

RAUS! *Special*

Das bestimmt beste kostenlose Outdoor-Magazin

Outdoor-Aktivitäten im
Kulurgelbiet



Mission

Kraft- und Abenteuer in der Natur, sicher, organisiert und Ausrüstung inklusive. Rausstieg: ausgeglichen-wild.

Wenn ein Gefühl der Unendlichkeit und Verbundenheit jede deiner Adern durchflutet, deine Atmung verlangsamt und tiefe Ruhe, Sicherheit und Verbundenheit all den Stress, Druck, und Anforderungen des Alltags tief ersetzt, wenn dein Blick über sagenhafte Landschaften schweift und du offen für das was kommt, am Lagerfeuer sitzt.

Kein Alltag, kein Stress, keine Rollen, die es zu erfüllen gibt. Nur dich, euch, das Vertrauen der Natur, Freiheit und ein Abenteuer.

Das kribbelnde Gefühl der Freiheit, wenn du über unendliche Seen in Schweden paddelst, dein Essen über dem Feuer oder Kocher zubereitest, der Mut, mit einem Husky-Schlitten durch die letzte weiße Wildnis Europas zu reisen und bei knallroten Sonnenuntergängen ein spannender Tour-Tag Revue passiert.

Unsere Vision ist es, genau das erleb- und tief spürbar zu machen und die Sehnsucht nach Weite, Natur und Abenteuer auf einem neuen Level zu ermöglichen.

Vision

Wir bringen euch durch tief spür- und erlebbare Natur-Abenteuer raus in die Natur, aus dem Alltag zurück zum „Sein“ und „Erleben“ mit wunderbaren, passionierten Menschen.

Die Natur ist einfach da, wir nutzen diese bedacht und haben an den schönsten Orten der Welt. Wir arbeiten für Euch - die Helden des Alltages, die im Job alles geben, für Familie und Freunde da sind, die sich Sorgen und Gedanken machen, eigene Ziele erreichen wollen, die immer alles unter einen Hut bringen. Menschen, die offen, harmonisch, aber auch analytisch und sorgfältig sind. Für uns seid Ihr die Helden, welche die Gesellschaft zusammenhalten.



@rausstieg



Vorwort

Mann, bin ich stolz, auch, wenn wir eine Magazin-Ausgabe überspringen mussten. Mein Dank geht an das gesamte Team dessen Arbeit hier drinsteckt, damit ihr euch den Sommer über nicht langweilt, immer etwas zu tun habt oder euch von unseren Inhalten inspirieren lassen könnt.

Um da Inspiration noch zu vereinfachen, haben wir alle Aktivitäten bereits für euch recherchiert und nach Städten und Kreisen aufgeteilt.

Mein „Danke“ geht an Nike, Vanessa und Sven! Für das Heraussuchen, Verifizieren, Stylen, Designen, alles wieder umwerfen und nochmals stylen, für die Texte und Bilder!

Ich hoffe in dieser Ausgabe des RAUS!-Special Ruhrgebiet ist für jeden etwas dabei. Alles, was euch fehlt, schickt uns gerne per E-Mail, die zweite Ausgabe kommt garantiert mit vielen Updates von euch!

Nun aber viel Spaß beim Entdecken und euren Abenteuern! Wir sind gespannt auf eure Fotos und Videos an @rausstieg (Instagram).

Tim von Rausstieg.

In dieser Ausgabe

| | |
|----|-------------------------------------|
| 4 | Das empfehlen ... |
| 8 | Außergewöhnliche Übernachtungen |
| 10 | Aussichtspunkte |
| 14 | Bogenschießen |
| 18 | Botanische Gärten |
| 22 | Bouldern & Klettern |
| 26 | Geführte Ausritte |
| 30 | Stand Up Paddling |
| 34 | Heißluftballonfahrten |
| 36 | Kanu fahren |
| 40 | Bungee Jumping |
| 42 | Fallschirm springen |
| 44 | Freigehege |
| 48 | Freilichtbühne |
| 52 | Besondere Geocaches |
| 56 | Geoparks |
| 58 | Halden |
| 62 | Industriedenkmäler |
| 66 | Inliner Strecken |
| 70 | Leuchttürme |
| 72 | Maislabyrinth |
| 74 | Touristenzentralen stellen sich vor |
| 78 | Radwege |
| 82 | Sommerrodelbahn |
| 84 | Stauseen |
| 88 | Naturführungen |
| 92 | Trimm-Dich Pfade |

Was empfehlen...

Freundliche Empfehlungen aus
lokalen Touristen Zentralen

... VisitEssen

Wandersteige

Erlebe die spannende Industriegeschichte des Ruhrgebiets beim Wandern auf dem Deilbachsteig oder ZollvereinSteig, oder erlebe die Natur besonders auf dem Kettwiger PanoramaSteig.

Radwegenetz

Radeln macht in Essen besonders viel Spaß, denn mit über 500 km Länge erstreckt sich das Radwegenetz durch die Region. Ob nun die Bahntrassentour, die Zechentour oder die Krupp-Tour gefahren werden soll - das ist ganz Dir überlassen. Aber ich würde sagen: Fahr doch einfach alle!

Adventure Sport

Schonmal Fußballgolf gespielt? Wenn nicht, dann ab zum Teamerlebnis Rutherhof! Zu aufregend? Okay. Dann ist vielleicht Seaside Beach am Baldeneysee genau das Richtige, denn dort kannst Du entspannen, und lässt dir dennoch nicht die Möglichkeit nehmen, eine spontane Runde Bumperball zu spielen, sollte die die Lust doch auf einmal packen!

... Mülheimer Stadtmarketing

Grüne Flotte

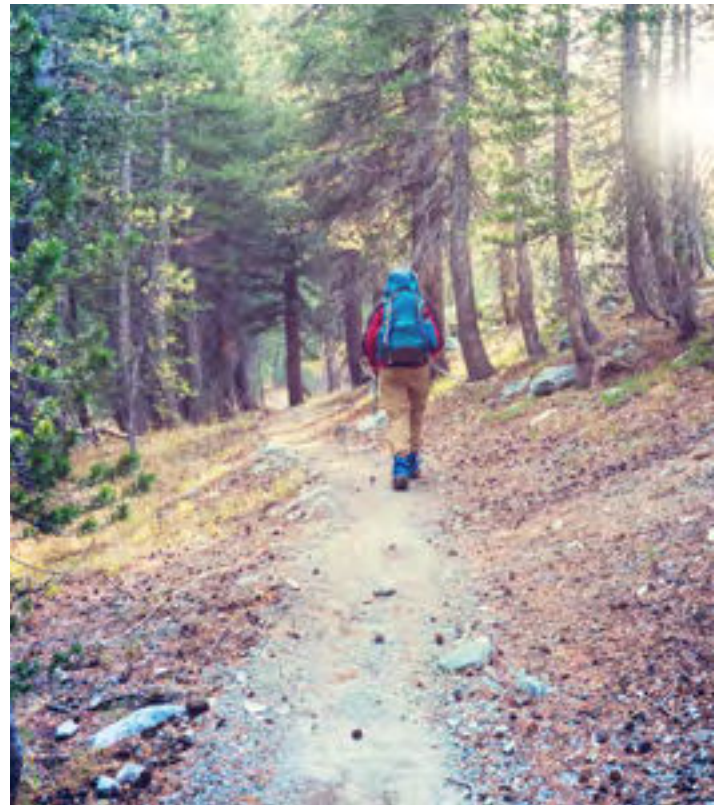
Mülheim an der Ruhr
Ob Kanutour oder Hausboot-Trip - hier lässt sich die Ruhr von ihrer schönsten Seite genießen.

dasparkhotel

Bottrop
In einer Betonröhren nächtigen? Das klingt im ersten Moment erstmal etwas ulkig. Doch bei einem Zwischenstopp parkhotel kann jeder seinen inneren Abenteurer erwecken und muss dafür weder auf Schlafkomfort, noch auf Stauraum für Gepäck verzichten.

Ruhrcamping Essen

Essen
Camping direkt an der Ruhr? Ein kleiner Traum. Ob in eigenem Wohnwagen, Zelt oder gemietetem Bauwagen - bei Ruhrcamping in Essen ist das alles traumhaft einfach möglich.



... Stadtmarketing Herne

Gysenberg,

Ein waldiger Revierpark zum Spazieren und Abschalten.

Rhein-Herne-Kanal

Diese Bundeswasserstraße ist mit all seinen Trassen super geeignet zum Fahrradfahren und Spazieren.


Schloss Strünkede

Von einem Teich umgeben lädt Schloss Strünkede zu einer Reise durch die Geschichte ein. Im umliegenden Park warten nebst lebendigem Vogelgezwitscher auch faszinierende Obelisken, die die Familiengrabstätte von Forell kennzeichnen, auf interessierte Besucher.

Berghalde Pluto-Wilhelm

Ein ca. 12,3 ha großes Naturschutzgebiet, das jeden Besucher mit seinen gepflegten Wegen und einer Aussichtskanzel, die einen Blick in die die Ferne ermöglicht, schnell die Großstadt vergessen lässt.

Ein paar Hinweise ...

Du wirst bei jeder Aktivität ein paar Icons an der Seite finden: Diese geben dir ein paar grundlegende Informationen über diese Aktivität – schnell auf einen Blick. Suchst du also etwas, was besonders gut in der Gruppe geht, achte auf das Gruppen-Symbol.  Wenn du aber etwas suchst, was bei jedem Wetter

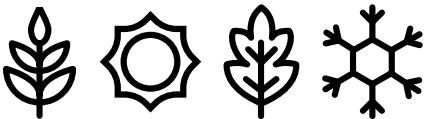
gut zu genießen ist, dann schau nach, bei welcher Aktivität beim Wettersymbol ein Haken ist. Der Haken bedeutet, dass es für diese Aktivität egal ist, wie beispielsweise das Wetter ist, oder ob man die Aktivität alleine oder in der Gruppe macht. Alle diese Einschätzungen sind jedoch subjektiv!



Wir alle lieben es, draußen zu sein. Doch nicht jede Outdoor-Aktivität lässt sich besonders gut bei jedem Wetter genießen.



Alleine oder zu zweit? Oder doch lieber in einer größeren Gruppe? Die Entscheidung mag manchmal schwer fallen und genau aus diesem Grund haben wir ein paar Empfehlungen ausgesprochen!



“Ich lieb’ den Frühling, ich lieb’ den Sonnenschein ...” – Kann man eine Sommerrodelbahn eigentlich auch im Winter befahren? Das weißt Du nicht, aber dieses Icon kann dir auf jeden Fall ein bisschen mehr Auskunft darüber geben!



Wie schweißtreibend ist diese eine Aktivität eigentlich? Kleiner Balken – gar nicht anstrengend; großer Balken – nimm besser ein Wechselshirt mit!



