



Alle Infos zum Sauerland-Höhenflug



www.sauerland-hoehenflug.de



Sauerland-Höhenflug „Nur Fliegen ist schöner!“

250 faszinierende Kilometer, atemberaubende Fernsichten und hautnahes Naturerlebnis – herzlich willkommen auf dem Fernwanderweg Sauerland-Höhenflug!

Von den beiden Startpunkten Meinerzhagen und Altena im Westen des Sauerlands quer durch den Naturpark Sauerland Rothaargebirge bis ins hessische Korbach bewegen sich Wanderer hier über die prägenden Berge der Region, die überall fantastische Panoramaaussichten mit einer herrlichen Naturidylle verbinden und ganz viel Ruhe und Entspannung fernab des täglichen Trubels bieten.

Angelegt mit einem Wegeverlauf über die Gipfel und Kämme von Ebbeberge, Homert und Rothaargebirge ist es daher auch nicht verwunderlich, dass das Motto des Sauerland-Höhenflugs „Nur Fliegen ist schöner!“ lautet. Wer hier wandert, der darf sich auf ausgedehnte Wälder, verwunschene Moore aber auch weite Bergwiesen und beschauliche Fachwerkdörfer freuen.

Dabei ist es egal ob man den Fernwanderweg von Westen nach Osten oder umgekehrt in Angriff nimmt. Auch Etappen- und Genusswanderer finden hier genau das richtige Angebot. Einige Etappenabschnitte sind zudem optimal mit dem öffentlichen Nahverkehr verknüpft, sodass man nach einer erlebnisreichen Wanderung entspannt wieder an den Ausgangspunkt zurück gelangt.

Höhe neu erleben

Idyllische Lichtungen und markante Aussichtstürme, saftige Bergweiden und purpurfarbene Hochheiden, prägnante Berggipfel und jede Menge Aussichtspunkte – all das und noch vieles mehr erwartet Wanderer auf dem Sauerland-Höhenflug.

Der Fernwanderweg eignet sich aber auch optimal um Kraft zu tanken, auszuspannen und seine Gedanken schweifen zu lassen. Unterwegs geht es auf den einzelnen Etappen mal sanft, aber auch schon mal recht sportlich auf und ab. Doch überall wird der Wanderer belohnt mit fantastischen Panoramaaussichten von den Gipfeln der Sauerländer Berge. Und davon gibt es unterwegs eine ganze Menge. Egal ob von den Höhen rund um Altena, Neuenrade, Attendorf oder Wenholtshausen oder von der Nordhelle, dem Oberbecken in Rönkhausen, der Hunau oder dem Kahlen Pön bei Düdinghausen.

Ganz besondere Aussichtspunkte sind aber auch die am Weg liegenden Türme, die den Blick noch weiter schweifen lassen. So reicht die Sicht vom Schombergturm bei Wildewiese bis ins Münsterland und in die Eifel. Und sieben weitere Türme, darunter der markante Sauerland-Stabil-Stuhl bei Liesen als echter Blickfang, eröffnen ebenso fantastische Ausblicke. Wissenswertes zur Region erhält man an den zahlreichen Panoramapunkten, zwei Meter großen Tafeln, die über Gipfel und Landmarken informieren.



Der Naturpark Sauerland Rothaargebirge



Größter Naturpark in Nordrhein-Westfalen

Der Naturpark Sauerland Rothaargebirge ist nicht nur Träger des Sauerland-Höhenflugs, sondern wird von ihm auch einmal komplett durchquert. Somit ist eine Wanderung auf dem beliebten Fernwanderweg bestens geeignet, um den Naturpark mit seinen faszinierenden Naturschutzgebieten sowie den zahlreichen Kultur- und Industriedenkmälern kennenzulernen. Besonders Familien bietet der Naturpark Sauerland Rothaargebirge die Möglichkeit, einen Ausgleich zum Alltag zu finden und die Natur mit ihren Besonderheiten zu entdecken.

Neben dem Fernwanderweg Sauerland-Höhenflug hat der Naturpark aber noch viele weitere Highlights und Naturbegegnungen zu bieten, die erkundet werden möchten. Insgesamt 35 Juwelen füllen seit kurzem die sechs Naturpark-Infozentren, die soge-

nannten Schatztruhen, mit spannenden Erlebnissen. Einige von ihnen, unmittelbar am Sauerland-Höhenflug gelegen, sind garantiert einen Abstecher wert.

