

RUHR-RADWEG

Vom Sauerland nach Duisburg

ROUTE

1. **Tag:** Winterberg – Assinghausen – Bigge – Meschede **ca. 40 km**
 2. **Tag:** Meschede – Arnsberg – (optional Möhnesee, Umrundung und Anfahrt ca. 26 km) – Neheim **ca. 47 km, inkl. Möhnesee ca. 73 km**
 3. **Tag:** Neheim – Fröndenberg – (optional Unna – Opherdicke) – Schwerte – Geisecke **ca. 40 km, inkl. Unna ca. 55 km**
 4. **Tag:** Schwerte – Herdecke – Wetter – Bommern – Hattingen **ca. 56 km**
 5. **Tag:** Hattingen – Mülheim – Duisburg **ca. 75 km**
- Gesamtstrecke ca. 258 km, inkl. Ausflüge ca. 299 km**

SEHENSWÜRDIGKEITEN

- Winterberg:** Ruhrquelle, Bob- und Rodelbahn, Aussichtsturm
Assinghausen: Hist. Fachwerkhäuser, Grimme-Denkmal, Johannstollen
Bigge: Schloss Schellenstein, Adler Apotheke
Meschede: Pfarrkirche St. Wallburga, Stadtarchiv
Arnsberg: Alter Markt, Klassizismus-Viertel, der grüne Turm
Neheim: Freskenhof, Strohdorf mit Burgmannshöfen
Unna, Opherdicke: Historische Altstadt, Rathaus, Eulenturm, schöne Parkanlagen, Kirche in Opherdicke
Schwerte: Kirche St. Viktor, Haus Ruhr, Stadtkern
Herdecke: Pumpspeicherwerk
Wetter: Harkosee mit historischem Schwungrad, Bootsausflüge
Bommern: Gruben- und Feldbahnmuseum
Hattingen: Industriemuseum Henrichshütte, Altstadt, Kirchplatz, Burg Blankenstein
Kettwig: Historische Steinbrücke, Altstadt
Mülheim: Schlösser Styrum / Broich, Aquarius Wassermuseum
Duisburg: Hafenrundfahrten, Industriedenkmäler, Stadtmauer

BESCHILDERUNG

Auf dem ersten Teil zwischen Winterberg und Schwerte ist die Beschilderung sehr lückenhaft, von Schwerte bis nach Duisburg dann allerdings ausgezeichnet. Wir empfehlen darum speziell für den ersten Abschnitt den Bikeline-Radreiseführer Ruhr-Radweg.

STRECKE / AUSRÜSTUNG

Meist führt der Ruhr-Radweg über gut ausgebaute asphaltierte Radwege, über verkehrsberuhigte Straßen, befestigte Wald- und Feldwege. Im ersten Teilstück bis Schwerte sind einige Steigungen zu bewältigen, danach radelt man durch Flachland bis nach Duisburg. Aufgrund der





Anstiege im ersten Teil empfiehlt sich ein Trekking-, Cross- oder Reiserad mit bergfähiger Übersetzung (mind. 21 Gänge).

Tip: Entlang des gesamten Radweges verläuft eine Bahnstrecke, die es nach Belieben möglichst macht, Teilstücke zu überbrücken.

REISEFÜHRER / KARTEN

Bikeline-Radreiseführer Ruhr-Radweg, Verlag Esterbauer, ISBN 3-85000-060-5, 11,90 Euro, www.esterbauer.com

Reiseführer Ruhrgebiet Metropole, Verlag Reise-Know-How, ISBN 3-8317-1398-7, 17,50 Euro, www.reise-know.de

Freizeitführer Sauerland, Verlag Wartberg, ISBN 3-8313-1049-1, 12,80 Euro, www.wartberg-verlag.de

UNTERKÜNFTE

Neben den von uns benutzten Hotels gibt es eine ganze Reihe von Unterküpfen, die mit dem Label „Qualitätsbetriebe Ruhrtal-Radweg“ ausgestattet sind. Sie sind auf die Bedürfnisse von Radtouristen eingestellt und bieten umfangreiche Serviceleistungen, wie z. B. einen Fahrradabstellraum und Trockenmöglichkeiten für Kleidung und Ausrüstung.

Hennedamm Hotel, Meschede, Tel. (02 91) 99 60 60, www.hennedamm-hotel.de

Dorint Resort & Spa, Arnsberg-Neheim, Tel. (0 29 32) 20 01, www.dorintresorts.com/arnsberg

Gutshof Wellenbad, Schwerte-Geisecke, Tel. (0 23 04) 48 79, www.gutshof-wellenbad.de

Willi-Michels-Bildungsstätte, Hattingen, Tel. (0 23 24) 9 46 40, www.neues-alter.de oder **Jugendbildungsstätte Welper**, www.jubi-welper.de

WEITERE INFORMATIONEN

Ruhrgebiet Tourismus, Essen, Tel. (02 01) 1 76 70, www.ruhrtalradweg.de

Sauerland Tourismus, Schmallenberg, Tel. (0 29 74) 9 69 80, www.sauerland-touristik.de

Kommunalverband Ruhrgebiet, Ruhr-Tour, Essen, Tel. (02 01) 2 06 90, www.rvr-online.de

Tourismus NRW, Köln, Tel. (02 21) 17 94 50, www.nrw-tourismus.de