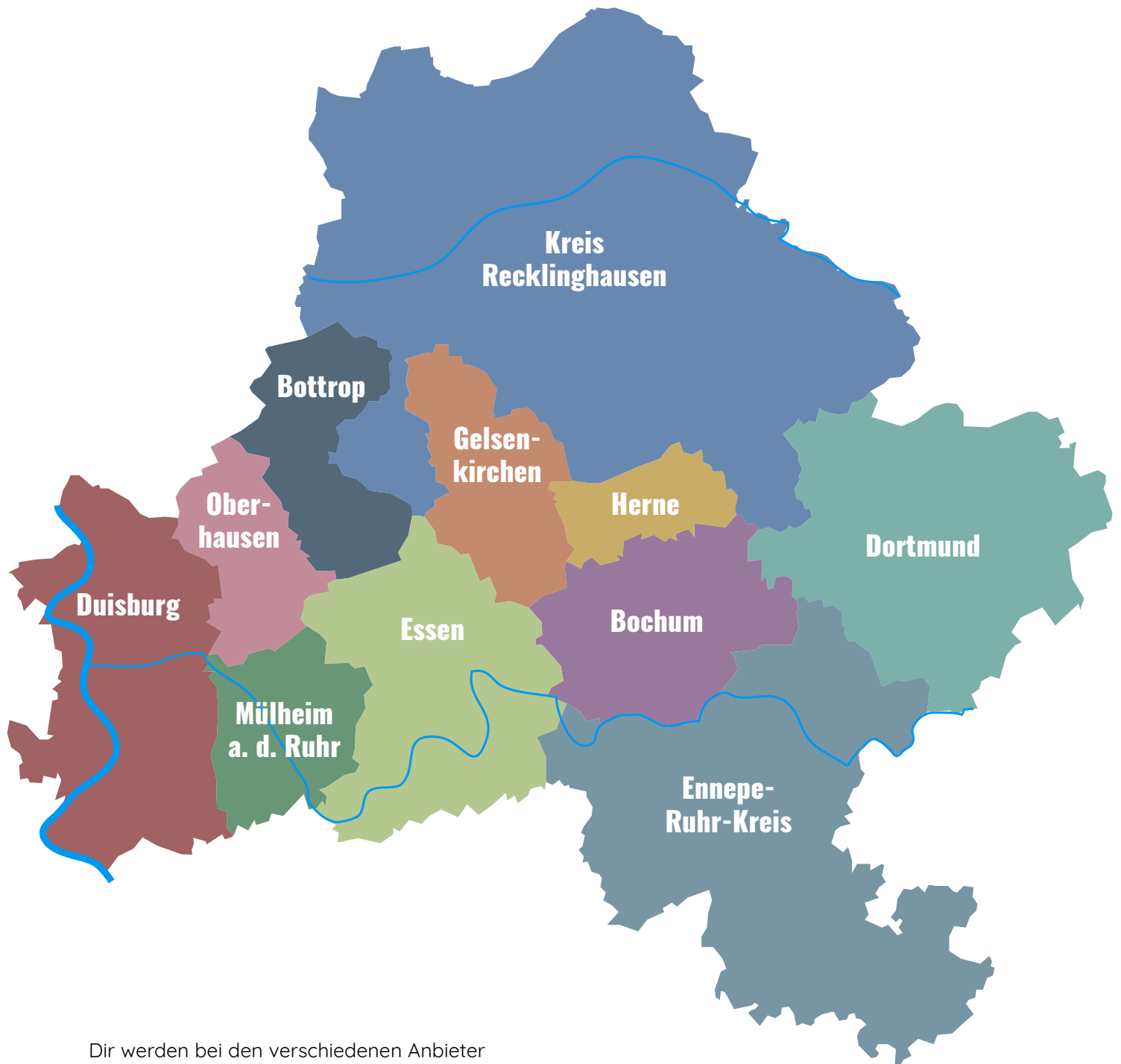
Nicht alles, was draußen ist, ist auch einfach so zugänglich. Daher gibt Dir dieses Symbol einen Ansatzpunkt, ob mit einem Eintrittspreis zu rechnen ist, oder nicht.



Besonders tolle Anbieter heben wir mit diesem Stern hervor! Wenn Du dich nicht für einen Bestimmten entscheiden kannst – wähle doch den mit dem Stern!



Begnet Dir statt einem der Symbole oben eines dieser Symbole, dann bedeutet das, dass es keine spezifische Präferenz für die jeweilige Information gibt.



Dir werden bei den verschiedenen Anbieter von Aktivitäten verschiedene Farben auf-fallen - diese entsprechen den Farben der Landkreise im Ruhrgebiet. Wenn du Interesse an einer ganz bestimmten Region hast, dann halte doch einfach nach der entsprechenden Farbe Ausschau!

Außergewöhnliche Übernachtungen

Lass aufregende Tage
außergewöhnlich ausklingen



Ob auf dem Wasser, im Grünen oder in einer Betonröhre - Mach deine Nächte im Ruhrgebiet genauso aufregend, wie deine Tage.

Du möchtest die Highlights des Ruhrgebiets über mehrere Tage erkunden, hast aber keine Lust, die Nächte in klassischen Jugendherbergen oder Hotels zu verbringen?

Oder du möchtest einfach mal ein unvergessliches Übernachtungsabenteuer á la Huckleberry Finn erleben?

Dann mach deine nächtlichen Aufenthalte ebenfalls zu einem außergewöhnlichen Erlebnis. Im Ruhrgebiet ist das absolut möglich!

Ob romantisches Camping im Grünen direkt an der Ruhr oder ganz maritim auf einem gemütlichen Hausboot direkt auf dem Wasser?

Vielleicht magst du es sogar noch ausgefallener und möchtest erleben, wie es sich anfühlt, mal eine Nacht in einer ausgebauten Betonröhre zu verbringen?

Egal, wie außergewöhnlich du deine Nacht verbringen möchtest, die zahlreichen Angebote lassen keine Wünsche offen und bieten für jeden Geschmack die richtige Möglichkeit - ohne dabei auf Komfort zu verzichten! Du siehst, es muss also nicht immer das klassische Hotel oder die einfache Jugendherberge sein.

Die vielfältigen Übernachtungsangebote im Ruhrgebiet bieten einzigartige und teils ausgefallene Möglichkeiten, erlebnisreiche Tage ganz entspannt und ebenso außergewöhnlich und komfortabel ausklingen zu lassen. So wird deine Erkundungstour von Tagesanbruch bis Tagesende zu einem ganz besonderen Erlebnis.

Grüne Flotte

Mülheim an der Ruhr

dasparkhotel

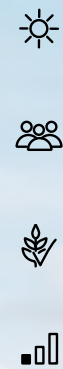
Bottrop

Ruhrcamping Essen

Essen

Aussichtspunkte

Lerne die Geschichte der
Region kennen



Such dir die schönste Aussicht und blicke herab auf die Vielfältigkeit des Ruhrgebiets

Du möchtest deinen Ausflug mit einem wahren Highlight abrunden und dabei die Schönheit des Reviers überblicken?

Dann sind Aussichtspunkte der ideale Spot für deine gelungene Erkundungstour.

Ob im Grünen oder doch lieber Industriekultur - die Aussicht ist immer fantastisch

Verschaffe dir einen Überblick über die schönsten Regionen des Ruhrgebiets und besuche einen der zahlreichen Aussichtspunkte.

Du möchtest auf industrielle Geschichte herablicken? Dann sind Halden der ideale Spot für dich.

Wenn du es doch lieber natürlicher und grüner magst, bieten dir Aussichtsplataeus und Aussichtstürme einen einzigartigen Ausblick.

Vor allem der Tetraeder in Bottrop (auch Haldenereignis Emscherblick genannt) ist ein Aussichtspunkt der besonderen Art. Nicht nur, weil du von einer dreiseitigen Pyramide in die Ferne schauen kannst. Bietet die Aussichtsterrasse auch bei Abend/ Nacht ein tolles Lichtspiel und kreierte so eine unvergleichliche Atmosphäre.

Nicht immer musst du Halden oder Aussichtstürme erklimmen, um eine schöne Aussicht zu erhaschen

Um die Schönheit des Ruhrgebiets zu erblicken, muss es nicht immer die Halde oder die hoch gelegene Aussichtsplattform sein.

Eine Bellevue bieten auch gut gelegene Aussichtspunkte an Seen, so wie der gleichnamige Aussichtspunkt in Dortmund. Dieser Spot bietet dir einen ruhigen und natürlichen Blick auf den Phönix-See. Wenn du also gerne die Laufschuhe schnürst, bekommst du neben der Aussicht eine tolle Laufstrecke geboten

Oftmals weisen aufgestellte Infotafeln auf die Geschichte der jeweiligen Regionen hin und auch Fernrohre laden dazu ein, in die Weite zu schauen und auf sich wirken zu lassen.



Aussichtspunkt am Deich

Meerbergstr.
47139 Duisburg

Rheinblick Aussichtsplattform

Richard-Seiffert-Straße 25
47249 Duisburg

Aussichtsplattform an den Bunkergärten

Wittfelder Str. 141
47166 Duisburg

Aussichtsplattform auf der Friedrich-Ebert-Brücke

Homberg-Ruhrort-Baerl
47119 Duisburg

Aussicht Masurensee

Masurenallee 302
47279 Duisburg

Alsumer Berg

Alsumer Str. 215
47166 Duisburg

Aussichtsturm 6-Seen-Platte

47279 Duisburg

Kleine-Emscher-Mündung

47179 Duisburg

Aussichtsplattform Rheinpark Hochfeld

47053 Duisburg

Rockelsberghalde

Rheingasse
47228 Duisburg

Kaiserberg

47058 Duisburg

Schöne Aussicht über Mülheim an der Ruhr

Riemelsbeck
45470 Mülheim an der Ruhr

Ruhrtafblick

Bismarckstraße 22
45470 Mülheim an der Ruhr

Aussichtsplattform am Bismarckturm

45470 Mülheim an der Ruhr

Tetraeder

Beckstraße 57a
46238 Bottrop

„Direttissima“-Treppe

Hebeleckstraße
46238 Bottrop **Kreis Recklinghausen**

Weihnachtssee

Koppelweg
46244 Bottrop

OLGA Park Aussichtsturm

Bottroper Str. 49
46117 Oberhausen

Aussichtsturm „Walkway and Tower“

Emschertalweg 62
45665 Recklinghausen

Flughafen Dortmund Aussichtspunkt

Donnerstraße
44319 Dortmund

Bellevue

An den Emscherauen 90
44263 Dortmund **Dortmund**

Aussichtsplattform

Am Rombergpark
44225 Dortmund

Aussichtspunkt auf dem Kaiserberg

44263 Dortmund

Himmelstreppe

Leithestraße 124-142
45886 Gelsenkirchen

Felsskulptur „Monument for a Forgotten Future“

An den Schleusen 1-29
45881 Gelsenkirchen **Gelsenkirchen**

Aussichtsplattform auf der Halde

Am Bugapark 3
45899 Gelsenkirchen

Aussichtsplattform Landschaftspark Mechtenberg

45886 Gelsenkirchen

Rungenberghalde

45899 Gelsenkirchen

Aussichtsturm Kläranlage

44629 Herne **Herne**

Eingesenkter Platz

44627 Herne

Jill Aussicht / Burg Blankenstein

Am Roswitha-Denkmal 33
45527 Hattingen

Aussichtspunkt Hohenstein

58256 Ennepetal

Panoramaweg **Ennepe-Ruhr-Kreis**

Kleff 108
58455 Witten

Hohenstein - Berger-Denkmal - Witten

Wetterstraße
58453 Witten

Helenenturm

58453 Witten





Schöne Aussicht Bochum

Gräfin-Imma-Straße 83
44797 Bochum

Aussichtsplattform Materne Blick

Wattenscheider Str. 140
44793 Bochum

Aussichtspunkt

Steinkuhlstraße
44799 Bochum

Aussichtsstege

Ümminger See
44803 Bochum

Aussichtspunkt Wattenscheider Hellweg

Wattenscheider Hellweg
45279 Bochum

Aussichtspunkt auf dem Tippelsberg

44807 Bochum

Aussichtspunkt über die Ruhr

44879 Bochum

Aussichtspunkt Deponie Hühnerheide

46147 Oberhausen

Biotop am Ruhrtalradweg Standort Städtedreieck OB-DU-MH

46049 Oberhausen



Bogen schießen



Immer ein
Volltreffer



Ob allein oder in der Gruppe

Du möchtest mit deiner Freizeitgestaltung voll ins Schwarze treffen?

Das ist einfacher, als du denkst! Besonders im Ruhrgebiet!

Alles, was du dazu brauchst, sind Pfeil, Bogen, Konzentration und ein bisschen Körperbeherrschung.

Bogenschießen stellt die perfekte Kombination aus Abenteuer, Sport und Spaß dar.

Was in der Vergangenheit die gängigste Jagdform war, ist heute eine großartige Möglichkeit, deine Freizeit aktiv und unterhaltsam zu gestalten.

Im Ruhrgebiet gibt es zahlreiche Vereine, die mit Freude ihre Türen öffnen, um dir die spannende Sportart näherzubringen.

Besonders in der Gruppe macht die Jagd auf die Zielscheibe großen Spaß. Feier gemeinsam mit anderen begeisterten Teilnehmern den erfolgreichen Treffer ins Schwarze - oder trainiere deine Konzentration und Körperbeherrschung für dich allein.

So oder so ist Bogenschießen eine tolle Beschäftigung, um mal völlig aus dem Alltag auszusteigen und diesen hinter sich zu lassen.

Ein großer Vorteil ist, dass du die Sportart sowohl outdoor, als auch in der Halle ausüben kannst.

Somit kannst du unabhängig vom Wetter ins Abenteuer Bogenschießen einsteigen.

