

Wälder. Wiesen. Weitblick.



Geführte Wanderungen & Radtouren



2021



www.ferienland-reichshof.de

Geführte Wanderungen & Radtouren



UNTERWEGS ...

... AUF REICHSHOFS WEGEN INMITTEN BERGISCHER NATUR

Gemeinsam mit fachkundigen WanderführerInnen und Guides die abwechslungsreiche Natur erkunden, bunte Mischwälder durchstreifen, über die Reichshofer Höhen wandern und in den Genuss traumhafter Landschaftserlebnisse kommen.

Ob der Klassiker zur Wacholderheide oder entlang der Naturwaldzelle Puhlbruch, ob sportlich mit Nordic Walking-Stöcken oder dem MTB unterwegs, ob lehrreich die regionale Vielfalt der Pilze entdecken oder interaktiv in die Wirkungswelt der Kräuter eintauchen. Die Vielfalt der Tourenvorschläge ist groß!

Aus gegebenem Anlass

Aufgrund der aktuellen Situation im Hinblick auf die Corona-Pandemie möchten wir darauf hinweisen, dass Touren je nach landesbehördlichen Beschränkungen leider ausfallen können. Bei durchführbaren Terminen wird in besonderem Maße auf die Einhaltung der Hygieneregeln geachtet; die Teilnehmerzahl ist gemäß den Regularien auf eine entsprechende Zahl begrenzt. Genaue Informationen erhalten Sie in der Kur- & Touristinfo Reichshof.



ÜBERSICHT

So	06.06.2021	Bergsport am Blockhaus	
So	06.06.2021	Dreimal Bergisches Land, bittel – Tour 3	
Di	08.06.2021	Hobby-Nordic-Walker laden ein	
Fr	18.06.2021	Wanderung zur Silberkuhle – Försterwanderung	
Sa	19.06.2021	Kräuterführung auf dem Konradshof	
Sa	26.06.2021	Kräuterworkshop auf dem Konradshof – Sonnenwendkräuter	
So	27.06.2021	Bergsport am Blockhaus – E-Bike	
So	04.07.2021	Bergsport am Blockhaus	
Di	06.07.2021	Hobby-Nordic-Walker laden ein	
Sa	24.07.2021	Kräuterführung auf dem Konradshof	
So	25.07.2021	Bergsport am Blockhaus – E-Bike	
Sa	31.07.2021	Kräuterworkshop auf dem Konradshof – Die Rose	
So	01.08.2021	Bergsport am Blockhaus	
So	03.08.2021	Hobby-Nordic-Walker laden ein	
Do	19.08.2021	Wacholderwanderung – Mehr als nur Gewürz und Getränk	
Sa	21.08.2021	Kräuterführung auf dem Konradshof	
Fr	27.08.2021	Wanderung zur Urwaldzelle – Försterwanderung	
Sa	28.08.2021	Kräuterworkshop auf dem Konradshof – Der Kräuterbuschen	
Sa	28.08.2021	Vitalität & Naturgenuss – Hier weht ein frischer Wind	
So	29.08.2021	Bergsport am Blockhaus – E-Bike	
So	29.08.2021	Wanderlust und Fernweh – Unterwegs mit Geschichten und Songs	
Di	31.08.2021	Hobby-Nordic-Walker laden ein	
Sa	04.09.2021	Vitalität & Naturgenuss – Geh aus mein Herz und suche Freud	
So	05.09.2021	Naturkundliche Pilzlehrwanderung	
So	05.09.2021	Bergsport am Blockhaus	

ÜBERSICHT

Fr	17.09.2021	Über verbotene Wege entlang der Wiehltalsperre – Försterwanderung	
Sa	18.09.2021	Kräuterworkshop auf dem Konradshof – Salbenküche	
Sa	18.09.2021	Wacholderwanderung – Mehr als nur Gewürz und Getränk	
So	19.09.2021	Bergsport am Blockhaus – Einmal um die Wiehltalsperre	
Mo	20.09.2021	Eckenhagen – von Kirche bis Kaiser ... Geschichte mit Biss ... Genuss mit Musik	
Di	21.09.2021	Hobby-Nordic-Walker laden ein	
Mi	22.09.2021	Öffentliche Museumsführung – Puppen- & Mineralienausstellung Eckenhagen	
Fr	24.09.2021	Auf den Spuren der Heinzelmännchen – Bergbau im Raum des Steinaggettals	
Sa	25.09.2021	Vitalität & Naturgenuss – Zeit zum Sonne tanken	
Sa	25.09.2021	Kräuterführung auf dem Konradshof	
So	26.09.2021	Bergsport am Blockhaus – E-Bike	
Sa	02.10.2021	Vitalität & Naturgenuss – Balsam für die Seele	
So	03.10.2021	Bergsport am Blockhaus	
Di	26.10.2021	Hobby-Nordic-Walker laden ein	
Sa	30.10.2021	Kräuterworkshop auf dem Konradshof – Räuchern – mehr als nur Duft	
So	31.10.2021	Naturkundliche Pilzlehrwanderung	

	Wanderungen		Museumsführung
	Gesundheitswanderungen		Radtouren
	Kulturwanderung		E-Biketouren
	Kräuterworkshops		



SONNTAG, 6. JUNI 2021
 **BERGSPORT AM BLOCKHAUS**

SONNTAG, 6. JUNI 2021
DREIMAL BERGISCHES LAND, BITTE! – TOUR 3 

Guide:	Maik Papendick
Treffpunkt:	Rodener Platz 3, Eckenhagen
Zeit:	10:00 bis ca. 15:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 30 bis 60 km, ca. 500 bis 1000 hm
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit der Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“
Anmeldung:	Erforderlich, 0173-2326589 oder bab@maik-sandra.de
Teilnehmeranzahl:	4 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Es besteht Helmpflicht. MTB-Bereifung erforderlich Nur für konventionelle Bikes (keine E-Bikes).

Die Eckenhäaner Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“ (BaB) bietet regelmäßig geführte Mountainbike-Touren in die Region an. Von Eckenhagen aus geht es durch die Oberbergische Heimat, in den Olper Kreis und bis an die Grenze zu Rheinland-Pfalz. Ob auf asphaltierter Fahrbahn, Schotterwegen oder Single Trails im Gelände – die Touren sind abwechslungsreich geplant und bieten immer wieder wunderschöne Weitblicke in die bergische Landschaft.

Wertvolle Hinweise zur Fahrtechnik sind selbstverständlich inklusive. Das Gruppenerlebnis steht klar im Vordergrund; die Touren sind für sportbegeisterte Erwachsene jeder Altersklasse geeignet.

Neu in diesem Jahr: Die MTB-Touren am 1. Sonntag im Monat finden ausschließlich für konventionelle Biker statt. Für E-Biker werden gesonderte Touren angeboten.

Weitere Termine: 4. Juli, 1. August, 5. September, 3. Oktober

Wanderführer	Harald Hamel
Treffpunkt:	Parkplatz Schulzentrum Nümbrecht bzw. Burghof, Reichshof-Denklingen
Zeit:	09:30 bis ca. 17:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 14 km
Veranstalter:	Hamel wandert
Anmeldung:	Erforderlich, 0175-5178340 oder kontakt@hamel-wandert.de
Kosten:	25,- Euro
Besonderes:	Die Tourenreihe umfasst drei Wanderungen durch das Oberbergische Land (04./05./06.06.21). Einzeltermine sind möglich. Ab Nümbrecht gelangt die Gruppe mit dem ÖPNV zum Startpunkt und wandert zurück nach Nümbrecht.

