

# DEUTSCHLAND PER RAD ENTDECKEN



TAGES-  
TOUREN

SERVICE-  
TIPPS

ROUTEN &  
REGIONEN

Vielfalt erleben

# Qio

ONE BIKE FITS ALL



## EINS für dein nächstes Abenteuer

- Passt für jede\*n von 160 cm - 190 cm Körpergröße
- Umfangreiches Zubehör für individuelle Bedürfnisse
- Breite Bereifung für extra Fahrkomfort
- Kompakt und platzsparend zu verstauen

[Qio-BIKES.COM](http://Qio-BIKES.COM)

# Unterwegs im Land der Radvielfalt

Vor über 200 Jahren wurde das Fahrrad von Karl Drais in Mannheim erfunden. Die Auswahl an Fahrradtypen hat sich seitdem stetig erweitert und ist für jedliches Terrain und jeden Geschmack, mit oder ohne Elektroantrieb riesig. Genauso vielfältig ist auch das Angebot von Radfernwegen, regionalen Routen und Radregionen in Deutschland. Über 320 Radfernwege erwarten Sie. Damit Ihnen die Wahl leichter fällt, stellen wir Ihnen in unserem Magazin – thematisch sortiert – einige ausgewählte Radreiseziele vor.

Sie möchten sich vom Küstenwind treiben lassen, den Flüssen folgen oder höher hinaus und das Bergpanorama der Mittelgebirge oder der Voralpen genießen? Auf den folgenden Seiten finden Sie die passenden Ideen. Auch für Kulturinteressierte gibt es passende Angebote.

Neu dabei sind spezielle Tipps für kürzere Tagestouren, etwa für sportlich Ambitionierte mit dem Mountain- oder Gravelbike. Oder wie wäre es mit einer Stadttour per Rad? Es gibt so viel zu entdecken! Und das Beste: Mit dem Rad reisen Sie ganz in Ihrem Rhythmus und kommen an Orte abseits der viel frequentierten Straßen.

Damit Sie bestens vorbereitet unterwegs sein können, gibt Ihnen der ADFC Tipps zur Radreiseplanung oder zu Radtouren mit Kindern. Wir setzen uns für die stetige Verbesserung der touristischen Radrouten ein und zwar für Groß oder Klein.

Mit unseren Piktogrammen erfassen Sie den Charakter und die touristischen Highlights jeder Route auf einen Blick. Hinweise zur Routenplanung und auch die praktischen Übersichtskarten helfen Ihnen, Ihre Wunschroute schnell einzuordnen.

Blättern Sie weiter und entdecken Sie die Vielfalt  
Deutschlands per Rad.

Wir wünschen Ihnen viele wunderschöne Erinnerungen an das Radreiseland Deutschland!

E-Paper  
herunterladen:  
[www.deutschland-per-rad.de](http://www.deutschland-per-rad.de)

## ÜBERSICHTSKARTE



# INHALT



- 6 | ADFC-Reiseplanung
- 7 | Fahrradfreundliche Unterkunft
- 29 | Radfahren & Naturschutz
- 31 | Tipps für Radtouren mit Kindern
- 49 | Wissenswertes
- 50 | Legende und Impressum



8

## KÜSTENVIELFALT

- 9 | Radweg Berlin-Kopenhagen
- 10 | Schleswig-Holstein
- 11 | Nordseeküsten-Radweg
- 12 | Cuxland
- 13 | Ostfriesland



28

## TAGESTOUREN-TIPPS

- 28 | MTB: Bikeland Eberbach
- 29 | MTB-Region Saarland
- 30 | Gravel: Bergisches Land  
Stadt: Berlin



14

## FLUSSVIELFALT

- 15 | Niedersachsen
- 16 | Hohe Mark RadRoute ★★★★★
- 17 | RurUfer-Radweg ★★★★★
- 18 | Lahnradweg ★★★★★  
Eder-Radweg ★★★★★
- 19 | Diemelradweg ★★★★★  
Fulda-Radweg R1 ★★★★★
- 20 | Werratal-Radweg ★★★★★
- 21 | Leine-Heide-Radweg



34

## VORALPENVIELFALT

- 35 | Wasser-Radlwege Oberbayern
- 36 | Isarradweg  
Bodensee-Königssee Radweg
- 37 | Radrunde Allgäu ★★★★★  
Lechradweg
- 38 | Iller-Radweg  
Ammer-Amper-Radweg



22

## MITTELGEBIRGSVIELFALT

- 22 | Vennbahn ★★★★★
- 23 | Radregion Fichtelgebirge
- 24 | Oberpfälzer Radl-Welt
- 25 | Albtäler-Radweg ★★★★★
- 26 | Naturpark-Radweg ★★★★★  
Südschwarzwald-Radweg ★★★★★  
Badischer Weinradweg ★★★★★



40

## KULTURVIELFALT

- 40 | Töddenland-Radweg ★★★★★
- 41 | HellwegBörde
- 42 | Paderborner Land Route ★★★★★
- 43 | Bremer-Norden-Runde
- 44 | Artland-Rad-Tour ★★★★★  
Friedensroute ★★★★★  
Grenzgängerroute Teuto-Ems ★★★★★
- 46 | Ochsenweg
- 47 | Sachsen-Anhalt
- 48 | Radweg Burgenstraße

# Gut vorbereitet auf Radreise mit ADFC-Tipps

**SORGLOS  
AUF RADREISE**  
ADFC-Mitglieder  
profitieren von der  
24/7-Pannenhilfe  
[adfc.de/pannenhilfe](http://adfc.de/pannenhilfe)

## ADFC-RADREISEPORTAL

Das ADFC-Radreiseportal bietet online noch mehr Informationen zum passenden Radreiseziel, alle ausgezeichneten ADFC-Qualitätsradrouten und -RadReiseRegionen sowie viele weitere Touren- und Servicetipps: [www.adfc-radtourismus.de](http://www.adfc-radtourismus.de)

## ADFC-MITRADELZENTRALE

Sie suchen noch die passende Tourenbegleitung? Über die ADFC-Mitradelzentrale können Sie Mitreisende suchen und finden.



## AUF TOUR MIT DEN ADFC-TOURGUIDES

Der ADFC vor Ort bietet geführte Radtouren an. Qualifizierte ADFC-TourGuides führen Sie sicher und mit Ortkenntnis auf den Radtouren: [www.touren-termine.adfc.de](http://www.touren-termine.adfc.de)



## FAHRRADCHECK

Für Etappenradreisen sind Trekking- und Reiseräder besonders geeignet, alternativ auch ein Elektrofahrrad. Das Rad sollte vor Reisebeginn gut durchgecheckt werden – am besten von einer Fachwerkstatt.



## RICHTIG PACKEN

Neben dem Rad sollten Sie auch die wasserfesten Packtaschen prüfen. Beim Gepäck gilt: So viel wie nötig, so wenig wie möglich. Über den QR-Code gelangen Sie zur praktischen Checkliste im Servicebereich des ADFC-Reiseportals.



## KLIMASCHONENDES ANREISEN

Ein Radurlaub ist eine klimafreundliche Urlaubsform, vor allem, wenn Sie mit der Bahn anreisen: [www.bahn.de/fahrrad](http://www.bahn.de/fahrrad)



## KOMOOT-APP

Alle Routen aus dem Magazin sind sowohl auf der Internetseite als auch über die Komoot-App verfügbar- und navigierbar. Die GPX-Tracks sind auch für Garmin-Geräte anwendbar.

## ROUTENBESCHILDERUNG

Eine gute Routenbeschilderung mit Wegweisern ist die beste Orientierung vor Ort. Die Einschübe an der unteren Seite zeigen Ihnen das jeweilige Routenlogo.

## ADFC-KARTEN

Das Kartenmaterial des ADFC beruht auf Erfahrungswissen. Orientierung, Streckenprofil und Verkehrsdichte der Routen werden geprüft. Alle ADFC-Regional- und Radtourenkarten finden Sie auf: [www.fahrrad-buecher-karten.de](http://www.fahrrad-buecher-karten.de)



Achten Sie bei Ihrer Routenauswahl auf die Qualitätssiegel „ADFC-Qualitätsradroute“ und „ADFC-RadReiseRegion“. Sie kennzeichnen besonders hochwertige Routen und Radregionen.



# 30 Jahre Bett+Bike



Auch der schönste Tag auf dem Fahrrad geht mal zu Ende. Sie wollen erholsam schlafen und wissen, dass auch Ihr Fahrrad sicher untergebracht ist. Am besten halten Sie dann nach dem Bett+Bike Schild Ausschau: Radreisende sind hier rundum willkommen – und das seit 30 Jahren! Die 5.900 Bett+Bike Unterkünfte in Deutschland und Europa zeichnen sich durch ihre Fahrradfreundlichkeit aus. Ihre Gastgeberinnen und Gastgeber wissen genau, was Sie brauchen: Hier können Sie Ihren Akku und den Ihres Elektrorads aufladen, die nächste Etappe planen und sich bei Gastgeberinnen und Gastgebern erholen, die ein Herz und Ohr für die Wünsche der Radreisenden haben.

HIER PASSENDE UNTERKÜNFTE  
FINDEN – SCHAUEN SIE MAL REIN:

[www.bettundbike.de](http://www.bettundbike.de)

inkl. Such- & Filtermöglichkeiten  
für E-Bike-Ladestationen u.v.m.



## ALLES AUS EINER HAND

### BETT+BIKE UNTERKUNFT

Für Streckentouren mit wechselnden Zielen oder feste Unterkünfte als Ausgangspunkt für Erkundungen einer Region eignen sich



Bett+Bike Hotels, Hostels und Pensionen. Hier finden Sie neben sicheren Fahrradstellplätzen auch fundierte Informationen zum Routennetz und eine Servicestation für Wartungs- und kleine Reparaturarbeiten.

## EINFACH DRAUSSEN BLEIBEN

### BETT+BIKE CAMPING

Rad und Zelt: die perfekte Kombination für viel Flexibilität auf der individuellen Radreise. So können Sie Ihren Übernachtungsort frei wählen. Also fast: Da Wildcampen in Deutschland weder erlaubt noch verboten ist, steuern Sie besser einen Campingplatz mit Bett+Bike Schild an. Dort finden Sie neben sicheren Stellplätzen auch Werkzeugsets fürs Fahrrad und wenn nötig die Wegbeschreibung zur nächsten Fahrradwerkstatt. Wer es etwas bequemer mag: Viele Campingplätze bieten Mietzelte, Wohnwagen, Tiny Houses oder Schlaffässer an.



## FÜR GEMEINSAME RADREISEN

### BETT+BIKE FERIENWOHNUNG

Sie möchten mit der Familie oder als Gruppe eine Radreise machen? Dann buchen Sie am besten eines der vielen Bett+Bike Ferienhäuser oder eine Bett+Bike Ferienwohnung. Dank der Nähe zu den regionalen

Routennetzen können Sie von hier aus gut zur großen Tour oder zu kleineren Tagesausflügen starten. Viele Vermieterinnen und Vermieter stellen Ihnen auch selbst erstellte Tourenvorschläge zur Verfügung.



## ERHOLUNG BEIM AUSPOWERN

### BETT+BIKE SPORT

Sie sind gerne sportlich mit dem Rad unterwegs? Über Stock und Stein oder auf schmalen Reifen auf dem Asphalt? Für Radreisen brauchen Sie daher eine Unterkunft, wo Sie Ihr Fahrrad sicher abstellen, warten, pflegen und vor der Abfahrt waschen können. Ein technischer Service sollte auch vorhanden sein? Dann buchen Sie eine Unterkunft mit dem Kennzeichen Bett+Bike Sport.



# Meeresbrise voraus

Über 1.500 Kilometer misst die deutsche Küste und bietet damit unzählige Möglichkeiten, die maritimen Regionen Deutschlands auf verschiedenen Radrouten zu erkunden. Stets im Gepäck: das Wellenrauschen, eine salzige Brise und ein Badetuch. Und sicher weht Ihnen auch mal der Geruch von frischem oder geräuchertem Fisch um die Nase – dann gönnen Sie sich ein Fischbrötchen, lassen die Seele mit Blick aufs Meer baumeln und graben die Füße in den Sand. Angetrieben vom weiten Meerblick können Sie den Routen im Cuxland und in Ostfriesland folgen – oder Sie nehmen den ganzen Nordseeküsten-Radweg unter die Räder. Schleswig-Holstein lädt dazu ein, auch das Land zwischen den Meeren zu erkunden. Zwischen Berlin und Kopenhagen sind der Weg und das Meer das Ziel.

## KÜSTEN VIELFALT





680 Kilometer,  
Berlin – Kopenhagen (DK)



Überwiegend auf befestigten Radwegen, ruhigen Nebenstraßen oder Wirtschaftswegen, vereinzelt Kopfsteinpflaster und Betonspurbahnen.



## Von der Metropole ans Meer

Wenn Sie mit dem Rad von Berlin nach Kopenhagen fahren, ist der Weg das Ziel. Er führt in sanften Wellen durch die Seenlandschaft von Brandenburg und Mecklenburg-Vorpommern. Zwei Metropolen, verträumte Orte, Naturparks, eine bunte Tier- und Pflanzenwelt – mehr geht nicht.

Unterwegs sein heißt ankommen bei sich. Das klappt auf dem Radweg Berlin–Kopenhagen sehr gut. Einmal raus dem Berliner Metropolengetümmel beruhigen sich die Großstadtnerven schnell beim Rollen durch brandenburgische Landschaften. Seen funkeln zwischen Wiesen und Bäumen. Plötzlich tauchen Perlen wie Fürstenberg oder Himmelpfort auf, wo Sie dem Treiben an der Schleuse zusehen. Am Ellbogensee erreichen Sie Mecklenburg-Vorpommern mit tiefen Wäldern und dem weiten Netz aus Seen, das etwa 260 Vogelarten bewohnen. Die Barockstadt Neustrelitz ist einen Bummel wert: Der quadratische Marktplatz stammt aus dem 18. Jahrhundert und ist Mittelpunkt des achtstrahligen Straßensterns. Dann nehmen Sie Kurs auf Deutschlands größten Binnensee – die Müritz. Im gleichnamigen Nationalpark lohnen sich Spaziergänge und Führungen. Natürlich können Sie sich fast überall auf der Route ein Boot ausleihen und die Region vom Wasser aus erleben. Im Müritzeum in Waren lernen Sie Wis-



senswertes über die Tier- und Pflanzenwelt und können im Tiefenbecken einen Maränenschwarm beobachten, ehe die Reise weiter nach Norden geht. Noch ein Badestopp im Krakower See, dann erreichen Sie Güstrow. Die Barlachstadt zeichnet sich durch verschiedene Baustile aus. Die berühmte Skulptur, „der Schwebende“, von Ernst Barlach ist aus dem Jahr 1927 und zierte seit 1953 wieder den Güstrower Dom. Sie fahren durch saftige Wiesenlandschaften und erreichen hinter Bützow die Warnow. Der Fluss begleitet Sie bis zur Ostsee. In Rostock erwarten Sie die lebendige Atmosphäre einer Universitätsstadt. Mächtige Backsteinkirchen prägen das Stadtbild und im Stadthafen herrscht reges Treiben. Wenn Sie noch Zeit haben, bevor im Überseehafen Ihre Fähre nach Dänemark ablegt, dann lohnt ein Abstecher nach Warnemünde. Dort schlendern Sie den Alten Strom entlang, schauen Schiffe nach und baden am unendlich langen Sandstrand.

### TIPP

#### MANUFAKTUR LÖWEZAHN



Feine Kost aus Mecklenburg gibt es in diesem kleinen Hofladen: Natur erleben – mit allen Sinnen. Bei einem Kräuterspaziergang lernen Sie die Vielfalt und Faszination der Pflanzenwelt kennen.

[www.manufaktur-loewenzahn.de](http://www.manufaktur-loewenzahn.de)

### HIGHLIGHTS

- Brandenburger Tor Berlin
- Marktplatz Neustrelitz
- Müritz-Nationalpark
- Güstrow
- Altstadt Rostock und Seebad Warnemünde

### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Radfernweg Berlin–Kopenhagen“, 1:75.000, bikeline, Verlag Esterbauer



### INFORMATION

Tourismusverband Mecklenburg-Vorpommern e. V.  
Tel. +49 381 4030500  
[www.auf-nach-mv.de/radwandern](http://www.auf-nach-mv.de/radwandern)



- ① 930 km,  
Bad Nieuweschans (NL) –  
Rudbøl (DK)
- ② 165 km,  
Rundkurs
- ③ 1.140 km,  
Flensburg – Ahlbeck
- ④ 206 km,  
Rundkurs
- ⑤ 114 km,  
Lüneburg-Travemünde

#### ROUTENPLANUNG

Radkarte Schleswig-Holstein,  
Bezug s. „Information“



Leuchtturm Westerheversand

#### INFORMATION



Schleswig-Holstein

Der echte Norden

Tourismus-Agentur  
Schleswig-Holstein GmbH  
Tel. +49 431 6005840  
www.sh-radurlaub.de  
#meinSH



Holsteinische Schweiz

In Schleswig-Holstein finden Sie Ruhe und Abwechslung. Nur Wind, Wasser, grandiose Natur und die Frage: Nordsee, Ostsee oder zwischen den Küsten? Schön ist es überall. Schnell werden Sie merken: Der „echte Norden“ hat seinen eigenen Reiz.

Das Land ist flach, der Himmel weit, der Wind überall. Das stimmt in Schleswig-Holstein fast immer. Aber es gibt auch Ausnahmen, denn in der Holsteinischen Schweiz kann es auch ordentlich auf- und abgehen. Wenn Ihnen das zu anstrengend ist, wählen Sie einfach einen anderen der 13 Radfernwege durch Schleswig-Holstein und lernen Sie so die Vielfalt des nördlichsten Bundeslandes kennen. Und das ganz ohne Stress und Hektik.

#### Das Meer immer im Blick

Besonders beliebt sind die Küstenrouten wie der Nordseeküsten-Radweg. Er gehört zur internationalen North Sea Cycle Route, die etwa 6.000 Kilometer lang ist. Aber vielleicht reichen für den Anfang ja auch die über 350 Kilometer in Schleswig-Holstein. Sie fahren durch Nordfriesland und bestaunen den Nationalpark Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer. Der ist so schön, dass man am Zielort Hamburg direkt wieder an die Nordsee möchte. Vielleicht zieht es Sie auch an die Ostsee. Dann starten Sie in Flensburg und halten sich „rechts“, um auf den Ostseeküsten-Radweg zu gelangen. Weiße Sandstrände, verträumte Fischerdörfer und Häfen begleiten Sie auf dem Weg zur Sonneninsel Fehmarn. Der Rundkurs bringt Sie zum Meereszentrum Fehmarn und zum NABU-Wasservogelreservat, ehe Sie auf dem Festland die Hansestadt Lübeck ansteuern.

#### Das „Mehr“ dazwischen

Hinter der Küstenlinie erwartet Sie jede Menge Kultur und Geschichte. Auf dem Radfernweg Alte Salzstraße befahren Sie den früheren Handelsweg, der Lübeck und Lüneburg in Niedersachsen verbindet. Sie mögen Anstiege oder sind mit elektrischer Unterstützung un-



Eider-Treene-Sorge Radweg

terwegs? Dann ist die Moränenlandschaft der Holsteinischen Schweiz-Radtour die passende Route. Sie lernen den Naturpark Holsteinische Schweiz mit Städten wie Eutin, Plön oder Malente kennen. Die Steigungen sind ein Relikt der Eiszeit. Sie sorgte dafür, dass dieses Gebiet heute zum Glück nicht unter dem Meeresspiegel liegt. Den besten Überblick haben Sie vom Bungsberg, der mit 168 Metern die höchste Erhebung Schleswig-Holsteins ist.

