



Wandern in Bad Wünnenberg

#wanderninbadwünnenberg



#kneipp

- 6 Balance
- 8 Motivation
- 10 Gelassenheit
- 12 Energie

#wanderschleifen

- 16 Eilerberg Route
- 18 Alleen Route
- 20 Bumbams Mühl Weg
- 22 Battelmai Route
- 24 Karpke Weg
- 26 Puttenholz Pfad
- 28 A-Stein Route
- 30 Ottensgrund Weg
- 32 Schnade Gang
- 34 Glashütten Weg
- 36 Fünf-Bäche-Weg

#tourentipps

- 40 L1
- L4
- 41 L5
- L7
- 42 F1
- He1
- 43 L2
- L3
- 44 B1
- L6
- 45 H1
- F2

4

14

38








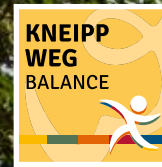
#kneipp

#wanderninbadwünnenberg



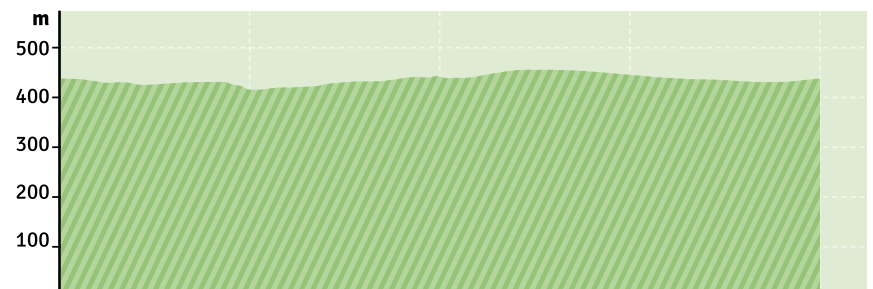
Kneipp-Erlebnis in Bad Wünnenberg

-  **Wasser**
Im Wasser steckt die reine Lebensenergie. Erfrischend, wohlig und vitalisierend.
-  **Bewegung**
Sich fit halten, den Körper trainieren und Energie aktivieren.
-  **Ernährung**
Bewusste Ernährung als reine Sinnes- und Gaumenfreude. Frisch, knackig - einfach gut.
-  **Pflanzen**
Feinste Essenzen aus Pflanzen und Kräutern. Die Natur ist die beste Medizin.
-  **Ordnung**
Die Hektik des Alltags vergessen und in sich die Kraft für ein aktives Leben finden.



Kneipp Weg Balance | Gleichgewicht zwischen Natur und Geschichte
 Folgen Sie dem Wanderweg durch das idyllische Golmeketal. Genießen Sie tolle Ausblicke auf das Kneipp-Heilbad und besichtigen Sie die historischen Gebäude Bad Wünnenbergs. Der Kontrast zwischen Stadt und Grün, Stille und Geräusch, Natur und Geschichte lässt Sie hier eine besondere Balance spüren. Achten Sie auch in Ihrem Alltag auf Ihr Gleichgewicht und legen Sie mal bewusst Pausen ein.

Tipp: Machen Sie einen kleinen Abstecher zum Kneipp-Tret- und Armbecken und erfrischen sich im frischen Quellwasser der Golmeke.

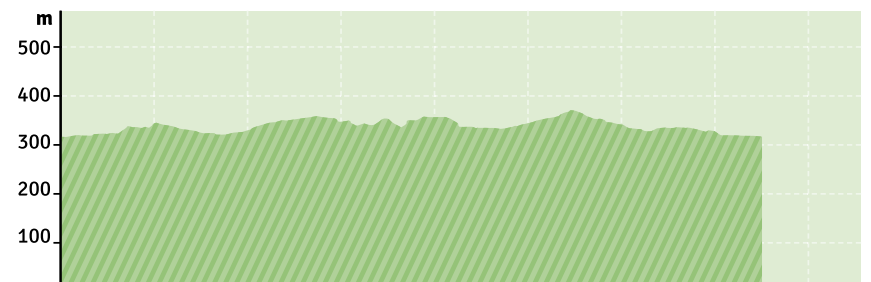




Kneipp Weg Gelassenheit | Wechselspiel zwischen Berg und Tal

Ein Wechselspiel zwischen Berg und Tal fordert und fördert auf dieser Wanderung Ihre Kondition. Die Anstrengungen der Anstiege des Zinsdorfer Bergs, des Hassels und der Staumauer der Aabach-Talsperre werden durch tolle Ausblicke ins Tal und die Umgebung belohnt. Körper und Seele lassen sich hier also nicht nur im Naturschutzgebiet Waldbachtal entspannen. Auf dem höchsten Punkt dieser Wanderung warten die Sechs-Brüder-Buchen als besonderes Naturereignis auf Sie.

Tipp: Ein besonderes Fotomotiv bieten die Sechs-Brüder-Buchen, wenn Sie sich in ihre Mitte stellen und nach oben blicken.

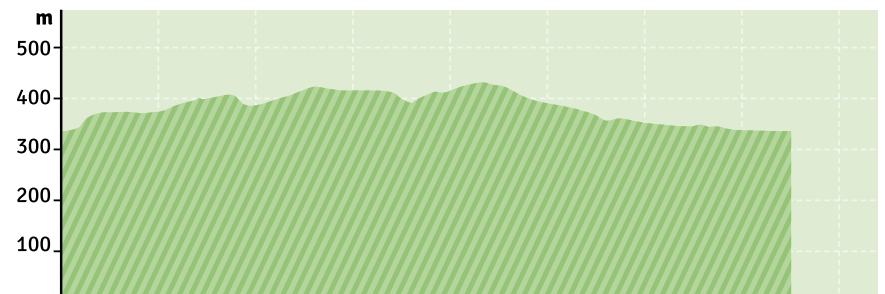




Kneipp Weg Energie | Kneipp-Erlebnis im Aatal

Die historischen Gebäude der Oberstadt Bad Wünnenbergs sind ebenso sehenswert, wie der dicht bewachsene Wald mit den Sechs-Brüder-Buchen. Entlang der Aa bietet das Naturerlebnis Aatal viele Möglichkeiten, die Kneipptheorie hautnah zu erleben. Tret- und Armbecken – gespeist durch frisches Quellwasser oder direkt im quirligen Fluss, gesunde Kräuter, Ruhestationen, der über einen Kilometer lange Barfußpfad und der Bewegungsparcours im Kurpark laden ein, die fünf Kneipp-Säulen zu entdecken.

Tipp: Erleben Sie die Kneippsche Gesundheitstheorie hautnah bei einem Gang über den Barfußpfad. Ein Erlebnis für Groß und Klein.



#wanderschleifen
#wanderninbadwünnenberg

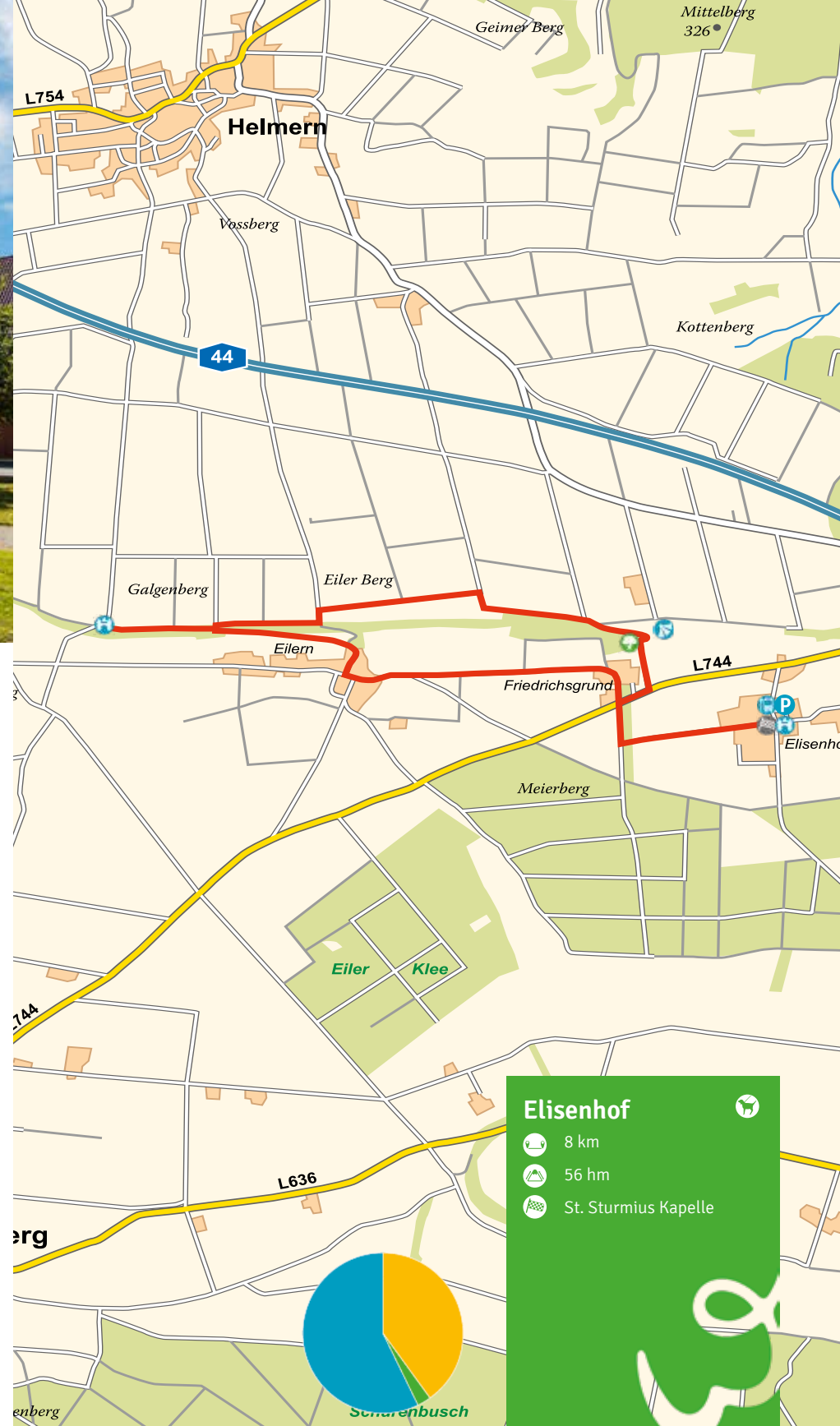
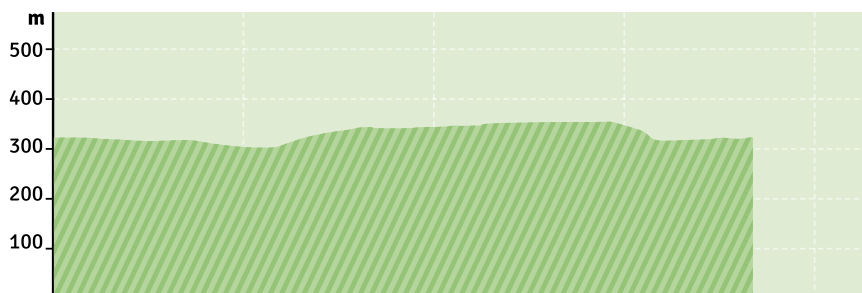