Start dieser Wandertour ist der Burghof in Denklingen. Es geht Richtung Oberbreidenbach – stetig bergan und bergab, vorbei am Biebersteiner Weiher, über den Heisterstock ins Tal der Homburger Bröl bis in die Hustemich nach Distelkamp. Von hier aus ist Schloß Homburg nicht mehr weit. Eine abschließende Einkehr im Café „O’berg“ im Nümbrechter Ortskern rundet die Wanderung ab.



DIENSTAG, 8. JUNI 2021



HOBBY-NORDIC-WALKER LADEN EIN

Wanderführerinnen:	Christa Grolms und Erika Krämer
Treffpunkt:	Wanderparkplatz Wickenbach, Eckenhagen
Zeit:	9:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – ca. 5 – 7 km
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit Christa Grolms und Erika Krämer
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Das Tempo richtet sich nach den Teilnehmern. Die Tour findet auch bei leichtem Regen statt.

In netter Runde laden Hobby-Nordic-Walker zu einer Tour in den Staatsforst Puhlbruch ein.

Gemeinsam die Fitness steigern, einen Ausgleich zum stressigen Alltag finden und gleichzeitig der schönen Natur näher kommen. Was will man mehr?

Weiterer Termin: 3. August



FREITAG, 18. JUNI 2021



WANDERUNG ZUR SILBERKUHLE

Försterwanderung

Wanderführer:	Thomas Weber
Treffpunkt:	Wanderparkplatz Silberkuhle in Hespert, Hustener Str., 51580 Reichshof
Zeit:	17:00 bis 19:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – ca. 3 km
Veranstalter:	Regionalforstamt Rhein-Sieg-Erft
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Teilnehmeranzahl:	10 bis 25 Teilnehmer
Kosten:	5,- Euro pro Person, Kinder kostenfrei

Eine einzigartige Tour durch Hangmoorlandschaften, in deren Bereichen wilde Orchideen und seltene Gräser bis heute wachsen. Gemeinsam mit Förster Thomas Weber lernt man die Eigenheiten einer unter Naturschutz stehenden Wacholderheide mit ihrer Flora und Fauna kennen.



SAMSTAG, 19. JUNI 2021

KRÄUTERFÜHRUNG AUF DEM KONRADSHOF



Wanderführerin:	Elke Fritsch, Phytaro dipl. Kräuterefachfrau, heimische Ethnomedizin
Treffpunkt:	Konradshofer Str. 1, Konradshof
Zeit:	14:30 bis 16:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – die Gruppe bleibt auf dem Gelände des Konradshofs
Veranstalter:	Elke Fritsch
Anmeldung:	Erforderlich, 0170-3432744 oder fritschelke@web.de
Teilnehmeranzahl:	3 bis 10 Teilnehmer
Kosten:	10,- Euro pro Person
Besonderes:	Die Führungen finden auch bei Regen statt. Bitte an feste Schuhe und wetterangepasste Kleidung denken. Gerne können Notizen zu den vorgestellten Kräutern gemacht werden und einzelne Blätter fürs Herbarium gesammelt werden.

Auf dem Gelände des Konradshofs wachsen über 100 gekennzeichnete Heilpflanzen, die darauf warten, entdeckt zu werden. Kräuterefachfrau Elke Fritsch führt zu umliegenden Wiesen und durch ihren reich bestückten Gesundheitsgarten. Dabei klärt sie detailliert über die Eigenschaften und Wirkungen der verschiedenen Kräuter auf.

Weitere Termine: 24. Juli, 21. August, 25. September



SAMSTAG, 26. JUNI 2021

KRÄUTERWORKSHOP AUF DEM KONRADSHOF



Sonnenwendkräuter

Wanderführerin:	Elke Fritsch, Phytaro dipl. Kräuterefachfrau, heimische Ethnomedizin
Treffpunkt:	Konradshofer Str. 1, Konradshof
Zeit:	14:00 bis 18:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – die Gruppe bleibt auf dem Gelände des Konradshofs
Veranstalter:	Elke Fritsch
Anmeldung:	Erforderlich, 0170-3432744 oder fritschelke@web.de
Teilnehmeranzahl:	5 bis 10 Teilnehmer
Kosten:	45,- Euro pro Person inkl. Getränke, Skript, Kaffee und Kuchen (Gruppen- / Einzelrabatte möglich)

Der heutige Workshop von Kräuterefachfrau Elke Fritsch handelt von den Kräutern, die Mitte Juni ihre höchste Kraft entfalten. Die Sonnenenergie ist jetzt am stärksten und besonders in der dunklen Winterzeit wirken die Pflanzen heilsam auf Seele und Körper. Durch die Herstellung von Tinkturen und Mazeraten der gesammelten Pflanzen kann der Sonnenschein bewahrt bleiben.

Die selbst hergestellten Zubereitungen können mit nach Hause genommen werden. Eine Tinktur und ein Mazerat sind im Preis enthalten; jede weitere Zubereitung kostet 2,- Euro.



SONNTAG, 27. JUNI 2021
BERGSPORT AM BLOCKHAUS – E-BIKE

SONNTAG, 4. JULI 2021
BERGSPORT AM BLOCKHAUS

Guide:	Maik Papendick
Treffpunkt:	Rodener Platz 3, Eckenhagen
Zeit:	10:00 bis ca. 15:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 30 bis 60 km, ca. 500 bis 1000 hm
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit der Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“
Anmeldung:	Erforderlich, 0173-2326589 oder bab@maik-sandra.de
Teilnehmeranzahl:	4 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Es besteht Helmpflicht. Die Radtouren sind nur für E-Bikes bestimmt. MTB E-Bike, MTB-Bereifung erforderlich!

Guide:	Maik Papendick
Treffpunkt:	Rodener Platz 3, Eckenhagen
Zeit:	10:00 bis ca. 15:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 30 bis 60 km, ca. 500 bis 1000 hm
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit der Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“
Anmeldung:	Erforderlich, 0173-2326589 oder bab@maik-sandra.de
Teilnehmeranzahl:	4 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Es besteht Helmpflicht. MTB-Bereifung erforderlich! Nur für konventionelle Bikes (keine E-Bikes).

Die Eckenhäner Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“ (BaB) bietet regelmäßig geführte E-Mountainbike-Touren in die Region an. Von Eckenhagen aus geht es durch die Oberbergische Heimat, in den Olper Kreis und bis an die Grenze zu Rheinland-Pfalz. Ob auf asphaltierter Fahrbahn, Schotterwegen oder Single Trails im Gelände – die Touren sind abwechslungsreich geplant und bieten immer wieder wunderschöne Weitblicke in die bergische Landschaft.

Wertvolle Hinweise zur Fahrtechnik sind selbstverständlich inklusive. Das Gruppenerlebnis steht klar im Vordergrund; die Touren sind für sportbegeisterte Erwachsene jeder Altersklasse geeignet.