Der Eider-Treene-Sorge Radweg macht Sie mit dem größten Niederungsgebiet Schleswig-Holsteins bekannt. Oft begleiten Sie Flüsse, die sich durch saftig-grüne Wiesen schlängeln. Sie fahren durch Dörfer mit reetgedeckten Fachwerkhäusern und erkennen in Friedrichstadt Spuren der Geschichte: Vor 400 Jahren sicherte Herzog Friedrich III. von Schleswig-Holstein-Gottorf religiös verfolgten Holländern hier die Glaubensfreiheit zu. Noch heute heißt der Luftkurort wegen der Grachten und Stufengiebelhäuser daher „Holländerstadt“.



Pilsumer Leuchtturm



930 Kilometer,  
Bad Nieuweschans (NL) –  
Rudbøl (DK)



Meist asphaltierte Route,  
weitgehend autofrei.



## Dem unendlichen Horizont entgegen

Das Gefühl grenzenloser Freiheit stellt sich auf dem Nordseeküsten-Radweg mit über 7.000 Kilometern ganz bestimmt ein, denn er durchquert neun Länder. In Deutschland führt die Strecke an der Küste durch Niedersachsen über Hamburg und Schleswig-Holstein bis zur dänischen Grenze.

**V**on der niederländischen Grenze fahren Sie immer an der Küste entlang und haben den Wechsel der Gezeiten immer in Sichtweite. Wenn Sie das Niedersächsische Wattenmeer erreichen, schweift Ihr Blick über das größte zusammenhängende Wattgebiet der Welt. Nehmen Sie sich Zeit für eine Wanderung auf dem Meeresboden, diese Möglichkeit haben Sie schließlich nur in diesem UNESCO-Weltnaturerbe. Im Frühjahr und im Herbst machen zehn Millionen Zugvögel hier Rast. In den Nationalpark-Häusern erfahren Sie noch mehr über das einzigartige Ökosystem.

Ihre Reise führt Sie weiter an die Nordostküste des Jadebusens. Dort liegt Wilhelmshaven, wo die „schweren Pötte“ in die Nordsee gleiten. In Bremerhaven erwarten Sie mit dem Deutschen Auswandererhaus und dem Klimahaus gleich zwei sehenswerte Museen. Ihr nächster Stopp ist Cuxhaven, wo die Elbe in die Nordsee mündet. Von dort, führt Sie Ihre Fahrt ins Alte Land und damit ins größte Obstanbaugebiet



Am Strand von St. Peter-Ording

### HIGHLIGHTS

- UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer
- romantische Kutterhäfen
- Deichlandschaften
- Altes Land mit Obstbau
- historische Leuchttürme

### ROUTENPLANUNG

Radtourenbücher „Nordseeküsten-Radweg 2 und 3“, 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer



Pause im Strandkorb

### INFORMATION

Marketingkooperation  
Nordseeküsten-Radweg  
c/o Cuxland-Tourismus  
info@nordseekuesten-radweg.de  
www.nordseekuesten-radweg.de



Dieses Projekt wurde gefördert durch das Bundesministerium für Digitales und Verkehr

### TIPP

#### WENN DIE SONNE ...

... im Wattenmeer versinkt. Dann beginnt ein fantastisches Farbenspiel und die Grenzen zwischen Himmel, Wasser und Meeressboden verschwimmen. Vögel suchen im letzten Tageslicht noch nach Nahrung und alles um Sie herum beruhigt sich. Mehr Romantik geht nicht.



## CUXLAND

- 1 De Hoben, 38 km
- 2 De Küst, 58 km
- 3 De Utsicht, 52 km
- 4 De Moorpad, 49 km
- 5 De Övers, 60 km
- 6 De Grüne, 48 km
- 7 De Hölter, 49 km
- 8 De Wusten, 56 km
- 9 De Geest, 63 km
- 10 De Bütter, 62 km
- 11 De Luun, 59 km
- 12 De Stroom, 45 km

Es gibt weitere lokale Rad- und Rennradrouten.



Meist eben und verkehrsarm, für Familien und Tourenradelnde gut geeignet. Zertifizierte Radhöfe bieten Reparatur, Verleih und E-Lademöglichkeiten.

## HIGHLIGHTS

- UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer
- historische Leuchttürme
- traditionelle Kutterhäfen
- Wanderwege im Ahlenmoor, Südlichen Cuxland und in der Wingst

## ROUTENPLANUNG

ADFC-Regionalkarte "Cuxhaven und Bremerhaven", 1:75:000, BVA BikeMedia

## INFORMATION

Cuxland-Tourismus  
Tel. +49 4721 599666  
www.cuxland.de



Radfahrende zwischen Schafen in Altenbruch

## Im Rhythmus der Gezeiten

Die Radregion Cuxland liegt zwischen Nordsee, Elbe und Weser. Hier pustet der Wind den Kopf frei, die Luft riecht nach Meer und der Alltag wird vom Rhythmus der Gezeiten bestimmt. Die Weite der Natur und der Horizont schenken neue Kraft und frischen Wind für Kopf und Körper.

Das Radwegenetz erstreckt sich auf mehr als 1.300 Kilometer und macht auf zwölf ausgeschilderten Rundkursen mit plattdeutschen Namen wie „De Stroom“, „De Moorpad“ und „De Övers“ mit der landschaftlichen Vielfalt vertraut. Dazu gehören Küstenabschnitte, Heideflächen im Binnenland sowie die Wälder und Moorlandschaften. Es geht vorbei an stattlichen Leuchttürmen und traditionellen Kutterhäfen, auf dem Küstenrundweg „De Küst“ schweift der Blick über die flache Landschaft. Gute Wegemarken bilden die Leuchttürme im Cuxland wie der „Kleine Preuße“, der „Obereversand“ oder die „Dicke Berta“.

Entlang der Flüsse Lune, Oste und Geeste durchqueren Sie wildromantische Wald- und Wiesenlandschaften mit mystischen Mooren. Die Tour „De Moorpad“ führt ins Ahlenmoor, wo Sie in der interaktiven Erlebnisausstellung des MoorInformationsZentrums (MoorIZ) mehr über die einmalige Naturlandschaft er-



## TIPP

## KUGELBAKE

Das alte Seezeichen aus Holz ist 28 Meter hoch und nachts beleuchtet. Seit 1913 ist das Wahrzeichen von Cuxhaven auch im Stadtwappen zu sehen. An der Kugelbake endet die Binnenelbe und rein geografisch beginnt hier die Nordsee.

fahren. Auf Bohlenstegen können Sie zu Moorspaziergängen starten, bevor Sie wieder aufs Fahrrad steigen und weiter ins Nordseebad Otterndorf fahren. Hier klingt der Abend in einer der bunten Strandkabinen am Grünstrand mit Blick auf die „dicken Pötte“ auf ihrem Weg nach Hamburg aus.

Im quirligen Nordseeheilbad Cuxhaven kommt beim Bummel durch den Alten Fischereihafen maritimes Flair auf. Im Museum „Windstärke 10“ erfahren Sie, warum die Hochseefischerei lange zu den gefährlichsten Arbeiten der Welt zählte. Natürlich darf auch ein Selfie am nördlichsten Punkt Niedersachsens, der Kugelbake, nicht fehlen. Hier starten oder enden übrigens auch der Elberadweg und Weser-Radweg. Auch Etappen des Nordseeküsten-Radwegs verlaufen an den Küsten des Cuxlands entlang. Wenn jetzt noch die Sonne spektakulär im Meer versinkt, dann heißt es: Füße hochlegen und die Natur genießen.

Gute Ausgangsorte sind Bad Bederkesa, Otterndorf, Loxstedt und Cuxhaven. Dank der Fähren sind auch Wasserwege kein Hindernis.



Großes Moor in Beverstedt



Kutterhafen Greetsiel, Friesenroute Rad up Pad

## Ostfriesland zum Durchatmen

Fahrradfahren und Ostfriesland gehören zusammen wie Tee und Ostfriesentorte. Salzige Meeresluft und der endlos erscheinende Horizont lassen den Alltag schnell vergessen. Die Rundtouren des 3.500 Kilometer langen Rad routennetzes reichen vom grünen Binnenland bis zum Wattenmeer.

**D**er Wind lässt Meer und Wiesen rauschen – und bläst die Sorgen weg. So können sich Radreisende ganz auf die fünf Ostfriesland Rad-Routen einlassen. Neben Küsten, Parks und Kultur lernen sie Menschen kennen, die wenig Wind um alles machen.

Die Deutsche Fehnroute führt an Deichen und an Wieken – so heißen hier die Kanäle – entlang zu den Moorsiedlern. Das Land wurde einst aus dem Moor gewonnen, dann wurden Kirchen, Windmühlen und Bauernhäuser darauf gebaut. Museen erzählen davon und von Seefahrern, deren Handwerk noch heute wichtig ist. Das zeigen die Hafenstädte Leer und Papenburg.

Auf der Internationalen Dollard Route geht es durch Polderlandschaften, die Lebensraum für viele Tiere und Pflanzen sind. Direkt am Dollart sollten ornithologisch Interessierte ein Fernglas mitnehmen. Ein verschlungener Bretterpfad führt hier durch das Schilf zum sogenannten „Kiekkaaste“, einem Vogelbeobachtungspunkt mit Rastmöglichkeit.

Ein besonderes Erlebnis ist die Fahrt über eine der längsten Fahrradbrücken Europas, die Pieter-Smit-



Klapprücke, Deutsche Fehnroute

Brug, nördlich von Winschoten. Wer eine Pause braucht, macht auf der frisch restaurierten „MS Dollard“ einen Schiffsausflug.

Für Gartenfans ist die Ammerlandroute purer Genuss: Sie führt durch viele Parklandschaften und Europas größtes Baumschulgebiet. Das lohnt sich besonders im Mai und Juni, wenn die Rhododendren blühen. Im Sommer lädt das Zwischenahner Meer zur Abkühlung ein und alte Wälder spenden Schatten und Windschutz.

Wer historische Gemäuer mag, wählt die Friesenroute Rad up Pad. Viele Burgen und Schlösser wie Burg Hinta, das Auricher Schloss und das Wasserschloss Dornum befinden sich an der Strecke. Ausstellungen und Cafés laden zum Bleiben ein und die Parks eignen sich für Picknickpausen.

Start und Ziel der Tour de Fries ist Wilhelmshaven. Unterwegs geht es stets nah am Wasser entlang, ob am Ems-Jade-Kanal, rund um das Wasserschloss Gödens oder in vielen Hafenorten. Abstecher ins Hinterland führen zu Wiesen und Seen, die von typischen Wallhecken umschlossen sind.



- ❶ Deutsche Fehnroute, 173 km
- ❷ Dollard Route, 300 km
- ❸ Friesenroute Rad up Pad, 290 km
- ❹ Ammerlandroute, 164 km
- ❺ Tour de Fries, 280 km

Alle fünf Ostfriesland Radrouten sind Rundkurse.



3.500 Kilometer gut ausgeschildertes Radwegenetz mit fünf Themenrouten, verkehrsarm abseits der großen Hauptverkehrswege; meist asphaltierte Strecken, aber auch Pflaster-, Schotter- und Sandpassagen; überwiegend ebene Topografie.

### HIGHLIGHTS

- ostfriesische Teezeremonie in Norden
- Park der Gärten Bad Zwischenahn und Zwischenahner Meer
- Moor- und Fehnmuseum Elisabethfehn
- Fährüberfahrt mit Fahrgastschiff „MS Dollard“
- „Maritime Meile“ Wilhelmshaven

### ROUTENPLANUNG

Radkatalog „Ostfriesland“, Bezug s. „Information“



### INFORMATION

Ostfriesland Tourismus GmbH  
Tel. +49 491 91969660  
[www.ostfriesland.travel/radurlaub](http://www.ostfriesland.travel/radurlaub)



### TIPP

#### RADSERVICE APP

Die praktische App liefert Ihnen rund um den Standort zahlreiche Infos zu Fahrradwerkstätten, Gastronomie, Rastplätzen und Ladestationen und mehr.  
[radapp.ostfriesland.travel](http://radapp.ostfriesland.travel)

# Fließende Wegweiser

Flussradrouten gehören zu den beliebtesten Radfernwegen – und das aus gutem Grund: Sie eignen sich für Familien und für die erste längere Radreise, denn die Strecken sind naturnah, verkehrsarm und meist flach. Früher waren Flüsse Handelswege, heute unterstützen sie auf natürliche Weise Radreisende bei der Orientierung. An ihren Ufern entstandene sehenswerte Städte, die Ihnen die Etappenplanung und Unterkunftssuche erleichtern. Sie lieben Abwechslung? Nutzen Sie Fähren und Schiffe oder begeben Sie sich auf eine kleine Kanutour. Von der Weser über die Rur, Eder oder Fulda bis zum Werratal – Deutschlands Flüsse bieten Ihnen reichlich Inspiration.

## FLUSS VIELFALT





## Mit dem Rad durchs Land der Weite



Niedersachsen bietet über 11.000 Kilometer Radfernwege. Kein Wunder, dass das Bundesland stets gut in ADFC-Umfragen abschneidet. Abwechslungsreiche Natur zwischen Meer und Mittelgebirge inklusive fahrradfreundlichem Service sind die Gründe für die Beliebtheit dieses Radlandes.

**N**iedersachsen zeichnet sich durch landschaftliche Vielfalt aus. Vielleicht folgen Sie großen Flüssen wie Elbe und Weser und lernen unterwegs zur Nordsee Land und Leute kennen. Sportliche Radreisende finden im Harz oder im Weserbergland mehr Höhenmeter. In der ADFC-RadReise-Region Uelzen können Sie im Sommer die prächtige Heideblüte erleben.

Landschaftlich reizvoll und perfekt zum Radfahren sind zudem das Emsland und die Grafschaft Bentheim. In diesen und weiteren Regionen, wie zum Beispiel dem Teufelsmoor, erleichtert Ihnen das Knotenpunktsystem die Orientierung. Beim „Radeln nach Zahlen“ finden Sie die Ziffern an Wegweisern und Infotafeln. Immer dort, wo Routen sich kreuzen, haben Sie die Möglichkeit die Strecke flexibel zu verkürzen oder zu verlängern. Abwechslung garantiert Ihnen auch Ostfriesland - hier können Sie Pedale gegen Paddel tauschen. An 18 Stationen werden Kanus und Fahrräder verliehen, die Sie an anderen Stationen wieder abgeben können.



Fotos: „Weser-Radweg“: TMN, A. Kaßner; „An der Ems“: H. Leuer; „Lüneburger Heide“: F. Carovillano

### Hof-Kultur und historische Grenzen

Immer wieder sind Sie in Niedersachsen auch auf den Spuren der Vergangenheit unterwegs, wie auf der mit vier ADFC-Sternen ausgezeichneten Friedensroute im Osnabrücker Land. Die Artland-Rad-Tour rückt die Bauernhofkultur in den Fokus. Ab Quakenbrück führt die ADFC-Sternerroute durch eine Gegend, die ihren Reichtum den fruchtbaren Böden am Fluss Hase verdankt. An vielen denkmalgeschützten Höfen lohnt ein kulinarischer Stopp. Auf der Grenzgängeroute Teuto-Ems folgen Sie früheren Schmuggel- und Handelswegen. Hier wurde im 18. Jahrhundert heimlich Salz über die Grenze zwischen den Königreichen Preußen und Hannover gebracht. Heute verläuft hier die mit vier Sternen ausgezeichnete ADFC-Qualitätsradroute.

### Beliebte Weser

In Hann. Münden beginnt der mehrmals zum beliebtesten deutschen Radfernweg gewählte Weser-Radweg. Die mit vier Sternen ausgezeichneten ADFC-Qualitätsroute führt Sie zunächst durch das Weserbergland. Sie schlängeln sich mit dem Fluss durch das Mittelgebirge und wenn Sie wollen, besuchen Sie das Weserrenaissance Schloss in Bevern oder die Rattenfängerstadt Hameln. Mit Zwischenstopp in Bremen geht es nach Norden in die Wesermarsch. Die Landschaft liegt zu zwei Dritteln unterhalb des mittleren Flutwasserspiegels. Am nördlichsten Punkt Niedersachsens, der Kugelbake in Cuxhaven, empfängt Sie das UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer. Neben dem Weser-Radweg finden Sie in Niedersachsen viele Möglichkeiten, per Rad Flüssen zu folgen wie der Elbe, Ems, Aller oder Vechte.

1 522 km, Hann. Münden – Cuxhaven

2 163 km, Rundkurs

3 148 km, Rundkurs

4 103 km, Rundkurs

5 ca. 1.000 km, Routennetz

### ROUTENPLANUNG

Broschüre + Radkarte

„Aktiv durch Niedersachsen“, Bezug s. „Information“



Heideregion Uelzen

### INFORMATION

**NIEDERSACHSEN**  
FOHL DIE WEITE

TourismusMarketing

Niedersachsen GmbH

Tel. +49 511 27048840

[www.reiseland-niedersachsen.de](http://www.reiseland-niedersachsen.de)

#meinNiedersachsen



280 Kilometer,  
Rundkurs



Autoarme Landstraßen und Wirtschaftswege, Wechsel von asphaltierten und wassergebundenen Deichen, vereinzelt schmalere Abschnitte.



#### HIGHLIGHTS

- Dürmener Wildpferde
- Naturschutzgebiet Steveraue Olfen
- Naturschutzgebiet Hervester Bruch
- Tiergarten Schloss Raesfeld
- Naturschutzgebiet Westruper Heide

#### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „bikeline kompakt – Hohe Mark RadRoute“, 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer



Wasserburg Gemen

#### INFORMATION

Naturpark Hohe Mark  
Tel. +49 2865 609115  
[www.hohemarkradroute.de](http://www.hohemarkradroute.de)



Flusslandschaft im Naturpark Hohe Mark

## Auf der Extraspur Natur

Mit dem Fahrrad zu den Wildpferden? Wo gibt's denn so was? Ganz einfach: auf der Hohe Mark RadRoute. Die Tour durch den gleichnamigen Naturpark begeistert mit einzigartigen Naturerlebnissen und viel Ruhe – und das ganz nah der Metropole Ruhr.

Der Naturpark Hohe Mark zählt mit 1.978 Quadratkilometern zu den größten deutschen Naturparken. Auf der vom ADFC mit vier Sternen ausgezeichneten Hohe Mark RadRoute können Sie große Naturschauspiele per Rad erleben. Der Rundkurs führt Sie in eine Einsamkeit, die man so nah der Metropole Ruhr nicht erwartet. Das eiszeitliche Hügelland mit Wiesen, Wäldern und Auenlandschaften bietet vielen Tieren einen geschützten Lebensraum. Inmitten von Seen- und Flusslandschaften finden Sie gewiss immer wieder wahre Ruheoasen zum Abschalten. Am besten starten Sie in Borken. Dort passieren Sie die Wasserburg Gemen und fahren unter dem Blätterdach der Sternbusch-Allee nach Weseke, wo der Apothekergarten zum Erholen und Lernen über die Geschichte der Heilkunst einlädt. Planen Sie auf dem Weg nach Reken einen Abstecher zur Fürstenkuhle ein, um auf sicheren Wegen durchs Moor zu spazieren. Vielleicht entdecken Sie die Moorfrösche, die sich in der Paarungszeit blau färben und damit zu Farbtupfern in der Landschaft werden. An der Wildpferdebahn



Dreibogenbrücke Olfen

Dülmen können Sie die ca. 400 Pferde des einzigen europäischen Wildpferdegestüts beobachten, die hier seit Ende des 19. Jahrhunderts leben. Abwechslung anderer Art bietet der Halterner Stausee, wo Sie sich im und am Wasser vergnügen können. Sie mögen es ruhiger? Dann fahren Sie zum Hullerner Stausee, wo Sie mit Glück Fischadler erspähen. Vor Raesfeld kommen Sie in Erle an einem eindrucksvollen Naturdenkmal vorbei: Die Femeiche ist gut 1.500 Jahre alt und war schon zu germanischer Zeit eine Gerichtsstätte. Von ganz anderen Herrschaften weiß das Wasserschloss Raesfeld zu berichten. Es stammt aus dem 12. Jahrhundert und erhielt seine jetzige Form im 17. Jahrhundert. Heute ist es eine Einrichtung regionaler Handwerkskammern und ein romantischer Ort zum Heiraten. An der Aa rollen Sie auf dem Rad durch die Landschaft und nach einem Bad im Pröbstingsee sind Sie zurück in Borken.