Außerdem sind keine besonderen Vorkenntnisse notwendig, sodass du direkt loslegen kannst. Die notwendige Ausrüstung werden dir von den Veranstaltern gerne zur Verfügung gestellt.



BSG Bochum-Langendreer *

Brundelstraße 21
44892 Bochum

Bogensport Club Bottrop *

In den Weywiesen 84
46240 Bottrop

Bogenwiese - Pfeil&BogenWelt

Am Rombergpark
44225 Dortmund

Cheiron - Dortmund

Durchstraße 12
44229 Dortmund

TuS Barop 1862 e.V.

Menglinghauser Str. 15
44227 Dortmund

Eisenbahn-Sportverein Wedau *

Masurenallee 331
47279 Duisburg

Bogenschießen Seaside Beach

Freiherr-vom-Stein-Straße 384
45133 Essen

Bogensportclub Essen e. V.

Petzelsberg 4
45259 Essen

Meditatives Bogenschießen

Girardetstraße 38
45131 Essen

intubo

Im Teelbruch 60
45219 Essen

Bogensport Club Gelsenkirchen

Bergstraße 46
45897 Gelsenkirchen

1. Bogen-Sport-Club Recklinghausen *

Am Stadion 1
45659 Recklinghausen

BogenSportClub Sprockhövel

Stöckerstraße 8
45527 Hattingen

Minigolf und Bogenschießen im Gysenberg am Forsthaus

Gysenbergstraße 79
44627 Herne

Bogensport Akademie Shop - Schule - Club

Kölner Str. 153
45481 Mülheim an der Ruhr

Abenteuer NRW

August Thyssen Straße 130
45481 Mülheim an der Ruhr

MASA Bogensportclub Mülheim-Heißen e. V. *

Yorckstraße 2
45472 Mülheim an der Ruhr

Speldorf 1895 e. V *

Langensiepenstraße 48a
45478 Mülheim an der Ruhr

ESV Schwarz-Weiss Mülheim-Ruhr e. V. *

Hansbergstraße 280
45472 Mülheim an der Ruhr

Bogensportclub Oberhausen 1957 e.V.

Wittekindstraße 45
46117 Oberhausen

TuS Grün-Weiss Holten e.V. *

Lützwowstraße 12
46147 Oberhausen

* Bei diesen Anbietern handelt es sich um Vereine, deren Fokus auf Leistung beim Bogensport liegt. Diese Anlagen sind etwas besser für Erfahrene geeignet.





Botanische Gärten

Vielfalt erleben
außerhalb des Trubels





Wir alle kennen und lieben das Ruhrgebiet für seine Vielfältigkeit und Lebendigkeit.

Wenn du es in deiner Freizeit aber auch mal etwas ruhiger und entspannter angehen möchtest und dich nebenbei ein wenig über die Welt von Flora und Fauna weiterbilden möchtest, kannst du diese Vielfalt auch in Form exotischer oder gefährdeter Pflanzenarten erleben. Und dabei in völlig neue Welten eintauchen.

Abseits vom Trubel der Ruhrmetropole präsentieren zahlreiche botanische Gärten kultivierte, strahlend bunte Gewächse, die von örtlichen wissenschaftlichen Einrichtungen liebevoll betreut und gepflegt werden.

Gerne öffnen die ansässigen Einrichtungen ihre Tore, um die Schönheit und Vielfalt der Gärten interessierten Besuchern zugänglich zu machen. So kannst du die speziellen Grünanlagen beinahe das ganze Jahr über besuchen und Pflanzen, fast aller Art, bestaunen und kennenlernen.

So kommen alle Gartenliebhaber - und alle, die es werden wollen - voll auf ihre Kosten. Bei der Erkundung kannst du also nicht nur was lernen, sondern auch die ein oder andere Überraschung erleben - all das völlig abseits des alltäglichen Trubels.

Botanische Gärten als Brücke zwischen Umweltschutz und Freizeitaktivität

Somit schaffen botanische Gärten ein wichtiges Bindeglied zwischen einem Bewusstsein für Naturschutz und entspannter Freizeitgestaltung.

Botanischer Garten der Ruhr-Universität Bochum

Universitätsstraße 160
44801 Bochum



Botanischer Garten Rombergpark

Am Rombergpark
44225 Dortmund



Japanischer Garten

Ruhrallee Ost
Dortmund

Botanischer Garten in Hamborn

Fürst-Pückler-Straße 18
47166 Duisburg



Urweltmammutbaum

Botanischer Garten
47058 Duisburg

KunstraumGRÜN und Kunstvitrine

Schweizer Str. 24
47058 Duisburg

Grugapark

Messepl. 1
45131 Essen

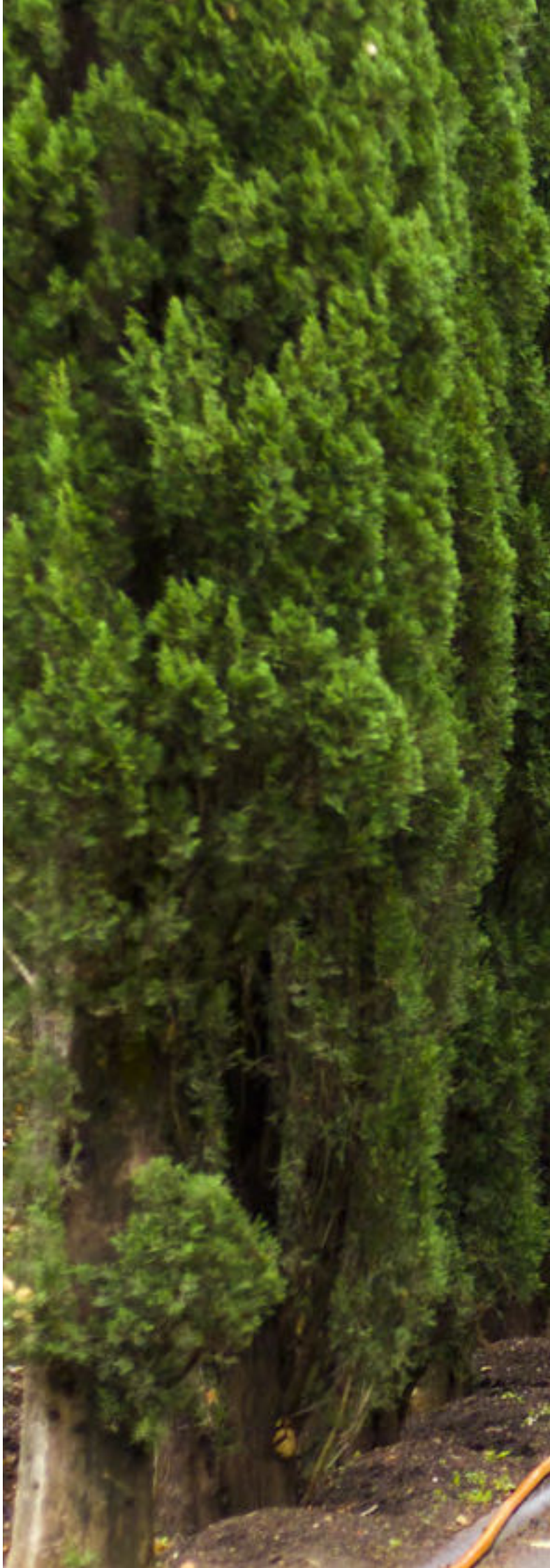


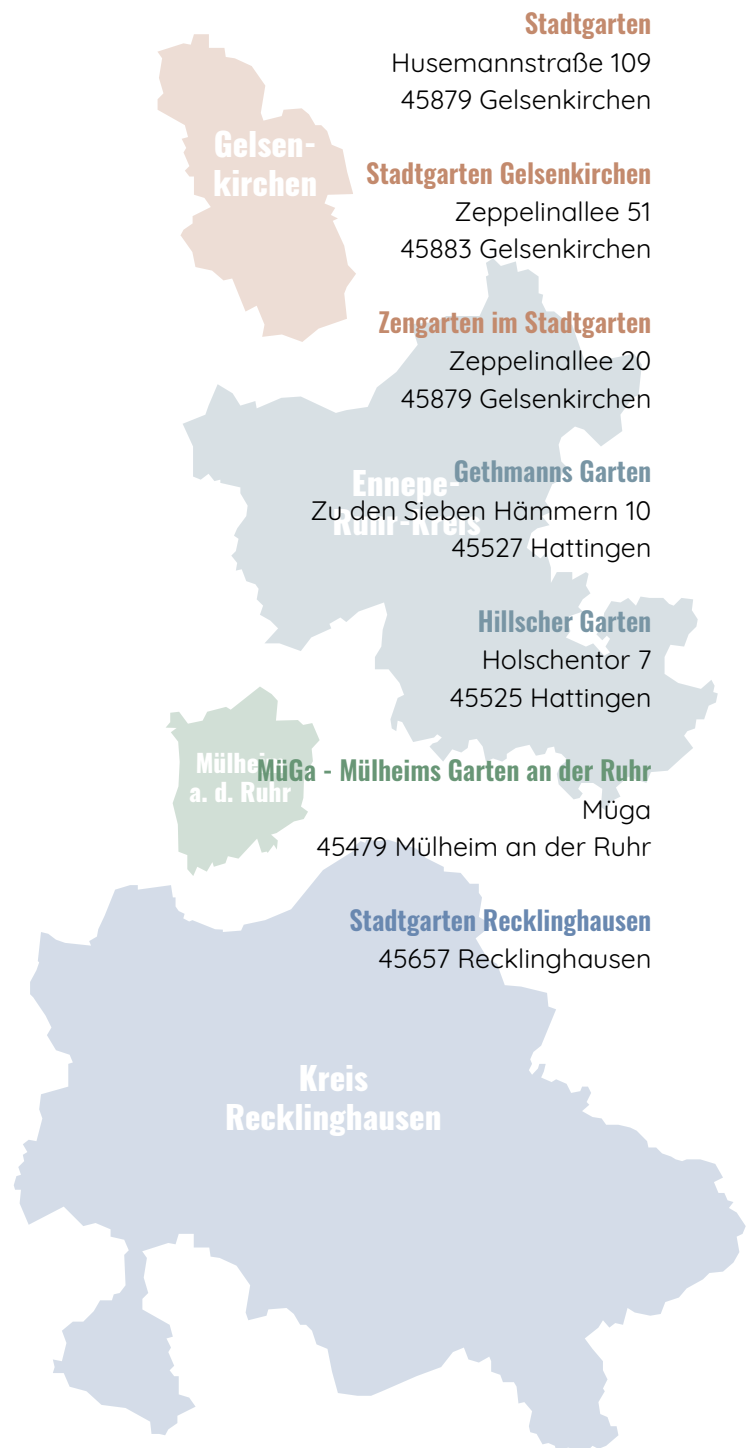
Pflanzenschauhäuser Grugapark

Külshammerweg 40
45149 Essen

Mustergarten - Erholungsort Garten

Külshammerweg 10
45149 Essen





A man with a beard and glasses is shown in a close-up, focused on climbing a rock. He is wearing a white t-shirt and has a white bandage on his left hand. The background is a blurred natural setting with greenery. The title 'Bouldern & Klettern' is written in a large, white, cursive font across the top of the image.

Bouldern & Klettern

Die Herausforderung
für körperliche und geistige Fitness

- ☀
- 👥
- ☀
- 📱
- \$

Du suchst nach einer Möglichkeit, deine körperliche und mentale Fitness herauszufordern und dabei die Schönheit der Natur hier im Ruhrgebiet zu genießen?

Du liebst es, kreative Herangehensweisen und geschickte Techniken im Sport auszuprobieren und Grenzen auszutesten?

Dann ist Bouldern genau die richtige Aktivität für dich! Dieser Trend erfreut sich immer mehr an Beliebtheit.

Hierbei handelt es sich um eine Form des Felsenkletterns, bei der kürzere, aber schwierigere Routen geklettert werden.

Aufgrund der geringen Fallhöhe wird auf die Verwendung von Seilen oder Gurten verzichtet. Dafür erfordert diese Aktivität einiges an Kraft und technischem Geschick. Daher ist ein fortgeschrittenes Fitnesslevel von Vorteil.

Und auch, wenn sich das Wetter mal nicht von der sonnigen Seite zeigt, kannst du Indoor deine Kletterkünste unter Beweis stellen.