Faszinierende Naturerlebnisse wohin das Auge reicht

Wer auf dem Sauerland-Höhenflug wandert, der genießt ausgedehnte Wälder, verwunschene Moore, weite Bergwiesen, idyllische Orte und faszinierende Naturschätze. Egal, ob vorbei an den seltenen Ebbemooren an den Hängen der Nordhelle, im Herbst durch die blühenden Heideflächen am Kahlen Asten oder mit Blick auf die Medebacher Bucht, der Heimat vieler gefährdeter Vogelarten wie dem Rotmilan – der Leitfigur des Sauerland-Höhenflugs.

Informieren Sie sich in den Naturpark-Infozentren über die Juwelen des Naturparks oder unter www.npsr.de.



Unterwegs mit den Rangern Südwestfalen

Die Natur am Sauerland-Höhenflug genießen und dabei die Besonderheiten von Flora und Fauna kennenlernen!

Zwei Ranger des Landesbetriebs Wald und Holz NRW sind ständig auf dem Fernwanderweg unterwegs und übernehmen auf ihren Streifzügen zahlreiche wichtige Aufgaben. Benannt nach ihren Kollegen aus den Nationalparks in den USA, kümmern sie sich um das Wohlergehen der Natur entlang des Sauerland-Höhenflugs. Sie pflegen die Wege, helfen bei der Instandsetzung der Waldmöbel, sind Ansprechperson für Wanderer, geben Tipps und vermitteln während geführter Wanderungen Wissenswertes rund um die Natur am Wegesrand.

Entdecken auch Sie die Rangerwanderungen auf dem Sauerland-Höhenflug oder buchen Sie individuelle Führungen unter der Ranger-Hotline 02972 970255. Die Rangerwanderungen sind für Kinder und Jugendliche kostenlos, Erwachsene entrichten eine geringe Gebühr.



REGIONAL ÖKOLOGISCH ZUVERLÄSSIG mark-e.de

Wir setzen auf Strom aus erneuerbaren Energien, bieten Ihnen smarte Lösungen zur Energieeinsparung und attraktive Angebote zu Zukunftsthemen wie Elektromobilität oder Smart Home. Direkt vor Ort – immer in Ihrer Nähe.

Energie, die bewegt.



Sauerland-Höhenflug



Übersichtskarte Informationen



www.sauerland-hoehenflug.de

MEHR INFORMATIONEN: Sauerland-Höhenflug c/o Naturpark Sauerland Rothaargebirge Johannes-Hummel-Weg 2 57392 Schmallenberg info@sauerland-hoehenflug.de www.sauerland-hoehenflug.de



Service-Hotline: 0 29 74 - 20 21 99



INFOS UND BUCHUNG:
Regionalforstamt Oberes Sauerland Poststraße 7 57392 Schmallenberg Ranger Hotline: 0 29 72 - 97 02 55 ranger-suedwestfalen@wald-und-holz.nrw.de

www.wald-und-holz.nrw.de



Höhenflug „Der Klassiker“

Anreise täglich | 11 Wandertage | 12 Nächte | von Altena-Korbach

Wandererlebnis mit grandiosen Aussichten auf 250 km – das ist der Sauerland-Höhenflug! Die Welt von oben betrachten, sich einfach frei fühlen und den Alltag hinter sich lassen. Dazu haben Sie die Möglichkeit, zahlreiche Sehenswürdigkeiten zu besuchen, wie z.B. die Burg Altena.

Enthaltene Leistungen:
• 12x ÜN in wechselnden Pensionen, Landgasthöfen und Hotels • Zimmer mit DU oder Bad/WC
• 12x Frühstück • 11x Lunchpaket • Örtliche Kurtaxe
• 11x Gepäcktransfer zum nächsten Etappenziel
• 1 Erlebnis-Wanderführer Sauerland-Höhenflug pro Buchung • Gesamtlänge Wanderungen: 194km

Preis
13 Tage/12 Nächte
ab 1049,- € p.P. (im DZ)
ab 1199,- € p.P. (im EZ)
Aufschlag Gepäcktransfer für Einzelwanderer auf Anfrage

Reiseveranstalter: Reisewelt Sauerland www.reisewelt-sauerland.de Poststraße 7, 57392 Schmallenberg, Tel.+49(2972) 974022, info@reisewelt-sauerland.de



Höhenflug „Genießertour“

Anreise täglich | 6 Wandertage | 7 Nächte | von Korbach - Wenholtshausen | Gesamtlänge der Wanderungen 129 km

Den Sauerland-Höhenflug mit beeindruckenden Ausblicken und vielen kleinen Wundern am Wegesrand kennenlernen.