#### TIPP

#### BESUCH BEI WILDPFERDEN

Im Merfelder Bruch bei Dülmen lebt die letzte Wildpferdeherde Europas. Besuche und Führungen der Wildpferdebahn sind von März bis November möglich – und ein einmaliges Erlebnis. [www.duelmen.de](http://www.duelmen.de)



171 Kilometer,  
Signal de Botrange (BE) –  
Roermond (NL)



Meist abseits des Autoverkehrs, hügelige Abschnitte am Oberlauf der Rur.



# Drei Länder - Zwei Räder - Ein Fluss

Der RurUfer-Radweg vereint Naturerlebnisse und Industriegeschichte. Er zeigt den Wandel der Region, die zu Belgien, den Niederlanden und Deutschland gehört. Neben der Hauptstrecke laden zehn Schleifen zu spannenden Entdeckungstouren ein.

**D**rei Länder und fünf Regionen in drei Etappen – so lässt sich der RurUfer-Radweg zusammenfassen. Sie können sich ruhig mehr Zeit bei der Fahrt auf der mit drei Sternen ausgezeichneten Qualitätsradroute nehmen, denn unterwegs gibt es viel zu entdecken. Schon der Startpunkt ist ein Highlight: Das Signal de Botrange ist der höchste Punkt Belgiens. Dort entspringt die Rur. Vielleicht steigen Sie vor dem Start auf den Aussichtsturm und schauen von oben in das Hohe Venn. So heißt das Hochmoor unter Ihnen. Es beheimatet seltene Pflanzen und Tierarten, unter anderem das vom Aussterben bedrohte Birkhuhn. Mit dem Fahrrad geht es weiter in die Tuchmacherstadt Monschau, die übrigens auch bekannt ist für ihren guten Senf. Dann fahren Sie durch das Kerbtal der Rur und staunen über die Schieferfelsen, die neben Ihnen in die Höhe ragen. Bald erreichen Sie das südliche Ende des Rursees und schlängeln sich am Ufer entlang mit Blick auf den Nationalpark Eifel. Vorbei am Staudamm Schwammenauel führt die Route

TIPP

## 19 GESCHICHTEN ZUM ZUHÖREN

An den Erlebnisstationen informieren Zeitzugaben über verschiedene Entwicklungen in vergangenen Jahrhunderten indem sie ihre eigene Geschichte erzählen. So entsteht ein facettenreiches Bild einer lebendigen Grenzregion.



A scenic view of the River Rur flowing through a rural landscape. The river, a deep blue, curves through the center of the frame, bordered by lush green trees and bushes. To the left, a paved path leads into the distance, with a few people walking or cycling. The surrounding land is a mix of green fields and brown, harvested areas. The sky is a clear, vibrant blue with a few wispy white clouds.

## Die Rur bei Hückelhoven

nach Heimbach, wo beim Jugendstilkraftwerk die Energie des Wassers deutlich wird. Nach und nach wird aus der hügeligen Eifellandschaft ein weites Augebiet. In der Ferne sehen Sie schon Düren. Im Papiermuseum erfahren Sie mehr über die Industriegeschichte der Stadt. Noch weiter zurück reicht die Historie der Zitadelle Jülich. Das mächtige Bauwerk steht zusammen mit dem herzoglichen Residenzschloss für die italienische Renaissance im Rheinland. Entlang der nun ruhigeren Rur geht es ins Heinsberger Land. Sie erblicken von Weitem den stillgelegten Förder-turm nahe der Millicher Halde und radeln entlang des Adolfsees bis zum Effelder Waldsee zur Erfrischungs-pause. Danach sind Sie fit für die denkmalgeschützte Altstadt von Roermond, wo die Tour endet.

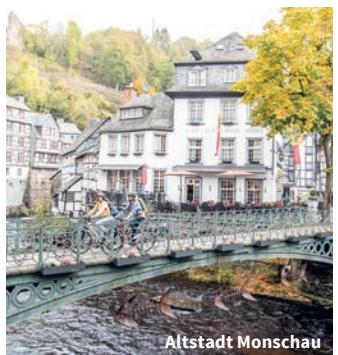
Zwischendurch können Sie immer wieder Extra-touren auf den zehn Schleifen des RurUfer-Radwegs machen. Dazu gehören Abstecher zum Indemann im Braunkohlebergbau oder zur Bördeschleife.

## HIGHLIGHTS

- Hohes Venn und Signal de Botrange
  - Nationalpark Eifel und Rursee
  - Tagebau Inden
  - Effelder Waldsee
  - Roermond

## ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „RurUfer-Radweg“, 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer



## Altstadt Monschau

## INFORMATION

Rureifel-Tourismus  
Tel. +49 2446 805790  
[www.rurufer-radweg.de](http://www.rurufer-radweg.de)



244 Kilometer,  
Lahnquelle bei Netphen –  
Lahnmündung bei Lahnstein



Meist asphaltiert, autofrei und eben, mitunter kurze Steigungs- und Gefällstrecken.

### HIGHLIGHTS

- Landgrafenschloss Marburg
- Leica Erlebniswelt Wetzlar
- Lahn-Marmor-Museum Villmar

### ROUTENPLANUNG

ADFC-Regionalkarte „Lahnthal“, 1:75.000, BVA BikeMedia

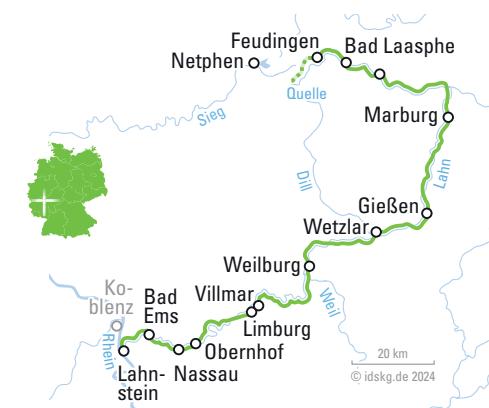
### INFORMATION

Lahnthal Tourismus Verband e. V.  
Tel. +49 6441 309980  
www.daslahntal.de/lahnradweg

[adfc-radtourismus.de/lahnradweg](http://adfc-radtourismus.de/lahnradweg)

# Rollen lassen – immer an der Lahn entlang

**A**bwechslungsreiche 244 Kilometer Radvergnügen bietet der Lahnradweg, denn die ADFC-Qualitätsradroute verfügt über gute Infrastruktur, kulturelle Höhepunkte sowie Naturschönheiten. Von der Lahnquelle im Rothaargebirge fahren Sie über sanfte Hügel Richtung Marburg, wo Sie zu Füßen des Landgrafenschlosses durch die Altstadt schlendern und den Geist der traditionsreichen, aber auch mo-



dernen Universitätsstadt spüren. In der benachbarten Universitätsstadt Gießen studierte einst der Mediziner und Schriftsteller Georg Büchner. Weiter geht es nach Wetzlar, wo Sie ein Stück Literaturgeschichte erwarten: Johann Wolfgang von Goethe lebte hier, als sich 1772 ein Student aus Liebeskummer erschoss – das war die Vorlage für „Die Leiden des jungen Werthers“. Weiter geht es nach Weilburg, mit dem Renaissanceschloss und dem ältesten befahrbaren Schiffstunnel Deutschlands. Zwischen Limburg und Bad Ems bleiben Sie dank neuer Brücken immer nahe der Lahn. Nach der Ankunft in Bad Ems, dem ältesten Heilbad Deutschlands, steht ein Abstecher in die Emser Therme an. Im historischen Lahnstein, wo die Tour endet, mündet die Lahn in den Rhein.

Foto: LTV, D. Ketz



166 Kilometer,  
Erndtebrück – Guntershausen



Wechsel von Wirtschaftswegen, asphaltierten alten Bahnstrecken, wassergebundenen Böden.

### HIGHLIGHTS

- Nationalpark Kellerwald-Edersee
- Edersee mit Baumkronenweg
- Dom St. Peter in Fritzlar

### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Eder-/Diemel-Radweg“, 1:50.000, bikeline

### INFORMATION

Touristik Service  
Waldeck-Ederbergland GmbH  
Tel. +49 5631 9541362  
www.eder-radweg.de

# Alles im Fluss

**D**ie Radreise auf der Qualitätsradroute startet in Erndtebrück auf 500 Meter Höhe. Von dort fahren Sie durch den Naturpark Sauerland-Rothaargebirge und machen einen Abstecher zum ersten Highlight: Schloss Berleburg aus dem 13. Jahrhundert. Weiter geht es durchs Waldecker Land nach Frankenberg, wo Sie die Altstadt mit dem zehntürmigen Rathaus und vielen Fachwerkhäusern erwarten. Ruhiger wird es im Nationalpark Kellerwald-Edersee, dessen Buchenwälder UNESCO-Weltnaturerbe sind. Am Nationalparkzentrum lohnt sich eine Pause in der interaktiven Ausstellung.



Danach fahren Sie zum Edersee und entlang des Ufers eines der größten deutschen Stauseen. Vielleicht nutzen Sie die Gelegenheit, die Gegend von oben zu betrachten und besuchen Hessens ersten Baumkronenweg am Südufer? Von dort sehen Sie Schloss Waldeck und entdecken die nächste Badestelle oder einen Bootsverleih für eine kleine Seefahrt.

Gegen Ende der Reise nähern Sie sich der Dom- und Kaiserstadt Fritzlar sowie dem Städtchen Felsberg, wo von Weitem die gleichnamige Felsburg grüßt. Bei Guntershausen endet die Tour und die Route geht direkt in den Fulda-Radweg R1 über.

Foto: TSWE-Kappes/Fotografie

# Vom Sauerland zur Weser

Der leicht zu befahrene Diemelradweg wurde vom ADFC mit fünf Sternen ausgezeichnet und führt von den Höhen des Waldecker Uplandes über den Naturpark Diemelsee entlang einer sanft hügeligen Mittelgebirgslandschaft bis zur Weser nach Bad Karlshafen. Sie erwartet eine vielfältige Natur- und Kulturlandschaft, geprägt durch idyllische Auen und Fachwerkstädte. Beeindruckend sind die steilen Kalksteinhänge und lichten Magerrasen des Diemeltals, sie beherbergen eine der größten Schmetterlingspopulationen Mitteleuropas.

In drei genussvollen Etappen radeln Sie immer am Flusslauf entlang, und nach dem anspruchsvollen Anstieg bei Marsberg-Padberg rollen Sie fast immer leicht bergab. Kulturell Interessierte werden in Marsberg und Warburg fündig. Sie tauchen in die Tiefen des Marsberger Besucherbergwerks ab und besichtigen die mittelalterliche Altstadt von Warburg. In Trendelburg erblicken Sie dann die gleichnamige Burg, bevor Sie die Wesermündung in der barocken Hugennotenstadt Bad Karlshafen erreichen.

Und wer weiß, vielleicht fahren Sie auf dem Weser- oder Fulda-Radweg weiter, nachdem Sie in der Therme neue Kraft geschöpft haben.

Foto: DRW, M. Schnittker



**112 Kilometer,**  
Willingen-Usseln – Bad Karlshafen



Überwiegend asphaltiert, teils unbefestigt

## HIGHLIGHTS

- Besucherbergwerk Marsberg
- Altstadt Warburg
- Barockstadt Bad Karlshafen

## ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Eder-/Diemel-Radweg“, 1:50.000 bikeline, Verlag Esterbauer



[adfc-radtourismus.de/diemelradweg](http://adfc-radtourismus.de/diemelradweg)

# Einfach märchenhaft

Geschichte und Geschichten begleiten Sie durch die Heimat der Brüder Grimm von der Quelle der Fulda im UNESCO-Biosphärenreservat Rhön bis nach Bad Karlshafen. Beginnen Sie die Vier-Sterne-ADFC-Qualitätsradroute entspannt im Heilklimatischen Kurort Gersfeld, denn schon bald weht auf der

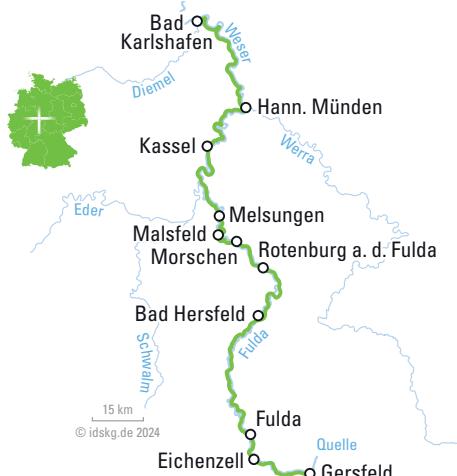


Foto: Hann. Münden Marketing GmbH



**255 Kilometer,**  
Gersfeld – Bad Karlshafen



Hauptsächlich asphaltierte Route, familienfreundlich, zumeist autofrei.

## HIGHLIGHTS

- Drei-Flüsse-Stadt Hann. Münden
- UNESCO-Weltkulturerbe Bergpark Wilhelmshöhe Kassel
- Kloster Haydau in Morschen

## ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Fulda-Radweg“, 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer

## INFORMATION

GrimmHeimat NordHessen  
Tel. +49 561 97062240  
[www.fuldaradweg-r1.de](http://www.fuldaradweg-r1.de)

[adfc-radtourismus.de/fulda-radweg-r1](http://adfc-radtourismus.de/fulda-radweg-r1)



315 Kilometer,  
Neuhaus am Rennweg –  
Werraquellen – Hann. Münden



Zumeist asphaltierte Strecke,  
anfangs starkes Gefälle, gefolgt  
von hügeligen Abschnitten und  
ebenem Gelände.



### HIGHLIGHTS

- Kloster Veßra
- Erlebnis Bergwerk Merkers
- UNESCO-Welterbe Wartburg
- Nationales Naturmonument Grünes Band
- Mohnblüte Frau-Holle-Land

### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch  
„Werratal-Radweg“, 1:50.000,  
bikeline, Verlag Esterbauer



### INFORMATION

Werratal Touristik e. V.  
Tel. +49 3695 861459  
www.werratal.de



## Im Reich der Bergwerke und Burgen

Die Heilige Elisabeth, die sagenhafte Frau Holle und der streitbare Martin Luther: Sie alle wirkten im Tal der Werra. Radreisende dürfen den Fluss auf seiner Reise von den zwei Quellen bis zur Mündung durch die landschaftliche Vielfalt von Thüringen, Hessen und Niedersachsen begleiten.

**B**ei Neuhaus am Rennweg im Thüringer Wald stellt sich die junge Werra vor. Von den Quellen folgt die Strecke dem Fluss zum traditionsreichen Meininger Theater, gegründet von „Theaterherzog“ Georg II. im späten 19. Jahrhundert.

Am Rand des Biosphärenreservats Rhön fließt die Werra zum Jugendstil-Gradierwerk in Bad Salzungen. Es ist Kureinrichtung und Kulturdenkmal in einem und hat zwei 80 Meter lange Gradierwände, die noch heute zum Inhalieren genutzt werden. Das Salz prägt die Region auch in anderer Form: Seit über 100 Jahren wird hier Kali abgebaut. In Heringen sind Touren auf den 200 Meter hohen „Monte Kali“ buchbar. Von dort genießen Sie einen einzigartigen Ausblick in die weiten Fernen der Rhön, über das Werratal bis hin zum Grünen Band.

Weiter geht es nach Eisenach: Hoch über der Stadt thront die mächtige Wartburg. Das UNESCO-Welterbe bietet geballte Historie. Die Heilige Elisabeth, Martin Luther, Johann Wolfgang von Goethe – große Namen



### TIPP MOUNTAINBIKEN IN 600 METERN TIEFE

Sie lieben Ihr Mountainbike und wollen damit etwas wirklich Außergewöhnliches erleben? Im Erlebnis Bergwerk Merkers können Sie auf geführten Touren die Welt des weißen Goldes erkunden.

[www.erlebnisbergwerk.de](http://www.erlebnisbergwerk.de)



und große Ereignisse sind mit diesem Ort verbunden. Wer die Zeitreise voll auskosten will, besucht auch das Bachhaus.

Andere folgen gleich dem Ruf der Werra und erleben märchenhafte Abenteuer im hessischen Geo-Naturpark Frau-Holle-Land. Dort laden Premium-Wanderwege am Werra-Burgen-Steig dazu ein, die Region zu Fuß zu erkunden und sich an der Artenvielfalt sowie an der saisonalen Mohnblüte zu erfreuen. Am Thüringer Werraufer lohnt ein Abstecher in den Nationalpark Hainich, ein Refugium für Wildkatze und Bockkäfer, Grünspecht und Fledermaus.

Die Werra begleitet die Radreisenden weiter durch die Fachwerkperlen Eschwege, Bad Soden-Allendorf und Witzenhausen bis Hann. Münden, wo sie sich mit der Fulda trifft und schließlich in die Weser ergießt. Die hübsche Innenstadt mit den Fachwerkbauten der Weserrenaissance tröstet über den Abschied hinweg. Wenn Sie noch weiterfahren möchten, können Sie die Reise auf dem Weser- oder dem Fulda-Radweg fortsetzen.

# Vom Grünen Band durchs Land

Die Route startet an den Leinequellen im Eichsfeld. Gleich zu Beginn erinnert sie an die Geschichte der deutschen Teilung, denn hier verläuft das Grüne Band – ein knapp 1.400 Kilometer langer Grünstreifen, der bis 1989 die streng bewachte Grenze zwischen Ost und West war. Heute bieten dort Naturschutzgebiete bedrohten Tier- und Pflanzenarten sichere Rückzugsorte.

Die Fahrt durch die leicht hügelige Flusslandschaft führt zu alten Städten wie in die Universitätsstadt Göttingen, die Fachwerkstadt Northeim oder nach Einbeck, das für seine 700-jährige Brautradition berühmt ist. Weiter nördlich dominieren Wälder und rund um Hildesheim laden zwei UNESCO-Welterbe-Kirchen zu einem Besuch ein. Wer sich für Fachwerkbauten begeistert, kann sich auf Alfeld freuen: Es liegt märchenhaft zwischen den Sieben Bergen. Schon nähern Sie sich der Stadt Hannover, die mit Maschsee und sechs Herrenhäuser Gärten zum Bleiben einlädt. Aber die Leine ruft. Also folgen Sie ihr und gelangen durch das Aller-Leine-Tal in die Lüneburger Heide. Dort tanken Sie Ruhe, ehe Sie die Hansestadt Hamburg mit großstädtischem Flair empfangen.

Foto: HVE Thorsten Brönnner



413 Kilometer,  
Leinefelde – Hamburg



Meist naturnah, autofrei auf  
wassergebundenen Decken.

## HIGHLIGHTS

- Leinequellen
- Fachwerkstadt Northeim
- Lüneburger Heide

## ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Leine-Heide-Radweg“, 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer

## INFORMATION

HVE Eichsfeld Touristik e. V.  
Tel. +49 3605 2006760  
[www.leineheideradweg.de](http://www.leineheideradweg.de)

[adfc-radtourismus.de/leine-heide-radweg](http://adfc-radtourismus.de/leine-heide-radweg)



**busch+müller**

# KRAFTWERK.

## MOBILE STROMVERSORGUNG DURCH MUSKELKRAFT.

K-WERK ist die kraftvolle, nachhaltig per Dynamo aufladbare Powerbank von Busch+Müller und stellt Smartphones, Navigationssystemen und anderen Mobilgeräten im vollständig geladenen Zustand satte 5000 mAh zur Verfügung.

