

Wanderung mit Weitblick

Wandern im Ruhrgebiet ist vielfältig: Steile Aufstiege auf Halden und sportliche Touren durch die Elfringhauser Schweiz bieten Herausforderungen und belohnen mit einer faszinierenden Aussicht. In Landschaftsparks und ehemaligen Industrieflächen, an Flüssen und Kanälen wechseln derweil Naturerlebnisse und Industriekultur einander ab und sorgen so für so manche Überraschung.

Text HEIKE REINHOLD

INFORMATIONEN UND BERATUNG

RUHR TOURISMUS GMBH
Centroallee 261, 46047 Oberhausen
Tel. Hotline: 01806 181620 (0,20 Euro/Anruf aus dem dt. Festnetz; Mobilfunkpreise max. 0,60 Euro/Anruf)
info@ruhr-tourismus.de
ruhr-tourismus.de

Eine Wanderung durch das Ruhrgebiet zeigt die grüne Seite des Reviers. Zu den klassischen Routen, die die Region von Ost nach West erschließen, gehört der 1958 angelegte Ruhrhöhenweg. Mit einer Gesamtlänge von 244 Kilometern verläuft er vom Ruhrquellenort Winterberg bis zur Mündung der Ruhr in den Rhein bei Duisburg. Der Fernwanderweg, der durchgängig mit einem weißen Andreaskreuz markiert ist, gehört zu den beliebtesten Routen in Nordrhein-Westfalen und überrascht Neulinge doch immer wieder mit Natur und sanften Steigungen. Der Ruhrhöhenweg folgt zwar im großen und ganzen dem Verlauf der Ruhr, führt aber nicht wie der Ruhrtalradweg am Flussufer entlang, sondern über die umliegenden Hügel. Entlang des Wegs sind zahlreiche Burgruinen und Schlösser, aber auch das eine oder andere Industriedenkmal zu besichtigen. Nähere Informationen zu Sehenswürdigkeiten, Streckenverlauf und Wanderkarten gibt es auf den Seiten des Sauerländischen Gebirgsvereins. sgv.de

ELFRINGHAUSER SCHWEIZ

Die Elfringhauser Schweiz am südlichen Rand des Ruhrgebiets, auch Hattinger Hügelland genannt, hält Touren für ambi-

tionierte Wanderer bereit. Die Bezeichnung „Schweiz“ mag ehrgeizig klingen, trifft aber zumindest einen Teil der Tatsachen: Auch wenn nur wenige Erhebungen über 300 Höhenmeter hinausgehen, rechtfertigen steile Anstiege und prachtvolle Aussichten den Vergleich mit dem Nachbarland der hohen Berge. So kommt es, dass in diesem Teil des Ruhrgebiets sogar Produkttests namhafter AlpinbekleidungsHersteller stattfinden. Die Elfringhauser Schweiz gehört teils zum märkischen Westfalen, teils zum Bergischen Land. Tipps für Touren hält der Tourismusförderung Ennepe Ruhr für Wanderer bereit. ennepe-ruhr-tourismus.de

WANDERN AUF HALDEN

Gipfelstürmer, die im Ruhrgebiet hoch hinaus wollen, finden in den zahlreichen Bergehalden des Ruhrbergbaus lohnenswerte Ziele mit Weitblick. Die Halden sind als Plateau-, Tafel- oder Spiralberg, als Vulkan oder Spitzkegel angelegt und in den meisten Fällen längst begrünt. Naturliebhaber finden hier eine spezifische Fauna und Flora. Eine Vielzahl von Halden verfügt darüber hinaus über sehenswerte Gipfel-Kunst in Form von Bramme, Obelisk oder Tetraeder. Die Halde Hoheward zwischen den Städten Recklinghausen

und Herten beispielsweise ziert ein 45 Meter hohes Horizontobservatorium, das längst zum Wahrzeichen für das nördliche Ruhrgebiet geworden ist. Ebenfalls sehenswert sind die Sonnenuhr mit dem Obelisk auf dem Haldenplateau und die fantasievolle Drachenbrücke, die den Stadtteilpark in Recklinghausen-Hochlarmark mit der Halde verbindet. Spannende Touren mit Ruhrgebiets-Gästeführern, die viel Wissenswertes über die Entstehungsgeschichte der Halden und ihre Besonderheiten zu erzählen wissen, bietet beispielsweise der Aktivtouranbieter „Simply out tours“ Interessierten. simply-out-tours.de

PILGERN IM ENNEPE-RUHR-KREIS

Auch Pilgerer kommen im Ruhrgebiet auf ihre Kosten, denn der berühmte Jakobsweg führt seit April 2008 auch durch den Ennepe-Ruhr-Kreis. Dabei durchquert der mir der gelben Muschel auf blauem Untergrund markierte Weg die Städte Herdecke, Gevelsberg, Ennepetal, Breckerfeld und Schwelm. Der südliche Teil des westfälischen Jakobspilgerweges führt die Wanderer nach einem steilen Abstieg ins Ruhrtal ganz gemütlich am Hengsteysee entlang zur alten Stiftskirche in Herdecke. Mit einigen Steigungen wird

über den Südhang des Ennepetals Gevelsberg erreicht, von wo aus es über Schwelm nach Wuppertal-Beyenburg geht. Von Hagen-Haspe aus ist alternativ auch ein lohnenswerter Umweg von insgesamt knapp 40 Kilometern über Breckerfeld mit seiner alter Jakobuskirche möglich. Wer sich für Unterkünfte und Stempelstellen des Jakobsweges in diesem Bereich interessiert, kann sich auf den Seiten von Tourismus Ennepe-Ruhr im Netz einen Flyer mit wertvollen Informationen herunterladen. ennepe-ruhr-tourismus.de

BARFUSS DURCH DIE HAARD

Ein besonderes Wandererlebnis hält die Barfußwandergruppe Haard im nördlichen Ruhrgebiet bereit: Die Haard ist ein Waldgebiet an der Grenze zum Münsterland und als Teil des Naturparks Hohe Mark ein beliebtes Ausflugsziel. Eine Reihe von Wanderwegen erschließt das Gebiet. Ein Ausgangspunkt für spannende Exkursionen ist beispielsweise der Wanderparkplatz an der Gaststätte „Mutter Wehner“ an der Haardstraße in Oer-Erkenschwick. Von dort aus startet auch die Barfußwandergruppe Haard immer wieder zu ungewöhnlichen Touren und zwar – wie der Name der Gruppe erwarten lässt – ohne Schuhe. Die Teilnehmer genießen das

[1] Lorem. Dolum et odipsunt et la doluptatet eveliqueliquis dollab magnatus. Dolum et odipsunt et la doluptatet eveliqueliquis dollab magnatus.

[2] Lorem. Dolum et odipsunt et la doluptatet eveliqueliquis dollab magnatus. Dolum et odipsunt et la doluptatet eveliqueliquis dollab magnatus.

[3] Barfuß durch die Haard. Dolum et odipsunt et la doluptatet eveliqueliquis dollab magnatus. Dolum et odipsunt et la doluptatet eveliqueliquis dollab magnatus.

angenehme Barfußgehen auf Wald- und Wiesenwegen. Ziel dabei ist es, den Abwechslungsreichtum des Untergrundes zu spüren und sich aktiv mit den Unebenheiten auseinanderzusetzen. Wer sich für das Barfußgehen in der Natur interessiert, findet Tipps und Termine für Touren auf der Webseite der Barfußwandergruppe Haard. barfuss-durch-die-haard.de

