

Wanderfreunde Bergisches Land e.V.

Abteilung im Sauerländischen Gebirgsverein

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

Schwierigkeitsgrade

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

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



2 Piktogramme Wanderung oder Radwanderung mit mittleren Anstiegen, meist auf gut begehbareren oder befahrbaren Wegen oder Straßen, mittelschwere Gesundheitswanderung, Nordic Walking-Strecken von 7,5 km bis 10 km



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



Dezember

Nordic Walking



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

Freitag 6. Dez.



Eine Schönwetter-Genießer-Wanderung im Winter

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

Kurzwanderung in Kürten

~ 6 km * GZ: ~ 2,5 Std. * WZ: ~ 2 Std. * ↗ 150 m ↘ 150 m

Uhrzeit, Treffpunkt:

13:45 Uhr, Kürten, Rathaus, BusHS

Anmeldung:

am 5. Dez., 15:00 bis 20:00 Uhr per Telefon / MB

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführer:

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

Tourenhandy:

0176 9900 0206

Sonntag 8. Dez.**Von der Bechener Höhe zur Liesenberger Mühle**

im Scherfbachtal

Rundwanderung ab Bechen

~ 9 km * GZ: ~ 5 Std. * WZ: ~ 3 Std. * ↗ 110 m ↘ 110 m

Uhrzeit, Treffpunkt:

09:30 Uhr BG, P Schnabelsmühle

Anmeldung:

bis 6. Dez., 20:00 Uhr

bei Ingrid Sienz, Telefon: 02202 54588

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführerinnen:

Ingrid Sienz, Irmgard Schaar * Telefon: 02202 54588

Tourenhandy:

0173 861 9382 * Mail: irmgard.schaar@t-online.de

Montag 9. Dez.**Montags: Einfach etwas Bewegung**

Wanderung in Köln-Dünnwald und Umgebung

~ 12 km * GZ: ~ 5 Std.* WZ: ~ 3,5 Std.

Uhrzeit, Treffpunkt:

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

Anmeldung:

bis 8. Dez., 19:00 Uhr, per Telefon oder Mail

Kosten pro Person:

evtl. Fahrgeld Bus/Bahn für Rückfahrt

Sonstiges:

Getränk u. Imbiss für unterwegs

evtl. Schlusseinkehr zum Kaffee oder Bier

Wanderführerin:

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

Samstag 14. Dez.**Durch das Scherfbachtal von Klasmühle über Höffe nach Voiswinkel**

Streckenwanderung ab Klasmühle

~ 10 km * GZ: ~ 5 Std. * WZ: ~ 3 Std. * ↗ 100 m ↘ 150 m

Uhrzeit, Treffpunkt:

10:00 Uhr, BG, Bus-/S-Bahnhof

Anmeldung:

bis 13. Dez., 19:00 Uhr, per Handy: 0176 3228 9451

Kosten pro Person:

ca. 5,- € Fahrgeld Bus/Bahn

Wanderführer:in:

Armand De Busscher, Gabriele Krüger

Tourenhandy:

0176 3228 9451

Sonntag 15. Dez.**„Rievkooche satt“**

Traditionswanderung ab Wipperfeld

~ 11 km * GZ: ~ 6 Std. * WZ: ~ 4 Std. * ↗ 230 m ↘ 230m

Uhrzeit, Treffpunkt:

10:00 Uhr, Wipperfeld, P. Napoleon

Anmeldung:

bis 12. Dez. 19:00 Uhr, per Telefon oder Mail

Mitfahrgelegenheit erfragen,

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

Kosten pro Person:

für die Rievkooche mit Apfelmus, Rübenkraut Milchreis, Schwarzbrot und

Butter, Panhas, Lachs, Kaffee oder Tee

alles inclusive 18,50 €

Es besteht auch die Möglichkeit, nur mit zuwandern.

Wanderführer:

Andreas Schultheiss * Telefon: 0160 768 6453

Tourenhandy:

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

Dienstag 24. Dez.**Waldwanderung am Heiligen Abend**

Wanderung ab Köln-Brück

~ 16 km * GZ: ~ 6 Std.* WZ: ~ 5 Std. * ↗ 80 m ↘ 80 m

Uhrzeit, Treffpunkt:

11:00 Uhr, Köln-Brück, WP Wildgehege Brück

Anmeldung:

bis 22. Dez., 20:00 Uhr, per Telefon oder Mail

Kosten pro Person:

bei Schlusseinkehr für Würstchen und Kartoffelsalat

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch bitte anmelden

Wanderführerin:

Anni Kießig * Telefon: 02202 186 8959

Tourenhandy:

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

Donnerstag 26. Dez. Weihnachtswanderung rund um Bergisch Gladbach



Wanderung ab Bergisch Gladbach
~ 10 km * GZ: ~ 5 Std.* WZ: ~ 4 Std. * ⬆️ 120 m ⬇️ 120 m

Uhrzeit, Treffpunkt:

13:00 Uhr, BG, Bus-/S-Bahnhof

Anmeldung:

bis 22. Dez., 20:00 Uhr, per Telefon oder Mail

Sonstiges:

Schlusseinkehr zur Kaffeezeit

Wanderführerin:

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

Sonntag 29. Dez.



Krippenweg in Refrath

Wanderung ab Refrath
~ 12 km * GZ: ~ 6 Std.* WZ: ~ 5 Std. * ⬆️ 80 m ⬇️ 80 m

Uhrzeit, Treffpunkt:

12:00 Uhr, BG-Refrath, P Steinbreche

Anmeldung:

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

Sonstiges:

Schlusseinkehr auf Wunsch

Wanderführerin:

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

Dienstag 31. Dez.



Eine Silvesterwanderung zum Jahresabschluss

Wanderung in Paffrath und Dünwald
~ 15 km * GZ: ~ 5,5 Std.* WZ: ~ 4,5 Std. * ⬆️ 80 m ⬇️ 80 m

Uhrzeit, Treffpunkt:

11:00 Uhr, BG-Paffrath, P Kombibad

Anmeldung:

bis 30. Dez., 20:00 Uhr, per Telefon oder Mail

Sonstiges:

Rucksackrast und evtl. Schlusseinkehr

Wanderführerin:

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