



**GEMEINDE REICHSHOF**  
**DER BÜRGERMEISTER**  
**TOURISTINFO & KURVERWALTUNG**  
**KULTUR & VERANSTALTUNGEN**

Kur- & Touristinfo Reichshof · Reichshofstr. 30 · 51580 Reichshof

- Presseverteiler -

Eckenhagen  
Reichshofstraße 30  
51580 Reichshof  
☎ (02265) 470 & 9070  
📠 (02265) 356  
☎ Schneetelefon: (02265) 345  
🌐 [www.ferienland-reichshof.de](http://www.ferienland-reichshof.de)  
✉ [kurverwaltung@reichshof.de](mailto:kurverwaltung@reichshof.de)

Ihr Ansprechpartner: Frau Beckmann

Unser Zeichen: I/15-SB

11.08.2026

## Terminhinweis

### Geführte Wanderungen und Radtouren im September 2026

**Donnerstag, 03. September 2026**

#### Heilklimawanderung – „Kraft & Koordination“ - Beweglichkeit stärken

Wanderführerin: Jasmin Kostrzewa, Klimatherapeutin  
Treffpunkt: Kurpark Eckenhagen (Am Tretbecken), Zöper Weg, 51580 Reichshof-Eckenhagen  
Zeit: 16:00 bis 17:30 Uhr  
Schwierigkeit: leicht – ca. 5 km  
Veranstalter: Jasmin Kostrzewa  
Anmeldung: erforderlich, 02265-470 oder [kurverwaltung@reichshof.de](mailto:kurverwaltung@reichshof.de)  
Gruppengröße: 8 bis 15 Teilnehmer  
Kosten: kostenfrei  
Besonderes: Bitte festes Schuhwerk und wetterangepasste Sportkleidung tragen.

Durchatmen im Heilklima – Gemeinsam unterwegs in gesunder Luft.

Im Mittelpunkt stehen sanfte Bewegungsimpulse und das bewusste Wahrnehmen von Klima und Natur. Je nach Thema der Tour werden Elemente wie das Kneipp-Tretbecken, der Barfußpfad im Kurpark oder naturnahe Abschnitte im Wald in die Wanderung eingebunden.

Die Heilklimawanderungen richten sich an alle, die ihren Alltag entschleunigen und Bewegung in der Natur genießen möchten.



**Öffnungszeiten** (ganzjährig, außer an Feiertagen):  
Mo. bis Do. 09.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 17.00 Uhr  
Fr. 09.00 - 12.00 Uhr  
April bis Oktober zusätzlich:  
Sa. 09.00 - 12.00 Uhr  
In den NRW-Ferien So. 14.00 - 17.00 Uhr

**Bankverbindungen:**  
Kreissparkasse Köln IBAN: DE41 3705 0299 0347 0001 03 BIC: COKSDE33  
Volksbank Oberberg eG IBAN: DE07 3846 2135 0500 4500 10 BIC: GENODED1WIL  
**Umsatzsteuer-ID-Nr.:** DE 122 534 291 **Steuernummer:** 212/5804/0021

**Freitag, 04. September 2026**

**Über entlegene Wege entlang der Wiehltalsperre**

Wanderführer: Guido Henning  
Treffpunkt: Wanderparkplatz Sinspert L148 / L96, 51580 Reichshof-Sinspert  
Zeit: 14:00 bis 16:00 Uhr  
Schwierigkeit: mittel – ca. 5km  
Veranstalter: Aggerverband  
Anmeldung: erforderlich, 02265-470 oder [kurverwaltung@reichshof.de](mailto:kurverwaltung@reichshof.de)  
Teilnehmer: 10 bis 25 Teilnehmer  
Kosten: kostenfrei  
Hinweise: Die Wanderung führt zum Grußteil über unbefestigte Wege. Für Menschen mit Gehbehinderung ist die Führung leider nicht geeignet

In Begleitung des Försters kann auf der Strecke die Einzigartigkeit der Natur im zumeist unberührten Wasserschutzwald erkundet und erlebt werden.

Eine Wanderung für Groß und Klein über unbekannte Wege, bei der man in den Genuss kommt, die eindrucksvolle Wiehltalsperre einmal näher kennen zu lernen.