Erfahre mehr auf [bumm.de](http://bumm.de)

MADE IN  
GERMANY

# Waldbaden in sanften Höhen

Deutschland hat über 40 Mittelgebirge, die darauf warten, von Ihnen entdeckt zu werden. Immer wieder gelangen Sie mit dem Fahrrad zu echten Kraftorten, an denen Sie die Ruhe und die wohltuende Wirkung der Natur genießen können. Lassen Sie Ihrer Fantasie freien Lauf, wenn Sie bizarre Felsformen betrachten, Sagen und Märchen nachlesen oder den Vögeln lauschen. Egal, ob Sie die Anstiege aus eigener Kraft meistern oder sich durch einen Motor unterstützen lassen – die Abfahrten sind berauschend. Es locken die Vennbahn im Westen, die Schwarzwälder Routen im Süden oder die Oberpfälzer Radlwelt sowie das Fichtelgebirge im Osten. Radtouren im Mittelgebirge sind ein wahrer Genuss – und das auch in kulinarischer Hinsicht.



## MITTEL- GEBIRGS VIELFALT

### RADFERNWEG

#### Vennbahn



125 Kilometer,  
Aachen – Troisvierges (L)



Flache, familienfreundliche  
Streckenführung, überwiegend  
asphaltiert und autofrei.

#### HIGHLIGHTS

- UNESCO-Weltkulturerbe Aachen
- Altstadt Monschau
- Hohes Venn

#### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Vennbahn-  
Radweg“, 1:50.000, bikeline,  
Verlag Esterbauer

#### INFORMATION

Vennbahn-Koordinationsstelle  
Tel. +32 80 227664  
[www.vennbahn.eu](http://www.vennbahn.eu)

## Wie auf Schienen unterwegs

Genzen überwinden und Spuren der Vergangenheit entdecken: Willkommen auf der Vier-Sterne-ADFC-Qualitätsradroute Vennbahn. Auf asphaltierten ehemaligen Bahntrassen durchqueren Sie die Region von Aachen durch Ostbelgien bis nach Luxemburg. Bevor Sie losfahren, nehmen Sie sich Zeit für die UNESCO-Weltkulturerbestadt Aachen. Der 1.200 Jahre



alte Dom kann Geschichten von 30 Krönungen erzählen. Nach dem Start in Aachen erreichen Sie schon bald die ehemalige Wallfahrtsstätte Kornelimünster, die mit einem Kloster und historischen Bürgerhäusern beeindruckt. Sie rollen auf glattem Asphalt weiter durch die deutsch-belgische Grenzregion und nähern sich der Eifelstadt Monschau mit ihrem pittoresken Fachwerk und engen Gassen. Die Landschaft weitet sich, wenn Sie das Hochmoor Hohes Venn erreichen. Vielleicht laufen Sie ein Stück auf Pfaden durch das einzigartige Naturschutzgebiet. Im Süden Ostbelgiens lernen Sie das Ourtal kennen, das für seine seltene Tierwelt bekannt ist. Kurz vor dem luxemburgischen Troisvierges schützen Sie mit einem Umweg Fledermäuse, die sich in einem alten Eisenbahntunnel angesiedelt haben und nun unter Schutz stehen.



Unterwegs auf der Vennbahn



Panoramablick vom Ochsenkopf

## Hoch hinauf in die fränkische Vielfalt

Das bis zu 1.051 Meter hohe Fichtelgebirge bildet mit seinen dichten Wäldern und hohen Granitfelsen das Dach Frankens. Ein vielfältiges Routennetz lädt zum sportlichen Radfahren ein. Die Radfernwege eignen sich zum Genussradeln und für Familien.

Das Fichtelgebirge ist eine europäische Wasserscheide, an der Main, Saale, Eger und Naab in vier Himmelsrichtungen fließen. Unter dem Motto „4 Flüsse – 4 Himmelsrichtungen“ bilden die Radfernwege großer Flüsse ein Raddrehkreuz. Das Fichtelgebirge ist auch bekannt für Granitfelsen, Ingenieurskunst und Kulinarik. Gemessen an der Einwohnerzahl gibt es hier die meisten Konditoreien, Metzgereien und Brauereien. Wenn das kein Grund für eine Fahrt durch die „anerkannte Genussregion“ ist! Die Perlenroute zum Beispiel verdankt ihren Namen den Flussperlmuscheln in Schwesnitz und Perlenbach, die zu den größten Vorkommen Europas zählen. Perlen sind auch die Orte an der Route, wo früher Porzellan hergestellt wurde.

Fahren Sie an der Wasserscheide nach Osten, sind Sie auf dem Eger-Radweg. Vom Oberlauf geht es durch Auen und romantische Täler immer weiter bis nach Karlsbad zur Elbmündung. Oder Sie entscheiden sich für den MainRadweg. Im Fichtelgebirge startet der Fluss als Weißer Main. Entlang der Route entdecken

### TIPP

#### SIE MÖGEN ES RASANT?

Dann ist das eigens konzipierte Rennradnetz mit zwölf Halbtages- und Tagestouren genau das Richtige. Mit gut 1.200 Kilometern gibt es genug Höhenmeter und Abfahrten auf wenig befahrenen Straßen.



Auf dem Eger-Radweg

Sie Highlights wie Schneeberg, Weißenstädter See oder den Wildpark Waldhaus Mehlmeisel. Die Region zeichnet sich durch viele Themenrouten aus. So führt der Brückenradweg Bayern-Böhmen auf ehemaligen Bahnlinien und über insgesamt 15 Brücken. Vielleicht fahren Sie auch gemütlich auf dem durchgehend asphaltierten Fichtelnaab-Radweg, der von Bischofsgrün bis nach Windischeschenbach, der „Hauptstadt des Zoiglbiereis“, führt.

Wenn Radfahren nicht reicht, dann erwarten Sie rund um den Erlebnisberg Ochsenkopf viele weitere Freizeitangebote wie Downhillstrecken, Brauereiführungen und Walderlebnispfade. Wellnessfans finden in Themenhotels Ruhe und Entspannung. Zum Service im Fichtelgebirge gehört auch, dass viele Unterkünfte Fahrräder verleihen und geführte Mountainbike- und Radtouren anbieten. Es gibt ein großes Netz an Elektrofahrrad-Mietstationen und – manchmal rettende – Radbuslinien.



**Flussrouten:** MainRadweg, Eger-Radweg, Saaleradweg, Main-Saale-Radweg, Fichtelnaab-Radweg

**Themenrouten:** Siebensterntour, Steinwald-Radweg, Perlenroute, Wallensteinradweg Nordroute, Brückenradweg Bayern-Böhmen

**MTB-Netz:** am Erlebnisberg Ochsenkopf, Flowtrail mit Seilbahnunterstützung

**Rennradnetz:** mit zwölf Touren



Teilweise bergige Region, für Mountainbikes geeignet. Ebene, verkehrsarme Wege, für Familien geeignet. Rennradrouten.

### HIGHLIGHTS

- Porzellanikon Selb
- Erika-Fuchs-Haus Schwarzenbach an der Saale
- Felsenlabyrinth Luisenburg
- UNESCO-Weltkulturerbe Markgräflisches Opernhaus Bayreuth
- Wildpark Waldhaus Mehlmeisel

### ROUTENPLANUNG

Radkarte „Fichtelgebirge“, 1:85.000, Bezug s. „Information“



Seilbahn zum Flowtrail Ochsenkopf

### INFORMATION

Tourismuszentrale Fichtelgebirge e. V.  
Tel. +49 9272 969030  
[www.fichtelgebirge.bayern](http://www.fichtelgebirge.bayern)

**1 Oberpfälzer Radl-Welt, 504 km**

Erlebniswelten:

- 2 Zoigl & Fisch, 149 km
- 3 Wald & Täler, 104 km
- 4 Vulkane & Erdgeschichte, 112 km
- 5 Genuss & Kultur, 143 km
- 6 Sagen & Geschichten, 154 km
- 7 Wasserwelten, 85 km



## Sagenhaftes Waldesrauschen

Die Oberpfälzer Radl-Welt macht den Reichtum des Oberpfälzer Waldes erfahrbar. Die Hauptroute und sechs Erlebniswelten laden zum Genussradeln und zu Entdeckungsreisen in die Tiefen des Waldes ein. Naturnahe thematische Rundkurse führen Radreisende durch das Mittelgebirge, stets begleitet von kulinarischen Genüssen.



Teilweise hügelig, meist asphaltiert, teilweise wassergebundene Abschnitte, vorwiegend autofrei oder wenig befahrene Nebenstraßen.

### HIGHLIGHTS

- Zoiglstuben
- Historische Felsenkeller Schwandorf
- Geschichtspark Bärnau
- Naturschutzgebiet Waldnaabtal
- Altstadt Weiden i.d.OPf.

### ROUTENPLANUNG

Tourenplaner „Oberpfälzer Radl-Welt“, Bezug s. "Information"

### INFORMATION

Tourismusgemeinschaft  
Oberpfälzer Wald  
Tel. +49 9433 203810  
www.oberfaelzerwald.de

**S**ie lieben Fahrten durch geheimnisvolle Wälder und weite Blicke ins Land? Sie brauchen bei einer Fahrradtour Wasser zur Abkühlung, gutes Essen und freundliche Gastgeber? Herzlich willkommen in der Oberpfälzer Radl-Welt! Sie können aus sechs Erlebniswelten wählen oder Sie nehmen sich Zeit für die gesamte 500-Kilometer-Runde.

In Weiden i.d.OPf. startet die Route Genuss & Kultur, die durch den Naturpark Nördlicher Oberpfälzer Wald ins Schönseer Land führt und schon sind Sie auf der Route Erlebniswelt Sagen & Geschichten. Geschichtsträchtige Gemäuer wie die Burg Haus Murach lassen längst vergangene Zeiten lebendig werden und bei zahlreichen Festspielen in der Region tauchen Sie in fantastische Welten ein.

Eintauchen ist auch das Stichwort für den nächsten Streckenabschnitt, der zur Erlebnisroute Wasserwelten gehört. Auf einer ehemaligen Bahntrasse geht es nach Neunburg vorm Wald, wo sich das Oberpfälzer Seenland eröffnet. Abkühlung gibt's im Hammersee oder in der Sandoase Sulzbach. Über Nittenau geht es



Erlebniswelt Wasserwelten bei Schwandorf

durch das Regental an die Naab. Entlang des Flusses gelangen Sie nach Schwandorf und Nabburg, von wo es nicht weit ist zum Freilandmuseum Oberpfalz. Sie kommen nun erneut nach Weiden i.d.OPf., aber diesmal verlassen Sie den Ort in Richtung Norden und erreichen das „Land der 1000 Teiche“ – das ist die Erlebniswelt Zoigl & Fisch. In Waldsassen lohnt sich besonders für Familien der Besuch der Straußfarm Mitterhof, die auch Alpakas und Lamas beherbergt. Das Gut versorgte früher das örtliche Kloster und heute im Hofcafé die Radreisenden mit Proviant. Die Ruhe der Wälder empfängt Sie in der Erlebniswelt Wald & Täler.

Den Abschluss der „großen Runde“ bildet die Erlebniswelt Vulkane & Erdgeschichte, wo Sie im Vulkanerlebnis Parkstein einen „echten“ Vulkanaustritt erleben können. Wo gibt's denn so was? Na, im Oberpfälzer Wald!



### ZWISCHENSTOPP ZOIGLSTUBE

Probieren Sie einen kultigen Oberpfälzer Zoigl! Das untergäige Bier der Kommunbrauer schmeckt am besten bei einer entspannten Rast in den geselligen Zoiglstuben.



# Steinzeitkunst vor Tulkulisse

Auf dem Landesradfernweg der Ur- und Frühgeschichte der Menschheit auf der Spur: Diese Vier-Sterne-ADFC-Qualitätsradroute führt durch das UNESCO-Welterbe „Höhlen und Eiszeitkunst der Schwäbischen Alb“ und macht Entdeckerinnen und Entdecker glücklich. Einige sportliche Anstiege sind zu meistern, doch in zwei Thermalbädern können die Muskeln sich erholen.



Foto: TMBW/Anna/Montteroso-Carneiro



186 Kilometer, Rundkurs



Vorwiegend asphaltierte Rad- und Wirtschaftswege, empfohlene Fahrtrichtung ist gegen den Uhrzeigersinn.

## HIGHLIGHTS

- HöhlenErlebnisWelt Giengen-Hürben
- Tiefenhöhle Laichingen
- Ruine Helfenstein

## ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Flussradwege Schwäbische Alb“, 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer

## INFORMATION

Landratsamt Heidenheim  
Tel. +49 7321 3212593  
[www.albtaeler-radweg.de](http://www.albtaeler-radweg.de)

[adfc-radtourismus.de/albtaeler-radweg](http://adfc-radtourismus.de/albtaeler-radweg)

# uebler

FAHRRADTRÄGER

Auf die Kupplung,  
fertig, los!



NEU!

... jetzt auch für Campingbusse!

[www.uebler.com](http://www.uebler.com)

## Naturpark-Radweg



260 Kilometer, Rundkurs



Vorwiegend asphaltiert, nahezu verkehrs frei. Vier Etappen empfohlen. Der Anstieg zwischen Himmelreich und Hinterzarten kann per Bahn überwunden werden.

### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch "Naturpark-Radweg Schwarzwald Mitte/Nord und Schwarzwald Panorama-Radweg", 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer

## Südschwarzwald-Radweg



240 Kilometer, Rundkurs



Vorwiegend asphaltiert, nahezu verkehrs frei. Der Anstieg zwischen Himmelreich und Hinterzarten (400 Höhenmeter) kann per Bahn überwunden werden.

### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Südschwarzwald-Radweg“, 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer

## Badischer Weinradweg



460 Kilometer, Grenzach – Laudenbach



Teilweise hügelig, meist asphaltiert, teilweise wasserbundene Abschnitte, vorwiegend autofrei.

### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Badischer Weinradweg“, 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer



Titisee am Südschwarzwald-Radweg

# Zwischen Schwarzwälder Höhen und Badischem Weingenuss

Dunkle Tannen und urige Bauernhöfe, die abgelöst werden von sonnenverwöhnten Weinbergen und Obstwiesen: All das lässt sich auf drei mit je drei Sternen vom ADFC ausgezeichneten Radfernwegen erkunden. Wer elektrisch rollt, findet ausreichend Ladestationen. Also, wann geht's los?

### Geschmackvolle Naturerlebnisse

Wenn Sie in Freudenstadt auf dem Rundkurs des **Naturpark-Radwegs** starten, besuchen Sie auf dieser Qualitätsradroute als Erstes die Großvatertanne,



Vogtsbauernhof Gutach

47 Meter hoch und über 300 Jahre alt. Lauschig hatten es die Benediktinermönche, die im 11. Jahrhundert in das Kloster Alpirsbach zogen. Von dort ist es nicht weit zur Burgruine Schenkenburg, die den Eingang des Kinzigtals bewacht. Die Kinzig leitet Sie bis Bergaupten, wo es in der Naturpark-Marktscheune Frisches aus der Region gibt: Waldhonig, Schwarzwälder Schinken, badische Weine und Obstbrände von den Streuobstwiesen.

Weinberge und offene Landschaft prägen den westlichen Teil der Route; mittendrin liegt die Kurstadt Baden-Baden mit Festspielhaus, Parks und Museen. Am nördlichsten Punkt des Weges ist Zeit für Kultur in der Barockstadt Ettlingen. Über das Albatal und Straubenhardt gelangen Sie zur Enz. Hier erwarten Sie mit dem Hochmoor Kaltenbronn das größte Hochmoor im Schwarzwald, wo Sie im Infozentrum interessante Details erfahren. Anschließend fahren Sie über Bad Wildbad und Seewald wieder zurück nach Freudenstadt.

### Wild und schön

Schroffe Schluchten und schweizerische Mittelalterrassen, lichte Höhen und das tiefe Höllental bietet der **Südschwarzwald-Radweg**. Die vom ADFC mit vier Sternen ausgezeichnete Qualitätsradroute ist ein Rundkurs, den Sie zum Beispiel in Hinterzarten beginnen können. Von dort ist es nicht weit bis zum



Titisee. Gemütlich ist der Abschnitt auf dem Bähnle-Radweg, einer 30 Kilometer langen stillgelegten Bahntrasse. In Wutach lohnt ein Abstecher zur gleichnamigen Schlucht, die bis zu 170 Meter in die Tiefe hinunterstürzt. Ab Wutöschingen öffnet sich der Blick Richtung Schweiz. Bald ist der Hochrhein erreicht, gesäumt von mittelalterlichen Fachwerkstädten und Burgen. Nun führt die Route ab Rheinfelden über den Dinkelberg ins Markgräflerland. Alternativ kann die Strecke über Basel gewählt werden. Im Markgräflerland wird noch ein guter badischer Wein gekostet und in der Freiburger Altstadt die berühmte Schwarzwälder Kirschtorte. Im letzten Abschnitt führt Ihr Weg von Himmelreich ins Höllental. Teuflisch gut, dass Sie hier 400 Höhenmeter bequem mit der Bahn überwinden können.

### Genießerstrecke zwischen Weinbergen

Nahe dem benachbarten Basel können Sie auch die Fahrt durch das drittgrößte Weinanbaugebiet Deutschlands starten. Der **Badische Weinradweg** kann in acht Etappen zwischen 43 und 78 Kilometern Länge absolviert werden. Zu Beginn der Tour empfiehlt sich ein kultureller Aperitif im Vitra Design Museum in Weil am Rhein. Anschließend beginnt die malerische Landschaft der Weinregionen Markgräflerland, Tuniberg, Kaiserstuhl, Breisgau und Ortenau. Sie passieren über 300 Weingüter und überall lohnt sich ein Zwischenstopp. Während die kräftigen roten Spätburgunder dieser Region meist von den Südhängen des

Tunibergs stammen, bringt der Kaiserstuhl aus altem Vulkanischen Gestein einen sehr trockenen Weißwein hervor. Die ersten wilden Weinreben gab es übrigens schon vor den Römern, doch sie haben den Weinanbau im Schwarzwald kultiviert. Den Spuren dieser antiken Geschichte folgen Sie im Römermuseum in Heitersheim. Einer Zeitreise ins Mittelalter gleicht der Besuch des Zentrums von Staufen. Neben Rundgängen in historischen Altstädten wie Freiburg lohnt auch immer wieder der Blick von oben auf die Schönheit der badischen Weinstraße: Von Schloss Staufenberg oder vom Turm Karlsruhe-Durlach reicht der Blick weit ins Weinland.

### HIGHLIGHTS

- Schwarzwälder Gastfreundschaft
- ca.160 Bett+Bike-Gastgeber
- Natur pur
- mittelalterliche Städte, Burgen und Schlösser
- Städte mit buntem Kulturprogramm
- kulinarischer Genuss
- zahlreiche Thermal- und Heilbäder



### INFORMATION

Schwarzwald Tourismus GmbH  
Kompetenzzentrum Schwarzwald Tourismus  
Tel. +49 761 896460  
[www.naturpark-radweg.de](http://www.naturpark-radweg.de)  
[www.suedschwarzwald-radweg.de](http://www.suedschwarzwald-radweg.de)  
[www.badischer-weinradweg.info](http://www.badischer-weinradweg.info)

### TIPP SCHWARZWÄLDER GENUSS

Unterwegs zu sein, macht Appetit: Bei rund 100 Naturpark-Wirten können Sie sich mit regionalen Spezialitäten stärken.