Weitere Termine: 25. Juli, 29. August, 26. September

Beschreibung siehe 6. Juni

Weitere Termine: 1. August, 5. September, 3. Oktober

WIR MACHEN DEIN E-BIKE
unplattbar®
MARATHON
E-PLUS

SCHWALBE
E-BIKE TIRES

FAIR RUBBER
MADE WITH PAIR RUBBER
THE WORLD A BETTER PLACE

schwalbe.com/marathon-eplus



DIENSTAG, 6. JULI 2021



HOBBY-NORDIC-WALKER LADEN EIN

SAMSTAG, 24. JULI 2021

KRÄUTERFÜHRUNG AUF DEM KONRADSHOF



Wanderführerinnen:	Christa Grolms und Erika Krämer
Treffpunkt:	Schulzentrum
Zeit:	9:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 6 km
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit Christa Grolms und Erika Krämer
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Das Tempo richtet sich nach den Teilnehmern. Die Tour findet auch bei leichtem Regen statt.

In netter Runde laden Hobby-Nordic-Walker zu einer Tour in den Staatsforst Puhlbruch ein.

Gemeinsam die Fitness steigern, einen Ausgleich zum stressigen Alltag finden und gleichzeitig der schönen Natur näher kommen. Was will man mehr?

Weiterer Termin: 31. August

Wanderführerin:	Elke Fritsch, Phytaro dipl. Kräuterefachfrau, heimische Ethnomedizin
Treffpunkt:	Konradshofer Str. 1, Konradshof
Zeit:	14:30 bis 16:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – die Gruppe bleibt auf dem Gelände des Konradshofs
Veranstalter:	Elke Fritsch
Anmeldung:	Erforderlich, 0170-3432744 oder fritschelke@web.de
Teilnehmeranzahl:	3 bis 10 Teilnehmer
Kosten:	10,- Euro pro Person
Besonderes:	Die Führungen finden auch bei Regen statt. Bitte an feste Schuhe und wetterangepasste Kleidung denken. Gerne können Notizen zu den vorgestellten Kräutern gemacht werden und einzelne Blätter fürs Herbarium gesammelt werden.

Beschreibung siehe 19. Juni

Weitere Termine: 21. August, 25. September





SONNTAG, 25. JULI 2021
 **BERGSPORT AM BLOCKHAUS – E-BIKE**

SAMSTAG, 31. JULI 2021
KRÄUTERWORKSHOP AUF DEM KONRADSHOF 

Guide:	Maik Papendick
Treffpunkt:	Rodener Platz 3, Eckenhagen
Zeit:	10:00 bis ca. 15:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 30 bis 60 km, ca. 500 bis 1000 hm
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit der Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“
Anmeldung:	Erforderlich, 0173-2326589 oder bab@maik-sandra.de
Teilnehmeranzahl:	4 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Es besteht Helmpflicht. Die Radtouren sind nur für E-Bikes bestimmt. MTB E-Bike, MTB-Bereifung erforderlich!

Beschreibung siehe 27. Juni

Weitere Termine: 29. August, 26. September



Die Rose

Wanderführerin:	Elke Fritsch, Phytaro dipl. Kräuterfachfrau, heimische Ethnomedizin
Treffpunkt:	Konradshofer Str. 1, Konradshof
Zeit:	14:00 bis 18:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – die Gruppe bleibt auf dem Gelände des Konradshofs
Veranstalter:	Elke Fritsch
Anmeldung:	Erforderlich, 0170-3432744 oder fritschelke@web.de
Teilnehmeranzahl:	5 bis 10 Teilnehmer
Kosten:	45,- Euro pro Person inkl. Getränke, Skript, Kaffee und Kuchen (Gruppen- / Einzelrabatte möglich)

Eine schöne Allrounderin – Jeder kennt die Rose als Blume, bestenfalls noch als Kosmetikum, doch ihre kulinarische und auch heilende Kräfte sind oft unbekannt.

Im heutigen Workshop von Kräuterfachfrau Elke Fritsch gibt es einen kleinen Überblick über die Inhaltsstoffe und Möglichkeiten dieser schönen Pflanze. Drei Beispiele werden dabei hergestellt und können im Anschluss mit nach Hause genommen werden.



SONNTAG, 1. AUGUST 2021
BERGSPORT AM BLOCKHAUS

SONNTAG, 3. AUGUST 2021
HOBBY-NORDIC-WALKER LADEN EIN

Guide:	Maik Papendick
Treffpunkt:	Rodener Platz 3, Eckenhagen
Zeit:	10:00 bis ca. 15:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 30 bis 60 km, ca. 500 bis 1000 hm
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit der Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“
Anmeldung:	Erforderlich, 0173-2326589 oder bab@maik-sandra.de
Teilnehmeranzahl:	4 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Es besteht Helmpflicht. MTB-Bereifung erforderlich! Nur für konventionelle Bikes (keine E-Bikes).

Wanderführerinnen:	Christa Grolms und Erika Krämer
Treffpunkt:	Wanderparkplatz Wickenbach, Eckenhagen
Zeit:	9:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – ca. 5 – 7 km
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit Christa Grolms und Erika Krämer
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Das Tempo richtet sich nach den Teilnehmern. Die Tour findet auch bei leichtem Regen statt.

Beschreibung siehe 6. Juni

Beschreibung siehe 8. Juni

Weitere Termine: 5. September, 3. Oktober

Haus Hassel 14
 beim Golfclub Oberberg
 Hasseler Straße 42
 51580 Reichshof
 Tel: (0 22 97) 71 31
www.hassel-14.de

Urlaub im Bergischen
 Das 5 Sterne Ferienhaus „Hassel 14“ lässt keine Wünsche offen!

- inmitten der wunderschönen oberbergischen Wanderlandschaft
- für Familien und Kleingruppen geeignet bis 8 Personen
- Gewölbe-Wellnessbereich mit Sauna und Whirlpool

Gemütlich einkehren im Halfway-House
 mit atemberaubendem Ausblick!

- inmitten des wunderschönen, ländlichen Golfplatz-Ambientes
- beliebt unter Wanderern und Radfahrern
- kalte und warme Speisen
- Snacks und Kuchentafel

Halfway-House beim Golfclub Oberberg e.V.
 Hasseler Straße 42
 51580 Reichshof
 Telefon: (0 22 97) 71 31
www.golfcluboberberg.de



DONNERSTAG, 19. AUGUST 2021

SAMSTAG, 21. AUGUST 2021



WACHOLDERWANDERUNG

KRÄUTERFÜHRUNG AUF DEM KONRADSHOF



Mehr als nur Gewürz und Getränk

Wanderführerin:	Kerstin Kiani
Treffpunkt:	Wanderparkplatz Hecke, Hundhausener Str. (eine Anfahrtsskizze wird bei Bedarf bei der Anmeldung zugeschickt)
Zeit:	18:00 bis 19:30 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – ca. 2,5 km, überwiegend flach, befestigte Waldwege
Veranstalter:	Biologische Station Oberberg (BSO) und Kreisvolkshochschule (KVHS)
Anmeldung:	Erforderlich, 02293-90150 oder oberberg@bs-bl.de
Teilnehmeranzahl:	8 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Erwachsene 5,- Euro, Kinder 2,- Euro, Familien 12,- Euro
Besonderes:	Geeignet für Erwachsene und Familien mit Kindern ab 8 Jahren. Bitte an feste Schuhe, wetterangepasste Kleidung und ggf. Getränke denken.

Wacholder – bekannt aus manch leckerer Speise oder in flüssiger Form nach einem üppigen Essen.

Der Spaziergang zur Branscheider Wacholderheide zeigt die unbekanntesten Besonderheiten der Baumapotheke Wacholder auf und erläutert wie die Landschaft entstanden ist und erhalten werden kann.

