SGV

WANDERFREUNDE
BERGISCHES LAND

Veranstaltungen Januar bis Juni 2027



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

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



Wir fördern Brauchtum und Kultur. Unterstützen soziale Projekte und den Jugendsport. Für die Menschen in der Region.

ksk-koeln.de/unser-engagement

Weil’s um mehr als Geld geht.

Kreissparkasse Köln

Inhaltsverzeichnis

Grußwort unseres 1. Vorsitzenden 5
Wichtige interne Termine 7
Neue Wandernadeln für die Bergischen Streifzüge 9
Unsere Umweltseite „Totholz – Hotspot der Artenvielfalt…“ 11
Titelbild und Fotonachweis 13
„Rhein-Berg blüht auf!“ (Gemeinsame Naturschutzaktivität) 14
Hinweise und Informationen
- Verwendete Abkürzungen im Programmheft 15
- Zeitangaben 15
- Schwierigkeitsgrade 15
- Empfehlung beim Betreten von Wäldern 17
- Das Deutsche Wanderabzeichen 17
- Hinweise und Regeln für SGV-Mitglieder und Gäste 19
- Hinweise und Regeln für das Radfahren in Gruppen 20

Informationen zu
- Gesundheitswanderungen 22
- Inklusiven Wanderungen 23
- Nordic Walking – fit und entspannt in der Natur 24

Regelmäßige Veranstaltungen mit Terminen
- Kegeln und Klönen 25
- Nordic Walking-Treffs Bensberg und Schildgen 26
- Einladung: Premiere unserer neuen Boule-Gruppe! 27

Unsere Veranstaltungsangebote im
- Januar 28
- Februar 33
- März 38

Terminübersicht unserer Veranstaltungen 45
Veranstaltungsleiter 48
Unsere Veranstaltungsangebote im
- April 50
- Mai 60
- Juni 70

Vorankündigung 2. Halbjahr 2027 79
3-Wege-Wanderfest (Sommerfest mit angepasstem Konzept) 81
Aufnahmeantrag zur Mitgliedschaft 83
Deine Mitgliedschaft liegt uns am Herzen 85
Geschäftsführender Vorstand 90
Erweiterter Vorstand 90
Impressum 91
Inserenten-Verzeichnis 91

www.naturregion-sieg.de



Erlebniswege Sieg –
pures Entdeckervergnügen!

28 Rundwege verbinden die kulturellen und landschaftlichen Schätze der Region.

Erlebniswege
Sieg

Grußwort unseres 1. Vorsitzenden



Liebe Wanderfreundinnen, Wanderfreunde, Gäste und Fördererinnen und Förderer,

ein neues Wanderjahr liegt vor uns – mit schönen Wegen, beeindruckenden Landschaften und vielen Begegnungen in der bergischen Natur.

Unser Wanderprogramm für das 1. Halbjahr 2027 lädt euch herzlich ein, gemeinsam unterwegs zu sein, Neues zu entdecken und den Alltag Schritt für Schritt hinter sich zu lassen, denn wir haben Zukunft gepflanzt!

Wanderer wissen, wie wertvoll eine intakte Natur ist. Deshalb sind Mitglieder unseres Vereins dem Aufruf des BNE-Zentrums Turmhof gefolgt und haben sich an der Aktion „Rhein-Berg blüht auf!“ in Rösrath, Overath und Kürten-Bechen beteiligt. Kreisweit wurden 80.000 Blumenzwiebeln für Wildbienen, Hummeln und Schmetterlinge in die Erde gebracht.

Ein besonderer Dank gilt unseren Sponsoren, der Volksbank Berg und der VR Bank eG Bergisch Gladbach-Leverkusen, sowie den Mitgliedern, die gemeinsam die finanziellen Mittel für rund 20.000 Blumenzwiebeln bereitgestellt haben. Dieses Engagement ist ein wertvoller Beitrag für mehr Artenvielfalt und eine lebendige Landschaft.

Die Aktion ist Teil unseres Projekts „BLATT FÜR BLATT“, das Menschen, Natur und Umwelt in unserem Verein enger miteinander verbinden möchte. Im Frühjahr 2027 wird sich zeigen, wo unsere Pflanzaktion ihre bunten Spuren hinterlassen hat – vielleicht blüht auch an deinem Wanderweg schon bald etwas, das wir gemeinsam in die Erde gebracht haben.

Wandern bedeutet eben mehr, als ein Ziel zu erreichen. Es heißt, aufmerksam hinzuschauen, die Schönheit unserer Heimat zu genießen und Verantwortung für unseren natürlichen Lebensraum zu übernehmen.

Ich wünsche euch viel Freude mit unserem Wanderprogramm, schöne gemeinsame Erlebnisse und stets einen guten Weg unter den Füßen.

Beachtet bitte unsere tagesaktuellen Änderungen oder Ergänzungen zu Wanderungen auf wf-bergischesland.de/wanderungen .

Mit herzlichem Gruß euer 1. Vorsitzender Andreas Schultheiß



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 60050, Fax: 92502 26
www.st-johannis-apotheke-refrath.de

Wichtige Termine

Wir bitten um rege Teilnahme – auch der neuen Mitglieder

Sonntag, 10.01.2027, „Glühwein & Schmalzbrote“.
Das Schmalzbrotessen wurde vor langer Zeit vom Ehepaar Schmutzler eingeführt und viele Jahre von Norbert und Vroni Dietrich weitergeführt und wir wollen die Tradition mit Freude pflegen.

Samstag, 13.03.2027, 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.**

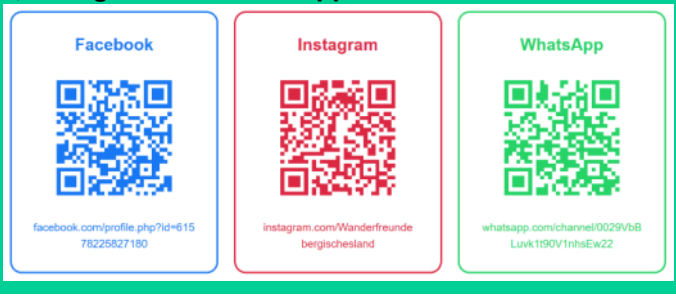
Sonntag, 21.03.2027, Meldeschluss Veranstaltungen PH2027-2.
Liebe Veranstaltungsleiter/-innen, bitte beachtet diesen Termin.

Samstag, 19.06.2027, 3-Wege-Wanderfest.
Aus unserem Sommerfest wird das 3-Wege-Wanderfest mit Strecken über 5, 8 und 10 km! Wer nicht wandert, entspannt ab 14:30 Uhr an der
Bücherei Odenthal (Dorfstr. 4).
Um 15:00 Uhr treffen alle Wandergruppen ein – dann starten wir mit Kaffee & Kuchen, später wird gegrillt.
Kommt vorbei und feiert gemeinsam mit uns einen fröhlichen Tag!

JETZT NEU Facebook, Instagram und Whatsapp-Kanal

Folgt uns –
wir zeigen euch
den Weg!

QR-Code scannen
oder
Link im Internet-
Browser eingeben



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









BERGISCHE WANDERWOCHEN



Sa., 24.4. bis
So., 9.5.2027

www.bergische-wanderwochen.de

Partner der Wanderwochen:

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

Neue Wandernadeln für die Bergischen Streifzüge

Das Bergische hat seine Bergischen Streifzüge in die SummitLynx-App integriert und bietet ab sofort neue Wandernadeln an.

Wie auch beim Bergischen Weg, kannst du verschiedene Ziele fotografieren, in der App hochladen und Punkte sammeln. Die Fotospots sind Sehenswürdigkeiten, Talsperren, Aussichtspunkte und Infotafeln sowie Gastrobetriebe, die Mitglied bei ‚Das Bergische' sind.

Wenn du sechs Streifzüge gewandert bist, bekommst du die digitale bronzene Wandernadel, nach 15 Streifzügen die digitale silberne Nadel und nach allen 25 Streifzügen die digitale goldene Nadel. Eine digitale Urkunde gibt es ebenfalls bei jeder erreichten Nadel. Die Auszeichnungen werden dann in der App freigeschaltet. Die drei Wandernadeln als Anstecknadeln (in haptischer Form) sind 2027 verfügbar.

Du kannst dir die App kostenlos herunterladen. Auch ohne Internetverbindung lassen sich die Einträge speichern und später synchronisieren. Die App wurde in diesem Jahr überarbeitet, sodass die Bedienung besser ist und Schwierigkeiten, die bislang aufgetaucht sind, sich nun aufgelöst haben sollten.

Anbei die Links zur Website und SummitLynx:

https://www.dasbergische.de/aktivitaeten/wandern/wandern-im-bergischen/digitale-wandernadel

https://www.summitlynx.com/de/region/dasbergische/



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

„Totholz – Hotspot der Artenvielfalt und Prellbock gegen die Folgen des Klimawandels“

Wer auf seinen Wanderungen aufmerksam verschiedene Wälder betrachtet, kann durchaus Unterschiede feststellen. Der eine Wald wirkt aufgeräumt und klar strukturiert. Senkrechte Linien dominieren, Baum an Baum, auf dem Waldboden wenig mehr als Blätter, Moos und ein paar kleine Äste. Man kann weit hineinsehen in den Bestand. In einem anderen Wald scheint Chaos zu herrschen: es gibt unterschiedlich große Bäume, ein paar sehr alte und dicke sind auch dabei, sogar tote, vor sich hin rottende Bäume stehen noch da. Auf dem Boden liegen überall zusammengebrochene Stämme und herabgefallene Starkäste. Dort wo wieder Licht auf den Boden fällt, keimen junge Bäume oder die Brombeere macht sich breit. Der Wald erscheint an manchen Stellen undurchdringlich, an anderen Stellen dunkel und ein bisschen verwahrlost, aber auch irgendwie…urig. Der Titel dieses Artikels lässt schon ahnen: Offenbar hat es etwas Besonderes auf sich mit diesem abgestorbenen Holz. Es ist kein Abfall, den man wegräumen muss, sondern Totholz gehört zu den wertvollsten Strukturelementen unseres Waldes. In ihm steckt sozusagen das pralle Leben!



Etwa ein Drittel der Pilz-, Tier- und Pflanzenarten des Waldes, also je nach Quelle zwischen 4000 und 8000 Arten sind auf Totholz als Lebensraum und Nahrungsquelle angewiesen. Insekten, Pilze, Flechten und Moose bilden hochspezialisierte Lebensgemeinschaften. Spechte profitieren von diesem reichhaltigen Nahrungsangebot, sie zimmern ihre Nisthöhlen in kranke oder tote Bäume, ihre verlassenen Höhlen werden wiederum von anderen Vogelarten, Fledermäusen und Insekten genutzt. Erdkröten, Feuersalamander, Blindschleichen und Waldeidechsen finden im liegenden Holz Versteck, Winterquartier und Sonnenplatz.

Allein rund 1.350 bis 1.400 Käferarten wie der eindrucksvolle Hirschkäfer oder die besonders hübschen Bockkäfer sowie etwa 600 Großpilzarten unter ihnen der bekannte Zunderschwamm oder auch Speisepilze wie der Hallimasch oder der Austernseitling sind an Holz in unterschiedlichen Zersetzungsstadien gebunden.

Totholz ist nicht nur Lebensraum, sondern treibt auch den Nährstoffkreislauf an. Pilze und Bakterien zersetzen das Holz über Jahre bis Jahrzehnte, je nach Baumart, Dicke, Temperatur und Feuchtigkeit. Dabei werden die im Holz gebundenen

Nährstoffe mineralisiert und wieder dem Boden zugeführt – ein natürlicher Düngungsprozess, der die Bodenfruchtbarkeit steigert und die Naturverjüngung junger Bäume erleichtert. Der Zerfall gliedert sich in drei Phasen: die Besiedlungs-, die Zersetzungs- und die Humifizierungsphase. Totholz wirkt zudem wie ein Schwamm: Es speichert Wasser, verlangsamt Oberflächenabfluss und schützt vor Erosion und Bodenverschlämmung. Auch als Keimbett für die Waldverjüngung spielt es eine Rolle: Auf morschen Stämmen keimen Buchen und Fichten oft besonders zuverlässig.

In Zeiten des Klimawandels gewinnt Totholz eine weitere Bedeutung: Wälder mit hohem Totholzanteil sind widerstandsfähiger gegenüber Störungen, weil ihre Lebensgemeinschaften vielfältiger und ihre Kreisläufe intakter sind. Insbesondere die heftigen Auswirkungen von Hitze- und Dürreperioden und der in dieser Zeit verstärkten Waldbrandgefahr kann ein totholzreicher Wald aufgrund der Wasserspeicherfunktion des großdimensionierten Totholzes (ganze Baumstämme oder Stammteile, Starkäste, Stubben) deutlich mehr entgegensetzen als ein aufgeräumter Wald. Demgegenüber wirken kleinere Äste, Reisig und Kronenholz bei einem Waldbrand eher als Brandbeschleuniger, da sie nach längerer Trockenheit komplett austrocknen. Wenn es bei der Diskussion um Waldbrandprävention um das Entfernen von Totholz geht, dann sollte damit ausschließlich dieses Material gemeint sein. Für die Biodiversität spielt es eine untergeordnete Rolle.



Das Belassen von großdimensioniertem Totholz im Wald ist also eine der einfachsten und wirksamsten Maßnahmen für den Biotop- und Artenschutz und dient dazu, unsere Wälder resilienter gegen die Folgen des Klimawandels zu machen. Nicht zu vergessen ist dabei auch die unmittelbare Kühlungsfunktion durch Verdunstung. Natürlich weiß der/die Bergische Wanderfreund/in, wie angenehm ein Spaziergang um Wald ist, wenn es im Sommer im städtischen Bereich kaum noch auszuhalten ist. Dazu trägt neben der Schattenwirkung auch die Verdunstung des Wassers aus Boden und Totholz bei.

Autor: Tobias Mika

BSRB
Biologische Station
Rhein-Berg

Titelbild des Programmhefts und Fotonachweis

Fotos:

- Biologische Station Rhein-Berg
- digitale Wandernadel (Copyright ist Das Bergische)
- Bergischer Streifzug 19 (Das Bergische/Jonas Dülberg)
- Weitere Fotos im Heft wurden von unseren Vereinsmitgliedern zur Verfügung gestellt. Vielen Dank dafür.

Wenn ich den Tag mit Reden verbringe, bin ich erschöpft, wenn ich den Tag mit Wandern verbringe, bin ich angenehm müde.



„Rhein-Berg blüht auf!“
Baustein im Rahmen des SGV-Großprojekts
„BLATT FÜR BLATT – FÜR EINE NACHHALTIGE ZUKUNFT“

Naturschutz ist für uns als Wanderverein Ehrensache. Deshalb haben sich in den letzten Wochen viele engagierte Mitglieder an der Aktion **„Rhein-Berg blüht auf!“** beteiligt. Nach Stationen in Rösrath und Overath wurde in Kürten-Bechen tatkräftig gepflanzt, um den Kreis im Frühjahr in ein Bienenparadies zu verwandeln.

Ein toller Erfolg zeigt sich auch auf dem Spendenkonto: Dank zwei unserer Sponsoren und Spendeneingängen aus der Mitgliedschaft konnten wir die Initiative mit **700 Euro** unterstützen.



Hinweise und Informationen
Verwendete Abkürzungen im Programmheft

AB/MB = Anrufbeantworter/Mobilbox
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 ggf. einschließlich Zwischeneinkehr ohne Schlusseinkehr, ohne An-/Abreise

Wanderarten

	Wanderung		Fahrradtour		Themen-wanderung		Veranstaltung
	Gesundheits-wanderung		Nordic Walking		Inklusions-Wanderung		

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
Radwandern	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

LN





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

Herzlich Willkommen

Empfehlung beim Betreten von Wäldern

Liebe Wanderfreunde,

das Bundeswaldgesetz § 14, das Landesforstgesetz NRW § 2 sowie das Landesnaturschutzgesetz 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 und das Wild in seinen Ruhezonen gestört wird.

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.

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

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 Wander-Kilometern im Jahr.

Gib als Gast den ausgefüllten Vordruck „Meine Outdooraktivitäten" zum Jahresende bei einem Wanderführer ab. Der Vordruck kann unterschrieben, wenn gewünscht, für deine Weiterleitung an deine Krankenkasse zurückgegeben werden; Mitglieder brauchen nichts weiter zu unternehmen.

Die Urkunde erhältst du über uns. Abzeichen kosten 3 € zzgl. Versandkosten und können beim Deutschen Wanderverband bestellt werden.

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

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



Partner für Gruppen Vorteil SGV

...Ihr Erlebnis-Sporthaus

Montag bis Freitag: 09:00 - 19:00 Uhr
Samstag: 09:00 - 18:00 Uhr

SPORT4YOU

...im Loewen-Center *sport4you@t-online.de*
*51465 Bergisch Gladbach, Hauptstr. 157 * Tel. 02202 98930*

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 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 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 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/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 zurückrufen 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 vorauszueilen oder zurückzubleiben. Dem Veranstaltungsleiter ist mitzuteilen, wenn du die Veranstaltung kurzfristig unterbrichst oder ganz abbrichst.