Klettergärten - ideal für Anfänger

Du hast noch keine großen Klettererfahrungen und möchtest trotzdem ein bisschen Adrenalin spüren? Oder du möchtest doch etwas höher hinaus?

Dann kannst du deine Kletterkünste wunderbar in Klettergärten austesten. Zwischen wilden Gesteinen und speziell gestalteten Kletterelementen kommt so richtiges Abenteuerfeeling auf.

Hier ist es auch nicht wichtig, ob du schon Erfahrung im Klettern hast, denn die Parcours sind in verschiedene Schwierigkeitsgrade unterteilt, um Kletterern jeden Niveaus gerecht zu werden.

Die benötigte Ausrüstung, Gurte und Seile, werden dir von den Veranstaltern ausgehändigt.



Hochseilklettergarten

Prosperstr. 299-301
46238 Bottrop

Bottroper Sportbund e.V.

Parkstraße 47
46236 Bottrop

tree2tree Dortmund

Höfkerstraße 12
44149 Dortmund

Kletterturm Dorstfeld

44149 Dortmund

Kletterhalle Bergwerk

Emscherallee 33
44369 Dortmund

HOCHSEIL-KLETTERGARTEN DU

Eichenweg
47055 Duisburg

Hochseilparcours in Hochofen 2

Emscherstraße 71
47137 Duisburg

Kletterverein Duisburg e. V.

Rudolf-Schock-Straße 10
47053 Duisburg

tree2tree Duisburg

Kalkweg 153
47055 Duisburg

Klettergarten Seaside Beach

Freiherr-vom-Stein-Straße 384
45133 Essen

Niedrigseil-Parcours und Geschicklichkeitstraining

45131 Essen

Kletteranlage im Nordsternpark

Am Bugapark
45899 Gelsenkirchen





Klettergarten Isenberg

Am Isenberg 25
45529 Hattingen

tree2tree Oberhausen

Arenastraße 13
46047 Oberhausen

Hochseilgarten

Lülfstraße 69
45665 Recklinghausen

Kletterwald Haltern

Hullerner Str. 109
45721 Haltern am See

Geführte Ausritte

Fühle das Einssein
mit Natur und Pferd





Stell dir vor, du reitest in den Sonnenuntergang. Dabei fühlst du dich frei und völlig eins mit der Natur und deinem Pferd.

Für viele - vielleicht ja auch für dich - eine wahre Traumvorstellung.

Diese Vorstellung kann auch hier im Ruhrgebiet wahr werden.

Gibt es was Schöneres, als die natürlichen Regionen des Ruhrgebietes auf dem Rücken eines Pferdes zu erkunden?

Für viele Menschen ist das Einssein mit Pferd und Natur der Inbegriff von Romantik und Freiheit. Wenn auch du diese einzigartige Verbindung erleben willst, kannst du dies auch im Ruhrgebiet tun.

Ein unvergessliches Erlebnis für alle Pferdeliebhaber - ob erfahren oder nicht

Und das Beste: Wenn du ruhige Wälder und charmante Landschaften entspannt bei einem Ausritt erkunden möchtest, musst du kein geübter Reiter sein.

Zahlreiche regionale Reiterhöfe ermöglichen auch unerfahrenen Reitern das Gefühl von Freiheit und Verbundenheit, mit geführten Ausritten. Die Ausrüstung wird dir von den gastfreundlichen Veranstaltern gerne zur Verfügung gestellt.

So kannst du romantische Landstriche und Wälder durchqueren und die Natur auf dich wirken lassen. Geführte Ausritte sind die wohl schönste Art für Pferdefreunde, die Gegend aus einer völlig neuen Perspektive kennenzulernen und zu genießen.

Lass die Seele baumeln und genieße die Verbundenheit von Pferd, Natur und Freiheit.

Familie Rottmann Reiterhof - Rottmann

Alter Postweg 29
46244 Bottrop

Stueterhof RV Ininitus e.V.

An d. Egge 85
45527 Hattingen

Timberline Westernschool

Stooter Str. 60
45481 Mülheim an der Ruhr

Rreitanlage Haard

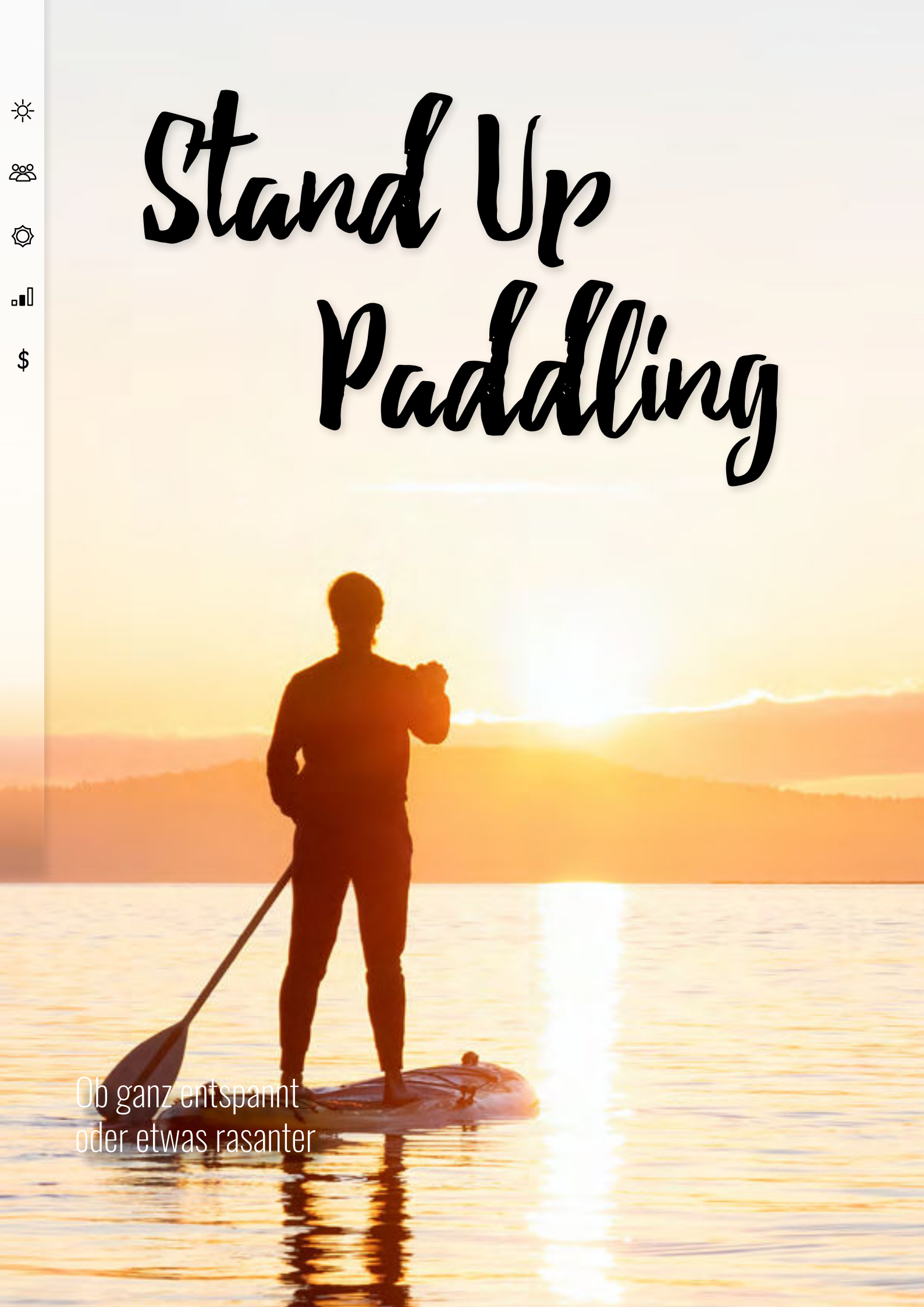
Haardgrenzweg 310
45739 Oer-Erkenschwick





Stand Up Paddling

Ob ganz entspannt
oder etwas rasanter



Du liebst die Verbindung von Action, Sport und kühlem Nass?

Dann schwing dich aufs Brett und probiere Stand-Up-Paddling, auch SUP genannt. Diese Sportart erfreut sich immer größerer Beliebtheit, da sie eine tolle Möglichkeit bietet, ruhige Flüsse und Seen aus einer völlig neuen Perspektive zu erkunden und die eigene Fitness zu trainieren.

Alles, was du für diese feuchtfröhliche Aktivität benötigst, ist ein Surfbrett und ein Paddel, mit dem du dich stehend durch Gewässer bewegst. Das notwendige Zubehör wird dir von den Veranstaltern gern zur Verfügung gestellt. So kannst du dich direkt aufs Wasser wagen.

Perfekte Voraussetzungen im Ruhrgebiet, um den Trend für dich auszuprobieren

Ob auf dem Stausee oder den regionalen Flüssen - die ruhigen Gewässer im Ruhrgebiet bieten optimale Voraussetzungen, dich aufs Brett zu schwingen und deinen Gleichgewichtssinn unter Beweis zu stellen.

Auch, wenn du noch keine Erfahrungen hast, kannst du diese trendige Sportart im Ruhrgebiet bestens ausprobieren.

Aber Vorsicht: Suchtpotenzial vorhanden!

Du erkundest Gewässer lieber im Sitzen? Auch hier kommst du mit Kanufahrten im Ruhrgebiet voll auf deine Kosten - schaue dazu gern unter Punkt Kanufahrten.

Surfschule WestUfer

Oveneystraße 71
44797 Bochum

Paddelsurf

Lanfermannfähre 58
45259 Essen

Kanu Tour Ruhr

Kampmannbrücke 35
45257 Essen

SUP Verleih Ruhr Mülheim

Delle 51
45468 Mülheim an der Ruhr

Strandbar & SUP-Station ALOHA ERLICHSEE

Adlerstraße 76
68794 Oberhausen-Rheinhausen







Heißluft ballon fahrten





Einen Tag so richtig hoch hinaus - das war schon immer deine Wunschvorstellung? Der Traum vom Fliegen fasziniert Menschen schon seit Ewigkeiten.

Lass auch du ihn hier im Ruhrgebiet endlich wahr werden und traue dich mit einem Heißluftballon in luftige Höhen.

Erlebe das unvergleichliche Gefühl, sich vom Wind treiben zu lassen und dabei einen einzigartigen Ausblick auf die schönsten Regionen des Ruhrgebiets zu haben.

All das ganz entspannt, sicher aus dem Ballonkorb heraus.

Ob allein oder in einer Gruppe - eine Ballonfahrt ist immer ein unvergessliches Erlebnis, welches dir eine völlig neue Sicht auf den Charme des Ruhrgebiets verschafft.

Während du leicht wie eine Feder durch die Lüfte schwebst.

In den verschiedenen Regionen des Ruhrgebiets findest du zahlreiche erfahrene Veranstalter, die dir den Traum vom Fliegen gerne ermöglichen.

Nach einer kurzen Instruktion geht es mit dem sanften Giganten in luftige Höhen, von dort erhältst du einen einzigartigen Ausblick über die Region und kannst die beeindruckende Perspektive auf dich wirken lassen.

Um diese Momente für immer festzuhalten, solltest du auf jeden Fall deine Kamera einpacken.

So wird dein Ausflug sicherlich unvergesslich.

Ballonfahrten mit Wupperballon e.V.

Ettersheide 68
44879 Bochum

Ballon Club Mülheim a.d. Ruhr 1979 e.V.

Schultenhofstraße 31B
45475 Mülheim an der Ruhr

Ballonstartplatz Gladbeck

Ellinghorster Str. 135
45964 Gladbeck



Kanu fahrten

Viele Vereine stehen
dir zur Verfügung



Du suchst nach einer Freizeitbeschäftigung, um den Stress des Alltages hinter dir zu lassen? Du möchtest zur Ruhe kommen und dabei am besten die Stille des Wassers genießen? Oder bist du doch lieber mit einer Gruppe unterwegs, auf der Suche nach feuchtfröhlicher Action?

Kanu ist der perfekte Ausgleich für deinen Alltag

Egal ob alleine oder in einer Gruppe, Kanufahren ist eine vielfältige und aktive Möglichkeit, den Alltag für ein paar Stunden zu vergessen und sich wortwörtlich treiben zu lassen. Genieße die Ruhe des Wassers und die umliegende Natur aus einem kleinen Boot heraus - egal, ob Profi oder Anfänger.