Wanderführerin:	Elke Fritsch, Phytaro dipl. Kräuterefachfrau, heimische Ethnomedizin
Treffpunkt:	Konradshofer Str. 1, Konradshof
Zeit:	14:30 bis 16:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – die Gruppe bleibt auf dem Gelände des Konradshofs
Veranstalter:	Elke Fritsch
Anmeldung:	Erforderlich, 0170-3432744 oder fritschelke@web.de
Teilnehmeranzahl:	3 bis 10 Teilnehmer
Kosten:	10,- Euro pro Person
Besonderes:	Die Führungen finden auch bei Regen statt. Bitte an feste Schuhe und wetterangepasste Kleidung denken. Gerne können Notizen zu den vorgestellten Kräutern gemacht werden und einzelne Blätter fürs Herbarium gesammelt werden.

Beschreibung siehe 19. Juni

Weiterer Termin: 25. September



FREITAG, 27. AUGUST 2021

WANDERUNG ZUR URWALDZELLE

Försterwanderung

Wanderführer:	Thomas Weber
Treffpunkt:	Wanderparkplatz Wickenbach, Eckenhagen
Zeit:	17:00 bis 19:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – ca. 4 km
Veranstalter:	Regionalforstamt Rhein-Sieg-Erft
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Teilnehmeranzahl:	10 bis 25 Teilnehmer
Kosten:	5,- Euro pro Person, Kinder kostenfrei

Erkundung von Flora und Fauna im größten zusammenhängenden und unter Naturschutz stehenden Waldgebiet des Oberbergischen Kreises. Auf Entdeckungsreise mit dem Förster wandert man vorbei am idyllischen Wickenbach zur Naturwaldzelle mit ihrem beeindruckendem, über 200 Jahre alten Baumbestand.



Hallenbad

Saunaparadies

Wellness

Erleben Sie im monte mare Reichshof die einzigartige Vielfalt rund um Wasser, Wärme und Wellness für einen entspannenden Kurzurlaub.



...meine Pause vom Alltag

monte mare · Hahnbacher Str. 21 · Reichshof www.monte-mare.de

SAMSTAG, 28. AUGUST 2021

KRÄUTERWORKSHOP AUF DEM KONRADSHOF



Der Kräuterbuschen

Wanderführerin:	Elke Fritsch, Phytaro dipl. Kräuterefachfrau, heimische Ethnomedizin
Treffpunkt:	Konradshofer Str. 1, Konradshof
Zeit:	14:00 bis 18:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – die Gruppe bleibt auf dem Gelände des Konradshofs
Veranstalter:	Elke Fritsch
Anmeldung:	Erforderlich, 0170-3432744 oder fritschelke@web.de
Teilnehmeranzahl:	5 bis 10 Teilnehmer
Kosten:	45,- Euro pro Person inkl. Getränke, Skript, Kaffee und Kuchen (Gruppen- / Einzelrabatte möglich)

Der heutige Workshop von Kräuterefachfrau Elke Fritsch handelt vom traditionellen Binden eines Kräuterbuschen aus neun Pflanzen. Es wird eine Auswahl an Pflanzen vorgestellt und deren Inhaltsstoffe und Wirkungsweisen erklärt. Hierzu gehören auch Räucher- und Wetterpflanzen für die stürmische Zeit des Jahres.

Jeder Teilnehmer sammelt die gewünschten Pflanzen, verarbeitet sie und stellt sie zu einem für sich richtigen Buschen zusammen, der im Anschluss mit nach Hause genommen werden kann.



SAMSTAG, 28. AUGUST 2021
VITALITÄT UND NATURGENUSS

SONNTAG, 29. AUGUST 2021
BERGSPORT AM BLOCKHAUS – E-BIKE

Hier weht ein frischer Wind

Wanderführerin:	Dorothee Bastian, Heilklimatherapeutin und zertifizierte Gesundheitswanderführerin
Treffpunkt:	Parkplatz Kurpark Eckenhagen, Zöper Weg, 51580 Reichshof
Zeit:	15:00 bis ca. 16:45 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 4 km
Veranstalter:	Dorothee Bastian in Zusammenarbeit mit der Kur- & Touristinfo Reichshof
Anmeldung:	Erforderlich, 0151-46635334
Teilnehmeranzahl:	5 bis 13 Teilnehmer
Kosten:	12,- Euro pro Einheit (Gesamtpreis für 5 Einheiten 50,- Euro)

Kühle Luft und Wind sind bei richtiger Kleidung ein Segen für unsere Gesundheit. Während dieser Wanderung lernt man das Klima für eine verbesserte Ausdauer- und Leistungsfähigkeit zu nutzen.

Weitere Termine zum Kursprogramm der Gesundheitswanderungen am 4. September, 11. September, 25. September und 2. Oktober.

Guide:	Maik Papendick
Treffpunkt:	Rodener Platz 3, Eckenhagen
Zeit:	10:00 bis ca. 15:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 30 bis 60 km, ca. 500 bis 1000 hm
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit der Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“
Anmeldung:	Erforderlich, 0173-2326589 oder bab@maik-sandra.de
Teilnehmeranzahl:	4 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Es besteht Helmpflicht. Die Radtouren sind nur für E-Bikes bestimmt. MTB E-Bike, MTB-Bereifung erforderlich!

Beschreibung siehe 27. Juni

Weiterer Termin: 26. September

PANORAMAHÜTTE
AM BLOCKHAUS

Für die verdiente Pause
NATURGENUSS
MIT ALLEN
SINNEN

Blockhaus 2 • 51580 Reichshof-Blockhaus • Telefon: 0170 3523808
WWW.PANORAMAHUETTE-AM-BLOCKHAUS.DE



SONNTAG, 29. AUGUST 2021
WANDERLUST UND FERNWEH

DIENSTAG, 31. AUGUST 2021
HOBBY-NORDIC-WALKER LADEN EIN



Unterwegs mit Geschichten und Songs

Wanderführer:	Dorothee Bastian / Winfried Bode
Treffpunkt:	Ev. Barockkirche, Kirchbergweg 4, Eckenhagen
Zeit:	14:00 bis 17:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – ca. 7 km
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Eckenhagen in Zusammenarbeit mit Dorothee Bastian und Winfried Bode
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Teilnehmeranzahl:	8 bis 25 Teilnehmer
Kosten:	18,- Euro
Besonderes:	Wanderung mit Lesungen, Konzerteinlagen und -abschluss.

Dorothee Bastian, Wanderführerin und Autorin, und Winfried Bode, bekannter Kölner Sänger und Gitarrist, nehmen Sie mit auf einen Streifzug durch den Reichshof rund um Eckenhagen.

Zu Beginn der ca. 7 km langen Wanderung, auf dem Weg und am Zielort präsentiert Winfried Bode Geschichten und Songs, die von Wanderlust und Fernweh erzählen. Mit kleinen Achtsamkeitsübungen öffnen wir unseren Horizont und vertiefen unsere Beziehung zur Natur.

Wanderführerinnen:	Christa Grolms und Erika Krämer
Treffpunkt:	Schulzentrum
Zeit:	9:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 6 km
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit Christa Grolms und Erika Krämer
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Das Tempo richtet sich nach den Teilnehmern. Die Tour findet auch bei leichtem Regen statt.

Beschreibung siehe 6. Juli

DAS TEAM VON FEINBIER UNTERWEGS
WEISS WAS MAN BRAUCHT
UM „UNTERWEGS“ ZU SEIN.

