

## **Tourenbezeichnung: „Die Lingese-Runde – Eine oberbergische Wanderung mit Kräutern, Wasser und Weite“**

Das Bergische Land ist die Talsperren-reichste Region Deutschlands – Die Lingese-Talsperre ist einer dieser „Bergischen Fjorde“ und auf jeden Fall eine Reise wert. Erst recht, weil um diesen Stausee viele leckere Kräuter wachsen. Uns erwarten auf dieser abwechslungsreichen Wanderung wunderbare Ausblicke aufs Wasser und in die weite Hügellandschaft und jede Menge urwüchsige Natur, wo an den feuchten Wegesrändern viele Kräuter wachsen.

Ein perfekter Ort, um diese Tour zusammen mit Ruth Vossen anzubieten, einer ausgewiesenen Kräuterexpertin im Oberbergischen. Auf dieser Wanderung wird sie uns in die Welt der Wildkräuter einführen und uns beim Kräutersammeln anleiten. Im Anschluss an die Wanderung werden wir unter ihrer Anleitung ein Kräuterbuffet aufbauen und genießen können. Eine Wanderung plus Kräuterverköstigung – der perfekte Frühsommer-Ausflug!

- Datum:** Sonntag, 16.06.2024, 10:00 Uhr
- Guide:** Michael Schulze, Diplom-Geograph & zertifizierter Tourenleiter mit Schwerpunkt Landschaftserleben **und** Ruth Vossen, Kneipp-Gesundheitstrainerin & Kräuterexpertin
- Treffpunkt:** 10:00 Uhr, Parkplatz an der Kaffeerösterei Pagnia (Adresse für Navi: Zum Waldfrieden 20, 51709 Marienheide). Es sind ausreichend Parkmöglichkeiten vorhanden.
- Anreise** Aus Richtung Köln entweder über die B 506 und B 237 oder über die A4 und die L 302, die Leppestraße und die B 256 bis Schmitzwipper.
- Verpflegung** Rucksackverpflegung für die Wanderung selbst und Kräuterbuffet nach der Wanderung bei Ruth Vossen in Hülsenbusch (bitte Besteck, Teller und Suppentasse und Becher mitbringen). Adresse: Osterhofstr. 13, 51647 Gummersbach(-Hülsenbusch)
- Dauer:** Ca. 6:00 h insgesamt: ca. 4:00 h Wanderung (ca. 8 km, 127 Höhenmeter) plus ca. 2:00 Stunden Kräuterbuffet

**Schwierigkeitsgrad:** leicht - mittel, sanft hügeliges Gelände mit wenigen Auf- und Abstiegen

**Mitbringen:** dem Wetter angepasste Kleidung, festes Schuhwerk

**Preise** 30,00 € pro Person (geführte Wanderung durch Ruth Vossen und Michael Schulze mit inkludiertem anschließenden Kräuterbuffet)

## **Tourenbeschreibung**

Wir starten unsere Tour direkt mit dem Spezialthema der Tour, da vor allem rund um die Talsperre viel an Kräutern zu finden sein wird. Vom Parkplatz an der Kaffeerösterei Pagnia aus starten wir direkt zur Lingese-Talsperre. Die Überquerung der Staumauer bietet uns einen ersten beeindruckenden Ausblick auf den Stausee. Am anderen Ufer angekommen, wird es dann direkt spannend: Ruth Vossen wird uns auf dem Uferweg, der uns auf ca. 4-5 km eine dreiviertel Runde um den See führt, in die Welt der Wildkräuter einführen. Damit nachher auch ein reichhaltiges Buffet aufgebaut werden kann, werden wir unterwegs unter Anleitung von Ruth fleißig sammeln. Das dauert entsprechend: Wir werden für die Strecke deutlich länger brauchen als den beim Wandern üblichen Stundenschnitt. Bei dieser Tour kommt es eher auf die Details und die Kleinigkeiten am Wegesrand an...

Im zweiten Teil der Wanderung verlassen wir die Gestade der Lingese und tauchen in den umliegenden Hangwald ein. Der Weg führt uns nun auf die Höhen, wo wir wunderbare Weitblicke in die oberbergische Landschaft haben werden. Eine idyllische Bachpassage rundet diese schöne Schleife abseits der Talsperre ab. Am Ende kommen wir über versteckte Pfade wieder an der Talsperre an. Das verlockende Café der Kaffeerösterei Pagnia heben wir uns für den nächsten Besuch auf, da es nun schnurstracks mit den Autos nach Hülsenbusch (7,5 km Fahrtstrecke) geht, wo wir gemeinsam mit Ruth Vossen das Kräuterbuffet zaubern und genießen dürfen.

Glücklich, zufrieden und erfüllt mit allerlei Kräuterwissen und -geschmack treten wir von dort den Heimweg an.