



Naturpark
Teutoburger Wald/Eggegebirge



HEILENDE Höhen

Zwei Mittelgebirge und eine Bördelandschaft, geschichtsträchtige Klöster und Kurbäder mit Tradition: In der stillen Region zwischen dem Hermann und der Weser gehen Erkunden und Erholen an vielen Stellen Hand in Hand. Ein deutscher Heilgarten, vom Ostwestfälischen bis hinunter an die Landesgrenze von Hessen.



Ob die berühmten Externsteine bei Holzhausen wirklich eine heilende Ausstrahlung haben, weiß bis heute keiner genau.

So viel Fels ist natürlich herausragend. Wie fünf Rätsel bauen sich diese freistehenden Brocken auf der idyllischen Lichtung auf und streben aus dem bewaldeten Hang wuchtig nach oben – Relikte der Erosion, die auf eine 70 Millionen Jahre alte Erdbewegung folgte. Acht weitere Sandsteinblöcke bleiben weitgehend im Hang verborgen, was das reale Schauspiel nur umso wirkungsvoller macht. Seit dieses bizarre Ensemble über eingelassene Treppen und Brückchen begehbar geworden ist, zieht es Tag für Tag viele Wanderer, Sinnsucher und Mystiker an.

Ob die Externsteine bei Horn-Bad Meinberg wirklich eine heilende Ausstrahlung haben, weiß bis heute keiner genau. Vorstellbar ist es aber, weil im Naturpark Teutoburger Wald/Eggegebirge sowieso viel Wert gelegt wird auf gesunde Wirkung der Landschaft. Das riesige Areal, das vom Lipper Bergland bis hinunter ins Weserbergland und wieder hinauf in die Paderborner Hochfläche reicht, glänzt nicht bloß mit zwei waldreichen Mittelgebirgen. Durch sein ausgeglichenes Schonklima sowie die zahlreichen Heilquellen und Kuranlagen ist es längst zum „Heilgarten Deutschlands“ avanciert – kongenial ergänzt durch eine Reihe bedeutender Klostergründungen.



Jeder kennt den schwertbewegten Hermann, dem bis 1875 nahe der Externsteine ein bombastisches, gut 53 Meter hohes Denkmal gesetzt wurde – der stolze Cherusker aus der siegreichen Varus-Schlacht, der im Kaiserstaat schnell nationale Symbolfigur wurde. Wie viel friedlicher geht es dagegen heute auf den Hermannshöhen zu: In hellen Scharen nehmen Naturfreunde begeistert den 125 Kilometer langen Kammwanderweg, der über die Sparrenburg bei Bielefeld bis hinunter nach Marsberg im Kreis Paderborn führt. Er ist einer von so vielen Routen, die im Naturpark über Höhen und Tiefen führen. Oder quer durch die Zeiten wie die neue, mit Landes- und EU-Mitteln realisierte „NaturZeitReise“. Sie umfasst spannende Themenwege in drei Natura-2000-Gebieten und zeigt mit „Zeitfenstern“ und „Zeitzeugen“ anschaulich, wie Naturräume sich unter verschiedensten Einflüssen wandeln.

Wo der Teutoburger Wald im Westen des Naturparks ausläuft, schließt das Eggegebirge fast nahtlos zum Süden hin an. Bis zu den Teutonia-Klippen und der verwilderten Schlucht einer nie vollendeten Eisenbahnstrecke bei Willebadessen. In diesen Wäldern konnte die scheue Wildkatze bis heute überleben. Bei Berlebeck gibt es eine große

Adlerwarte und oberhalb von Scherfede, am ehemaligen Zisterzienserkloster Hardehausen, ein Wisent-Gehege. In den schwermetallhaltigen Bleikuhlen um Blankenrode blüht exklusiv das Galmeiveilchen als endemische Art. Nicht weit davon entfaltet der kleine, fröhlich gluckern- de Silberbach mit seinem lauschigen Tal genug Charme für eine Tagestour: Entspanntes Wandern unterm Dach uralter Buchen, die Schatten spenden, bis der 468 Meter hohe Velmerstot als Doppelgipfel des Eggegebirges erreicht ist.