Eine umfassende Auswahl an Produkten für Draußen.
 Zelte und Schlafsäcke, Taschen und Rucksäcke, Klettergurte und Karabiner, Hüte und Mützen, Schuhe und Kleidung zum Wandern, Trekking, Klettern, für Sonnenschein und Regenwetter.

Feinbieer unterwegs
 SANDSTR. 22 • 57072 SIEGEN
 TEL. 0271 / 22882
 WWW.FEINBIER-UNTERWEGS.DE



 SAMSTAG, 4. SEPTEMBER 2021

VITALITÄT UND NATURGENUSS

Geh aus mein Herz und suche Freud

Wanderführerin:	Dorothee Bastian, Heilklimatherapeutin und zertifizierte Gesundheitswanderführerin
Treffpunkt:	Parkplatz Kurpark Eckenhagen, Zöper Weg, 51580 Reichshof
Zeit:	15:00 bis ca. 16:45 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 4,1 km
Veranstalter:	Dorothee Bastian in Zusammenarbeit mit der Kur- & Touristinfo Reichshof
Anmeldung:	Erforderlich, 0151-46635334
Teilnehmeranzahl:	5 bis 13 Teilnehmer
Kosten:	12,- Euro pro Einheit (Gesamtpreis für 5 Einheiten 50,- Euro)

Das Herz ist der Motor des Menschen und will pfleglich behandelt werden. Damit es gesund bleibt, braucht es regelmäßiges Training und einen ausgeglichenen Alltag. Freude an Bewegung sollte zur Herzensangelegenheit werden.

Weitere Termine zum Kursprogramm der Gesundheitswanderungen am 11. September, 25. September und 2. Oktober.

SONNTAG, 5. SEPTEMBER 2021

NATURKUNDLICHE PILZLEHRWANDERUNG



Anfängerkurs: Bestimmung Röhrling und Täubling

Wanderführer:	Daniel Frank, Pilzsachverständiger der Deutschen Gesellschaft für Mykologie e.V. (DGfM)
Treffpunkt:	Parkplatz Blockhaus/Hähnen. 51580 Reichshof
Zeit:	12:00 bis 16:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel
Veranstalter:	Daniel Frank in Zusammenarbeit mit dem Naturpark Bergisches Land und der Kur- & Touristinfo Reichshof
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Teilnehmeranzahl:	5 bis 25 Teilnehmer
Kosten:	3,- Euro Schutzgebühr pro Person
Besonderes:	Nicht für Kinderwagen geeignet

Lernen Sie die faszinierende Welt der Pilze kennen. Bei dieser Pilzlehrwanderung mit dem Pilzsachverständigen der DGfM, Daniel Frank, erfahren interessierte Sammler allerhand Wissenswertes über die spannende Welt der Mykologie. Wie gehe ich bei der Pilzbestimmung vor? Welche „Bauteile des Pilzes“ muss ich mir genauer ansehen? Auf welche Merkmale besonders achten? Diese und viele weitere Fragen werden während der Wanderung beantwortet.



SONNTAG, 5. SEPTEMBER 2021
BERGSPORT AM BLOCKHAUS

SAMSTAG, 11. SEPTEMBER 2021
VITALITÄT UND NATURGENUSS



Guide:	Maik Papendick
Treffpunkt:	Rodener Platz 3, Eckenhagen
Zeit:	10:00 bis ca. 15:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 30 bis 60 km, ca. 500 bis 1000 hm
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit der Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“
Anmeldung:	Erforderlich, 0173-2326589 oder bab@maik-sandra.de
Teilnehmeranzahl:	4 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Es besteht Helmpflicht. MTB-Bereifung erforderlich! Nur für konventionelle Bikes (keine E-Bikes).

Beschreibung siehe 6. Juni

Weiterer Termin: 3. Oktober

Waldbaden

Wanderführerin:	Dorothee Bastian, Heilklimatherapeutin und zertifizierte Gesundheitswanderführerin
Treffpunkt:	Parkplatz Kurpark Eckenhagen, Zöper Weg, 51580 Reichshof
Zeit:	15:00 bis ca. 16:45 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 4 km
Veranstalter:	Dorothee Bastian in Zusammenarbeit mit der Kur- & Touristinfo Reichshof
Anmeldung:	Erforderlich, 0151-46635334
Teilnehmeranzahl:	5 bis 13 Teilnehmer
Kosten:	12,- Euro pro Einheit (Gesamtpreis für 5 Einheiten 50,- Euro)

Heilsame Düfte einatmen, den Stimmen des Waldes lauschen, sich an Farben berauschen. Die Stille des Waldes stärkt das Immunsystem und fördert Stressabbau. Achtsamkeit, Mobilität und Ruhepausen wechseln sich bei dieser Wanderung ab.

Weitere Termine zum Kursprogramm der Gesundheitswanderungen am 25. September und 2. Oktober.

Ihre Praxis für:

- Stressmanagement und **Burnout**-Prävention
- Lösung von **Angst**zuständen und **Konflikten**
- Optimierung von **Leistungsfähigkeit** und **Belastbarkeit** im Sport, Beruf und Alltag
- **Schmerz**behandlung durch **Dorn-Breuß**-Massage und **Kinesiotaping**
- **Schlafstörungen**
- **Darmsanierung** und Ernährungsberatung

Lieber in Balance - Praxis für Kinesiologie und Naturheilkunde
 Heilpraktikerin Sandra Papendick
 Hochwaldstr. 57a - 51580 Reichshof-Windfus
 Tel. 02265 - 9814172 - Termine nach Vereinbarung
 eMail: info@lieber-in-balance.de - Web: www.lieber-in-balance.de



FREITAG, 17. SEPTEMBER 2021

ÜBER VERBOTENE WEGE ENTLANG DER WIEHLTALSPERRE

Försterwanderung

Wanderführer:	Thomas Weber
Treffpunkt:	Wanderparkplatz, Rauschenberg, L324 zwischen Dreschhausen und Nespen, 51580 Reichshof
Zeit:	14:00 bis 17:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 9 km
Veranstalter:	Regionalforstamt Rhein-Sieg-Erft
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Teilnehmeranzahl:	10 bis 25 Teilnehmer
Kosten:	5,- Euro pro Person, Kinder kostenfrei

Auf dieser geführten Wanderung können gemeinsam mit dem Förster die verbotenen Wege der Wiehltalsperre bis hin zum Ufer erkundet werden.

Thomas Weber erläutert die Besonderheiten des Waldes an der Trinkwassertalsperre, ermöglicht einen Spaziergang über den sonst nicht öffentlich zugänglichen Vorstaudamm und schenkt einen tollen Ausblick auf die bekannte „Krombacher Insel“.



SAMSTAG, 18. SEPTEMBER 2021

KRÄUTERWORKSHOP AUF DEM KONRADSHOF

Salbenküche

Wanderführerin:	Elke Fritsch, Phytaro dipl. Kräuterefachfrau, heimische Ethnomedizin
Treffpunkt:	Konradshofer Str. 1, Konradshof
Zeit:	14:00 bis 18:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – die Gruppe bleibt auf dem Gelände des Konradshofs
Veranstalter:	Elke Fritsch
Anmeldung:	Erforderlich, 0170-3432744 oder fritschelke@web.de
Teilnehmeranzahl:	5 bis 10 Teilnehmer
Kosten:	45,- Euro pro Person inkl. Getränke, Skript, Kaffee und Kuchen; 3,- Euro Materialkosten (Gruppen- / Einzelrabatte möglich)

Salbenkochen ist keine Hexerei – das beweist dieser Workshop von Kräuterefachfrau Elke Fritsch.