Mit einem herzlichen „Frisch auf" Burkhard Schlegel, Wanderwart

Hinweise und Regeln für das Radfahren in Gruppen

1. Für alle Radfahrer gilt grundsächlich 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. Niemand fährt hinter der benannten Schlussperson, um den Anschluss an die Gruppe nicht zu verlieren.
4. Zur Vermeidung von Auffahrunfällen ist ausreichend Abstand untereinander zu halten, andererseits so weit zusammen zu bleiben, dass die Sicht bzw. mündliche Verständigung untereinander 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 die Schlussperson 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 Sommersonne nicht so schnell auf.

Mit einem herzlichen „Frisch auf"
Jutta Neumann und Hans-Dieter König, zertifizierte Radwanderführer.

AUTO 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

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 **stets an einem Mittwoch** statt**.** 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 und Manfred Kießig

Informationen zu inklusiven Wanderungen

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

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

Somit sind Beeinträchtigungen 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 Beeinträchtigungen 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 (haus-)ärztlichen Rat einzuholen.

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 deinen 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

In einem Rhythmus von 4 Wochen trifft sich montags von 18:00 bis 21:00 Uhr eine gemischte Gruppe zum Kegeln und Klönen im Restaurant „Ewige Lampe“ in Bergisch Gladbach-Refrath. Wer möchte, kann in einer Kegelpause die umfangreiche Speisekarte mit leckeren Gerichten ausprobieren. Wichtig ist, beim Kegeln steht nicht der sportliche Ehrgeiz, sondern mehr die Geselligkeit mit ein wenig Bewegung im Vordergrund. So bietet unser Zusammensein ausreichend Gelegenheit zum Klönen.

Die Gruppe besteht aktuell aus 10 Stammkeglern/-innen, die aber nicht immer alle da sind. **Deshalb werden neue Stammkegler gesucht. Bei Interesse bitte melden!**

Auch Gäste sind jederzeit herzlich willkommen, um die Idealbesetzung mit 12 Personen zu erreichen. Für alle gilt, sich vorher bei Hans Weber (02202/50219 bzw. hjw@e.mail.de) oder online anzumelden.

Für Gäste gilt ein Gastbeitrag von 3,- €, der neben den anteiligen Kosten für die Bahngebühr und dem Betrag für verlorene Spiele am Kegelabend, in die Kegelkasse einzuzahlen ist. Ein Anspruch auf spätere Auszahlung besteht nicht. Als Mitglied der Wanderfreunde entfällt der Gastbeitrag.

Mit dem Geld aus der Kegelkasse können den Stammkeglern Ausflüge (u.a. Straßburg) oder das Weihnachtsessen finanziert werden.



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, Telefon: 0155 6161 0901

Gruppe 3 - Jeden Mittwoch ca. 5-7 km

Dauer: 09:00 bis max. 10:30 Uhr
Leitung: Annemie, Telefon: 02204 51415
Christine, Telefon: 0171 730 8844
Franz, Telefon: 0177 622 1503

Gruppe 4 - Jeden Freitag ca. 7 km

Dauer: 09:00 bis max. 10:30 Uhr
Leitung: Renate, Telefon: 0163 966 6061

Treffpunkt: Schildgen (Heidgen), Parkplatz Dünnwalder 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, Telefon: 0157 8834 5295

Gruppe 6 - Jeden Donnerstag ca. 7 km

Dauer: 15:00 bis 16:30 Uhr
Leitung: Christine, Telefon: 0171 730 8844

Nordic Walking Einsteigerkurs

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

Bedarf bitte bei Burkhard Schlegel Telefon, 0155 6161 0901, melden.

Einladung: Premiere unserer neuen Boule-Gruppe!

Im neuen Jahr erweitern wir unser Vereinsangebot um ein echtes Traditionsspiel, das Bewegung, Strategie und Geselligkeit perfekt miteinander verbindet: Wir gründen unsere **erste Boule-Gruppe**!

Egal, ob du schon Erfahrung hast oder Boule einfach mal in entspannter Atmosphäre ausprobieren möchtest – jede und jeder ist herzlich willkommen.

Die Eckdaten auf einen Blick:

- **Start:** Mittwoch, 17. Februar 2027
- **Uhrzeit:** 10:30 Uhr – ca. 12:30 Uhr
- **Turnus:** jeden ersten und dritten Mittwoch eines Monats
- **Spielort:** Bouleplatz (eine Bahn) auf der Tennis-Anlage unseres Kooperationspartners Blau-Weiß-Hand, Franz-Heider-Straße 25, Bergisch Gladbach
- **Anmeldung:** einmalig erforderlich bei **Anni Kießig**
  Mail: wandernkiessig@t-online.de * **nur** WhatsApp: 0151 5182 0578.

Spiel, Spaß & Geselligkeit

Wir spielen nach den offiziellen Boule-Regeln. Bei uns stehen zwar der sportliche Wettbewerb und der Ehrgeiz im Spiel im Fokus, aber die **Geselligkeit** kommt garantiert nicht zu kurz! Wenn ihr Lust habt, können wir uns bei Bedarf auch von Vereinsmitgliedern, die auch Boule-Profis sind, im Rahmen eines Workshops in die Kniffe des Spiels einweisen lassen.

Ausklang: Wer nach dem Spiel noch Lust auf ein gemütliches Beisammensein hat, kann optional mit uns im **Restaurant Rossini** (auf dem Gelände) einkehren.

Hinweis für die Zukunft: Sollte unser neues Boule-Angebot auf großes Interesse stoßen, planen wir sehr gerne weitere Gruppen auf anderen Bouleplätzen in unserem Vereinsgebiet!

Wir freuen uns auf viele spannende Würfe und schöne gemeinsame Stunden!

Die wichtigsten Boule-Regeln auf einen Blick

1. Ziel: die eigenen Metallkugeln näher an der kleinen Zielkugel (Schweinchen) zu platzieren als der Gegner.
2. Gespielt wird meist in Mannschaften: 3 gegen 3 (je 2 Kugeln pro Person) oder 2 gegen 2 (je 3 Kugeln pro Person), auch 1 gegen 1 (je 3 Kugeln)
3. Es wird ein Abwurfkreis auf dem Boden markiert.
4. Die startende Mannschaft wirft das Schweinchen 6 bis 10 m weit.
5. Derselbe Spieler wirft die erste Kugel möglichst nah an das Schweinchen.
6. Es ist immer das Team an der Reihe, dessen beste Kugel weiter vom Schweinchen entfernt liegt als die beste Kugel des Gegners. Das geht so lange, bis dieses Team eine Kugel näher platziert hat oder alle seine Kugeln verspielt hat.
7. Ist eine Aufnahme (Runde) zu Ende (alle Kugeln wurden geworfen), erhält das Siegerteam Punkte.
   a. Jede Kugel des Siegerteams, die näher am Schweinchen liegt als die beste Kugel des Gegners, zählt 1 Punkt.
   b. Das Spiel geht über mehrere Aufnahmen, bis ein Team zuerst 13 Punkte erreicht hat.

Alle Zeit- und km-Angaben sind immer Abschätzungen, die sich bei der Durchführung ändern können (u.a. wegen Umleitungen, Kondition der Teilnehmer).
Aktuelle Infos/Online-Anmeldung unter: wf-bergischesland.de/wanderungen

Januar

Fr, 01.01.2027
Nordic Walking



Nordic Walking Fitness
Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Bensberg, jeden Dienstag und Donnerstag in Schildgen.

So, 03.01.2027



Strecke: ~ 12km
↗ 190m ↘ 190m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Zügig ins neue Jahr auf dem Bensberger Schlossweg
Rundwanderung ab Schloss Lerbach.
Die schöne Wanderung führt uns über das Schloss Bensberg und Grube Cox durch den winterlichen Stadtwald.

Wanderführer/-in	**Marcus Alig**
• Treffpunkt:	10:00 Wanderparkplatz Schloss Lerbach, Bergisch Gladbach
• Anmeldung:	bis 02.01.2027 18:00 nur per Mail oder Online
• Tourenhandy:	0151 2006 3233 * Mail: alig.marcus@gmx.de
• Sonstiges:	Getränke und Imbiss mitnehmen
• Gesamtzeit:	~ 4 Std

Fr, 08.01.2027



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

Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Winter
Kurze Rundwanderung in der Umgebung von Kürten.
Achtung! Wir wandern nur bei trockenem und schönem Wetter, daher Anmeldung zwingend erforderlich!
Startpunkt und Wanderweg bei Anmeldung.
Ggf. Ersatz-/Ausweichtermin am Freitag der Folgewoche.

Wanderführer/-in	**Hans-Dieter Lanfer**
• Treffpunkt:	13:45 Kürten, Parkplatz/Bushaltestelle „Kürten Rathaus“
• Anmeldung:	am Do 07.01.2027 15:00-20:00 per Telefon
• Tourenhandy:	0176 9900 0206 (mit Mobilbox)
• Sonstiges:	Getränk nicht vergessen, auf Wunsch Schlusseinkehr.
• Gesamtzeit:	~ 3 Std.

Sa, 09.01.2027

Strecke: ~ 7km
↗ 70m ↘ 70m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Bergisch Gladbacher Krippengang

Rundwanderung ab Paffrather Kirche St. Clemens.
Nach Besuch der dortigen Krippe wandern wir nach Hebborn zur Kirche Hl. Drei Könige. Wir gehen durch ruhige Wohngebiete und nehmen auch Waldwege, die matschig sein können (festes Schuhwerk dringend empfohlen!). Nach Besuch der Krippe machen wir uns auf den Rückweg und kommen an der evangelischen Kirche zum Heilsbrunnen vorbei.

Wanderführer/-in	**Manfred Kießig**
• Treffpunkt:	12:00 Bergisch Gladbach-Paffrath, Kirche St. Clemens, Parkplätze hinter der Kirche, erreichbar von der Höffenstraße
• ÖPNV:	222, 227 und 437, Haltestelle Paffrath Kirche
• Anmeldung:	bis 08.01.2027 20:00 Online, Telefon oder Mail
• Telefon:	02202 1868959 * Mail wandernkiessig@t-online.de
• Gesamtzeit:	~ 4 Std.



So, 10.01.2027



Strecke: ~ 9km
↗ 120m ↘ 120m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Traditionswanderung Glühwein & Schmalzbrote

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach-Bensberg.
Es gibt nach der Wanderung im Haus der Vereine Butterplatz, Schmalzbrote, Glühwein, Kaffee und Mineralwasser.
Das Schmalzbrotessen hat eine lange Tradition in unserem Verein, die wir mit Freude weiterpflegen wollen. Eingeführt vor langer Zeit vom Ehepaar Schmutzler, wurde die Tradition über viele Jahre von Norbert und Vroni Dietrich mit großem Engagement weitergeführt.

Wanderführer/-in	**Irmgard Schaar, Wolfgang Hoen, Ingrid Sienz**
• Treffpunkt 1:	11:00 Bergisch Gladbach, Haus der Vereine im Milchborntal, Hardtweg 42
• Treffpunkt 2:	14:15 alle, die nicht mitlaufen möchten, Bergisch Gladbach, Haus der Vereine im Milchborntal, Hardtweg 42
• Anfahrt:	Bus 400, Bergisch Gladbach, Haltestelle Milchborntal
• Anmeldung:	verbindlich vom 05.-08.01.2027 bis 19:00 bei Ingrid Sienz per Telefon: 02202 54 588
• Kosten:	10,00 €/Person, zu zahlen am Tag der Veranstaltung
• Sonstiges:	Infos und Organisation Irmgard Schaar, Wolfgang Hoen und Ingrid Sienz * Telefon: 02202 54588
• Tourenhandy:	0173 861 9382 * Mail: irmgard.schaar@t-online.de
• Gesamtzeit:	~ 6 Std.

Mi, 13.01.2027



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

Gesundheitswandern im Lerbacher Wald

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

Wanderführer/-in	**Burkhard Schlegel**
• Treffpunkt:	14:00 Bergisch Gladbach-Heidkamp Parkplatz/Bushaltestelle Kreishaus
• Anmeldung:	bis 12.01.2027 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, 14.01.2027



Strecke: ~ 13km
↗ 230m ↘ 230m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Auf der Schwarzpulverroute zur Dhünntalsperre

Rundwanderung ab Reisegarten Schöllerhof.

Entlang der malerischen Dhünn wandern wir über die spannende Schwarzpulverroute und durch das geheimnisvolle Linnefetal zur beeindruckenden Staumauer der Dhünntalsperre. Dort erwartet uns ein kurzer Stopp für die informative Aqualon-Ausstellung. Anschließend geht es über die Staumauer und Groß Grimmberg zurück zum Schöllerhof.

Wanderführer/-in	**Jürgen Albrecht**
• Treffpunkt:	10:00 Odenthal, Wanderparkplatz Reisegarten Schöllerhof
• Anmeldung:	bis 12.01.2027 19:00 Telefon, Mail oder online
• Tourenhandy:	0157 8834 5295 * Mail: wf-albrecht@gmx.de
• Sonstiges:	Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
• Gesamtzeit:	~ 5 Std.

Sa, 16.01.2027



Strecke: ~ 13km
↗ 230m ↘ 230m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Winterwanderung auf der Grenze zum Oberbergischen

Rundwanderung ab Kürten-Olpe.

Die kurzen Tage im Winter haben ihren eigenen Charme. Die Sonne steht tief, ihr Licht streift sanft über Hügel und typisch bergische Fachwerkhäuser. Die Bewegung an der frischen Luft tut gut, aktiviert unsere Abwehrkräfte und trainiert wohltuend unseren ganzen Körper.

Wanderführer/-in	**Burkhard Schlegel**
• Treffpunkt 1:	10:00 Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Bus 427
• Treffpunkt 2:	11:00 Haltestelle Olpe, Kürten (Parkplätze auch dort)
• ÖPNV:	10:12 Bus 427 an Olpe, Kürten 10:56
• Anmeldung:	bis 14.01.2027, 20:00 Online, Telefon oder Mail
• Telefon:	0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
• Kosten:	ggf. Fahrkarte
• Sonstiges:	Bitte warme Getränke und Imbiss mitnehmen, optionale Schlusseinkehr
• Gesamtzeit:	~ 5 Std.

Im Laufe einer Wanderung erfahren wir meist etwas über unseren Begleiter, das gilt auch, wenn wir alleine unterwegs sind.

So, 24.01.2027



Strecke: ~ 10km
↗ 180m ↘ 180m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Winter im Linnefetal und an der Dhünntalsperre

Rundwanderung ab Neschen.
Diese abwechslungsreiche und reizvolle Tour verbindet die stillen, naturbelassenen Bachtäler des Bergischen Landes mit monumentaler Talsperren-Architektur. Im Januar zeigt sich die Natur hier oft von ihrer kargen, aber besonders klaren und fotogenen Seite – mit moosbewachsenen Stämmen, rauschenden Bächen und weiten Blicken.

Wanderführer/-in **Hildegard Eiling**
- Treffpunkt: 10:00 Odenthal-Neschen Wanderparkplatz Eichholzer Weg
- Anmeldung: bis 23.01.2027 20:00 Telefon, Mail oder Online
- Telefon: 02207 2859 * Mail: hildegard_eiling@gmx.de
- Tourenhandy: +49 157 5104 5028
- Sonstiges: Getränke und Imbiss nicht vergessen.
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Mi, 27.01.2027



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

Gesundheitswandern im Lerbacher Wald

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

Wanderführer/-in **Burkhard Schlegel**
- Treffpunkt: 14:00 Bergisch Gladbach-Heidkamp Parkplatz/Bushaltestelle Kreishaus
- Anmeldung: bis 26.01.2027 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: ~2 Std.

Wenn ich den Tag mit Reden verbringe, bin ich erschöpft, wenn ich den Tag mit Wandern verbringe, bin ich angenehm müde.

Februar

Mo, 01.02.2027
Nordic Walking



Nordic Walking Fitness
Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Bensberg, jeden Dienstag und Donnerstag in Schildgen.

Mi, 03.02.2027



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

Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald
Leichte Rundwanderung ab Bergisch Gladbach-Paffrath.
Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten Beweglichkeitsübungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in **Manfred Kießig**
- Treffpunkt: 15:00 Bergisch Gladbach-Paffrath Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 02.02.2027 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: ~ 2 Std.

Fr, 05.02.2027



Strecke: ~ 12km
↗ 120m ↘ 120m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Zwischengang - vor dem Höhepunkt der närrischen Tage
Rundwanderung ab Bergisch Gladbach-Schildgen.
Nach dem jecken Auftakt an Wieverfastelovend und vor den "drei tollen Tagen" entspannen wir uns mit einem Gang durch den bergischen Wald.

Wanderführer/-in **Manfred Kießig**
- Treffpunkt: 12:00 Bergisch Gladbach-Schildgen, Herz-Jesu-Kirche
- ÖPNV: Bus 222, 227 und 434, Haltestelle Schildgen-Kirche
- Anmeldung: bis 03.02.2027 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 1868959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!

Gesamtzeit ~ 4 Std.

So, 07.02.2027



Strecke: ~ 13km
↗ 230m ↘ 230m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Sportlich auf den Spuren des Bergbaus um Rösrath

Rundwanderung ab Bahnhof Rösrath-Hoffnungsthal.
Die Wanderung führt uns auf dem Bergbauweg von Hoffnungsthal über den Lüderich nach Bleifeld und zurück.

Wanderführer/-in	**Marcus Alig**
• Treffpunkt:	10:00 Bahnhof Rösrath-Hoffnungsthal
• Anmeldung:	bis 06.02.2027 18:00 nur per Mail oder Online
• Tourenhandy:	0151 2006 3233 * Mail: alig.marcus@gmx.de
• Sonstiges:	Getränk und Imbiss mitnehmen
• Gesamtzeit:	~ 4 Std.