**Freitag, 04. September 2026**

**Feierabendspaziergang zur Wacholderheide**

Wanderführerin: Kerstin Wolf  
Treffpunkt: Schutzhütte am kleinen Parkplatz Blockhaus, 51580 Reichshof-Blockhaus  
(eine Anfahrtsskizze wird bei Bedarf zugeschickt)  
Zeit: 17:30 bis 19:30 Uhr  
Schwierigkeit: mittel – ca. 4 km  
Veranstalter: Biologische Station Oberberg  
Anmeldung: erforderlich, [www.biostationoberberg.de](http://www.biostationoberberg.de)  
Gruppengröße: 8 bis 15 Teilnehmer  
Kosten: Erwachsene 10,-€, Kinder 5,-€, Familien 12,-€  
Besonderes: Es geht über befestigte Waldwege mit mehreren Auf- und Abstiegen. Bitte feste Schuhe, wetterangepasste Kleidung und ggfs. ein Getränk mitbringen.

Wacholder - man kennt ihn aus manch leckerer Speise oder in flüssiger Form nach einem üppigen Essen. Aber er wird nicht umsonst auch als Baumapotheke bezeichnet und kann sogar im Winter wachsen. Auf einem Spaziergang durch den Wald zur Branscheider Wacholderheide gibt es viele Informationen und Geschichten zu dieser im Oberbergischen außergewöhnlichen Landschaft. Bei entsprechendem Wetter bildet ein unvergesslicher Ausblick mit Sonnenuntergang den krönenden Abschluss der Wanderung.

## **Samstag, 05. September 2026**

### **Kräuter-Workshop: Salbenküche**

Referentin: Elke Fritsch (Phytaro dipl. Kräuterefachfrau, heimische Ethnomedizin)  
Treffpunkt: Konradshofer Straße 1, 51580 Reichshof-Konradshof  
Zeit: 14:00 bis 18:00 Uhr  
Schwierigkeit: leicht  
Veranstalter: Elke Fritsch  
Anmeldung: erforderlich, 0170-3432744 oder fritschelke@web.de  
Gruppengröße: 5 bis 8 Teilnehmer  
Kosten: 50,- € pro Person inkl. Getränke, Skript, Pause mit Kaffee und Kuchen.  
Bei einzelnen Workshops können zusätzliche Materialkosten anfallen.

Kräuter-Workshop: Salbenkochen ist keine Hexerei

Hier geht es um die Zubereitung eigener Salben, verschiedene Zutaten und Grundrezepte werden vorgestellt und ihre Wirkung besprochen. Drei verschiedene Salben werden zubereitet und können mit nach Hause genommen werden (zus. Materialkosten von 3,- €).

## **Sonntag, 06. September 2026**

### **Bergsport am Blockhaus – Biobiker**

Guide: Maik Papendick  
Treffpunkt: Rodener Platz, 51580 Reichshof-Eckenhagen  
Zeit: 11:00 bis 15:00 Uhr  
Schwierigkeit: leicht – ca. 30 bis 60 km, ca. 500 bis 1000 Hm  
Veranstalter: Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“ in Zusammenarbeit mit der Kur- & Touristinfo Reichshof  
Anmeldung: erforderlich, 0173-2326589 oder WhatsApp oder [bab@maik-sandra.de](mailto:bab@maik-sandra.de)  
Gruppengröße: 4 bis 15 Teilnehmer  
Kosten: kostenfrei  
Besonderes: Es besteht Helmpflicht. MTB-Bereifung erforderlich.  
Nur für konventionelle Bikes (keine E-Bikes).

Die Eckenhäner Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“ (BaB) bietet regelmäßig geführte Mountainbike-Touren in die Region an. Von Eckenhagen aus geht es durch die Oberbergische Heimat, in den Olper Kreis und bis an die Grenze zu Rheinland-Pfalz. Ob auf asphaltierter Fahrbahn, Schotterwegen oder Single Trails im Gelände – die Touren sind abwechslungsreich geplant und bieten immer wieder schöne Weitblicke in die bergische Landschaft.

Wertvolle Hinweise zur Fahrtechnik sind selbstverständlich inklusive. Das Gruppenerlebnis steht klar im Vordergrund; die Touren sind für sportbegeisterte Erwachsene jeder Altersklasse geeignet.