Eilerberg Route | Mit Aussicht auf Elisenhof

Elisenhof ist mit knapp 120 Einwohnern der kleinste Stadtteil von Bad Wünnenberg. An der Kapelle St. Sturmius startend, gehen Sie weiter durch Friedrichsgrund hinauf zur Siedlung Eilern. Vorbei an der Mittelbornquelle, die lange für die Wasserversorgung von Elisenhof von großer Bedeutung war, geht es durch ein kleines Waldstück auf den alten Galgenplatz zu. 1786 fand an dieser „Richtstätte des Sintfelds“ die letzte Hinrichtung statt. Ein Gedenkstein erinnert an die Geschichte. Über den Eilerberg, mit einem tollen Ausblick auf Elisenhof, geht es zurück zum Ausgangspunkt.

Tipp: Statten Sie dem Hof „Meiwes“ in Elisenhof einen Besuch ab. Hier gibt es tolle regionale Lebensmittel zu kaufen. Besonders zu empfehlen ist ein Besuch zur Erdbeerzeit.

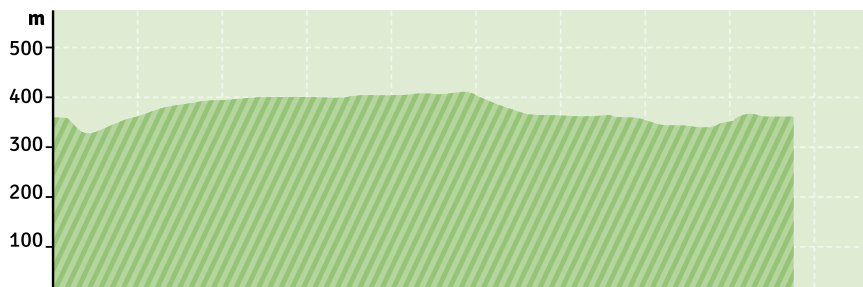




Alleen Route | Im Reich des Grafen von Westphalen

Das geschichtsträchtige Fürstenberg ist der Ausgangspunkt für eine erlebnisreiche Kurzwanderung. Startpunkt ist das Alte Gericht Fürstenberg, das im Jahr 1736 erbaut wurde und noch heute die vom Mittelalter bis ins frühere 20. Jahrhundert geltende Zivil- und Kriminalgerichtsbarkeit des Paderborner Landes repräsentiert. Weite Aussichten zwischen grünen Feldern mit Blick auf das Schloss des Grafen von Westphalen, idyllischer Wald oberhalb der Aabach-Talsperre sowie die sprudelnde Karpke mit ihren kleinen Teichen, machen diese Rundtour zu einem abwechslungsreichen Natur- und Kulturerlebnis.

Tipp: Das Alte Gericht kann an bestimmten Tagen besichtigt werden. Besonders interessant ist der alte Kerker.

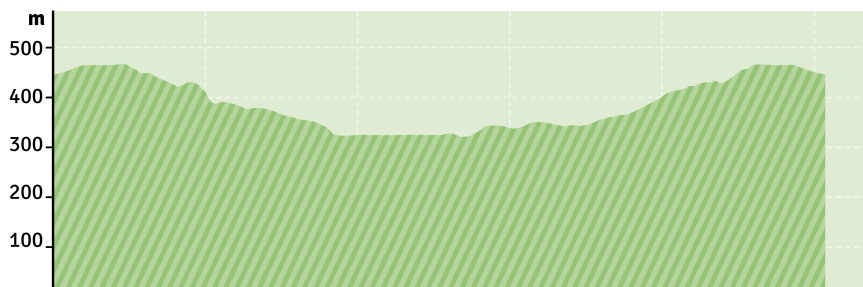




Bumbams Mühl Weg | Versunkene Mühle

Folgen Sie dem Flusslauf der Murmecke bis zur Aabach-Talsperre. Die Talsperre versorgt heute rund ¼ Millionen Menschen der Region mit frischem Trinkwasser. Noch bis zum Ende der 70er Jahre befand sich an dieser Stelle die alte Aamühle - auch „Bumbams Mühle“ genannt. Die damals noch bewohnte Mühle mit Gastwirtschaft war Ziel zahlreicher Ausflügler. Sie musste jedoch zur Flutung der Talsperre abgebrannt werden. Weiter, vorbei am Vorstaubecken, geht es durch das Tal der Großen Aa bis hin zur Schützenwiese. Hier genießen Sie einen tollen Blick auf die Aa-Häuser, bevor es zurück zum Ausgangspunkt geht.

Tipp: Nutzen Sie eine der zahlreichen Bänke am Ufer der Aabach-Talsperre für ein kleines Picknick mit Blick aufs Wasser.

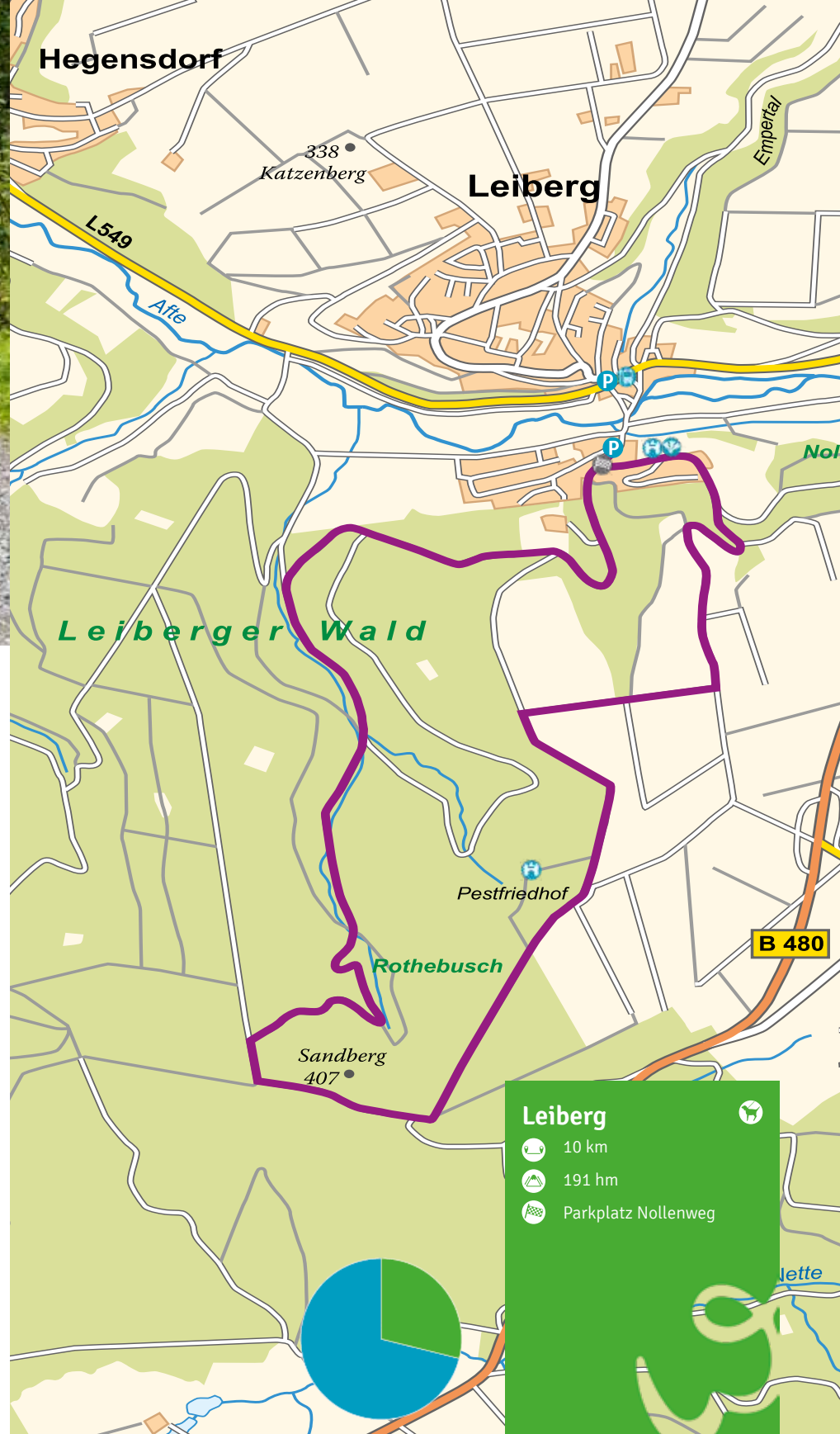
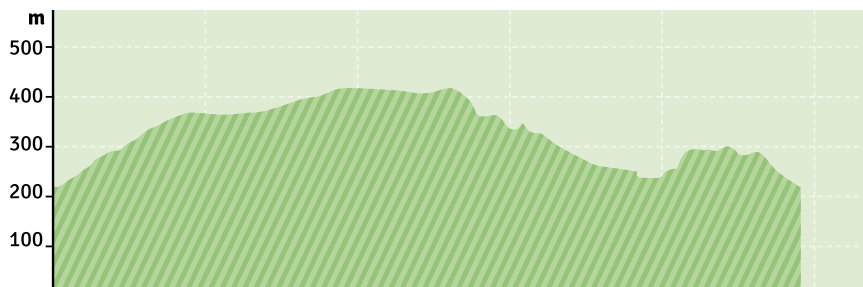




