

GERTI KELLER
MICHAEL FEHRENSCHILD

Mit Kindern wandern

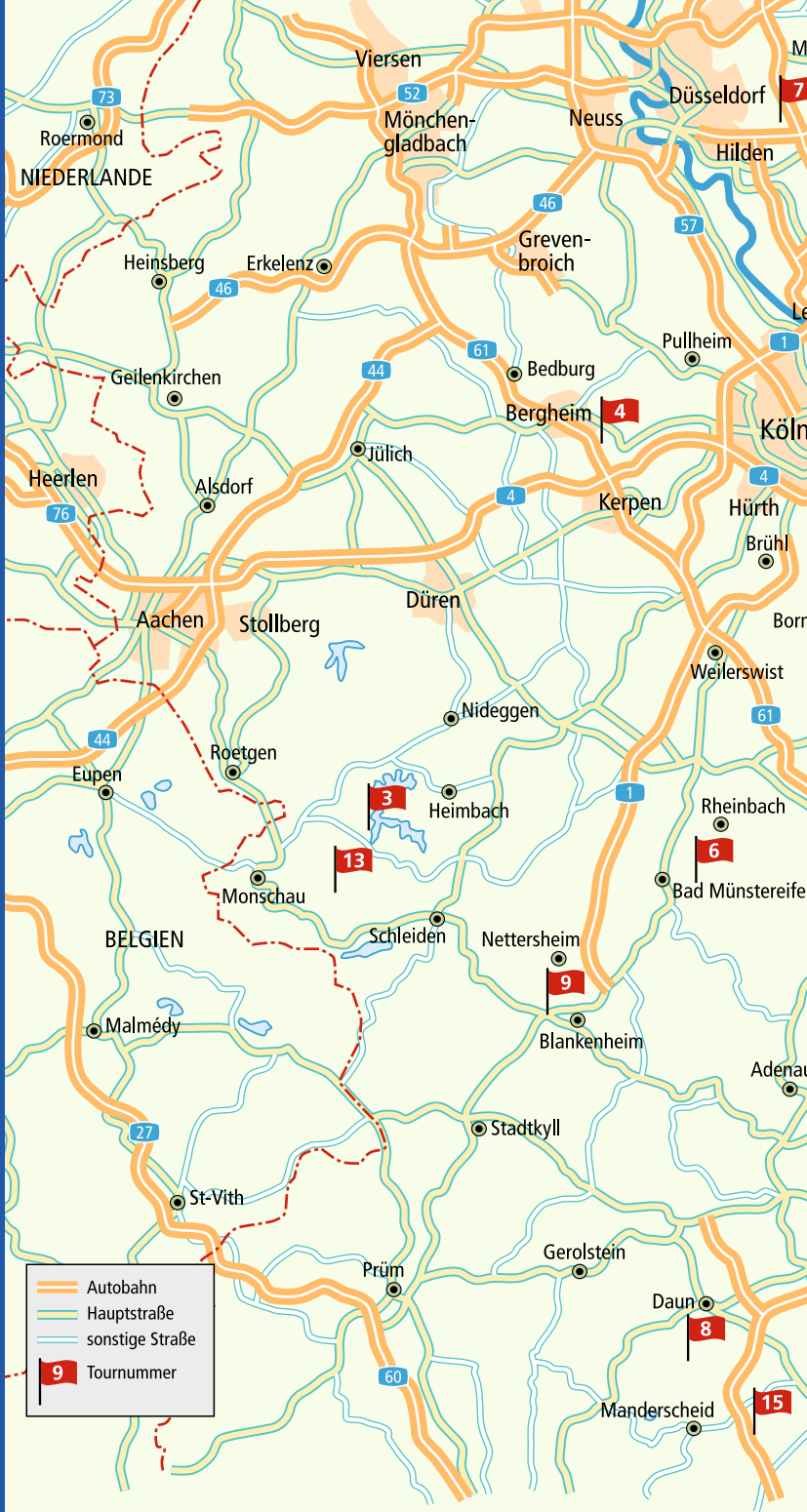
rund um Köln

2., aktualisierte Auflage

Die schönsten Touren
für die ganze Familie

KÄNGURU
STADTMAGAZIN

J.P. BACHEM VERLAG



Legend:

- Autobahn
- Hauptstraße
- sonstige Straße
- 9 Tournummer



GERTI KELLER
MICHAEL FEHRENSCHILD

Mit
**Kindern
wandern**

rund um Köln

Die schönsten Touren
für die ganze Familie

KÄNGURU
STADTMAGAZIN
FÜR FAMILIEN IN KÖLN UND UMGEBUNG

J.P. BACHEM VERLAG

Bildnachweis:

Alle Bilder Gerti Keller außer: Archiv des VVS: S. 30; Stieber, Werner, VVS: S. 33; Bosbach, David: S. 63; Deutscher Märchenwald: S. 61,62; Eßer, Jürgen: S. 66, 74; Förderverein NaturGut Ophoven: S. 102/103; Gemeinde Nettersheim: S. 110; Harzheim, Mario /Nationalpark Eifel: S. 37, 161; Heitmann, Claudia/NABU Naturschutzstation Leverkusen – Köln: S. 140, 145; Jonas, Gregor/ www.gregor-jonas.de: S. 52–53,76; Krieger, Dietrich CC-BY-SA-3.0-2.5-2.0-1.0: S. 99; Laabs, Melanie: S. 19; Meier, Eddi: S. 24, 29, 186; Müller, Ute, www.heideterrasse.net: S. 191; Neanderthal Museum: S. 88; Neanderthal Museum/H. Neumann: S. 82; Neanderthal Museum/B. Schnell: S. 78, 83, 86; PEFC Deutschland: S. 171; Pott, Christel: S. 158; Ristow, I. Naturzentrum Eifel, Nettersheim: S. 104, III, Rosin, Anne: S. 182; Seminarhaus Kloster Schweinheim: S. 71; Tourist-Information Brohltal: S. 138; Wichard, Norbert: S. 152

Titelbild: Fotolia/A. Rochau

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

2. Auflage 2017

© J.P. Bachem Verlag, Köln 2013

Lektorat: Kerstin Goldbach, Bergisch Gladbach

Einbandgestaltung: Petra Drumm, Köln

Innenlayout: Barbara Meisner, Düsseldorf

Karten: www.kartengrafik.de

Reproduktionen: Reprowerkstatt Wargalla GmbH, Köln

Druck: Belvédère Niederlande

ISBN 978-3-7616-2607-8

ISBN 978-3-7616-2653-5 EPUB

ISBN 978-3-7616-2652-8 PDF

ISBN 978-3-7616-3216-1 MOBI

Aktuelle Programminformationen finden Sie unter
www.bachem.de/verlag

Inhalt

Einleitung – Kinder wandern anders	7
--	---

Auf luftigen Höhen

12

Tour 1 Der Rheinsteig – zwischen Holtorf und Oberdollendorf	14
--	----

So schön wie auf der Loreley

6 Kilometer

Tour 2 Hoch zur Löwenburg!	24
---	----

In den „sieben Bergen“

4,5 Kilometer

Tour 3 Geführte Ranger-Wanderung zur Hirschley	34
---	----

Zum „Wilden Kermeter“

4,7 Kilometer

Tour 4 Durchs Revier zum Gipfelkreuz auf die Glessener Höhe	42
--	----

Der Berg ruft!

6 Kilometer

Am klaren Wasser

52

Tour 5 Vom Altenberger Dom ins lauschige Pfengsbachtal	54
---	----

Es klappert die Mühle

4,5 Kilometer

Tour 6 Um die Steinbachtalsperre und zum Kloster Schweinheim	66
---	----

Ein erfrischender Sonntagsspaziergang für die ganze Familie

3,3 Kilometer, mit Verlängerung 7 Kilometer

Tour 7 Zum Eiszeitlichen Wildgehege ins Neandertal	78
---	----

Im bergischen Jurassic Park

4,5 Kilometer, mit Verlängerung 8 Kilometer

Tour 8 Um das Totenmaar bei Daun	90
---	----

Wandern durch Vulkanien

3 Kilometer inkl. Schalkenmehrener Maar 7 Kilometer

Spiel, Spaß und Erlebnis 102

Tour 9 Der Erlebnispfad rund um Nettersheim 104

Kopfüber in die Südsee

6,8 Kilometer

Tour 10 Kleine Stadt mit großer Burg: Stadt Blankenberg 114

Wie einst die stolzen Rittersleut'