Mi, 10.02.2027



Strecke: ~ 6km
Gehzeit: ~ 2 Std.

Sinneswandel: Kamelien statt Kamelle

Rundwanderung ab Köln Haltestelle Zoo/Flora.
Eine Weltreise mit allen Sinnen am Aschermittwoch! Genießt auf der geführten Reise die Gartenkunst des Winters und erlebt die blütenreiche Welt der Kamelien. Exotische Pflanzen, pralle Natur und ein Höhepunkt der Gartensaison! Zum Abschluss machen wir noch einen Abstecher zur nahegelegenen Kirche St. Engelbert (Entwurf Domenikus Böhm).

Wanderführer/-in	**Burkhard Schlegel**
• Treffpunkt:	10:20 Bergisch Gladbach S-Bahnhof
• ÖPNV:	10:33 Bergisch Gladbach S-Bahnhof S11
• Anmeldung:	bis 03.02.2027, 20:00 Telefon, Mail oder online
• Telefon:	0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
• Sonstiges:	Getränk nicht vergessen, verbindliche Anmeldung zwingend erforderlich, Einkehr im Café Kundera
• Kosten:	ca 10 € / Person für Führung, ggf. zzgl. ÖPNV
• Gesamtzeit:	~ 4 Std.

Nicht der Wille bringt dich ans Ziel,
sondern die Beständigkeit.

Fr, 12.02.2027



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

Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Winter

Kurze Rundwanderung in der Umgebung von Kürten.
Achtung! Wir wandern nur bei trockenem und schönem Wetter, daher Anmeldung zwingend erforderlich!
Startpunkt und Wanderweg bei Anmeldung.
Ggf. Ersatz-/Ausweichtermin am Freitag der Folgewoche.

Wanderführer/-in **Hans-Dieter Lanfer**

- Treffpunkt: 14:05 Kürten, Parkplatz/Bushaltestelle „Kürten Rathaus“
- Anmeldung: am Do 11.02.2027 15:00-20:00 per Telefon
- Tourenhandy: 0176 9900 0206 (mit Mobilbox)
- Sonstiges: Getränk nicht vergessen, auf Wunsch Schlusseinkehr.
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.

So, 14.02.2027



Strecke: ~ 10km
↗ 210m ↘ 210m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Beeindruckende Kulturlandschaft am Lüderich

Rundwanderung ab Overath Golfplatz Der Lüderich.
Die Wanderung verläuft auf schmalen, idyllischen Waldwegen und breiten Wirtschaftswegen, führt am imposanten Förderturm der Grube Lüderich vorbei und bietet an mehreren Stellen herrliche Ausblicke in die Kölner Bucht und ins Bergische Land.

Wanderführer/-in **Irmgard Schaar, Ingrid Sienz**

- Treffpunkt 1: 09:30 Bergisch Gladbach Parkplatz Schnabelsmühle
- Treffpunkt 2: 10:00 Wanderparkplatz an der Straße 'Am Golfplatz', 51491 Overath. Der Parkplatz liegt 50 m oberhalb des Golfclubs am Waldrand.
- Anmeldung: bis 12.02.2027, 20:00 bei Ingrid Sienz
- Telefon: 02202 54588 * Mail: irmgard.schaar@t-online.de
- Tourenhandy: 0173 861 9382
- Sonstiges: Schlusseinkehr auf Wunsch
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Mi, 17.02.2027
Boule-Treff



Boule-Treff

Die Boule-Gruppe 1 trifft sich jeden ersten und dritten Mittwoch eines Monats 10:30 Uhr in Hand.
Eine persönliche Anmeldung ist einmalig bei Anni Kießig (wandernkiessig@t-online.de) erforderlich.

Do, 18.02.2027



Strecke: ~ 11km
↗ 150m ↘ 150m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Winterwanderung durch den Königsforst

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach-Bensberg.
Wir wandern durch den winterlichen Königsforst. Der Weg führt uns dabei über den Tütberg, mit 212 m.ü.M. der höchste Berg im Königsforst.

Wanderführer/-in	**Jochen Schmidt**
• Treffpunkt:	09:30 Busbahnhof Bergisch Gladbach-Bensberg
• Anmeldung:	bis 17.02.2027, 19:00 Online, Mail oder Telefon
• Telefon:	0176 696 08 256 * Mail: joachimschmidt.koeln@web.de
• Sonstiges:	Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
• Gesamtzeit:	~4 Std.

Sa, 20.02.2027



Strecke: ~ 13km
↗ 370m ↘ 370m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Über die Höhen der Agger

Sportliche Rundwanderung ab Engelskirchen.
Von Engelskirchen wandern wir über den Holzer Kopf rund um Engelskirchen teils auf breiten Waldwegen und schmalen Pfaden.
Wir wandern im zügigen Tempo von >4,5 km/h.

Wanderführer/-in	**Renate Buchwald-Rzezonka**
• Treffpunkt:	11:00 Bahnhof Engelskirchen
• Anmeldung:	bis 19.02.2027 20:00 per Telefon, Mail oder Online
• Telefon:	0163 966 6061 * Mail: etaner.b@web.de
• Sonstiges:	Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen
• Gesamtzeit:	~ 4 Std.



#gutzuwissen VereinsManager App

Die **VereinsManager App** ist ab sofort die Mobile-App für Mitglieder und Gäste. Während Gäste sich über Touren und Veranstaltungen der Wanderfreunde informieren können, stehen Mitgliedern der Wanderfreunde im VereinsManager viele Funktionen für die Teilnahme an Touren, Statistiken und die Einsicht in ihre Mitgliederdaten zur Verfügung. Wanderführer können darüber hinaus die Teilnehmerlisten ihrer Touren verwalten.

Einfach in den App-Stores von Apple und Google nach der kostenlosen „VereinsManager App“ der Firma VMorg GmbH suchen und installieren.

Mi, 24.02.2027



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

Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald

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

Wanderführer/-in **Manfred Kießig**

- Treffpunkt: 15:00 Bergisch Gladbach-Paffrath Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 23.02.2027 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Sonstiges: Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: ~ 2 Std.

Ein kleiner Reminder für heute: Es gibt eine Welt außerhalb deiner Sorgen. Sie ist direkt vor deiner Nase, kostenlos und federleicht verfügbar. Nutze sie!

So, 28.02.2027



Strecke: ~ 11km
↗ 160m ↘ 160m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Genießerwanderung nach Uppersberg

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach Schildgen, gemeinsam mit dem TuS Schildgen.
Freue dich auf eine abwechslungsreiche Tour nach Uppersberg, vorbei an malerischen Wäldern, idyllischen Wiesen und schönen Uferwegen. Im Anschluss lassen wir den Tag in gemütlicher Runde bei Kaffee und Kuchen im TuS-Treff ausklingen!

Wanderführer/-in **Jürgen Albrecht**

- Treffpunkt: 10:00 Schildgen, Parkplatz im Gewerbegebiet "Zum Scheider Feld 35" (gegenüber KFZ Brunswicker)
- Anmeldung: bis 24.02.2027 19:00 Telefon, Mail oder online
- Tourenhandy: 0157 8834 5295 * Mail: wf-albrecht@gmx.de
- Kosten: Für Kaffee und Kuchen steht eine kleine Spendenbox bereit
- Sonstiges: Getränke mitnehmen, Schlusseinkehr in TuS Treff
- Gesamtzeit: ~5 Std.

März

Mo, 01.03.2027
Nordic Walking



Nordic Walking Fitness
Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Bensberg, jeden Dienstag und Donnerstag in Schildgen.

Sa, 06.03.2027



Strecke: ~ 7km
↗ 140m ↘ 160m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Sinneswandel: Sprechende Bilder im arp museum
Rundwanderung ab Rolandseck.
Bei einer Führung im Arp-Museum lassen wir die "Bilder sprechen". Nach der Einkehr im Restaurant Interieur No. 253 wandern wir über einen steilen Weg hoch zum romantischen Rolandsbogen mit seiner herrlichen Aussicht und "tanzen" anschließend auf dem Vulkan des Rodderberges.

Wanderführer/-in	**Burkhard Schlegel**
• Treffpunkt:	10:15 Parkplatz Kreishaus, Am Rübezahlwald 7, Bergisch Gladbach
• Anmeldung:	bis 01.03.2027, 20:00 Telefon, Mail oder online
• Telefon:	0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
• Sonstiges:	Getränk nicht vergessen, verbindliche Anmeldung zwingend erforderlich
• Kosten:	ca 15 € / Person für Eintritt, Führung, zzgl. PKW-Mitfahrt 10 € / Person
• Gesamtzeit:	~ 6 Std.

So, 07.03.2027



Strecke: ~ 7km
↗ 100m ↘ 100m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Kurzwanderung mit Qigong-Elementen
Rundwanderung ab Schloss Eulenbroich Rösrath.
Die Wanderung führt uns durch das Kupfersiefer Tal mit einigen An- und Abstiegen. Ergänzt wird die Runde mit einfachen Qigong-Übungen. Qigong ist eine chinesische Bewegungsform zur Stärkung von Körper und Geist.

Wanderführer/-in	**Irene Greuel**
• Treffpunkt:	13:00 Haupteingang Schloss Eulenbroich, Rösrath
• Anmeldung:	bis 05.03.2027, 20:00 Telefon, Mail oder Online
• Telefon:	02202 39352 * Mail: irene1.g@web.de
• Sonstiges:	Getränk nicht vergessen, bitte gerne anmelden
• Gesamtzeit:	~ 3 Std.

Mo, 08.03.2027



Strecke: ~ 7km
↗ 210m ↘ 210m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Wanderung zum Weltfrauentag

Rundwanderung ab Odenthal-Altenberg.

Wir wandern teilweise entlang der Hexenroute in Odenthal. Unterwegs erfahren wir Interessantes und Unterhaltsames über besondere Frauen, die mit Mut und manchmal auch mit einer Portion Wagemut Erstaunliches geleistet haben. Die Geschichten der Pilotin Amy Johnson, der Mathematikerin Kathrine Johnson, der Politikerin Elisabeth Selbert und einigen anderen begleiten uns auf der Wanderung.

Wanderführer/-in	**Christine Goedert**
• Treffpunkt 1:	09:10 Parkplatz Kirche Heilige Drei Könige Hebborn
• Treffpunkt 2:	10:00 Parkplatz Rösberg Altenberg
• Anmeldung:	bis 07.03.2027, 20:00 Telefon, Mail oder online
• Telefon:	02202 109521 * Mail: christine.goedert@gmx.de
• Sonstiges:	Getränk nicht vergessen, optionale Schlusseinkehr
• Gesamtzeit:	~ 3 Std.



Mi, 10.03.2027



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 09.03.2027 20:00 per Telefon / AB, Mail oder online
• Sonstiges:	Getränk nicht vergessen, termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich.
• Telefon:	0176 8271 8124 * Mail: bettinahome@yahoo.de
• Gesamtzeit:	2 Std.

Do, 11.03.2027



Strecke: ~ 14km
↗ 110m ↘ 260m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Auf stillen Pfaden von Biesfeld nach Bergisch Gladbach
Streckenwanderung ab Kürten-Biesfeld.
Über schöne, stille Pfade führt die Wanderung aus dem Bergischen über Spitze, Asselborn und Oberhombach zurück in unsere Kreisstadt.

Wanderführer/-in **Jochen Schmidt**
- Treffpunkt 1: 09:35 Bergisch Gladbach, S-Bahnhof
- Treffpunkt 2: 10:15 Parkplatz Dorfplatz Biesfeld, Neuensaaler Str. 2, Kürten-Biesfeld
- ÖPNV: 09:53 Bus 426, an 10:15 Biesfeld, Kürten
- Anmeldung: bis 10.03.2027, 19:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 0176 696 08 256 * Mail: joachimschmidt.koeln@web.de
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, optionale Schlusseinkehr
- Kosten: ÖPNV-Ticket 5,50 €

Fr, 12.03.2027



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

Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Winter
Kurze Rundwanderung in der Umgebung von Kürten.
Achtung! Wir wandern nur bei trockenem und schönem Wetter, daher Anmeldung zwingend erforderlich!
Startpunkt und Wanderweg bei Anmeldung.
Ggf. Ersatz-/Ausweichtermin am Freitag der Folgewoche.

Wanderführer/-in **Hans-Dieter Lanfer**
- Treffpunkt: 14:05 Kürten, Parkplatz/Bushaltestelle „Kürten Rathaus“
- Anmeldung: am Do 11.03.2027 15:00-20:00 per Telefon
- Tourenhandy: 0176 9900 0206 (mit Mobilbox)
- Sonstiges: Getränk nicht vergessen, auf Wunsch Schlusseinkehr.
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.

Sa, 13.03.2027



Mitgliederversammlung WF BL in Schildgen
Nur für Mitglieder der Wanderfreunde Bergisches Land e.V.

Wanderführer/-in **Andreas Schultheiß**
- Treffpunkt: 15:00 Bürgertreff Schildgen, Am Schild 31, 51467 Bergisch Gladbach
- Sonstiges: Registrierung ab 14:30

So, 14.03.2027



Strecke: ~ 9km
↗ 258m ↘ 258m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Genusswandeln: Overather Pilgerweg - Marialinden

Rundwanderung ab Bahnhof Overath.

Seit fast 300 Jahren machen sich Menschen von Overath auf den Weg nach Marialinden. Wir folgen ihrem Kreuzweg mit den sieben Fußfällen aus dem Jahr 1741 und steigen auf schmalen Pfaden und Feldwegen zur Mucher Hochfläche hinauf zur Wallfahrtskirche St. Mariä Heimsuchung mit ihrer neugotischen Doppelturmfassade. Im großen Bogen geht es durch Wald und Flur zurück, wo ein gemeinsamer Kaffee den Tag gemütlich abrundet. Genusswandeln mit Geschichte, Ausblicken und Muße.

Wanderführer/-in	**Andreas Vresak**
• Treffpunkt 1:	09:45 Bergisch Gladbach S-Bahnhof
• Treffpunkt 2:	10:45 Bahnhof Overath
• Anmeldung:	bis 12.03.2027, 20:00 Telefon, Mail oder Online
• Mobil:	0172 2413178 * Mail: andyvii@gmx.de
• Sonstiges:	Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen., optionale Schlusseinkehr
• Gesamtzeit:	~ 4 Std.

Fr, 19.03.2027



Strecke: ~ 19km
↗ 170m ↘ 170m
Gehzeit: ~ 5 Std.

Schmitzchen-Schleicher-Wanderweg - Schildgen

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach Schildgen.

Erlebe mit „Schmitzchen Schleichers Wanderweg“ rund um Schildgen eine abwechslungsreiche Tour voller Natur und Inspiration – perfekt für alle, die sich gerne an der frischen Luft bewegen!

Wanderführer/-in	**Jürgen Albrecht**
• Treffpunkt:	10:00 Schildgen Kirche, Bushaltestelle (Parkplätze Am Schild 31, 51467 Bergisch Gladbach)
• Anmeldung:	bis 17.03.2027 19:00 Telefon, Mail oder Online
• Tourenhandy:	0157 8834 5295 * Mail: wf-albrecht@gmx.de
• Sonstiges:	Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
• Gesamtzeit:	~6 Std.

Sa, 20.03.2027

Gehzeit: ~ 8 Std.

Erste-Hilfe-Schulung

Nur für Wanderführende und Wegemarkierende. Outdoor-Erste-Hilfe-Kurs in Bergisch Gladbach-Hardt. Wir trainieren einen Tag Erste Hilfe im Gelände mit Profis vom Malteser Hilfsdienst.

Wanderführer/-in	**Andreas Schultheiß**
• Treffpunkt:	09:00 Naturfreundehaus Hardt
• Anmeldung:	Nachmeldungen möglich Online, per Mail oder Telefon
• Telefon:	0160 768 6453 * Mail: vorstand@wf-bergischesland.de
• Kosten:	kostenlos, ggf. Einkehr
• Gesamtzeit:	~ 8 Std.

Das Tempo einer Wanderung bestimmt die Anzahl und Vielfalt der Dinge, auf die man stößt – von den breiten Umrissen einer Bergkette bis zu einem Meisennest in einem Astloch – und die Qualität der Aufmerksamkeit, die man ihnen widmet.



Sa, 20.03.2027



Strecke: ~ 6km
↗ 60m ↘ 140m
Gehzeit: ~ 2 Std.

Auf leisen Sohlen im Scherfbachtal unterwegs

Streckenwanderung ab Odenthal-Scheuren.
Wir wandern in entspanntem Tempo über Höffe nach Voiswinkel.

Wanderführer/-in	**Armand De Busscher**
• Treffpunkt:	12:40 Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Bus 432
• Anmeldung:	am 19.03.2027, 18:00 bis 19:00 per Telefon
• Telefon:	02202 44690
• Tourenhandy:	0176 3228 9451
• Sonstiges:	Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen
• Kosten:	ggf. ÖPNV-Ticket
• Gesamtzeit:	~ 3 Std.

So, 21.03.2027



Strecke: ~ 18km
↗ 560m ↘ 550m
Gehzeit: ~ 6 Std.

Rheinsteig: Nördlichste Etappe nach Rhöndorf

Streckenwanderung ab Oberkassel-Nord bis Rhöndorf.
Wir wandern von Bonn-Oberkassel zum Sky-Walk an der Rabenlay, entlang der Obendollendorfer Weinberge zur Klosterruine Heisterbach, über den Petersberg und Geisberg zum Drachenfels mit beeindruckenden Aussichten auf das Rheintal, in die Eifel und in die Köln-Bonner Bucht. Vom Drachenfels steigen wir ab nach Rhöndorf, dem langjährigen Wohnort von Konrad Adenauer.

