



Norbert Schmidt

**Radeln für die Seele. Rund um Köln**

Wohlfühl Touren

192 Seiten, EUR 18,00 (D)

ISBN 978-3-7700-2464-3

Erscheinungstermin: April 2023

## Entspanntes Radeln in und um Köln

### Erholsame Touren durch Wälder, Auen- und Heidelandschaften

Auch waschechte Kölner kehren ihrer Lieblingsstadt hin und wieder den Rücken – um mit dem Rad raus in die Natur zu fahren und herrlich entspannt heimzukehren. So auch Norbert Schmidt, der für „**Radeln für die Seele. Rund um Köln**“ seine 15 Lieblingstouren zusammengestellt hat. Sie führen durch die Wahner Heide und Königsforst, die Siegauen und Dhünn, vorbei an Burgen, Schlössern, Mühlen, Parks und Gärten. Es geht durch den Kölner Grüngürtel, von Leverkusen ins Bergische Land, nach Bonn, Dormagen, Pulheim und Bergisch Gladbach.

Ob für einige Stunden oder einen ganzen Tag: Hier ist Radeln ein Genuss. „Sämtliche Touren mit einer Länge von mindestens 20 bis maximal 40 Kilometern verlaufen fast ausnahmslos abseits verkehrsreicher Straßen, oft durch Wälder sowie durch Aue- und Heidelandschaften – immer ist bereits der Weg das Ziel und der Wohlfühlfaktor hoch“, so Norbert Schmidt, Radfahrer und Kölner aus Leidenschaft. Als langjähriges Vorstandsmitglied des ADFC NRW kennt er sich in der Fahrradszene bestens aus.

Unterteilt sind die 15 Touren nach ihren Schwerpunkten: Bei den Auszeittouren stehen herrliche Naturerlebnisse im Vordergrund. Die Entschleunigungstouren laden an besinnlichen Ruheorten zur Rast ein. Die Erfrischungstouren führen an belebenden Gewässern entlang. Die Panoramatouren garantieren mit grandiosen Weitblicken den nötigen Abstand vom Alltag.

### Mit vielen Fotos, wichtigen Tipps und Übersichtskarten

Beim Blick ins Buch laden die stimmungsvollen Fotos und ein farbenfrohes Layout zum Schmöckern ein. Sie machen direkt Lust, aufs Rad zu steigen und einer der abwechslungsreichen Touren zu folgen.

Zu jeder Tour gibt es eine Übersichtskarte, das Streckenprofil sowie Tipps zur An- und Abreise und besten Jahreszeit. Dazu kommen Hinweise zur Einkehr und zu Sehenswertem am Wegesrand.

„**Radeln für die Seele. Rund um Köln**“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 18,00 Euro.

**Der Autor**

**Norbert Schmidt** ist Radfahrer und Kölner aus Leidenschaft. Als Freiberufler, Autor und Redakteur erkundet er das Rheinland fast ausschließlich mit dem Rad. Entspannung und Inspiration findet er entlang von Flüssen, auf Höhenrouten oder auf stillgelegten Bahntrassen. Er war langjährig Vorstandsmitglied des ADFC NRW und kennt sich in der Fahrradszene bestens aus. Bei Droste hat er in der Reihe „Radeln für die Seele“ bereits Bände zu Rhein/Ahr/Erft, zur Eifel und zu Pilgerwegen im Rheinland veröffentlicht.

**Radeln für die Seele (Stand Frühjahr 2023):**

Altmühltal, Bayerischer Wald, Bergisches Land, Dreiländereck Aachen, Bodensee, Eifel, Elsass, Hamburg, Havelland, Hessen Bahntrassen, Köln, Kraichgau, Maastricht-Nimwegen, Mosel, München, Münsterland, Niederrhein, Nordfriesland, Nordrhein-Westfalen Bahntrassen, Osnabrücker Land, Pfalz, Rhein/Ahr/Erft, Rheinland-Pfalz Bahntrassen, RheinMain, Ruhrgebiet, Weserbergland

**Weitere Reihen zu Zielen in Deutschland und der Welt:**

- Wandern für die Seele
  - Urlaub für die Seele
  - Glücksorte
- 

**PRESSESERVICE – Nicole Abeln - Tel. 0211/8605-236 – Mail: [n.abeln@droste-verlag.de](mailto:n.abeln@droste-verlag.de)**

**Druckfähige Daten**

Für Rezensionen schicken wir Ihnen gerne druckfähige Dateien von Cover und Autorin per E-Mail oder stellen sie Ihnen als Download zur Verfügung.

**Honorarfreie Inhalte und Fotos**

Inhalte aus unseren Büchern können wir Ihnen nach Absprache kostenfrei zur Verfügung stellen, z. B. zur Nutzung in redaktionellen Beiträgen.

**Autor:inneninterviews**

Gerne vermitteln wir Ihnen ein Interview.

**Updates zu Neuerscheinungen**

Auf Wunsch tragen wir Sie in unsere Pressedatenbank ein und informieren Sie über unsere Neuerscheinungen.

---

**ZUM VERLAG**

Der Droste Verlag ist einer der führenden unabhängigen Verlage für Bücher in den Themenwelten Reiseführer, Sport- und Aktivreisen und Freizeitführer. Zudem publiziert Droste mit namhaften Partnern u. a. Fachbücher zu Politik und Zeitgeschichte.