[www.schwarzwald-tourismus.info](http://www.schwarzwald-tourismus.info)

# TAGES-TOUREN TIPPS

Foto: ADFC/P.Herfort



## Ein Tag durch die Natur oder Stadt

NIcht immer hat man die Zeit, einen kompletten Radfernweg unter die Räder zu nehmen. Das macht aber nichts, denn ein Tagesausflug mit dem Fahrrad verspricht auch viel Erholung. Folgen Sie unseren Ausflugstipps für das Mountainbike oder für das immer beliebter werdende Gravelbike in die Natur. Bitte bleiben Sie dabei auf den ausgewiesenen Wegen und nehmen Sie Rücksicht auf die Natur und andere Outdoorfans. Wenn Ihnen der Sinn eher nach Kultur steht – auch kein Problem: Für einen Städtetrip haben wir ebenfalls die passende Idee.

[www.adfc-radtourismus.de/tourentipps](http://www.adfc-radtourismus.de/tourentipps)



### BIKELÄND EBERBACH

## Rasant durchs Stauferland

Das Bikeland Eberbach liegt mitten im Odenwald. Durch die alte Stauferstadt fließt ruhig und sanft der Neckar. Links und rechts des Flusses erheben sich die Hügel des Naturparks Neckartal-Odenwald. Hier laden insgesamt zwölf Single-Trails in drei Schwierigkeitsstufen sowie drei Rundstrecken fürs Mountainbiken zu aufregenden Rad-Streifzügen durch die Natur ein.

Alle Rundkurse starten am Neuen Markt in Eberbach und führen südlich aus der Stadt heraus. Am anderen Neckarufer folgen Sie zunächst dem Neckartal-Radweg in Richtung Heidelberg. Ab Pleutersbach geht es steil bergan, bis der Bocksbergkopf umrundet ist. Die Waden können kurz entspannen, ehe Sie die Anstiege zur Marienhöhe und zum Hebert erklimmen. Am Heiligkreuz Kirchlein genießen Sie nochmal die Ruhe und die Natur, denn nun ist höchste Konzentration gefragt. Sie sausen fünf Kilometer bergab zum Ortsteil Rockenau. Dort überqueren Sie die Schleuse und damit wieder den Neckar. Vom Matzenberg schauen Sie auf den Ort Lindach und fahren dann weiter nach Unterdielbach bis zum Wanderparkplatz Holdergrund. Die Auffahrt zum Scheuerbergkopf verlangt noch einmal geballte Muskelkraft, ehe Sie über den Wanderparkplatz Breitenstein wieder in Eberbach ankommen.

In der Altstadt mit ihren vielen Einkehrmöglichkeiten können Sie die Tour noch einmal Revue passieren und einen erlebnisreichen Tag in Ruhe und mit Genuss ausklingen lassen. Vielleicht planen Sie ja auch gleich die nächste Tour? Die meisten der insgesamt 80 Kilometer Mountainbike-Strecke und 120 Kilometer Radwege kennen Sie ja vielleicht noch nicht.

### INFORMATION

Stadtverwaltung Eberbach  
Kultur-Tourismus-Stadtinformation  
Tel. +49 6271 87242  
[www.bikeland.de](http://www.bikeland.de)





Blick auf die Saarschleife

MTB

## MTB-REGION SAARLAND

## Kleines Land für große Sprünge

Das kleine Saarland bietet großartige Möglichkeiten für Mountainbike-Fans. Hier finden sie eine Vielfalt an Touren und Trails – alle in kürzester Zeit erreichbar. Die Rahmenbedingungen sind perfekt für Profis und Neulinge.

Sechs Mountainbike-Gebiete mit mehreren Strecken eröffnen zahlreiche Möglichkeiten für Fans rasanter Fahrten durch die Natur. Engagierte Vereine betreiben die Strecken, so wie in Freisen im Sankt Wendeler Land und im Stadtwald der Landeshauptstadt Saarbrücken.

Sie lieben es steil und naturnah? Herzlich willkommen auf der PUR in St. Ingbert. Hier, wo der Kohlebergbau seine Spuren hinterlassen hat, begeben Sie sich mit Geschick und Kondition auf schmale Pfade, die durch Laubwälder und über Sandsteinboden führen. Zur Wahl steht auch eine Marathonstrecke, die eine der trailreichsten Strecken Deutschlands ist. Familien sind im Dreiländereck bei Perl genau richtig. Dort gibt es Mountainbike-Routen, die speziell für Kinder konzipiert wurden. Hier können sie sich austoben. Das können Eltern mit Ausdauer ebenfalls auf den sieben „Erwachsenen-Strecken“. Wer es richtig rasant mag, entscheidet sich für den Flowtrail Ottweiler im Mountainbike-Netz Neunkirchen. Die drei Abfahrtsstrecken sorgen mit eingebauten Sprüngen für Spannung. An den Steilwänden lässt sich Kurventechnik üben. Für Tourenfahrende gibt es drei weitere Strecken mit einer Gesamtlänge von 90 Kilometern. Ein Highlight ist die Auffahrt zur Bergehalde Reden mit Panoramawicht auf die Region.

Sie sind jetzt so richtig auf den Geschmack gekommen? Dann machen Sie im August beim jährlichen MTB-Marathon an der Saarschleife mit.

Als Abschluss einer ausgedehnten Bike-Tour liegt der Weg in ein Restaurant nahe. Schließlich ist das Saarland weit über die Grenzen hinaus für seine gute Küche bekannt.

## INFORMATION

Tourismus Zentrale Saarland GmbH  
Tel. +49 681 927200  
radfahren.saarland



# Natur verantwortungsbewusst erleben

Radfahren in der Natur wirkt sich positiv auf die körperliche und mentale Gesundheit aus. Grund genug, die Natur und Artenvielfalt wertzuschätzen, sodass sie als wertvoller Lebensraum erhalten bleibt. Auf unbefestigten oder stark frequentierten Wegen ist deshalb ein verantwortungsvoller Umgang mit Natur und Mitmenschen nötig, um Schäden und Konflikte zu vermeiden.

So lässt sich das Radfahren in der Natur respektvoll genießen:

- ✓ Nutzen Sie nur geeignete Straßen und Wege und verlassen Sie diese nicht.
- ✓ Respektieren Sie lokale Sperrungen und Regelungen.
- ✓ Beachten Sie Hinweise zu Befahrungsverboten von digitalen Routenplanern.
- ✓ Passen Sie Ihre Geschwindigkeit an und begegnen Sie anderen Wegenutzenden mit Rücksicht.
- ✓ Kontrolliertes Bremsen vermeidet Bodenerosion und Wegeschäden.
- ✓ Vermeiden Sie Müll und Lärm.
- ✓ Nehmen Sie Rücksicht auf Wild- und Weidetiere.





Gravelbiken im Bergischen Land

GRAVEL

## BERGISCHES LAND

### Ganz schön bergisch

Das Bergische Land in der Nähe von Köln verdankt seinen Namen dem Herzogtum Berg und nicht seiner bergigen Beschaffenheit. Aber genau die macht es zum Anziehungspunkt für Menschen, die sich Landschaften gern per Rad und auch mal abseits der großen Straßen erschließen. Die Rundkurse für Gravelbiker verlaufen durch eine abwechslungsreiche Mittelgebirgslandschaft mit großen Mischwäldern und weiten Wiesenflächen. Die Strecken führen auf und ab, zu Bachtälern, Bergkuppen und Aussichtspunkten. Oben angekommen lassen Sie sich die frische bergische Luft ordentlich um die Nase wehen, ehe Sie mit Ihrem Gravelbike wieder hinabsausen und in das Grün des Waldes eintauchen. Wenn Sie wollen, liegen die Bevertalsperre oder die Wiehltalsperre auf Ihrem Weg. Vielleicht besuchen Sie auch mal Schloss Burg bei Solingen, eine imposante Höhenburg aus dem 19. Jahrhundert und Stammsitz der Familie Berg, oder den Altenberger Dom in Odenthal.

Sie befahren meist land- und forstwirtschaftliche Wege sowie wenig befahrene asphaltierte Straßen. Manchmal rollen Sie auch auf schmalen Waldwegen und fühlen sich der Natur ganz nah. Auf allen Touren lernen Sie das Bergische Land bestens kennen, denn Sie fahren durch kleine Hofschaften und können altes Fachwerk, Kirchen und Schieferhäuser bestaunen. Sollten die Beine doch mal eine Pause brauchen, finden Sie auf jeder der neun Touren genug Einkehrmöglichkeiten. Neben vielen Leckerbissen lädt die berühmte bergische Gastfreundschaft zum Bleiben ein. Flexibilität wurde bei der Planung ohnehin großgeschrieben: Sie können die Runden gut Ihren Wünschen anpassen und einige starten direkt am Bahnhof, sodass Sie bequem per Regionalbahn anreisen können.

#### INFORMATION

Das Bergische GmbH  
Bergisches Haus  
Telefon: +49 2204 843000  
www.dasbergische.de



Kranhaus an der Radroute Wasser und Strom

STADT

## BERLIN

### Erfindergeist & Industriegeschichte

Auf Geheimtipp-Strecken können Sie entspannt durch Berlin Rad fahren und dabei faszinierende Originalschauplätze des Industriezeitalters entdecken. Berlin war vor hundert Jahren die größte Industriemetropole Europas. Noch heute können Sie Spuren davon entdecken – am besten während der acht erlebnisreichen Radrouten der Industriekultur Berlin.

Die Tagetouren sind bis zu 25 Kilometer lang. Sie führen auf Rad- und Uferwegen sowie meist ruhigen Nebenstraßen quer durch die Stadt und einmal durch die Industriegeschichte der Metropole: von den wilden Anfängen bis in die größtenteils postindustrielle Gegenwart.

Grandios, genial und manchmal größenwahnsinnig: Die Industriegeschichte Berlins ist aufregend und facettenreich. Vielerorts können Sie sich kaum vorstellen, dass hier industrielle Geschichte geschrieben wurde. Doch wenn Sie ganz genau hinschauen, entdecken Sie zahlreiche Relikte jener Zeit, denn Berlin ist mit seinen historischen Fabrikgebäuden, Brücken und rostigen Strukturen ein riesiges Freilichtmuseum der Industriekultur. Drei der Radtouren beginnen am Deutschen Technikmuseum in Kreuzberg. Das Über- und Untereinander der Verkehrswege vor dem Museum ist kein Zufall, denn hier lag einst der Anhalter Bahnhof. Um 1900 war er der wichtigste Verkehrsknoten der Stadt.

Die Routen starten und enden an Stationen der S- oder U-Bahn. Tipps für individuelle Erkundungen sowie für Pausen in Gaststätten mit industrikulturellem Ambiente finden Sie in den Flyern. Die Flyer gibt es gedruckt und als PDF-Download, auf Deutsch und auf Englisch. GPX-Tracks und Navigation auf Komoot runden das Angebot ab.

#### INFORMATION

Berliner Zentrum Industriekultur (bzi)  
kontakt@industriekultur.berlin  
www.industriekultur.berlin



# Radspaß für die ganze Familie



## Geeignete Routen auswählen

Verkehrsarme, naturnahe Routen mit wenig Steigung eignen sich am besten für Touren mit Kindern. Die Routenlänge hängt vom Alter und von den Fähigkeiten der Kinder ab. Erwachsene sollten weder die Kinder noch sich selbst überschätzen und im Zweifel lieber kürzere Touren planen. Wenn Kleinkinder im Kindersitz, Lastenrad oder Anhänger mitfahren, bestimmt vor allem die Kondition der Eltern die Streckenlänge. Vier- bis Neunjährige können Touren von 10 bis 15 Kilometern fahren, Zehn- bis Dreizehnjährige schaffen bis zu 30 Kilometer pro Tag, mit Teenagern sind auch längere Strecken möglich.



## Pausen machen

Regelmäßige Zwischenstopps an Badeseen, Spielplätzen oder Hofläden sorgen für Abwechslung und Stärkung.

Bewegung an der frischen Luft, Ausflüge in die Natur, Land und Leute kennenlernen – wer im Urlaub mit Kindern etwas erleben will, steigt aufs Rad. Mit den Tipps vom ADFC wird die Radtour zum unvergesslichen Erlebnis für Groß und Klein.



## Gemeinsam planen

Gemeinsames Planen fördert die Motivation und den Spaß an der Tour. Wenn Kinder erste kurze Strecken mit Spaß meistern, motiviert sie das für längere Touren im Anschluss!



## An alles gedacht?

Für die optimale Vorbereitung gibt es die ADFC-Packliste für den Radurlaub mit Kindern.

[www.adfc-radtourismus.de/radurlaub-mit-kindern](http://www.adfc-radtourismus.de/radurlaub-mit-kindern)

# TIPPS FÜR ABWECHSLUNGSREICHE AKTIV-URLAUBE MIT DEM RAD

Für viele Radbegeisterte ist der Fahrradurlaub die perfekte Möglichkeit, Bewegung in der Natur, Abenteuerlust und Nachhaltigkeit zu verbinden. Egal, ob Bikepacking, Trekking mit Unterkunft oder Reisen mit dem E-Bike, dieser Artikel bietet Ihnen praktische Tipps für Ihren nächsten aktiven Urlaub auf zwei Rädern.



## DIE FREIHEIT DEN WEG ZUM ZIEL ZU MACHEN

### Bikepacking ist die perfekte Mischung aus Radfahren und Camping.

Die große Kunst besteht darin nur das Nötigste auf und am Rad zu verstauen, um flexibel und unabhängig von festen Unterkünften reisen zu können oder abseits der bekannten Pfade spontan dort langzufahren und zu nächtigen, wo es am schönsten ist. Bikepacking geht grundsätzlich mit jedem Fahrrad, je nachdem wohin die Reise führen soll. Besonders beliebt sind aktuell Gravel-bikes, da sie sich auf vielen Untergründen wohlfühlen. Aber auch das klassische Trekkingrad oder Mountainbikes und Rennräder können die passende Wahl für ein spannendes Abenteuer sein.

### Trekking-Touren mit fester Unterkunft: Komfort trifft Abenteuer.

Für Radreisende, die tagsüber aktiv sein und abends in einem gemütlichen Bett zur Ruhe kommen wollen, können Sie das Beste aus beiden Welten kombinieren. Europa bietet zahlreiche gut ausgebauten Radrouten, die durch malerische Landschaften führen und an attraktiven Orten mit gemütlichen Hotels und Pensionen vorbeiführen.

### Reisen mit dem E-Bike: Unterstützung für längere Distanzen.

Das E-Bike eröffnet völlig neue Möglichkeiten für den Radurlaub, insbesondere für diejenigen, die längere Distanzen zurücklegen oder anspruchsvolle

Gelände bewältigen möchten, ohne an ihre körperlichen Grenzen zu stoßen. Mit der Unterstützung des Elektromotors lassen sich auch steilere Anstiege und längere Tagesetappen mit Leichtigkeit meistern.

### Radurlaub mit Anhänger: Ideal für Familien.

Ein Fahrradanhänger eröffnet Familien mit Kindern oder mit viel Gepäck zusätzliche Möglichkeiten. Ob Campingausrüstung oder auch Spielzeug – mit einem Anhänger können Sie alles transportieren, was Sie für einen längeren Urlaub benötigen.

# Tipps für Ihren Bikepacking-Urlaub

## Ausrüstung:

- Beschränken Sie sich auf die wesentlichen Dinge
- Ein Set an Radbekleidung, inklusive Regenbekleidung
- Ein bequemes Outfit für den Abend
- Werkzeuge und ein Erste-Hilfe-Set
- Essen und Trinken in den Gepäcktaschen

## optional:

- Leichtes Zelt, Schlafsack und Isomatte, sowie verlässliche Kochausstattung,

## Routenplanung:

- Wählen Sie eine Route, die ihrem Fitnesslevel entspricht
- Favorisieren Sie fahrradfreundliche Hotels und Apartments, die spezielle Services wie Fahrradgaragen, Trockenräume und Reparaturstationen anbieten.
- Nutzen Sie die Navigationsfunktion eines modernen Radcomputers
- Einsteiger sollten sich an gut ausgeschilderten Radrouten orientieren und lieber maximal 60 bis 80 Kilometer pro Tag einplanen
- Erfahrene können auch anspruchsvollere Offroad-Strecken mit Höhenmetern in Betracht ziehen
- Ausreichend Verpflegungsoptionen oder Notfallunterkünfte entlang der Route einplanen

# Tipps für E-Bike-Touren

## Akkukapazität:

- Viele Regionen bieten inzwischen ein gut ausgebautes Netz an Ladestationen, besonders entlang beliebter Radrouten
- Informieren Sie sich über die Option den Akku in Ihrer Unterkunft laden zu dürfen
- Ein Ersatzakku kann bei längeren Touren sinnvoll sein, um nicht ohne Unterstützung dazustehen

## Radwahl:

- Mit einem Trekking E-Bike oder E-Mountainbike sind Sie auf fast allen Untergründen auf der sicheren Seite und auf der Straße trotzdem flott unterwegs
- Auf Asphalt ist ein E-Rennrad die bessere Wahl.

## Verpflegung:

- Achten Sie darauf, immer genug Wasser dabei zu haben
- Je nach Temperatur sollten Sie 0.5 bis 1 Liter pro Stunde zu sich nehmen
- Lieber ein bisschen zu viele Riegel, Gels und Snacks dabeihaben, bevor Sie der berühmte Hungerast trifft

## optional:

- Wenn es keine Supermärkte oder saubere Quellen gibt, können Sie Trinkflaschen mit Filter über Wasser halten
- Nutzen Sie Gepäcktransferservices von Hotels oder Reiseanbietern, um Ihre Fahrt besonders unbeschwert genießen zu können

# Tipps für Reisen mit Anhänger

## Anhängerwahl:

- Wählen Sie einen Anhänger, der leicht und stabil ist, sich gut ziehen lässt
- Bei Wind und Wetter, bietet sich ein Sonnen- oder Regenverdeck an

## Packen:

- Verteilen Sie das Gewicht gleichmäßig, um das Handling des Fahrrads nicht zu erschweren
- Verstauen Sie schwere Gegenstände möglichst tief und nahe an der Achse des Anhängers.

## Routenplanung:

- Anhänger eignen sich besonders für flache Strecken und gut ausgebauten Radrouten
- Vermeiden Sie enge oder steile Passagen, die das Fahren erschweren könnten



In diesem Sinne: Radeln Sie los und genießen Sie die Freiheit, die Ihnen ein Urlaub auf zwei Rädern bietet! Passende Fahrräder, Ausrüstung und Bekleidung für Ihren aktiven Urlaub finden Sie auf [www.bike24.de](http://www.bike24.de)



## VORALPEN VIELFALT

# Die Alpen immer im Blick

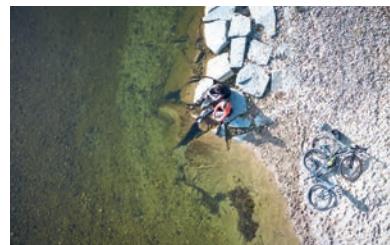
Die Gipfel der Alpen faszinieren seit jeher. Doch Sie müssen den Sehnsuchtsort nicht unbedingt erklimmen, um in den Alpengerüst zu kommen: Das Voralpenland mit seinen Bergen bis zu 2.000 Metern über N. N. bietet eine fantastische Kulisse für ausgedehnte Radreisen und genussvolle Tagesetappen. Das Geläut der Kuhglocken, die plätschernden Bäche, satten Wiesen und zahlreichen Seen, die zu Erfrischungsstopps einladen, begleiten Sie beim Radfahren. Das Alpenvorland hält sportliche Herausforderungen und gemütliche Runden parat und lässt sich am besten mit dem Rad entdecken.