Wanderführer/-in	**Franz Fell**
• Treffpunkt 1:	09:00 Parkplatz Kreishaus Bergisch Gladbach, Am Rübezahlwald 7
• Treffpunkt 2:	10:00 Haltestelle Oberkassel Nord
• Anmeldung:	bis 19.03.27, 19:00 Telefon, Mail oder Online
• Mobil:	0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de
• Kosten:	9€ PKW-Mitfahrt. ÖPNV von Rhöndorf nach Oberkassel Nord
• Sonstiges:	Getränk und Imbiss nicht vergessen, optionale Schlusseinkehr
• Gesamtzeit:	~7 Std.

Mi, 24.03.2027



Strecke: ~ 47km
↗ 540m ↘ 540m
Gehzeit: ~ 3,0 Std.

Frühling in Wald und Heide

Radrundwanderung ab Bergisch Gladbach.

Wir radeln durch den Königsforst und der Wahner Heide zum Krewelshof, wo wir die Frühlingsdeko bewundern können. Bei einem Mittagessen oder/und bei Kaffee und Kuchen werden wir unsere Pause genießen. Auf dem Rückweg geht es zum Wassertretbecken, das vom Gießbach gespeist wird. Wer mag, steckt seine Füße rein und regt so die Durchblutung an.

Wanderführer/-in: **Jutta Neumann, Hans-Dieter König**

- Treffpunkt: 11:00 Bergisch Gladbach - Gronau (Emmaus), Schlodderdicher Weg 48. Weiteres Parken möglich auf der Straße "Am Dännekamp".
- Anmeldung: bis 23.03.2027, 20:00 Telefon, Mail oder online
- Telefon: 0157 5303 0524 * Mail: june53@web.de
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Einkehr im Krewelshof optional
- Gesamtzeit: ~ 6 Std.

Mi, 24.03.2027



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.

- Treffpunkt: 10:00 Parkplatz Wildgehege Brück Köln Lützerathstraße
- Anmeldung: bis 23.03.2027 20:00 per Telefon / AB, Mail oder online
- Sonstiges: Getränk nicht vergessen, termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich.
- Telefon: 0176 8271 8124 * Mail: bettinahome@yahoo.de
- Gesamtzeit: 2 Std.

„Der Vorgang des Wanderns trägt zu einem Gefühl psychischen und geistigen Wohlbefindens bei."

Bruce Chatwin

Veranstaltungsübersicht Januar bis Juni 2027 der Wanderfreunde Bergisches Land e.V.										
Datum	Tag	Typ	Wanderort	Treffpunkt	Veranstaltung	km	↗ m	↘ m	TN	Veranstaltungsleiter
3.Jan	So	WAN	BG	10:00 WanderP Schloss Lerbach, BG	Zügig ins neue Jahr auf dem Bensberger Schlossweg	12	190	190	20	Marcus Alig
8.Jan	Fr	WAN	Kürten	13:45 Kürten, P/BusHS „Kürten Rathaus“	Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Winter	6	150	150	15	Hans-Dieter Lanfer
9.Jan	Sa	WAN	BG	12:00 BG-Paffrath, Kirche St. Clemens	Bergisch Gladbacher Krippengang	7	70	70	15	Manfred Kießig
10.Jan	So	WAN	BG	11:00 BG Haus der Vereine, Hardtweg 42	Traditionswanderung Glühwein & Schmalzbrote	9	120	120	50	Irmgard, Wolfgang, Ingrid
13.Jan	Mi	GES	BG	14:00 BG-Heidkamp P/BusHS Kreishaus	Gesundheitswandern im Lerbacher Wald	5	50	50	15	Burkhard Schlegel
14.Jan	Do	WAN	Odenthal	10:00 Od, WanderP Reisegarten Schöllerhof	Auf der Schwarzpulverroute zur Dhünntalsperre	13	230	230	14	Jürgen Albrecht
16.Jan	Sa	WAN	Kürten	10:00 BG S-Bahnhof, Bus 427	Winterwanderung auf der Grenze zum Oberbergischen	13	230	230	20	Burkhard Schlegel
24.Jan	So	WAN	Odenthal	10:00 Od-Neschen WanderP Eichholzer Weg	Winter im Linnefetal und an der Dhünntalsperre	10	180	180	-	Hildegard Eiling
27.Jan	Mi	GES	BG	14:00 BG-Heidkamp P/BusHS Kreishaus	Gesundheitswandern im Lerbacher Wald	5	50	50	15	Burkhard Schlegel
3.Feb	Mi	GES	BG	15:00 BG-Paffrath P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald	5	20	20	15	Manfred Kießig
5.Feb	Fr	WAN	BG	12:00 Herz-Jesu-Kirche, BG-Schildgen	Zwischengang - vor dem Höhepunkt der närrischen Tage	12	120	120	20	Manfred Kießig
7.Feb	So	WAN	Rösrath	10:00 Bahnhof Rösrath-Hoffnungsthal	Sportlich auf den Spuren des Bergbaus oberhalb Rösraths	13	230	230	20	Marcus Alig
10.Feb	Mi	THW	Köln	10:20 BG S-Bahnhof	Sinneswandel: Kamelien statt Kamelle	6	0	0	18	Burkhard Schlegel
12.Feb	Fr	WAN	Kürten	14:05 Kürten, P/BusHS „Kürten Rathaus“	Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Winter	6	150	150	15	Hans-Dieter Lanfer
14.Feb	So	WAN	Overath	09:30 BG P Schnabelsmühle	Beeindruckende Kulturlandschaft am Lüderich	10	210	210	-	Irmgard Schaar, Ingrid Sienz
17.Feb	Mi	VER	BG	Treffpunkt nach Anmeldung	Boule-Treff	0	0	0	12	Anni Kießig
18.Feb	Do	WAN	BG	09:30 BG-Bensberg, Bus-/U-Bahnhof, Steinstr.	Winterwanderung durch den Königsforst	11	150	150	15	Jochen Schmidt
20.Feb	Sa	WAN	Engelskirchen	11:00 Bahnhof Engelskirchen	Über die Höhen der Agger	13	370	370	20	Renate Buchwald-Rzezonka
24.Feb	Mi	GES	BG	15:00 BG-Paffrath P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald	5	20	20	15	Manfred Kießig
28.Feb	So	WAN	BG	10:00 BG-Schildgen, P "Zum Scheider Feld 35"	Genießerwanderung nach Uppersberg	11	160	160	14	Jürgen Albrecht
6.Mär	Sa	THW	Remagen	10:15 P Kreishaus, Am Rübezahlwald 7, BG	Sinneswandel: Sprechende Bilder im arp museum	7	140	160	20	Burkhard Schlegel
7.Mär	So	WAN	Rösrath	13:00 Haupteingang Schloss Eulenbroich	Kurzwanderung mit Qigong-Elementen	7	100	100	20	Irene Greuel
8.Mär	Mo	WAN	Odenthal	09:10 Kirche Heilige Drei Könige Hebborn	Wanderung zum Weltfrauentag	7	210	210	20	Christine Goedert
10.Mär	Mi	GES	Köln	10:00 P Wildgehege Brück K Lützerathstraße	Gesundheitswandern im Königsforst mit Waldbaden	5	0	0	15	Bettina van Fürden
11.Mär	Do	WAN	Kürten	09:35 BG, S-Bahnhof; 10:15 P Dorfplatz Biesfeld	Auf stillen Pfaden von Biesfeld nach Bergisch Gladbach	14	110	260	15	Jochen Schmidt
12.Mär	Fr	WAN	Kürten	14:05 Kürten, P/BusHS „Kürten Rathaus“	Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Winter	6	150	150	15	Hans-Dieter Lanfer
13.Mär	Sa	VER	BG	15:00 Bürgertreff Schildgen, Am Schild 31, BG	Mitgliederversammlung WF BL in Schildgen	0	0	0	-	Andreas Schultheiß
14.Mär	So	WAN	Overath	09:45 BG S-Bahnhof; 10:45 Bahnhof Overath	Genusswandeln: Overather Pilgerweg - Marialinden	9	258	258	15	Andreas Vresak
19.Mär	Fr	WAN	BG	10:00 Schildgen Kirche, BusHS	Schmitzchen-Schleicher-Wanderweg - Schildgen	19	170	170	14	Jürgen Albrecht
20.Mär	Sa	VER	BG	09:00 Naturfreundhaus Hardt	Erste Hilfe Schulung für Wanderführende und Markierende	0	0	0	18	Andreas Schultheiß
20.Mär	Sa	WAN	Odenthal	12:40 BG S-Bahnhof Bus 432	Auf leisen Sohlen im Scherfbachtal unterwegs	6	60	140	-	Armand De Busscher

21.Mär	So	WAN	Bad Honnef	09:00 P am Kreishaus	Rheinsteig: Etappe von Oberkassel nach Rhöndorf	18	560	550	12	Franz Fell
24.Mär	Mi	RAD	Lohmar	11:00 BG - Gronau, Schlodderdicher Weg 48	Frühlingsbeginn in Wald und Heide (Krewelshof)	47	540	540	15	Jutta, Hans-Dieter
24.Mär	Mi	GES	Köln	10:00 P Wildgehege Brück K Lützerathstraße	Gesundheitswandern im Königsforst mit Waldbaden	5	0	0	15	Bettina van Fürden
28.Mär	So	WAN	Odenthal	10:00 BG-Romaney, WanderP Straßen B 506	Herrliche Aussichten auf die Kölner Bucht und Dom	12	240	240	20	Marcus Alig
31.Mär	Mi	GES	BG	15:00 BG-Paffrath P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald	5	20	20	15	Manfred Kießig
3.Apr	Sa	WAN	BG	11:00 Busbahnhof Bensberg	Durch die Bensberger Hardt	16	230	230	20	Renate Buchwald-Rzezonka
3.Apr	Sa	THW	Wermelskirchen	12:00 BG-Heidkamp Parkplatz Kreishaus	Genusswandeln: „Über Berg und Tal“ (Coenenmühle)	10	180	180	15	Andreas Vresak
4.Apr	So	WAN	Leverkusen	10:00 Wuppertalstraße 8, Lev-Berg.-Neukirchen	Was haben Büffel und Naturschutz gemeinsam?	13	200	200	15	Andreas Schultheiß
7.Apr	Mi	GES	BG	17:00 BG-Heidkamp P/BusHS Kreishaus	Gesundheitswandern im Lerbacher Wald	5	50	50	15	Burkhard Schlegel
9.Apr	Fr	WAN	Kürten	16:05 Kürten, P/BusHS „Kürten Rathaus“	Eine kleine Abendwanderung im Frühling	8	150	150	15	Hans-Dieter Lanfer
10.Apr	Sa	WAN	BG	13:00 BG S-Bahnhof Bus 426	Auf leisen Sohlen im Strundetal unterwegs	6	50	80	-	Armand De Busscher
11.Apr	So	WAN	Rösrath	09:30 P Schnabelsmühle	Frühling im Königsforst	13	170	170	20	Liesel Burkard
13.Apr	Di	THW	Kürten	14:00 BG S-Bahnhof, Bus 427	Genusswandeln: Wo die Höhner Hähnchen essen	9	150	150	20	Burkhard Schlegel
14.Apr	Mi	GES	Köln	10:00 P Wildgehege Brück K Lützerathstraße	Gesundheitswandern im Königsforst mit Waldbaden	5	0	0	15	Bettina van Fürden
16.Apr	Fr	WAN	Monschau	09:00 P Kombibad Paffrath	Narzissenwanderung im Nationalpark Eifel	16	220	220	14	Jürgen Albrecht
17.Apr	Sa	IKL	BG	13:00 BG BusHS Milchborntal	Vom Kaisersch Baach zur Saaler Mühle	5	0	0	15	Liesel Burkard, Jutta Neumann
18.Apr	So	WAN	Lohmar	08:25 BG (S), Bussteig 6	Stadt-Land-Fluss: Von Rösrath in den Siegburger Norden	23	370	370	-	Franz Fell
22.Apr	Do	WAN	Lohmar	09:15 Busbahnhof Bensberg	Von Rösrather Höhen in die Ferne schauen	13	250	260	-	Jochen Schmidt
24.Apr	Sa	WAN	Lohmar	08:45 P am Kreishaus	Kreuznaaf - idyllische Naafbachtal - Overath	17	250	230	12	Franz Fell
25.Apr	So	VER	Wipperfürth	07:30-10:00 BG-Paffrath P Kombibad	"Bergische 25"	27	450	450	10	Jürgen Albrecht
27.Apr	Di	WAN	Engelskirchen	08:15 BG S-Bahnhof	Die aussichtsreichen Pfade des Berg. Panoramasteiges	16	440	360	15	Gerd Ebbinghaus
28.Apr	Mi	RAD	Düsseldorf	09:00 BG Kombibad Paffrath	Radtour nach Zons	70	90	90	12	Franz Fell
29.Apr	Do	THW	Opladen	10:10 BG S-Bahnhof, Busstg. 1	Genusswandeln: An der Wupper zum Landcafé Flocke	9	80	80	20	Burkhard Schlegel
1.Mai	Sa	WAN	Hückeswagen	09:30 BG P Schnabelsmühle	Multitalent Bevertalsperre	12	170	170	-	Ingrid Sienz, Irmgard Schaar
5.Mai	Mi	GES	BG	18:00 BG-Heidkamp P/BusHS Kreishaus	Gesundheitswandern im Lerbacher Wald	5	50	50	15	Burkhard Schlegel
6.Mai	Do	WAN	Lohmar	10:15 BG S-Bahnhof;	Genusswandeln: "Bauernhofweg Honrath"	13	270	270	15	Andreas Vresak
7.Mai	Fr	WAN	Kürten	16:05 Kürten, P/BusHS „Kürten Rathaus“	Eine kleine Abendwanderung im Frühling	8	150	150	15	Hans-Dieter Lanfer
8.Mai	Sa	WAN	Kürten	09:00 BG S-Bahnhof, Bus 427	Wander-Halbmarathon um die Große Dhünn	22	440	440	20	Burkhard Schlegel
9.Mai	So	WAN	Troisdorf	09:00 BG-Heidkamp P Kreishaus	Wahnerheide im Frühling	12	60	60	12	Christine Goedert
12.Mai	Mi	WAN	Königswinter	08:45 BG S-Bahnhof	Auf den Spuren Beethovens	15	580	580	15	Gerd Ebbinghaus
12.Mai	Mi	GES	Köln	10:00 P Wildgehege Brück K Lützerathstraße	Gesundheitswandern im Königsforst mit Waldbaden	5	0	0	15	Bettina van Fürden
14.Mai	Fr	WAN	Leverkusen	13:00 HS Lev Schlebusch	Tag des Wanderns,verschiedene Möglichkeiten Wandern	7	30	30	15	Manfred Kießig

