



## NORDIC WALKING PARK M E D E B A C H

### Blaue Strecke (1)

- Länge: 4 km
- Höhenmeter: 57
- Anforderung: leicht
- Asphaltanteil: 0,6 km
- Nicht-Asphaltanteil: 3,4 km

### Rote Strecke (2)

- Länge: 7,4 km
- Höhenmeter: 70
- Anforderung: mittel
- Asphaltanteil: 1,5 km
- Nicht-Asphaltanteil: 5,9 km

### Schwarze Strecke (3)

- Länge: 11,2 km
- Höhenmeter: 95
- Anforderung: schwer
- Asphaltanteil: 5,5 km
- Nicht-Asphaltanteil: 5,7 km

### Lage / Ausgangspunkt

- Ausgangsp. für alle Touren ist die Portaltafel direkt beim FreeLife Park Hochsauerland oder die Portaltafel am Weddelsee in Medebach.

### Karten / Literatur

- Wanderkarte Medebach mit Radwegen, Ausflugszielen, Einkehr- & Freizeittipps, 1:25.000, PUBLICPRESS, ISBN 3-89920-156-6, € 3,95
- Erlebnisführer Sauerland – Die schönsten Ziele, 1:30.000, PUBLICPRESS, ISBN 3-89920-210-4, € 2,95
- [www.medebach-touristik.de](http://www.medebach-touristik.de)

Medebach ist eine alte Hansestadt mit einer wechselvollen Geschichte. Seine Lage zwischen 400-800 Metern ist landschaftlich geprägt durch das rheinisch-westfälische Schiefergebirge, das im Hochsauerland mit den Gebirgszügen des Rothaargebirges zum größten Höhenzug Westdeutschlands ansteigt. Eine Besonderheit ist die Hochebene, auf der sich die Stadt befindet. Diese „Medebacher Bucht“ ist ein Vogelschutzgebiet, in dem sich seltene Tier- und Pflanzenarten befinden. Das „DSV nordic aktiv Walking Zentrum Medebach und Hallenberg“ besteht aus zwei Nordic Walking Parks. Hiervon befindet sich einer in Medebach und der andere in Hallenberg-Liesen. Ein dritter Park in Medebach-Küstelberg ist aktuell fertig gestellt worden. Er ist einer der höchstgelegenen Parks in Nordrhein-Westfalen. Die Strecken bieten eine wunderschöne und sehr abwechslungsreiche Landschaft. Die Tour führt hierbei auch über ein Stück des Rothaarsteigs. Den Einstieg für diese Touren findet man an der Portaltafel, die sich am Parkplatz des Schloßberges befindet. Neben seinem großen Nordic Walking Angebot, vielen Rad- und Wanderwegen, bietet Medebach mit seinen neun Ortsteilen auch ein abwechslungsreiches Urlaubsprogramm, wenn man mal nicht mit den Stöcken unterwegs ist.

### Info:

**Touristik-Gesellschaft Medebach mbH,**  
**Marktplatz 1, 59964 Medebach,**  
**Tel. 02982/9218610, Fax 9218611,**  
**E-Mail: [info@medebach-touristik.de](mailto:info@medebach-touristik.de),**  
**[www.medebach-touristik.de](http://www.medebach-touristik.de)**



#### Stockverleih

- Touristik-Zentrale Medebach und Center Parcs Park Hochsauerland

#### Einkehr / Übernachtung

- siehe Info

#### Freizeiterlebnis

- Park Hochsauerland mit Südseebadeparadies, Städtisches Heimatmuseum
- OT Düdinghausen: Dreggestobe und histor. Dorfrundgang
- Europäisches Vogelschutzgebiet „Medebacher Bucht“, Ausstellung in der Info-Zentrale Medebach

### Tour 1 – Blaue Strecke

Startet man am Center Parcs Park Hochsauerland, so führt die Tour über einen zum Teil asphaltierten Weg zum idyllisch gelegenen Weddelsee. Weiter geht es auf einem wunderschönen Waldweg durch einen Mischwald unterhalb des Weddelberges, auf dem man zur „Hasenkammer“ gelangt. Den Ferienhof rechts liegend, geht es nun über einen Wiesenweg bergauf zurück zum Park Hochsauerland.

### Tour 2 – Rote Strecke

Auch diese Tour spart den Weg zum idyllisch gelegenen Weddelsee nicht aus, führt auf Wegen durch wunderschönes Waldgebiet entlang des Weddelberges. Der Weg führt dann weiter Richtung Bromberg. Nachdem man den Wirtschaftsweg verlassen hat, gelangt man auf einen Wald- und Wiesenweg. Entlang umzäunter Weiden kommt man zur „Kuckucksuhle“. Vorbei an der SGV Schutzhütte geht es dann zurück zur „Hasenkammer“. Zum Schluss erwartet einen noch ein kurzer Steilanstieg, bevor man wieder am Park Hochsauerland ist.

### Tour 3 – Schwarze Strecke

Ausgehend vom Cycle Center im Park Hochsauerland, vorbei am Weddelsee, über eine landschaftlich schöne Strecke durch Waldgebiet, führt auch diese Tour Richtung Bromberg. Am Brombergkreuz vorbei durch ein schönes Waldstück, gelangt man auf einen Wiesenweg. Von hier aus hat man einen schönen Blick auf die sanften Wellen des Rennfeldes. Der parallel zum Hinweg verlaufende Weg führt zurück an der Kuckucksuhle und stößt hier wieder auf die „rote Strecke“. Diese verlässt man in Richtung Winterkopf. Mit einem schönen Rundblick in die Tiefe führt der Weg zurück am Weddel vorbei, bis zum Weddelsee und wieder zum Ausgangspunkt im Park Hochsauerland.



Ausgangspunkte der Touren mit Info-Tafeln, unterwegs weisen Richtungsschilder den Weg.



© Michael Säger, 2006 Bonn. 01/Mede, WM 126/05, Haftungsausschluss: s. Impressum