwegs erkunden wir ruhige Wege rechts der Ahr. Es geht über Wald- und Weinbergwege und wenige kleine Straßen. Neben schönen Aussichtspunkten, gibt es eine ungewöhnliche Kapelle zu besichtigen.

Wanderführer/-in:

Franz Fell

- Treffpunkt 1: 09:00 Bergisch Gladbach, Parkplatz Schnabelsmühle
- Treffpunkt 2: 10:00 Bad Neuenahr, Parkplatz Gartenstraße 9
- Anmeldung: bis 08.08.2025, 19:00
- Telefon: 0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de

- Kosten: Rückfahrt ab Walporzheim nach Bad Neuenahr
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 7 Std.

So, 10.08.25



Kurzwanderung für Sportliche mit Handicap

Strecke: ~ 6km
 ↗ 90m ↘ 90m
 Gehzeit: ~ 2 Std.

Rundwanderung ab Moitzfeld. Du liebst die Natur, aber dein Knie, deine Hüfte oder deine Füße machen nicht mehr alles mit? Dann bist du hier genau richtig! Kein Leistungsdruck, sondern Freude an der Bewegung trotz Handicap. Wir folgen den Spuren der Bergbauwege über Grube Weiß, Herweg, streifen die Hardt, um zurück nach Moitzfeld zu gelangen. Wir wandern mit einer Geschwindigkeit von ~ 4 km/h. Es geht auch tüchtig rauf und runter. Stöcke können hilfreich sein.

Wanderführer/-in:

Irene Greuel

- Treffpunkt: 10:30 Kath. Kirche St. Joseph Bergisch Gladbach-Moitzfeld
- Sonstiges: Schlusseinkehr im Lindenhof optional
- Anmeldung: bis 08.08.2025 18:00 per Telefon, Mail oder online
- Telefon: 02202 39352 * Mail: irene1.g@web.de
- Gesamtzeit: ~ 2 Std.

Mo, 11.08.25



Einfach etwas Bewegung

Strecke: ~ 12km
 Gehzeit: ~ 4 Std.

Rundwanderungen ab Leverkusen-Schlebusch. In der Regel zweimal im Monat montags findet unter der Leitung von Anni Kießig ein Bewegungsprogramm statt, das an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst wird. Auf unterschiedlichen Wegen geht es durch die walddreiche Umgebung von Köln-Dünnwald.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 12:30 Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4, Bus 202, 205, 260
- Anmeldung: bis 09.08.2025, 19:00 per Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Kosten: evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Mi, 13.08.25



Radtour nach Zons

Strecke: ~ 70km
 ↗ 60m ↘ 60m

Rundtour mit dem Fahrrad/Pedelec ab Kombibad Paffrath. Wir radeln Richtung Leverkusen entlang der Dhünn zum Rhein, weiter über Monheim nach Düsseldorf und per Fähre nach

Gehzeit: ~ 6 Std. Zons. Rheinaufwärts geht es über Leverkusen zurück zum Kombibad.

Wanderführer/-in: **Franz Fell**

- Treffpunkt: 09:00 Bergisch Gladbach Kombibad Paffrath
- Anmeldung: bis 11.08.2025, 19:00
- Telefon: 0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Einkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 7 Std.

Mi, 13.08.25



Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald mit Beweglichkeitsübungen

Strecke: ~ 5km
↗ 20m ↘ 20m
Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Leichte Rundwanderung ab Paffrath. Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in: **Manfred Kießig**

- Treffpunkt: 18:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 12.08.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tel. 02202 186 8959
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!

Sa, 16.08.25



Naturschutzgebiet Gierather Wald

Strecke: ~ 6km
↗ 30m ↘ 30m
Gehzeit: ~ 2 Std.

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach Refrather Weg. Wir wandern im langsamen Tempo durch den Gierather Wald.

Wanderführer/-in: **Jutta Neumann, Liesel Burkard**

- Treffpunkt: 14:00 Refrather Weg, Haltestelle Finanzamt, Linie 451
- Anmeldung: bis 15.08.2025, 20:00
- Telefon: 0157 5303 0524 * Mail: june53@web.de
- Telefon: 0157 3556 4461 * Mail: burkardellis0603@gmx.de
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

So, 17.08.25



Unterwegs zur Heideblüte in der Wahner Heide

Strecke: ~ 10km
↗ 110m ↘ 110m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Rundwanderung in der Wahner Heide ab Troisdorf Fliegenberg. Die violette Heideblüte des Heidekrautes (*Calluna vulgaris*) lockt jedes Jahr im Spätsommer in die Wahner Heide. Gemeinsam wandern wir durch die offene, prächtige

Heidellandschaft und erfreuen uns an der Vielfalt der Fauna und Flora im artenreichsten Naturschutzgebiet in NRW.

Wanderführer/-in:

Ingrid Sienz, Irmgard Schaar

- Treffpunkt 1: 09:30 Bergisch Gladbach Parkplatz Schnabelsmühle
- Treffpunkt 2: 10:15 Parkplatz Wahner Heider "Wiemers Loch", Altenrather Str., Troisdorf, (liegt direkt an der Haltestelle Fliegenberg, Troisdorf)
- Anmeldung: bis 15.08.2025 20:00 bei Ingrid Sienz
- Telefon: 02202 54588
- Tourenhandy: 0173 8619382 * Mail: irmgard.schaar@t-online.de
- Sonstiges: Schlusseinkehr auf Wunsch
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Mi, 20.08.25



Strecke: ~ 56km
Gehzeit: ~ 5 Std.

Radtour zur Skulpturenausstellung im Sinneswald

Rundtour ab Paffrath. In diesem Jahr steht die Kunst im Sinneswald unter dem Motto TOLERANZ. Viele Künstler aus Leichlingen und NRW haben sich zu diesem Thema Gedanken gemacht, die sie durch ihre Kunstobjekte zum Ausdruck bringen. Wir nehmen uns Zeit, die jeweiligen Skulpturen auf uns wirken zu lassen und uns darüber auszutauschen.

Wanderführer/-in:

Hans-Dieter König, Jutta Neumann

- Treffpunkt: 10:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- Anmeldung: bis 19.08.2025, 19:00 bei Jutta Neumann
- Telefon: 0157 5303 0524 * june53@web.de
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Einkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 6 Std.

Mi, 20.08.25



Strecke: ~ 5km
↗ 20m ↘ 20m
Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald mit Beweglichkeitsübungen

Leichte Rundwanderung ab Paffrath. Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt: 18:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 19.08.25, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tel. 02202 186 8959
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: ~ 2 Std.

Sa, 23.08.25



Zwei Türme in Runderoth

Strecke: ~ 15km
↗ 460m ↘ 460m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Sportliche Rundwanderung ab Runderoth. Wir steigen munter auf und ab von Runderoth zur Hohen Warte, zum Haldyturm, zur Agger und dort entlang zurück nach Runderoth. Wir wandern im zügigen Tempo von 4,5 km/h.

Wanderführer/-in:

Renate Buchwald-Rzezonka

- Treffpunkt 1: 10:50 Bahnhof Overath, Abfahrt 11:00 Richtung Runderoth
- Treffpunkt 2: 11:20 am Bahnhof Runderoth
- Anmeldung: bis 18.07.2025 20:00
- Telefon: 0163 966 6061 * Mail: etaner.b@web.de
- Gesamtzeit: ~4 Std.

So, 24.08.25



Anwanderung zum Grillfest der Heimatklänge Nussbaum

Strecke: ~ 11km
Gehzeit: ~ 3 Std.

Rundwanderung ab Paffrath. Bei unserer Wanderung besuchen wir das Grillfest der Heimatklänge Nussbaum. Dort hören wir den Meistersängerchor und weitere Musikgruppen. Rückwanderungen zu zwei verschiedene Zeiten möglich.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig, Manfred Kießig

- Treffpunkt: 10:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 23.08.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tel. 02202 186 8959
- Gesamtzeit: ~4 Std.

Mo, 25.08.25



Einfach etwas Bewegung

Strecke: ~ 12km
Gehzeit: ~ 4 Std.

Rundwanderungen ab Leverkusen-Schlebusch.

In der Regel zweimal im Monat montags findet unter der Leitung von Anni Kießig ein Bewegungsprogramm statt, das an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst wird. Auf unterschiedlichen Wegen geht es durch die waldreiche Umgebung von Köln-Dünnwald.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 12:30 Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4, Bus 202, 205, 260
- Anmeldung: bis 23.08.2025, 19:00 Uhr per Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Kosten: evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
- Gesamtzeit: ~5 Std.

Mi, 27.08.25



Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald mit Beweglichkeitsübungen

Strecke: ~ 5km
↗ 20m ↘ 20m
Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Leichte Rundwanderung ab Paffrath. Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt: 18:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 26.08.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tel. 02202 186 8959
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!

Do, 28.08.25



Zur Heideblüte in die Wahner Heide

Strecke: ~ 13km
↗ 130m ↘ 130m
Gehzeit: ~ 4 Std

Rundwanderung ab Troisdorf. Die Zeit der Heideblüte ist eine wunderbare Zeit im NSG Wahner Heide. Wir wandern an vielen Stellen durch ein violettes Meer. Der Weg führt uns von der Burg Wissem in Troisdorf vorbei am Leyenweiher, über den Stellweg und Eisenweg. Bevor wir zurück nach Troisdorf wandern, können wir uns im "Heidekönig" stärken.

Wanderführer/-in:

Joachim Schmidt

- Treffpunkt 1: 09:15 Bergisch Gladbach, S-Bahnhof
- Treffpunkt 2: 10:40 Troisdorf, Burg Wissem (Innenhof)
- ÖPNV: 09:33 S11, Deutz 10:07 RE 8, an 10:21 Troisdorf
- Anmeldung: bis 27.08.2025, 19:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 0176 696 08 256 * Mail: joachimschmidt.koeln@web.de
- Kosten: ~ 6 € / Person ÖPNV (Kostenaufteilung)
- Sonstiges: Bitte Getränke mitnehmen und ggf. Imbiss, Einkehr in der Waldwirtschaft "Heidekönig"
- Gesamtzeit: ~7 Std.

**30.08. –
14.09.2025**



Seniorenkulturwoche

Im Rahmen der Seniorenkulturwoche bieten die Wanderfreunde zahlreiche Veranstaltungen an.

Sa, 30.08.25



Den Rhein entlang nach Zündorf

Strecke: ~ 9km
Gehzeit: ~ 3 Std.

Leichte Streckenwanderung ab Köln-Rodenkirchen. Ab der Rodenkirchener Brücke geht es durch schöne Auenwälder den Rhein entlang nach Zündorf.

Wanderführer/-in:

Armand De Busscher, Gabriele Krüger

Veranstaltungsübersicht Juli bis Dezember 2025 der Wanderrunde Bergisches Land e.V.										
Datum	Tag	Typ	Wanderort	Treffpunkt	Text	km	➔	m	↘	Veranstaltungsleiter
2.Jul	Mi	GES	Pfarrath	19:00 BG-Pfarrath, P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepschrather Wald	5	20	20	Manfred Kießlig	
4.Jul	Fr	WAN	Kürten	17:05 Kürten, PHS „Kürten Rathaus“	Kleine Abendwanderung im Frühsommer	8	150	150	Hans-Dieter Lanfer	
5.Jul	Sa	WAN	Altenrath	09:30 BG S-Bahnhof	Wo Kelten Töpfe brannten	12			Armand De Busscher	
6.Jul	So	WAN	Schildgen	10:30 BG-Schildgen, Herz-Jesu-Kirche	Durch den Wald zum Schützenfest in Schildgen	12	120	120	Anni Kießlig	
9.Jul	Mi	GES	Pfarrath	19:00 BG-Pfarrath, P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepschrather Wald	5	20	20	Manfred Kießlig	
10.Jul	Do	WAN	Bechen	13:30 Kürten-Bechen, P Esel	Durch die Auwälder des schönen Breibachtals	7			Heinz-Dieter Zahr	
13.Jul	So	WAN	Odenthal	09:30 BG, P Schnabelsmühle	Der Sommer hat uns rund um Voiswinkel den Tisch gedeckt	13	290	290	Liesel Burkard	
14.Jul	Mo	WAN	Schiebusch	12:30 HS Leverkusen Schiebusch	Einfach etwas Bewegung	12			Anni Kießlig	
16.Jul	Mi	GES	Heidkamp	19:00 BG-Heidkamp PHS Kreisthaus	Gesundheitswandern im Lerbacher Wald	5	50	50	Burkhard Schlegel	
16.Jul	Mi	RAD	BG	12:00 BG P Kombi-Bad	Vom Köhler Norden zum Blücherpark	55	440	440	Hans-Dieter König, Jutta Neumann	
19.Jul	Sa	IKL	Benningsfeld	14:00 HS Refrath Benningsfeld	Rindeweg in Refrath	6	20	20	Jutta Neumann, Liesel Burkard	
19.Jul	Sa	WAN	Altenberg	09:40 BG S-Bahnhof Bus 434	Entlang der Dhünn	15	200	220	Renate Buchwald-Rzezonka	
23.Jul	Mi	GES	Pfarrath	19:00 BG-Pfarrath, P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepschrather Wald	5	20	20	Manfred Kießlig	
26.Jul	Sa	WAN	Lindlar	10:00 Lindlar Fahn HS	Unterwegs auf dem Bergischen Panoramasteig	13	420	410	Franz Fell	
28.Jul	Mo	WAN	Schiebusch	12:30 HS Leverkusen Schiebusch	Einfach etwas Bewegung	12			Anni Kießlig	
30.Jul	Mi	GES	Pfarrath	19:00 BG-Pfarrath, P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepschrather Wald	6	20	20	Hans Lups	
31.Jul	Do	WAN	Köln	09:00 Schildgen Kirche, HS	Ich möch zo Foß noh Kölle ion	22	80	120	Jürgen Albrecht	
1.Aug	Fr	WAN	Kürten	17:05 Kürten, PHS „Kürten Rathaus“	Eine kleine Abendwanderung im Sommer	8	150	150	Hans-Dieter Lanfer	
2.Aug	Sa	WAN	Altenberg	08:40 BG, Busbahnhof	Schattige Wege: Entlang an Elfigenbach, Linnefe und Dhünn	17	250	250	Franz Fell	
3.Aug	So	THW	Bensberg	10:00 Bensberg, Bus-/U-Bahnhof	Wanderung zum Museumstfest Bensberg	12	150	150	Manfred Kießlig, Anni Kießlig	
6.Aug	Mi	GES	Pfarrath	19:00 BG-Pfarrath, P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepschrather Wald	5	20	20	Manfred Kießlig	
7.Aug	Do	WAN	Bechen	13:30 Kürten-Bechen, P Esel	Rund um den Bechener Esel	8			Heinz-Dieter Zahr	
10.Aug	So	WAN	Bad Neuenahr	09:00 BG, P Schnabelsmühle	Rechts der Ahr von Bad Neuenahr nach Walporzheim	18	490	465	Franz Fell	
10.Aug	So	WAN	Moltzfeld	10:30 Kath. Kirche St. Joseph in BG-Moltzfeld	Kurzwanderung für Sportliche mit Handicap	6	90	90	Irene Grauel	
11.Aug	Mo	WAN	Schiebusch	12:30 HS Leverkusen Schiebusch	Einfach etwas Bewegung	12			Anni Kießlig	
13.Aug	Mi	RAD	Pfarrath	09:00 BG Kombibad Pfarrath	Radtour nach Zons	70	60	60	Franz Fell	
13.Aug	Mi	GES	Pfarrath	18:00 BG-Pfarrath, P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepschrather Wald	5	20	20	Manfred Kießlig	
16.Aug	Sa	IKL	Gierath	14:00 Refrather Weg, HS Finanzamt	Naturschutzgebiet Gierather Wald	6	30	30	Jutta Neumann, Liesel Burkard	
17.Aug	So	WAN	Troisdorf	09:30 BG P Schnabelsmühle	Unterwegs zur Heidelblüte in der Wahner Heide	10	110	110	Ingrid Sienz, Irmgard Schaar	
20.Aug	Mi	RAD	Leichlingen	10:00 BG Kombibad Pfarrath	Radtour zur Skulpturenausstellung im Sinneswald	56			Hans-Dieter König, Jutta Neumann	
20.Aug	Mi	GES	Pfarrath	18:00 BG-Pfarrath, P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepschrather Wald	5	20	20	Manfred Kießlig	
23.Aug	Sa	WAN	Ründeroth	10:50 Bahnhof Overath	Zwei Türme in Ründeroth	15	460	460	Renate Buchwald-Rzezonka	
24.Aug	So	WAN	Pfarrath	12:00 BG-Pfarrath, P Kombibad	Anwanderung zum Grillfest der Heimatklänge Nussbaum	11			Anni Kießlig, Manfred Kießlig	
25.Aug	Mo	WAN	Schiebusch	10:30 HS Leverkusen Schiebusch	Einfach etwas Bewegung	12			Anni Kießlig	
27.Aug	Mi	GES	Pfarrath	18:00 BG-Pfarrath, P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepschrather Wald	5	20	20	Manfred Kießlig	
28.Aug	Do	WAN	Troisdorf	09:15 BG S-Bahnhof	Zur Heidelblüte in die Wahner Heide	13	130	130	Joachim Schmidt	
30.Aug	Sa	WAN	Rodenkirchen	10:00 BG S-Bahnhof	Den Rhein entlang nach Zündorf	9			Armand De Busscher, Gabriele Krüger	