15.Mai	Sa	IKL	Odenthal	13:00 BusHS Od Altenberg	Rund um den Altenberger Dom	5	0	0	15	Jutta Neumann, Liesel Burkard
16.Mai	So	WAN	Lohmar	10:00 Bahnhof Honrath, Lohmar	Bauernhofweg bei Lohmar	13	240	240	20	Marcus Alig
17.Mai	Mo	RAD	Lohmar	10:00 BG-Gronau, Schlodderdicher Weg 48	Am Mühlentag zur Gammersbacher Mühle	45	430	420	12	Jutta Neumann, Hans-Dieter König
21.Mai	Fr	WAN	Wermelskirchen	10:00 P Kombibad BG-Paffrath	Große Dhünntalsperre	13	200	200	14	Jürgen Albrecht
22.Mai	Sa	WAN	Odenthal	13:00 BG S-Bahnhof Bus 427	Auf leisen Sohlen am jungen Mutzbach unterwegs	6	20	110	-	Armand De Busscher
23.Mai	So	THW	Odenthal	14:30 P Schnabelsmühle, BG	nachhaltig wandeln: Mit allen Sinnen im Scherfbachtal	6	100	100	20	Burkhard, Jennifer Konkel
25.Mai	Di	WAN	Köln	14:00 P Spielplatz Diepeschrather Mühle	Wanderung durch den Wald in das NSG Dellbrücker Heide	8	40	40	12	Christine Goedert
27.Mai	Do	THW	Overath	09:20 Bensberg, BG Bussteig 2	Jakobswege: Auf der Heidenstraße Obersteeg - Bensberg	11	160	110	20	Burkhard Schlegel
2.Jun	Mi	GES	BG	19:00 BG-Heidkamp P/BusHS Kreishaus	Gesundheitswandern im Lerbacher Wald	5	50	50	15	Burkhard Schlegel
3.Jun	Do	THW	Lindlar	09:00 BG S-Bahnhof	Genusswandeln: vom Deponiegelände zum Zukunftsort	8	200	200	15	Andreas Vresak
5.Jun	Sa	WAN	Overath	13:00 P Lindlarer Str. 70, Overath	Sportliche Runde um Immekeppel	12	220	220	20	Renate Buchwald-Rzezonka
6.Jun	So	WAN	Remscheid	10:00 BG, P Schnabelsmühle	Auf dem alten Jakobsweg nach Lennep	12	140	140	-	Wolfgang Krüger
9.Jun	Mi	WAN	Marienheide	10:00 P Kombibad Paffrath	Auf den Spuren von Rittern und Zwergen...	15	300	300	14	Jürgen Albrecht
9.Jun	Mi	GES	Köln	10:00 P Wildgehege Brück K Lützerathstraße	Gesundheitswandern im Königsforst mit Waldbaden	5	0	0	15	Bettina van Fürden
11.Jun	Fr	WAN	Kürten	17:05 Kürten, P/BusHS „Kürten Rathaus“	Eine kleine Abendwanderung im Frühsommer	8	150	150	15	Hans-Dieter Lanfer
12.Jun	Sa	WAN	Odenthal	13:00 BG S-Bahnhof Bus 427	Auf leisen Sohlen über luftige Höhen unterwegs	6	40	130	-	Armand De Busscher
13.Jun	So	RAD	Lindlar	10:00 P Buchmühle (VHS)	Auf geht's nach Lindlar – Kurven, Höhenmeter & Genuss!	50	530	530	12	Irene Greuel
16.Jun	Mi	RAD	Köln	10:00 BG-Paffrath, Kombi-Bad	nachhaltig wandeln - Radtour zur Klostergärtnerei (Porz)	50	0	0	15	Jutta Neumann, Hans-Dieter König
19.Jun	Sa	VER	Odenthal	14:30 Od, Katholische Bibliothek, Dorfstr. 4	3-Wege-Wanderfest (vormals Sommerfest)	0	0	0	60	Maggie Alig
23.Jun	Mi	GES	BG	19:00 BG-Paffrath P Kombibad	Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald	5	20	20	15	Manfred Kießig
26.Jun	Sa	IKL	Köln	12:30 P am S-Bahnhof BG	Wir erkunden den Dellbrücker Wald	5	0	0	15	Jutta Neumann, Liesel Burkard
27.Jun	So	WAN	Wermelskirchen	10:00 P Coenenmühle, Wermelskirchen	Durch die Wälder und Täler von Eifgenbach und Linnefe	14	220	220	20	Marcus Alig
29.Jun	Di	THW	BG	11:30 BG-Paffrath Kombibad	Genusswandeln: Bei Müllers in der Mühle	9	40	40	14	Burkhard Schlegel
30.Jun	Mi	RAD	Köln	10:00 BG-Paffrath Kombibad	Radtour zur Kölner Flora	40	100	100	12	Franz Fell
08.Jul	Do	THW	Kürten	12:05 Kürten, P/BusHS „Kürten Rathaus“	Hinter den Kulissen der Großen Dhünntalsperre	5	150	150	20	Hans-Dieter Lanfer

WAN = Wanderung * GES = Gesundheitswanderung * RAD = Radwanderung * VER = Veranstaltung * THW = Themenwanderung * IKL = Inklusionswanderungen bis 5 km * ↗= Aufstieg in m * ↘ = Abstieg in m * TN = max. Teilnehmer/-innen * 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-bergisches-land.de/wanderungen (oder nutze den QR-Code), dort kannst du dich auch als Mitglied direkt anmelden oder als

Veranstaltungsleiter

Vorname	Nachname	Veranst.-Art	Telefon	Tourenhandy
Andreas	Schultheiß	WAN		+49 160 768 6453
Andy	Vresak	WAN		+49 172 241 3178
Annemie	Schmutzler	NW	+49 2204 51 415	
Anni	Kießig	VER	+49 2202 186 8959	
Armand	De Busscher	WAN	+49 2202 44 690	+49 176 3228 9451
Bettina	van Fürden	GES	+49 2204 963 193	+49 176 8271 8124
Burkhard	Schlegel	WAN, NW, GES		+49 155 6161 0901
Carolin	Lenz	WAN		+49 151 5060 6043
Christine	Goedert	WAN, NW	+49 2202 109 521	+49 171 730 8844
Dieter	Zahr	WAN	+49 2202 79 463	+49 174 797 3343
Franz	Fell	WAN, RAD, NW		+49 177 622 1503
Gabriele	Krüger	WAN	+49 2202 52 886	+49 160 213 1955
Gerd	Ebbinghaus	WAN	+49 2202 85 630	+49 172 741 4925
Hans	Weber	Kegeln	+49 2202 50 219	+49 152 0841 2370
Hans-Dieter	König	RAD		+49 172 304 4100
Hans-Dieter	Lanfer	WAN		+49 176 9900 0206
Hans-Willi	Schmitz	WAN		+49 178 284 0862
Hildegard	Eiling	WAN	+49 2207 2859	+49 157 5104 5028
Ingrid	Sienz	WAN	+49 2202 54 588	+49 173 461 9770
Irene	Greuel	WAN, RAD	+49 2202 39 352	
Irmgard	Schaar	WAN	+49 2204 919 300	+49 173 861 9382
Jochen	Schmidt	WAN	+49 2204 703 9467	+49 176 6960 8256
Jürgen	Albrecht	WAN, NW		+49 157 8834 5295
Jutta	Neumann	WAN, RAD, IKL		+49 157 5303 0524
Liesel	Burkard	WAN, IKL		+49 157 3556 4461
Manfred	Kießig	WAN, GES	+49 2202 186 8959	
Marcus	Alig	WAN		+49 151 2006 3233
Martina	Süßmuth	WAN, RAD	+49 2202 964 7349	+49 173 457 8558
Mechthild	Ferdinand	WAN	+49 2202 78 674	+49 157 3320 7575
Renate	Buchwald-Rzezonka	WAN, NW		+49 163 966 6061
Sigrid	Schlegel	NW		+49 160 9763 1797
Udo K.	Müller	NW		+49 173 788 5969
Wolfgang	Hoen	Feste	+49 2205 899 2936	+49 173 893 7020
Wolfgang	Krüger	WAN	+49 2191 789 1453	+49 157 8810 0744

WAN = Wandern, RAD = Radwandern, GES = Gesundheitswandern,
IKL = Inklusionswandern, NW = Nordic Walking, VER= Veranstaltungen (u.a. Kultur, Boule)

So, 28.03.2027

Strecke: ~ 12km
↗ 240m ↘ 240m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Herrliche Aussichten über die Kölner Bucht und den Dom

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach-Romaney.
Die zügige Wanderung führt uns zum Osterfest von den Höhen oberhalb Voiswinkels durch das Scherfbachtal nach Odenthal und wieder zurück.

Wanderführer/-in	**Marcus Alig**
• Treffpunkt:	10:00 Bergisch Gladbach-Romaney, Wanderparkplatz Straßen an der B 506
• Anmeldung:	bis 27.03.2027 18:00 nur per Mail oder Online
• Tourenhandy:	0151 2006 3233 * Mail: alig.marcus@gmx.de
• Sonstiges:	Getränk und Imbiss mitnehmen
• Gesamtzeit:	~ 4 Std.

»Kalyva«



Taverna – Pizzeria

... 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

Öffungszeiten:
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@kalvya.de · www.kalvya.de

Mi, 31.03.2027



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

Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald

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

Wanderführer/-in **Manfred Kießig**

- Treffpunkt: 15:00 Bergisch Gladbach-Paffrath Parkplatz Kombibad
- ÖPNV: Bus 437 bis Endhaltestelle Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 30.03.2027 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: ~ 2 Std.

April

Do, 01.04.2027
Nordic Walking



Nordic Walking Fitness

Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Bensberg, jeden Dienstag und Donnerstag in Schildgen.

Sa, 03.04.2027



Strecke: ~ 16km
↗ 230m ↘ 230m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Durch die Bensberger Hardt

Sportliche Rundwanderung ab Bensberg.
Von Busbahnhof Bensberg wandern durch die Grube Cox, zur Rochus Kapelle und zurück teils auf breiten Waldwegen und schmalen Pfaden.
Wir wandern im zügigen Tempo von >4,5 km/h.

Wanderführer/-in **Renate Buchwald-Rzezonka**

- Treffpunkt: 11:00 Busbahnhof Bensberg
- Anmeldung: bis 02.04.2027 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0163 966 6061 * Mail: etaner.b@web.de
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Sa, 03.04.2027



Strecke: ~ 10km
↗ 180m ↘ 180m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Genusswandeln: "Über Berg und Tal" - Linnefetal und Coenenmühle

Rundwanderung ab Wermelskirchen-Dabringhausen.
Auf rund zehn Kilometern wechseln sich Anstiege und Talpassagen ab. Wir kommen an den Quellteichen der Linnefe vorbei und wandern über die Höhen, wo der Blick weit über das Dhünntal und das Bergischen Land reicht. Danach geht es hinab ins ruhige, naturnahe Linnefetal. Am Ende wartet zu unserer Stärkung das Pfannkuchenhaus in der Coenenmühle.

Wanderführer/-in	**Andreas Vresak**
• Treffpunkt 1:	12:00 Bergisch Gladbach-Heidkamp Parkplatz Kreishaus
• Treffpunkt 2:	12:45 Wanderparkplatz Coenenmühle
• Anmeldung:	bis 29.03.2027, 20:00 Online, Telefon oder Mail
• Mobil:	0172 2413178 * Mail: andyvii@gmx.de
• Sonstiges:	Getränke und Imbiss mitnehmen, optional Schlusseinkehr
• Gesamtzeit:	~ 6 Std.

So, 04.04.2027



Strecke: ~ 13km
↗ 200m ↘ 200m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Was haben Büffel und Naturschutz gemeinsam?

Rundwanderung ab Leverkusen-Bergisch-Neukirchen.
Auf rund zwölf Kilometern wechseln sich An- und Abstiege ab. Wir besuchen die Wasserbüffel im Diepental, lassen uns von Ihrem Besitzer die Eigenheiten erzählen, begreifen die Vorgehensweise für den Naturschutz und wandern entlang des Murbachs und des Weltersbachs weiter, schauen im SinnesWald vorbei und am Ende der Wanderung wartet das Landcafe Flocke auf alle, die noch einkehren möchten.

Wanderführer/-in	**Andreas Schultheiß**
• Treffpunkt:	10:00 Parkplatz neben der Stadthalle, Wuppertalstraße 8, Leverkusen-Bergisch-Neukirchen
• Anmeldung:	bis 02.04.2027 19:00 Online oder per Mail
TourenTelefon:	0160 768 6453 * Mail: vorstand@wf-bergischesland.de
• Sonstiges:	optionale Schlusseinkehr
• Gesamtzeit:	~ 5 Std.

Mi, 07.04.2027



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

Gesundheitswandern im Lerbacher Wald

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

Wanderführer/-in: **Burkhard Schlegel**
- Treffpunkt: 17:00 Bergisch Gladbach-Heidkamp Parkplatz/Bushaltestelle Kreishaus
- Anmeldung: bis 06.04.2027 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: ~2 Std.

Fr, 09.04.2027



Strecke: ~ 8km
↗ 150m ↘ 150m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Eine kleine Abendwanderung im Frühling

Rundwanderung in Kürten.
Wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur bei einer kurzen Wanderung in der Umgebung von Kürten.
Erfahre Näheres bei Anmeldung.

Wanderführer/-in: **Hans-Dieter Lanfer**
- Treffpunkt 1: 16:05 Kürten, Parkplatz/Bushaltestelle „Kürten Rathaus“
- Treffpunkt 2: 16:15 (Angaben dazu bei Anmeldung)
- Anmeldung: am Do 08.04.2027 15:00-20:00 per Telefon
- Tourenhandy: 0176 9900 0206 (mit Mobilbox)
- Sonstiges: Getränk nicht vergessen, auf Wunsch Schlusseinkehr.
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Sa, 10.04.2027



Strecke: ~ 6km
↗ 50m ↘ 80m
Gehzeit: ~ 2 Std.

Auf leisen Sohlen im Strundetal unterwegs

Streckenwanderung ab Herrenstrunden.
Wir wandern im langsamen Tempo über Asselborn zur Igeler Mühle und durch das schöne Strundetal vorbei am Papiermuseum Alte Dombach zum Strundepark.

Wanderführer/-in: **Armand De Busscher**
- Treffpunkt: 13:00 Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Bus 426

- Anmeldung: am 09.04.2027 18:00 bis 19:00 per Telefon
- Telefon: 02202 44690
- Tourenhandy: 0176 3228 9451
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen
- Kosten: ggf. ÖPNV-Ticket
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.

So, 11.04.2027



Strecke: ~ 13km
↗ 170m ↘ 170m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Frühling im Königsforst

Rundwanderung ab Rösrath-Kleineichen.
Wir sehen nach den ersten Frühlingsboten im Königsforst bei einer entspannten Wanderung.

Wanderführer/-in **Liesel Burkard**

- Treffpunkt 1: 09:30 Parkplatz Schnabelsmühle
- Treffpunkt 2: 10:00 Parkplatz Heideblick, Rösrath, L 170
- Anmeldung: bis 10.04.2027 Online, Telefon oder Mail
- Mobil: 0157 3556 4461 * Mail: burkardellis0603@gmx.de
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen, optionale Einkehr
- Gesamtzeit: ~5 Std.

Di, 13.04.2027



Strecke: ~ 9km
↗ 150m ↘ 150m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Genusswandeln: Wo die Höhner Hähnchen essen

Rundwanderung ab Kürten-Olpe.
Vom Kirchdorf Olpe pilgern wir zu Hähnchen Ewald. Viele Prominente haben hier schon gegessen: Mike Krüger, Roland Kaiser, Helge Schneider, DJ Bobo und DJ Ötzi. Auch die Höhner kommen gerne auf ein Hähnchen vorbei. Ein berühmter Dauergast ist Heidi Klum.

Wanderführer/-in **Burkhard Schlegel**

- Treffpunkt 1: 14:00 Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Bus 427
- Treffpunkt 2: 15:00 Haltestelle Olpe, Kürten (Parkplätze auch dort)
- ÖPNV: 14:12 Bus 427 an Olpe, Kürten 14:57
- Anmeldung: bis 11.04.2027, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Kosten: ggf. Fahrkarte
- Sonstiges: Bitte Getränke mitnehmen, Zwischeneinkehr
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Mi, 14.04.2027



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 13.04.2027 20:00 per Telefon / AB, Mail oder online
- Sonstiges: Getränk nicht vergessen, termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich.
- Telefon: 0176 8271 8124 * Mail: bettinahome@yahoo.de
- Gesamtzeit: 2 Std.

Fr, 16.04.2027



Strecke: ~ 16km
↗ 220m ↘ 220m
Gehzeit: ~ 5 Std.

Narzissenwanderung im Nationalpark Eifel

Rundwanderung ab Monschau-Höfen.
Auf überwiegend natürlichen Wegen schlängelt sich die malerische Route zuerst entlang des glitzernden Perlenbachs und führt uns dann zu den Höhepunkten dieser Wanderung. Im April entfalten Millionen wilder Narzissen ihren zauberhaften Glanz und verwandeln die Talwiesen entlang unseres Pfades in ein überwältigendes Blütenmeer!

Wanderführer/-in **Jürgen Albrecht**

- Treffpunkt 1: 09:00 Parkplatz Kombibad Paffrath
- Treffpunkt 2: 11:00 Am Nationalparktor Höfen, Hauptstraße 72, Monschau
- Anmeldung: bis 14.04.2027, 19:00 Online, Telefon oder Mail
- Tourenhandy: 0157 8834 5295 * Mail: wf-albrecht@gmx.de
- Kosten: ca. 20 € / Person für PKW-Mitfahrt (Hin-/Rückweg ~200 km)
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 6 Std.



#gutzuwissen #2026

8 von 173	Aktiven sind unter 60 Jahre alt (ohne Nordic Walking)
68 %	der Aktiven sind Frauen, beim Nordic Walking 82 %
7 Personen	tragen mehr als die Hälfte aller Führungen (ohne NW)
18 Sonntagswanderungen	bringen 43 % aller Wanderungs-Anmeldungen
8 -12 km Touren	sind am besten besucht

Sa, 17.04.2027

Strecke: ~ 5km
Gehzeit: ~ 3 Std.

Vom Kaisersch Baach zur Saaler Mühle

Inklusive Kurzwanderung im langsamen Tempo ab Bergisch Gladbach-Lückerath

Für alle, die Natur und Gemeinschaft genießen wollen. Wir wandern zum Lückerather Anger und rund um den Saaler Mühlenteich.

Wanderführer/-in	**Liesel Burkard, Jutta Neumann**
• Treffpunkt:	13:00 Bergisch Gladbach Bushaltestelle Milchborntal
• ÖPNV:	ab Bergisch Gladbach mit Linie 227
• Anmeldung:	bis 16.04.2027, 20:00 Telefon, Mail oder online
• Mobil:	0157 3556 4461 * Mail: burkardellis0603@gmx.de * Liesel Burkard oder
• Mobil:	0157 5303 0524 * Mail: june53@web.de * Jutta Neumann
• Sonstiges:	Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr Gaststätte Kaisersch Baach optional
• Gesamtzeit:	~ 3 Std.



So, 18.04.2027



Strecke: ~ 23km
↗ 370m ↘ 370m
Gehzeit: ~ 7 Std.

Stadt - Land - Fluss: Von Rösrath in den Siegburger Norden

Streckenwanderung ab Bahnhof Rösrath bis Siegburg-Nordfriedhof.
Die Wanderung führt abseits ausgetretener Wege über die südlichen Rösrather Höhen, entlang von Agger und Sülz, durch den Lohmarer Wald und das NSG Gagelbestand zum Siegburger Nordfriedhof (Bushaltestelle).