Enthaltene Leistungen:
• 7x ÜN in wechselnden Pensionen, Landgasthöfen und Hotels • Zimmer mit DU oder Bad/WC
• 7x Frühstück • 6x Lunchpaket • Örtliche Kurtaxe
• 6x Gepäcktransfer zum nächsten Etappenziel
• 1 Erlebnis-Wanderführer Sauerland-Höhenflug pro Buchung

Preis
8 Tage/7 Nächte
ab 619,- € p.P. (im DZ)
ab 679,- € p.P. (im EZ)
Aufschlag Gepäcktransfer für Einzelwanderer auf Anfrage

Reiseveranstalter: Reisewelt Sauerland www.reisewelt-sauerland.de Poststraße 7, 57392 Schmallenberg, Tel.+49(2972) 974022, info@reisewelt-sauerland.de



Die Orte am Wegesrand

Mit 250 Kilometern ist der Sauerland-Höhenflug der längste Fernwanderweg im Sauerland. Insgesamt 19 Städte und Gemeinden am Wegesrand warten mit einer Fülle an historischen und kulturellen Schätzen darauf, vom Wanderer entdeckt zu werden.

Zahlreiche Sehenswürdigkeiten und Ausflugsziele laden dazu ein, die Region nach Ihrer Wanderung noch besser kennen und lieben zu lernen. Wie wäre es mit einer Schifffahrt auf dem Bigge-, Sorpe- oder Hennesee? Tauchen Sie ein bei einer Besichtigung der berühmten Atta-Höhle oder schürfen Sie nach Gold im Besucherbergwerk am Eisenberg. Lernen Sie Geschichte, Industrie und Handwerk der Region bei einem Museumsbesuch z.B. im Südsauerland-, Draht-, Schiefer- und Maschinenmuseum kennen oder erleben Sie eine Zeitreise auf der Burg Altena!

Wandern mit Qualität:
Der Sauerland-Höhenflug wurde vom Deutschen Wanderverband mit dem Güte-Siegel „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“ ausgezeichnet.



Mit dem Zertifikat „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“ zeichnet der Deutsche Wanderverband nur Wanderwege aus, die ganz bestimmte Qualitätsansprüche erfüllen. Aber nicht nur der Weg selbst erfüllt hohe Qualitätsstandards, in den Orten erwarten Sie Gastgeber, die sich speziell auf die Bedürfnisse von Wanderern eingestellt haben. Sie bieten einen besonderen Service vom Gepäcktransfer über geführte Wanderungen bis hin zu einem Abhol- und Bringservice. Eine Übersicht der Gastgeber erhalten Sie auf der Homepage des Sauerland-Höhenflugs.



Dem Wald und der Natur zuliebe

Damit der Wald seinen Erholungswert auch in der Zukunft erfüllen kann, bitten wir Sie folgende Hinweise zu beachten:

In der freien Landschaft können Straßen, Wege und landwirtschaftlich nicht genutzte Flächen zum Zwecke der Erholung betreten werden. Allerdings geschieht dies stets auf eigene Gefahr, insbesondere im Hinblick auf natur- und walddynamische Gefahren, einschließlich solcher, die aus der ordnungsgemäßen Bewirtschaftung des Waldes resultieren:

1. Bleiben Sie auf den für Sie vorgesehenen Wegen.
2. Verhalten Sie sich vorausschauend und der Strecke und den Begebenheiten angemessen.
3. Passen Sie Ihr Tempo so an, dass Sie jederzeit reagieren können.
4. Lassen Sie sich freundlich und rechtzeitig bemerkbar.
5. Machen Sie andere Naturnutzer gefahrenfrei passieren.
6. Auch der Wald gehört jemandem! Beachten Sie Absperrungen und befolgen Sie Anweisungen.
7. Nutzen Sie die Wege verantwortungsvoll.
8. Bei Dämmerung und Dunkelheit meiden Sie den Wald.
9. Schonen und schützen Sie Tiere und Pflanzen und verhalten Sie sich angemessen.
10. Nehmen Sie Ihren Müll wieder mit.
11. Führen Sie Hunde nur auf den Wegen oder an der Leine (außer in Gefahrensituationen).