3.Sep	Mi	GES	Pafrath	18:00 BG-Pafrath, P Kombiad	Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald	6	20	20	Manfred Kießig
7.Sep	So	IKL	Pafrath	14:00 BG-Pafrath, P Kombiad	Schule wie sie mal war, wir besuchen das Schulmuseum Katterbach	5			Lesel Burkard, Jutta Neumann
7.Sep	So	WAN	Bechen	13:30 Kürten-Bechen, P Esel	Zur Weyermühle von Bechen aus	8			Heinz-Dieter Zahr
8.Sep	Mo	GES	Schiebusch	12:30 HS Leverkusen Schiebusch	Einfach etwas Bewegung	12			Anni Kießig
10.Sep	Mi	GES	Pafrath	19:00 BG-Pafrath, P Kombiad	Gesundheitswandern an der Pafrather Mühle	3	20	20	Manfred Kießig
11.Sep	Do	WAN	Immekeppel	13:15 Busbahnhof Bensberg	Auf Bergbesuchen im Vobachtal	7	100	100	Manfred Kießig
12.Sep	Fr	WAN	Kürten	17:05 Kürten, PHS „Kürten Rathaus“	Eine kleine Abendwanderung im Spätsommer	8	150	150	Hans-Dieter Lanter
13.Sep	Sa	WAN	Herdecke	08:15 BG S-Bahnhof	Rund um den Hengsteysee	14			Armand De Busscher
13.Sep	Sa	THW	BG	13:00 BG Villa Zanders	Schmabelmühle u. Gohrsmühle am fleißigsten Bach Deutschlands	6	50	50	Manfred Kießig, Anni Kießig
14.Sep	So	WAN	Forsbach	09:40 Busbahnhof Bensberg BG Bus 423	Auf dem schönsten Wanderweg Deutschlands - Etappe 7	15	270	200	Burkhard Schlegel
16.Sep	Di	WAN	Blankenberg	08:30 BG, S-Bahnhof	Dreitälervogel - Spektakuläre Aussichten, Natur, Kultur an der Sieg	17	290	290	Jürgen Abrecht
17.Sep	Mi	THW	Pafrath	11:00 BG-Pafrath, P Kombiad	nachhaltig wandeln: Besuch Fischzucht und Unverpackt Laden	5			Anni Kießig
17.Sep	Mi	GES	Köln-Brück	10:00 P Wildgehege K Brück Lützerathstraße	Gesundheitswandern im Königsforst mit Waldbaden	18	410	430	Bettina van Fürden
20.Sep	Sa	WAN	BG	09:30 Busbahnhof BG, Bussteig H01	Auf dem schönsten Wanderweg Deutschlands - Etappe 6	12	100	100	Anni Kießig
20.Sep	Sa	WAN	Schildgen	10:30 Busbahnhof BG, Bussteig H07	Von Schildgen nach Altenberg pilgern	19	350	350	Renate Buchwald-Rzezonka
20.Sep	Sa	WAN	Overath	10:00 Bahnhof Overath	Idyllisches Naabachtal	12			Anni Kießig
22.Sep	Mo	WAN	Schiebusch	12:30 HS Leverkusen Schiebusch	Einfach etwas Bewegung	10	70	70	Burkhard Schlegel
27.Sep	Sa	THW	Herrenstrunden	10:00 Gut Schiff	Ehrenamistag - Gut Schiff	8	60	60	Wolfgang Hoen, Irmgard Schaar
28.Sep	So	WAN	BG	09:30 BG P Schmabelmühle	Ungewöhnliche Einblicke auf der Kalksteinroute	5			Bettina van Fürden
1.Okt	Mi	GES	Köln-Brück	10:00 P Wildgehege K Brück Lützerathstraße	Gesundheitswandern im Königsforst mit Waldbaden	10	200	200	Lesel Burkard
2.Okt	Do	WAN	Odenthal	13:30 Od HS Schulzentrum	Berg und Tal - Sonnenberg und Scherfbachtal	10			Heinz-Dieter Zahr
3.Okt	Fr	WAN	Hebborn	09:30 BG, P Schmabelmühle	Durch benachbarte Weiden, Wälder und Siefen	12			Wolfgang Krüger
5.Okt	So	WAN	Haan-Solingen	10:00 BG, P Schmabelmühle	Solingen at its best: Von der Heibberger Mühle nach Gräfrather	14	360	360	Joachim Schmidt
9.Okt	Do	WAN	Hoffnungsthal	09:10 Busbahnhof Bensberg, Steinstraße 8	Von Rösrather Höhen in die Fenne schauen	7	150	150	Hans-Dieter Lanter
10.Okt	Fr	THW	Kürten	15:05 Kürten, PHS „Kürten Rathaus“	Eine Schönwetter-Genießler-Wanderung im Herbst	12	230	230	Burkhard Schlegel
11.Okt	Sa	THW	Leichlingen	09:20 BG S-Bahnhof	nachhaltig wandeln - mit der "Kuh per du" auf dem Hielscher Hof	14	310	310	Manfred Kießig
12.Okt	So	WAN	Kürten-Olpe	10:00 BG S-Bahnhof	Auf dem Mühlenweg von Kürten Olpe	12			Anni Kießig
13.Okt	Mo	WAN	Schiebusch	12:30 HS Leverkusen Schiebusch	Einfach etwas Bewegung	17	70	270	Jürgen Abrecht
16.Okt	Do	WAN	Wermelskirchen	09:15 Od Schule, HS	Eigenbachweg - Wildromantische Wege durch unwürtsige Natur	11	60	60	Armand De Busscher, Gabriele Krüger
17.Okt	Fr	WAN	Düsseldorf	11:00 BG S-Bahnhof	Herbst in der Urdenbacher Kämpe	17	190	200	Manfred Kießig
18.Okt	Sa	WAN	Opladen	09:20 BG Busbahnhof, Bussteig H01	Zwischen Wienbach und Wupper - bergische Ansichten	14	250	250	Burkhard Schlegel
19.Okt	So	THW	Ründeroth	08:40 BG S-Bahnhof	Erdgeschichte spannend wie ein Kriminalroman - die Aggertalhöhle	10	250	250	Franz Fell
25.Okt	Sa	THW	Ahrweiler	09:00 BG, P Schmabelmühle	Dokumentationsstätte Regierungsbunker Ahrweiler	12			Anni Kießig
29.Okt	Mi	GES	Pafrath	14:00 BG-Pafrath, P Kombiad	Einfach etwas Bewegung	6	20	20	Hans Tups
2.Nov	So	THW	Heidkamp	12:00 BG-Heidkamp PHS Kreishaus	Zeitreise durch Lückerah (Lügged)	8	70	70	Jürgen Abrecht
6.Nov	Do	WAN	Odenthal	13:30 Od HS Schulzentrum	Von Odenthal ins Naturschutzgebiet Unteres Scherfbachtal	9			Heinz-Dieter Zahr
7.Nov	Fr	WAN	Kürten	14:05 Kürten, PHS „Kürten Rathaus“	Eine Schönwetter-Genießler-Wanderung im Herbst	7	150	150	Hans-Dieter Lanter

8.Nov	Sa	WAN	Oberkühlheim	12:30 BG S-Bahnhof, Bus 453	Sportlich um Herkenrath - Teil 2	12	230	330	Burkhard Schlegel
10.Nov	Mo	WAN	Schiebusch	12:30 HS Leverkusen Schiebusch	Einfach etwas Bewegung	12			Anni Kießig
12.Nov	Mi	GES	Heidkamp	14:00 BG-Heidkamp PIHS Kreishaus	Gesundheitswandern im Lerbacher Wald	5	50	50	Burkhard Schlegel
13.Nov	Do	WAN	Lindlar	19:00 BG, Bus-/S-Bahnhof, Stationsstr. 9	Ein Stück Bergischen Panoramasteig erwandern	14	450	340	Joachim Schmidt
15.Nov	Sa	WAN	Forsbach	09:30 Forsbach, HS Halfenhof	Rund um Rösirath	16	440	440	Franz Fell
15.Nov	Sa	WAN	Schildgen	10:30 BG-Schildgen, Herz-Jesu-Kirche	Zum Marinmarkt in Schildgen	12	90	90	Anni Kießig
16.Nov	So	WAN	Neschen	10:00 Od-Neschen, WanderP Eichholzer Weg	Impressionen an der Dhünnaltsperrre	10	150	150	Hildegard Eiling
19.Nov	Mi	GES	Köln-Brück	10:00 P Wildgehege K Brück Lützerathstraße	Gesundheitswandern im Königstor mit Waldbaden	5			Bettina van Fürden
22.Nov	Sa	WAN	Bensberg	13:00 Busbahnhof Bensberg	Zum Lichterfest im Bergischen Museum Bensberg	9	90	90	Manfred Kießig, Anni Kießig
24.Nov	Mo	WAN	Schiebusch	12:30 HS Leverkusen Schiebusch	Einfach etwas Bewegung	12			Anni Kießig
30.Nov	So	VER	Odenthal	15:00 Od Bürgerzentrum im Herzogenhof	Adventfeier WFBL				
4.Dez	Do	WAN	Odenthal	13:30 Od Hütchen, Grillhütte	Höhen und Täler auf der Schwarzpulverroute	10			Heinz-Dieter Zahr
5.Dez	Fr	WAN	Kürten	14:05 Kürten, P an BusHS „Kürten Rathaus“	Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Herbst	6	150	150	Hans-Dieter Lanier
6.Dez	Sa	WAN	Burscheid	10:00 BG S-Bahnhof, Bus 430	Blicke auf die Köhler Bucht	19	300	300	Renate Buchwald-Rezonka
8.Dez	Mo	WAN	Schiebusch	12:30 HS Leverkusen Schiebusch	Einfach etwas Bewegung	12	180	180	Burkhard Schlegel
11.Dez	Do	VER	BG	13:00 BG, S-Bahnhof	Die Gronauer Waldsiedlung zur Weihnachtszeit	12	80	80	Anni Kießig
11.Dez	So	WAN	Wipperfeld	10:00 Wipperfeld, P Restaurant Napoleon	Treffen der Wanderführer auf dem Weihnachtsmarkt „Rievkooche satt“	11	230	230	Andreas Schultheiß
14.Dez	So	WAN	Much	09:30 BG P Schnabelsmühle	Winterwanderung zu den Krippen rund um Much	10	180	180	Ingrid Sienz, Irmgard Schaar
22.Dez	Mo	WAN	Schiebusch	12:30 HS Leverkusen Schiebusch	Einfach etwas Bewegung	12			Anni Kießig
24.Dez	Mi	WAN	Köln-Brück	11:00 Köln-Brück, Mauspiad, P/KVB Linie 1	Waldwanderung am Heiligen Abend bis das Christkind kommt	16	80	80	Manfred Kießig, Anni Kießig
26.Dez	Fr	WAN	BG	13:00 BG, Bus-/S-Bahnhof	Weihnachtswanderung rund um Bergisch Gladbach	10	120	120	Anni Kießig
28.Dez	So	WAN	Reifath	12:00 BG-Reifath, P Steinbreche	Krippenweg in Reifath und Brück	12	80	80	Anni Kießig
31.Dez	Mi	WAN	Pafrath	11:00 BG-Pafrath, P Kombiad	Eine Silvesterwanderung zum Jahresabschluss	15	80	80	Manfred Kießig, Anni Kießig
1.Jan	So	WAN	Hardt	11:00 BG Haus der Vereine im Milchborttal	Traditionswanderung Glühwein & Schmalzbröte	9	120	120	Irmgard Schaar

Abkürzungen: WAN = Wanderung * GES = Gesundheitswanderung * RAD = Radwanderung * THW = Themenwanderung * IKL = Inklusionswanderungen bis 5 km * ↗ = Aufstieg in m *
 ↘ = Abstieg in m * BG = Bergisch Gladbach * Od = Odenthal * K = Köln * Lev = Leverkusen * P = Parkplatz * HS = Haltestelle * alle Strecken-/Höhen circa-Angaben



Mögliche Aktualisierungen der im Programmheft angegebenen Veranstaltungen findest du unter wf-bergischesland.de/wanderungen (oder nutze den QR-Code), dort kannst du dich auch als Mitglied direkt anmelden oder als Gast eine E-Mail mit dem Teilnahmewunsch ausfüllen.