Wanderführer/-in	**Franz Fell**
• Treffpunkt 1:	08:25 Bergisch Gladbach (S), Bussteig 6, Linie 400, Abfahrt 08:35
• Treffpunkt 2:	09:15 Parkplatz Rösrath Bhf.
• Anmeldung:	bis 16.04.27, 19:00 Telefon, Mail oder online
• Mobil:	0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de
• Kosten:	ÖPNV von Siegburg nach Rösrath / Bergisch Gladbach, Abfahrt XX:40 Uhr
• Sonstiges:	Getränk und Imbiss nicht vergessen, optionale Zwischeneinkehr
• Gesamtzeit:	~ 8 Std.

Do, 22.04.2027



Strecke: ~ 13km
↗ 250m ↘ 260m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Von Rösrather Höhen in die Ferne schauen

Streckenwanderung ab Rösrath-Hoffnungsthal.
Wir wandern aus dem Sülztal hinauf zum Hofferhof und weiter zur Kupfersiefer Mühle mit wunderbaren Aussichtspunkten. Der Blick reicht vom Siebengebirge über Köln bis Bergisch Gladbach. Vorbei an der Gammersbacher Mühle und der Pfaffen-Brauerei geht es wieder ins Sülztal zur Meigermühle (Einkehr). Es sind 4 größere Steigungen zu überwinden.

Wanderführer/-in	**Jochen Schmidt**
• Treffpunkt 1:	09:15 Busbahnhof Bergisch Gladbach-Bensberg
• Treffpunkt 2:	10:00 Rösrath Hoffnungsthal Schule Bushaltestelle
• ÖPNV:	09:29 Bus 420, Umstieg Untereschbach 09:51 Bus 422; an Hoffnungsthal Schule 10:02
• Anmeldung:	bis 21.04.2027 19:00 Telefon, Mail oder online
• Telefon:	0176 6960 8256 * Mail: joachimschmidt.koeln@web.de
• Kosten:	ca. 7 € / Person ÖPNV (Kostenaufteilung)
• Sonstiges:	Getränke und Imbiss mitnehmen, optionale Schlusseinkehr
• Gesamtzeit:	~ 7 Std.

Sa, 24.04.2027



Strecke: ~ 17km
↗ 250m ↘ 230m
Gehzeit: ~ 5 Std.

Von Kreuznaaf durch das Naafbachtal nach Overath

Streckenwanderung ab Lohmar-Kreuznaaf bis Overath

Wir wandern von der Naafmündung an der Agger über teils schmale Pfade entlang des idyllisch mäandrierenden Naafbachs bis in das verzweigte Quellgebiet und über den Höhenzug in das Aggertal zum Bahnhof nach Overath.

Wanderführer/-in	**Franz Fell**
• Treffpunkt 1:	08:45 Kreishaus Bergisch Gladbach
• Treffpunkt 2:	09:30 Lohmar Kreuznaaf Bushaltestelle
• Anmeldung:	bis 22.04.27 19:00 Telefon, Mail oder online
• Mobil:	0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de
• Kosten:	Anteilig Fahrgemeinschaft. Rückfahrt ÖPNV von Overath Bhf. nach Kreuznaaf, Abfahrt XX:06
• Sonstiges:	Getränk und Imbiss nicht vergessen, optionale Schlusseinkehr
• Gesamtzeit:	~ 6 Std.

Sa, 24.04.2027
24.04.-09.05.2027



Bergische Wanderwochen

Bei den von uns angebotenen Wanderungen brauchen unsere Gäste in dieser Zeit keine 3 € Gastbeitrag zu zahlen. Die Bergische 50 findet am 24.04. und die Bergische 25 am 25.04.2027 statt.

So, 25.04.2027



Strecke: ~ 27km
↗ 450m ↘ 450m
Gehzeit: ~ 7 Std.

"Bergische 25"

Eine 25 km lange Rundwanderung ab Wipperfürth.

Die Wanderstrecke führt Dich durch das naturbezogene und facettenreiche Bergische Land mit seinen idyllischen Dörfern und landschaftlichen Highlights. Genieße abwechslungsreiche Wanderwege, leckere Verpflegungsstopps und einen gemütlichen Ausklang in Wipperfürth – Medaille inklusive!

Die Veranstaltung ist für unsere Mitglieder kostenlos, da wir die Bergische 25 an den Verpflegungsstationen bzw. Medaillenausgabe unterstützen.

Wanderführer/-in	**Jürgen Albrecht**
• Treffpunkt 1:	7:30 - 10:00 Bergisch Gladbach-Paffrath Parkplatz Kombibad
• Treffpunkt 2:	8:30 - 11:00 Marktplatz in Wipperfürth

• Anmeldung:	bis 31.03.2027 Telefon, Mail oder online
• Tourenhandy:	0157 8834 5295 * Mail: wf-albrecht@gmx.de
• Kosten:	Für Mitglieder der Abteilung wird das Startgeld von ca. 58 €/Person vom Verein getragen, ggf. 6 €/Person Pkw-Mitfahrt
• Sonstiges:	Mehrere Verpflegungsstationen auf dem Weg, Detaillierte Angaben zur Startzeit werden rechtzeitig bekannt gegeben
• Gesamtzeit:	~8 Std.

Di, 27.04.2027



Strecke: ~ 16km
↗ 440m ↘ 360m
Gehzeit: ~ 6 Std.

Die aussichtsreichen Pfade des Bergischen Panoramasteiges

Streckenwanderung ab Engelskirchen-Ründeroth.
Die Tour führt größtenteils über Waldwege und reizvolle, aussichtsreiche Pfade. Von der Fußgängerbrücke über die Agger aus geht es zunächst durch ein Waldstück hinauf Richtung Feckelsberg und dann auf Waldwegen und Pfaden hinab nach Blumenau ins Leppetal. Wir steigen zum Rommersberg auf und gelangen schließlich nach Eichholz und Burg. Die Wanderung endet in Lindlar am Busbahnhof.

Wanderführer/-in	**Gerd Ebbinghaus**
• Treffpunkt:	08:15 Bergisch Gladbach S-Bahnhof
• ÖPNV:	08:33 S-Bahn S 11
• Treffpunkt 2:	Ründeroth, Seniorenheim
• Anmeldung:	bis 26.04.2027 20:00 Online, Telefon oder Mail
• Telefon:	0172 741 4925 * Mail: gerd.ebbinghaus@web.de
• Kosten:	ggf. Fahrkarte
• Sonstiges:	Bitte Imbiss und Getränke mitnehmen.
• Gesamtzeit:	~ 7 Std.



#gutzuwissen SGV-Regeln bei Hitze

Wanderführung:
passt bei unvertretbarem Risiko die Tour kurzfristig an
Früh starten
Schattenwege bevorzugen
sagt ggf. ab

Teilnehmende:
ausreichend Getränke mitnehmen
atmungsaktive, lockere Funktionsbekleidung
festes, aber luftiges Schuhwerk)
Sonnenschutz (u.a. Kopfbedeckung, Creme LSF 50)

Mi, 28.04.2027



Strecke: ~ 70km
↗ 90m ↘ 90m
Gehzeit: ~ 6 Std.

Radtour nach Zons

Rundtour für Fahrrad / Pedelec ab Kombibad Paffrath.
Wir radeln über Waldwege, Radwege und ruhige Nebenstraßen Richtung Waldsiedlung, über den schattigen Dhünnradweg zum Rhein, weiter auf dem rechtsrheinischen Rheinradweg durch den Monheimer Rheinbogen nach Düsseldorf-Urdenbach. Eine kurze "Flusskreuzfahrt" führt uns in die mittelalterliche Stadt Zons, eine ehemalige Zollfeste. Nach einer Einkehr- und Besichtigungspause führt die Tour auf der linken Rheinseite rheinaufwärts über die "neue" Leverkusener Schrägseilbrücke und den Dhünnradweg zurück zum Kombibad.

Wanderführer/-in **Franz Fell**
- Treffpunkt: 09:00 Bergisch Gladbach Kombibad Paffrath
- Anmeldung: bis 26.04.2027, 19:00 Online, Mail oder Telefon
- Telefon: 0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de
- Kosten: Flusskreuzfahrt, 3,00 €
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Einkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 8 Std.

Do, 29.04.2027



Strecke: ~ 9km
↗ 80m ↘ 80m
Gehzeit: ~ 3 Std

Genusswandeln: An der Wupper entlang zum Landcafé Flocke

Rundwanderung ab Opladen Bahnhof.
Wir wandern entlang der Wupper durch den Eichen-Hainbuchenwald in der Wupperschleife. Entlang des Henkensiepen geht es sanft bergan zum Landcafé Flocke, wo wir Kuchen und Getränke genießen können. Von dort ist es nicht mehr weit bis zum Ausgangspunkt.

Wanderführer/-in **Burkhard Schlegel**
- Treffpunkt 1: 10:10 Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Bus 222 Busstg. 1
- Treffpunkt 2: 10:30 Bergisch Gladbach Parkplatz Kreishaus Am Rübezahlwald 7

Treffpunkt 3: 11:25 Opladen Bahnhof
- ÖPNV: 10:21 S-Bahnhof, Bergisch Gladbach, Bus 222
- Anmeldung: bis 25.04.2027, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Kosten: ggf. Fahrkarte oder 4€/Person PKW-Mitfahrt
- Sonstiges: Bitte Getränke mitnehmen.
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Mai

Sa, 01.05.2027
Nordic Walking



Nordic Walking Fitness
Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Bensberg, jeden Dienstag und Donnerstag in Schildgen.

Sa, 01.05.2027



Strecke: ~ 12km
↗ 170m ↘ 170m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Multitalent Bevertalsperre
Rundwanderung ab Hückeswagen.
Die Wanderung führt nah ans Wasser der Bevertalsperre und oberhalb der hügeligen Waldlandschaft des Sees. Die Bevertalsperre ist ein echtes Multitalent. Sie erfüllt wichtige wasserwirtschaftliche Kernaufgaben und ist gleichzeitig ein beliebtes Naherholungsgebiet, in dem viele Wassersportarten erlaubt sind.

Wanderführer/-in **Ingrid Sienz, Irmgard Schaar**
- Treffpunkt 1: 09:30 Bergisch Gladbach Parkplatz Schnabelsmühle
- Treffpunkt 2: 10:15 Parkplatz „Reinshagenbever 6“, 42499 Hückeswagen
- Anmeldung: bis 29.04.2027, 20:00 bei Ingrid Sienz
- Telefon: 02202 54588 * Mail: irmgard.schaar@t-online.de
- Tourenhandy: 0173 861 9382
- Sonstiges: Schlusseinkehr auf Wunsch
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Mi, 05.05.2027



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

Gesundheitswandern im Lerbacher Wald
Leichte Rundwanderung ab Bergisch Gladbach-Heidkamp.
Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten Beweglichkeitsübungen und vermitteln Wissenswertes rund um unsere Gesundheit.

Wanderführer/-in **Burkhard Schlegel**
- Treffpunkt: 18:00 Bergisch Gladbach-Heidkamp Parkplatz/Bushaltestelle Kreishaus
- Anmeldung: bis 04.05.2027 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Sonstiges: Getränk für Wanderpausen nicht vergessen!
- Gesamtzeit: ~2 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

Do, 06.05.2027

Strecke: ~ 13km
↗ 270m ↘ 270m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Genusswandeln: "Bauernhofweg Honrath" - weite Blicke und Schloss Auel

Rundwanderung ab Honrath Bahnhof, Lohmar.
Zwischen Wiesen, Feldern und alten Hofschaften erleben wir das Bergische Land von seiner ländlichen Seite. Der Bauernhofweg führt uns durch die offene Kulturlandschaft rund um Honrath, vorbei an Bauernhöfen und durch die Aggeraue. Unterwegs erfahren wir ganz nebenbei, wie Landwirtschaft die Landschaft bis heute prägt. Ein besonderer Akzent ist Schloss Auel und das weitläufige Golfgelände. Zum genussvollen Ausklang können wir gegen Ende der Wanderung einkehren.

Wanderführer/-in	**Andreas Vresak**
• Treffpunkt 1:	10:15 Bergisch Gladbach S-Bahnhof
• Treffpunkt 2:	11:30 Honrath Bahnhof, Lohmar P&R
• Anmeldung:	bis 05.05.2027, 20:00
• Mobil:	0172 2413178 * Mail: andyvii@gmx.de
• Sonstiges:	Bitte ausreichend Getränke und Imbiss mitnehmen, optional Schlusseinkehr
• Gesamtzeit:	~ 6 Std.

Fr, 07.05.2027



Strecke: ~ 8km
↗ 150m ↘ 150m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Eine kleine Abendwanderung im Frühling

Rundwanderung in Kürten.
Wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur bei einer kurzen Wanderung in der Umgebung von Kürten. Erfahre Näheres bei Anmeldung.

Wanderführer/-in	**Hans-Dieter Lanfer**
• Treffpunkt 1:	16:05 Kürten, Parkplatz/Bushaltestelle „Kürten Rathaus“
• Treffpunkt 2:	16:15 (Angaben dazu bei Anmeldung)
• Anmeldung:	am Do 06.05.2027 15:00-20:00 per Telefon
• Tourenhandy:	0176 9900 0206 (mit Mobilbox)
• Sonstiges:	Getränk nicht vergessen, auf Wunsch Schlusseinkehr.
• Gesamtzeit:	~ 4 Std.

Sa, 08.05.2027



Strecke: ~ 22km
↗ 440m ↘ 440m
Gehzeit: ~ 5 Std.

Wander-Halbmarathon um die Große Dhünn

Sportliche Rundwanderung ab Kürten-Weiden.
Wir wandern im sportlichen Tempo (>4,5km/h) immer mit einem Blick auf die Große Dhünntalsperre gegen den Uhrzeigersinn im munteren Auf und Ab rund um die größte Talsperre im Bergischen Land.

Wanderführer/-in	**Burkhard Schlegel**
• Treffpunkt 1:	09:00 Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Bus 427
• Treffpunkt 2:	09:45 Haltestelle Weiden B506, Kürten (dort gibt es auch Parkplätze)
• ÖPNV:	09:12 S-Bahnhof, Bergisch Gladbach, Bus 427 an Weiden B506 09:42
• Anmeldung:	bis 07.05.2027, 20:00 Online, Telefon oder Mail
• Telefon:	0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
• Kosten:	ggf. Fahrkarte
• Sonstiges:	Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen, optionale Schlusseinkehr
• Gesamtzeit:	~ 6 Std.

So, 09.05.2027

Strecke: ~ 12km
↗ 60m ↘ 60m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Wahnerheide im Frühling

Rundwanderung ab Troisdorf.

Los geht es an der Burg Wissem durch das Naturerbe Wahner Heide. Auf naturbelassenen Böden wandern wir ohne große Steigungen durch die Wahner Heide. Neben lichten Wäldern geht es vorbei an schönen Aussichten auf das Siebengebirge. Zum Abschluss kehren wir im Restaurant Hof Wissem ein.

Wanderführer/-in	**Christine Goedert**
• Treffpunkt 1:	9:00 Bergisch Gladbach-Heidkamp Parkplatz Kreishaus
• Treffpunkt 2:	10:00 Troisdorf Burg Wissem
• Anmeldung:	bis 8.5.2027, 20:00
• Telefon:	0171 730 8844 * Mail: christine.goedert@gmx.de
• Sonstiges:	Imbiss und Getränke mitnehmen, optionale Schlusseinkehr
• Gesamtzeit:	~5 Stunden



Mi, 12.05.2027



Strecke: ~ 15km
↗ 580m ↘ 580m
Gehzeit: ~ 6 Std.

Auf den Spuren Beethovens

Rundwanderung ab Königswinter.

Ludwig van Beethoven, der in Bonn geboren wurde und gearbeitet hat, hat sich von den örtlichen und naturräumlichen Einflüssen seiner Heimat auch in seinen Werken inspirieren lassen. Kultur- und Naturinteressierte können mit Hilfe eines Landschaftsvermittlungssystems Einblicke in die Landschaft zur Zeit des Komponisten (um 1780) erhalten.

Wanderführer/-in **Gerd Ebbinghaus**

- Treffpunkt 1: 08:00 Bergisch Gladbach S-Bahnhof (Fahrt mit S11)
- Treffpunkt 2: 08:00 Bergisch Gladbach-Heidkamp Parkplatz Kreishaus (Pkw-Anreise)
- Treffpunkt 3: 09:30 Drachenfelsbahn, Drachenfelsstraße 51, Königswinter
- Anmeldung: bis 11.05.2027, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0172 741 4925 * Mail: gerd.ebbinghaus@web.de
- Kosten: ggf. Fahrkarte oder 10€/Person PKW-Mitfahrt
- Sonstiges: Bitte Imbiss und Getränke mitnehmen.
- Gesamtzeit: ~ 7 Std.

Mi, 12.05.2027



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 11.05.2027 20:00 per Telefon / AB, Mail oder online
- Sonstiges: Getränk nicht vergessen, termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich.
- Telefon: 0176 8271 8124 * Mail: bettinahome@yahoo.de
- Gesamtzeit: 2 Std.

14.05.-21.05.2027



Keine S11 zwischen Bergisch Gladbach - Köln-Deutz

Vorbereitende Maßnahmen zum Ausbau der S11, Schienenersatzverkehr.