## **Dienstag, 08. September 2026**

### **Hobby-Nordic-Walker laden ein**

|                    |                                                                                                |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wanderführerinnen: | Christa Grolms und Erika Krämer                                                                |
| Treffpunkt:        | Wanderparkplatz Wickenbach, Reichshofstraße,<br>51580 Reichshof-ckenhausen                     |
| Zeit:              | 9:00 bis 11:00 Uhr                                                                             |
| Schwierigkeit:     | leicht – ca. 5,5 km                                                                            |
| Veranstalter:      | Christa Grolms und Erika Krämer in Zusammenarbeit mit der<br>Kur- & Touristinfo Reichshof      |
| Anmeldung:         | nicht erforderlich                                                                             |
| Gruppengröße:      | 5 bis 20 Teilnehmer                                                                            |
| Kosten:            | kostenfrei                                                                                     |
| Besonderes:        | Das Tempo richtet sich nach den Teilnehmern. Die Tour findet auch bei<br>leichtem Regen statt. |

Wer sich fernab des Alltags nach einer Pause in der Natur sehnt, sich gleichzeitig fit halten möchte und gerne im Austausch mit Gleichgesinnten ist, der sollte sich den Hobby-Nordic-Walkern anschließen. Die beiden Wanderführerinnen Christa Grolms und Erika Krämer walken regelmäßig im Gebiet des Staatsforsts Puhlbruch, inmitten des Naturparks Bergisches Land und durch das Naturschutzgebiet Puhlbruch/Silberkuhle. Ob in Richtung des Wacholdergebiets Branscheid, auf einem der Heilklimawege oder entlang einzelner Bachläufe und Siefen – vielseitige Wege im Schutz der Wälder bieten abwechslungsreiche Touren.

Eingeladen sind Interessierte jeder Altersklasse; Anfänger sowie Fortgeschrittene. Das Tempo richtet sich stets nach den Teilnehmern. Gestartet wird in und um Eckenhausen; die Touren haben unterschiedliche Längen von jeweils fünf bis maximal sieben Kilometern.

## **Samstag, 12. September 2026**

### **Naturkundliche Pilzlehrwanderung**

|                |                                                                                                                               |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wanderführer:  | Daniel Frank, Pilzsachverständiger der Deutschen Gesellschaft für<br>Mykologie (DGfM)                                         |
| Treffpunkt:    | Schutzhütte am kleinen Parkplatz Blockhaus,<br>51580 Reichshof-Blockhaus (Eine Anfahrtsskizze wird bei Bedarf<br>zugeschickt) |
| Zeit:          | 14:00 bis 17:00 Uhr                                                                                                           |
| Schwierigkeit: | mittel                                                                                                                        |
| Veranstalter:  | Daniel Frank in Zusammenarbeit mit der Kur- & Touristinfo Reichshof                                                           |
| Anmeldung:     | erforderlich, 02265-470 oder <a href="mailto:kurverwaltung@reichshof.de">kurverwaltung@reichshof.de</a>                       |
| Gruppengröße:  | 5 bis 15 Teilnehmer                                                                                                           |
| Kosten:        | 5,- € Schutzgebühr pro Person                                                                                                 |

Lernen Sie die faszinierende Welt der Pilze kennen.

Bei dieser Pilzlehrwanderung mit dem Sachverständigen der DGfM Daniel Frank erfahren interessierte Sammler allerhand Wissenswertes über den spannenden Themenbereich der

Mykologie. Wie gehe ich bei der Pilzbestimmung vor? Welche Bauteile des Pilzes muss ich mir genauer ansehen? Auf welche Merkmale besonders achten? Diese und viele weitere Fragen werden während der Wanderung beantwortet.

Bitte beachten Sie, dass der Termin je nach Witterung kurzfristig abgesagt werden muss. Für ein optimales Pilzwachstum sind bestimmte bodenklimatische Faktoren notwendig, die stark von den vorherrschenden Wetterverhältnissen abhängen.

### **Sonntag, 20. September 2026**

#### **Wanderung mit Atem- und Yoga-Übungen**

Wanderführerin: Karin Lauterbach  
Treffpunkt: Wanderparkplatz Aggerberg, 51580 Reichshof-Eckenhagen  
Zeit: 14:00 bis 15:15 Uhr  
Schwierigkeit: leicht – ca. 4 km  
Veranstalter: Karin Lauterbach in Zusammenarbeit mit der Kur- & Touristinfo Reichshof  
Anmeldung: erforderlich: 02265-997238 oder kundalini-yoga-reichshof@gmx.de  
Gruppengröße: 4 bis 20 Teilnehmer  
Kosten: kostenfrei  
Besonderes: Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte tragen Sie bequeme Kleidung und festes Schuhwerk.

Es erwarten Sie entspannte und aufbauende Yoga- und Atemübungen an fünf Stationen auf unserem Yoga-Wanderweg.