4 Kilometer

Tour 11 Zauber und Spielspaß im Brohltal 128

Vom Paradiesgarten in den Erlebniswald

5,5 Kilometer

Tour 12 Fast schon kitschig: der Obstweg Leverkusen 140

Unter dem Blütenschleier

5 Kilometer, mit Verlängerung 9 Kilometer

Natur pur 150

Tour 13 Der Schöpfungspfad im Nationalpark Eifel 152

Ins Kleinwalsertal der Eifel

8 Kilometer

Tour 14 Auf dem Wildwiesenweg bei Eitorf 162

Wiese – ach wie bist du schön!

5,6 Kilometer

Tour 15 Der „Määrchen-Naturwaldpfad“ bei Eckfeld 172

Im Reich der Krötenkönigin

4 Kilometer

Tour 16 Zu Eseln und Gespenstern in die Wahner Heide 182

Durch den Geisterbusch

4,5 Kilometer



Kinder wandern anders

Was gibt es Schöneres, als einen Tag in frischer Luft und freier Natur mit der ganzen Familie zu verbringen? Weit weg von Sofa, Fernseher und Computer. Doch Wandern mit Kindern – funktioniert das überhaupt? Ja, vorausgesetzt man kennt die richtigen Wege und stellt sich ein wenig auf den Nachwuchs ein. Auf einem breiten, langweiligen Forstweg, der einfach nur geradeaus führt, wird nicht selten ein Phänomen beobachtet: Schon 100 Meter nach dem Parkplatz haben die Kinder keine Lust mehr – und



Über Bänke freuen sich die Kids – auch wenn sie meist nicht lang sitzen bleiben

die zunächst mit Begeisterung erwartete Burgbesichtigung ist ihnen auf einmal vollkommen egal. Sind sie dagegen auf einem verwunschenen Trampelpfad unterwegs, der sich entlang eines glucksenden Bachs schlängelt, mobilisieren sie ungeahnte Energiereserven. Dieses Buch stellt Ihnen 16 Strecken vor, die alle eins gemeinsam haben: Sie sind nicht langweilig! Die familientauglichen Wanderungen entführen Sie mit Kind und Kegel im Uhrzeigersinn rund um Köln. Da lädt im Osten eine mittelalterliche Burgstadt zur Zeitreise ein. Im Süden kann man sich auf eine Schatzsuche nach glitzernden Lavasteinen begeben. Im Westen dürfen sich kleine Bergsteiger ins Gipfelbuch eintragen. Und im Norden wandelt man unter den Obstbäumen von Leverkusen durch wahre Blütenträume, und, und, und ... Lassen Sie sich überraschen! Das Land vor unserer Haustür steckt voller Abenteuer! Da führen Bretterwege über morastige Stellen und in verschwiegene Auen kriechen Bachflohkrebse. Solche Ausflüge lassen nicht nur die Jugend so manchen Kilometer begeistert zurücklegen, auch Eltern und



Mit der ganzen Familie unterwegs

Großeltern sind da gern mit von der Partie. Spannende Geschichten und geheimnisvolle Sagen – auch zum Vorlesen – runden die abwechslungsreichen Touren ab.

Gut geplant, sicher zum Ziel

Damit sich niemand verläuft, enthält jede Route eine detaillierte Wegbeschreibung sowie eine Karte zur Orientierung. Um die Familienwanderung bestens planen zu können, gibt es dazu einen ausführlichen Informationsteil. Dieser erteilt Auskunft über Kilometerlänge und Wegbeschaffenheit. Zwar führen die meisten der vorgestellten Wanderungen über bequeme Pfade, aber streckenweise muss man die Kids auch mal an die Hand nehmen. Denn die schönsten landschaftlichen Flecken liegen eben nicht immer in der Tiefebene – und so geht es auf manchen Touren für kurze Abschnitte auch einmal neben dem Pfad steil hinunter. Auf diese „heikleren“ Passagen wird aber stets extra hingewiesen. Außerdem erfahren Sie, was mit dem Kinderwagen machbar ist. Dieser sollte geländegängig sein und möglichst große, gut aufgepumpte Reifen besitzen sowie eine gute Federung. Für unebene Wald- und Wanderwege sind die sogenannten Jogger mit den drei Rädern optimal.