Fr, 14.05.2027



Strecke: ~ 7km
↗ 30m ↘ 30m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Unterwegs am Tag des Wanderns: Wanderformen und Orientierung

Rundwanderung ab Leverkusen-Schlebusch.
Während der Wanderung werden auch andere Formen des Wanderns dargestellt und erläutert: Gesundheitswandern, Waldbaden, Nordic Walking. Für die Orientierung beim individuellen Wandern werden die verschiedenen Wegezeichen erläutert.

Wanderführer/-in **Manfred Kießig**
- Treffpunkt: 13:00 Haltestelle Leverkusen Schlebusch
- Anmeldung: bis 13.05., 20.00 Telefon, Online oder Mail
- Telefon: 02202/1868959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
- Sonstiges: Getränke für Wanderpause nicht vergessen
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.

Sa, 15.05.2027



Strecke: ~ 5km
Gehzeit: ~ 2 Std.

Rund um den Altenberger Dom

Inklusive Kurzwanderung im langsamen Tempo.
Für alle, die Natur und Gemeinschaft genießen wollen. Wir starten an der Bushaltestelle Altenberg, Linie 432, gehen zum Märchenwald und dann durch die Altenberger Parkanlagen rund um den Dom. Besuch im Dom und Dombauladen.

Wanderführer/-in **Jutta Neumann, Liesel Burkard**
- Treffpunkt: 13:00 Bushaltestelle Odenthal Altenberg
- ÖPNV: Linie 432
- Anmeldung: bis 14.05.2027 Telefon, Mail oder online
- Mobil: 0157 3556 4461 * Mail: burkardellis0603@gmx.de * Liesel Burkard oder
- Mobil: 0157 5303 0524 * Mail: june53@web.de * Jutta Neumann
- Sonstiges: Bitte ausreichend Getränke und Imbiss mitnehmen. Schlusseinkehr optional Gaststätte Wißkirchen
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.



So, 16.05.2027

Strecke: ~ 13km
↗ 240m ↘ 240m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Sportlich auf dem Bauernhofweg bei Lohmar

Rundwanderung ab Bahnhof Honrath.
Die sportliche Wanderung mit herrlichen Ausblicken führt uns über das Bauerngut Schiefelbusch, die Gammersbacher Mühle, Schloss Auel und zurück nach Honrath.

Wanderführer/-in	**Marcus Alig**
• Treffpunkt:	10:00 Bahnhof Honrath, Lohmar
• Anmeldung:	bis 15.05.2027 18:00 nur per Mail oder Online
• Tourenhandy:	0151 2006 3233 * Mail: alig.marcus@gmx.de
• Sonstiges:	Getränke und Imbiss mitnehmen
• Gesamtzeit:	~ 4 Std.

Mo, 17.05.2027



Strecke: ~ 45km
↗ 430m ↘ 420m
Gehzeit: ~ 3,0 Std.

Am Mühlentag zur Gammersbacher Mühle

Radrundwanderung ab Bergisch Gladbach-Gronau.
Die Gammersbacher Mühle ist eine historische Wassermühle und steht unter Denkmalschutz. Wir besichtigen die Mühle und essen dort zu Mittag. Von Vorteil ist es, genügend Platz in den Fahrradtaschen zu haben, um das leckere, frisch gebackene Brot mit nach Hause nehmen zu können.

Wanderführer/-in: **Jutta Neumann, Hans-Dieter König**

- Treffpunkt: 10:00 Bergisch Gladbach-Gronau, Schlodderdicher Weg 48 (Emmaus)
- Anmeldung: bis 15.05.27, 20:00 Telefon, Mail oder online
- Telefon: 0157 5303 0524 * Mail: june53@web.de
- Sonstiges: bitte Getränke mitnehmen, Einkehr in der Gammersbacher Mühle
- Gesamtzeit: ~ 7 Std

Fr, 21.05.2027



Strecke: ~ 13km
↗ 200m ↘ 200m
Gehzeit: ~ 3,5 Std.

Große Dhünntalsperre

Rundwanderung unverDHÜNNt 2 ab Wermelskirchen.
Gemeinsam wandern wir am südlichen Ufer entlang zur Vorsperre – mit grandiosem Blick über die Wasserfläche von Vorsperre und Hauptsperre. Am Nordufer hält uns der Blick auf die Talsperre bis zum Schluss in seinen Bann.

Wanderführer/-in: **Jürgen Albrecht**

- Treffpunkt 1: 10:00 Parkplatz Kombibad Bergisch Gladbach-Paffrath
- Treffpunkt 2: 11:00 Wanderparkplatz Neumühle, Wermelskirchen
- Anmeldung: bis 19.05.2027 19:00 Telefon, Mail oder online
- Tourenhandy: 0157 8834 5295 * Mail: wf-albrecht@gmx.de
- Kosten: ca. 4 € / Person für PKW-Mitfahrt (Hin-/Rückweg ~ 40 km)
- Sonstiges: Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional.
- Gesamtzeit: ~5 Std.

Sa, 22.05.2027



Strecke: ~ 6km
↗ 20m ↘ 110m
Gehzeit: ~ 2 Std.

Auf leisen Sohlen am jungen Mutzbach unterwegs

Streckenwanderung ab Eikamp-Alte Hufe.
Wir wandern im langsamen Tempo über Voiswinkel am noch jungen Mutzbach vorbei nach Bergisch Gladbach-Hebborn.

Wanderführer/-in	**Armand De Busscher**
• Treffpunkt:	13:00 Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Bus 427
• Anmeldung:	am 21.05.2027, 18:00 bis 19:00 per Telefon
• Telefon:	02202 44690
• Tourenhandy:	0176 3228 9451
• Sonstiges:	Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen
• Kosten:	ggf. ÖPNV-Ticket
• Gesamtzeit:	~ 3 Std.

So, 23.05.2027



Strecke: ~ 6km
↗ 100m ↘ 100m
Gehzeit: ~ 3 Std.

nachhaltig wandeln: Mit allen Sinnen das obere Scherfbachtal erleben

Rundwanderung in Odenthal-Neschen.
Im Gegensatz zu Fotos in einer App oder einem Buch kannst du die Pflanzen auf der Wanderung mit unserer Expertin Jen Konkel anfassen (Behaarung spüren), zerreiben (ätherische Öle riechen) und unter ihrer Anleitung kosten. Du siehst genau, in welcher Umgebung, auf welchem Boden und in welcher Nachbarschaft die Pflanze im oberen Scherfbachtal wächst.

Wanderführer/-in	**Burkhard Schlegel, Jennifer Konkel**
• Treffpunkt 1:	14:30 Parkplatz Schnabelsmühle, Bergisch Gladbach
• Treffpunkt 2:	15:00 Reisegarten Große Heide, Neschener Str. 314, Odenthal
• Anmeldung:	bis 21.05.2027, 20:00 Telefon, Mail oder online
• Telefon:	0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
• Sonstiges:	Getränk, Imbiss und Sonnenschutz mitnehmen
• Kosten:	ggf. ÖPNV
• Gesamtzeit:	~ 3 Std.

Di, 25.05.2027

Strecke: ~ 8km
↗ 40m ↘ 40m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Wanderung durch den Wald in das Naturschutzgebiet Dellbrücker Heide

Rundwanderung ab Diepeschrather Mühle.
Die Dellbrücker Heide ist mit ca. 39 Hektar ein Naturschutzgebiet mitten in Dellbrück und Teil der Bergischen Heideterrassen. Fast ebenerdig geht es vom Wanderparkplatz an der Diepeschrather Mühle in die Heidelandschaft.

Wanderführer/-in	**Christine Goedert**
• Treffpunkt 1:	14:00 Parkplatz Spielplatz an der Diepeschrather Mühle
• Anmeldung:	bis 24.05.2027, 20:00 Telefon, Mail oder online
• Telefon:	02202 109521* Mail: christine.goedert@gmx.de
• Tourenhandy:	0171 7308844
• Sonstiges:	Getränk nicht vergessen, optionale Schlusseinkehr.
• Gesamtzeit:	~ 3 Std.



Do, 27.05.2027



Strecke: ~ 11km
↗ 160m ↘ 110m
Gehzeit: ~ 3 Std

Jakobswege: Auf der Heidenstraße von Obersteeg nach Bensberg

Streckenwanderung ab Overath-Obersteeg.
Es geht zum Sülztaler Dom, das ist die Kirche St. Lucia in Immekeppel. Wir wandern in meditativer Stille durch das Volbachtal nach Moitzfeld und weiter zu St. Nikolaus in Bensberg. Wir bewegen uns auf den attraktiven Teilen der Heidenstraße (Jakobsweg Leipzig-Köln), die von Immekeppel nach Bensberg führt. Weiter geht es Richtung Köln im Oktober.

Wanderführer/-in **Burkhard Schlegel**
- Treffpunkt: 09:20 Bensberg, Bergisch Gladbach Bussteig 2
- ÖPNV: 09:32 Bensberg, Bergisch Gladbach, Bus 421
- Anmeldung: bis 26.05.2027, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Kosten: ggf. Fahrkarte
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen.
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Juni

Di, 01.06.2027
Nordic Walking



Nordic Walking Fitness

Gruppen starten jeden Montag, Mittwoch und Freitag in Bensberg, jeden Dienstag und Donnerstag in Schildgen.

Mi, 02.06.2027



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

Gesundheitswandern im Lerbacher Wald

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

Wanderführer/-in **Burkhard Schlegel**
- Treffpunkt: 19:00 Bergisch Gladbach-Heidkamp Parkplatz/Bushaltestelle Kreishaus
- Anmeldung: bis 01.06.2027 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, 03.06.2027



Strecke: ~ 8km
↗ 200m ↘ 200m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Genusswandeln: vom Deponiegelände zum Zukunftsort

Rundwanderung ab :metabolon in Lindlar.

Was früher Deponie war, ist heute ein außergewöhnlicher Ort für Umweltbildung, Forschung und neue Ideen. Auf unserer geführten Wanderung entdecken wir, wie sich :metabolon zu einem Zukunftsort für Kreislaufwirtschaft, Ressourcenschonung und nachhaltige Technologien entwickelt hat. Doch die Runde bietet weit mehr: Wir wandern durch das Leppetal mit Geschichten von Remshagen und Bickenbach, der ehemaligen Leppetalbahn, dem Oelchenshammer und dem früheren Bergbau. So verbinden sich Natur, Industriegeschichte und Zukunftsfragen zu einer ungewöhnlichen Wanderung. Zum Abschluss können wir die Tour gemütlich ausklingen lassen.

Wanderführer/-in	**Andreas Vresak**
• Treffpunkt 1:	09:00 Bergisch Gladbach S-Bahnhof
• Treffpunkt 2:	10:30 :metabolon Besucherparkplatz
• Anmeldung:	bis 01.06.2027, 20:00
• Mobil:	0172 2413178 * Mail: andyvii@gmx.de
• Sonstiges:	Bitte ausreichend Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional.
• Gesamtzeit:	~ 6 Std.

Sa, 05.06.2027



Strecke: ~ 12km
↗ 220m ↘ 220m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Sportliche Runde um Immekeppel

Sportliche Rundwanderung ab Immekeppel.

Wir wandern durch das Volbachtal zu den Wasserbüffeln und über die Höhen zurück an der Sülz entlang, teils auf breiten Waldwegen und schmalen Pfaden.

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

Wanderführer/-in	**Renate Buchwald-Rzezonka**
• Treffpunkt:	13:00 Parkplatz Lindlarer Str. 70, Overath-Immekeppel
• Anmeldung:	bis 04.06.2027 20:00 Online, Mail oder Telefon
• Telefon:	0163 966 6061 * Mail: etaner.b@web.de
• Sonstiges:	Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen
• Gesamtzeit:	~ 3 Std.

So, 06.06.2027



Strecke: ~ 12km
↗ 140m ↘ 140m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Auf dem alten Jakobsweg nach Lennep

Rundwanderung ab Remscheid.
Entlang der Eschbachtalsperre geht es zur Altstadt RS-Lennep, z.T. auf dem alten Jakobsweg mit Rundgang durch das Röntgen-Städtchen.

Wanderführer/-in	**Wolfgang Krüger**
• Treffpunkt 1:	10:00 Bergisch Gladbach, Parkplatz Schnabelsmühle
• Treffpunkt 2:	11:00 Serways Raststätte Remscheid Ost, Parkplatz.
• Anmeldung:	bis 04.06.2027, 19:00 Online, Telefon, Mail
• Telefon:	02191 7891453 oder 0157 88100744 * Mail: wolfkruegbb@outlook.de
• Kosten:	6,00€/Person bei PKW-Mitnahme
• Sonstiges:	Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
• Gesamtzeit:	ca. 6 Std.

Mi, 09.06.2027



Strecke: ~ 15km
↗ 300m ↘ 300m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Auf den Spuren von Rittern und Zwergen...

Rundwanderung ab Schloss Gimborn.
Großartige Aussichten, verwunschene Burgen mit langer Geschichte und ein Märchenschloss erwarten uns auf dem Sagenweg, der uns durch typische Wälder und Täler des Bergischen Landes führt.

Wanderführer/-in	**Jürgen Albrecht**
• Treffpunkt 1:	10:00 Parkplatz Kombibad Paffrath
• Treffpunkt 2:	11:00 Schlosshotel Gimborn, Schlossstraße 15, Marienheide
• Anmeldung:	bis 07.06.2027 19:00 Telefon, Mail oder online
• Tourenhandy:	0157 8834 5295 * Mail: wf-albrecht@gmx.de
• Kosten:	ca. 8 € / Person für PKW-Mitfahrt (Hin-/Rückweg ~ 80 km)
• Sonstiges:	Getränke und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional.
• Gesamtzeit:	~5 Std.

Mi, 09.06.2027



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 08.06.2027 20:00 per Telefon / AB, Mail oder online
- Sonstiges: Getränk nicht vergessen, termingerechte Anmeldung unbedingt erforderlich.
- Telefon: 0176 8271 8124 * Mail: bettinahome@yahoo.de
- Gesamtzeit: 2 Std.

10.06.2027 - 17.06.2027



Südtirol ruft: Sportliche Wandertage rund um Kastelruth

Ankündigung und Anmeldung erfolgte über unsere Webseite bis 31.08.2026. Die Wanderreise ist ausgebucht.

Fr, 11.06.2027



Strecke: ~ 8km
↗ 150m ↘ 150m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Eine kleine Abendwanderung im Frühsommer

Rundwanderung in Kürten.
Wir genießen die Bewegung in der bergischen Natur bei einer kurzen Wanderung in der Umgebung von Kürten.
Erfahre Näheres bei Anmeldung.

Wanderführer/-in **Hans-Dieter Lanfer**

- Treffpunkt 1: 17:05 Kürten, Parkplatz/Bushaltestelle „Kürten Rathaus“
- Treffpunkt 2: 17:15 (Angaben dazu bei Anmeldung)
- Anmeldung: am Donnerstag 10.06.2027 15:00-20:00 per Telefon
- Tourenhandy: 0176 9900 0206 (mit Mobilbox)
- Sonstiges: Getränk nicht vergessen, auf Wunsch Schlusseinkehr.
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Sa, 12.06.2027



Strecke: ~ 6km
↗ 40m ↘ 130m
Gehzeit: ~ 2 Std.

Auf leisen Sohlen über luftige Höhen unterwegs

Streckenwanderung ab Eikamp-Alte Hufe.
Wir wandern im langsamen Tempo über den Sonnenberg mit schönen Blicken ins Bergische Land und Fernsichten in die Rheinische Tiefebene zum historisch bedeutsamen Herrenstrunden.

Wanderführer/-in **Armand De Busscher**

- Treffpunkt: 13:00 Bergisch Gladbach S-Bahnhof, Bus 427
- Anmeldung: am 11.06.2027, 18:00 bis 19:00 per Telefon
- Telefon: 02202 44690
- Tourenhandy: 0176 3228 9451
- Sonstiges: Bitte Getränke und Imbiss mitnehmen
- Kosten: ggf. ÖPNV-Ticket
- Gesamtzeit: ~ 3 Std.

So, 13.06.2027



Strecke: ~ 50km
↗ 530m ↘ 530m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Auf geht's nach Lindlar – Kurven, Höhenmeter & Genuss!

Radrundfahrt ab Bergisch Gladbach.
Gemeinsam erkunden wir die reizvolle Landschaft rund um Lindlar – mit knackigen Anstiegen und Abfahrten. Zur wohlverdienten Zwischeneinkehr kehren wir in der Tenne ein und können kühle Getränke und warmes Essen genießen und ein bisschen klönen. Danach geht's mit frischem Schwung auf den Rückweg.
Wichtig: Die Tour richtet sich an geübte Radfahrer mit guter Kondition. E-Bikes und Bio-Bikes sind willkommen.

Wanderführer/-in **Irene Greuel**

- Treffpunkt: 10:00 Parkplatz Buchmühle (VHS)
- Anmeldung: bis 06.06.2027, 20:00 Telefon, Mail oder online
- Telefon: 02202 39352* Mail: irene1.g@web.de
- Kosten: ggf. Einkehr
- Sonstiges: Getränk nicht vergessen* wir fahren nur bei trockenem Wetter * wenn möglich mit Warnweste und nur mit Helm erscheinen!
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.

Mi, 16.06.2027

Strecke: ~ 50km
Gehzeit: ~ 4 Std.

nachhaltig wandeln - Mit dem Rad zur Alexianer Klostergärtnerei (Porz)

Radrundwanderung ab Bergisch Gladbach-Paffrath.
Wir starten am Kombibad zur Alexianer Klostergärtnerei in Porz. Die große Gärtnerei hat ein eigenes Café. Im gesamten Betrieb arbeiten ca. 250 Menschen mit und ohne Beeinträchtigung. Die Produkte sind regional, saisonal und werden unter strengen Umweltschutzkriterien angebaut. Zurück geht es am Rhein entlang über Flittard und Dünnwald.