Veranstaltungsleiter

Wandern

	Telefon	Tourenhandy
Albrecht, Jürgen		0157 8834 5295
Burkard, Liesel		0157 3556 4461
Buchwald-Rzezonka, Renate		0163 9666 061
De Busscher, Armand	02202 44690	0176 3228 9451
Eiling, Hildegard	02207 2859	0157 5104 5028
Fell, Franz-Josef	02205 86029	0177 622 1503
Ferdinand, Mechthild	02202 78674	0157 3320 7575
Greuel, Irene	02202 39352	
Hoen, Wolfgang	02205 899 2936	0173 893 7020
Kießig, Anni	02202 186 8959	0175 854 6451
Kießig, Manfred	02202 186 8959	0160 9056 9801
Krüger, Gabriele	02202 52886	0160 213 1955
Krüger, Wolfgang	02191 789 1453	0157 8810 0744
Lanfer, Hans-Dieter		0176 9900 0206
Lenz, Carolin		0151 5060 6043
Schaar, Irmgard	02204 91 9300	0173 861 9382
Schlegel, Burkhard		0155 6161 0901
Schmidt, Jochen	02204 70 39467	0176 6960 8256
Schmitz, Hans-Willi		0178 284 0862
Schultheiß, Andreas		0160 768 6453
Sienz, Ingrid	02202 54588	0173 461 9770
Süßmuth, Martina	02202 964 7349	0173 457 8558
Weber, Hans	02202 50219	0152 0841 2370
Zahr, Dieter	02202 79463	0174 797 3343

Gesundheitswandern

Fürden, Bettina van	02204 96 3193	0176 8271 8124
Kießig, Manfred	02202 186 8959	
Schlegel, Burkhard		0155 6161 0901
Tups, Dr. Hans	02202 260 3231	0160 827 7258
Weber, Hans	02202 50219	0152 084 12370

Nordic Walking

Albrecht, Jürgen		0157 8834 5295
Buchwald-Rzezonka, Renate		0163 9666 061
Schlegel, Burkhard		0155 6161 0901
Goedert, Christine		0171 730 8844
Müller, Udo K.		0173 788 5969
Schmutzler, Annemie	02204 51415	

Radwandern

Fell, Franz-Josef	02205 86029	0177 622 1503
König, Hans-Dieter		0172 304 4100
Neumann, Jutta		0157 5303 0524
Süßmuth, Martina	02202 964 7349	0173 457 8558
Weber, Hans	02202 50219	0152 0841 2370

Kegeln

Weber, Hans	02202 50219	0152 0841 2370
-------------	-------------	----------------

Feste

Hoen, Wolfgang	02205 899 2936	0173 893 7020
----------------	----------------	---------------

- Treffpunkt: 10:00 Bergisch Gladbach S-Bahnhof
- Anmeldung: bis 29.08.2025, 19:00 per Telefon
- Telefon: 0176 3228 9451
- Kosten: ~ 3,- € Fahrgeld Bus/Bahn pro Person
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

SEPTEMBER

Mo, 01.09.25



Nordic Walking

Nordic Walking Fitness

Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch, Freitag in Bensberg, jeden Dienstag, Donnerstag in Schildgen (s. S.29).

Mi, 03.09.25



Strecke: ~ 6km

↗ 20m ↘ 20m

Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald mit Beweglichkeitsübungen

Leichte Rundwanderung ab Paffrath. Auf naturnahen Wegen mit wenig Steigungen machen wir an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt: 18:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 02.09.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tel. 02202 186 8959
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: 2,5 Std.

Sa, 06.09.25



Strecke: ~ 2km

Gehzeit: ~ 1 Std.

Komoot-Fortbildung für Wanderführer/-innen und Vereinsmitglieder

Wir werden gemeinsam eine Vorwanderung mit komoot planen und uns anschließend ein Stück auf diesem Weg navigieren. Dabei lernen wir, die Wandervorschläge von komoot bzw. anderen Anbietern zu nutzen und an unsere Anforderungen anzupassen.

Wanderführer/-in:

Burkhard Schlegel

- Treffpunkt: 13:00, TuS Schildgen, Zum Scheider Feld 31, 51467 Bergisch Gladbach
- Anmeldung: bis 31.08.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgw@schlegel-info.de

- Sonstiges: Bringe bitte zur Planung deiner Wanderung einen Laptop oder ein Tablet und zur Navigation dein Smartphone mit. Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen
- Gesamtzeit: 5 Std.

07.-28.09.2025



Bergische Wanderwochen

Für die Wanderwochen im Herbst kooperiert Das Bergische mit der Veranstaltungsreihe „StadtLandFluss“ des Landschaftsverbandes Rheinland, die alle zwei Jahre in einer anderen Region stattfindet. 2025 wird drei Wochen lang das Bergische Land mit dem Thema „Kulturlandschaft“ in den Blickpunkt gerückt.

So, 07.09.25



Strecke: ~ 5km
Gehzeit: ~ 2 Std.

Schule wie sie mal war – das Schulmuseum Katterbach

Rundwanderung ab Paffrath. Wir wandern durch den Wald zum Schulmuseum Katterbach und lassen uns dort in unsere Schulzeit versetzen.

Wanderführer/-in:

Liesel Burkard, Jutta Neumann



Hotel • Restaurant • Café

Wisskirchen

Altenberg

Telefon: 0 21 74-67 18 0 www.hotel-wisskirchen.de

geöffnet tägl. von 8:00 bis mind. 23:00 Uhr



Bei uns sitzen Sie im Grünen!

- Treffpunkt: 14:00 Bergisch Gladbach Kombibad Paffrath, Bushaltestelle 437
- Anmeldung: bis 06.09.2025, 20:00
- Telefon: 0157 3556 4461 * Mail: burkardellis0603@gmx.de
- Telefon: 0157 5303 0524 * Mail: june53@web.de
- Sonstiges: Bitte Getränke mitnehmen, Einkehr im Bistro im Kombibad
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

So, 07.09.25



Strecke: ~ 8km
Gehzeit: ~ 3 Std.

Zur Weyermühle von Bechen aus

Rundwanderung ab Bechen. Wir wandern von Bechen zur Weyermühle, die am Dürschbach liegt. Sie dient heute nur noch zu Wohnzwecken. Über den Kürtener Ortsteil Durhaus geht es über schöne Wege wieder zurück nach Bechen.

Wanderführer/-in:

Heinz-Dieter Zahr

- Treffpunkt: 13:30 Kürten-Bechen, Parkplatz Esel
- Anmeldung: bis 06.09.2025, per Telefon/AB oder Mail
- Telefon: 0174 797 3343 * Mail: heinzdieterzahr@gmail.com
- Sonstiges: Bitte Imbiss und Getränke mitnehmen
- Gesamtzeit: ~4 Std.

Mo, 08.09.25



Strecke: ~ 12km
Gehzeit: ~ 4 Std.

Einfach etwas Bewegung

Die Rundwanderungen, die in der Regel zweimal im Monat montags von Anni Kießig angeboten werden, starten in Leverkusen-Schlebusch und führen auf unterschiedlichen Wegen durch die walddreiche Umgebung in Köln-Dünnwald.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 12:30 Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4, Bus 202, 205, 260
- Anmeldung: bis 06.09.2025, 19:00 Uhr per Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Kosten: evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
- Gesamtzeit: ~5 Std.

Mi, 10.09.25



Strecke: ~ 3km
↗ 20m ↘ 20m
Gehzeit: ~ 1,5 Std.



Gesundheitswandern an der Paffrather Mühle

Leichte Rundwanderung ab Paffrath zur Seniorenkulturwoche. Bewegen, begegnen und die Natur genießen. Wir gehen auf leichten Wegen, die auch mit Rollator und Rollstuhl möglich sind, und machen an Haltepunkten physiotherapeutische

Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt: 19:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 08.09.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tel. 02202 186 8959
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: ~ 2 Std.

Do, 11.09.25



Strecke: ~ 7km

↗ 100m ↘ 100m

Gehzeit: ~ 2 Std.

Auf Bergbauspuren im Volbachtal

Rundwanderung ab Immekeppel. Wir starten gemeinsam mit dem Bergischen Geschichtsverein am Dorfplatz in Immekeppel, an dem auch das Feuerwehrgerätehaus liegt. Nach einer Schleife durch Immekeppel mit ersten Eindrücken durchstreifen wir das Volbachtal. Heute ein idyllisches Naturschutzgebiet, finden wir noch Spuren der ehemaligen Gruben Apfel und Berzelius.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt 1: 13:15 Busbahnhof Bensberg
- ÖPNV: 13:29 Bus 421
- Treffpunkt 2: 14:00 Immekeppel Dorfplatz
- Anmeldung: bis 10.09.2025, 20:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Sonstiges: Bitte Getränke mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Kosten: ggf. ÖPNV-Ticket
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.

Fr, 12.09.25



Strecke: ~ 8km

↗ 150m ↘ 150m

Gehzeit: ~ 2 Std.

Eine kleine Abendwanderung im Spätsommer

Rundwanderung ab Kürten. Wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur in der Umgebung von Kürten.

Wanderführer/-in:

Hans-Dieter Lanfer

- Treffpunkt: 17:05 Kürten, Parkplatz an der BusHS „Kürten Rathaus“
- Anmeldung: am Do 11.09.2025 15:00 - 20:00 per Telefon
- Tourenhandy: 0176 9900 0206 (mit AB/MB)
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen! Schlusseinkehr auf Wunsch möglich.
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.

*Aus Liebe zur Tradition.
Aus Liebe zum Bier.*

Alte Tradition - frischer Geschmack

Das **Landbier**
mit dem Odenthaler



naturtrüb

www.der-odenthaler.de
www.rewe-odenthal.de

13.-14.09.2025



Stadtfest Bergisch Gladbach

Die Wanderfreunde informieren an ihrem Stand.

Sa, 13.09.25



Rund um den Hengsteysee

Strecke: ~ 14km
Gehzeit: ~ 4 Std.

Rundwanderung ab Herdecke. Der Weg rund um den Hengsteyer See bietet schöne Ausblicke über den See, die Ruhr, auf die Burgruine Syburg, die auf den bewaldeten Höhenzug der Hohensyburg liegt, und dem Kaiserdenkmal.

Wanderführer/-in:

Armand De Busscher

- Treffpunkt 1: 08:15 Bergisch Gladbach S-Bahnhof
- Treffpunkt 2: 11:00 Herdecke Bahnhof
- Anmeldung: bis 11.09.2025, 19:00 per Telefon
- Telefon: 0176 3228 9451
- Kosten: Fahrgeld Bus/Bahn
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Sa, 13.09.25



Stadtfest: Schnabelmühle und Gohrmühle am fleißigsten Bach Deutschlands

Strecke: ~ 6km
↗ 50m ↘ 50m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Rundwanderung ab der Villa Zanders in Bergisch Gladbach. Wir besuchen einige Orte an der Strunde, die mit der Familie Zanders in Verbindung stehen. Neben Schnabel- und Gohrmühle kommen wir auch zur Gronauer Waldsiedlung und schließen mit einer fachkundigen Führung durch die Papiermühle Zanders. Danach besteht die Möglichkeit, in einem Biergarten auf dem Zandersgelände einzukehren.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig, Anni Kießig

- Treffpunkt: 13:00 Bergisch Gladbach Infostand der WF-Bergisches Land auf der Festmeile
- Anmeldung: bis 11.09.2025, 20:00 per Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Telefon: 02202 186 8959
- Tourenhandy: 0160 9056 9801
- Sonstiges: Besichtigung der Papierstraße auf dem Zanders-Areal ab 16:00 Uhr, festes Schuhwerk ist erforderlich - Rucksackverpflegung
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

So, 14.09.25



Auf dem schönsten Wanderweg Deutschlands - Etappe 7

Strecke: ~ 15km
↗ 270m ↘ 200m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Streckenwanderung von Forsbach nach Bensberg. Auf der Etappe 7 des Bergischen Weges können Punkte für die digitale Wandernadel gesammelt werden. Durch den Königsforst geht

es zum erhabenen Schloss Bensberg und weiter zum funktionalen Kreishaus in Bergisch Gladbach.

Wanderführer/-in:

Burkhard Schlegel

- Treffpunkt 1: 09:40 Busbahnhof Bensberg, Bus 423
- Treffpunkt 2: 10:00 Parkplatz/Bushaltestelle Rösrath-Forsbach Holzmarkt
- Anmeldung: bis 12.09.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen. Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Di, 16.09.25



Dreitälterweg - Spektakuläre Aussichten, Natur und Kultur an der Sieg

Strecke: ~ 17km
↗ 290m ↘ 290m
Gehzeit: ~ 5 Std.

Die Rundwanderung ab Blankenberg beginnt spektakulär mit der Besteigung der Burg Blankenberg. Auf unserem Weg erwarten uns wildromantische Bachtäler, ein zauberhafter neobarocker Schlosspark und ein traumhafter Pfad am Felshang über der Sieg. Das idyllische Fachwerkdörfchen Auel rundet diese unvergessliche Tour perfekt ab.