Battelmairoute | Geschichte erleben im Leiberger Wald

Die Kurzwanderung führt Sie durch das Naturschutzgebiet Leiberger Wald. Der dichtbewachsene Laubwald und der Faulegrundsbach prägen diese Route mit ihrer artenreichen Natur. Kulturhistorisch sind die alte Kirchstelle Andepen und der Pestfriedhof bedeutsame Aspekte am Wegesrand. Auf dem Pestfriedhof wurden im 17. Jahrhundert 400 Pesttote begraben. Das sandsteinernerne Pestkreuz erinnert an die Epidemie. Noch heute führt einmal jährlich eine Prozession zum Gedenken der Toten zu diesem mystischen Ort.

Tipp: An der alten Kirchstelle Andepen haben Sie einen hervorragenden Ausblick auf Leiberg.

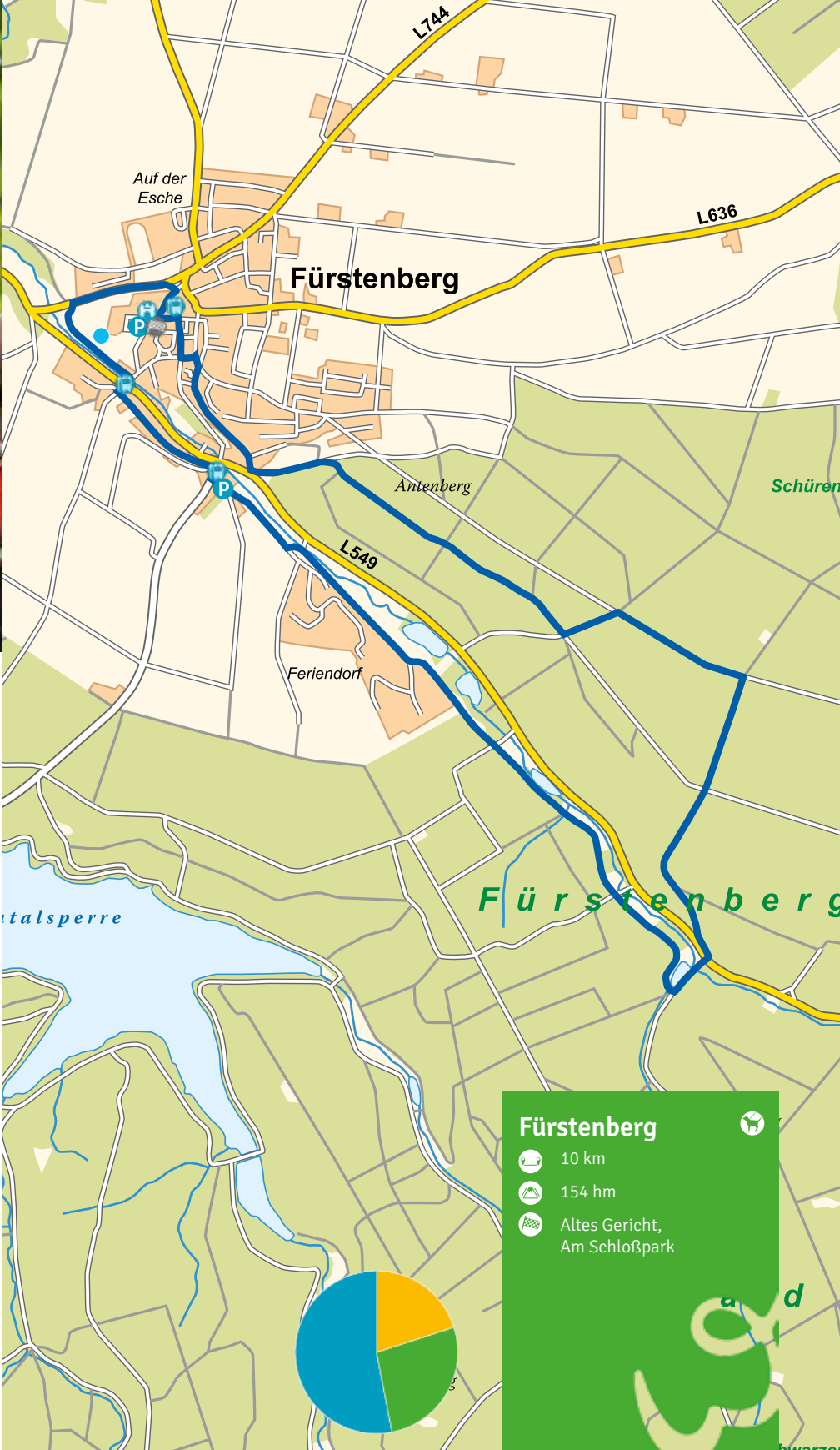
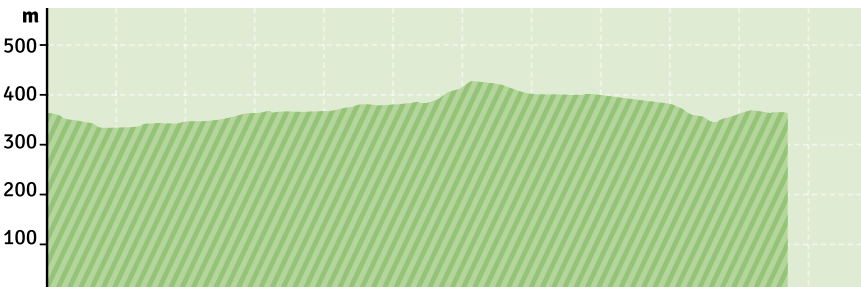




Karpke Weg | Entlang der Karpke durch den Fürstenberger Wald

Startpunkt dieser Kurzwanderung ist das Alte Gericht in Fürstenberg. Das angrenzende Schloss wird noch heute von der Familie Graf von Westphalen bewohnt. Der Gutshof und das Forstamt Graf von Westphalen bewirtschaften den Wald, durch den der Karpke Weg an dieser Stelle führt. Die Teiche an der Karpke im Fürstenberger Wald bieten zahlreichen Vogelarten Lebensraum. Genießen Sie von der Aussichtskanzel die Flora und Fauna. Der Flurname „unter den alten Teichen“ weist auf eine lange Tradition der Teichwirtschaft zur Versorgung Fürstenbergs mit Karpfen hin.

Tipp: Nehmen Sie sich etwas Zeit, um an den Karpke-Teichen zu verweilen. Hier kann man z.B. den Eisvogel beobachten.

