



Sabine Hauke
Wandern für die Seele
Nordrhein-Westfalen – Wälder
192 Seiten, EUR 18,00 (D)
ISBN 978-3-7700-2653-1
GPS-Daten zum Download

Erscheinungstermin 3. Auflage: November 2024

Wandern mit allen Sinnen

Einzigartige Wanderungen mitten in Nordrhein-Westfalen

„Waldluft macht einfach glücklich“, findet Sabine Hauke. Für „**Wanderungen für die Seele. Nordrhein-Westfalen - Wälder**“ hat die Natur- und Landschaftsführerin die 20 schönsten Touren durch die Laub-, Misch- und Nadelwälder zwischen Aachen und Bielefeld, Kleve und Siegen zusammengestellt.

Erst ganz ruhig und dann mit phänomenaler Aussicht auf den Drachenfels verläuft die Wanderroute bei Bonn in der Heisterbacher Klosterlandschaft, die mit knapp 12 Kilometern Anfänger und Wandererfahrene glücklich werden lässt. Auch die eher industriell geprägten Städte Mülheim und Duisburg warten mit herrlichen grünen Oasen auf: Die Strecke im Broich-Speldorfer Wald ist dabei nur einer der schönen Wege. Im Klangwald bei Arnsberg können Wanderer zwischen Möhnesee und Hevesee die Seele baumeln lassen. Sabine Hauke gibt bei jeder Wandertour nützliche Tipps, so kommen weder die Geschichte des sagenumwobenen Burgfräuleins von Bad Laasphe noch das Ausflugslokal an der Urfttalsperre zu kurz.

Bei den abwechslungsreichen Wanderungen werden alle Sinne angesprochen, mit unterschiedlichen Schwerpunkten: Die Panoramatauren locken mit wunderschönen Ausblicken, die Erfrischungstouren führen an belebenden Gewässern entlang. Bei den Verwöhntouren sorgen gemütliche Gasthöfe für das leibliche Wohl, die Auszeitouren bieten herrliche Naturerlebnisse. Und auf den Entschleunigungstouren laden besinnliche Ruheorte zum Verweilen.

Mit vielen Fotos, wichtigen Tipps und Übersichtskarten

Die Erholung vom stressigen Alltag beginnt nicht erst beim Wandern, sondern schon mit dem ersten Blick ins Buch. Die großformatigen Fotos von Sabine Hauke und das farbenfrohe Layout des Wanderführers laden zum Schmökern ein und machen Lust, die Schuhe zu schnüren und einem der zwischen 7 und 15 Kilometer langen Rundwege zu folgen. Dazu gibt es Übersichtskarten und Streckenprofile sowie Tipps zur entspannten An- und Abreise, genussvollen Einkehr – oft mit Fokus auf heimischen Produkten – und zu Sehenswertem am Wegesrand.

„**Wandern für die Seele. Nordrhein-Westfalen - Wälder**“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 18,00 Euro.

Die Autorin

Sabine Hauke erlebte schon in der Kindheit die Wälder ihrer Heimat als Wohlfühlorte, in denen sie mit Wonne Beeren suchte, Baumgestalten ausfindig machte und unter Baumkronen träumte. Durch ihre Ausbildung zur Natur- und Landschaftsführerin entdeckt sie immer weitere unzählige Facetten in diesem vielschichtigen Naturraum. Im Droste Verlag bereits von ihr erschienen: „Wanderungen für die Seele. Bergisches Land“ sowie „Wanderungen für die Seele. Ruhrgebiet“.

Wandern für die Seele – bisher erschienen (Stand Herbst 2024):

Allgäu, Altmühltal, Ardennen, Bayerische Voralpen, Bayerischer Jura, Bayerischer Wald, Bergisches Land, Berlin, Berner Oberland, Bodensee, Bremen, Chiemgau, Düsseldorf, Eifel, Elsass, Erzgebirge, Fränkische Schweiz, Freiburg, Gardasee, Garmisch-Partenkirchen, Hallertau, Hamburg, Harz, Hohe Mark, Hohenlohe, Holsteinische Schweiz, Hunsrück, Kaiserstuhl/Breisgau, Karlsruhe, Kellerwald, Kraichgau, Lahntal, Lausitz, Luxemburg, Mallorca, Mittelrhein, Mosel, München, Münsterland, Nahe, Niederrhein, Nordrhein-Westfalen Wälder, Oberpfälzer Wald, Oberschwaben, Odenwald, Ostwestfalen-Lippe, Pfalz, Pfälzerwald, Rhein/Ahr/Erft, Rheingau/Taunus, Rheinhessen, Rhön, Ruhrgebiet, Saarland, Sächsische Schweiz, Salzkammergut, Sauerland, Schwäbische Alb, Schwarzwald (Nord, Mitte, Süd), Siegerland, Spessart, Steiermark, Stuttgart, Südtirol, Teutoburger Wald, Thüringer Wald, Vogesen, Westerwald, Wien, Zwischen Elbe und Weser

Unsere Reihen zu Zielen in Deutschland und der Welt:

- Einmal im Leben
- Glücksorte
- Kriminell entdecken
- Meine Auszeiten
- Radeln für die Seele
- Urlaub für die Seele
- Wandern für die Seele
- Weinorte
- Zu Fuß durch

PRESSESERVICE – Nicole AbelN – Tel. 0211/84 34 52 10 – Mail: n.abeln@droste-verlag.de

Druckfähige Daten

Für Rezensionen schicken wir Ihnen gerne druckfähige Dateien 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.

Interviews

Gerne vermitteln wir Ihnen ein Interview.

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.