Höhenflug „Herzstück“

Anreise täglich | 4 Wandertage | 5 Nächte | von Wenholtshausen - Winterberg | Gesamtlänge 73 km

Fantastische Ausblicke über das Land der tausend Berge, ausgedehnte Wiesen und üppige Buchenwälder erwarten Sie auf dieser Wanderung über das Herzstück des Sauerland-Höhenfluges. Entlang des 815 m hohen Hunau-Rückens entdecken Sie ganz besondere Naturschätze.

Enthaltene Leistungen:
• 5x ÜN in wechselnden Pensionen, Landgasthöfen und Hotels • Zimmer mit DU oder Bad/WC
• 5x Frühstück • 4x Lunchpaket • Örtliche Kurtaxe
• 4x Gepäcktransfer zum nächsten Etappenziel
• 1 Erlebnis-Wanderführer Sauerl.-Höhenflug p. Buchung

Preis
6 Tage/5 Nächte
ab 419,- € p.P. (im DZ)
ab 479,- € p.P. (im EZ)
Aufschlag Gepäcktransfer für Einzelw. auf Anfrage

Reiseveranstalter: Reisewelt Sauerland www.reisewelt-sauerland.de Poststraße 7, 57392 Schmallenberg, Tel.+49(2972) 974022, info@reisewelt-sauerland.de



Höhenflug „Hönnetal“

3 Wandertage | 4 Nächte | von Neuenrade - Blintrop - Balve nach Binolen | Gesamtlänge 40 km

Bei dieser Wandertour auf Sauerland-Höhenflug u. Sauerland-Waldroute ist Abwechslung garantiert. Entdecken Sie Deutschlands größte Kulturhöhle, die Balver Höhle, und genießen Sie eine Fahrt mit der Hönnetalbahn!

Enthaltene Leistungen:
• 4x Übernachtungen in wechselnden Pensionen, Landgasthöfen und Hotels
• Zimmer mit Dusche oder Bad/WC
• 3x Frühstück • 3x Lunchpaket
• 4x Gepäcktransfer zum nächsten Etappenziel
• 1 Wanderkarte Hönnetal pro Buchung

Preis
5 Tage/4 Nächte
ab 369,- € p.P. (im DZ)
ab 449,- € p.P. (im EZ)
Aufschlag Gepäcktransfer für Einzelwanderer auf Anfrage

Reiseveranstalter: Reisewelt Sauerland www.reisewelt-sauerland.de Poststraße 7, 57392 Schmallenberg, Tel.+49(2972) 974022, info@reisewelt-sauerland.de

Hinweis für Personen mit eingeschränkter Mobilität:
Die vier hier vorgestellten Wander-Produkte sind im Allgemeinen für Personen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet. Ob diese trotzdem Ihren individuellen Bedürfnissen entsprechen, erfragen Sie bitte bei Ihrer Buchungsanfrage.



NATURPARK SAUERLAND ROTHARGEIRGE

IMPRESSUM

Herausgeber:
Sauerland-Höhenflug
c/o Naturpark Sauerland Rothaargebirge
Johannes-Hummel-Weg 2
57392 Schmallenberg
Tel.: 02974-202199
info@sauerland-hoehenflug.de
www.sauerland-hoehenflug.de

Bildnachweis: Sauerland-Höhenflug, Sauerland-Tourismus e.V., Sauerland-Ferienstservice, Klaus-Peter Kappert, Tanja Evers, Kerstin Berens, Heidi Bückner, Markus Breitkopf

Gestaltung: Sauerland-Höhenflug,
Zwei x H Werbe-GmbH, Schmallenberg

Druck: Zimmermann Druck+Verlag, Balve

Hinweise: Alle Angaben erheben trotz sorgfältiger Bearbeitung nicht den Anspruch auf Vollständigkeit und Fehlerlosigkeit. Stand März 2020. Druckfehler vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Herausgebers.