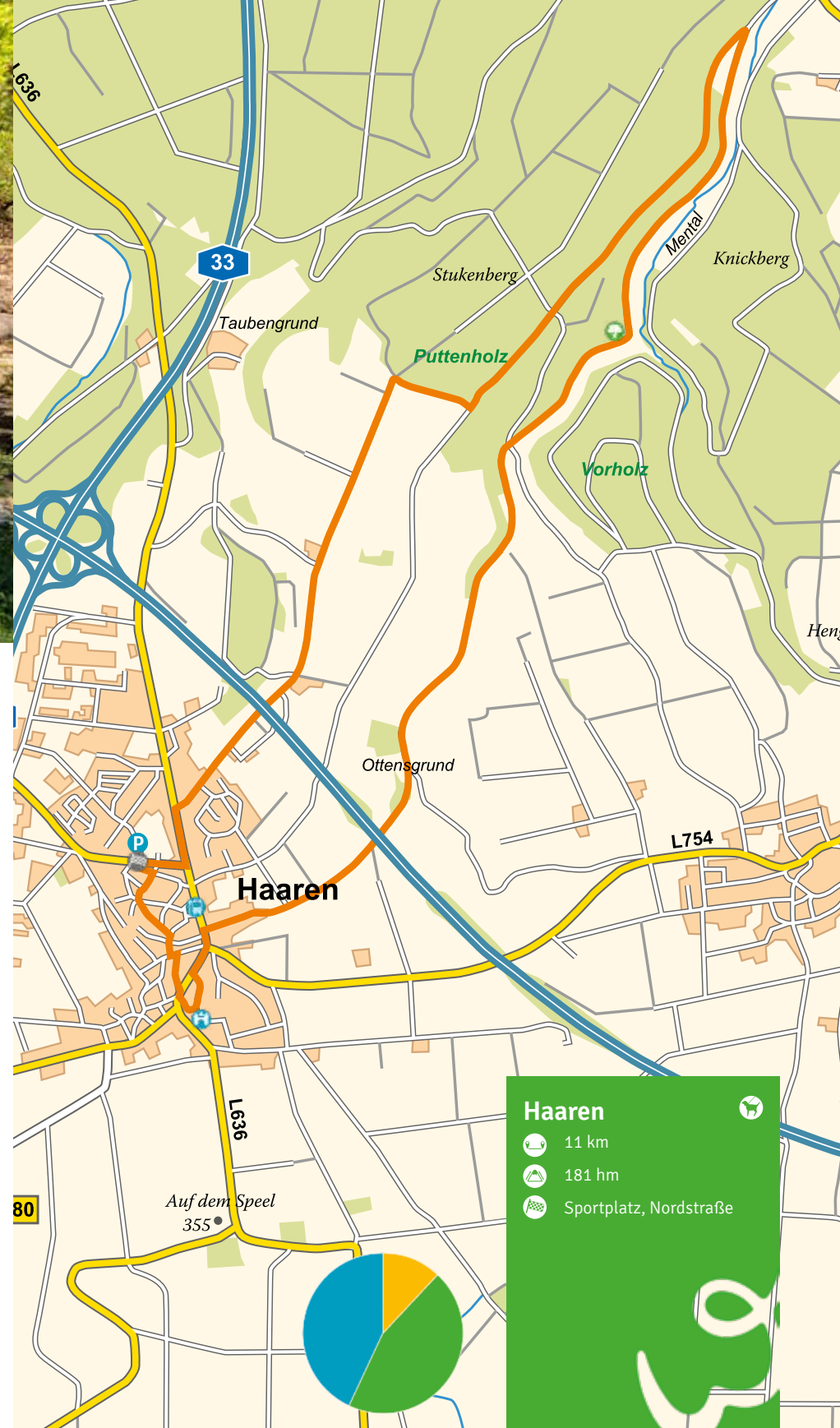
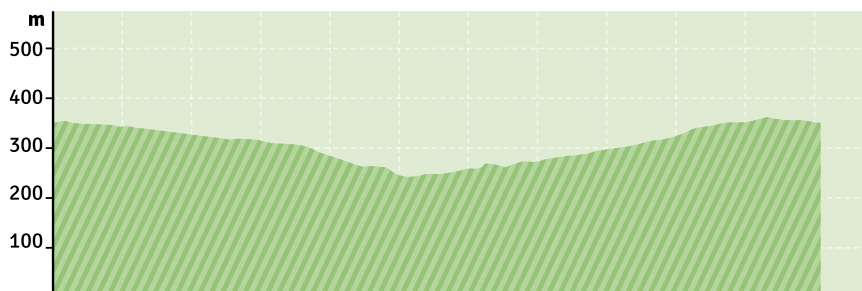




Puttenholz Pfad | Idyllisches Mental

Nachdem Sie einmal die Autobahnbrücke hinter sich gelassen haben, kommen Sie in das Waldgebiet Puttenholz. Beobachten Sie, wie hier die Sonne durch die schattenspendenden Bäume blinzelt. Highlight dieser Route ist sicherlich das idyllische Mental. Folgen Sie auf schmalen Pfaden der Menne durch die saftigen Wiesen, und genießen Sie die Ruhe und Stille. Vorbei am Steinbruch geht es durch den Ottensgrund zwischen Feld und Flur zurück nach Haaren.

Tipp: Besonders schön ist das Mental in den frühen Morgenstunden, wenn der Tau noch auf den grünen Auen liegt.

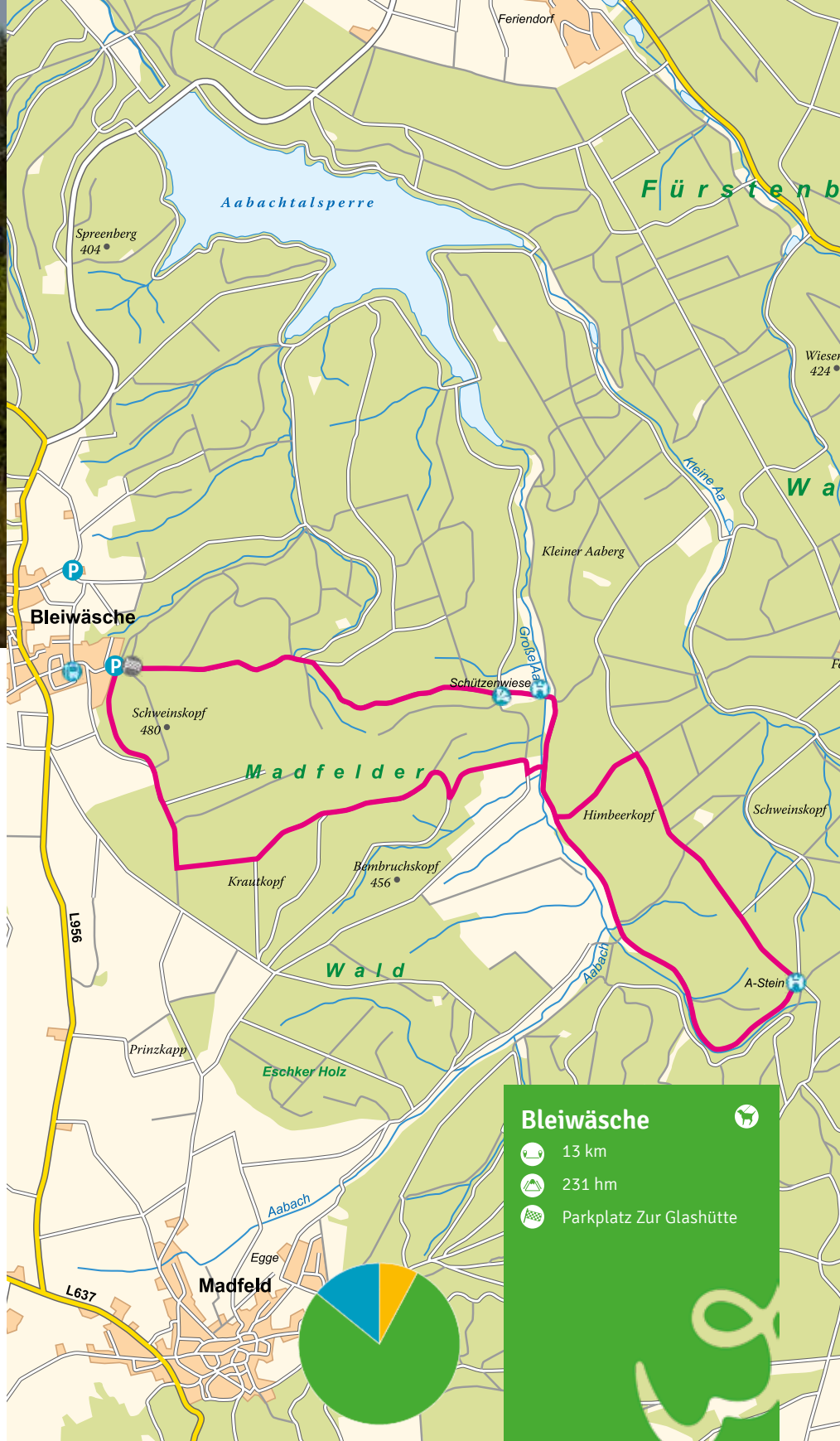
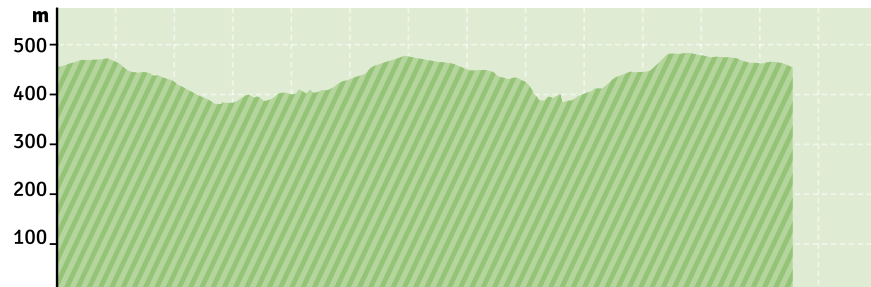


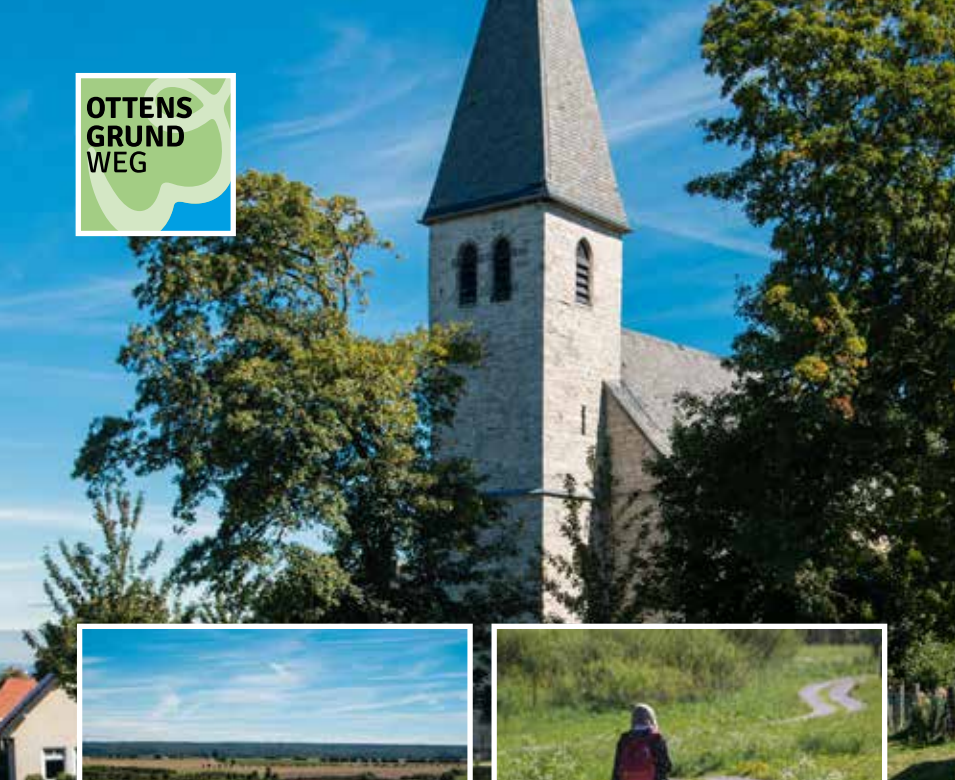


A-Stein Route | Im Tal der Großen Aa

Hier am Rande des Sauerlandes bieten sich Ihnen immer wieder herrliche Ausblicke. Naturkundlich interessierte Wanderer werden sich an der prächtigen Pflanzenwelt erfreuen. Vorbei am Schweinskopf wandern Sie zur Schützenwiese. Weiter geht es hinunter ins Tal der großen Aa bis hin zum A-Stein. Der Grenzstein weist mit seinem „A“ auf das Wappenzeichen der Stadt Obermarsberg hin. Auf der anderen Seite steht ein „W“ für Graf von Westphalen.