Wanderführer/-in:

Jürgen Albrecht

- Treffpunkt 1: 08:30 Bergisch Gladbach, S-Bahnhof
- ÖPNV: 08:53 S11
- Treffpunkt 2: 10:15 Blankenberg, Bahnhof
- Anmeldung: bis 14.09.2025 20:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 0157 8834 5295 * Mail: wf-albrecht@gmx.de
- Kosten: ggf. Fahrkarte
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbis mitnehmen, Schlusseinkehr auf Wunsch
- Gesamtzeit: ~6 Std.

Mi, 17.09.25



nachhaltig wandeln: Besuch einer Fischzucht und des Unverpackt Ladens

Strecke: ~ 12km
Gehzeit: ~ 4 Std.

Rundwanderung ab Paffrath. Zuerst wandern wir an den bewirtschafteten Fischteichen an der Diepeschrather Mühle vorbei, wo wir anschließend im Diepeschrather Freizeitgelände unsere Mittagsrast machen. Weiter geht's nach Paffrath zum Unverpackt Laden „Büggel“. Dort gibt es Erklärungen zum Geschäftsmodell und zur Nachhaltigkeit. Wer etwas kaufen möchte, möge bitte Behältnisse mitbringen.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 11:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 08.09.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tel. 02202 186 8959
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: ~5 Std.

Mi, 17.09.25



Gesundheitswandern im Königsforst mit Waldbaden

Strecke: ~ 5km

Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Leichte Rundwanderung ab Köln-Brück. Auf dem Programm steht das Waldbaden, welches in Japan unter dem Begriff „Shinrin Yoku“ längst eine eigene Gesundheitslehre ist und bei dem sich die Teilnehmer durch spezielle Achtsamkeitsübungen im Wald eine besondere Portion Entspannung mit in den Tag nehmen.

Wanderführer/-in:

Bettina van Fürden

- Treffpunkt: 10:00 Parkplatz Wildgehege Brück Köln Lützerathstraße
- Anmeldung: bis 16.09.2025, 20:00 per Telefon / AB oder Mail
- Telefon: 0176 8271 8124 * Mail: bettinahome@yahoo.de
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen, termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich!
- Gesamtzeit: 2 Std.

Sa, 20.09.25



Auf dem schönsten Wanderweg Deutschlands - Etappe 6

Strecke: ~ 18km

↗ 410m ↘ 430m

Gehzeit: ~ 5 Std.

Streckenwanderung von Bergisch Gladbach nach Altenberg. Wir beginnen unsere Wanderung im Lerbacher Wald, treffen dort auf den Bergischen Weg und folgen ihm bis nach Altenberg. Dabei genießen wir herrliche Ausblicke von Oberodenthal aus, durchqueren Strunde- und Scherfbachtal und gelangen durch das romantische Tal des Pfengstbachs zum "Altenberger Dom", wo unsere Wanderung endet.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt 1: 09:30 Busbahnhof Bergisch Gladbach, Bussteig H01
- Treffpunkt 2: 10:00 Kreishaus Bergisch Gladbach Heidkamp
- Anmeldung: bis 19.09.2025, 20:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Sonstiges: Getränke und Snacks nicht vergessen!
- Kosten: ggf. ÖPNV-Ticket
- Gesamtzeit: ~ 6 Std.

Sa, 20.09.25



Von Schildgen nach Altenberg „pilgern“

Strecke: ~ 12km

↗ 100m ↘ 100m

Gehzeit: ~ 4 Std.

Streckenwanderung von Bergisch Gladbach Schildgen nach Altenberg. Wir beginnen unsere Wanderung in Schildgen an der Herz Jesus Kirche, gehen noch zur Andreas Kirche bevor wir dem Pilgerweg bis nach Altenberg folgen. Wir genießen herrliche Ausblicke und besuchen die St. Pankratius Kirche in Odentahl. Abschließend besuchen wir die Markuskapelle und den Altenberger Dom.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt 1: 10:30 Busbahnhof Bergisch Gladbach, Bussteig H07
- Treffpunkt 2: 11:00 Schildgen Herz Jesus Kirche im Innenhof
- Anmeldung: bis 19.09.2025, 20:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Sonstiges: Getränke und Snacks nicht vergessen!
- Kosten: ggf. ÖPNV-Ticket
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Sa, 20.09.25



Idyllisches Naafbachtal

Strecke: ~ 19km

↗ 350m ↘ 350m

Gehzeit: ~ 5 Std.

Sportliche Rundwanderung um Overath. Von Overath wandern wir teils auf breiten Waldwegen und schmalen Pfaden durch das Naturschutzgebiet Naafbachtal und zurück nach Overath. Wir wandern im zügigen Tempo von 4,5 km/h.

Wanderführer/-in:

Renate Buchwald-Rzezonka

- Treffpunkt: 10:00 Bahnhof Overath
- Anmeldung: bis 19.09.2025 20:00
- Telefon: 0163 9666061 * Mail: etaner.b@web.de
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbis mitnehmen
- Gesamtzeit: ~5 Std.

Mo, 22.09.25



Einfach etwas Bewegung

Strecke: ~ 12km

Gehzeit: ~ 4 Std.

Die Rundwanderungen, die in der Regel zweimal im Monat montags von Anni Kießig angeboten werden, starten in Leverkusen-Schlebusch und führen auf unterschiedlichen Wegen durch die walddreiche Umgebung in Köln-Dünnwald.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 12:30 Uhr, Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4, Bus 202, 205, 260
- Anmeldung: bis 20.09.2025, 19:00 Uhr per Telefon oder Mail

- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Kosten: evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
- Gesamtzeit: ~5 Std.

Sa, 27.09.25

Strecke: ~ 10km

↗ 70m ↘ 70m

Gehzeit: ~ 3 Std.

Ehrenamtstag - Gut Schiff

Fortbildung der Wanderführer Wanderfreunde Bergisches Land. Das historische Gut Schiff liegt im Ortsteil Herrenstrunden in Bergisch Gladbach. Wir erfahren Einiges aus erster Hand zur Situation der Landwirtschaft und allgemein zur Ernährung im Bergischen. Detailliertes Programm wird noch bekannt gegeben.

Wanderführer/-in:

Burkhard Schlegel

- Treffpunkt: 10:00 Gut Schiff
- Gesamtzeit: ~ 8 Std.

So, 28.09.25

Strecke: ~ 8km

↗ 60m ↘ 60m

Gehzeit: ~ 3 Std.

Ungewöhnliche Einblicke auf der Kalksteinroute

Rundwanderung in Bergisch Gladbach. Im Rahmen von "Stadt, Land, Fluss trifft Bergische Wanderwochen" führt uns die Kalksteinroute zu einigen historischen Orten des Kalksteinabbaus, Kalkverarbeitung und der Verwendung von Kalkstein. Neben den alten Kalköfen Cox in der Stadtmitte, besitzt die Stadt Bergisch Gladbach auch eine bedeutende Fossiliensammlung im Bürgerhaus Bergischer Löwe, die leider zurzeit nicht ausgestellt ist. Wir haben aber die einmalige Gelegenheit, die Kalköfen Cox, die während der Weihnachtszeit immer so herrlich angestrahlt werden, von innen zu besichtigen.

Wanderführer/-in:

Wolfgang Hoen, Irmgard Schaar

- Treffpunkt: 09:30 Bergisch Gladbach Parkplatz Schnabelsmühle
- Anmeldung: bis 26.09.2025 20:00 bei Wolfgang Hoen, Telefon: 02205 899 2936
- Tourenhandy: 0173 8619382 * Mail: irmgard.schaar@t-online.de
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen; Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~5 Std.

*„Was man abläuft mit dem Schuh,
wächst am Kopfe doppelt zu.“*

OKTOBER

Mi, 01.10.25



Nordic Walking

Nordic Walking Fitness

Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch, Freitag in Bensberg, jeden Dienstag, Donnerstag in Schildgen (s. S.29).

Mi, 01.10.25



Strecke: ~ 5km
Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Gesundheitswandern im Königsforst mit Waldbaden

Leichte Rundwanderung ab Köln-Brück. Auf dem Programm steht das Thema Waldbaden, welches in Japan unter dem Begriff „Shinrin Yoku“ längst eine eigene Gesundheitslehre ist und bei dem sich die Teilnehmer durch spezielle Achtsamkeitsübungen im Wald eine besondere Portion Entspannung mit in den Tag nehmen.

Wanderführer/-in:

Bettina van Fürden

- Treffpunkt: 10:00 Parkplatz Wildgehege Brück Köln Lützerathstraße
- Anmeldung: bis 30.09.2025, 20:00 per Telefon / AB, Mail oder online
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen; Termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich!
- Telefon: 0176 8271 8124 * Mail: bettinahome@yahoo.de
- Gesamtzeit: 2 Std.

Malerbetrieb Herbert Ernst GmbH

Tannenbergsstraße 31
51465 Bergisch Gladbach

Inhaber Claus Storch



Tel. 02202 / 58942
Fax 02202 / 55770
Mobil 0172 2610762

Ausführung aller Malerarbeiten
Wärmedämmung
Bodenbeläge

Do, 02.10.25



Strecke: ~ 10km
Gehzeit: ~ 3 Std.

Berg und Tal - Sonnenberg und Scherfbachtal

Rundwanderung ab Odenthal. Die Wanderung führt uns durch das untere Scherfbachtal, ein Naturschutzgebiet mit Eichen-Hainbuchen-Auenwälder, zahlreiche Sickerquellen mit typischer und floristisch bemerkenswerter Quellflora und weiter auf den Höhenrücken des Sonnenberges.

Wanderführer/-in:

Heinz-Dieter Zahr

- Treffpunkt: 13:30 Odenthal Bushaltestelle Schulzentrum
- Anmeldung: bis 01.10.2025, per Telefon/AB oder Mail
- Telefon: 0174 797 3343 * Mail: heinzdieterzahr@gmail.com
- Gesamtzeit: ~4 Std.

Fr, 03.10.25



Strecke: ~ 10km
↗ 200m ↘ 200m
Gehzeit: ~ 2,5 Std

Durch benachbarte Weiden, Wälder und Siefen in unserem schönen Bergischen Land

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach-Hebborn. Schon in unserer Nachbarschaft können wir in die typische Kulturlandschaft des Bergischen Landes eintauchen. Durch kühle Siefen, schattige Wälder und über sonnige Weiden geht es zu den Wohnplätzen Kuckelberg, Holz, Höffe und dem Unterodenthaler Ortsteil Voiswinkel.

Wanderführer/-in:

Liesel Burkard

- Treffpunkt 1: 09:30 Bergisch Gladbach, Parkplatz Schnabelsmühle
- Treffpunkt 2: 10:00 Bergisch Gladbach Parkplatz THC Rot Weiß, Odenthaler Str. 278 (Zufahrt Hebborner Hof)
- Anmeldung: bis 02.10.2025, 20:00
- Telefon: 0157 355 644 61 * Mail: burkardellis0603@gmx.de
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Abschlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

So, 05.10.25



Strecke: ~ 12km
Gehzeit: ~ 4

Solingen at its best: Von der Heidberger Mühle zur Gräfrather Altstadt

Von der idyllisch gelegenen „Heidberger Mühle“ aus wandern wir durch das Ittertal, vorbei am bekannten Freizeitpark, zu einer Perle des Bergischen Landes: der Gräfrather Altstadt in Solingen. Nach einem Rundgang durch die Altstadt bietet sich entweder ein Besuch im nahe gelegenen Klingenmuseum oder eine Einkehr in das urige Brauhaus „Gräfrather Klosterschenke“ an. Zurück geht es durch das Naturschutzgebiet „Mittleres Ittertal“ zur Heidberger Mühle.

- Wanderführer/-in: **Wolfgang Krüger**
- Treffpunkt 1: 10:00 Bergisch Gladbach, Parkplatz Schnabelsmühle (bitte PKW-Mitfahrangebote nutzen)
 - Treffpunkt 2: 11:00 Wanderparkplatz Heidberger Mühle, Walder Str. 50, 42781 Haan
 - Anmeldung: bis 04.10.25, 19:00 per Telefon, mobil oder online
 - Telefon: 02191 7891453 * Mail: wolfkruegbb@outlook.de
 - Mobil: 0157 88100744 (auch WhatsApp)
 - Kosten: pro Person bei PKW-Mitnahme € 6,00
 - Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
 - Gesamtzeit: ~ 6 Std.



Die

Schlebuscher Werkstatt

Leverkusen
 Franz-Kail-Straße 33-35
 Ruf: 0214 / 500 85 22
 Mobil: 0172 / 201 51 06
*Glasermeister
 Karl Dedy*

Rund ums Glas

Glasarbeiten aller Art

Do, 09.10.25



Strecke: ~ 14km
 ↗ 360m ↘ 380m
 Gehzeit: ~ 5 Std.

Von Rösrather Höhen in die Ferne schauen

Streckenwanderung ab Hoffnungsthal. Wir wandern aus dem Sülztal hinauf zum Hofferhof und weiter zur Kupfersiefer Mühle. Immer wieder liegen wunderbare Aussichtspunkte am Weg. Der Blick reicht vom Siebengebirge über Köln bis Bergisch Gladbach. Vorbei an der Gamersbacher Mühle und der Pfaffen-Brauerei geht es wieder hinunter ins Sülztal zur Meigermühle, wo wir einkehren werden. Insgesamt sind 4 größere Steigungen zu überwinden.

Wanderführer/-in: **Joachim Schmidt**

- Treffpunkt: 09:10 Busbahnhof Bensberg, Steinstraße 8
- ÖPNV: 09:23 Bus 423, 09:38 an Vierkotten, Rösrath-Hoffnungsthal
- Anmeldung: bis 08.10.2025, 19:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0176 696 08 256 * Mail: joachimschmidt.koeln@web.de
- Kosten: ~ 6 € / Person ÖPNV (Kostenaufteilung)
- Sonstiges: Bitte Getränke mitnehmen und ggf. Imbiss, Schlusseinkehr im Café Restaurant Meigermühle
- Gesamtzeit: ~7 Std.

Fr, 10.10.25



Strecke: ~ 7km
 ↗ 150m ↘ 150m
 Gehzeit: ~ 2 Std.

Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Herbst

Rundwanderung ab Kürten. Wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur in der Umgebung von Kürten.
 Achtung! Wir wandern nur bei trockenem und schönem Wetter, daher Anmeldung zwingend erforderlich! - Startpunkt und Wanderweg bei Anmeldung.