URLAUB AM SAUERLAND-HÖHENFLUG UND IM SAUERLAND SAUERLAND-HÖHENFLUG-SERVICE-HOTLINE

Sie möchten weitere Infos zum Sauerland-Höhenflug, Prospekte bestellen oder Ihre Wanderung kompetent planen lassen? Dann rufen Sie unsere Service-Hotline 0 29 74 - 20 21 99 an oder schreiben Sie an info@sauerland-hoehenflug.de

Mehr Infos auch rund um die Uhr: www.sauerland-hoehenflug.de

Die Printprodukte des Sauerland-Höhenflugs

Der Erlebnis-Wanderführer sowie das Fernwanderwege-Booklet bieten Wanderern viele Informationen rund um die Touren auf dem Sauerland-Höhenflug.

Das kostenlose Fernwanderwege-Booklet ermöglicht es, den Sauerland-Höhenflug anhand ausgewählter Tourentipps zu genießen. Wer hingegen die Gänge des Sauerland-Höhenflugs erfahren möchte, findet einen guten Begleiter im Erlebnis-Wanderführer (14,90 €), mit der kompletten Wegbeschreibung und ausführlichem Kartenmaterial.

Einfach online bestellen unter: www.sauerland-hoehenflug.de/prospekte





Etappenvorschläge

Sie möchten den Sauerland-Höhenflug in seiner ganzen Vielfalt erleben? Oder sich ganz individuell ein- oder mehrtägige Etappentouren zusammenstellen?

Wir haben für Sie verschiedene Vorschläge zusammengestellt, um den Sauerland-Höhenflug in mehreren Etappen ganz oder in Teilen zu erwandern. Mit den praktischen Wegbeschreibungen auf der Internetseite lässt sich die Wunschroute so ganz unkompliziert gestalten. Perfekt für jeden Anspruch – ob klassisch, gemütlich oder sportlich.

Rufen Sie hierzu die Service-Hotline unter **029 74-202 199** an.

Von Altena nach Korbach in elf Etappen

- Von Altena nach Neuenrade, Wilhelmshöhe:**
16,6 km 461 m 302 m 5,5 – 6,0 Stunden
- Von Neuenrade, Wilhelmshöhe nach Altenaffen:**
10,9 km 293 m 272 m 3,0 – 3,5 Stunden
- Von Altenaffen nach Wildewiese:**
19,3 km 523 m 283 m 5,0 – 6,0 Stunden
- Von Wildewiese nach Wenholthausen:**
18,5 km 323 m 646 m 4,5 – 5,5 Stunden

Die weiteren Etappen: siehe Etappenbeschreibungen sechs bis zwölf von Meinerzhagen nach Korbach

Legende: Wegstrecke Aufstieg Abstieg Gezeit

Von Meinerzhagen nach Korbach in zwölf Etappen

- Von Meinerzhagen, Schallershaus nach Valbert:** (inklusive Zugangsweg vom Höhenflug nach Valbert)
15,7 km 450 m 408 m 4,0 – 5,0 Stunden
- Von Valbert nach Windhausen:** (inkl. Zugangsweg von Valbert zum Höhenflug)
16,9 km 396 m 442 m 5,0 – 6,0 Stunden
- Von Windhausen nach Lenhausen:**
17,4 km 388 m 594 m 4,5 – 5,0 Stunden
- Von Lenhausen nach Weuspert / Faulebutter:**
8,2 km 432 m 140 m 3,5 – 4,0 Stunden
- Von Weuspert / Faulebutter nach Wenholthausen:**
18,0 km 415 m 628 m 4,5 – 5,5 Stunden
- Von Wenholthausen nach Bad Fredeburg:**
22,3 km 724 m 544 m 5,5 – 6,5 Stunden
- Von Bad Fredeburg nach Altastenberg:**
18,8 km 659 m 350 m 4,5 – 5,5 Stunden
- Von Altastenberg nach Hallenberg:**
24,1 km 543 m 916 m 6,0 – 7,0 Stunden
- Von Hallenberg nach Medelon:**
17,4 km 503 m 516 m 4,0 – 4,5 Stunden
- Von Medelon nach Küstelberg:**
13,6 km 483 m 195 m 3,5 – 4,0 Stunden
- Von Küstelberg nach Düdinghausen:**
15,8 km 346 m 510 m 4,0 – 4,5 Stunden
- Von Düdinghausen nach Korbach:** (inkl. Zugangsweg v. Eisenberg n. Korbach)
14,4 km 277 m 342 m 4,5 – 5,0 Stunden

Rundwandern am Sauerland-Höhenflug

Höhe erleben und dabei den Alltag hinter sich lassen – wandern Sie doch einfach mal ganz unbeschwert auf den Rundwegen am Sauerland-Höhenflug.