Thema dieses Workshops ist die Zubereitung eigener Salben. Es werden verschiedene Zutaten und Grundrezepte vorgestellt und deren Wirkungen besprochen. Drei verschiedene Salben werden gemeinsam zubereitet und können im Anschluss mit nach Hause genommen werden.



SAMSTAG, 18. SEPTEMBER 2021



WACHOLDERWANDERUNG

Mehr als nur Gewürz und Getränk

Wanderführerin:	Kerstin Kiani
Treffpunkt:	Wanderparkplatz Hecke, Hundhausener Str. (eine Anfahrtsskizze wird bei Bedarf bei der Anmeldung zugeschickt)
Zeit:	14:00 bis 15:30 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – ca. 2,5 km, überwiegend flach, befestigte Waldwege
Veranstalter:	Biologische Station Oberberg (BSO) und Kreisvolkshochschule (KVHS)
Anmeldung:	Erforderlich, 02293-90150 oder oberberg@bs-bl.de
Teilnehmeranzahl:	8 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Erwachsene 5,- Euro, Kinder 2,- Euro, Familien 12,- Euro
Besonderes:	Geeignet für Erwachsene und Familien mit Kindern ab 8 Jahren. Bitte an feste Schuhe, wetterangepasste Kleidung und ggf. Getränke denken.

Wacholder – bekannt aus manch leckerer Speise oder in flüssiger Form nach einem üppigen Essen. Der Spaziergang zur Branscheider Wacholderheide zeigt die unbekannteren Besonderheiten der Baumapotheke Wacholder auf und erläutert, wie die Landschaft entstanden ist und erhalten werden kann.

SONNTAG, 19. SEPTEMBER 2021

BERGSPORT AM BLOCKHAUS



Einmal um die Wiehltalsperre

Guide:	Maik Papendick
Treffpunkt:	Rodener Platz 3, Eckenhagen
Zeit:	10:00 bis ca. 15:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 40 km, 600 hm, Fahrtzeit inkl. Pause ca. 4 Stunden
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit der Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“
Anmeldung:	Erforderlich, 0173-2326589 oder bab@maik-sandra.de
Teilnehmeranzahl:	4 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Es besteht Helmpflicht. MTB-Bereifung erforderlich!

Nach der Umrundung der Trinkwassertalsperre wird im Mühlen-Café in Nespen eingekehrt und anschließend gut gestärkt der Rückweg angetreten.

Das Gruppenerlebnis steht klar im Vordergrund; die Tour ist für sportbegeisterte Erwachsene jeder Altersklasse geeignet. Auch E-Mountainbikes sind herzlich willkommen.



MONTAG, 20. SEPTEMBER 2021

ECKENHAGEN – VON KIRCHE BIS KAISER

...Geschichte mit Biss ...Genuss mit Musik

Wanderführerin:	Regina Kerstin
Treffpunkt:	Rodener Platz, Eckenhagen
Zeit:	14:30 bis 16:30 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – ca. 2 km
Veranstalter:	StadtLandBerg Erlebnistouren
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Teilnehmeranzahl:	5 bis 30 Teilnehmer
Kosten:	7,- Euro pro Person

Ein Spaziergang durch den Heilklimatischen Kurort – gemeinsam mit Stadt- und Landschaftsführerin Regina Kerstin in die Historie des beschaulichen Orts eintauchen. Alte Bauers-Traditionen, einen Blick auf die historische Barockorgel und allerhand spannende Geschichten erwarten die Teilnehmer.

**Ferienwohnung
SCHMARGENDORF**

Christa Schmargendorf Tel.: 02265 – 99 02 39
 Auf der Höhe 30 FAX: 02265 – 99 02 41
 51580 Reichshof-Eckenhagen Handy: 0173 – 97 246 51

E-mail: christa@ferienwohnung-schmargendorf.de
 Internet: www.ferienwohnung-schmargendorf.de

DIENSTAG, 21. SEPTEMBER 2021

HOBBY-NORDIC-WALKER LADEN EIN



Wanderführerinnen:	Christa Grolms und Erika Krämer
Treffpunkt:	Wanderparkplatz Wickenbach, Eckenhagen
Zeit:	9:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – ca. 6,5 km
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit Christa Grolms und Erika Krämer
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Das Tempo richtet sich nach den Teilnehmern. Die Tour findet auch bei leichtem Regen statt.

In netter Runde laden Hobby-Nordic-Walker zu einer Tour in den Staatsforst Puhlbruch ein. Ein Teil der Strecke verläuft auf dem Bergischen Panoramasteig. Gemeinsam die Fitness steigern, einen Ausgleich zum stressigen Alltag finden und gleichzeitig der schönen Natur näher kommen. Was will man mehr?



MITTWOCH, 22. SEPTEMBER 2021

ÖFFENTLICHE MUSEUMSFÜHRUNG

Puppen- & Mineralienausstellung Eckenhagen

Guide:	Rainer Isenhardt
Treffpunkt:	Kur- & Touristinfo Eckenhagen, Reichshofstraße 30, 51580 Reichshof
Zeit:	14:00 bis 15:00 Uhr
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Teilnehmeranzahl:	5 bis 20 Teilnehmer
Kosten:	1,50 Euro pro Person

Während der einstündigen Führung durch die Ausstellungen im Eckenhäaner Huus können Interessierte einen Blick in die vielfältige Sammlung der Puppen werfen. Die spannenden Geschichten, die sich häufig dahinter verbergen, sind inklusive. Auch die Mineralienausstellung ist Teil der Führung und zeigt, welches bergbauliche Erbe sich im Oberbergischen verbirgt.

FREITAG, 24. SEPTEMBER 2021

AUF DEN SPUREN DER HEINZELMÄNNCHEN



Bergbau im Raum des Steinaggertals

Wanderführer:	Arndt Ischebeck
Treffpunkt:	Rodener Platz, Eckenhagen
Zeit:	13:00 bis 17:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 10 km
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit dem BürgerBus Reichshof e.V.
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Teilnehmeranzahl:	5 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	2,- Euro pro Person
Besonderes:	Kosten beziehen sich auf den Transfer von Eckenhagen nach Fahrenberg mit dem BürgerBus. Bei mehr als 7 Teilnehmern müssen Mitfahrgelegenheiten gebildet werden.

Die Wanderung zeigt Spuren des Erzbergbaus im Steinaggertal auf. Dabei wird auch vom damaligen Leben der Menschen im Bergbau erzählt.



SAMSTAG, 25. SEPTEMBER 2021
VITALITÄT UND NATURGENUSS

SAMSTAG, 25. SEPTEMBER 2021
KRÄUTERFÜHRUNG AUF DEM KONRADSHOF

Zeit zum Sonne tanken

Wanderführerin:	Dorothee Bastian, Heilklimatherapeutin und zertifizierte Gesundheitswanderführerin
Treffpunkt:	Kur- & Touristinfo, Reichshofstr. 30, 51580 Reichshof
Zeit:	15:00 bis ca. 17:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 5,5 km
Veranstalter:	Dorothee Bastian in Zusammenarbeit mit der Kur- & Touristinfo Reichshof
Anmeldung:	Erforderlich, 0151-46635334
Teilnehmeranzahl:	5 bis 13 Teilnehmer
Kosten:	12,- Euro pro Einheit (Gesamtpreis für 5 Einheiten 50,- Euro)

Sonne ist wichtig für unsere Knochen, Muskeln und die Psyche. Erfahren Sie, wie ein Vitaminvorrat sinnvoll aufgebaut werden kann.