Wanderführer/-in:

Hans-Dieter Lanfer

- Treffpunkt: 15:05 Kürten, Parkplatz an der BusHS „Kürten Rathaus“
- Anmeldung: am Do 09.10.2025 15:00 - 20:00 per Telefon
- Tourenhandy: 0176 9900 0206 (mit AB/MB)
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen! Schlusseinkehr auf Wunsch möglich
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.

Sa, 11.10.25



Strecke: ~ 12km
 ↗ 230m ↘ 230m
 Gehzeit: ~ 4 Std.

nachhaltig wandeln - mit der "Kuh per du" auf dem Hielscher Hof

Rundwanderung ab Leichlingen. Im Rahmen der Serie "nachhaltig wandeln" führt uns die Wanderung zum Hielscher Hof. Dort ist man seit 1953 mit der "Kuh per du", denn seit diesem Zeitpunkt bewirtschaftet die Familie Hielscher den Hof im Bergischen Land als Milchviehbetrieb. Einkehren werden wir im angeschlossenen Bauernhof-Café Rusticus.

Wanderführer/-in:

Burkhard Schlegel

- Treffpunkt 1: 09:20 Bergisch Gladbach, S-Bahnhof
- Treffpunkt 2: 10:35 Bremersheide, Leichlingen
- ÖPNV: 09:33 S11, 10:34 an Bremersheide, Leichlingen
- Anmeldung: bis 10.10.2025 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Kosten: ggf. Fahrkarte
- Sonstiges: Bitte Getränke mitnehmen. Einkehr im Bauernhof-Cafe.
- Gesamtzeit: ~6 Std.

So, 12.10.25



Auf dem Mühlenweg von Kürten Olpe

Strecke: ~ 14km
↗ 310m ↘ 310m
Gehzeit: ~ 5 Std.

Rundwanderung ab Kürten-Olpe.

Auf überwiegend natürlichen und teilweise verschieden befestigten Wegen, wandern wir über einen der beeindruckendsten Streifzüge zunächst zur alten protestantischen Enklave im ehemals streng katholischen Bergischen Land. Vorbei an vielen historischen Mühlen, der Hermannsquelle und einer "Wegrose", überqueren wir den Olpebach, bevor es über den Berg zurück ins Sülzetal geht. Zuletzt hoffen wir noch auf Kaffee oder ein Kaltgetränk.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt 1: 10:00 Bergisch Gladbach S-Bahnhof
- ÖPNV: Bus 427 10:14 nach Kürten-Olpe
- Treffpunkt 2: 11:00 Kürten Olpe Wanderparkplatz
- Anmeldung: bis 10.10.2025 20:00 Telefon oder Email
- Telefon: 02202 186 8959 * Email: wandernkiessig@t-online.de
- Kosten: ggf. ÖPNV Ticket
- Gesamtzeit: ~ 6 Std.



Neuer Glanz-Landgasthof Reinhold

- neues Konzept von Familie Reinhold
- Bergische Spezialitäten aus regionalen Produkten
- auch im Dorfladen erhältlich

Ideale Einkehrmöglichkeit

- zwischen Bergischem & Sauerland
- viele Wanderstrecken für Anfänger & Fortgeschrittene
- nahegelegene Aggertalsperre

Öffnungszeiten

Mo -Di	Genuss-Werkstatt
17:00-21:00 Uhr	Lieberhausen
Mi- Do	Kirchplatz 2
Ruhetag	51647 Gummersbach
Fr - So	Tel.: 02354- 5273
12:00-20:00 Uhr	hotelreinhold1@aol.com

Mo, 13.10.25



Strecke: ~ 12km
Gehzeit: ~ 4 Std.

Einfach etwas Bewegung

Die Rundwanderungen, die in der Regel zweimal im Monat montags von Anni Kießig angeboten werden, starten in Leverkusen-Schlebusch und führen auf unterschiedlichen Wegen durch die walddreiche Umgebung in Köln-Dünnwald.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 12:30 Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4, Bus 202, 205, 260
- Anmeldung: bis 11.10.2025 19:00 Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Kosten: evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
- Gesamtzeit: ~5 Std.

Do, 16.10.25



Strecke: ~ 17km
↗ 70m ↘ 270m
Gehzeit: ~ 5 Std.

Eifgenbachweg - Wildromantische Wege durch eine urwüchsige Natur

Streckenwanderung ab Wermelskirchen. Wir wandern durch das wildromantische Eifgenbachtal bis nach Altenberg. Von alten Mühlen bis hin zu einer frühzeitlichen Burganlage reichen die Sehenswürdigkeiten am Rand des Weges.

Wanderführer/-in:

Jürgen Albrecht

- Treffpunkt 1: 09:15 Odenthal Schule, Bushaltestelle
- Treffpunkt 2: 10:20 Wermelskirchen Markt, Bushaltestelle
- ÖPNV: 09:28 Bus 430
- Anmeldung: bis 14.10.2025 20:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 0157 8834 5295 * Mail: wf-albrecht@gmx.de
- Kosten: ggf. Fahrkarte
- Sonstiges: Getränke und Imbis mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Rückfahrt: ÖPNV nach Odenthal, Bus 212
- Gesamtzeit: ~6 Std.

Fr, 17.10.25



Strecke: ~ 11km
↗ 60m ↘ 60m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Herbst in der Urdenbacher Kämpfe

Rundwanderung ab Bahnhof Düsseldorf-Hellerhof. Der Altrheinbogen südlich von Urdenbach bildet in Düsseldorf das Naturschutzgebiet Urdenbacher Kämpfe. Der Bereich „Forstgebiet Alter Rhein“ ist eines der letzten Hartholzauen-Wäldchen des Niederrheins, in ihm leben sogar Eisvogel, Pirol, Schwarzmilan und Wachtelkönig.

Wanderführer/-in:

Armand De Busscher, Gabriele Krüger

- Treffpunkt: 11:00 Bergisch Gladbach S-Bahnhof
- Anmeldung: am 16.10.2025 18:00 bis 20:00
- Telefon: 02202 52886 * Mail: krueger_gabriele@hotmail.com
- Tourenhandy: 0160 213 1955
- Sonstiges: Bitte Getränke Imbiss mitnehmen; Schlusseinkehr geplant im Lokal 'Hotte Hü' in Düsseldorf Hellerhof
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Sa, 18.10.25



Zwischen Wiembach und Wupper - Leverkusens bergische Ansichten

Strecke: ~ 17km
 ↗ 190m ↘ 200m
 Gehzeit: ~ 5 Std.

Rundwanderung ab Leverkusen-Opladen. Wir gehen durch das Gelände des Naturschutzzentrums Gut Ophoven, durchstreifen ruhige Täler und wandern über Höhen mit weitem Blick auf das Linksrheinische. Dabei begehen wir Teile des Leverkusener Obstweges. Durch die Naturschutzgebiete entlang der Wupper kehren wir zu unserem Ausgangspunkt zurück.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig

- Treffpunkt 1: 9:20 Bergisch Gladbach Busbahnhof, Bussteig H01
- Treffpunkt 2: 10:30 Opladen Busbahnhof
- ÖPNV: 9:30 Bus 222, Ankunft 10:26 Opladen Busbahnhof
- Anmeldung: bis 17.10.2025 20:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Abschlusseinkehr optional
- Kosten: ggf. ÖPNV-Ticket
- Gesamtzeit: ~6 Std.

So, 19.10.25



Erdgeschichte so spannend wie ein guter Kriminalroman - die Aggertalhöhle

Strecke: ~ 14km
 ↗ 250m ↘ 250m
 Gehzeit: ~ 4 Std.

Erdgeschichtliche Rundwanderung ab Engelskirchen-Ründeroth. Wir wandern vom Bahnhof aus in einer knappen Stunde zur Aggertalhöhle, die einen einzigartigen Blick in die Erdgeschichte bietet. Entdecken auf einer Führung mit dem Höhlenführer Fossilien aus längst vergangenen Erdzeitaltern. Anschließend geht es auf einem Panoramapfad hinauf zu schönen Aussichten über das Aggertal und dann an der Agger entlang zurück.

Wanderführer/-in:

Burkhard Schlegel

- Treffpunkt 1: 08:40 Bergisch Gladbach S-Bahnhof
- Treffpunkt 2: 10:20 P&R Engelskirchen-Ründeroth

- ÖPNV: 08:53 S11, 10:19 an Bf Ründeroth
- Anmeldung: bis 18.10.2025 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Kosten: Eintritt Aggertalhöhle (6 € incl. ~ 45 Min. Führung) und ggf. ÖPNV-Ticket
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen
- Gesamtzeit: ~7 Std.

Sa, 25.10.25



Dokumentationsstätte Regierungsbunker Ahrweiler

Strecke: ~ 10km
 ↗ 250m ↘ 250m
 Gehzeit: ~ 3 Std.

Rundwanderung ab Ahrweiler. Wir besichtigen die "Dokumentationsstätte Regierungsbunker" in Ahrweiler. Im Anschluss unternehmen wir eine kleine Herbstwanderung durch die Weinberge.

Wanderführer/-in:

Franz Fell

- Treffpunkt 1: 09:00 Bergisch Gladbach, Parkplatz Schnabelsmühle
- Treffpunkt 2: 10:00 Ahrweiler, Parkplatz der Dokumentationsstätte, Am Silberberg
- Anmeldung: bis 16.10.2025 19:00
- Mobil: 0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de
- Kosten: 15,00 € / Person (90-minütige Führung). Eine Gruppenermäßigung wird ab 15 Personen gewährt.
- Sonstiges: Warme Bekleidung ist empfehlenswert. Bitte an Rucksackverpflegung und Getränke denken, Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 6 Std.

So, 26.10.25



Ende der Sommerzeit

Die Uhren werden um 3 Uhr auf 2 Uhr zurückgestellt.

Mo, 27.10.25



Einfach etwas Bewegung

Strecke: ~ 12km
 Gehzeit: ~ 4 Std.

Die Rundwanderungen, die in der Regel zweimal im Monat montags von Anni Kießig angeboten werden, starten in Leverkusen-Schlebusch und führen auf unterschiedlichen Wegen durch die walddreiche Umgebung in Köln-Dünnwald.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 12:30 Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4, Bus 202, 205, 260
- Anmeldung: bis 25.10.2025 19:00 per Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de

- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Kosten: evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
- Gesamtzeit: ~5 Std.

Mi, 29.10.25



Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald mit Beweglichkeitsübungen

Strecke: ~ 6km
 ↗ 20m ↘ 20m
 Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Leichte Rundwanderung ab Paffrath. Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Hans Tups

- Treffpunkt: 14:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- Anmeldung: bis 28.10.2025, 20:00 per Telefon oder Mail
Termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich!
- Telefon: 02202 2603231 * Mail: htups@gmx.de
- Tourenhandy: 0160 827 7258
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: 2,5 Std.

Refrather Schuhmacherei

Peter Beige Inhaber

Dolmanstraße 18 • Eingang am Parkplatz
 51427 Refrath – Bergisch Gladbach
 Telefon: 02204 – 21981



Wanderschuh- und Reitstiefelreparaturen
 Lederarbeiten aller Art • Schuhpflege • Schlüsseldienst

NOVEMBER

Sa, 01.11.25



Nordic Walking

Nordic Walking Fitness

Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch, Freitag in Bensberg, jeden Dienstag, Donnerstag in Schildgen (s. S.29).

So, 02.11.25



Strecke: ~ 8km

↗ 70m ↘ 70m

Gehzeit: ~ 4 Std.

Zeitreise durch Lückerath (Lügged)

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach Heidkamp. Die Themenwanderung führt uns durch die abwechslungsreiche Landschaft der Hardt nach Lückerath. Hier treffen wir uns mit dem Stadtführer Eckhard Schulte, der uns mit auf eine spannende Zeitreise durch Lückerath nimmt. Im Anschluss der Führung kehren wir wieder nach Heidkamp zurück.

Wanderführer/-in:

Jürgen Albrecht

- Treffpunkt: 12:00 Bergisch Gladbach-Heidkamp
Parkplatz/Bushaltestelle Kreishaus
- ÖPNV: Buslinien 227 und 400, Haltestelle Kreishaus
- Anmeldung: bis 31.10.2025 20:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 0157 8834 5295 * Mail: wf-albrecht@gmx.de
- Kosten: ggf. Fahrkarte
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~5 Std.

Bücher-Scheune

Altenberger-Dom-Str. 153, 51467 Bergisch Gladbach-Schildgen
Telefon: 02202/23 86 43 · Telefax: 02202/23 86 64

Wir haben ein grosses Sortiment an

**Landkarten für
Wander- und Radtouren
aus der
umliegenden Region,
Bergisches Land
und Eifel**



ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Freitag 9.00 - 13.00 Uhr und 14.30 - 18.30 Uhr

Samstag 9.00 - 13.00 Uhr

Do, 06.11.25



Von Odenthal ins Naturschutzgebiet Unteres Scherfbachtal

Strecke: ~ 9km
Gehzeit: ~ 3 Std.

Rundwanderung ab Odenthal. Die Wanderung führt uns ins untere Scherfbachtal, ein Naturschutzgebiet mit Eichen-Hainbuchen-Auenwäldern, zahlreiche Sickerquellen mit typischer und floristisch bemerkenswerter Quellflora. Über Höffe geht es aufwärts nach Oberkirsbach und weiter über Selbach zurück zum Ausgangspunkt.

Wanderführer/-in:

Heinz-Dieter Zahr

- Treffpunkt: 13:30 Odenthal Bushaltestelle Schulzentrum
- Anmeldung: bis 05.11.2025, per Telefon/AB oder Mail
- Telefon: 0174 797 3343 * Mail: heinzdieterzahr@gmail.com
- Gesamtzeit: ~4 Std.

Fr, 07.11.25



Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Herbst

Strecke: ~ 7km
↗ 150m ↘ 150m
Gehzeit: ~ 2 Std.

Rundwanderung ab Kürten. Wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur in der Umgebung von Kürten.

Achtung! Wir wandern nur bei trockenem und schönem Wetter, daher Anmeldung zwingend erforderlich!

Wanderführer/-in:

Hans-Dieter Lanfer

- Treffpunkt: 14:05 Kürten, Parkplatz an der BusHS „Kürten Rathaus“
Startpunkt und Wanderroute bei Anmeldung
- Anmeldung: am Do 06.11.2025 15:00 - 20:00 per Telefon
- Tourenhandy: 0176 9900 0206 (mit AB/MB)
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen!
Schlusseinkehr auf Wunsch möglich
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.