Wer ganz spontan einen halben oder ganzen Tag in den Sauerland-Höhenflug hinein schnuppern und ganz entspannt wieder zum Ausgangspunkt zurückkehren möchte, für den sind die Rundwege am Sauerland-Höhenflug genau das richtige Angebot. Gehen auch Sie mit auf eine spannende Zeitreise durch die Historie Allendorfs, durch unsere Erdgeschichte oder wandern Sie auf den Spuren des Goldes. Ein kürzerer Themenweg für eine Halbtageswanderung mit der Familie oder doch lieber eine sportliche Tageswanderung? Bei den nachfolgenden Wandervorschlägen finden Sie bestimmt Ihre Wunschroute.

Rundwanderwege

Meinerzhagen: Vom Wasser haben wir's gelernt ..	12,0 km	256 Hm
Allendorf: Fickeltünnesweg ..	14,4 km	415 Hm
Wenholthausen: GolddorRoute ..	11,2 km	357 Hm
Obersorpe: Rundtour durch's Sorpetal ..	18,0 km	443 Hm
Medelon: Orketalrundweg ..	16,0 km	465 Hm
Düdinghausen: Geologischer Rundweg ..	7,1 km	556 Hm
Goldhausen: Goldspur am Eisenberg ..	5,2 km	226 Hm
Düdinghausen: Naturweg Kahle Pön ..	5,5 km	148 Hm
Hallenberg-Liesen: Meisebockweg ..	12,3 km	344 Hm

Wandern mit Bus und Bahn

Sie möchten eine Tagesetappe auf dem Sauerland-Höhenflug erwandern, aber wieder ganz bequem zu Ihrem Ausgangspunkt zurückkommen? Kein Problem!

Wandertouren auf dem Sauerland-Höhenflug, bei denen es möglich ist, den Sauerland-Höhenflug zu genießen und abends wieder in Ihrer Unterkunft, am Bahnhof oder bei Ihrem PKW zu sein, finden Sie unter der Rubrik „Wandern mit Bus und Bahn“ unter www.sauerland-hoehenflug.de.

Acht Wandervorschläge mit Bus und Bahn möchten wir Ihnen hier vorstellen:

Wandertouren mit Bus und Bahn

Meinerzhagen – Nordhelle:	21,8 km	718 m	552 m
Valbert – Attendorn:	20,8 km	488 m	662 m
Attendorn – Heggen:	17,5 km	441 m	427 m
Altena – Neuenrade:	17,9 km	593 m	397 m
Wenholthausen – Reiste:	8,2 km	286 m	219 m
Reiste – Bad Fredeburg:	14,2 km	478 m	380 m
Winterberg – Hallenberg:	24,2 km	658 m	920 m
Küstelberg – Düdinghausen:	15,8 km	382 m	561 m

TIPP: Beschreibungen von Wandertouren mit Bus und Bahn finden Sie auch im gemeinsamen Fernwanderwege-Booklet von Sauerland-Höhenflug, Sauerland-Waldroute und Rothaarsteig!

Das Wegeleitsystem

Gut markierte Wege und ein übersichtlich ausgeschildertes Wegenetz führen Sie sicher zu Ihrem Ziel.

Der Hauptweg ist mit einem weißen H auf gelbem Quadrat markiert.

Die Zugangswege sind mit einem weißen H auf schwarzem Grund gekennzeichnet. Diese bringen Sie von Wanderparkplätzen oder von den umliegenden Ortschaften direkt zum Hauptweg.

Das blaue Symbol beschildert Rundwege entlang des Sauerland-Höhenflugs.

Die Markierung wird in Zusammenarbeit mit dem SGV und den Rangern ständig kontrolliert. Zusätzlich finden Sie an Kreuzungen Wegweiser mit Angaben zu Standort, Höhe sowie Nah- und Fernzielen auf dem Sauerland-Höhenflug und den links und rechts querenden Wanderwegen.

Im Ernstfall muss es schnell gehen! Daher ist der Sauerland-Höhenflug durchgehend mit Rettungsschildern ausgestattet. Auf den grün-weißen Plaketten befinden sich individuelle Nummern, die Sie beim Absetzen des Notrufs unbedingt durchgeben müssen. So wissen die Rettungskräfte sofort, wo Sie sich befinden.