### **Freitag, 25. September 2026**

#### **Biebersteiner Stausee**

Wanderführer: Manfred Krawietz  
Treffpunkt: Parkplatz Sportplatz, Olper Straße vor dem Vereinshaus, 51580 Reichshof-Brüchermühle  
Zeit: 11:00 bis 15:00 Uhr  
Schwierigkeit: mittel – ca. 12 km und 300 Höhenmeter  
Veranstalter: Manfred Krawietz in Zusammenarbeit mit der Kur- & Touristinfo Reichshof  
Anmeldung: erforderlich: manfred.krawietz@t-online.de  
Gruppengröße: 15 Teilnehmer  
Kosten: kostenfrei  
Besonderes: Ausklang im Landcafé „Brüchermühlchen“ in Brüchermühle möglich

Route: Brüchermühle – Fürken – Heisheid – Eichholz – Heienbach – Bieberstein – Brüchermühle. Die Wanderstrecke verläuft über Wirtschaftswege und wenig befahrene Straßen entlang einer Alpakafarm, dem Biebersteiner Stausee und dem Giershausener Bach.

Festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung wird empfohlen. Auf der Strecke gibt es keine Einkehrmöglichkeit. Verpflegung für eine kleine Pause auf halber Strecke bitte selbst mitbringen.

## **Sonntag, 27. September 2026**

### **Bergsport am Blockhaus – E-Bike**

|                |                                                                                                          |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Guide:         | Maik Papendick                                                                                           |
| Treffpunkt:    | Rodener Platz, 51580 Reichshof-Eckenhagen                                                                |
| Zeit:          | 11:00 bis 15:00 Uhr                                                                                      |
| Schwierigkeit: | leicht – ca. 30 bis 60 km, ca. 500 bis 1000 Hm                                                           |
| Veranstalter:  | Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“ in Zusammenarbeit mit der Kur- & Touristinfo Reichshof              |
| Anmeldung:     | erforderlich, 0173-2326589 oder WhatsApp oder <a href="mailto:bab@maik-sandra.de">bab@maik-sandra.de</a> |
| Gruppengröße:  | 4 bis 15 Teilnehmer                                                                                      |
| Kosten:        | kostenfrei                                                                                               |
| Besonderes:    | E-Bike Tour. Es besteht Helmpflicht. MTB-Bereifung erforderlich!                                         |

Die Eckenhääner Sportgruppe „Bergsport am Blockhaus“ (BaB) bietet regelmäßig geführte E-Mountainbike-Touren in die Region an. Die Radtouren sind nur für E-Bikes bestimmt. Von Eckenhagen aus geht es durch die Oberbergische Heimat, in den Olper Kreis und bis an die Grenze zu Rheinland-Pfalz. Ob auf asphaltierter Fahrbahn, Schotterwegen oder Single Trails im Gelände – die Touren sind abwechslungsreich geplant und bieten immer wieder schöne Weitblicke in die bergische Landschaft. Wertvolle Hinweise zur Fahrtechnik sind selbstverständlich inklusive. Das Gruppenerlebnis steht klar im Vordergrund; die Touren sind für sportbegeisterte Erwachsene jeder Altersklasse geeignet.

## **Sonntag, 27. September 2026**

### **Waldbaden – zur inneren Ruhe finden**

|                 |                                                                                                            |
|-----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wanderführerin: | Sabine Bach                                                                                                |
| Treffpunkt:     | Wanderparkplatz Wickenbach, Reichshofstraße,<br>51580 Reichshof-Eckenhagen                                 |
| Zeit:           | 10:00 bis 11:30 Uhr                                                                                        |
| Schwierigkeit:  | leicht – ca. 2 km, leichte Steigungen                                                                      |
| Veranstalter:   | Sabine Bach                                                                                                |
| Anmeldung:      | erforderlich: 015679-599997 oder <a href="mailto:naturwandern@t-online.de">naturwandern@t-online.de</a>    |
| Gruppengröße:   | 4 bis 10 Teilnehmer                                                                                        |
| Kosten:         | 5,- € pro Person                                                                                           |
| Besonderes:     | Bitte an feste Schuhe, wetterangepasste Kleidung, Sitzunterlage und Rucksackproviand für eine Rast denken. |

Die Wanderung richtet sich an alle Menschen, die sich eine Auszeit von Alltag und Beruf gönnen möchten, um neue Energie zu schöpfen. Dies geschieht inmitten der Natur, während einer Wanderung durch das Naturschutzgebiet Wacholderheide. Hierbei wirkt der Wald und die Umgebung der Wacholderheide als Ruheort und Kraftquelle. Das bewusste und achtsame Gehen wirkt sich dabei wohltuend und gesundheitsfördernd auf Körper, Geist und Seele aus. Übungen des Waldbadens sowie Tipps für kleine „Ruhe-Inseln“ im Alltag runden die Wanderung ab.