Sa, 08.11.25



Sportlich um Herkenrath - Teil 2

Strecke: ~ 12km
↗ 230m ↘ 330m
Gehzeit: ~ 3 Std

Streckenwanderung ab Oberkülheim nach Herrenstrunden. Im sportlichen Tempo (>4,0 km/h) geht es auf einem Teilstück des Rundweges (markiert mit O) östlich vorbei an Herkenrath durch typische bergische Kleinstweiler und Wälder nach Herrenstrunden, wo wir uns seine historischen Bauwerke und die Quelle der Strunde ansehen.

Wanderführer/-in:

Burkhard Schlegel

- Treffpunkt 1: 12:30 Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Bus 453
- Treffpunkt 2: 13:10 Bergisch Gladbach Bushaltestelle Oberkülheim
- Anmeldung: bis 07.11.2025 20:00 Online, Telefon oder Mail

- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Kosten: ggf. Busfahrkarte
- Sonstiges: Snacks und Getränk für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Mo, 10.11.25



Einfach etwas Bewegung

Strecke: ~ 12km
Gehzeit: ~ 4 Std.

Rundwanderungen ab Leverkusen-Schlebusch. In der Regel zweimal im Monat montags findet unter der Leitung von Anni Kießig ein Bewegungsprogramm statt, das an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst wird. Auf unterschiedlichen Wegen geht es durch die walddreiche Umgebung von Köln-Dünnwald.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 12:30 Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4, Bus 202, 205, 260
- Anmeldung: bis 08.11.2025, 19:00 per Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränk u. Imbiss für unterwegs, Schlusseinkehr optional
- Kosten: evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
- Gesamtzeit: ~5 Std.

Mi, 12.11.25



Gesundheitswandern im Lerbacher Wald mit Beweglichkeitsübungen

Strecke: ~ 5km
↗ 50m ↘ 50m
Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Leichte Rundwanderung ab Heidkamp. Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten physiotherapeutische Übungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in:

Burkhard Schlegel

- Treffpunkt: 14:00 Bergisch Gladbach-Heidkamp
Parkplatz/Bushaltestelle Kreishaus
- Anmeldung: bis 11.11.2025 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: 2 Std.

Do, 13.11.25



Ein Stück Bergischen Panoramasteig erwandern

Strecke: ~ 14km
↗ 450m ↘ 340m

Streckenwanderung ab Lindlar-Hommerich nach Kürten-Bechen. Wir lernen den Bergischen Panoramasteig zwischen Sülzthal und Bechen kennen. Es geht von Hommerich über

Gehzeit: ~ 4,5 Std

aussichtreiche Höhen, an Olpebach und Kürtener Süz entlang. Vorbei am Biesfelder Domblick und der Pohler Mühle erreichen wir Bechen. Zum Schluss können wir uns in der Landbäckerei Bauer stärken. Es sind mehrere größere Steigungen zu überwinden.

Wanderführer/-in:

Joachim Schmidt

- Treffpunkt: 09:00 Bergisch Gladbach, Bus-/S-Bahnhof, Stationsstr. 9
- ÖPNV: 09:13 Bus 426 + 335
- Anmeldung: bis 12.11.2025, 19:00 Online, per Mail oder Telefon
- Telefon: 0176 696 08 256 * Mail: joachimschmidt.koeln@web.de
- Kosten: ~ 6 € Fahrgeld ÖPNV (Kostenaufteilung)
- Sonstiges: Bitte Getränke mitnehmen und ggf. Imbiss, Einkehr in der Landbäckerei Bauer
- Gesamtzeit: ~7 Std.

Sa, 15.11.25



Rund um Rösrath

Strecke: ~ 16km
↗ 440m ↘ 440m
Gehzeit: ~ 6 Std.

Rundwanderung ab Rösrath-Forsbach. Wir erleben den Königsforst, ein beschauliches Wasserschloss, romantische Bachtäler und aussichtreiche Höhen.

Wanderführer/-in:

Franz Fell

- Treffpunkt: 09:30 Forsbach, Haltestelle Halfenhof
- ÖPNV: Buslinie 400 um 09:01 ab Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Linie 423 um 09:23 ab Bensberg
- PKW-Anfahrt: Parkplatz am Halfenhof
- Anmeldung: bis 13.11.2025, 19:00
- Mobil: 0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de
- Sonstiges: Getränk u. Imbiss für unterwegs; Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 7 Std.

Sa, 15.11.25



Zum Martinimarkt in Schildgen

Strecke: ~ 12km
↗ 90m ↘ 90m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Rundwanderung ab Schildgen. Durch die herbstliche waldreiche Umgebung wandern wir zum Martinimarkt in Schildgen und genießen dort die Angebote.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 10:30 Bergisch Gladbach-Schildgen, Altenberger-Dom-Straße, Herz-Jesu-Kirche
- Anmeldung: bis 13.11.2025, 20:00 per Telefon oder Mail

- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Schlusseinkehr zur Kaffeezeit auf dem Martinimarkt
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

So, 16.11.25



Strecke: ~ 10km
 ↗ 150m ↘ 150m
 Gehzeit: ~ 3 Std.

Impressionen an der Dhünntalsperre

Rundwanderung ab Odenthal-Neschen. Die Wanderung führt uns durch das schöne Tal der Dhünn und das der igrigen Linnefe. Direkt hinter der Loosenau mündet die Linnefe in die Dhünn. Das Naturschutzgebiet umfasst naturnahe Bachtalsysteme mit großen Auenwaldbeständen, Feucht- und Nassgrünland sowie Felspartien, Heideresten und Siefen.

Wanderführer/-in:

Hildegard Eiling

- Treffpunkt: 10:00 Uhr, Odenthal-Neschen, Wanderparkplatz Eichholzer Weg
- Anmeldung: bis 15.11.2024, 18:00 Uhr, per Telefon / AB oder Mail
- Telefon: 02207 2859 * Mail: hildegard_eiling@gmx.de
- Tourenhandy: 0157 5104 5028 (MB)
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Mi, 19.11.25



Strecke: ~ 5km
 Gehzeit: ~ 1,5 Std.

Gesundheitswandern im Königsforst mit Waldbaden

Leichte Rundwanderung ab Köln-Brück. Auf dem Programm steht das Waldbaden, welches in Japan unter dem Begriff „Shinrin Yoku“ längst eine eigene Gesundheitslehre ist und bei dem sich die Teilnehmer durch spezielle Achtsamkeitsübungen im Wald eine besondere Portion Entspannung mit in den Tag nehmen.

Wanderführer/-in:

Bettina van Fürden

- Treffpunkt: 10:00 Parkplatz Wildgehege Brück Köln Lützerathstraße
- Anmeldung: bis 18.11.2025, 20:00 per Telefon / AB oder Mail
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen; Termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich!
- Telefon: 0176 8271 8124 * Mail: bettinahome@yahoo.de
- Gesamtzeit: 2 Std.

Sa, 22.11.25



Strecke: ~ 9km
 ↗ 90m ↘ 90m
 Gehzeit: ~ 3 Std.

Zum Lichterfest im Bergischen Museum Bensberg

Rundwanderung ab Bensberg. Vom Busbahnhof wandern wir zum Forsthaus Steinhaus im Königsforst über den Bergischen Weg und zurück zum Bergischen Museum. Dann lassen wir den Tag bei stimmungsvoller Beleuchtung im Museum

ausklingen. Handwerkliche Vorführungen, Bastelaktionen, Glühwein, Punsch, selbstgebackene Waffeln und herzhafte Leckereien laden uns ein. Bei einer Taschenlampen-Führung durch den Besucherstollen kannst du mit eigenen elektrischen Lichtquellen wie Laternen, Lichterketten oder elektrische Kerzen das Museum zusätzlich beleuchten. Bitte beachte, dass offenes Feuer jeglicher Art und Kerzen nicht gestattet sind.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig, Anni Kießig

- Treffpunkt: 13:00 Busbahnhof Bensberg
- ÖPNV: Buslinien 227, 400 und 455, ab Bergisch Gladbach
- Anmeldung: bis 21.11.2025 20:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 02202 1868959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Kosten: Eintritt Museum 3 €
- Sonstiges: Bitte Getränke mitnehmen, Schlusseinkehr im Museum
- Gesamtzeit: ~6 Std.

Mo, 24.11.25



Strecke: ~ 12km

Gehzeit: ~ 4 Std.

Einfach etwas Bewegung

Rundwanderungen ab Leverkusen-Schlebusch. In der Regel zweimal im Monat montags findet unter der Leitung von Anni Kießig ein Bewegungsprogramm statt, das an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst wird. Auf unterschiedlichen Wegen geht es durch die walddreiche Umgebung von Köln-Dünnwald.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 12:30 Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4, Bus 202, 205, 260
- Anmeldung: bis 22.11.2025, 19:00 per Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Kosten: evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
- Gesamtzeit: ~5 Std.

So, 30.11.25



Adventfeier der Wanderfreunde Bergisches Land

Heute findet die Adventfeier der Wanderfreunde Bergisches Land mit einem bunten Programm statt.

Organisation:

Wolfgang Hoen

- Treffpunkt: 15:00 Bürgerzentrum im Herzogenhof, Odenthal, Altenberger-Dom-Str. 36 (Parkplatz am Schulzentrum Odenthal)

- ÖPNV: ab Bergisch Gladbach S-Bahnhof Buslinien 430, 432, 434 bis Odenthal-Herzogenfeld
- Anmeldung: bis 23.11.2025 per Telefon / Mail mit Einzahlung von 15,- € (Gäste 18,- €) auf das SGV-Konto bei der VR Bank eG, IBAN: DE 72 3706 2600 3119 6780 12
- Infos: Wolfgang Hoen
- Telefon: 02205 899 2936 * Mail: wolfganghoen@web.de
- Kosten: 15,- € / Person (Gäste 18,-€) einschließlich Kaffee/Tee, Kuchen, Plätzchen

DEZEMBER

Mo, 01.12.25



Nordic Walking

Nordic Walking Fitness

Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch, Freitag in Bensberg, jeden Dienstag, Donnerstag in Schildgen (s. S.29).

Do, 04.12.25



Strecke: ~ 10km
 ↗ 160m ↘ 160m
 Gehzeit: ~ 3 Std.

Höhen und Täler auf der Schwarzpulverroute

Rundwanderung ab Odenthal-Hüttchen. Die Schwarzpulverroute führt uns durch die abwechslungsreiche Bergische Landschaft nah an die Große Dhünntalsperre.

Wanderführer/-in:

Heinz-Dieter Zahr

- Treffpunkt: 13:30 Odenthal Hüttchen, Grillhütte
- Anmeldung: bis 03.12.2025, per Telefon/AB oder Mail
- Telefon: 0174 797 3343 * Mail: heinzdieterzahr@gmail.com
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Fr, 05.12.25



Strecke: ~ 6km
 ↗ 150m ↘ 150m
 Gehzeit: ~ 2 Std.

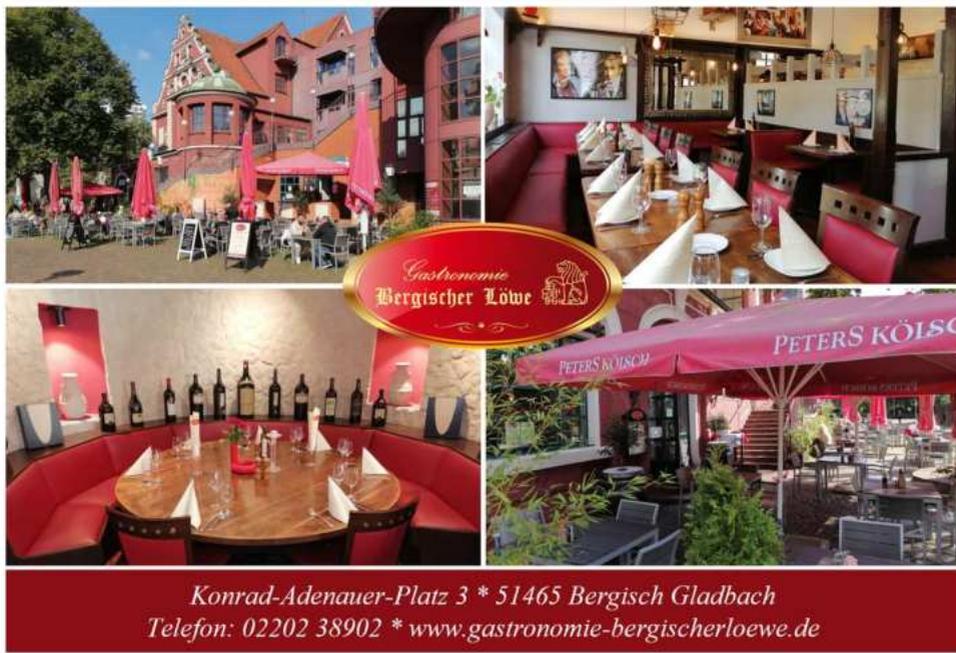
Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Herbst

Rundwanderung ab Kürten. Wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur in der Umgebung von Kürten. Achtung! Wir wandern nur bei trockenem und schönem Wetter.

Wanderführer/-in:

Hans-Dieter Lanfer

- Treffpunkt: 14:05 Kürten, Parkplatz an der BusHS „Kürten Rathaus“, Anmeldung zwingend erforderlich! - Startpunkt und Wanderroute bei Anmeldung.
- Anmeldung: am Do 04.12.2025 15:00 - 20:00 Uhr per Telefon
- Tourenhandy: 0176 9900 0206 (mit AB/MB)
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen. Schlusseinkauf auf Wunsch möglich.
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.



Konrad-Adenauer-Platz 3 * 51465 Bergisch Gladbach
 Telefon: 02202 38902 * www.gastronomie-bergischerloewe.de

Sa, 06.12.25



Blicke auf die Kölner Bucht

Strecke: ~ 19km
 ↗ 300m ↘ 300m
 Gehzeit: ~ 4,5 h

Sportliche Rundwanderung ab Bergisch Gladbach. Wir wandern auf die Höhen des Bergischen Landes und genießen den Blick auf Köln. Das Tempo ist zügig >4,5 Km/h.