Tipp: Genießen Sie die wunderbare Stille rund um das Tal der Großen Aa. Hier bieten Flora und Fauna zahlreiche Fotomotive.

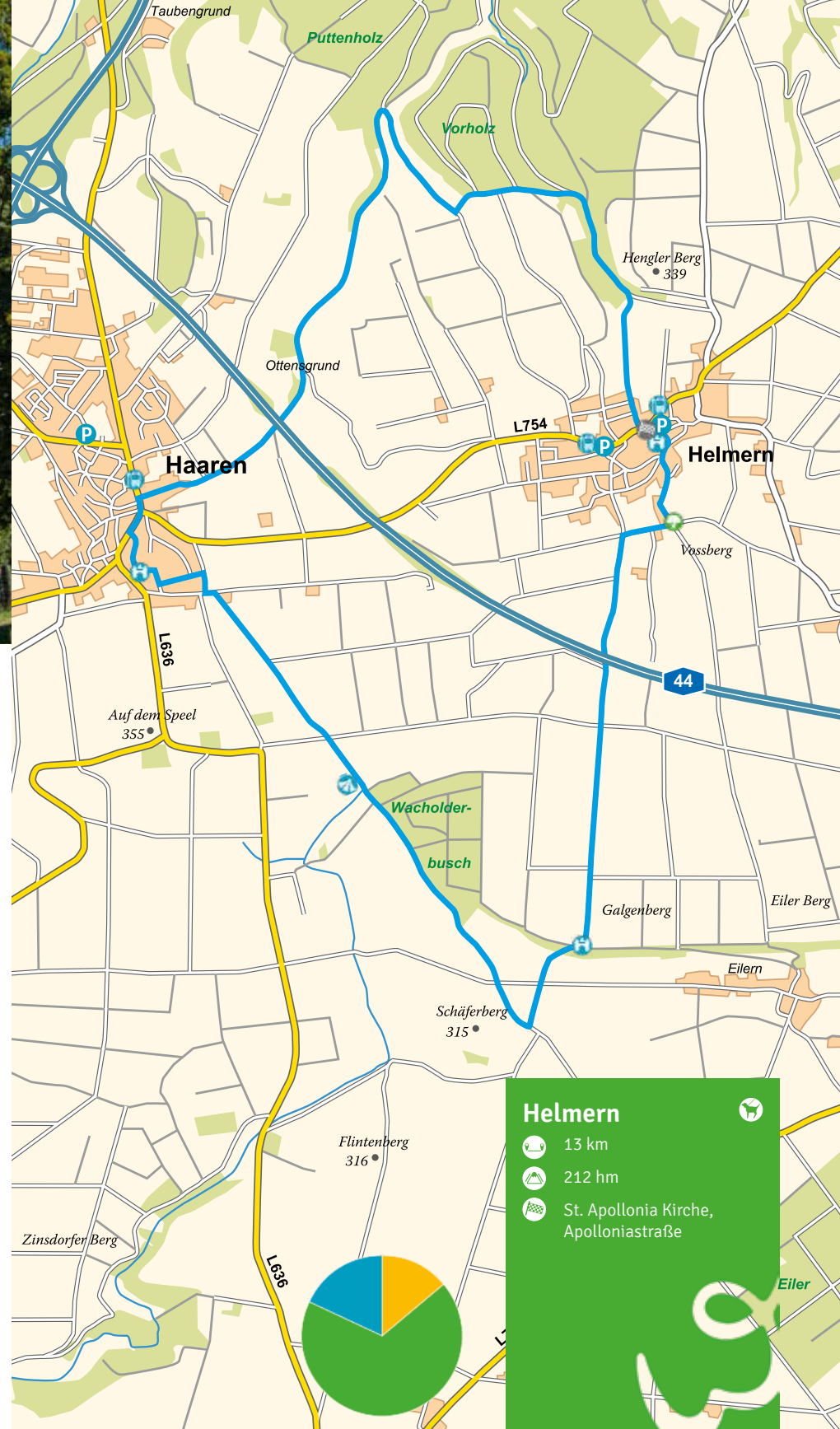
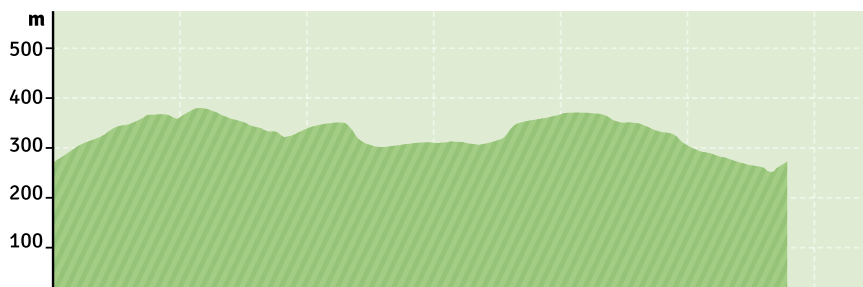




Ottensgrund Weg | Zwischen Feld und Flur auf dem Sintfeld

Der Ottensgrund Weg verbindet die beiden Stadtteile Haaren und Helmern miteinander. Wahrzeichen Helmerns ist die über 300 Jahre „Alte Linde“. Unter der Krone wurde 1961 ein Bildstock errichtet, der an St. Sturmius erinnern soll. Dieser brachte das Christentum in die Gegend. Die größtenteils durch Feldfluren verlaufende Rundtour bietet weite Ausblicke auf das Sintfeld. Ein ganzes Stück wandern Sie dabei auf der Via Regia – einem alten Königsweg aus dem Mittelalter. Ein weiteres Zeugnis aus der Vergangenheit ist die Galgenstelle. An der „Richtstätte des Sintfeldes“ fanden bis 1786 Hinrichtungen statt.

Tipp: Nicht sofort abschrecken lassen. Auch die Windräder bieten tolle Fotomotive. Seien Sie kreativ. Wir sind Vorreiter im Bereich der Windenergie in OWL.



Helmern

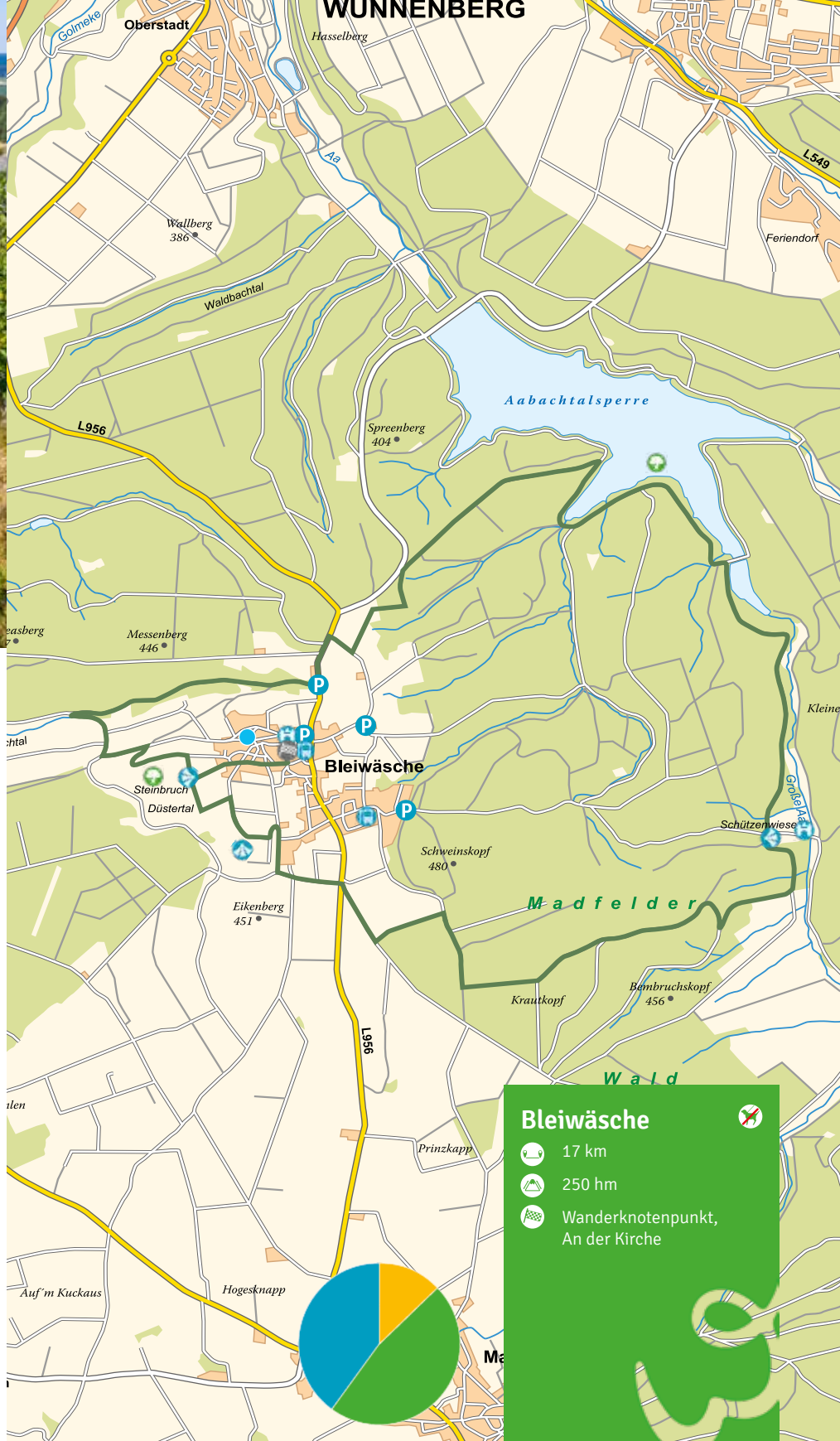
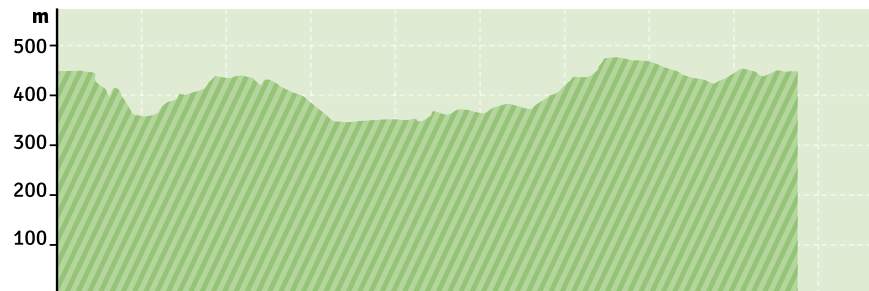
- 13 km
- 212 hm
- St. Apollonia Kirche, Apolloniastraße