Auch, wenn du noch keine Erfahrung hast, kannst du direkt in diese aufregende Freizeitbeschäftigung einsteigen.

Viele Kanu-Vereine öffnen ihre Pforten und bieten sogar ganze Kanutouren an. Wenn du dich also lieber führen lässt, statt die heimischen Gewässer auf eigene Faust zu erkunden, sind Touren genau das Richtige für dich.

Natürlich stellen dir die Veranstalter alles zur Verfügung, was du für dein gelungenes Kanu-Erlebnis benötigst.

Wichtig ist, dass aufgrund gewisser Naturschutzgebiete nicht alle Seen und Flüsse in vollem Umfang befahren werden können - das tut dem Spaß und dem Erlebnis zu Wasser aber absolut keinen Abbruch. Denn alle Veranstalter und Verleiher informieren dich gern über die entsprechenden Schutzgebiete.

Bootsverleih Oveney Freizeitzentrum Kemnade

Oveneystraße 81
44797 Bochum



Ruhr-Piraten

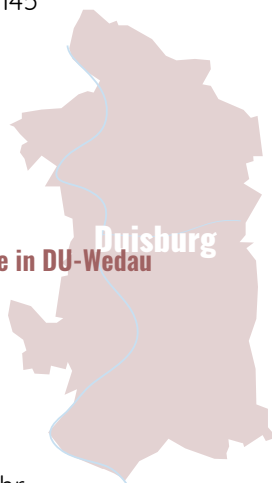
Ruhrmühle 1
44879 Bochum

Ruhr Abenteuer GmbH

Herner Straße 221-223
Wattenscheider Hellweg 145
44809 Bochum

Kanuschule NRW

Friedrich-Alfred-Allee 25
47055 Duisburg



Bootsverleih am Wambachsee in DU-Wedau

Kalkweg 250
47279 Duisburg

Bauwagenhotel & Kanu

Mintarder Strasse 139
45481 Mülheim an der Ruhr

www.wanderfahrer.de

Kosterstraße
45527 Hattingen

Lenne Ruhr Kanu Tour Hattingen

Ruhrdeich 24
45525 Hattingen



kanudeluxe.de - kanutour ruhr - Flosstouren

Königsteiner Str. 2
45529 Hattingen





Insider Kanutouren

Freiherr-vom-Stein-Straße 384
45133 Essen

Kanutrip.Ruhr - Kanuverleih & Büro

Westfalenstraße 210a
45276 Essen

Kanu & Stehpaddeln Ruhr

45219 Essen

Bungee Jumping



Spring,
wenn du dich traust



Du jagst in deiner Freizeit gern einen Adrenalin-kick nach dem anderen? Du bist auf der Suche nach dem absoluten Thrill? Du bist ein Freund der Extreme?

Dann bist du hier im Ruhrgebiet genau richtig! Lass deinen Puls in die Höhe schnellen und traue dich kopfüber in den freien Fall mit der Extremsportart Bungee Jumping.

Adrenalin garantiert - mit dem Charme des Ruhrgebiets zum rasanten Abenteuer

Mit einem Gummiseil um deine Beine geht es mit einem Sprung kopfüber in die Tiefe. Die örtlichen Brücken und andere höhere Bauwerke in der Region bieten die optimalen Voraussetzungen für den Sprung deines Lebens.

Hier erlebst du nicht nur einen wahren Adrenalinkick, von all den Veranstaltungsorten hast du ganz nebenbei einen wundervollen Blick auf die Industriekultur des Ruhrgebiets.

Natürlich bekommst du im Vorfeld von den freundlichen Veranstaltern eine Einführung. Sie erklären dir alles, was zu beachten ist, bevor es in die Tiefe geht.

Du möchtest das Erlebnis für immer festhalten? Dann frag unbedingt nach, denn einige Veranstalter ermöglichen auch eine Videoaufnahme deines Sprungs. So kannst du den Moment festhalten und immer wieder mit Freunden und Familien teilen.

So kannst du den Charme des Reviers auf eine ganz besondere Art und Weise erleben. Diesen Sprung wirst du sicherlich nie vergessen.

Bungee Jumping in Duisburg

Kruppstraße 30A
47055 Duisburg

Bungee Action

Am Stadthafen 6
45663 Recklinghausen

Fallschirmspringen

A person is seen from behind, suspended in the air with a large, multi-colored parachute (yellow, orange, and blue) fully deployed. The sky is a mix of blue and orange, suggesting a sunset or sunrise. The person is in a relaxed, horizontal position, and the parachute is pulling them upwards and to the right.

Freier Fall und
Adrenalin garantiert!





Wenn du mal so richtig hoch hinaus möchtest und dabei den absoluten Adrenalinkick suchst, kannst du im Ruhrgebiet auch den Sprung ins absolute Nichts wagen. Ein Fallschirmsprung ist sicher nichts für schwache Nerven, aber dafür ein unvergessliches Erlebnis.

Zusammen schafft ihr den Absprung

Gemeinsam mit einem erfahrenen Guide geht es mit einem kleinen Flugzeug zunächst in luftige Höhen. Schon hier kannst du das Ruhrgebiet von oben bestaunen und noch einmal tief durchatmen.

Bist du auf Zielhöhe, geht es wieder rasant nach unten

Hat das Flugzeug die Zielhöhe erreicht, geht es für dich, gemeinsam mit deinem Guide, in die Tiefe - mit einem Tandemsprung aus dem Flugzeug - hinein ins Nichts.

Keine Angst, du kannst diesen einzigartigen Moment ganz auf dich wirken lassen, dein Guide wird zur passenden Zeit den Fallschirm öffnen, sodass ihr gemeinsam ganz sanft auf dem Boden des Ruhrgebiets landet - voller Adrenalin und mit einer einzigartigen Erfahrung.

Wenn du diesen Moment auch mit deinen Freunden oder deiner Familie teilen möchtest, erkundige dich gern, ob du den Sprung auch mit einer Gopro-Kamera festhalten kannst. Viele Veranstalter stellen dir entsprechendes Equipment gerne zur Verfügung.

Fallschirmsprung Dortmund

Westenhellweg
44137 Dortmund

Luftmonster - Fallschirmspringen - Tandemsprung

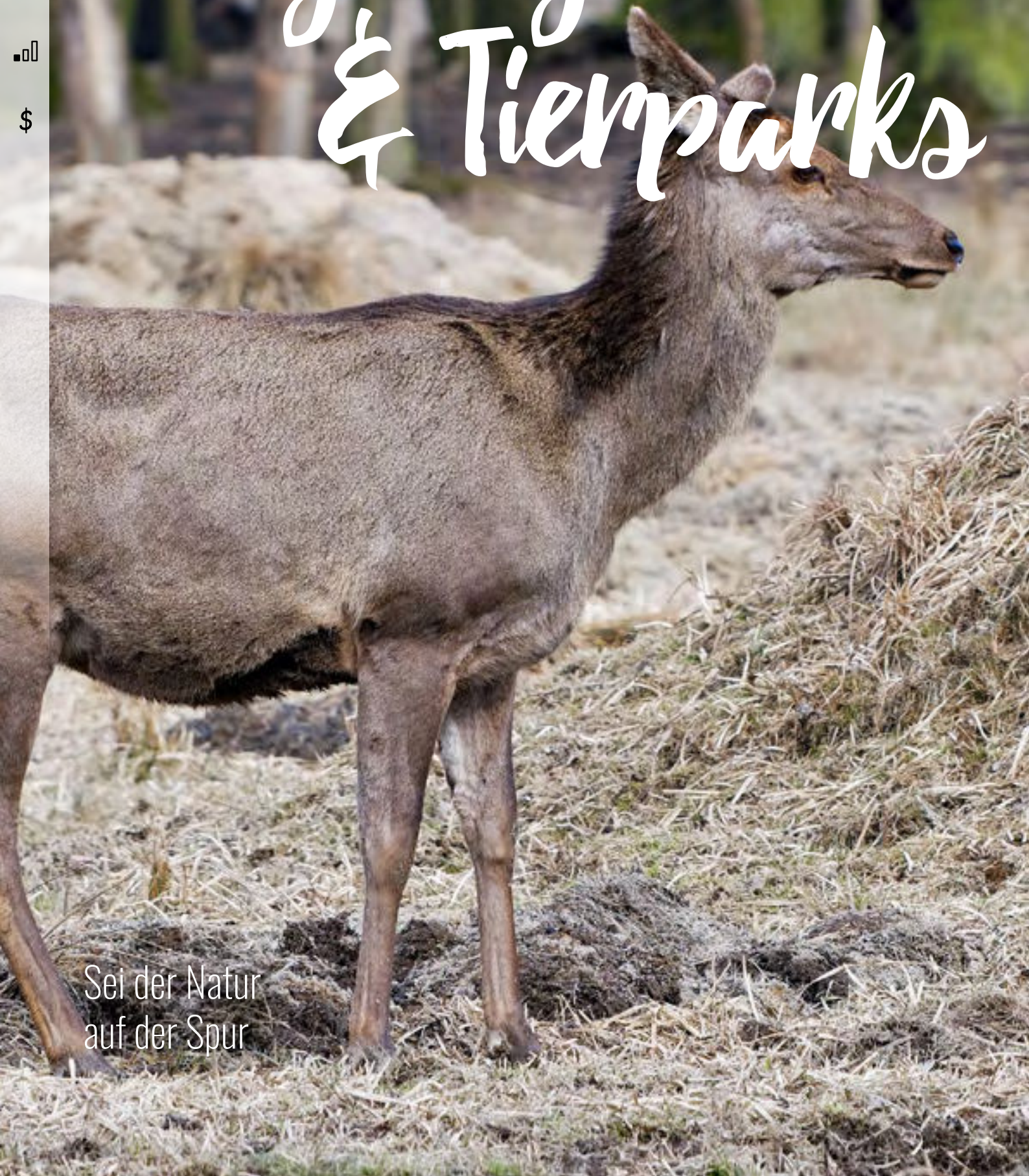
Heßlerstraße 156
45329 Essen

Fallschirmsport Marl

Hülsstraße 301
45770 Marl



Freigehege & Tierparks



Sei der Natur
auf der Spur

Du liebst Spaziergänge in der Natur, aber möchtest dabei ein bisschen mehr erleben? Vielleicht sogar in die Wildnis eintauchen und Tiere in ihrer natürlichen Umgebung beobachten?

Dann auf zu einem der zahlreichen Freigehege und Tierparks hier im Ruhrgebiet.

Erlebe Tiere in ihrer natürlichen Umgebung

Diese Tierparks sind meist mitten im Grünen gelegen und bieten tolle Möglichkeiten, die heimischen Tierarten ganz genau in ihrem natürlichen Lebensraum zu beobachten und auf Tuchfühlung mit Rehen, Füchsen, Wildkatzen und Waschbären zu gehen.

Komme der heimischen Tierfamilie ganz nah

Oft dürfen die Tiere auch mit Spezialfutter gefüttert werden, so kommst du dem Gefühl der Wildnis noch näher.

Oftmals findest du auf der Website der aufgeführten Parks sogar noch zusätzliches Infomaterial. Aber auch die vor Ort ausgewiesenen Infotafeln sorgen dafür, dass du sogar noch etwas an Wissen über die hier lebenden Tiere mitnehmen kannst.

Picknickplätze laden zum Verweilen ein, so dass dein Besuch im Freigehege schnell zu einem spannenden Tagesausflug werden kann. Packe neben dem Picknickkorb auf jeden Fall auch deine Kamera oder dein Smartphone mit ein, denn so ein Ausflug im Tierpark bietet vor allem wundervolle Fotomotive der heimischen Tiere.

Du möchtest exotische Tiere entdecken?

Wenn du es etwas exotischer magst, kannst du auch in den regionalen Zoos auf Entdeckertour gehen und dort die Faszination Wildnis hautnah erleben.

Tierpark + Fossilium Bochum

Klinikstraße 49
44791 Bochum

Alpaka Farm Bochum

44801 Bochum **Bochum**

Wildgehege Weitmarer Holz

44797 Bochum

Wildgehege am Varenholt

Blankensteiner Str. 357
44797 Bochum

Wildtiergehege

Evinger Str. 411A
44339 Dortmund

Vogelkäfig

An d. Buschmühle 3
44139 Dortmund

Wildgehege Lanstrop

Kurler Str. 287
44329 Dortmund **Dortmund**

Zoo Dortmund

Mergelteichstraße 80
44225 Dortmund

Zoofreunde Dortmund e.V.