Wanderführer/-in:

Renate Buchwald-Rzezonka

- Treffpunkt: 10:00 Bergisch-Gladbach S-Bahnhof
- Anmeldung: bis 05.12.2025 20:00
- Telefon: 0163 9666061 * Mail: etaner.b@web.de
- Sonstiges: Getränke und Imbis mitnehmen
- Gesamtzeit: ~5 Std.

So, 07.12.25



Mit dem Nikolaus zur Burscheider Talsperre

Strecke: ~ 12km
 ↗ 180m ↘ 180m
 Gehzeit: ~ 4 Std

Rundwanderung ab Burscheid-Bellinghausen. Auf alten Pfaden geht es mit dem Nikolaus entlang von Höhen hinab in den kühlen Grund des Eifgenbachtals, bekannt für seine naturbelassene Landschaft und auch seine kulturhistorische Bedeutung. Die ehemaligen Staubecken der Burscheider Talsperre zeugen von der wirtschaftlichen Nutzung des Wassers und sind heute artenreiche Biotope.

Wanderführer/-in:

Burkhard Schlegel

- Treffpunkt 1: 09:10 Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Bus 430
- Treffpunkt 2: 10:00 Burscheid, Parkplatz Bellinghausen
- Anmeldung: bis 06.12.2025, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Kosten: ggf. Busfahrkarte
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen.
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Mo, 08.12.25



Einfach etwas Bewegung

Strecke: ~ 12km
Gehzeit: ~ 4 Std.

Rundwanderungen ab Leverkusen-Schlebusch. In der Regel zweimal im Monat montags findet unter der Leitung von Anni Kießig ein Bewegungsprogramm statt, das an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst wird. Auf unterschiedlichen Wegen geht es durch die walddreiche Umgebung von Köln-Dünnwald.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 12:30 Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4, Bus 202, 205, 260
- Anmeldung: bis 06.12.2025, 19:00 per Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränk u. Imbiss für unterwegs; Schlusseinkehr optional
- Kosten: evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Do, 11.12.25



Die Gronauer Waldsiedlung zur Weihnachtszeit

Strecke: ~ 12km
↗ 80m ↘ 80m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach. Bei dieser Wanderung besuchen wir die Gronauer Waldsiedlung mit ihrer weihnachtlichen Dekoration und dann den Weihnachtsmarkt auf dem Konrad-Adenauer-Platz, wo wir nach Ende der Wanderung ein paar Leckereien genießen können.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

- Treffpunkt: 13:00 Bergisch Gladbach, S-Bahnhof
- Anmeldung: bis 10.12.2025, 19:00 per Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränk und Imbiss für unterwegs, Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Do, 11.12.25



Treffen der Wanderführer auf dem Weihnachtsmarkt

Treffen der Wanderführer auf dem Weihnachtsmarkt in Bergisch Gladbach Stadtmitte

Wanderführer/-in:

Burkhard Schlegel

• Treffpunkt:

17:00 Konrad-Adenauer-Platz vor dem Glühweinstand

So, 14.12.25



„Rievkooche satt“

Strecke: ~ 11km

↗ 230m ↘ 230m

Gehzeit: ~ 4 Std.

Traditionswanderung ab Wipperfeld. Entscheide selber, ob du nur mitwanderst oder nur Rievkooche isst oder doch an beidem teilnimmst.

Wanderführer/-in:

Andreas Schultheiß

• Treffpunkt 1:

10:00 Uhr, Wipperfeld, Parkplatz Restaurant Napoleon

• Treffpunkt 2:

14.00 nur Einkehr Napoleon

• Anmeldung:

bis 11. Dez. 19:00 Uhr, online oder Mail

• Telefon:

0160 768 6453 * Mail: vorstand@wf-bergischesland.de

• Kosten:

~ 4,- € bei PKW-Mitfahrt * Anfahrt: ~ 22 km * Einkehr

• Sonstiges:

Preis für die Rievkooche mit Apfelmus, Rübenkraut, Milchreis, Schwarzbrot und Butter, Panhas, Lachs, Kaffee/Tee, alles inclusive, beträgt 18,50 €. Du kannst auch nur mit wandern oder nur Rievkooche essen.

• Gesamtzeit:

~6 Std.

So, 21.12.25



Winterwanderung zu den Krippen rund um Much

Strecke: ~ 10km

↗ 180m ↘ 180m

Gehzeit: ~ 3 Std.

Rundwanderung um Much. In der Advents- und Weihnachtszeit hat die Gemeinde Much etwas ganz Besonderes vorbereitet - den Mucher Krippenweg. Wir werden gemeinsam einige der liebevoll gestalteten und an den unterschiedlichsten Orten aufgestellten Krippen in und um Much auf einer Winterwanderung besichtigen.

Wanderführer/-in:

Ingrid Sienz, Irmgard Schaar

• Treffpunkt 1:

09:30 Bergisch Gladbach Parkplatz Schnabelsmühle

• Treffpunkt 2:

10:15 Parkplatz gegenüber der Gaststätte Baulig, Marienfelder Str. 16, 53804 Much

• Anmeldung:

bis 19.12.2025, 20:00 Uhr, bei Ingrid Sienz

• Telefon:

02202 54588

• Tourenhandy:

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

• Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

• Gesamtzeit:

~6 Std.

Lehmbacher Hof

R I S T O R A N T E

Bergische Landstr. 161 * 51503 Rösrath

Telefon: 02205-2226 * E-Mail: info@lehmbacher-hof.de



Mo., Di., Do., Fr.:

12.00-14.30 Uhr und 17.30-22.00 Uhr

Mi.: Ruhetag

Sa., So. und feiertags: 12.00-22.00 Uhr

Mo, 22.12.25



Einfach etwas Bewegung

Strecke: ~ 12km
Gehzeit: ~ 4 Std.

Rundwanderungen ab Leverkusen-Schlebusch.

In der Regel zweimal im Monat montags findet unter der Leitung von Anni Kießig ein Bewegungsprogramm statt, das an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst wird. Auf unterschiedlichen Wegen geht es durch die walddreiche Umgebung von Köln-Dünnwald. Schlusseinkehr vor den Festtagen in ein Café.

Wanderführer/-in:

Anni Kießig

• Treffpunkt:

12:30 Leverkusen-Schlebusch, KVB Linie 4,
Bus 202, 205, 260

• Anmeldung:

bis 20.12.2025, 19:00 per Telefon oder Mail

• Telefon:

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

• Tourenhandy:

0175 854 6451

• Sonstiges:

Getränk und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional

• Kosten:

evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt

• Gesamtzeit:

~ 5 Std.

Mi, 24.12.25



Strecke: ~ 16km

↗ 80m ↘ 80m

Gehzeit: ~ 5 Std.

Wanderführer/-in:

• Treffpunkt:

• Anmeldung:

• Telefon:

• Mail:

• Sonstiges:

• Kosten:

• Gesamtzeit:

Am Heiligen Abend im Wald bis das Christkind kommt

Rundwanderung durch den winterlichen Wald rund um Köln-Brück.

Manfred Kießig, Anni Kießig

11:00 Köln-Brück, P&R Parkplatz KVB Linie1, Brück
Mauspfad

bis 22.12.2024, 20:00 per Telefon oder Mail

02202 186 8959

wandernkiessig@t-online.de * Tourenhandy: 0175 854 6451

Schlusseinkehr auf Wunsch. Bitte anmelden!

bei Schlusseinkehr für Würstchen und Kartoffelsalat

~ 6 Std.

Fr, 26.12.25



Strecke: ~ 10km

↗ 120m ↘ 120m

Gehzeit: ~ 4 Std.

Wanderführer/-in:

• Treffpunkt:

• Anmeldung:

• Telefon:

• Mail:

• Sonstiges:

• Gesamtzeit:

Weihnachtswanderung rund um Bergisch Gladbach

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach. Zur Weihnacht geht es rund um Bergisch Gladbach auf der visuellen Spurensuche nach schöner Weihnachtsdekoration in Wald, Flur und Stadt.

Anni Kießig

13:00 Bergisch Gladbach, Bus-/S-Bahnhof

bis 22.12.2025, 20:00 per Telefon oder Mail

02202 186 8959

wandernkiessig@t-online.de * Tourenhandy: 0175 854 6451

Schlusseinkehr zur Kaffeezeit

~ 5 Std.

So, 28.12.25



Strecke: ~ 12km

↗ 80m ↘ 80m

Gehzeit: ~ 5 Std.

Wanderführer/-in:

• Treffpunkt:

• ÖPNV:

• Anmeldung:

• Telefon:

• Kosten:

• Sonstiges:

• Gesamtzeit:

Krippenweg in Refrath und Brück

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach-Refrath. Auf dieser Wanderung besuchen wir einige Krippen in Refrath und Brück. Dabei können wir die weihnachtliche Stimmung genießen.

Anni Kießig

12:00 Uhr Bergisch Gladbach-Refrath, Parkplatz
Steinbreche

Buslinien 451 und 452, ab Bergisch Gladbach

bis 27.12.2025, 20:00 Online, Mail oder Telefon

02202 1868959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de

Keine

Bitte Getränke mitnehmen, Schlusseinkehr möglich

~ 6 Std.

Mi, 31.12.25



Strecke: ~ 15km
↗ 80m ↘ 80m
Gehzeit: ~ 5 Std.

Eine Silvesterwanderung zum Jahresabschluss

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach-Paffrath. Wir lassen das Jahr wandernd ausklingen. Wir streifen durch die Wälder rund um Paffrath und Dünwald. Wer möchte, kann etwas zum Teilen für die Rast mitbringen.

Wanderführer/-in:

Manfred Kießig, Anni Kießig

- Treffpunkt: 11:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Parkplatz Kombibad
- Anmeldung: bis 30.12.2025, 20:00 per Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959
- Mail: wandernkiessig@t-online.de * Tourenhandy: 0175 854 6451
- Sonstiges: Getränk und Imbiss für unterwegs, Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 6 Std.

»Kalyva«



Taverna – Pizzeria

... Gastronomie aus Leidenschaft
... Gastronomie aus Leidenschaft

- ◆ griechisch-italienische Küche
- ◆ alle Gerichte auch zum Mitnehmen
- ◆ Gartenrestaurant in mediterraner Atmosphäre
- ◆ Spielzimmer für unsere kleinen Freunde
- ◆ separate Räume für alle Anlässe bis 25 Personen und bis 40 Personen

- ◆ separater Saal für alle Anlässe bis 100 Personen mit internationaler Küche vom rustikalen bis zum exklusiven Buffet
- ◆ Partyservice
- ◆ ausreichend Parkplätze vor und hinter dem Haus

Öffnungszeiten:

Montags – Samstags
von 17.00 – 22.30 Uhr
(Mittags nach Vereinbarung)

Sonn- und Feiertags
von 12.00 – 22.00 Uhr

Kölner Straße 375
(B 506, gegenüber dem Esel)
51515 Kürten-Bechen
Tel. 0 22 07-56 85 · Fax 0 22 07-70 00 74
info@kalyva.de · www.kalyva.de

*Beim Wandern bleiben die Alltagsorgen drunten
im Tal. Unbeschwert schweifen die Gedanken
in die Breite, in die Höhe, in die Zukunft.
(Wilhelm Münker)*

Vorankündigung für Veranstaltung 1. Halbjahr 2026

So, 11.01.26



Strecke: ~ 9km

↗ 120m ↘ 120m

Gehzeit: ~ 3 Std.

Traditionswanderung Glühwein & Schmalzbrote

Es gibt nach der Wanderung im Haus der Vereine Butterplatz, Schmalzbrote, Glühwein, Kaffee und Mineralwasser.

Das Schmalzbroteszen hat eine lange Tradition in unserem Verein, die wir mit Freude weiterpflegen wollen. Eingeführt wurde das Schmalzbroteszen vor langer Zeit vom Ehepaar Schmutzler und viele Jahre von Norbert und Vroni Dietrich mit großem Engagement weitergeführt.

Wanderführer/-in:

Irmgard Schaar

- Treffpunkt 1: 11:00 Bergisch Gladbach Haus der Vereine im Milchborntal, Hardtweg 42
- Treffpunkt 2: alle, die nicht mitlaufen wollen, treffen sich um 14:15 im Haus der Vereine im Milchborntal, Hardtweg 42, Bergisch Gladbach
- ÖPNV: Bus 400, Bergisch Gladbach, Haltestelle Milchborntal
- Anmeldung: verbindlich vom 6.- 9.01.2026. bis 19:00
- Telefon: 02202 54 588 bei Ingrid Sienz
- Kosten: 10,00 € pro Person, zu zahlen am Tag der Veranstaltung
- Organisation: Vroni Dietrich, Irmgard Schaar, Wolfgang Hoen, Ingrid Sienz
- Tourenhandy: 0173 861 9382 * Mail: irmgard.schaar@t-online.de
- Gesamtzeit: ~ 6 Std.



Herzlich Willkommen

Wir begrüßen die neuen Mitglieder in unserem Verein und wünschen ihnen allen viel Freude und schöne Stunden bei unseren Wanderungen und Veranstaltungen.

Herzlichen Glückwunsch

Wir gratulieren allen Mitgliedern, die einen ganz besonderen Tag feiern dürfen.

Gute Besserung

Wir wünschen allen, die zurzeit aus gesundheitlichen Gründen nicht am Vereinsleben teilnehmen können, gute Besserung und baldige Genesung.

Unsere Mitglieder können die neuen Mitglieder (und auch die verstorbenen Mitglieder) dem Anschreiben des Vorsitzenden zum Versand dieses Programmheftes entnehmen.

Gesundes für die
WANDERPAUSE
gibt es bei uns!



*4 x für Sie
in der Region*

Hetzenegger
125 Jahre

Wir  unsere Region und Lebensmittel.

Sand - Herkenrather Str. 70 - 51465 Berg. Gladbach

Moitzfeld - Moitzfeld 72 - 51429 Berg. Gladbach

Herkenrath - Strassen 51 - 53 - 51429 Berg. Gladbach

Dürscheid - Wipperfürther Str. 165 - 51515 Kürten

www.edeka-hetzenegger.de



Wie kann ich Mitglied werden?