Der Sauerland-Höhenflug Trailrun

Laufschuhe an und los geht's zum Sauerland-Höhenflug Trailrun – Hier wartet eine einzigartige Laufstrecke mit dem ganz besonderen Trail-Lauferelebnis.

Verschlungene Pfade, herrliche Fernsichten, lichte Wälder und weite Wiesen – der Fernwanderweg bietet neben einmaligen Wandererlebnissen auch besondere Trail-Lauferelebnisse.

Am zweiten Wochenende im Juni kann der Sauerland-Höhenflug unter die Laufschuhe genommen werden. Denn dann findet der jährliche Sauerland-Höhenflug Trailrun statt. Einmalige Naturerlebnisse machen dieses sportliche Highlight im Sauerland zu einem einzigartigen Lauferlebnis rund um Sundern-Hagen.

Gleich drei verschiedene Streckenlängen mit Halbmarathon, zehn Kilometern und fünf Kilometern stehen zur Wahl. Daneben findet im Rahmen des Sauerland-Höhenflug Trailrun auch ein Schüler Trailrun statt.

Selbstverständlich ist für die Verpflegung auf der Strecke bestens gesorgt. Am Veranstaltungsgelände selber werden verschiedene Getränke und ein reichhaltiges Buffet angeboten.

Mehr unter www.hoehenflug-trailrun.de oder www.facebook.com/HoehenflugTrailrun



Der Sauerland-Höhenflug

Nur Fliegen ist schöner!

Wanderziele am Sauerland-Höhenflug:

- Burg Altena
- Hegenscheid - Flugplatz
- Ihmert
- Quitsmanturm
- Hönnequelle
- Wilhelmshöhe
- Parkplatz Imberg
- Altenaffen
- Parkplatz In der Schlade
- Parkplatz Schlot
- Schombergturn - Wildewiese
- Röhrensprung Wanderdreieck
- Meinerzhagen Zentrum
- Parkplatz Schallershaus
- Sauerland-Höhenflughafen
- Parkplatz Quellental
- Holzsteg - Ebboemore
- Roth-Kolb-Turm - Nordhelle
- An der Spinne
- Windhausen
- Parkplatz Auf dem Höchsten
- Landemert
- Lenhausen
- Pumpspeicherkraftwerk Oberbecken
- Faulebutter
- Parkplatz Birkenbrauk
- Sendeturm Estenberg
- Lauschgeist
- Wenholthausen
- Reiste
- Hengsiegeln
- Kapelle am Buchhagen
- Bad Fredeburg
- Hunaturm
- Parkplatz Großes Bildchen
- Altastenberg
- Astenturm - Kahler Asten
- Parkplatz Helleplatz
- Mollseifen
- Siebenahorn
- Ziegenhelle
- Heidkopfturn
- Hallenberg
- Sauerland-Stabil
- Parkplatz Hohe Schlade
- Parkplatz im Tal
- Medelon
- Parkplatz Orketal
- Küstelberg
- Oiemelquelle
- Düdinghausen
- Niederschleiden
- Goldhausen
- Georg-Viktor-Aussichtsturm
- Parkplatz Eisenberg
- Korbach Zentrum

Juwelen des Naturparks Sauerland Rothaargebirge

Naturpark-Infozentrum „Schatztruhe“

Naturpark-Juwelen

A Sorpesee mit Promenade & Airlebnisweg
 B Willzenberg bei Grafenschaft
 K Kyllipfad bei Schanze
 L Kahler Asten
 M Waldkulturrenweg
 N Naturparadies Hallenberg
 O Henneise mit Himmelstreppe
 P Die Bruchhäuser Steine
 Q Wennepfad mit Esmeckastausee
 R Medebacher Buch
 S Hochheide in Niedersfeld

Legende:

- Wanderroute Sauerland-Höhenflug
- Zugangsweg Sauerland-Höhenflug
- Rundweg Sauerland-Höhenflug
- Parkplatz mit Wanderportal
- Naturpark-Wanderparkplatz
- Bahnhof
- Bushaltestelle
- Aussichtsturm
- Wanderziele
- 3,7 Naturpark-Infozentrum
- 4,5 Naturpark-Infozentrum
- Wanderkilometer Zuweg
- Sehenswürdigkeiten

Kartographie: Märkischer Kreis • FD 67 - Geographische Informationssysteme • HM2008 Stand: 01.02.2020