Schnade Gang | Auf den Spuren der Grenzgänger

Schnadegang bedeutet so viel wie Grenzgang. Um die Korrektheit der Gemeindegrenze zu kontrollieren, die Markierungen freizuschneiden und neuen Bürgern den Verlauf der Grenzen zu vermitteln, wurde die Schnade (Grenze) regelmäßig abgelaufen. Auch heute wird diese Tradition fortgeführt. Mit einem tollen Blick am Tor zum Sauerland über den Steinbruch beginnen und beenden Sie die Wanderung. Auf den rund 17 Kilometern entlang der alten Dorfgrenze warten dann weitere Highlights wie die Aabach-Talsperre, das Tal der Großen Aa, die Schützenwiese und der Aa-Platz auf Sie.

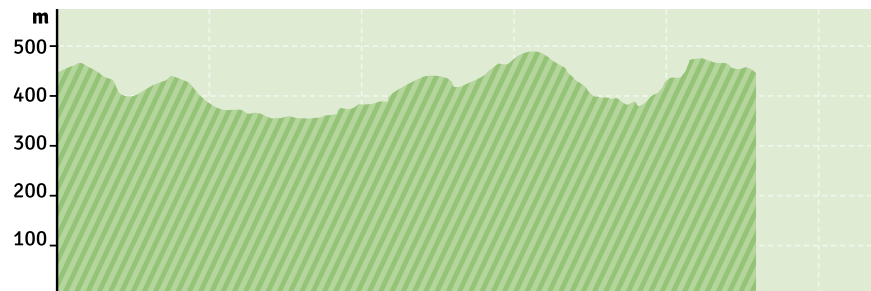
Tipp: Am Tor zum Sauerland bietet die Schutzhütte „Knippeblick“ den optimalen Ort für ein abschließendes Picknick.





Glashütten Weg | Wandererlebnis am Rand des Sauerlandes
Vorbei an der mächtigen Aabach-Talsperre geht es zur alten Glashütte. Hier befand sich früher eine kleine Siedlung, in der um 1900 noch fast 100 Menschen lebten. Aufgrund des Holzreichtums wurde hier Glas in Form von Flaschen und Trinkgläsern gebrannt. Historische Grenzsteine und der mystische Totenkopfstein laden Sie ebenfalls zu einer kleinen, gedanklichen Zeitreise ein. Die Täler der kleinen und großen Aa begeistern auf dieser Wanderung mit ihrer Flora und Fauna, während die hügelige Landschaft immer wieder hervorragende Ausblicke ins Umland bietet.

Tipp: Vom Totenkopf aus können Sie bei guter Witterung die südlichen Ausläufer der Kasseler Berge sehen.

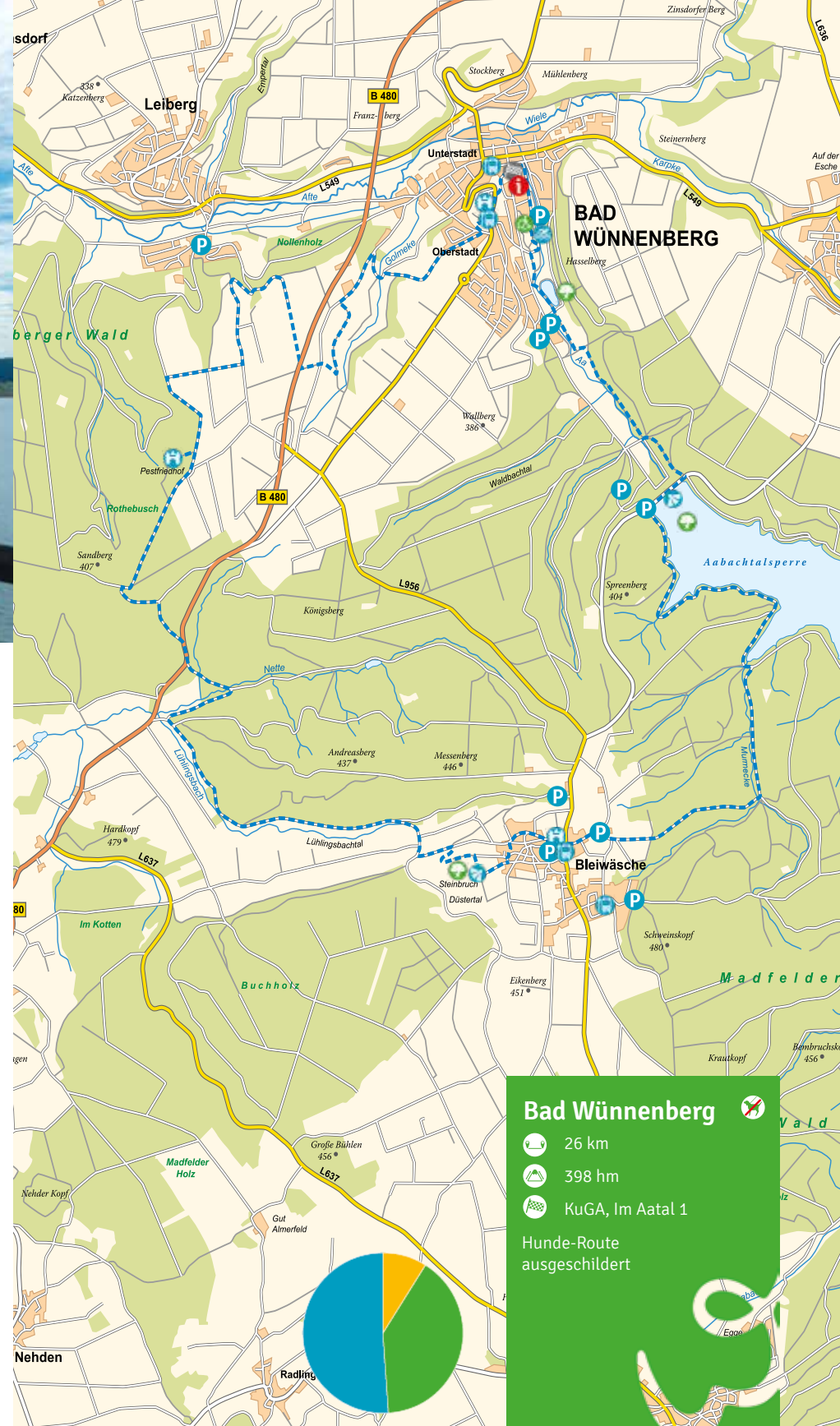
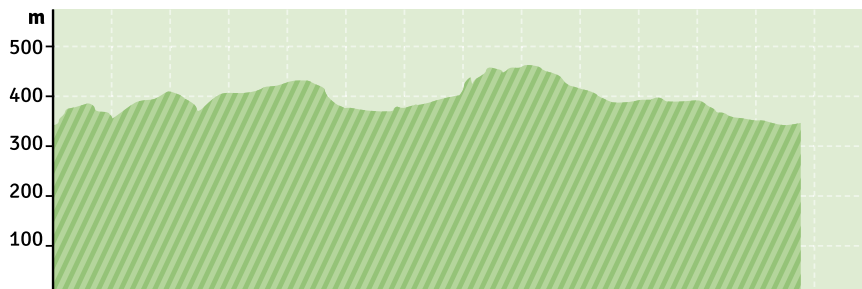




