

## Geführte Wanderungen • Exkursionen • Stadtführungen der Tourist Information Eitorf – 1. Halbjahr 2020

<p><b>Sonntag, 05. April 2020 – 14.00 Uhr</b></p> <p>Treffpunkt: Eitorf-Bourauel, Wanderparkplatz Straße nach Eitorf-Hohn</p> <p>Dauer: ca. 3-3 ½ Stunden</p> <p>Mindestteilnahme: 6 Personen, max. 12 Personen</p> <p>Teilnahmegebühr: 10,00 € pro Person</p>	<p><b>Wildkräuterwanderung: Hühnerdarm &amp; Ziegenfuß – Was ist denn auf der Wiese los?</b></p> <p>Wir wollen gemeinsam die sogenannten „Unkräuter“ entdecken. Zwischendurch machen wir eine kleine Pause mit einem Imbiss mit Wildkräutern. Bitte festes Schuhwerk anziehen!</p> <p>Anmeldung erbeten bei: Frau Beate Happ • zertifizierte Kräuterpädagogin • Tel. 02243.9111046</p>
<p><b>Karfreitag, 10. April 2020 – 14.00 Uhr</b></p> <p>Treffpunkt: Eitorf, Eingang zum alten Friedhof, Kirchstraße</p> <p>Dauer: ca. 2 Stunden</p> <p>Teilnahmegebühr: kostenfrei</p>	<p><b>Führung über den historischen „Alten Friedhof“ in Eitorf</b></p> <p>Die Inschriften der Grabmale auf dem Gartendenkmal „Alter Friedhof“ lesen sich wie ein „Who is Who“ aus der Blütezeit Eitorf's. Neben den Bürgermeistern und dem Klerus haben hier auch die großen Unternehmerfamilien ihre Ruhestätten, die aus der ehemals beschaulichen Gemeinde einen wichtigen Industriestandort machten. Historie, Anekdoten und viel Interessantes erfahren Sie auf diesem besonderen Rundgang durch die schöne Parkanlage mitten im Ortszentrum. <i>Die Führung findet nur bei trockenem Wetter statt.</i></p> <p>Anmeldung erbeten bei: Ehrenamtlicher Gästeführer Bernd Winkels • Tel. 02243.6109</p>
<p><b>Freitag, 17. April 2020 – 09.00 Uhr</b></p> <p>Treffpunkt: Eitorf, Bahnhofsvorplatz Bahnhofstraße</p> <p>Streckenlänge: ca. 13 km</p> <p>Teilnahmegebühr: Wanderung kostenfrei, Busfahrt kostenpflichtig</p>	<p><b>Rundwanderung durch die „Eitorfer Schweiz“</b></p> <p>Die Wanderung beginnt mit einer kurzen Busfahrt zum Ort Obenroth, gelegen in der vom Volksmund genannten „Eitorfer Schweiz“. Von dort geht es hinauf ins Waldgebiet Hüppelröttchen, das bekannteste Naherholungsgebiet Eitorfs, dessen Name von dem Forsthaus Hüppelröttchen stammt, das von 1835 bis 1972 in dem Waldgebiet stand. Wir durchwandern das Waldgebiet und gelangen zum Ort Stein, wo wir Gelegenheit zu einem Besuch des Naturdenkmals Basaltsteinbruch Stein haben. Über die Höhen mit beeindruckenden Aussichten geht es Richtung Mühleip und von dort in stetigem Auf und Ab nach Büsch und Scheidsbach. Über einen Weg unterhalb des Golfplatzes führt uns unsere Wanderung zurück nach Eitorf und zu unserem Ausgangspunkt.</p> <p>Anmeldung erbeten bei: Ehrenamtlicher Wanderführer Hans-Peter Barrig, Tel. 02243.82668</p>
<p><b>Sonntag, 19. April 2020 – 14.00 Uhr</b></p> <p>Treffpunkt: Eitorf, Vorplatz Theater am Park, Brückenstraße 31</p> <p>Dauer: ca. 2 ½ Stunden</p> <p>Teilnahmegebühr: kostenfrei</p>	<p><b>Heimatkundlicher Rundgang: Eitorf gestern-heute-morgen (nördlicher Teil)</b></p> <p>Wer von der Vergangenheit nichts weiß, kann die Gegenwart nicht verstehen. Auf dem heimatkundlichen Rundgang durch den nördlichen Teil des Ortszentrum Eitorf's erfahren Sie viel über die Vergangenheit des Ortes Eitorf und seiner Bewohner von der Mitte des 19. Jahrhunderts bis heute. Zahlreiche Gebäude zeugen noch heute von der schwunghaften industriellen Entwicklung. Aber auch der Krieg und die Entwicklung der Industrie haben ihre Spuren hinterlassen, die sich in der Gegenwart auswirken.</p> <p>Anmeldung erbeten bei: Gästeführer Bernd Winkels, Tel. 02243.6109</p>