Copyright: DZT/A. Heitzmann

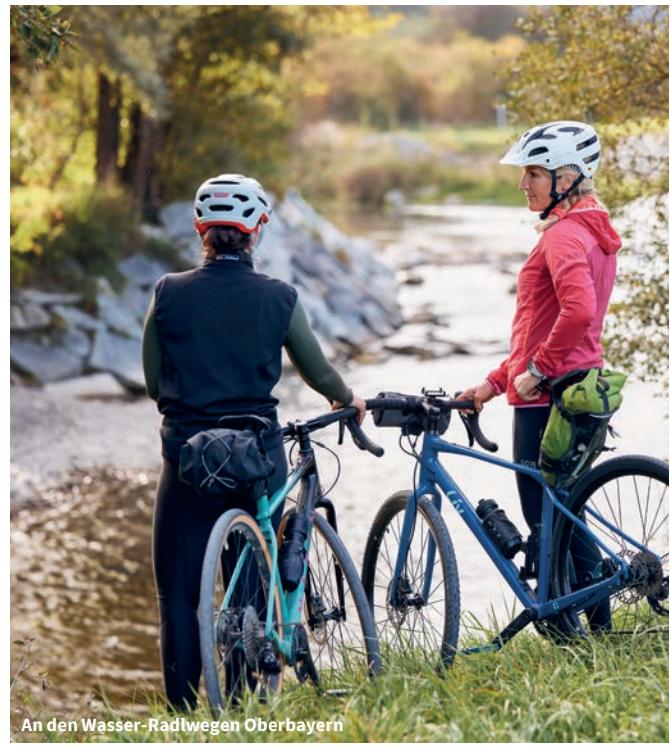


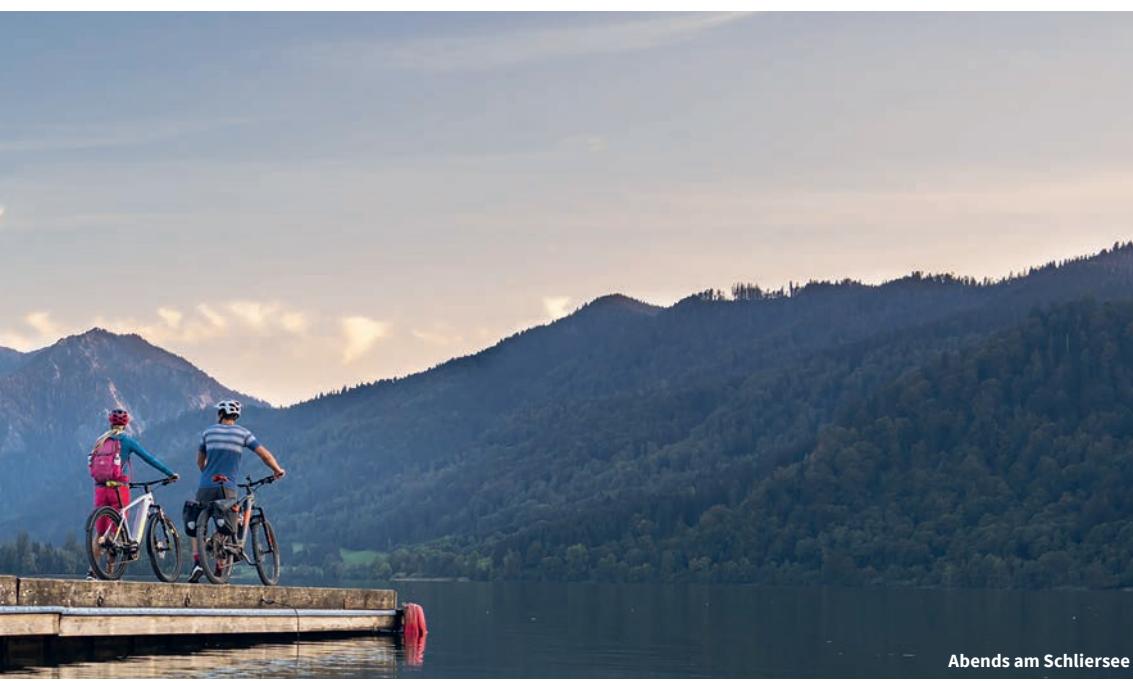
TIPP

### „GEHEIMATORTE“ IN OBERBAYERN



Sie suchen Ausflugsziele, die nicht überlaufen sind, wenig besuchte Flecken, die wahre Erholung bieten? Die finden Sie auf: [www.geheimatorte.de](http://www.geheimatorte.de)





## Naturzauber vor Alpenkulisse

Dem Zauber der Voralpen können Radreisende sich nicht entziehen. Vielleicht liegt es am Licht, das zu allen Zeiten verschiedenste Kunstschauffende inspiriert hat oder an der Verbindung aus überwältigendem Bergpanorama, bayerischer Gastlichkeit und weltberühmten Märchenschlössern. Also, steigen Sie aufs Rad und lassen Sie sich verzaubern.

### Kühles Nass rund um München

Die **Wasser-Radlwege Oberbayern** widmen sich auf drei Schleifen den Themen Hopfen, Salz und Kunst. Die Landeshauptstadt München fungiert als Dreh- und Angelpunkt des 1.200 Kilometer langen Streckennetzes, das 42 Badeseen und Wassererlebnispunkte miteinander verbindet. Dazu gehören Orte für das klassische Badevergnügen in der Natur, wohltuende Wellnessbehandlungen in Thermen oder Kristallstufen, romantische Fährfahrten oder Wellenreiten im Surfpark bei München. Die Hopfenschleife steht im Zeichen des „flüssigen Goldes“. Sie entdecken das weltgrößte Hopfenanbaugebiet, Hallertau, und den Geburtsort des Reinheitsgebotes, Ingolstadt. Die Salzschleife führt Sie in Städte wie Altötting, Traunstein und Wasserburg, die durch das „weiße Gold“ zu Wohlstand kamen und wo heute in vielfältigen Wellnessangeboten die Verbindung aus Salz und Wasser ihre wohltuende Wirkung entfaltet. Sie möchten mehr über die Salzgewinnung erfahren? Dann besuchen Sie die Saline Bad Reichenhall oder das Salzbergwerk Berchtesgaden. Auf der Kunstschleife versetzen Sie sich angesichts der grandiosen Landschaft in die Künstlerseelen des 20. Jahrhunderts. Sie erfreuen sich am Blau von Tegernsee und Walchensee so wie

einst Wassily Kandinsky und Franz Marc. Die beiden liebten das Blaue Land, das wegen der bläulichen Lichtstimmung so heißt.

### Wasser-Radlwege Oberbayern



1.200 Kilometer



Teils hügelig, meist asphaltiert, vereinzelt Schotter- oder Sandwege, teils abseits des Autoverkehrs, teils begleitend.

### HIGHLIGHTS

- 42 Badeseen
- Alte Saline Bad Reichenhall
- Hopfenland Hallertau

### ROUTENPLANUNG

ADFC-Radtourenkarten „Oberbayern West/München“ oder „Oberbayern Ost/München“, 1:50:000, BVA BikeMedia

### INFORMATION

Tourismusverband Oberbayern München e. V.  
Tel. +49 89 638958790  
[www.oberbayern.de/wasserradlwege](http://www.oberbayern.de/wasserradlwege)



# RADFERNWEGE

## Isarradweg, Bodensee-Königssee Radweg

### Isarradweg

### ISARRADWEG

299 Kilometer, Scharnitz (A) –  
Thundorf/ Deggendorf



Teils asphaltiert, sonst gepflastert,  
geschottert oder mit Sandabschnitten,  
meist autofrei.

#### HIGHLIGHTS

- Sylvensteinstausee
- Deutsches Museum München
- Mittlere Isarstauseen

#### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Isarradweg“,  
1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer

#### INFORMATION

Arbeitskreis Isarradweg  
c/o Alpin Consult  
Tel. +49 8025 9244952  
www.isarradweg.de



Der **Isarradweg** verbindet die raue Bergwelt mit den wasserreichen Landschaften der Voralpen und der Metropole München. Im Karwendelgebirge startet der Fluss aus mehreren Quellen auf seinem Weg in Richtung Donau. Hier ist er türkisblau und geradezu mitreißend. Je länger Sie ihm folgen, umso mehr beruhigt er sich. Die Isar wird immer breiter und durchströmt bald schon Wiesen und Auen im bayerischen Mittenwald. Fast schon gemächlich fließt der Fluss durch das Tölzer Land. Ein Stopp in der historischen Altstadt von Bad Tölz bietet sich an. Sie folgen seinem Lauf und lernen dabei die Besonderheiten dieser bäuerlichen Kulturlandschaft kennen. Für mehr Aufregung sorgt der Zwischenstopp in der bayerischen Landeshauptstadt München, wo ein üppiges Kunst- und Kulturangebot auf Sie wartet. Entspannt und etwas ruhiger geht es im Auwald nahe Freising zu. Sobald Sie den Landkreis Landshut erreichen, verblassen die Berge im Hintergrund und das Isarmündungsgebiet bei Deggendorf ist ganz nah.

sind Sie gut vorbereitet auf Füssen, von wo aus Sie gut zu den legendären Schlössern Neuschwanstein und Hohenschwangau gelangen. Unterwegs bieten sich etliche Möglichkeiten zur Einkehr in urige Biergärten. Andächtige Ruhe finden Sie in der berühmten Wieskirche in Pfaffenwinkel bevor Sie die Naturschutzgebiete Altenauer und Murnauer Moos erreichen. Am Horizont erscheinen schon bald die markanten Zwiebeltürme von Benediktbeuern und Bad Tölz. Seen säumen nun

### Bodensee-Königssee Radweg



455 Kilometer,  
Lindau im Bodensee –  
Schönau am Königssee



Oberflächen teils asphaltiert, teils  
wassergebunden, Abschnitte mit  
Schotter oder Sand, meist autofrei.

#### HIGHLIGHTS

- Freilichtmuseen Glentleiten und Markus Wasmeier
- Chiemsee mit Insel und Schloss
- Königssee mit St. Bartholomä

#### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Bodensee-  
Königssee Radweg“, 1:50.000,  
bikeline, Verlag Esterbauer

#### INFORMATION

Bayerische Fernwege e. V.  
Tel. +49 8025 9244952  
bodensee-koenigssee-radweg.de

### Wie im Märchen

Majestätischen Radl-Genuss verspricht der **Bodensee-Königssee Radweg**. Er bringt Sie zu Märchenschlössern, Bergseen, Wiesen, Wäldern, pittoresken Kirchen, Städten und Kurbädern – und all das vor der prächtigen Kulisse der Alpen. Schon der Start in Lindau fühlt sich königlich an. Dann reisen Sie zum Großen Alpsee und zur ältesten Stadt des Oberallgäus, Immenstadt, mit dem restaurierten Schloss. So



Rast am Bodensee-Königssee Radweg



Radrunde Allgäu

## Radrunde Allgäu



475 Kilometer,  
Rundkurs



Überwiegend asphaltiert, Startpunkt individuell auswählbar.

## HIGHLIGHTS

- Schloss Neuschwanstein Füssen
- Nagelfluhklippe und AlpSeeHaus Immenstadt
- Benediktinerabtei Ottobeuren

## ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Radrunde Allgäu“, 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer

## INFORMATION

Allgäu GmbH  
Tel: +49 8323 8025931  
radrunde.allgaeu.de

## Lechradweg



240 Kilometer,  
Marxheim – Steeg (A)



Wechsel von Asphalt und wasser-gebundenen Decken, meist natur-nah, abseits des Autoverkehrs.

## HIGHLIGHTS

- UNESCO-Weltkulturerbe Augsburg
- Wasserkraftwerke
- Lechzopf Forchach

## ROUTENPLANUNG

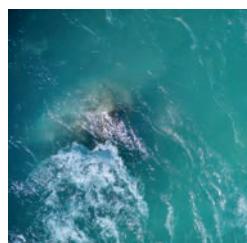
Radtourenbuch „Lech-Radweg“, bikeline, Verlag Esterbauer, 1:50.000

## INFORMATION

Allgäu GmbH  
Tel: +49 8323 8025931  
www.lechradweg.info



## TIPP

DEM LECHRADWEG  
LAUSCHEN

Die Lauschtour-App liefert via Smartphone informative Geschichten begleitend zur Radtour. Von Lauschknoten zu Lauschknoten erfahren Sie mehr über Sehenswürdigkeiten und Naturorte.

### Iller-Radweg



146 Kilometer,  
Ulm – Oberstdorf



Oberflächen meist aus Schotter  
und Kies, selten Asphalt.

#### HIGHLIGHTS

- Ulmer Münster
- Bauernhofmuseum Illerbeuren
- Zusammenfluss Trettach, Stillach, Breitach

#### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch  
„Iller-Radweg“, 1:50.000,  
bikeline, Verlag Esterbauer

#### INFORMATION

Allgäu GmbH  
Tel: +49 8323 8025931  
www.illerradweg.de

### Ammer-Amper-Radweg



203 Kilometer,  
Ammerquellen –  
Moosburg a.d. Isar



Meist asphaltierte Radwege und  
ruhige Nebenstraßen.

#### HIGHLIGHTS

- Klosterorte Ettal, Rottenbuch und Polling
- Ammersee
- Schloss Dachau mit Hofgarten

#### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Ammer-Amper-Radweg“, 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer

#### INFORMATION

Ammergauer Alpen GmbH  
Tel. +49 8822 922740  
www.ammer-amper-radweg.com



Tiere und Pflanzen. Mit spannenden Geschichten über den Lechzopf, die Fischaufstiegsanlage an der Stau-stufe in Kaufering und das historische Wasserkraftwerk Langweid im Gepäck blicken Sie zurück und vielleicht fühlen Sie sich ja noch jünger als beim Start?

Möglicherweise funktioniert dieses Prinzip auch auf dem **Iller-Radweg**, den Sie ebenfalls in umgekehrter Fließrichtung befahren können. Viele Radreisende machen das aber vor allem, damit Sie die Berge immer im Blick behalten. Nicht zu übersehen ist auch der Startpunkt: Der Turm des Ulmer Münsters ragt 162 Meter in die Höhe. Von dort führt die Route durch die Auen- und Hügellandschaften von Bayerisch Schwaben und Allgäu mit interessanten Vogelbeobachtungsstationen. Erfrischen Sie sich zwischendurch und genießen Sie den Blick von der Ruine Kalden auf den Illerdurchbruch, gefolgt von der Illerschleife. Nachdem Sie Kempten passiert haben, endet die Route am Ursprung der Iller mit dem Zusammenfluss von Breitach, Stillach und Trettach.



#### Doppelter Fluss-Genuss

Auf dem **Ammer-Amper-Radweg** müssen Sie noch nicht einmal abbiegen, um zum nächsten Fluss zu gelangen. Erst folgen Sie der Ammer vom Ettaler Becken durch die Hügellandschaft des Pfaffenwinkels. Unterwegs können Sie auf einer Rangerführung den Naturpark Ammergauer Alpen auf besondere Weise kennenlernen. Sie kreuzen Oberammergau, den Austragungsort der berühmten Passionsspiele, lassen die Alpen hinter sich und nähern sich dem Ammerdurchbruch bei Saulgrub. Wenn Sie wollen, kühlen Sie sich anschließend im Ammersee noch etwas ab, ehe Sie wieder auf Ihr Fahrrad steigen und nun der Amper folgen, die hier beginnt.

Im weiteren Verlauf der Tour gelangen Sie nach Fürstenfeldbruck, Dachau und schließlich nach Freising. Hier lohnt sich ein Abstecher in die Domstadt Freising und nach Weihenstephan mit der ältesten Brauerei der Welt. Nach diesem Erlebnis ist es nicht mehr weit bis nach Moosburg, wo sich die Amper glitzernd in die Isar verabschiedet.

# DEIN BIKE DEIN ABENTEUER

## VERBORGENE SCHÄTZE

Zu jeder guten Grundausstattung für eine Radtour gehört Werkzeug, um Pannen schnell beheben oder den Sattel nachjustieren zu können. Die integrierbaren Minitools der CONTEC Treasure Serie lassen sich im Gabelschaft oder den Lenkerenden deines Fahrrads verstecken. Holst du sie hervor, kommt dir eine kleine Werkstatt mit den nützlichsten Tools entgegen! Das Multitalent ist das Treasure Fork Minitool mit Mini-Ratsche, 6 verschiedenen Bits und weiteren Extras. Die drei Treasure Bar Tools bieten dir – je nach Ausführung – Reifenheber, Tubeless Werkzeug oder 12 weitere Bits mit Steckschlüssel.



Weitere Infos



TREASURE BAR DLX



TREASURE BAR ECO



TREASURE BAR TL

# Kultouren entdecken

Eine Radreise durch Deutschland ist oft auch eine Reise in die Vergangenheit, die Kunst, Kultur und Geschichte greifbar macht. Folgen Sie den reisenden Händlern auf dem Töddenland-Radweg, den Wikingern und Ochsentreibern auf dem Ochsenweg oder den reitenden Boten auf der Friedensroute zwischen Münster und Osnabrück. Lernen Sie Kulturlandschaften wie die ADFC-RadReise-Region HellwegBörde und das Paderborner Land kennen. Maritim wird es, wenn Sie der Walflosse im Bremer Norden folgen. Auf dem Radweg Burgenstraße haben Sie die Anhöhen mit den namensgebenden Burgen im Blick und spätestens in Sachsen-Anhalt wird Ihnen die Vielfalt der UNESCO-Welterbestätten in Deutschland bewusst.

Copyright: ADFC/P. Herfor



## KULTUR VIELFALT

### RADFERNWEG

#### Töddenland-Radweg



ca. 125 Kilometer,  
Rundkurs



Vorwiegend asphaltiert und  
abseits des Autoverkehrs.

#### HIGHLIGHTS

- Tüttenmuseum Mettingen
- Dörenther Klippen in Ibbenbüren
- Marina am Mittellandkanal in Recke

#### ROUTENPLANUNG

Radkarte „Töddenland-Radweg“,  
Bezug s. „Information“

#### INFORMATION

Tourist-Information/  
Stadtmarketing Ibbenbüren GmbH  
Tel. +49 5451 5454540  
[www.toeddenland-radweg.de](http://www.toeddenland-radweg.de)

## Auf den Spuren der Tödden

Auf dieser vom ADFC mit drei Sternen ausgezeichneten Route folgen Sie der Geschichte der reisenden Händler – den sogenannten Tödden, die bis in die Niederlande zogen, um ihre Leinenrollen und Waren zu verkaufen. Ursprünglich ansässig im Tecklenburger Land/Münsterland und im Südlichen Emsland, konnten sie ihre Geschäfte durch ihr kaufmännisches Geschick mit der Zeit auf ganz Europa ausdehnen und zu großem Reichtum gelangen. So lie-



gen die Wurzeln der Textilhauskette C & A zum Beispiel bei den Tödden aus Mettingen. Dort finden Sie ein ganzes Museum zur Geschichte der „Tütten“, die sogar eine eigene Geheimsprache hatten.

Landschaftlich führt der Rundkurs an den Rand des Teutoburger Waldes, über das Schafberg-Plateau und durch flache Heide- und Moorlandschaften. Unterwegs laden spannende Ausflugsziele wie der Aasee und der NaturaGart-Park in Ibbenbüren, der Saller See und das Töddenzimmer in Freren zu Abstechern ein. Auch zwei Naturschutzgebiete, die Öl- und Kornmühle Halverde, das Areal Altes Pfarrhaus in Schapen, das Alte Brauhaus auf dem Hof Holling in Hopsten, der Naturerlebnisweg in Schale und die Marina in Recke sind einen Besuch wert.



Aussichtsturm Woeste



- 1 Skulpturenradweg Wegmarken, 60 km
- 2 TrioVeloRoute, 45 km
- 3 Rundtour um Warstein, 20 km
- 4 Durch die Hellwegbörde, 58 km
- 5 Über die Haar, 24 km
- 6 Soester Schlüssel-Tour, 53 km
- 7 WasserWegeWinkel, 60 km
- 8 Westfälische Salzroute, 59 km
- 9 QuerFeldLand, 65 km
- 10 Naturerlebnis Auenland, 35 km



## Kulturlandschaft mit Naturschätzen

Die RadReiseRegion HellwegBörde zwischen Lippe, Möhne und Ruhr beeindruckt mit Kulturlandschaften und Vielfalt. Die gut ausgeschilderten Routen verbinden Fahrkomfort mit regionalen Attraktionen. Neben nützlichen Services locken auch kulinarische Entdeckungen.