- a. **Ich erkenne** die Satzung des Gesamtvereins „Sauerländischer Gebirgsverein e.V.“ (SGV) und die Satzung und die Vereinsordnung der „Wanderfreunde Bergisches Land e.V., Abt. im SGV“ (WFBL) rechtsverbindlich an.
- b. **Ich akzeptiere**, dass ich an Veranstaltungen des Vereins auf eigenen Wunsch und Gefahr teilnehme. Es besteht für die Mitglieder des SGVs eine kombinierte Haftpflicht- u. Unfallversicherung.
- c. **Ich stelle ein Passfoto** für den Mitgliedsausweis zur Verfügung. Ein analog übermitteltes Foto erhältst du nach Erstellung des Ausweises zurück.
- d. **Ich zahle den zurzeit gültigen Jahresbeitrag**

für Vollmitglieder ab 18 Jahre	36,00 €
für Familien- oder Partnermitglieder ab 18 Jahre	20,00 €
für Mitglieder unter 18 Jahre / in Ausbildung bis 26 Jahre	15,00 €

Kinder unter 14 Jahre sind frei, wenn ein Elternteil Vollmitglied ist.
Die Mitgliedsbeiträge werden durch Beschluss der Mitgliederversammlung festgelegt und jährlich zum 31. Januar per SEPA-Lastschrift eingezogen.
- e. **Ich verpflichte mich**, personelle Veränderungen und Änderungen der Bankdaten umgehend der Geschäftsstelle schriftlich zu melden.
- f. **Ich bin einverstanden, dass Bankrücklasten**, die nicht vom Verein verschuldet sind, zzgl. einer Bearbeitungsgebühr von mir getragen werden.
- g. **Wenn ich zum Ende des Jahres kündigen will**, muss ich das bis zum 30. September per Brief der Geschäftsstelle mitteilen. Mitgliedsausweis und evtl. erhaltene Gerätschaften gebe ich bis zum Jahresende zurück.
- h. **Ich bin mit den Punkten a. bis g. einverstanden** und fülle den Aufnahmeantrag und das SEPA-Lastschriftmandat aus, unterschreibe beides und schicke es an die

**Geschäftsstelle: Wanderfreunde Bergisches Land e.V., Abt. im SGV
Bensberger Str. 180, 51469 Bergisch Gladbach**

Noch bequemer und schneller geht die Aufnahme auf unserer Webseite <https://wf-bergischesland.de/mitgliedschaft-beitrag>.

Aufnahmeantrag

Mandatsref./Mitgl.-

Nr.: _____
(Wird vom Verein eingetragen)

Gläubiger-ID: DE36WBL00001581585

Hiermit beantrage ich die Aufnahme zum (Datum) _____ in den Verein **Wanderfreunde Bergisches Land e.V., Abteilung im SGV (WFBL)**.

Ich habe den Text "Wie kann ich Mitglied werden", die Satzung und die Vereinsordnung gelesen und stimme dem zu.

Mitglied: _____

Foto liegt bei Name, Vorname (Kontoinhaber)

_____ Geburtsdatum

_____ Straße / Hausnummer

_____ PLZ / Wohnort

_____ Telefon-Nr.

_____ Handy-Nr.

X

_____ Unterschrift

_____ E-Mail-Adresse

_____ Eintrittsdatum

Beitragsart:

Vollmitglied

Partnermitglied

14-17-jährig od. Azubi U27

Kind

Der Antrag erfolgt auf Empfehlung von _____

Ich war bereits SGV-Mitglied in _____ vom _____ bis _____

Mit meiner Unterschrift stimme ich zu, dass meine Mitgliedsdaten im Rahmen der Vereinsverwaltung digital gespeichert und verwaltet, sowie an den SGV-Gesamtverein weitergegeben werden dürfen (DSGVO und BDSG). Diese Zustimmung kann jederzeit schriftlich widerrufen werden. Eine Information zur Datenspeicherung wird mit der Satzung zur Verfügung gestellt.

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige die WFBL-Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von WFBL auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

_____ Name Kreditinstitut

DE _____ | _____ | _____ | _____ | _____ | _____

IBAN

_____ Ort, Datum

X

_____ Unterschrift (Kontoinhaber)

2 Ausfertigungen erstellen: 1. Für den Zahlungspflichtigen, 2. Für den Zahlungsempfänger

HörStudio

Zum Bergischen



Persönliche Beratung
Bestmögliche Versorgung
Individuelle Lösungen

Wir sind für Sie da!

- Inhaber geführter Meisterbetrieb
- Hörsysteme aller Marken
- Spezialist für Im-Ohr-Hörgeräte
- Individuelle Beratung und Anpassung
- Kostenloses Probetragen
- Gratis Hörtest
- Reparaturservice



Wir beraten Sie gerne!



Cornelia Rosner
Hörakustikermeisterin

Patrick Starink
Hörakustikermeister

In unseren Studios:

Dünnerhöfe 1a * 51519 Odenthal,
Tel.: 02202 8632373 * Fax: 02202 8632375

Eich 50 * 42929 Wermelskirchen
Tel.: 02196 8820789 * Fax: 02196 8844398

info@hoerstudio-zum-bergischen.de

Endlich wieder besser Hören!

Feiern Sie über den Dächern von Bergisch Gladbach!

Exklusiv im Zentrum der Stadt feiern, wann Sie möchten und solange Sie möchten: Von Taufen, Konfirmations- und Kommunionen über Geburtstags- und Betriebsfeiern bis hin zu Hochzeiten steht Ihnen das PENTHOUSE für bis zu 100 Personen zur Verfügung.



PENTHOUSE

Ihre Eventlocation mit Aussicht.

Konrad-Adenauer-Platz 7 • 51465 Bergisch Gladbach

Tel.: 0 22 02 / 24 71 08 • Fax: 0 22 02 / 25 90 99

Internet: www.penthouse-gl.de • E-Mail: info@penthouse-gl.de

Bier und mehr
Kohlgrüber
Getränke



POLiTO

ODENTHAL  **SCHILDGEN**

**Post
Schreiben
Lotto**

**Schreiben
Reisen
Lotto**

Kempener Straße 259 51467 Bergisch Gladbach

Tel. 02202 / 982451

Altenberger-Dom-Straße 16 - 51519 Odenthal

Tel. 02202 / 959577



**einfach
gemeinsam e.V.**

Verein für Menschen mit und ohne Behinderungen
und chronischen Erkrankungen

Der Verein „einfach gemeinsam e.V.“ ist ein ganz junger Verein.

Gegründet wurde er am 29.10.2020 von 11 alten „Hasen“, die schon lange im Rheinisch Bergischen Kreis mit der Umsetzung der Inklusion vertraut sind.

Inklusion ist für den Verein nicht nur ein interessantes Wort, sondern ein Auftrag. Menschen, die anders sind, sollen die Möglichkeit haben, ganz natürlich und selbstverständlich in unserer Gesellschaft zu leben.

Der Verein steht für ein freundschaftliches, wertschätzendes und von Respekt und Toleranz getragendem Miteinander aller seiner Mitglieder.

Wenn Sie Interesse haben, sprechen Sie uns an:

info@einfachgemeinsam.gl oder +49 2202 2728467 AB oder +49 176 76813303

Anschrift: 51469 Bergisch Gladbach, Bensberger Str. 180 (Ecke Lerbacher Weg)

Warum trauern wir?

Wenn ein uns nahe stehender Mensch stirbt, wird unsere *Liebe* zu *Trauer*. Diese Trauer ist ebenso wertvoll, wie es zu Lebzeiten die Liebe ist.

Wir sind dafür da, Ihnen die *Zeit*, den *Raum* und die *Begleitung* zu geben, Ihren Abschied genau so gestalten zu können, wie es *Ihren Bedürfnissen* entspricht: Alles kann, nichts muß.

Trauer ist Liebe.



Pütz-Roth Bestattungen und Trauerbegleitung
Bergisch Gladbach, Kürtener Str. 10 (02202) 9 35 80, www.puetz-roth.de

Geschäftsführender Vorstand:		
Postanschrift: Bensberger Str. 180, 51469 Bergisch Gladbach		
1. Vorsitzender Andreas Schultheiß 0160 768 6453 vorstand@wf-bergischesland.de	2. Vorsitzender Manfred Kießig 02202 186 8959 vorsitz2@wf-bergischesland.de	Kassenwart Hans-Willi Schmitz 0178 284 0862 kassenwart@wf-bergischesland.de
Wanderwart Burkhard Schlegel 0163 317 9700 wanderwart@wf-bergischesland.de	Schriftführerin Christine Klein 0178 491 9563 info@wf-bergischesland.de	
Erweiterter Vorstand:		
IT-Administrator Andreas Vresak 0172 7241 3178 andyii@gmx.de	Mitgliederverwaltung Jutta Neumann 0157 5303 0524 mitglieder@wf-bergischesland.de	Pressewartin Christine Klein 0178 491 9563 presse@wf-bergischesland.de
Fachwartin Digitale Medien Irene Greuel 02202 39352 webmaster@wf-bergischesland.de	Wegewart Arndt Rüter 0172 476 6042 wegewart@wf-bergischesland.de	Feste-Team Wolfgang Hoen 02205 899 2936 feste@wf-bergischesland.de
Mentor für Mitglieder u. Gäste NN		
Stellvertretungen Erweiterter Vorstand:		
Wanderwart (Wanderstatistik) NN	Fachwartin für Sponsoren Irene Greuel 02202 39352 sponsoren@wf-bergischesland.de	Fachwartin Digitale Medien Christine Klein 0178 491 9563 webmaster@wf-bergischesland.de
Pressewartin Irene Greuel 02202 39352 presse@wf-bergischesland.de	Mentorin Mitglieder u. Gäste NN	
noch zu besetzende Funktionen:	Mentor:in für Mitglieder u. Gäste stellv. Mentor:in stellv. Wanderwart	Fachwart:in Sponsoren stellv. Kassenwart:in stellv. Schriftführer:in

„Die Natur ist die große Ruhe in unserer überaus bewegten Zeit – Beim Wandern und Verweilen in ihr verliert man keine Zeit, man lebt sie.“

(Deutscher Wanderverband)

Impressum

Herausgeber: Wanderfreunde Bergisches Land e.V.
Abteilung im Sauerländischen Gebirgsverein
Mail: info@wf-bergischesland.de
www.wf-bergischesland.de

Verantwortlich: Andreas Schultheiß (1. Vorsitzender)
Bensberger Str. 180, 51469 Bergisch Gladbach

Bankverbindung: IBAN: DE72 3706 2600 3119 6780 12
VR Bank eG Bergisch Gladbach-Leverkusen

Redaktion: Mechthild Ferdinand, Christine Klein, Udo K. Müller,
Burkhard Schlegel

Layout: Burkhard Schlegel

Lektorat: Mechthild Ferdinand, Christine Klein

Anzeigen: Sponsoren-Team

Titelbild : Burkhard Schlegel

Druckerei: Druckerei Eberwein OHG
Auf dem Kummgraben 10, 53343 Wachtberg-Villip

Auflage: 2.500 Exemplare

Inserentenverzeichnis

Name	Seite	Name	Seite	Name	Seite
Apotheke in Kürten	5	Hörstudio zum Bergischen in Odenthal	85	Polito, in BG-Schildgen u. Odenthal	87
Apotheke St. Johannis in BG-Refrath	6	Hotel-Restaurant-Café Wißkirchen	50	Pütz-Roth, Bestattungen in BG	88
Auto Total, Schmutzler & Wohlgemuth	24	Kreissparkasse Köln	2	Schmitz-Catering, Bergisch Gladbach	15
Beauty Edelweiß, Fußpflege	22	Landgasthof Reinhold in Lieberhausen	63	Schuhmacherei + Schlüsseld. Refrath	67
BELKAW, Licht, Kraft- u. Wasserwerke	91	Landhotel Napoleon in Wipperfürth	17	Rewe Tönnies OHG in Odenthal	53
Bensberger + VR Bank + VB Berg	92	Lehmbacher Hof Ristorante in Rös Rath	78	Rund ums Glas, K. Dedy, Schlebusch	61
Bücher-Scheune in BG-Schildgen	68	LVR Freilichtmuseum Lindlar	12	Sport 4 You - Intersport in BG	20
Das Bergische Wanderland	8	Malerbetrieb Herbert Ernst GmbH	59	Taverna Kalyva in Bechen	80
EDEKA-Hetzenegger, 3x in BG.	82	Natursteig Sieg, Erlebniswege	4	Treff „einfach gemeinsam e.V.“	87
Gastronomie Bergischer Löwe	75	Optik Wolf, BG-Bensberg	14		
H+L Immobilien Verwaltungs-GmbH	28	Penthouse, Eventlokation in BG	86		

Allen Inserenten, die uns durch ihre Werbung in unserem Programmheft unterstützt haben, danken wir sehr herzlich.



Unsere Mitglieder bitten wir, bei Einkäufen, Reparaturen und Einkerhen, die Inserenten verstärkt zu berücksichtigen. Die Werbepartner mit dem VORTEIL-SGV-LOGO gewähren unseren Mitgliedern bei Vorlage ihres SGV-Lichtbildausweises einen Nachlass auf den Rechnungsbetrag. Ausgenommen sind reduzierte Ware und anderslautende Werbeaussagen.

belkaw.de

BELKAW
Im Herzen bergisch

Schnell, verlässlich, bergisch

**WIR SIND IMMER FÜR
SIE DA**

Darauf ist Verlass: Unsere Techniker sind unermüdlich für Sie in der Region im Einsatz – 24 Stunden am Tag, 7 Tage in der Woche. So sind wir immer schnell zur Stelle und kümmern uns um Ihre sichere Versorgung mit Energie und Wasser. Erfahren Sie mehr über unsere Mitarbeiter aus der Technik: belkaw.de

BELKAW
Im Herzen bergisch.



bensbergerbank.de
volksbank-berg.de
vrbankgl.de

Was bei uns seit der
Gründung gilt,
gilt heute umso mehr:
Zusammenhalten.

Morgen
kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Als bergische Banken vor Ort verstehen wir unsere Kunden und Mitglieder besonders gut. Und vor allem in der heutigen Zeit berufen wir uns auf einen unserer wichtigsten Werte: Zusammenhalt. Denn den braucht die Welt für eine bessere Zukunft. Mit kompetenter und ehrlicher Beratung auf Augenhöhe gehen wir einen gemeinsamen Weg mit unseren Kunden, packen es zusammen an und wissen: Morgen kann kommen.

 Bensberger Bank eG
Volksbank Berg eG
VR Bank eG Bergisch Gladbach-Leverkusen