Saarlandstraße 23
44139 Dortmund

Gehege im Volkspark Duisburg-Rheinhausen

Moerser Str. 36A
47228 Duisburg

Wildschweingehege

47057 Duisburg **Duisburg**

Zoo Duisburg

Mülheimer Str. 273
47058 Duisburg

Tiergehege im Kaisergarten

Am Kaisergarten 30
46049 Oberhausen **Oberhausen**

Wildgehege Witthausbusch

45470 Mülheim an der Ruhr

Tiergehege Wichteltal

Wichteltal 219
45277 Essen

Wildgehege Heissiwald

Weg Zur Platte 71
45133 Essen **Essen**

Damwildgehege im Grugapark

Lührmannstraße 80
45131 Essen

Vogelfreifluganlage

45131 Essen

Papageiengehege

Lührmannstraße 123
45131 Essen

Prachtlamas

Feldmarkstraße 209
45883 Gelsenkirchen **Gelsenkirchen**

ZOOM Erlebniswelt

Bleckstraße 64
45889 Gelsenkirchen

Tiergehege im Volksgarten Eickel

Lohofstraße 28
44651 Herne **Herne**

Gehege im Hülsenbecker Tal Ennepetal

Mittelstraße
58256 Ennepetal

Wildgehege Witten

Hohenstein 30
58453 Witten **Kreis Recklinghausen**

Tierpark Recklinghausen

Stadtgarten 2
45657 Recklinghausen

Streichelzoo am Spielplatz Wittringen

45964 Gladbeck



Freilichtbühne



Erlebe Musik, Theater und Kultur
unter dem Himmel des Ruhrgebiets.



Besonders im Sommer, wenn die Nächte länger und lauwarm sind, haben Aufführungen auf einer Freilichtbühne einen ganz besonderen Charme. Oftmals ist die Bühnenfläche um einiges größer als normale Indoor-Bühnen und strahlt somit noch mehr Wirkung aus.

Genieße Kunst und Kultur unter dem Himmel des Ruhrgebiets

Die Mischung aus fantasievollen Klängen und kulturellen Werken mit den Vibes des Sommers kreieren eine ganz besondere Atmosphäre, die du unbedingt einmal erlebt haben musst.

Die Saison ist eröffnet

Gerade jetzt haben viele regionale Freilichtbühnen ihre Vorhänge geöffnet und bieten ein vielfältiges Programm für beinahe jeden Geschmack an.

Auch, wenn du bisher noch keine Berührungspunkte mit der musikalischen oder theatralischen Kultur des Ruhrgebietes hattest, lohnt sich der Besuch einer Freilichtbühne auf jeden Fall.

Dazu findest du auf den entsprechenden Websites und Flyern der Veranstalter die Daten der jeweiligen Aufführungen.

Gerade diese kulturellen Events sind eine großartige Möglichkeit, das Ruhrgebiet mit seinem Charme auf eine völlig andere Art kennen und lieben zu lernen.

Entdecke regionale Künstler

Denn meist sind es regionale Theater- und Musikgruppen, die diese besonderen Events ins Leben rufen. Somit sind Veranstaltungen auf Freilichtbühnen eine großartige Möglichkeit, regionale Künstler:innen zu unterstützen.



Waldbühne Höntrop

Am Südpark 38
44869 Bochum

Freilichtbühne Wattenscheid

Parkstraße
44866 Bochum

BergArena

Kirchhellener Str.
46242 Bottrop

Naturbühne Hohensyburg

Syburger Dorfstraße 60
44265 Dortmund

Freilichtbühne ESSEN Im Schosspark Borbeck

Schloßstraße 101
45355 Essen

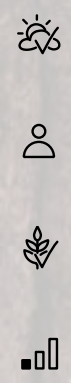
Freilichtbühne Mülheim an der Ruhr - Regler Produktion e.V.

Dimbeck 2A
45470 Mülheim an der Ruhr

Theater an der Niebuhr

Niebuhrstraße 61
46049 Oberhausen





Bestandere Gebcaches



Mach dich bereit für die
Schnitzeljagd 2.0

Wenn du auf Abenteuer und Schnitzeljagd stehst, dann solltest du unbedingt mal ein Geocaching-Event besuchen.

Dieser Trend aus den USA ist mittlerweile auch im Ruhrgebiet angekommen und wird immer bekannter - und beliebter. Kein Wunder, denn dank der vielfältigen Landschaften hier im Revier wird jede Tour zu einem wahren Abenteuer für die Teilnehmer.

So funktioniert die Schnitzeljagd 2.0

Ziel des Geocaches ist es immer, ein verstecktes Objekt, das "Cache", in einem unbekanntem Terrain aufzuspüren. Ähnlich wie bei der klassischen Schnitzeljagd.

Ehrensache unter Geocachern

In diesem Cache befindet sich ein Logbuch, in dem man sich eintragen kann und ein kleines Andenken, welches der Finder behalten darf. Unter Geocachern ist es Ehrensache, ein neues Item zu hinterlassen, also überlege dir schonmal, welches kleine Gimmick du den nächsten Findern hinterlässt.

GPS als typisches Hilfsmittel

Dieser Cache wird mithilfe eines GPS-tauglichen Gerätes aufgespürt. Dein Smartphone ist daher vollkommen ausreichend, wenn die entsprechende App installiert ist. Einige Anbieter verleihen dafür auch exklusiv GPS-Tracker. Alle notwendigen Infos erfährst du bei den entsprechenden Veranstaltern.

Wenn du also auf Abenteuer- und Entdecker-tour gehen möchtest, sollte Geocaching auf jeden Fall auf deiner To-Do-Liste für diesen Sommer stehen.

Cachegut am Kemnader See

Cache ID: GC64PQ0

Audiovisueller Nachtcache

Cache ID: GCZG6X

Bochum

D5 oder T5?

Cache ID: GC4EQFW

Die Logplanke an der A2 reloaded

Cache ID: GC4R46Q

Bottrop

TB Hotel Coin Inn

Cache ID: GC3JFWC

Blutspende Dortmund - TB Hotel

Cache ID: GC7WEZZ

Dortmund

Buchenbuschrunde No.4a

Cache ID: GC30ME0

Gehört das Schwein da rein?

Cache ID: GC45YRP

Duisburg

Ringpromenade

Cache ID: GC5KG4Q

Die Kraft des Stahls

Cache ID: GC36KGE

Essen

The Simpsons

Cache ID: GC2WG83

Watt is datt

Cache ID: GC2Y1J5

Gelsenkirchen

5*TB Hotel "Fire Department Gelsenkirchen"

Cache ID: GC5BHMP

Mottbruch Bonus

Cache ID: GC78ZZ2

Gladbeck





Light Energy

Cache ID: GC5VM5M

Jäger des verlorenen "Ding"

Cache ID: GC5D6J7

Herne

Die drei MMM und der Park der Illusion

Cache ID: GC75HAE

Demenz im Märchenwald @ night

Cache ID: GC1FE35

Mühlheim an der Ruhr

Die drei MMM und der goldene Schnuller

Cache ID: GC59GRG

vor Ort

Cache ID: GC35V2Y

Oberhausen

Die fantastische 4 BONUS

Cache ID: GC3D4R4

Asterix Bonus - 1-9

Cache ID: GC6FVQF

Recklinghausen

Mount Rushmore

Cache ID: GC1KAZ4

Eddi's Wurstexpress

Cache ID: GC80AJ3

Witten

Drachentöter

Cache ID: GC2HHWP

Ruhrsteig Blankenstein Runde

Cache ID: GC4T5NF

Hattingen



Geoparks

Wenn Erdgeschichte
erlebbar wird



Du möchtest so richtig weit in die Vergangenheit reisen und dabei einzigartige Landschaftsformationen erleben?

Dann sind Geoparks der ideale Ort, um (Erd-) Geschichte völlig anders zu erleben.

Geoparks sind weitaus mehr als felsige Flächen.

Sie dokumentieren eindrucksvoll die Spuren der Geschichte durch Gesteinsaufschlüsse, Felsen, zahlreiche Schauhöhlen, Quellen, Seen, besondere Landschaftsformen, aber auch Besucherbergwerke oder thematische Museen.

Schau ins innere der Erde und lass Geschichte lebendig werden

Hier kannst du unserem Planeten direkt ins Herz schauen und so ein tieferes Verständnis für unsere Heimat kreieren.

Nicht umsonst leisten Geoparks einen wertvollen Beitrag zur Bewusstseinsentwicklung im verantwortungsvollen Umgang mit den irdischen Ressourcen.

Wenn du noch tiefer in das Verständnis unserer Erde einsteigen möchtest, bieten einige Veranstalter auch geführte Touren und Wanderungen durch die einzigartigen Landschaftsbilder des Ruhrgebiets.

So bekommst du alle interessanten Informationen von einem geologischen Guide erklärt und kannst natürlich auch all deine Fragen stellen. Möchtest du die Geopfade doch lieber auf eigene Faust erkunden, ist auch das möglich, denn alle Pfade in den ansässigen Parks beinhalten unterschiedliche Schwierigkeitsstufen. So kannst du deinen Blick für das Besondere schärfen und gleichzeitig etwas für deine Fitness tun.

Geologischer Garten Bochum

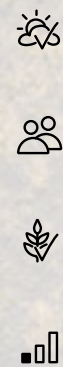
Bochum

Geopark

Essen

Halden

Erkunde die heimlichen
Wahrzeichen des Ruhrgebiets





Nichts prägt das Landschaftsbild des Ruhrgebiets so sehr wie Halden.

Was einst das Abfallprodukt aus dem Bergbau gewesen ist, wird heute als beliebtes Ausflugsziel anvisiert.

Kein Wunder, denn die Überbleibsel aus dem Kohleabbau haben sich ganz schön gemauert.

Damals Abfall - heute Ausflugsziel

Heute dienen sie als grüne Oasen und bieten genug Platz für sportliche Aktivitäten, gemütliche Spaziergänge oder Wanderungen.

Auf einigen Halden wurden Aussichtsplattformen errichtet, die, wenn du gut zu Fuß bist, dich mit einem wunderbaren Rundumblick auf das Ruhrgebiet belohnen.

Ein besonderes Highlight unter den Aussichtspunkten ist das Tetraeder in Bottrop. Bei Tag ein toller Aussichtspunkt, bei Nacht eindrucksvoll beleuchtet.

Halden als Ort künstlerischen Ausdrucks

Viele (regionale) Künstler haben auf diversen Halden beeindruckende Skulpturen errichtet, die dem Landschaftsbild einen unvergleichlichen Charakter verleihen.

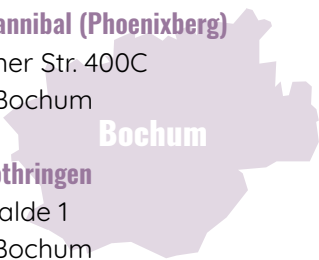
Vom roten Drachen bis hin zur überdimensionalen Bergbaulampe, kannst du allerhand Kunstwerke auf den Halden bestaunen, wenn du genauer hinschaust.

Somit sind unsere Halden auch besonders für Fotografen ein beliebter Spot, um einzigartige Bildmomente zu kreieren.

Eins steht fest: Im Ruhrgebiet können wir bunt.