Fünf-Bäche-Weg | Naturerlebnis am Tor zum Sauerland

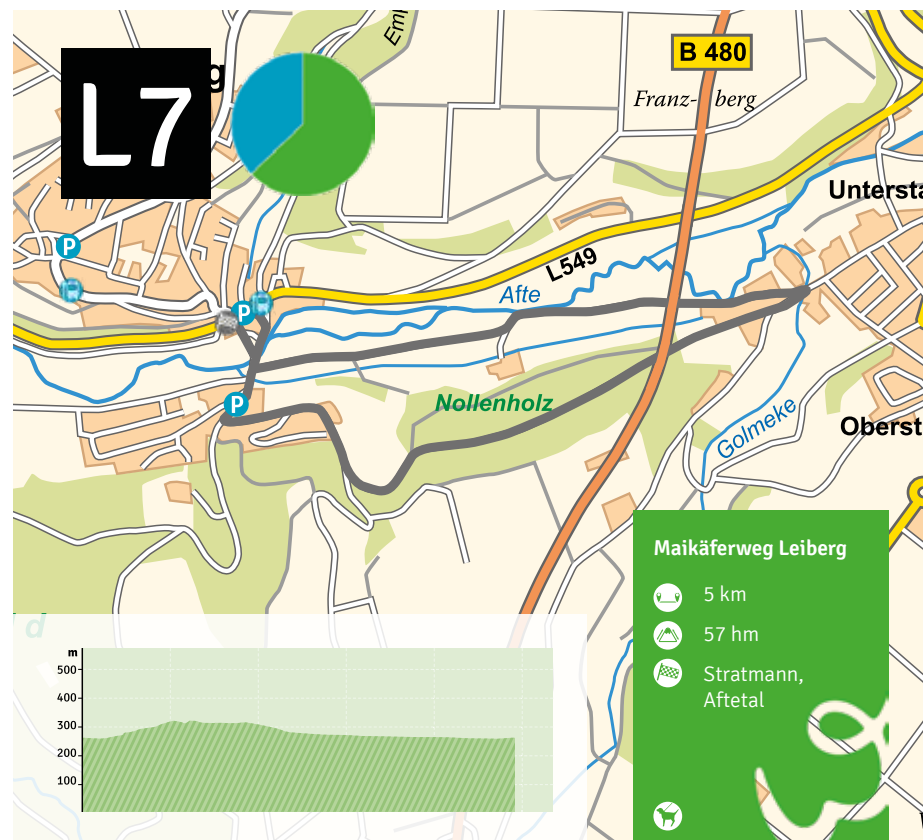
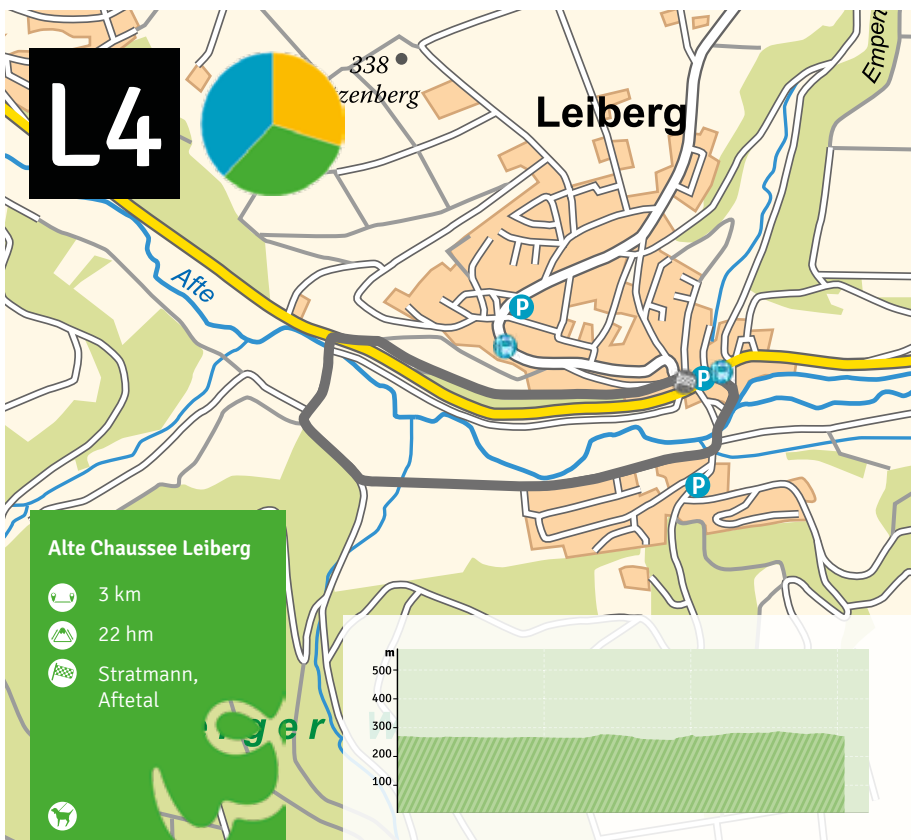
Diese Tageswanderung verspricht Ihnen ein großartiges Wandererlebnis in der Natur zwischen Paderborner Land und Sauerland. Wandern Sie entlang der Bäche Golmeke, Nette, Lühlingsbach, Murmecke und Aabach, die sich hier malerisch durch ihre Täler winden. Auch kulturhistorisch hat der Weg einige Highlights zu bieten, wie die historische Oberstadt Bad Wünnenbergs, den alten Pestfriedhof in Leiberg und den bergbauhistorischen Ort Bleiwäsche. Hier werden Sie mit einem tollen Ausblick am „Tor zum Sauerland“ über den Steinbruch Düstertal belohnt. Zurück geht es an der mächtigen Aabach-Talsperre durch das Naturerlebnis Aatal zum Ausgangspunkt.

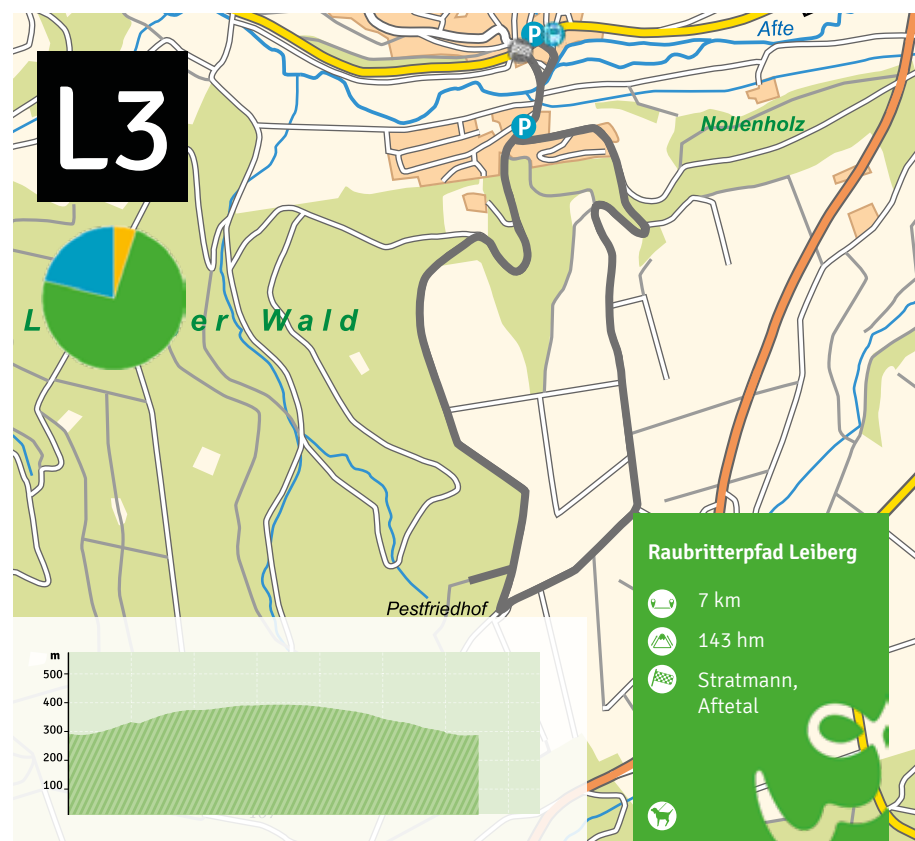
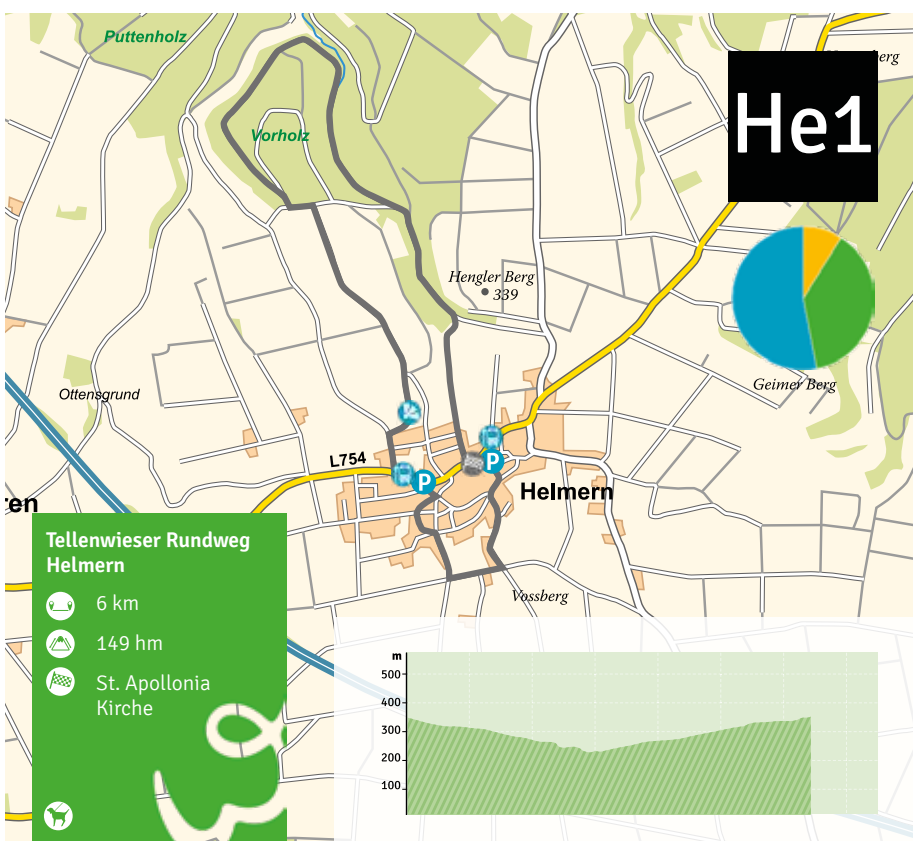
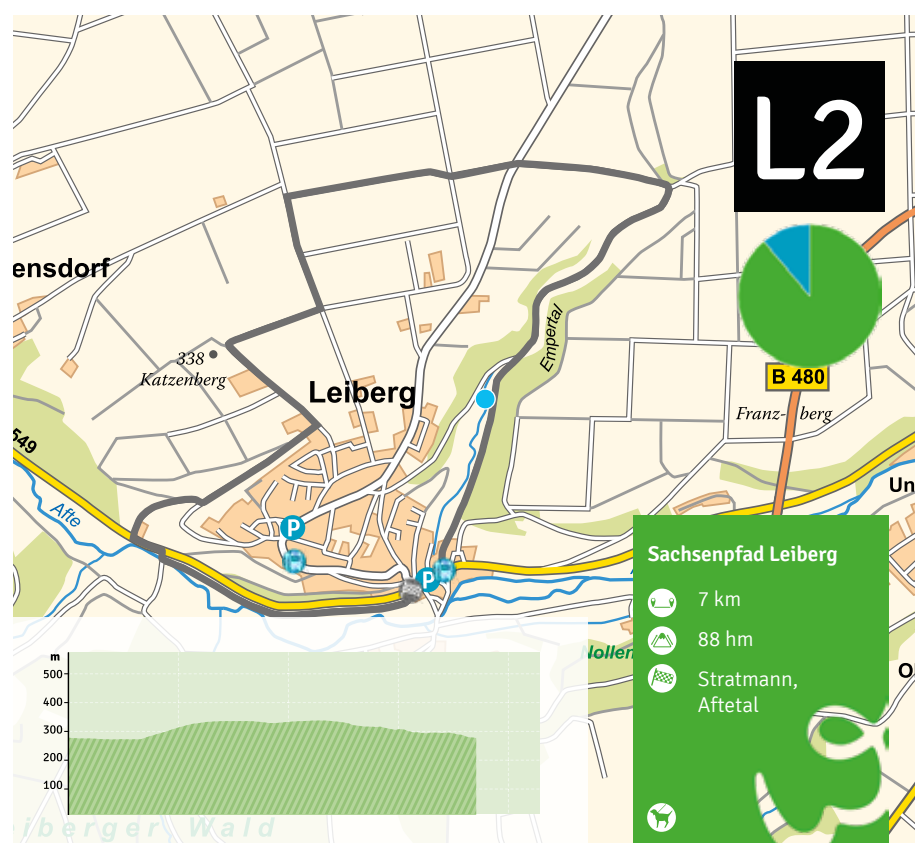
Tipp: Der Pestfriedhof strahlt noch heute eine mystische Atmosphäre aus. Das eiserne Buch erzählt die tragische Geschichte des „Schwarzen Todes“ in Leiberg.