Wanderführer/-in	**Jutta Neumann, Hans-Dieter König**
• Treffpunkt:	10:00 Uhr Bergisch Gladbach-Paffrath, Kombi-Bad
• Anmeldung:	bis 15.06.2027, 20:00 per Telefon/ Mailbox
• Telefon:	0157 5303 0524 / MB
• Sonstiges:	Bitte ausreichend Getränke und Imbiss mitnehmen, Pause in der Klostergärtnerei, Einkehr möglich
• Gesamtzeit:	~8 Std.



Sa, 19.06.2027

3-Wege-Wanderfest (vormals Sommerfest)

Rundwanderungen ab Odenthal Schule und Wanderfest an der katholischen Bibliothek.

Gemeinsam Schritt halten macht einfach noch mehr Spaß und wir bringen uns vor dem gemütlichen Zusammensein ein wenig in Bewegung.

Damit alle Wandergruppen pünktlich am Samstag, den 19.06.2027 gegen 15:00 Uhr gemeinsam am Festplatz eintreffen, starten drei Wanderungen zu unterschiedlichen Zeiten – so können wir unterwegs quatschen, die frische Luft genießen und uns optimal auf das Feiern einstimmen.

Du bist nicht mehr ganz so gut zu Fuß oder möchtest die Wanderung auslassen? Gar kein Problem! Ab 14:30 Uhr sind alle, die nicht mitwandern können oder möchten, herzlich eingeladen, direkt zum Festplatz zu kommen.

- Treffpunkt 10km-Tour: 12:30 Parkplatz/Bushaltestelle Odenthal Schule
- Treffpunkt 8km-Tour: 13:00 Parkplatz/Bushaltestelle Odenthal Schule
- Treffpunkt 5km-Tour: 13:30 Parkplatz/Bushaltestelle Odenthal Schule
- Treffpunkt 0km-Tour: ab 14:30 Odenthal, Katholische Bibliothek, Dorfstr. 4
- ÖPNV: Bus 434 ab BG, Bus-/S-Bahnhof
- Anmeldung: bis 12.06.2027 per Mail oder Telefon plus Einzahlung (s. Kosten)
- Sonstiges: Organisationsteam Maggie Alig
- Telefon: +49 152 0563 6932 * Mail: m.alig@gmx.net
- Kosten: 18,- Euro für Kaffee, Kuchen und Grillgut (Gäste 21,- Euro) bis 12.06.2027 auf das Konto "Wanderfreunde Berg. Land e.V., Abtl. Sauerl. Gebirgsverein" bei der VR Bank eG, IBAN: DE72 3706 2600 3119 6780 12



Mo, 21.06.2027

Sommeranfang

Mi, 23.06.2027



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

Gesundheitswandern im Diepeschrather Wald

Leichte Rundwanderung ab Bergisch Gladbach-Paffrath.
Wir gehen auf naturnahen Wegen mit wenig Steigung, machen an Haltepunkten Beweglichkeitsübungen 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 22.06.2027 20:00 Online, Telefon oder Mail
• Telefon:	02202 186 8959 * Mail: wandernkiessig@t-online.de
• Sonstiges:	Getränke für Wanderpausen nicht vergessen!
• Gesamtzeit:	~ 2 Std.

Sa, 26.06.2027



Strecke: ~ 5km
Gehzeit: ~ 2,0 Std.

Wir erkunden den Dellbrücker Wald

Inklusive Kurzwanderung im langsamen Tempo ab Köln-Dellbrück.
Für alle, die Natur und Gemeinschaft genießen wollen. Wir starten an der Bushaltestelle Ostfriedhof, Linie 154, und wandern durch den Wald an kleinen Bachläufen entlang. Es gibt etliche Möglichkeiten, auf Bänken eine Rast einzulegen.

Wanderführer/-in	**Jutta Neumann, Liesel Burkard**
• Treffpunkt 1:	12:30 Parkplatz am S-Bahnhof Bergisch Gladbach
• Treffpunkt 2:	13:00 Bushaltestelle Ostfriedhof (Dellbrücker Mauspfad, Köln)
• ÖPNV:	Linie 154
• Anmeldung:	bis 18.06.2027 Telefon, Mail oder online
• Mobil:	0157 3556 4461 * Mail: burkardellis0603@gmx.de * Liesel Burkard oder
• Mobil:	0157 5303 0524 * Mail: june53@web.de * Jutta Neumann
• Sonstiges:	Bitte ausreichend Getränke und Imbiss mitnehmen, Picknick im Wald ist vorgesehen.

So, 27.06.2027



Strecke: ~ 14km
↗ 220m ↘ 220m
Gehzeit: ~ 4 Std.

Durch die Wälder und Täler von Eifgenbach und Linnefe

Rundwanderung ab Pfannkuchenhaus Coenenmühle, Wermelskirchen.

Die sportliche Wanderung führt uns durch die herrlichen Wälder und Täler des Eigenbachs und der Linnefe. Einkehr zum Ende der Wanderung im Pfannkuchenhaus Coenenmühle möglich.

Wanderführer/-in **Marcus Alig**

- Treffpunkt: 10:00 Parkplatz Pfannkuchenhaus Coenenmühle, Wermelskirchen
- Anmeldung: bis 26.06.2027 18:00 nur per Mail oder Online
- Tourenhandy: 0151 2006 3233 * Mail: alig.marcus@gmx.de
- Sonstiges: Getränk und Imbiss mitnehmen, Schlusseinkehr optional
- Gesamtzeit: ~ 4 Std.

Di, 29.06.2027



Strecke: ~ 9km
↗ 40m ↘ 40m
Gehzeit: ~ 3 Std

Genusswandeln: Bei Müllers in der Mühle

Rundwanderung ab Bergisch Gladbach-Paffrath Kombibad.

Ein Besuch im Wildpark Dünnwald ist immer ein Erlebnis. Danach genießen wir bei Müllers in der Mühle, denn dort wird Tradition auf den Teller gebracht – mit den besten Produkten und in idyllischer Lage, die zum Verweilen einlädt.

Wanderführer/-in **Burkhard Schlegel**

- Treffpunkt: 11:30 Bergisch Gladbach-Paffrath Kombibad
- Anmeldung: bis 27.06.2027, 20:00 Online, Telefon oder Mail
- Telefon: 0155 6161 0901 * Mail: sgv@schlegel-info.de
- Kosten: Einkehr in "Müllers in der Mühle"
- Sonstiges: Bitte Getränke mitnehmen.
- Gesamtzeit: ~ 5 Std.



Wanderreisen der Wanderfreunde Bergisches Land

Dank unserer engagierten Wanderführer Franz und Gerd finden 2027 zwei Wanderreisen statt. Einige Mitglieder haben uns gefragt, wie man daran teilnehmen kann, meist sind sie ausgebucht, bevor das Programmheft erscheint. Wie haben wir das früher gehandhabt, fragten wir ältere Wanderführenden: „Meist sagen die Teilnehmenden einer Reise, ich bin nächstes Jahr wieder mit dabei - wer will ihnen das verübeln. Da hilft nur die betreffenden Wanderführenden direkt anzusprechen und sich ggf. auf eine Warteliste setzen zu lassen.“ In 2028 wird es voraussichtlich ein weiteres Angebot in einem deutschen Mittelgebirge geben (schaut regelmäßig auf unserer Web-Seite vorbei).

Mi, 30.06.2027



Strecke: ~ 40km
↗ 100m ↘ 100m
Gehzeit: ~ 3 Std.

Radtour zur Kölner Flora

Rundtour für Fahrrad / Pedelec ab Kombibad Paffrath.
Wir radeln über Waldwege Richtung Dünnwald und über ruhige Nebenstraßen und Radwege nach Flittard. Rheinaufwärts auf dem Rheinradweg streifen wir den Skulpturenpark in Stammheim, queren nach einer Kostprobe des Deutzer Thermalwassers via Zoobrücke den Rhein und erreichen die Kölner Flora mit dem beeindruckenden Gewächshaus. Nach Besichtigungs- und / oder Kaffeepause durchqueren wir den Skulpturenpark an der Zoobrücke, radeln rheinabwärts und über die Mülheimer Brücke, entlang des Mülheimer Stadtgartens und über den Strunderadweg zum Höhenfelder See und von dort zurück.

Wanderführer/-in	**Franz Fell**
• Treffpunkt:	10:00 Bergisch Gladbach-Paffrath Kombibad
• Anmeldung:	bis 28.06.2027, 19:00 Online, Mail oder Telefon
• Telefon:	0177 622 1503 * Mail: wandern.wf-franz@gmx.de
• Sonstiges:	Getränke und Imbiss mitnehmen, Einkehr optional
• Gesamtzeit:	~ 5 Std.

Vorankündigung 2. Halbjahr 2027

Do, 08.07.2027



Strecke: ~ 5km
↗ 150m ↘ 150m
Gehzeit: ~ 2 Std.

Hinter den Kulissen der Großen Dhünntalsperre

Rundwanderung ab Wermelskirchen-Lindscheid.
Gemeinsam mit dem Geschichtsverein für Kürten und Umgebung e.V. besuchen wir das aqualon:forum mit einer Führung in den Betriebsstätten der Talsperre. Danach tauchen wir ein in die teils wildromantische Natur an Dhünn und Linnefe.
Auf der Rückfahrt genießen wir in Altenberg eine Einkehr im Restaurant-Cafe Wißkirchen.

Wanderführer/-in	**Hans-Dieter Lanfer**
• Treffpunkt 1:	12:05 Kürten, Parkplatz/Bushaltestelle „Kürten Rathaus“
• Treffpunkt 2:	12:45 Wanderparkplatz Lindscheid
• Anmeldung:	**bis 03.06.2027 per E-Mail oder am 03.06.2027 15-20 Uhr per Telefon**
• Tourenhandy:	0176 9900 0206 * Mail: h-d-wandern@t-online.de
• Sonstiges:	Getränk nicht vergessen, auf Wunsch Schlusseinkehr.
• Kosten:	2 €/Person für Führung
• Gesamtzeit:	~ 4 Std.

Aus Liebe zur Tradition.
Aus Liebe zum Bier.



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

3-Wege-Wanderfest (Sommerfest mit angepasstem Konzept)
Gemeinsam Schritte sammeln & die Gemeinschaft feiern! Wandern & Genießen

Liebe Mitglieder, liebe Freunde und Gäste,
aus unserem traditionellen Sommerfest wird dieses Jahr das **3-Wege-Wanderfest**! Warum? Weil gemeinsam Schritt zu halten noch mehr Spaß macht und wir uns vor dem gemütlichen Zusammensein ein wenig in Bewegung bringen wollen. Damit alle Wandergruppen pünktlich am **Samstag, den 19.06.2027** gegen **15:00 Uhr** gemeinsam am Festplatz eintreffen, starten die drei Routen zu unterschiedlichen Zeiten – so können wir unterwegs quatschen, die frische Luft genießen und uns optimal auf das Feiern einstimmen.
Für jede Kondition und jede Laune ist die passende Strecke dabei:

- **5 km – Die Genuss-Runde:** Perfekt für alle, die es entspannt angehen und sich gemütlich die Beine vertreten möchten.
- **8 km – Die Scherfbach-Entdecker-Tour:** Ideal für eine ausgewogene Runde mit schöner Natur und etwas mehr Schwung.
- **10 km – Die Gipfelstürmer-Runde:** Für alle, die vor dem Schlemmen noch eine Extraportion Kilometer sammeln wollen.

Willkommen auf dem Festplatz: Kaffee, Kuchen & Grillen
Gegen **15:00 Uhr** kommen alle Wanderer am Festplatz zusammen! Dort belohnen wir uns erst einmal mit **duftendem Kaffee und leckerem Kuchen**, bevor später der Grill angefeuert wird und wir den Tag gemütlich ausklingen lassen.
Du bist nicht mehr so gut zu Fuß oder möchtest die Wanderung auslassen?
Gar kein Problem! Ab **14:30 Uhr** sind alle, die nicht mitwandern können oder möchten, herzlich eingeladen, direkt zum Festplatz zu kommen:
📍 **Katholische öffentliche Bücherei Odenthal** *(Dorfstraße 4, Odenthal)*
Dort wartet bereits ein gemütliches Plätzchen auf euch. Ihr könnt entspannt ankommen, das erste Getränk genießen und die Wandergruppen ab 15:00 Uhr gebührend in Empfang nehmen!
Bringt eure Lieblingsmenschen mit und feiert mit uns einen aktiven, fröhlichen Tag. **Wir freuen uns riesig auf euch!**




Gesundes für die
WANDERPAUSE
gibt es bei uns!
EDEKA
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, soweit die kombinierte Haftpflicht- und Unfallversicherung, die für die Mitglieder besteht, nicht eintritt.

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**.

PH 2025-1

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

_____ _____ **X**_____
Telefon-Nr. Handy-Nr. **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

_____ **X**_____
Ort, Datum **Unterschrift (Kontoinhaber)**

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

Formblatt WFBL-20241023-BS * Aufnahmean-

Deine Mitgliedschaft liegt uns am Herzen

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.

Unsere Wanderführer/-innen an der Zeche Zollverein 10.10.2026



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 Kommunionsfeiern über Geburtstags- und Betriebsfeiern bis hin zu Hochzeiten steht Ihnen das PENTHOUSE für bis zu 100 Personen zur Verfügung.



PENTHOUSE

Gaffel Hölsch

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

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 getragenem 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 0155 6161 0901 wanderwart@wf-bergischesland.de	**Schriftführerin** Loretta Hamacher 0176 4315 9801 schriftfuehrerin@wf-bergischesland.de	

Erweiterter Vorstand:

IT-Administrator Andreas Vresak 0172 241 3178 andyvii@gmx.de	**Mitgliederverwaltung** Jutta Neumann 0157 5303 0524 mitglieder@wf-bergischesland.de	**Pressewart:in** NN
Fachwartin Digitale Medien Irene Greuel 02202 39352 webmaster@wf-bergischesland.de	**Wegewart** Arndt Rüger 0172 476 6042 wegewart@wf-bergischesland.de	**Feste-Team** NN, i.V. Maggie Alig m.alig@gmx.net
Fachwartin Social Media Michaela Ruhm socialmedia@wf-bergischesland.de	**Mentor:in für Mitglieder u. Gäste** NN	**Fachwartin Kultur** Anni Kießig wandernkiessig@t-online.de

Stellvertretungen Erweiterter Vorstand:

Wanderwart:in NN	**Fachwartin für Sponsoren** Irene Greuel 02202 39352 sponsoren@wf-bergischesland.de	
Pressewartin Irene Greuel 02202 39352 presse@wf-bergischesland.de		
noch zu besetzende Funktionen:	***Mentor:in für Mitglieder u. Gäste*** ***stellv. Mentor:in*** ***stellv. Wanderwart:in***	***Fachwart:in Sponsoren*** ***stellv. Kassenwart:in*** ***stellv. Schriftführer:in***

Immer und überall haben Menschen die Welt mit ihren eigenen Pfaden durchzogen – mal geradlinig, mal voller Umwege, mal deutlich sichtbar und mal ganz leise. Jeder Schritt zählt. Welchen Pfad schlägst du heute ein?

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: Wanderfreunde Berg. Land e.V., Abtl. Sauerl. Gebirgsverein
IBAN: DE72 3706 2600 3119 6780 12
VR Bank eG Bergisch Gladbach-Leverkusen

Redaktion: Burkhard Schlegel

Layout: Burkhard Schlegel

Lektorat: Anni Kießig, Mechthild Ferdinand, Sigrid Schlegel

Anzeigen: Sponsoren-Team

Titelbild: Biologische Station Rhein-Berg

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

Auflage: 2.000 Exemplare

Inserentenverzeichnis

Name	Seite	Name	Seite	Name	Seite
Apotheke in Kürten	81	Hotel-Restaurant-Café Wißkirchen	29	Polito, in BG-Schildgen u. Odenthal	88
Apotheke St. Johannis in BG-Refrath	6	Kreissparkasse Köln	2	Pütz-Roth, Bestattungen in BG	89
Auto Total, Schmutzler & Wohlgemuth	21	Landgasthof Reinhold in Lieberhausen	55	Schmitz-Catering, Bergisch Gladbach	10
Bensberger + VR Bank + VB Berg	92	Landhotel Napoleon in Wipperfürth	16	Schuhmacherei + Schlüsseld. Refrath	61
Bücher-Scheune in BG-Schildgen	75	Lehmbacher Hof Ristorante in Rösrath	69	Rewe Tönnies OHG in Odenthal	80
Das Bergische Wanderland	8	Malerbetrieb Herbert Ernst GmbH	63	Rund ums Glas, K. Dedy, Schlebusch	42
EDEKA-Hetzenegger, 3x in BG.	82	Natursteig Sieg, Erlebniswege	4	Sport 4 You - Intersport in BG	18
Gastronomie Bergischer Löwe	66	Optik Wolf, BG-Bensberg	13	Taverna Kalyva in Bechen	49
H+L Immobilien Verwaltungs-GmbH	25	Penthouse, Eventlokation in BG	87	Treff „einfach gemeinsam e.V.“	88
Hörstudio zum Bergischen in Odenthal	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 Einkehren, 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.



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