Die Landschaft der ADFC-RadReiseRegion HellwegBörde steckt voller Überraschungen: Zwischen sanften Flussauen und dichten Wäldern verbergen sich lebendige Dörfer und historische Städte. Im Naturpark Arnsberger Wald können Sie ins westfälische Waldmeer eintauchen und zwischen Eichen und Buchen die Kraft der Natur spüren oder an idyllischen Bachläufen Eisvögel beobachten. Wenn Sie wieder auftauchen, holt Sie der freundliche Trubel in Städten wie Warstein oder Soest zurück in die Wirklichkeit. Außerdem gibt es unterwegs jede Menge Kultur und bedeutsame Orte der Industriegeschichte. So fahren Sie auf dem Skulpturenradweg Wegmarken durch die südwestfälische Landschaft von einem Kunstwerk zum nächsten. Diese befinden sich in der Natur und beziehen die Soester Bördelandschaft und das Möhnetal mit ein. Immer wieder finden Sie unterwegs Zeugnisse der frühen Besiedlung dieser Region und Informationen zum Abbau von Bodenschätzen wie zum Beispiel Grünsandstein, den Sie als Baustoff



Entlang des Möhnesees

von vielen Kirchen wiederentdecken. Die Westfälische Salzroute erinnert an Salzherstellung und -handel, vor allem die eindrucksvollen Gradierwerke erzählen von jener Zeit. Für heiße Sommertage eignen sich die Strecken rund um den Möhnesee oder an der Lippe, denn dort finden Sie Abkühlung. Natur- und Vogelfans sollten im Herbst oder Frühjahr die Tour „Naturerlebnis Auenland“ fahren, denn dann lassen sich in der Nähe von Lippe und Ahse große Schwärme von Zugvögeln beobachten.

Wie auch immer Sie sich entscheiden: Sie machen es richtig, denn die RadReiseRegion HellwegBörde bietet mit Tages- und Halbtagestouren, spannenden Themenrouten und Etappenreisen für alle das Passende. Einige der kürzeren Touren eignen sich dank geringerer Steigungen auch für Familien mit Kindern. Kinderleicht ist auch die Orientierung in der gesamten Region dank der Knotenpunktwegweisung – radeln Sie einfach nach Zahlen.

### TIPP EINFACH MAL DURCHATMEN



Das Gradierwerk im Kurort Bad Sassendorf lässt Sie gesund durchatmen und ist dank der westfälischen Bauweise auch ein Hingucker.  
[www.badsassendorf.de](http://www.badsassendorf.de)



Rast in der HellwegBörde

### ROUTENPLANUNG

ADFC-Regionalkarte „Sauerland“, 1:75:000, BVA BikeMedia

### INFORMATION

Kreis Soest  
Tel: +49 2921 302231  
[radreiseregionhellweg-boerde.de](http://radreiseregionhellweg-boerde.de)





250 Kilometer,  
Rundkurs



Größtenteils asphaltiert, wenige  
geschotterte und naturnahe  
Wegabschnitte, meist autofrei,  
gelegentliche Steigungen.

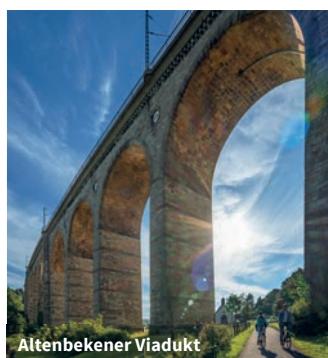


#### HIGHLIGHTS

- Heinz Nixdorf MuseumsForum Paderborn
- Gartenschau Bad Lippspringe
- Kloster Dalheim
- Wewelsburg in Büren
- Steinhorster Becken bei Delbrück

#### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Paderborner Land Route“, 1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer



#### INFORMATION

Touristikzentrale Paderborner Land  
Tel. +49 5251 3088111  
[www.paderborner-land-route.de](http://www.paderborner-land-route.de)



Kreismuseum Wewelsburg in Büren

## Zu den Perlen des Paderborner Landes

Es plätschert und fließt auf dieser ADFC-Qualitätsradroute mit drei Sternen durch das Paderborner Land. Ems, Lippe, Heder, Afte und Alme begleiten Radreisende auf ihrer Zeitreise zu mächtigen Fürstbischöfen und den Anfängen des Computerzeitalters.

**D**ie Tour zu den Perlen des Paderborner Landes beginnt in Hövelhof eingebettet in die malerische Urlaubsregion des Teutoburger Waldes. Von diesem geschichtsträchtigen Ort aus fahren Sie weiter zum Wasserschloss Neuhaus, einem imposanten Zeugnis der frühen Weserrenaissance und der einstigen Residenz der Fürstbischöfe. Entlang der Pader, dem kürzesten Fluss Deutschlands, führt die Reise vorbei am idyllischen Padersee bis zu ihren 200 Quellen im Zentrum Paderborns. Hier erwartet Sie ein kultureller Höhepunkt im Heinz Nixdorf MuseumsForum, dem größten Computermuseum der Welt. Die 6.000 Quadratmeter beherbergen Sammlungen erster Schriftzeichen bis zu Robotern und Künstlicher Intelligenz.

Die Route führt weiter nach Bad Lippspringe, wo Sie in den Themen- und Mustergärten des Gartenschaugeländes entspannen können. Danach passieren Sie das mächtige Altenbekener Viadukt und die geschichtsträchtige Route bringt Sie zum 800 Jahre alten Kloster Dalheim mit seinem spätgotischen Kreuzgang. Im Kneippheilbad und Luftkurort Bad Wünnenberg lohnt sich ein Zwischenstopp im Kurpark, ehe Sie die imposante Aabach-Talsperre erblicken. Das nächs-



Aabach-Talsperre

te Kulturdenkmal ist nicht weit: Die Wewelsburg in Büren, Deutschlands einzige Dreiecksburg in geschlossener Bauweise, dokumentiert mit Ausstellungen die Entwicklung des Fürstbistums Paderborn. Sie suchen eine außergewöhnliche Unterkunft? Dann bleiben Sie und übernachten in der Jugendherberge mit traumhaftem Blick über das Paderborner Land.

Setzen Sie Ihre Fahrt fort, lernen Sie am Gradierwerk Salzkotten die alte Technik der Salzgewinnung kennen. Wenn sich am Horizont ein schiefer Kirchturm abzeichnet, sehen Sie das Wahrzeichen der Stadt Delbrück. Schließlich nähern Sie sich dem Wasser der gestauten Ems im Naturschutzgebiet Steinhorster Becken, bevor der Kreis sich in Hövelhof schließt und die Zeitreise durch das Land der Fürstbischöfe vollendet ist.



#### EIN ZEUGNIS ZUR RADREISE

Ein besonderes Souvenir ist die Urkunde nach Vollendung der Paderborner Land Route. Sie müssen dafür nur ein Foto von Ihrer Tour an die Touristikzentrale Paderborner Land senden.



## Unterwegs mit Berg und Wal

Der Bremer Norden vereint Sommerfrische, Relikte der Großindustrie, Perlen der Park-Architektur, Schifffahrt und Natur. Die Tour führt durch die Jahrhunderte und die verschiedensten Themenwelten – den Weg weist stets die markante Walflosse.

Die Bremer-Norden-Runde führt in die Bremer Schweiz. So wird die eiszeitlich entstandene Geestlandschaft gern genannt und sie hält einige leichte Steigungen in der sonst so flachen Region als Überraschung bereit. Sie starten am Hafen Vegesack, der 1622 die erste künstliche Hafenanlage Deutschlands war. Heute steht dort Bremsens ältester Speicher, der Lange-Speicher. Vielleicht wundern Sie sich über den „Wal“ im Routenlogo. Die Erklärung liefern mondäne Gebäude wie das 1648 erbaute Hafenhaus und die Kapitänshäuser mit Walkieferknochen am Eingang. Sie erinnern an das 18. Jahrhundert, als von hier jedes Jahr bis zu 25 Schiffe zum Walfang aufbrachen. Später etablierte sich der Schiffbau in Vegesack. Die 1875 gegründete Lürssen-Werft baut heute Luxusjachten und Marineschiffe. Danach erreichen Sie in Richtung Blumenthal den Wätjen Park, den ein Bremer Kaufmann und Reeder als englischen Garten anlegen ließ. Eine ganz andere Historie gehört zum Haus Blomendal. Ritter bauten diese Burg 1354. Die

### TIPP FESTIVAL MARITIM



Das Internationale Festival Maritim verwandelt Vegesack im August in eine große kostenfreie Open-Air-Meile am Wasser. Lauschen Sie Punk, Folk, Rock und Shanties.

[www.festival-maritim.de](http://www.festival-maritim.de)

Fotos: „Vegesack“: „Schloss Schönebeck“, WFB/C. Tank, „Werderland“: WFB/M. Herrmann, „Tipp“: WFB/J. Schmidt



40 Kilometer, Rundkurs



Meist asphaltierte, verkehrsarme Fahrradstraßen und Radwege, kurze Kopfsteinpflasterpassagen, nur in Ausnahmen auf Hauptverkehrsstraßen.



### HIGHLIGHTS

- Museumshafen Vegesack
- Burg Blomendal in Blumenthal
- Denkort Bunker Valentin in Rekum
- Schloss Schönebeck
- Kunst- und Kulturveranstaltungen in Knoops Park

### ROUTENPLANUNG

Kartenflyer „Die Bremer-Norden-Runde“, Bezug s. „Information“



Hausherren waren dem Bremer Rat zu räuberisch, deshalb kauften sie ihnen die Burg ab und regierten zeitweise von hier aus. Eine düstere Geschichte erzählt der Denkort Bunker Valentin in Rekum. Er blieb von einem nationalsozialistischen Rüstungsprojekt übrig. Heute ist es ein Denkmal für Tausende Menschen, die hier während der Zwangsarbeit starben. Im Ortsteil Schönebeck entdecken Sie das nach ihm benannte Schloss und Museum der Stadt. Über dem zweitkürzesten Fluss in Deutschland, der Lesum, liegt die Villa des ehemaligen Textilfabrikanten Ludwig Knoop. Sein Landschaftsgarten wurde durch den Roman „Sommer in Lesmona“ berühmt. Die Tour führt durch den Park, was nur auf ausgewiesenen Hauptwegen erlaubt und empfehlenswert ist. Ein paar Villen weiter ist der Ausgangspunkt, Vegesack, wieder erreicht.

Praktischer Hinweis: An den Rad-Service-Stationen am Vegesacker Geschichtshaus und im KITO Vegesack bekommen Sie kostenlos Werkzeug und Luft.



### INFORMATION

Bremen Information

Tel. +49 421 3080010

[www.der-bremer-norden.de](http://www.der-bremer-norden.de)

## Artland-Rad-Tour



103 Kilometer, Rundkurs



Meist auf verkehrsarmen  
Wirtschaftswegen.

### HIGHLIGHTS

- denkmalgeschützte Höfe im Artland
- Quakenbrück
- Artländer Dom in Ankum

### ROUTENPLANUNG

Radroute „Artland-Rad-Tour“, Bezug s. „Information“



## Friedensroute



163 Kilometer, Rundkurs



Meist ausgebauter Radwege sowie  
autoarme Landstraßen und  
Wirtschaftswege,  
größtenteils asphaltiert.

### HIGHLIGHTS

- Rathaus des Westfälischen Friedens Osnabrück
- Friedenssaal Münster
- Baumwipfelpfad Bad Iburg

### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Friedensroute“,  
1:50.000, bikeline, Verlag Esterbauer



Bad Iburg an der Grenzgängerroute Teuto-Ems

# Friedliche Spurensuche und Bauernhofkultur

Das Osnabrücker Land erstreckt sich zwischen Norddeutscher Tiefebene, Teutoburger Wald und Wiehengebirge. Sie können in die Geschichte eintauchen, köstliche Landpartien genießen oder in Heilbädern entspannt auf Ihre Radreise zurückblicken.

**I**m Osnabrücker Land können Sie mit dem Rad Zeitreisen machen, das Landleben genießen, Abenteuer erleben und entspannen. Dazu lädt ein breit gefächertes und gut ausgeschildertes Streckennetz von 2.800 Kilometern ein. Die Region rund um Osnabrück überzeugt mit enormer Vielfalt: Wo können Sie schon wählen zwischen Orten mit 300 Millionen Jahren Erdgeschichte, Bauernhofkultur oder den Spuren der Friedensreiter? Drei der Radfernwege im Osnabrücker Land sind als ADFC-Qualitätsradrouten ausgezeichnet, haben verschiedene Themenschwerpunkte und eignen sich sowohl für Tagesausflüge als auch für mehrtägige Radreisen.

### Landleben pur

Ohne größere Erhebungen erschließen Sie auf der mit drei ADFC-Sternen ausgezeichneten **Artland-Rad-Tour** die Samtgemeinden Artland, Bersenbrück und Fürstenau. Sie haben sich zur Erlebnisregion Artland zusammengeschlossen. Dabei rücken Natur und Landkultur in den Mittelpunkt. Besonders bemerkenswert ist, dass

viele landwirtschaftliche Gebäude unter Denkmalschutz stehen – das gibt es sonst nirgends in Europa. Sie rollen auf Alleen durch die Landschaft und erkunden historische Städte wie die Burgmanns- und Hansestadt Quakenbrück, deren Name vermutlich auf eine Brücke über das „darunter bebende“ Moor zurückgeht. Heute ist die Stadt berühmt für kunstvolle Fachwerkbauten, alte Mühlen und ihr beschauliches Flair. In Bersenbrück lohnt sich ein Abstecher ins Kloster samt Museum. In der Burg- und Hansestadt Fürstenau können Sie nicht nur das Schloss besichtigen, sondern sogar im ehemaligen Amtsgefängnis übernachten. Der mächtige Artländer Dom erwartet Sie in Ankum. Wenn es Sie wieder in die Natur zieht, freuen Sie sich auf die „Ankumer Höhen“, die immerhin 142 Meter über dem Meeresspiegel liegen und zum Naturparks TERRA.vita gehören. Sie wurden in der Eiszeit geformt und bildeten einst den Rand eines Gletschers. Wenn Sie im nahen Wald einen Spaziergang machen, werden Sie zahlreiche Hügelgräber entdecken. Sie zeugen davon, dass hier schon vor 5.000 Jahren Menschen gelebt haben.



### Unterwegs in friedlicher Absicht

Die **Friedensroute** verbindet die Friedensstädte Osnabrück und Münster. Dort verhandelten die verschiedenen Kriegsparteien über das Ende des Dreißigjährigen Krieges und unterschrieben 1648 in Osnabrück und Münster die Friedensverträge. Auf dieser Vier-Sterne-ADFC-Qualitätsradroute folgen Sie mit Ihrem Rad den Friedensreitern auf der früheren Reichspostlinie. Dank der guten Wegweisung müssen Sie nicht die gleiche präzise Ortskenntnis haben wie die Reiter und Ku-



Versmold

riere im 17. Jahrhundert. Sie folgen vielmehr den markanten Schildern, die in Niedersachsen grün-weiß und in Nordrhein-Westfalen rot-weiß sind. Sie können die Tour in Osnabrück starten, wo Radreisende am Bahnhof mit der Radstation jede Menge Service rund ums Rad genießen: Mieträder, Ladestationen, eine Fahrradwerkstatt und sogar eine Fahrradwaschanlage erwarten Sie hier. Die sehenswerte Altstadt von Tecklenburg und der Friedenspark in Ladbergen bieten gute Möglichkeiten für eine Rast im Grünen. Im Freilichtmuseum „Sachsenhof“ bei Greven erfahren Sie viel Wissenswertes über den Alltag im Mittelalter. Und wenn Sie hoch hinaus wollen, dann schließen Sie Ihr Rad an und erklimmen den Baumwipfelpfad in Bad Iburg. Aus 30 Metern Höhe blicken Sie auf das Iburger Schloss und die Ausläufer des Teutoburger Waldes. Während Sie in Iburg über die Wipfel schauen, können Sie nahe Münster eine artenreiche Vogelwelt beobachten.

### Geheimnisvoll und grenzenlos

Sie lieben genussvolle Touren und wollen dabei alten Geheimnissen nachspüren? Dann sind Sie auf der **Grenzgängeroute Teuto-Ems** genau richtig. Wo heute die Bundesländer Niedersachsen und Nordrhein-Westfalen aneinandergrenzen, war einst das Dreiländereck mit der Grafschaft Ravensberg und den Fürstentümern Osnabrück und Münster. Später war hier die Grenze zwischen den Königreichen Preußen und

### TIPP

#### HÖRSTATIONEN AN DER FRIEDENSRUTE



Aus Edelstahl und mit dem Friedensreiter gebrandet, sind sie kaum zu übersehen: Machen Sie Halt an den zwölf Hörstationen und lauschen Sie den kleinen Geschichten über die Region.

Hannover. Deshalb begleiten Sie Grenzsteine und Markierungen bei dieser Radreise. Sie folgen alten Handelswegen und winkligen Schmuggelpfaden, auf denen früher vor allem wertvolles Salz „zollfrei“ transportiert wurde. Vielleicht stellen Sie sich vor, wie es damals war, als die Menschen die Grenzen nicht so leicht überqueren konnten wie Sie jetzt gerade. Die mit vier ADFC Sternen ausgezeichnete Route führt weiter zum Teutoburger Wald, zur hoch gelegenen Bad Iburg und zum Erholen ins Heilbad von Bad Laer. Danach können Sie Ihre Aufmerksamkeit weiteren Sehenswürdigkeiten wie dem Wasserschloss Loburg in Ostbevern und der Doppelschlossanlage Harkotten in Füchtorf widmen. Nehmen Sie sich Zeit für einen Spaziergang um die Anlage und bewundern Sie die eindrucksvollen Skulpturen im Park. In den Herrenhäusern soll es übrigens gespukt haben, aber die berühmt-berüchtigte „Weiße Dame“ hat wohl mittlerweile ihren Frieden gefunden. Gänzlich spukfrei, dafür umso schmackhafter ist eine Pause in den Hofläden und Spargelhöfen am Streckenrand. Bis Ende Juni wird das „königliche Gemüse“ geerntet, verkauft und natürlich serviert. Guten Appetit!



### Grenzgängeroute Teuto-Ems



148 Kilometer, Rundkurs

Start: Warendorf



Überwiegend asphaltiert und abseits des Autoverkehrs.

### HIGHLIGHTS

- historische Altstadt Warendorf
- Gradierwerke Bad Rothenfelde
- Schloss Harkotten Sassenberg

### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Radwandern auf der Grenzgängeroute Teuto-Ems“, 1:50.000, BVA BikeMedia



### INFORMATION

Tourismusgesellschaft Osnabrücker Land mbH  
Tel. +49 541 3234567  
[www.osnabruecker-land.de](http://www.osnabruecker-land.de)



230 Kilometer,  
Wedel – Flensburg



Überwiegend asphaltierte naturnahe Route, teilweise mit wassergebundener Decke.



### HIGHLIGHTS

- Willkomm Höft Wedel
- Arboretum Ellerhoop
- Nord-Ostsee-Kanal in Rendsburg
- UNESCO-Welterbe Haithabu und Danewerk
- Museumshafen Flensburg

### ROUTENPLANUNG

Radtourenbuch „Heerweg – Ochsenweg“, 1:75.000, bikeline, Verlag Esterbauer



### INFORMATION

Projektmanagement Ochsenweg  
c/o SH Binnenland Tourismus e. V.  
Tel: +49 4821 94963260  
www.ochsenweg.de



Rast am Ochsenweg

## Wo Hörner den Weg weisen

Wo früher Bauern ihr Vieh zum Markt trieben, rollen heute Fahrräder durch die Landschaft. Im Gegensatz zu früher stehen nun auf Infotafeln und in Audiogeschichten die deutsch-dänische Geschichte des Weges sowie die Landwirtschaft und „Land und Leute“, denen Sie auf der Route begegnen, im Mittelpunkt.