Kurze Beine – kurze Wege?

Als Entscheidungshilfe bei der Auswahl der Touren dient eine Altersangabe. Hierbei handelt es sich allerdings um ungefähre Einschätzungen, da sich jedes Kind individuell entwickelt. Der Deutsche Alpenverein (DAV) sagt, dass Kindergartenkinder drei bis vier Stunden wandern können, während Schulkinder bereits zu Tagestouren in der Lage seien. Als Anhaltspunkt kann aber auch die Faustregel des Deutschen Wanderverbands dienen. Sie lautet: „Lebensalter mal 1,5 = Kilometer“. Demnach bewältigt ein Vierjähriger 6 Kilometer. Dabei haben sich viele Kids am Ende des Tages aber meist noch viel mehr bewegt, denn sie klettern nicht nur so manchen Baum rauf und runter, sondern sprinten oft auch vor und zurück, bis sie die Strecke fast zweimal gelaufen sind. Es ist nicht die Kondition, die über die Lust entscheidet, sondern die Motivation.

Es ist deshalb wichtig, die Sprösslinge schon zu Beginn der Tour in gute Stimmung zu versetzen. Hat sie die Wanderlust erst einmal gepackt, bleibt diese meist längere Zeit bestehen. Hauptsache, die Eltern stellen sich ein wenig auf die Entdeckerlust der jüngsten Familienmitglieder ein und „schleppen“ sie nicht nur mit.

Tipps, um Kids bei Lauflaune zu halten

Die Aussicht auf die Besichtigung einer Kapelle ist für die meisten Nachwuchswanderer bestimmt kein Anlass, um stundenlang stramm durch die Gegend zu marschieren. Viel wichtiger sind die zahlreichen, kleinen Entdeckungen in Wald, Feld und am Wegesrand. Bei kleineren Kindern darf hier ruhig auch mal die Fantasie die Hauptrolle spielen. Hat da etwa jemand im Wald eine Zwergmütze aufblitzen sehen? Oder saß da nicht gerade eine naseweise Fee auf dem Ast da drüben? Die Allerjüngsten lieben es, im Dickicht des Waldes nach Kobolden & Co. Ausschau zu halten. Auch gemeinsames Tannenzapfensammeln kommt richtig eingefädelt fast immer gut an. Und wenn noch andere (und vor allem ältere) Kinder dabei



Abenteuer Natur: In jedem Fleckchen gibt es was zu entdecken.

sind, macht es gleich doppelt so viel Spaß. Wanderungen mit mehreren befreundeten Familien sind daher der beste Gutelaunegarant. Die Kids animieren sich gegenseitig zum Laufen und die Eltern können sich unterhalten und die Landschaft genießen. Größere Wanderer können auf Schusters Rappen zumeist mit ihrem Forscherdrang gepackt werden. Schließlich gibt es auf jedem Zweig und hinter jedem Grashalm etwas zu entdecken.

Seltene Käfer, die auf

Baumstümpfen herumkrabbeln, Wurzeln, die mit Moos und Schwämmen überwuchert sind, rätselhafte Tierspuren oder kleine Mäuse, die über den feuchten Waldboden huschen. Darüber hinaus können die erwachsenen Mitwanderer auch einmal ein Märchen erzählen, Bäume- oder Vogelstimmen raten spielen oder die Kinder mit verbundenen Augen ein Stück des Wegs laufen lassen. Eine gute Idee ist auch, eine Lupe einzupacken mit der dann Käfer, Steine oder Moose ganz genau betrachtet werden. Außerdem kann man der ganzen Familie kleine Aufgaben stellen, zum Beispiel: Wer hat als Erster drei runde Steine gefunden. Blätter sammeln, um sie zu Hause zu trocknen, kommt ebenfalls ganz gut an.

Müde Kinder werden zudem meist schnell wieder munter, wenn sie einen Baum zum Klettern finden. Und Wasser ist immer beliebt, denn in jeden noch so kleinen Bach kann man Stöckchen werfen oder selbst gebastelte Rindenschiffchen

schwimmen lassen. Diese lauschigen Stellen eignen sich meist auch für eine Pause. Dann kann man vielleicht auch mal mit Papa einen Staudamm bauen und in der warmen Jahreszeit die Schuhe ausziehen.