Soviel Gefälle haben die Bördelandschaften östlich der Mittelgebirge kaum im Repertoire – abgesehen vielleicht von den grünen Höhen um den Schieder See und den Hangwäldern des Wesertals bei Höxter. Umso anmutiger, weil völlig harmonisch wechseln zwischen Lipper Bergland und Oberwälder Land Natur- und Agrarflächen mit stetem, sanftem Schwung. Überschaubare, alteingesessene Orte glänzen dann und wann mit reichlich Fachwerk im historischen Kern: Lemgo, Blomberg, Nieheim, Höxter, Brakel, Warburg. Und je weiter man dabei ins Katholisch-Ostwestfälische gerät, desto öfter stößt man auf geschichtsträchtige Abteien und Klöster.

Nicht mehr einzugreifen, kann sehr wohl eine umfangreiche Initiative sein. In Ostwestfalen-Lippe etwa, am Osthang des Eggegebirges, sind Forstwirtschaftler und Planer intensiv damit beschäftigt, die naturnahen Wälder mit bis zu 40 Meter hohen Rotbuchen zum Wildnisgebiet zu entwickeln.

Kaum 20 Kilometer jenseits von Paderborn sind inzwischen 1.900 Hektar vom Waldnaturschutzgebiet Egge-Nord aus wirtschaftlicher Nutzung herausgenommen worden. Sie bleiben weitgehend sich selbst überlassen, was eben (noch) nicht von alleine geht, damit hier dem Motto zufolge der „Urwald von Morgen“ entstehen kann. Ein größeres Areal zur Wildnisentwicklung von Buchenwäldern gibt es in Deutschland außerhalb der Nationalparke derzeit nirgends.



wilde STRATEGIEN

Ein Wildnisgebiet entsteht am Osthang des Eggegebirges

Es war die Rotbuche „*Fagus Sylvatica*“, die nach der Eiszeit die Wälder zwischen Atlantik und Osteuropa dominierte. In diesem Sinne knüpft das Projekt im Zentrum ihres Verbreitungsgebiets an eine naturhistorische Tradition an – ganz auf der Linie der Wildnisstrategie des Landes NRW. Die Bedingungen sind günstig, weil die Förster hier seit je betont nachhaltig vorgehen. Seit 1996 steht das Kerngebiet unter Naturschutz, seit 2004 gehört es zum europäischen Schutzgebietsnetz Natura 2000.

In den vielfältigen Waldgesellschaften konnte manch seltene Spezies überleben, allen voran Wildkatze, Schwarzspecht und Haselhuhn. Diese Vielfalt wird weiter ausgebaut, wenn in den Prozessschutzonen Totholz zerfallen kann – Lebensraum für darauf abonnierte Arten. Noch so eine spannende Entwicklung, die Naturfreunde auf eigene Faust oder unter Führung eines Info-Rangers miterleben können. Auf der Freilichtbühne der Naturerbe-Buchenwälder werden eben viele Stücke parallel gegeben.