Halde Hannibal (Phoenixberg)

Dorstener Str. 400C
44809 Bochum



Halde Lothringen

An d. Halde 1
44805 Bochum

Halde Beckstraße

46238 Bottrop



Halde Haniel

46242 Bottrop

Halde Schöttelheide

46244 Bottrop

Halde Hympehdahl

44263 Dortmund



Halde Entenpoth

Martha-Neumann-Straße
44263 Dortmund

Halde Gotthelf

Karl-Schwartz-Straße 6
44225 Dortmund

Halde Groppenbruch

44359 Dortmund

Rockelsberghalde

Rheingasse
47228 Duisburg



Bergbau Halde

47199 Duisburg

Schurenbachhalde

45329 Essen

Halde Hangetal

Wallmanaue
45141 Essen

Halde Eickwinkel

45329 Essen

Halde Schurenbach

45329 Essen



Halde Rungenberg

45897 Gelsenkirchen

Halde Zollverein 4/11

45883 Gelsenkirchen

Halde im Nordsternpark

45899 Gelsenkirchen

Halde Scholven (Auenland)

Auf d. Kämpe
45896 Gelsenkirchen

Rungenberghalde

45899 Gelsenkirchen

Halde Rheinelbe

45886 Gelsenkirchen

Himmelstreppe

Leithestraße 124-142
45886 Gelsenkirchen

Trümmerfeld an der Zeche Mont Cenis

44627 Herne





**Ober-
hausen**

Solbadhalde

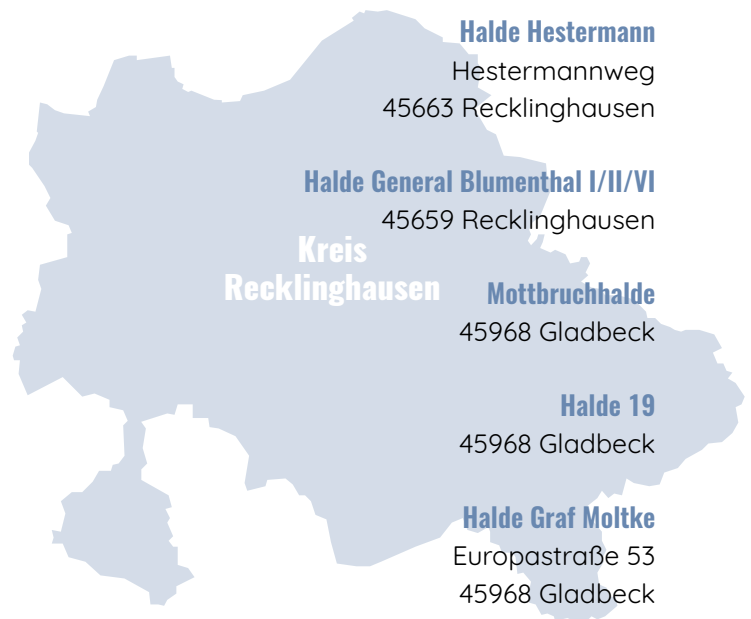
Haldenstraße 22
46049 Oberhausen

Knappenhalde

Lipperstraße 24
46047 Oberhausen

Halde Haniel - Kreuzweg

Birkhahnstraße 29
46145 Oberhausen



**Kreis
Recklinghausen**

Halde Hestermann

Hestermannweg
45663 Recklinghausen

Halde General Blumenthal I/II/VI

45659 Recklinghausen

Mottbruchhalde

45968 Gladbeck

Halde 19

45968 Gladbeck

Halde Graf Moltke

Europastraße 53
45968 Gladbeck

Halde Heringstrasse

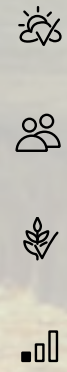
Boystraße 135
45968 Gladbeck

Ehem. Halde der Zeche Ver. Bommerbänker Tiefbau

Bodenborn 28A
58452 Witten



**Ennepe-
Ruhr-Kreis**



Industrie denkmäler

Eine Reise zurück in die
(industrielle) Vergangenheit



Die Geschichte des Ruhrgebiets ist geprägt von Industriekultur.

Wenn du einmal so richtig in die Vergangenheit eintauchen möchtest, lohnt sich auf jeden Fall der Besuch eines Industriedenkmals.

Erlebe industrielle Vielfalt

Die unter Denkmal gestellten Anlagen lassen die Geschichte des Ruhrgebiets so richtig lebendig werden und repräsentieren den strukturellen und technologischen Wandel der Region auf beeindruckende Art und Weise.

Sie erinnern auch an die harte Arbeit und die Entbehrungen, die von den Arbeitern geleistet wurden, um diese Errungenschaften zu erreichen.

Viele Industriedenkmäler sind heute zugänglich als Museen oder touristische Attraktionen. Die Denkmäler sind auch Ausdruck der industriellen Vielfalt, welche bis heute das Ruhrgebiet prägt.

So kannst du beispielsweise ehemalige Hochöfen aus dem Stahlbau besuchen oder auch alte Lokschuppen erkunden, die einst die Giganten aus Stahl beherbergt haben.

Selbstverständlich gehört auch der Bergbau zur industriellen Geschichte, sodass du ebenso stillgelegte Bergbauanlagen besuchen kannst und dir einen lebendigen Eindruck von dem Alltag der Kumpel unter Tage machen kannst.

Sie bieten eine interaktive Möglichkeit, sich mit der spannenden Geschichte des Ruhrgebiets vertraut zu machen und einen Einblick in die Vergangenheit zu bekommen.

Brennerei Eickelberg Industriedenkmal

Oberstraße 43
44892 Bochum



Deutsches Bergbau-Museum Bochum

Am Bergbaumuseum 28
44791 Bochum

LWL-Museum Zeche Hannover

Günnigfelder Str. 251
44793 Bochum

LWL-Museum Zeche Zollern

Grubenweg 5
44388 Dortmund



Industriedenkmal Kokerei Hansa

Emscherallee 11
44369 Dortmund

Landschaftspark Duisburg-Nord

Emscherstraße 71
47137 Duisburg

Hochofen 5

Emscherstraße 71
47137 Duisburg



Innenhafen Duisburg

Hansegracht 10
47051 Duisburg

Seilscheibe der Schachtanlage Rheinpreussen

47051 Duisburg

Industriedenkmal

Am Lichtbogen 4
45141 Essen



Zeche Rheinelbe von 1861

45886 Gelsenkirchen



Industriedenkmal Hugobahn

Horster Str. 290
45899 Gelsenkirchen

Ehemaliger Hochofen der Henrichshütte

Werksstraße 31-33
45527 Hattingen

Maschinenhalle Henrichshütte Hattingen

Werksstraße 31
45527 Hattingen



FEUER.WEHRK - Feuerwehrmuseum

Henrichs-Allee 2
45527 Hattingen

Ehrenbaum am Rhein-Herne Kanal (ältester Baum in Herne)

Bahnhofstraße 295A
44629 Herne



Trümmerfeld an der Zeche Mont Cenis

44627 Herne

Industriebrache

Arminstraße
46117 Oberhausen

Gasometer Oberhausen

Arenastraße 11
46047 Oberhausen



LVR-Industriemuseum St. Antony-Hütte

Antoniestraße 32-34
46119 Oberhausen



Ehem. Zeche Recklinghausen, Grullbadschacht

Walkmühlenweg
45661 Recklinghausen

Trainingsbergwerk Recklinghausen

Wanner Str. 30
45661 Recklinghausen

Institut für Stadtgeschichte - RETRO STATION

Hohenzollernstraße 12
45659 Recklinghausen

**Kreis
Recklinghausen**

Ehem. Zeche General Blumenthal, Schacht 7

Westcharweg 101
45659 Recklinghausen

Umspannwerk Recklinghausen - Museum Strom und Leben

Uferstraße 2-4
45663 Recklinghausen

Mottbruchhalde

45968 Gladbeck

Museum Wasserschloss Wittringen Gladbeck

Burgstraße 64
45964 Gladbeck

Inliner- strecken

Lass einfach rollen!





Die Erkundung des Ruhrgebiets mit dem Fahrrad ist dir zu langweilig?

Dann lass dich von einer der zahlreichen Inlinerstrecken herausfordern!

Inlinerstrecken sind speziell für das Inlineskating konzipierte Strecken, die oft asphaltiert und frei von Hindernissen sind.

Wenn du also deine Fähigkeiten in Sachen Skaten und deine Ausdauer verbessern möchtest, kannst du dich auf diesen Strecken so richtig austoben.

Auch hier kannst du dich einer großen Vielfalt an Strecken erfreuen: Entweder entlang von Seen, mitten im Grünen oder doch eher an der Rheinpromenade, mitten im Herzen von Düsseldorf?

So oder so wird Inlineskating im Ruhrgebiet immer zu einem rasanten Erlebnis - ob allein oder in einer Gruppe.

Inliner mal anders

Gerade im Sommer lohnt es sich, mal etwas genauer zu recherchieren, denn einige Städte bieten in diesem Zusammenhang besondere Events an. So kannst du beispielsweise bei der Düsseldorfer Rollnacht zu später Stunde mit zahlreichen anderen begeisterten Inline-Fans durch die Stadt flitzen und so eine ganz besondere Atmosphäre erleben.

Wenn du ein bisschen Wettbewerbsluft schnuppern möchtest, ist vielleicht der Duisburg Marathon das richtige Event für dich - ein Marathon auf Rollen ist schließlich etwas ganz Besonderes.

Bananenweg

Dortmund

Harkort- und Hengsteysee

Dortmund

Phönix West - Rombergpark

Dortmund

Phönix See

Dortmund

Schwerter Ruhrufer

Dortmund

Landschaftspark Trasse

Duisburg

Kemnader See

Witten

Nordbahntrasse

Ottenbrucher Bahnhof
42115 Wuppertal





Leuchttürme



Ferne erleben
wie an der Nordsee





Leuchttürme verbindest du eher mit Nordsee und rauem Seegang? Oder doch eher mit Stille und romantischer Sehnsucht nach Meer?

Maritimes Feeling geht auch im Ruhrgebiet

Um dieses maritime Feeling zu erleben, musst du nicht hundert Kilometer Richtung Nordseeküste fahren - auch hier im Ruhrgebiet kannst du die Wahrzeichen der Schifffahrt bestaunen und ein bisschen Fernweh in dir aufkommen lassen.

Ob Ausflugsziel oder Fotokulisse

Leuchttürme erfreuen sich als beliebtes Ausflugsziel, um bei einem Picknick einen romantischen Ausblick zu verschaffen. Als malerischen Fotospot bieten die Bauwerke ein ebenso einzigartiges Motiv.

Zeitgleich bieten sie einen Einblick in die maritime Geschichte des Ruhrgebiets und lassen dich das Revier aus einer neuen Perspektive kennen- und lieben lernen.

Kemnader See Leuchtturm

Blumenau 94
44801 Bochum



Maislabyrinth

Finde den Weg heraus
aus dem Mais



Du bist ein Rätsel-Fan und gleichzeitig gern an der frischen Luft?

Dann ist ein Tag im Maislabyrinth die perfekte Freizeitaktivität für dich! Besonders im Sommer und Herbst, wenn die Pflanzen reif sind und hoch stehen, macht es richtig Spaß, den eigenen Orientierungssinn unter Beweis zu stellen.

Ein Labyrinth der besonderen Art

Die speziellen Labyrinth sind mitten in Maisfeldern angelegt. Dessen Wege werden von hohen Pflanzen begrenzt. Somit ist kein Maislabyrinth wie das andere.

Oft sind es Bauernhöfe, die ihre Felder für diese unterhaltsame Freizeitaktivität zur Verfügung stellen. So kannst du beispielsweise einen Besuch auf dem Bauernhof mit einer Runde im Maislabyrinth optimal abrunden.

Deine Aufgabe ist es, den Ausgang des Labyrinths zu finden, indem du verschiedene Rätsel und spannende Aufgaben löst.

Mehr als nur Mais

Oft gibt es auch zusätzliche Attraktionen wie Spiele, Snacks und Getränke. So kann ein Ausflug auch für Gruppen eine großartige Idee sein, um einen spannenden Tag an der frischen Luft zu verbringen.

Miermanns Maislabyrinth

Holthausener Str. 39
46244 Bottrop

Bergerhof Restaurant, Café und Bauernladen

Berger Weg 8
45527 Hattingen

Touristenzentralen stellen sich vor

Ruhr Tourismus

www.ruhr-tourismus.de

Fotospots bei Nacht, Wandern über Halden und durch urbane Szeneviertel oder die Suche nach neuen kulinarischen Highlights. Darüber berichtet das Team von Ruhr Tourismus zusammen mit Gastautoren bestehend aus Reisebloggern und freien Autoren auf dem „MeinRuhrgebiet Blog“. Hier gibt es persönliche Ruhrgebiets-Geschichten und -Erlebnisse.