Weiterer Termin zum Kursprogramm der Gesundheitswanderungen am 2. Oktober.

Wanderführerin:	Elke Fritsch, Phytaro dipl. Kräuterefachfrau, heimische Ethnomedizin
Treffpunkt:	Konradshofer Str. 1, Konradshof
Zeit:	14:30 bis 16:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – die Gruppe bleibt auf dem Gelände des Konradshofs
Veranstalter:	Elke Fritsch
Anmeldung:	Erforderlich, 0170-3432744 oder fritschelke@web.de
Teilnehmeranzahl:	3 bis 10 Teilnehmer
Kosten:	10,- Euro pro Person
Besonderes:	Die Führungen finden auch bei Regen statt. Bitte an feste Schuhe und wetterangepasste Kleidung denken. Gerne können Notizen zu den vorgestellten Kräutern gemacht werden und einzelne Blätter fürs Herbarium gesammelt werden.

Beschreibung siehe 19. Juni





SONNTAG, 26. SEPTEMBER 2021



BERGSPORT AM BLOCKHAUS – E-BIKE

Guide:	Maik Papendick
Treffpunkt:	Rodener Platz 3, Eckenhagen
Zeit:	10:00 bis ca. 15:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 30 bis 60 km, ca. 500 bis 1000 hm
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit der Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“
Anmeldung:	Erforderlich, 0173-2326589 oder bab@maik-sandra.de
Teilnehmeranzahl:	4 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Es besteht Helmpflicht. Die Radtouren sind nur für E-Bikes bestimmt. MTB E-Bike, MTB-Bereifung erforderlich!

Beschreibung siehe 27. Juni



RABENSLADLER HOF

- Pferde und Natur -

Sie lieben Pferde und die Natur?
Erleben Sie bei uns
das oberbergische Land hoch zu Ross.
Für Anfänger und Fortgeschrittene.

Kontakt:

Rabenschlader Hof – Kerstin Opdenacker
Rabenschlader Straße 10, 51580 Reichshof/Komp
Buchungen unter 01523-7725312 oder k.opdenacker@web.de



SAMSTAG, 2. OKTOBER 2021

VITALITÄT UND NATURGENUSS



Balsam für die Seele

Wanderführerin:	Dorothee Bastian, Heilklimatherapeutin und zertifizierte Gesundheitswanderführerin
Treffpunkt:	Kur- & Touristinfo, Reichshofstr. 30, 51580 Reichshof
Zeit:	14:00 bis ca. 16:15 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 6,5 km
Veranstalter:	Dorothee Bastian in Zusammenarbeit mit der Kur- & Touristinfo Reichshof
Anmeldung:	Erforderlich, 0151-46635334
Teilnehmeranzahl:	5 bis 13 Teilnehmer
Kosten:	12,- Euro pro Einheit (Gesamtpreis für 5 Einheiten 50,- Euro)

Wenn man sich in der Natur bewegt, arbeitet das Gehirn anders. Der Körper kommt zur Ruhe, der Geist sieht die Dinge klarer und findet neue Kraft. Die Schönheit und die Wunder der Natur lassen die Seele wachsen.



© Schwalbe



SONNTAG, 3. OKTOBER 2021
BERGSPORT AM BLOCKHAUS

DIENSTAG, 26. OKTOBER 2021
HOBBY-NORDIC-WALKER LADEN EIN



Guide:	Maik Papendick
Treffpunkt:	Rodener Platz 3, Eckenhagen
Zeit:	10:00 bis ca. 15:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 30 bis 60 km, ca. 500 bis 1000 hm
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit der Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“
Anmeldung:	Erforderlich, 0173-2326589 oder bab@maik-sandra.de
Teilnehmeranzahl:	4 bis 15 Teilnehmer
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Es besteht Helmpflicht. MTB-Bereifung erforderlich! Nur für konventionelle Bikes (keine E-Bikes).

Beschreibung siehe 6. Juni



Wanderführerinnen:	Christa Grolms und Erika Krämer
Treffpunkt:	Wanderparkplatz Wickenbach, Eckenhagen
Zeit:	10:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel – ca. 6,5 km
Veranstalter:	Kur- & Touristinfo Reichshof in Zusammenarbeit mit Christa Grolms und Erika Krämer
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Kosten:	Kostenfrei
Besonderes:	Das Tempo richtet sich nach den Teilnehmern. Die Tour findet auch bei leichtem Regen statt.

In netter Runde laden Hobby-Nordic-Walker zu einer Tour in den Staatsforst Puhlbruch ein.

Gemeinsam die Fitness steigern, einen Ausgleich zum stressigen Alltag finden und gleichzeitig der schönen Natur näher kommen. Was will man mehr?



SAMSTAG, 30. OKTOBER 2021

KRÄUTERWORKSHOP AUF DEM KONRADSHOF

Räuchern – mehr als nur Duft

Wanderführerin:	Elke Fritsch, Phytaro dipl. Kräuterefachfrau, heimische Ethnomedizin
Treffpunkt:	Konradshofer Str. 1, Konradshof
Zeit:	14:00 bis 18:00 Uhr
Schwierigkeit:	Leicht – die Gruppe bleibt auf dem Gelände des Konradshofs
Veranstalter:	Elke Fritsch
Anmeldung:	Erforderlich, 0170-3432744 oder fritschelke@web.de
Teilnehmeranzahl:	5 bis 10 Teilnehmer
Kosten:	45,- Euro pro Person inkl. Getränke, Skript, Kaffee und Kuchen (Gruppen- / Einzelrabatte möglich)
Besonderes:	Zusätzliche Materialkosten je nach Verzierung der Feder und Zusammensetzung der Räucher-mischung.

Winterblues nein danke! Der heutige Workshop von Kräuterefachfrau Elke Fritsch handelt vom Räuchern zur dunklen Jahreszeit und wie damit Einfluss auf die herbstlichen Stimmungsschwankungen und die Raumluft genommen werden kann. Hierzu werden verschiedene Möglichkeiten zum Räuchern von Kräutern, Wurzeln und unterschiedlichen Harzen vorgestellt. Eine eigene Räucherfeder wird verziert und eine persönliche Räucher-mischung hergestellt; beides kann im Anschluss mit nach Hause genommen werden.

SONNTAG, 31. OKTOBER 2021

NATURKUNDLICHE PILZLEHRWANDERUNG



**Fortgeschrittenenkurs:
Artenvielfalt & Bestimmungsschlüssel**

Wanderführer:	Daniel Frank, Pilzsachverständiger der Deutschen Gesellschaft für Mykologie e.V. (DGfM)
Treffpunkt:	Parkplatz Blockhaus/Hähnen. 51580 Reichshof
Zeit:	12:00 bis 16:00 Uhr
Schwierigkeit:	Mittel
Veranstalter:	Daniel Frank in Zusammenarbeit mit dem Naturpark Bergisches Land und der Kur- & Touristinfo Reichshof
Anmeldung:	Erforderlich, 02265-470 oder kurverwaltung@reichshof.de
Teilnehmeranzahl:	5 bis 25 Teilnehmer
Kosten:	3,- Euro Schutzgebühr pro Person
Besonderes:	Nicht für Kinderwagen geeignet

Lernen Sie die faszinierende Welt der Pilze kennen. Bei dieser Pilzlehrwanderung mit dem Pilzsachverständigen der DGfM, Daniel Frank, erfahren interessierte Sammler allerhand Wissenswertes über die spannende Welt der Mykologie.