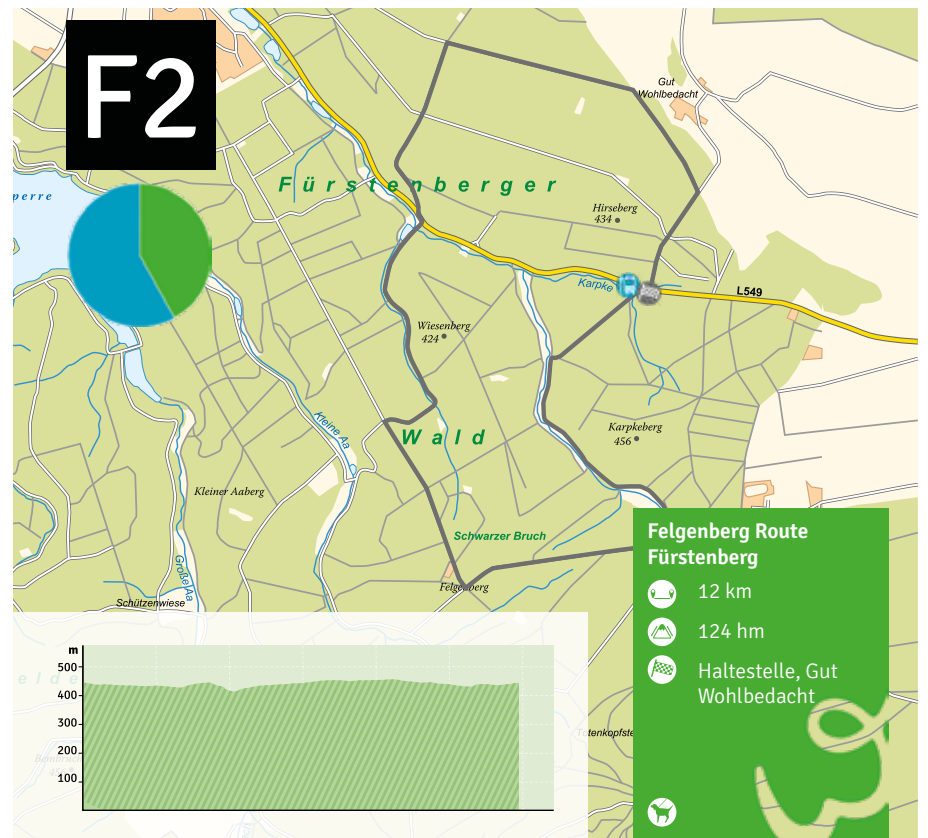
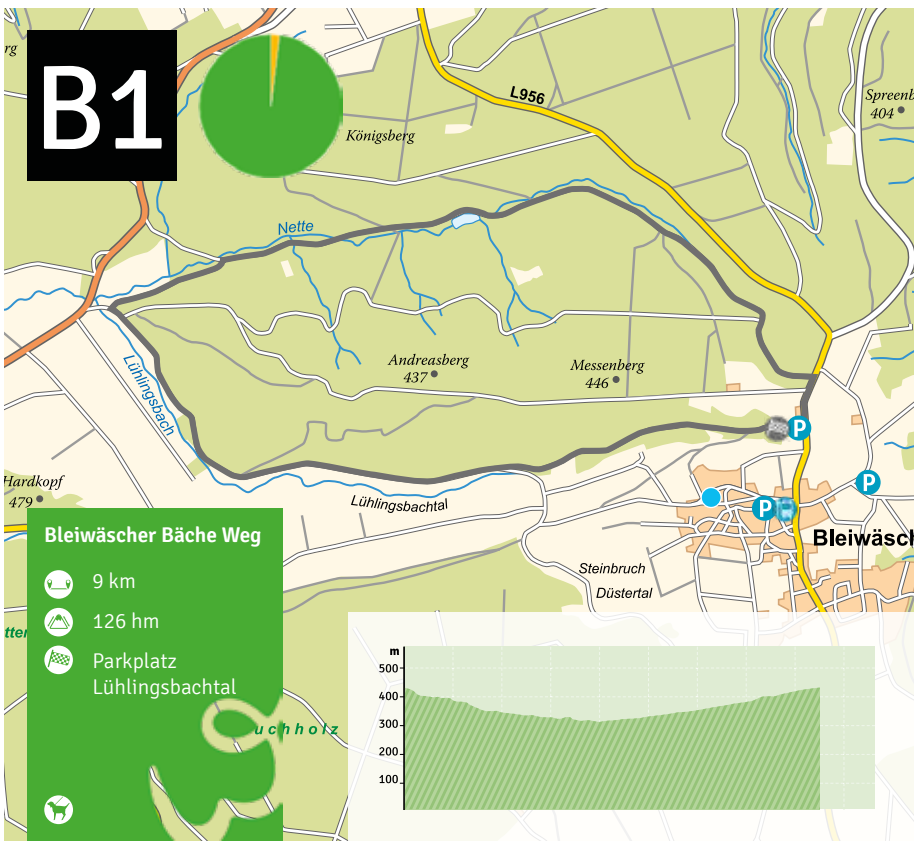


#tourentipps
#wanderninbadwünnenberg









Sintfeld-Höhenweg



Sintfeld-Höhenweg | Ein Weg macht die Runde

Der Sintfeld-Höhenweg verbindet die Städte Bad Wünnenberg, Büren und Lichtenau – und somit saftige Laubwälder, urige Trampelpfade und kulturelle Highlights wie das Kloster Dalheim oder die Wewelsburg – miteinander.

Die zahlreichen Hügelgräber, die unzähligen Wüstungen, Ruinen, Kirchen und Klosteranlagen lassen die Wanderung auf dem Sintfeld-Höhenweg zu einer historischen Zeitreise werden.

Tipp: Nehmen Sie sich Zeit für den Besuch des Kreismuseums Wewelsburg und des Kloster Dahlheims.

Sintfeld

- 145 km
- 1.950 hm
- Jesuitenkirche, Büren



Bad Wünnenberg Touristik GmbH
Im Aatal 1
33181 Bad Wünnenberg

www.bad-wuennenberg.de

Tel.: +49 2953 99 88 0

Mail: info@bad-wuennenberg-touristik.de