<p><b>Freitag, 24. April 2020 – 09.00 Uhr</b></p> <p>Treffpunkt: Eitorf, Bahnhofsvorplatz Bahnhofstraße</p> <p>Streckenlänge: ca. 14 km</p> <p>Teilnahmegebühr: kostenfrei</p>	<p><b>Rundwanderung zur Storker Hütte</b></p> <p>Vom Bahnhof aus geht es auf die nördliche Siegseite hinauf zum Keltersberg. Von dort gelangen wir auf den Natursteig Sieg, dem wir bis zur Storker Hütte folgen. Nach einer kurzen Rast mit wunderschönem Blick ins Siegtal geht es über den Erlebnisweg „Wildwiesenweg“ hinunter zum Ort Bourauel und wieder zurück zu unserem Ausgangspunkt.</p> <p>Anmeldung erbeten bei: Ehrenamtlicher Wanderführer Hans-Peter Barrig, Tel. 02243.82668</p>
<p><b>Donnerstag, 14. Mai 2020 – 18.00 Uhr</b></p> <p>Treffpunkt: Eitorf-Merten, S-Bahn Haltestation</p> <p>Dauer: 2 ½ Stunden</p> <p>Teilnahmegebühr: Spendenempfehlung 15-25 € nach eigenem Ermessen</p>	<p><b>Shinrin Yoku – Waldbaden im Siegtal</b></p> <p>In Japan gehen gesundheitsbewusste Menschen schon seit den 1980er Jahren zum „Baden“ in den Wald. Jetzt gibt es den neuen Gesundheitstrend „Shinrin Yoku“ (frei übersetzt als „Baden in der Atmosphäre des Waldes“) auch bei uns im Siegtal! Hintergrund sind neueste wissenschaftliche Erkenntnisse über die <i>Heilwirkung</i> des Waldes. So haben Studien ergeben, dass der Aufenthalt im Wald nicht nur Blutdruck und Stresshormonspiegel senkt, sondern auch unser Immunsystem stärkt, einen gesunden Schlaf fördert, Krebs vorbeugt sowie Körper, Geist und Seele harmonisiert. Bei diesem Spaziergang im schönen Siegtal können Sie die stärkende und entspannende Wirkung des Shinrin Yoku selbst ausprobieren. Wir schlendern achtsam durch den Wald und lassen uns von der Schönheit der Natur verzaubern. Abwechslungsreiche Naturübungen unterstützen Sie dabei, innerlich zur Ruhe zu kommen und sich mit allen Sinnen dem Hier und Jetzt zuzuwenden. Regelmäßiges Waldbaden trägt nicht nur zu mehr Wohlbefinden und Gesundheit bei, sondern hilft Ihnen auch, in belastenden Alltagssituationen gelassen bleiben zu können. Sie fühlen sich tief verwurzelt wie ein starker Baum und nichts kann Sie so leicht umwerfen. <u>Bitte mitbringen:</u> wetterangepasste, strapazierfähige Kleidung und ggf. eine Sitzunterlage. Das Waldbaden findet auch bei Regen statt, nur bei starkem Wind fällt es aus.</p> <p>Anmeldung erbeten bei: Sandra Knümann, Praxis für Achtsamkeit und Naturtherapie, Tel. 02243.843448, info@pan-praxis.de</p>
<p><b>Montag, 08. Juni 2020 – 09.30 Uhr</b></p> <p>Treffpunkt: Kapelle in Eitorf-Hönscheid, Höhe Haus Nr. 35</p> <p>Dauer: ca. 2 ½ Stunden</p> <p>Teilnahmegebühr: kostenfrei</p>	<p><b>Spirituelle Montagsspaziergang</b></p> <p>Wer kommt mit, unsere Heimat bewusst zu erspüren!</p> <p>Auf einem 2,5 stündigen Spaziergang begleitet uns ein christlicher Impuls in die Woche. In einem heilsamen Lied heißt es: „Die Heimat ist dort, wo Dein Herz ist.“ Das ist mein Anliegen als Gästeführerin in Eitorf. Die Sehnsucht, die jeder in sich verspürt, im Miteinander, durch einen Impuls, in der Bewegung, in der Natur zu entdecken. Beginnen möchte ich an einer Kapelle unserer Heimat. Der Spaziergang ist ein Rundweg, der nicht immer eben verläuft. Zum Mittagsengelus sind wir zurück. Nehmen Sie sich Zeit, ich freue mich auf Sie.</p> <p>Gästeführerin Brigitte Helfen, Tel. 02242/911833 - Mobil: 0170/1805023</p>

### Wichtige Zusatzinformationen:

- Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr!
- Die Wanderstrecken führen überwiegend über unbefestigte Wald- und Wiesenwege.
- Notwendig ist der Witterung und der Wege angepasstes Schuhwerk sowie bei längeren Wanderungen die Mitnahme ausreichender Getränke (Rucksackproviant).
- Mitgeführte Hunde sind „an der Leine“ zu führen.
- Bei Unwetter und Glatteis finden keine Wanderungen statt.