Tourist Information Duisburg

Königstraße 86
47051 Duisburg
www.duisburg.de/tourismus
Tel.: 0203/285440



Bochum Touristinfo

Huestraße 9
44787 Bochum
www.bochum-tourismus.de
Tel.: 0234/96020



Visit Essen

Kettwiger Str. 2-10
45127 Essen
www.visitessen.de
Tel.: 0201/8872333



Stadt Bottrop

Ernst-Wilczok-Platz 1
46236 Bottrop
www.bottrop.de
Tel.: 02041/7030



Stadt- und Tourismusinfo im Hans-Sachs-Haus

Ebertstr. 11
45879 Gelsenkirchen
www.gelsenkirchen.de
Tel.: 0209/1693968



Tourist-Information Dortmund

Kampstraße 80
44137 Dortmund
www.visit.dortmund.de
Tel.: 0231/5019500



NRW Stiftung

www.nrw-stiftung.de

Nordrhein-Westfalen ist schön – und soll es bleiben. Dafür setzt sich die NRW-Stiftung seit 1986 ein. Sie kümmert sich um den Dreiklang Natur, Heimat und Kultur und fördert Vereine, Verbände und Gruppen. 300 Millionen Euro wurden seit der Gründung in Naturschutz, Heimat- und Kulturpflege investiert.

Touristeninformation Hattingen

Haldenplatz 3
45525 Hattingen
www.hattingen-marketing.de
Tel.: 02324/2043095

Stadtmarketing Witten GmbH

Marktstr. 7
58452 Witten
www.stadtmarketing-witten.de
Tel.: 02302/19433

Stadtmarketing Herne GmbH

Kirchhofstr. 5
44623 Herne
www.stadtmarketing-herne.de
Tel.: 02323/919050

Touristinfo Mülheim an der Ruhr

Schollenstr. 1
45468 Mülheim an der Ruhr
www.muelheim-tourismus.de
Tel.: 0208/960960

Ruhrinfo Oberhausen

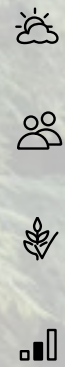
Willy-Brandt-Platz 2
46045 Oberhausen
www.oberhausen-tourismus.de
Tel.: 0208/824570

Tourist Information Recklinghausen

Martinistr. 5
45657 Recklinghausen
www.recklinghausen-tourismus.de
Tel.: 02361/9066000

Radwege

Auf den Sattel, fertig...



... LOS!

Wusstest du, dass Radfahren zu den beliebtesten Sportarten in Deutschland gehört? Und auch wenn du gern in die Pedale trittst, wirst du im Ruhrgebiet fündig.

Das Ruhrgebiet als Paradies für Rad-Fans

Zahlreiche, sehr gut ausgebaute Radwege sind ein wahres Paradies, um sich aufs Rad zu schwingen und an der frischen Luft den Charme des Ruhrgebiets zu genießen. Auch hier kannst du die Vielfalt des Ruhrgebiets voll auf dich wirken lassen:

Ob du deine Runden ganz entspannt um die regionalen Seen drehst, oder die verschiedenen Städte erkunden möchtest.

Radfahren ist gut - für dich und die Umwelt

Radfahren ist nicht nur eine umweltfreundliche Art der Fortbewegung, sondern verbesserst du nebenbei deine körperliche Fitness, da sich die meisten Radwege über mehrere Kilometer erstrecken.

Gut ausgebaut und abseits des normalen Verkehrs, kannst du das Pedalen so richtig zum Glühen bringen und ins Schwitzen kommen. Oder du lässt es eher gemütlich angehen und genießt deinen Radausflug an der frischen Luft.

Vielleicht planst du sogar eine größere Fahrradtour durch das Ruhrgebiet? Genug Strecken und Wege wirst du hier auf jeden Fall finden.



Regionalradweg

Erzbahntrasse
44793 Bochum

Springorum Radweg Bochum

Springorum Radweg
44799 Bochum

Lothringentrasse

44805 Bochum

Emscher Radweg

46238 Bottrop

Rheinischer Esel Radweg auf alter Bahntrasse

Rheinischer Esel
44229 Dortmund

Radschnellweg Ruhr RS1 - Knotenpunkt 49

45886 Gelsenkirchen

Radweg Velbert-Langenberg - Essen Kupferdreh

Kohlenstraße 51
45529 Hattingen

Rad-und Wanderstrecke Rheinischer Esel

Rheinischer Esel
58453 Witten

Radweg Friedrich der Große

44628 Herne

Panorama-Rastplatz für Radler am Ruhrtalradweg

Am Ruhrufer 45
46049 Oberhausen

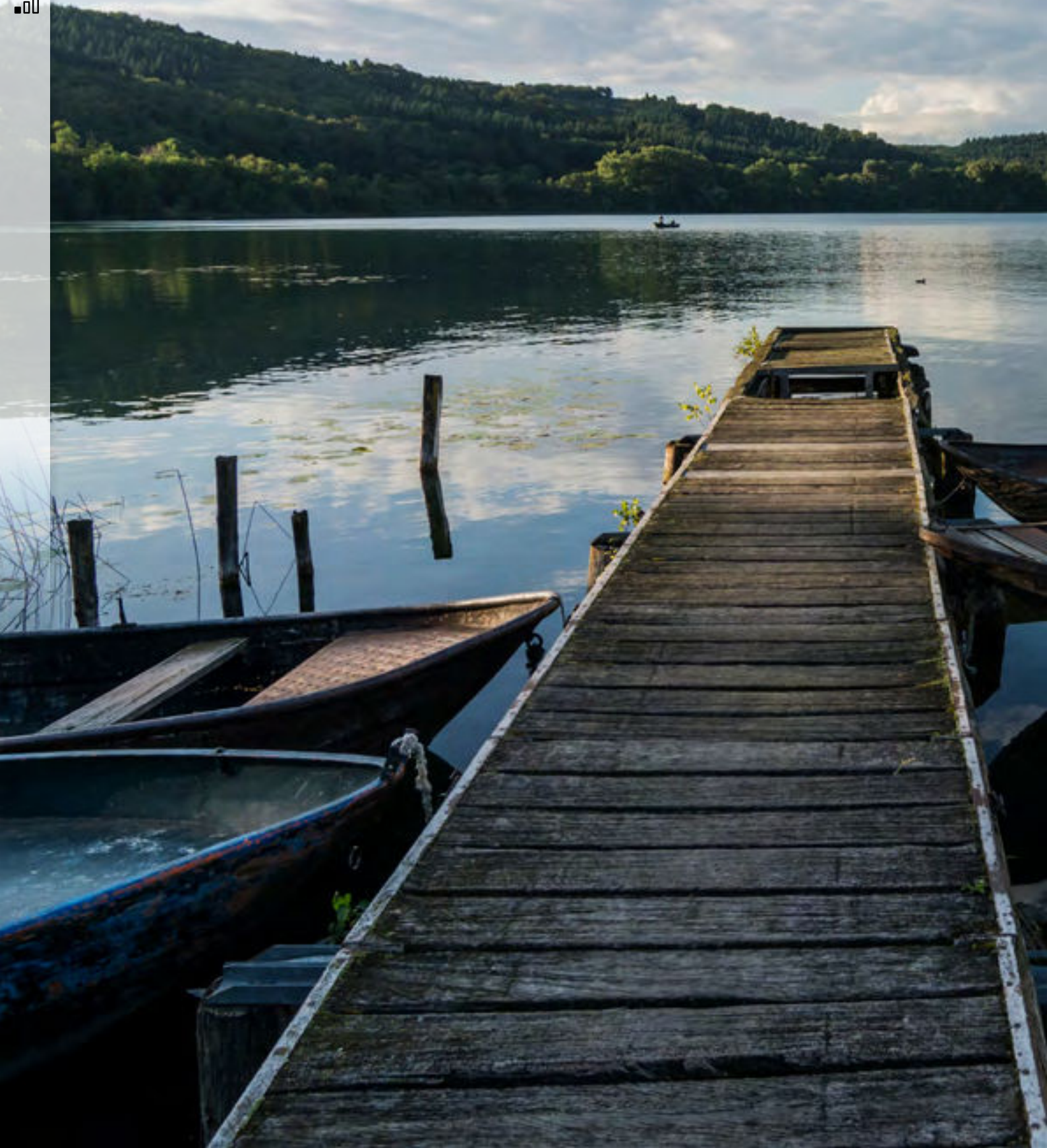
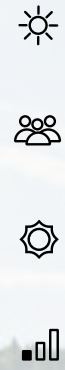
König-Ludwig-Trasse

45663 Recklinghausen





Stauseen





Hier staut sich nicht nur das Wasser, sondern auch viele Möglichkeiten, deine Freizeit zu verbringen

Stauseen sind weitaus mehr als künstlich angelegte Gewässer, die von einer Staumauer gehalten werden.

Sie dienen der Wasserspeicherung, Trinkwasserversorgung, Energiegewinnung oder - der Freizeitgestaltung! Aber auch als Erholungsgebiet werden die riesigen Wasseransammlungen gern genutzt.

Mehr als nur Stauseen - sondern wichtiger Versorgungsspeicher

Wusstest du, dass NRW das Bundesland ist, welches die meisten Stauanlagen beherbergt? So wirst du auch für deinen nächsten Tagesausflug den richtigen Spot finden?

Neben den "klassischen Stauseen" charakterisieren auch zahlreiche Talsperren, Hochwasserrückhaltebecken, Staustufen, Pumpspeicherbecken und Sedimentationsbecken das Landschaftsbild im Ruhrgebiet.

Diese unterscheiden sich in Größe, Tiefe und Wasservolumen - doch sind alle Stauseen ein tolles Ausflugsziel.





Staudamm Ruhr

45476 Mülheim an der Ruhr

Kettwiger See

45219 Essen

Baldeneysee

Essen

Beyenburger Stausee

58256 Ennepetal

Heilenbecketalsperre

58256 Ennepetal

Schleuse Dahlhausen

Dumberg

45529 Hattingen

Kemnader See

bei Hattingen und Witten

Hartkortsee

bei Witten

Wolfssee

47279 Duisburg



Trimm-Dich Pfade



Dein Outdoor-Gym
erwartet dich

Du liebst es, dich im Sommer an der frischen Luft fit zu halten?

Dazu bist du aber nicht nur auf dein Fahrrad oder deine Lafschuhe beschränkt - besonders, wenn du nebenbei etwas für deine Muskeln tun möchtest.

„Trimm-Dich-Pfade“, oder auch Outdoor-Übungswege, sind eine geniale Möglichkeit, Fitness mit frischer Luft und gutem Wetter zu kombinieren - besonders jetzt zur warmen Jahreszeit.

Diese speziellen Wege sollen die körperliche Aktivität fördern und umfassen in der Regel verschiedene Stationen, an denen du Übungen durchführen kannst. Oft mit festen Geräten. Informationstafeln erklären dir, wie du die Gerätschaften richtig nutzt. So kannst du dir dein individuelles Training zusammenstellen.

Voll im Trend!

Auch, wenn der Begriff „Trimm-Dich-Pfad“ etwas verstaubt wirkt, so sind diese Trainingspfade schon seit den 70er Jahren eine beliebte Outdoor-Aktivität, für alle, die im Sommer eine Alternative zum klassischen Indoor-Fitnessstudio möchten.

Die perfekte Kombination aus Natur und Fitness

Heute sind Trimm-Dich-Pfade in vielen Parks und Naturgebieten im ganzen Ruhrgebiet zu finden und eine beliebte Möglichkeit für Menschen, aktiv zu bleiben und die Natur zu genießen.

Wenn du also auch Fitness an der frischen Luft betreiben möchtest, im Ruhrgebiet kommst du voll auf deine Kosten.

Trimm Dich Pfad Bochum

Gartenstraße 29
44869 Bochum

Trimm Dich Pfad Bottrop

Oberhausener Straße 119
46240 Bottrop

Fitnessstrecke Dortmund

Oberbank 28
44149 Dortmund

Sportpark Röttgersbach

Seelhorststr. 15
47169 Duisburg

Spiel- und Sportanlage Georgswiese

Franz-Bielefeld-Straße 21
45881 Gelsenkirchen

Bewegungsparcours Herne Stadtgarten

Vinckestraße 111
44628 Herne





RAUS!

Dieses Magazin ist kostenlos

www.rausstieg.de/outdoor-magazin

Wenn ich ein PDF bin, würde ich mich sehr über eine Weiterleitung freuen.

Hältst du mich in gedruckter Form in der Hand, schmeiße mich bitte nicht weg, sondern gib mich weiter oder lege mich aus.

So können andere auch noch Freude an den Inhalten finden und wir sparen zusammen Ressourcen. Danke!