Diese Wanderung ist nach dem ersten Termin am 5. September eine Tour für Fortgeschrittene. Die Artenvielfalt der Pilze ist grenzenlos. Die Einführung der Bestimmungsschlüssel ist Fokus dieser Wanderung und es wird wieder durch Oberbergs Wälder um Blockhaus und Eckenhagen gehen.





VITALITÄT & NATURGENUSS

TERMINE

GESUNDHEITSWANDERUNGEN AUF DEN HEILKLIMAWEGEN

Die Tage werden kürzer, die Luft wird kühler und die Sonne verliert an Stärke - der Herbst steht in den Startlöchern. Besonders die farbenfrohe Jahreszeit lädt zu vielseitigen Wanderungen in der Natur ein, um Kraft und Energie für den Winter zu tanken. Die geführten Gesundheitswanderungen auf den Heilklimawegen rund um Eckenhagen regen besonders die physische wie auch psychische Regeneration an. Die 4 bis 9 km langen Touren werden durch physiotherapeutische Übungen aufgelockert, die die Muskeln stärken und die Kraft verbessern. Das Heilklima unterstützt dabei das Training in der herrlichen Natur. Sich bewegen, lachen, Spaß haben und die Natur genießen, bringt Lebensfreude, entspannt und lässt gleichzeitig die Pfunde purzeln.

Das Kursangebot beinhaltet fünf Wandertermine in den Monaten von August bis Oktober, jeweils mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten. Unterwegs ist Dorothee Bastian (Heilklimatherapeutin und zertifizierte Gesundheitswanderführerin) auf den fünf zertifizierten Heilklimawanderwegen um Eckenhagen, die sowohl am oberen Eingang des Kurparks als auch am Vorplatz der Kur- & Touristinfo starten. Die Termine können einzeln (12,- Euro je Termin) oder als Kursangebot für insgesamt 50,- Euro gebucht werden. Anmeldungen sind erforderlich und werden gerne über Frau Bastian entgegen genommen.

Kontakt

Natürlich unterwegs – Dorothee Bastian
Heilklimatherapeutin & zertifizierte Gesundheitswanderführerin
Tel.: 0151-46635334
www.dorothee-bastian.de | unterwegs@dorothee-bastian.de

Sa	28.08.2021	Hier weht ein frischer Wind	
Sa	04.09.2021	Geh aus mein Herz und suche Freud	
Sa	11.09.2021	Waldbaden	
Sa	25.09.2021	Zeit zum Sonne tanken	
Sa	02.10.2021	Balsam für die Seele	

Nähere Informationen finden Sie in den jeweiligen Terminbeschreibungen.

Vitalität & Naturgenuss

IHR VITALITY COACH:
Dorothee Bastian

Heilklimatherapeutin &
zertifizierte Gesundheits-
wanderführerin (DWW)

Bei den verschiedenen Gesundheitswanderungen rund um den Heilklimatischen Kurort Eckenhagen wird das Wandern mit gezielten Übungen aus der Physiotherapie kombiniert. Ziel ist die Stärkung des Herz-Kreislaufsystems und die Steigerung der Ausdauerfähigkeit.

Weitere Informationen sind bei der Kur- & Touristinfo Reichshof sowie unter www.dorothee-bastian.de erhältlich.





HINWEISE

Empfohlen werden wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk (möglichst knöchelhoch), und lange Hosen. Bei allen Radtouren ist das Tragen eines Helms Pflicht. Die Radtouren verlaufen über vorhandene Wege. Eine Anmeldung bei der Kur- & Touristinfo oder dem jeweiligen Anbieter ist unbedingt erforderlich! Ohne eine Anmeldung können wir Sie nicht benachrichtigen, wenn die Veranstaltung eventuell ausfallen muss oder sich der Treffpunkt ändert. Viele Wanderungen sind bereits weit im Voraus ausgebucht. Daher möchten wir Sie bitten, falls Sie doch nicht teilnehmen möchten, uns dies mitzuteilen, damit der freie Platz wieder vergeben werden kann. Bitte halten Sie den Betrag zur Teilnahme an der Wanderung passend bereit. Dieser wird vor Ort bar erhoben. Ausführliches Kartenmaterial erhalten Sie in der Kur- & Touristinfo Reichshof.

Haftungsausschluss:

Bei allen Wanderungen wird für selbstverschuldete Unfälle der Teilnehmer keine Haftung übernommen. Eltern haften für ihre Kinder. Die Aufsichtspflicht ist von den Eltern zu tragen.

Anmeldung und Infos zu den geführten Touren

Kur- & Touristinfo Reichshof
Reichshofstraße 30 | 51580 Reichshof-Eckenhagen
Tel: 02265-470 | Fax: 02265-356
www.ferienland-reichshof.de | kurverwaltung@reichshof.de

Nachhaltigkeit

Um unser ökologisches Denken zu unterstreichen, haben wir bei der Produktion dieses Flyers auf ressourcenschonende Materialien und eine emissionsarme Produktion gesetzt.



- klimaneutral produziert
- 100%iges Recyclingpapier (Blauer Engel)
- Druckfarben auf Basis nachwachsender Rohstoffe (Pflanzenölbasis)
- produziert mit 100% Ökostrom aus regenerativen Quellen



Hier sprießen Ideen!



www.druckreif-medien.de

Logo Corporate Design Web- und Printdesign
Fotografie **Bildbearbeitungen** Websites
Illustrationen und Zeichnungen **Online-Newsletter**
Geschäftspapiere Infomappen **Flyer Folder**
Prospekte **Broschüren Plakate** Eintrittskarten
Speisekarten Anhänger **Einladungen Anzeigen**
Mailings **Digitaldrucke** Großformatdrucke **Aufkleber**
Stempel Werbesysteme **Schilder Infotafeln**
Rollups **Banner Fahnen** Displays **Werbeartikel**
Kalender **Bekleidung mit Aufdruck oder Stick**
Autobeschriftungen und vieles mehr

DRUCKREIF Die! Agentur im Grünen.

Wälder. Wiesen. Weitblick.

Wandern entlang alter Wacholderheiden, durch bunte Mischwälder und über die Höhen des Ferienlands Reichshof im Naturpark Bergisches Land, wo Heimat Wurzeln hat! Die abwechslungsreiche Natur und eine gute gesunde Luft bieten Familien, Wanderfreunden, Radbegeisterten, Naturliebhabern und Ruhesuchenden genau das, was ihr Herz begehrt.

Ein umfangreiches Angebot wartet darauf entdeckt zu werden. Freuen Sie sich auf unsere fachkundigen WanderführerInnen und Guides und lassen Sie sich von ihnen in die vielfältige Natur Reichshofs begleiten.

Alle Informationen zu den angebotenen Touren und dem Angebot im Ferienland Reichshof erhalten Sie bei uns in der Kur- und Touristinfo. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Kur- & Touristinfo Reichshof

Reichshofstraße 30
51580 Reichshof-Eckenhagen
Tel: 02265-470 | Fax: 02265-356
www.ferienland-reichshof.de
kurverwaltung@reichshof.de



Ein besonderer Dank gilt allen Guides, WanderführerInnen sowie dem Regionalforstamt Rhein-Sieg-Erf.