Wichtig ist daher: Planen Sie immer genug Zeit ein, mindestens das Doppelte einer reinen Erwachsenentour. Und lassen Sie sich auf die spezielle Dynamik einer Wanderung mit Kindern ein. Kleine Menschen sehen die Welt nun einmal mit anderen Augen und machen uns auf Dinge aufmerksam, die wir vielleicht gar nicht mehr wahrnehmen. Und auch wenn es manchmal nur langsam vorangeht, bleiben Sie offen. Vielleicht blitzt dann auch bei Ihnen der alte Zauber der eigenen Kindheit wieder auf und lässt Sie die Welt für kurze Zeit mal wieder durch staunende Kinderaugen sehen.

Übrigens: Alle Touren wurden am lebendigen Objekt getestet – und haben nichts mit den oft superlangweiligen Sonntagsausflügen aus der eigenen Kindheit zu tun. Sie glauben es nicht? Probieren Sie es aus!

Das gehört in den Rucksack:

- Wechselkleidung
- Regenklamotten
- Sonnenschutz
- eventuell Badesachen
- Erste-Hilfe-Set mit Pflaster und Blasenpflaster, antiseptische Lösung, Wund- und Insektenstichsalbe, Pinzette
- für Spiele unterwegs: zum Beispiel Tücher, um die Augen zu verbinden
- Getränke
- für den Snack zwischendurch eignen sich belegte Vollkornbrote, hartgekochte Eier, Bananen, Äpfel, Nüsse, Trockenfrüchte oder Müsliriegel

Das gehört in den Kinderrucksack:

- Lupe
- durchsichtiger Messbecher
- Dosen, um gesammelte Funde mitzunehmen
- Taschenlampe

Wichtig: Von März bis Oktober ist klassische Zeckenzeit.

Untersuchen Sie Ihre Kinder nach der Wanderung zu Hause, denn der Nachwuchs strolcht ja gerne durchs Unterholz, wo die Biester sitzen.

Auf luftigen Höhen







Der Rheinsteig – zwischen Holtorf und Oberdollendorf

So schön wie auf der Loreley

Start

Waldparkplatz „Dornheckensee“ bei Bonn

Tour 1

Ziel

Parkplatz am Weinhaus „Gut Sülz“ in Oberdollendorf

Länge

Ca. 6 Kilometer

Wege

Fast nur breite Wege. Meist schattig unter Bäumen.

Kinderwagentauglichkeit/Alter

Geeignet, einige Steigungen, ein kurzes schwierigeres Stück
Für jedes Alter

Anfahrt mit PKW

A 59 Richtung Bonn, Ausfahrt Bonn-Holtorf, rechts Richtung Stieldorf. Achtung: Der Parkplatz „Dornheckensee“ taucht schon nach wenigen Metern auf der rechten Seite auf. Ein Auto wird auf diesem Parkplatz abgestellt. Das andere wird in der Bachstraße in Oberdollendorf geparkt. Genaue Tour-Vorbereitung siehe Service.

Anfahrt mit ÖPNV

Hinweg: Mit RB 23, RB 26, RB 30 und der RE 5 bis Bonn Hbf. (www.bahn.de), U-Bahn 66 oder 68 nach Bonn-Ramersdorf, weiter mit Buslinie 636, Bushaltestelle Oberkasseler Straße zum Wald-Parkplatz am Dornheckensee (Achtung: Nicht zu Fuß, da die vielbefahrene Landstraße keinen Bürgersteig hat). Rückweg: Über die Heisterbacherstraße zum U-Bahnhof Oberdollendorf, mit U 66 zurück.

Hinweis

Kinder müssen bis hinter dem Märchenwald auf den Wegen bleiben und dürfen keinesfalls in den Wald laufen. Denn die Strecke verläuft an einer Steilkante entlang (aber nicht unmittelbar). Es ist eben der Rheinsteig und man wandert „auf hohem Niveau“, wie der Rheinsteig-Slogan besagt.