En 230 Kilometer langen Ochsenweg gibt es schon lange. Es ist ein historischer Landweg aus dem 19. Jahrhundert, der Dänemark und Deutschland auf dem Festland miteinander verband. Hier trieben die Bauern ihr Vieh zum Markt, dabei trafen sie auf Soldaten, Kaufleute und pilgernde Menschen. Gut tausend Jahre später sind vorwiegend Radreisende auf dem alten Weg zwischen Flensburg und Wedel unterwegs.

Wenn Sie von Wedel aus in Richtung Norden fahren, müssen Sie sich schon in Uetersen zwischen Ost- und Westroute entscheiden. Vielleicht machen Sie vorher noch einen Abstecher ins Rosarium, das zu den ältesten in Deutschland gehört. 1909 gab es hier die erste Rosenschau auf einem Feld in Hafennähe. Heute können Sie im Rosengarten auf sieben Hektar Fläche mehr als 30.000 Rosen und 830 verschiedene Rosenarten bewundern. Danach fahren Sie weiter: entweder auf der Ostroute durch Moor- und Waldgebiete über Bad Bramstedt nach Nortorf oder Sie entscheiden

### TIPP ÜBER DEM KANAL SCHWEBEN



Nutzen Sie in Rendsburg die Schwebefähre, um den Nord-Ostsee-Kanal in luftiger Höhe zu überqueren. Seit 1913 befördert sie als eine von weltweit nur acht aktiven Schwebefähren Personen und Fahrzeuge übers Wasser.



den sich für die Westroute und fahren vorbei an der Liether Kalkgrube bis nach Elmshorn. Dann gelangen Sie über Itzehoe an Wald und Stör entlang nach Hohenwestedt. In Rendsburg treffen sich die beiden Routen wieder. Bleiben Sie doch ein wenig in der sehenswerten Altstadt und staunen Sie in Ruhe über die mächtige Konstruktion der Eisenbahnbrücke, die in 42 Meter Höhe den Nord-Ostsee-Kanal überspannt. Auf dem Weg nach Flensburg erwarten Sie eine echte Zeitreise: Das beeindruckende 30 Kilometer lange UNESCO-Welterbe Haithabu und Danewerk ist ein archäologisches Zeugnis einer wichtigen Wikingersiedlung aus dem Mittelalter. Während Sie sich das Leben zu der Zeit vorstellen, rollen Sie locker durch Wiesen- und Heidelandschaften, an Seen und Flüssen entlang. Und wenn Sie in regelmäßigen Abständen riesige Ochsenhörner aus Holz sehen, dann wissen Sie – Sie sind richtig. Nach Flensburg nähern Sie sich der dänischen Grenze und dem Ende der Tour.



BUNDESLAND

Sachsen-Anhalt



## Staunenswerter Natur- und Kulturregenuss

Sachsen-Anhalt ist von einem blauen Band der Flüsse und Seen durchzogen. Wälder und weite Landschaften prägen das Land ebenso wie seine Kulturgeschichte. Die erleben Sie auf den Fahrradroutes durch das Bundesland im Herzen Deutschlands.

**W**ie abwechslungsreich Sachsen-Anhalt ist, zeigen die vielen Radrouten: Zu den internationalen Klassikern zählt der Europaradweg R1, der die französische Kanalküste mit St. Petersburg verbindet und auf 3.500 Kilometern neun europäische Staaten – darunter Deutschland als D-Route 3 von West nach Ost – durchquert. Viele Radreisende kennen auch den Elberadweg, der 2025 seinen 30. Geburtstag feiert. In Sachsen-Anhalt führt er zu den UNESCO-Welterbestätten Bauhaus Dessau und zum Gartenreich Dessau-Wörlitz. Alte Hansestädte wie Salzwedel, Stendal und Havelberg zeugen von der langen Handelstradition. Dorthin sowie zu fünf weiteren Hansestädten führt der Altmarkrundkurs im Norden Sachsen-Anhalts. Sie lernen eine der ältesten Kulturlandschaften Deutschlands kennen und eine landschaftliche Vielfalt, die die Elbauen ebenso umfasst wie den Elb-Havel-Winkel oder die Altmarkische Schweiz.



Fotos: Elberadweg TVE/Elbe-Börde-Heide, Arche Nebra SUT\_Transmedial, Rast am Schloss Wörlitz Europaradweg R1\_D3, Thomas Koy

### Verbindung von Genuss und Kultur

Der Unstrutradweg führt Sie durch Deutschlands nördlichstes Weinanbaugebiet. Zwischen Saale und Unstrut reifen edle Weiß- und Grauburgunder mit feinen mineralischen Nuancen. Von deren erlesener Qualität können Sie sich in über 60 Weingütern überzeugen. Auf der gut ausgebauten Strecke finden sich auch viele steinerne Zeugen einer lebhaften Geschichte. Die Burgen an der Saale wurden schon im Mittelalter besungen. Besonders am Saaleradweg ragen Schlösser und Kathedralen in die Höhe und laden zum Besuch ein. Außerdem finden Sie hier Europas größtes zusammenhängendes Stauseegebiet und armenreiche Auwälder.

Mit etwas Training oder elektrischer Unterstützung empfehlen sich die Routen rund um und in den Harz. Von den Fachwerkstädten Wernigerode, Quedlinburg und Blankenburg schauen Sie in das mythische Mittelgebirge. Manchmal wispert Ihnen der Gipfel des Brocken zu: Komm her, komm hoch. Aber Vorsicht! Im Harz soll es Hexen geben und auch der Teufel ist im Spiel. So steht es jedenfalls in alten Sagen und Goethes „Faust“.

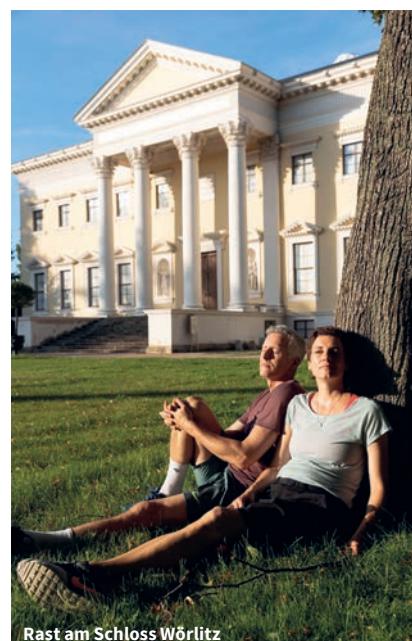
### Land der Zukunft

Für gute Ideen braucht man Perspektivwechsel. Den beherrscht dieses Bundesland und bringt damit schon lange viele innovative Ideen hervor: Die Himmelscheibe von Nebra im Landesmuseum Halle/Saale steht für das astronomische Verständnis unserer Vorfahren aus der Bronzezeit, die Lutherstätten für eine reformierte Weltordnung und der Pioniergeist des Bauhaus für das Denken der Moderne. Die Kulturgeschichte Sachsen-Anhalts umfasst viele Epochen, von der Romanik bis zum Hundertwasserhaus. Kommen Sie einfach mal vorbei!

- ① 994 km, Vreden-Zwillbrock – Küstrin-Kietz
- ② 860 km, Cuxhaven-Brunsbüttel – Schöna/Bad Schandau
- ③ 500 km, Rundkurs
- ④ 410 km, Zell – Barby
- ⑤ 190 km, Eichsfeld – Naumburg

### ROUTENPLANUNG

Broschüre „Radtouren in Sachsen-Anhalt“, Bezug s. „Information“



Rast am Schloss Wörlitz

**Echt schön.**  
SACHSEN-ANHALT

### INFORMATION

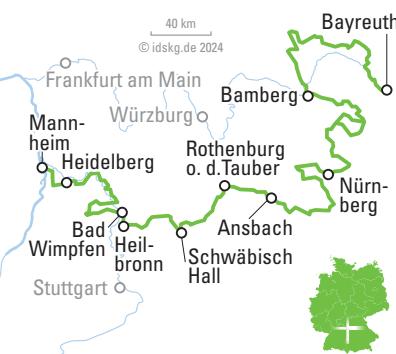
IMG Sachsen-Anhalt mbH  
Tel. +49 391 568990  
[www.sachsen-anhalt-tourismus.de](http://www.sachsen-anhalt-tourismus.de)  
#reiselandssachsenanhalt



860 Kilometer,  
Mannheim – Bayreuth



Hügeliger Kurs, teilweise mit starken Anstiegen auf überwiegend asphaltierten Radwegen.



#### HIGHLIGHTS

- Barockschloss Mannheim
- Kurpfälzische Schlösser Schwetzingen und Heidelberg
- Ritterburgen im Neckartal
- UNESCO-Welterbestadt Bamberg
- UNESCO-Welterbe Markgräflisches Opernhaus Bayreuth

#### ROUTENPLANUNG

Radwanderführer „Burgenstraße – Radeln von Burg zu Burg“, 1:200 000, Bezug s. „Information“



#### INFORMATION

Die Burgenstraße e. V.  
Tel. +49 9861 9533920  
www.burgenstrasse.de



## Von Burg zu Burg durch Süddeutschland

Jede Menge Burgen und Schlösser sowie historische Altstädte: Der Radweg Burgenstraße bietet eine eindrucksvolle Fahrt durch die Geschichte. Auf den 860 Kilometern von Mannheim bis Bayreuth erwartet Sie manch Anstieg, aber die Mühe wird mit herrlichen Ausblicken belohnt.

Die 1954 gegründete Burgenstraße gehört zu den ältesten deutschen Ferienstraßen. Aufgereiht wie an einer Perlenkette erwarten Sie historische Städte, mehr als 60 Burgen und Schlösser, viele Museen sowie unzählige weitere Kulturgüter. Ob Sie das burgengesäumte Neckartal durchfahren oder die bizarren Felsformationen der Fränkischen Schweiz bewundern, die Geschichte dieser Regionen vom Mittelalter bis zur Neuzeit ist steter Begleiter.

Sie starten am beeindruckenden Barockschloss Mannheim und fahren zur kurfürstlichen Sommerresidenz Schwetzingen samt berühmtem Schlossgarten. Die Strecke führt Sie nach Heidelberg, wo Sie sich etwas Zeit nehmen sollten für das weltbekannte Schloss. Das Wahrzeichen der Stadt liegt 80 Meter über dem Tal am Nordhang des Königstuhls und prägt das Bild der romantischen Altstadt. Hier biegen Sie in das Neckartal ein. Der Blick geht immer wieder nach oben, denn hoch über dem Tal erheben sich Ritterburgen wie die Burg Guttenberg als stumme Zeugen ver-

#### TIPP

**MIT DEM RAD AUFS SCHIFF**  
Auf einigen Flüssen, die die Burgenstraße begleiten, verkehren Ausflugsschiffe. Sie nehmen Reisende und deren Räder mit. So machen Sie Pause und kommen dabei voran – beste Sicht auf Burgen und Städte inklusive.



gangener Zeiten. Schließlich sehen Sie die beeindruckende Silhouette der Kaiserpfalz Bad Wimpfen.

Nun verabschieden Sie sich vom Neckar und rollen immer wieder durch Weinlandschaften und das ländliche Hohenlohe nach Schwäbisch Hall. Schließlich erreichen Sie Rothenburg ob der Tauber, dessen pittoreskes Stadtbild weltweit bekannt ist. Sie passieren das markgräflische Ansbach und stärken sich in Nürnberg noch einmal für die Fahrt durch die Fränkische Schweiz mit ihren Burgen in schwindelerregender Höhe. In der UNESCO-Welterbestadt Bamberg erholen Sie sich in der Inselstadt Klein Venedig, ehe Sie erst die Burgen im Naturpark Haßberge und später vier große Festungen erleben: die Veste Heldburg, die Veste Coburg, die Festung Rosenberg in Kronach und die Plassenburg in Kulmbach. Nun sind Sie fast am Ziel, denn es ist nicht mehr weit nach Bayreuth. Neben dem berühmten Opernhaus lassen Sie Ihre „Kultour“ mit dem Besuch des Neuen Schlosses sowie des Landschaftsparks Eremitage ausklingen.

# Wussten Sie schon, dass ...

... es **320** Radfernwege mit **100.000** Kilometer Länge in Deutschland gibt?

... rund **45** der Radfernwege ADFC-Qualitätsradrouten mit besonders guter Infrastruktur sind?

... diese ADFC-Qualitätsradrouten und die sechs ADFC-RadReiseRegionen ein Routennetz von rund **14.000** Kilometern Länge abdecken?

## 12.000 Kilometer, 12 Routen: Das D-Netz

Das Radnetz Deutschland, auch als D-Netz bekannt, umfasst rund 12.000 Kilometer Radfernwege und besteht aus zwölf Deutschland-Routen (D-Routen), dem Radweg Deutsche Einheit und dem Iron Curtain Trail. Es bietet die Möglichkeit, die unterschiedlichen Routen und Regionen mit ihren Sehenswürdigkeiten zu kombinieren. Die D-Routen sind auch Teil des europäischen Radwegenetzes EuroVelo, das Radtouren quer durch Europa ermöglicht.

[www.radroutenplaner-deutschland.de](http://www.radroutenplaner-deutschland.de)

## Grenzen überschreiten

Deutschland liegt im Herzen Europas und so führen insgesamt 10 der 17 EuroVelo-Routen durch die Bundesrepublik. Das EuroVelo-Netz umfasst rund 90.000 Kilometer in ganz Europa. Der ADFC und das Bundesamt für Logistik und Mobilität betreuen die Koordination des EuroVelo-Netzes in Deutschland. Gemeinsam unterstützen sie die European Cyclists' Federation (ECF) bei der Erweiterung und Qualitätsicherung des grenzüberschreitenden Routennetzes.

[www.eurovelo.com](http://www.eurovelo.com)

## Menschen reisen mit dem Rad, weil ...

... **68 %** finden, dass man auf Radreisen mehr von Land und Leuten kennenlernen.

... **50 %** im Urlaub aktiv sein wollen.

... **38 %** etwas für Ihre Gesundheit tun möchten.



## RADFAHREN FÜR ALLE

Der ADFC setzt sich als Interessenvertretung für alle Radfahrenden für die Verkehrswende mit dem Fahrrad im Mittelpunkt ein und will die Sicherheit von Radfahrenden erhöhen. Das Fahrrad ist die Lösung für viele aktuelle Probleme

unserer Gesellschaft: Radfahren ist aktiver Klimaschutz, hält fit und gesund und sorgt für viel mehr Lebensqualität bei Groß und Klein.

Der ADFC will, dass dem Fahrrad mehr Platz eingeräumt wird – auf der Straße und in der Gesetzgebung. Einen großen Erfolg hat der ADFC 2024 mit der Reform des Straßenverkehrsge setzes und der Novelle der Straßenverkehrsordnung errungen. Doch es muss noch mehr passieren: Deutschland soll nicht nur das Radreiseland Nummer eins sein, sondern auch ein Fahrradland werden, in dem alltägliche Strecken überwiegend mit dem Fahrrad oder Elektrorad gefahren werden – und in dem Radfahrende sicher und komfortabel unterwegs sind. Dafür setzt sich der ADFC ein. Er wird dabei von mehr als 240.000 Mitgliedern und rund 600 Gliederungen in 16 Landesverbänden unterstützt.

ADFC in Ihrer Nähe finden: [adfc.de/vorort](http://adfc.de/vorort)



## Unterstützen auch Sie den ADFC und profitieren Sie von:

- exklusiver Pannenhilfe in ganz Deutschland
- dem exklusiven Mitgliedermagazin Radwelt + Newsletter
- Rechtsschutzversicherung
- Beratung zu rechtlichen Fragen
- Vorteilen bei unseren Kooperationpartnerinnen und -partnern

[adfc.de/mitgliedschaft](http://adfc.de/mitgliedschaft)

## ERLÄUTERUNGEN:

### Sternenlogo ADFC-Qualitätsradrouten



Radfernwege, die vom ADFC klassifiziert wurden, sind mit Sternen bzw. dem entsprechenden Logo versehen.

### ADFC-RadReiseRegionen



Ausgezeichnete ADFC-RadReiseRegionen wurden mit dem Logo oder dem Kürzel RRR gekennzeichnet.

Stand der Auszeichnungen: 10.2024

### Routenbeschaffenheit

 = überwiegend ebenes Gelände

 = teilweise hügelig

 = starke Steigungen

 = mit Kindern gut zu befahren

 = überwiegend anhängertauglich

## Impressum

In Deutschland können Sie das Magazin gegen eine Versandkostenpauschale von 5 Euro (inkl. MwSt.) mit dem Formular auf [www.deutschland-per-rad.de](http://www.deutschland-per-rad.de) bestellen. Sie zahlen nach Erhalt der Broschüre mit dem beiliegenden Überweisungsträger. Vor Ort ist die Broschüre kostenlos erhältlich. ADFC-Mitglieder erhalten ein Exemplar kostenlos per Post, weitere Magazine sind über das Onlineformular zu bestellen. Ein Versand ins Ausland ist nicht möglich.

### Herausgeber

Allgemeiner Deutscher Fahrrad-Club e. V., Mohrenstraße 69, 10117 Berlin

### Projektleitung

Annemarie Zirkel, ADFC

### Texte

Marlene Seifert | Schriftgut – Text & Konzeption, ADFC

### Titelbild

Philipp Herfort

### Gestaltung und Produktion

Michael Bosse und Swantje Kirchner, Trend Werbung, Mühlhausen

### Anzeigen

Marcus Tütsch, DIGISALE GmbH, München

### Kartografie

IDS Kartografie, Paderborn

### Druck

Dierichs Druck+Media GmbH & Co. KG, Kassel

### Gesamtauflage

300.000, 15. Ausgabe

### Druckdatum

Januar 2025

Nachdruck der Inhalte nur mit Genehmigung des Herausgebers. Dies gilt auch für die Aufnahme in elektronische Datenbanken und Vervielfältigung auf elektronischen Datenträgern.

Der Herausgeber hat die Informationen zu den hier vorgestellten Routen nach bestem Wissen zusammengestellt. Für die Richtigkeit der Angaben kann keine Garantie gegeben werden. Sie basieren auf den Informationen der Tourismusorganisationen.

# VICTORIA

A person wearing a helmet and a dark, ribbed jacket is sitting on a bicycle, facing away from the camera. They are looking out over a coastal landscape at sunset. The sun is low on the horizon, casting a warm, golden glow over the water and the distant hills. The sky is a mix of blue and orange. The person's bicycle is dark and appears to be a hybrid or e-bike. The overall atmosphere is peaceful and adventurous.

## Einfach raus.

Mehr Komfort für deine Abenteuer.

Entdecke jetzt unsere E-Bikes.

# PFLEGE WAS DU LIEBST

DEIN FAHRRADCHECK  
VOR DER FAHRT



## AKKU & DISPLAY

Akku voll und gesichert,  
Reichweite prüfen



## ANTRIEB: KASSETTE

Flüssig schaltende Kassette



## SCHEIBENBREMSE

Scheibenbremsbeläge  
kontrollieren



## REIFEN

Reifendruck, Profilabnutzung



## ANTRIEB: KETTE

Verschleiß kontrollieren,  
Kette schmieren

Erhalte die Leistung deines Fahrrads  
durch regelmässige Wartung.  
Mehr Informationen finden Sie hier.



**PAUL LANGE & CO**  
[www.paul-lange.de](http://www.paul-lange.de)