Ramersdorf

Autobahnkreuz
Bonn-Ost

Dorn-
heckensee

Blauer See

Märchensee

Oberkassel

Rhein

Römlinghoven

Oberdollendorf

Aussichtspunkt
Hülle

Weinberge

Gut Sülz

Romantische Weinberge, ein Märchenwald und traumhafte Rheinblicke: Das alles bietet diese erlebnisreiche Tour über den Rheinsteig, die im „Indian Summer“ noch mal so schön ist. Für Kids gibt es hier außerdem die Möglichkeit zum Bäumeklettern, Lianenschaukeln, Füße in den Bach halten, Tiere streicheln während die Erwachsenen die vielen herrlichen Panoramen genießen. Allerdings ist am Anfang etwas Organisation erforderlich, da sich diese Wanderung nicht als Rundweg eignet. Wir haben eine Anfahrt für drei Erwachsene, zwei Kinder und zwei Autos ausgetüfelt.

Warum ist es am Rhein so schön? Wer einmal eine Etappe des Rheinsteigs gelaufen ist, kennt die Antwort ... Wir starten am Parkplatz **Dornheckensee** und spazieren hier auf breitem Waldweg in den Niederwald. Gleich zu Beginn weist uns eine Info-Tafel darauf hin, dass wir uns auch auf dem Naturerlebnispfad Ennert befinden. Deswegen wird unsere Tour auch für eine Weile von dessen Info-Tafeln begleitet – und darauf stellt ein grüner Waldwichtel jungen Naturentdeckern Knobelaufgaben. Nach wenigen Metern taucht dann auch die erste blaue Rheinsteig-Markierung auf, an der wir uns nun für längere Zeit orientieren. Wir bleiben immer geradeaus. Walker und Spaziergänger kommen uns entgegen. An einem sonnigen Sonntag wandert man hier garantiert nicht allein. Der Rheinhöhenweg ist schon sehr beliebt.

Im Verlauf werden rechter Hand immer wieder kurze Wege abgehen, die zu Aussichtsplätzen führen. Der breite Strom fließt zwar die ganze Zeit neben uns im Tal, wird aber von Büschen und Bäumen verdeckt. Nach einigen Minuten erwartet uns bereits der erste Ausguck. Wir sehen den **Blauen See** durch das Gebüsch schimmern – und die Wasserfarbe ist wirklich erstaunlich intensiv. Achtung: Auf gar keinen Fall dürfen Kinder hinter die Geländer – dahinter lauert eine gefährliche Steilwand. Überhaupt gilt auf der Strecke etwas Vorsicht. Kinder sollten den Wegesrand nicht verlassen. Die Steilwand wird zwar stellenweise durch einen Zaun gesichert, doch der ist

I Der Rheinsteig – zwischen Holtorf und Oberdollendorf

nicht sehr dicht und dahinter geht es wirklich steil hinunter. Nach dem Ausguck laufen wir wieder zurück auf den Hauptweg und weiter nach rechts, immer dem blauen Rheinsteig-Zeichen folgend. Bald erscheint rechter Hand schon der zweite Ausguck, wo breite Bänke zur Rast einladen. Hier bietet sich ein toller Blick auf die Skyline des ehemaligen Bonner Regierungsviertels mit dem Post Tower. Unsere Strecke windet sich anschließend weiter oberhalb der Steilkante entlang. Meist wandern wir unter dem Blätterdach, und direkt neben dem Weg laden zahlreiche Kletterbäume zu Turnübungen ein. Wir gelangen an eine Kreuzung, bleiben aber immer geradeaus. Und dann folgt der erste richtig schöne Rheinblick auf unserem Weg. Doch es kommen noch viel schönere!

Nun geht es bergauf. Aufgepasst! Bald fällt der Weg rechts abschüssig ab. Weitere Aussichts- und Picknickplätze säumen die Strecke. Ganz in der Nähe, unterhalb der Rabenlay, machten Steinbrucharbeiter übrigens vor rund 100 Jahren eine gruselige Entdeckung. Sie fanden zwei Skelette: von einer jungen Frau und einem alten Mann. Allerdings wurden die beiden hier schon vor rund 14 000 Jahren bestattet, wie Forscher

An der frischen Luft knurrt der Magen schnell.