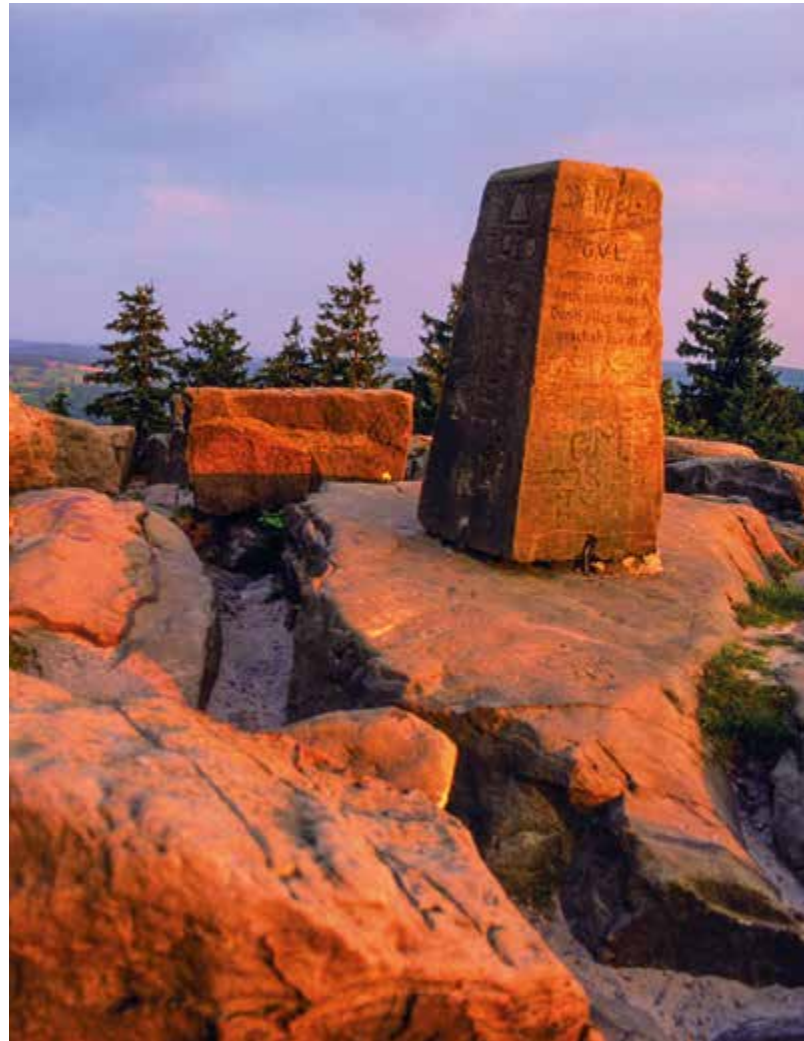
Besonders beeindruckt das ehemalige Benediktinerkloster Marienmünster am Fuß des Hungerbergs. Von hier aus startet eine historische Route zu bedeutenden Barockorgeln. Unübersehbar das im 9. Jahrhundert gegründete Kloster Corvey bei Höxter, das im 30-jährigen Krieg weitgehend zerstört, später aber zu einem vierflügeligen Barockschloss ausgebaut wurde – Sitz einer 70.000 Bände umfassenden Privatbibliothek, die mal Hoffmann von Fallersleben leitete. Das prächtige Westwerk von Corvey, ein Zeugnis karolinischer Architektur aus dem 9. Jahrhundert, wurde 2014 in die Liste des UNESCO-Weltkulturerbes aufgenommen. Und imposant die Anlagen des Klosters Dalheim in einem Seitental der Altenau, das schon im 13. Jahrhundert erwähnt und 2007 zum Landesmuseum für Klosterkultur wurde. Hier, am Westrand des Eggegebirges, wachsen im Klostergarten die kostbarsten Heilpflanzen.

Natur und Gesundheit sind traditionell eng verbunden in einer Region, die über sieben Luftkurorte und je zwei heilklimatische bzw. Kneipp-Kurorte verfügt. Das beginnt mit den salzhaltigen Solen von Bad Salzuflen im Lipper Bergland und setzt sich über Bad Meinberg und Bad Hermannsborn bis nach Bad Driburg fort. Dort ist Wellness durch den im 17. Jahrhundert angelegten Gräflichen Park zur Landschaft geworden: Uralte Solitärbäume und zahlreiche Blumenrabatten zieren die um einen offenen Wildpark erweiterten Rasenflächen. Lange vor den Kurgästen stolzierte hier schon Hölderlin entlang. Der große Dichter hatte eben Geschmack: Eleganter als in unmittelbarer Nähe dreier Mineralquellen und eines Schwefelmoors lassen sich Körper und Geist kaum miteinander versöhnen.

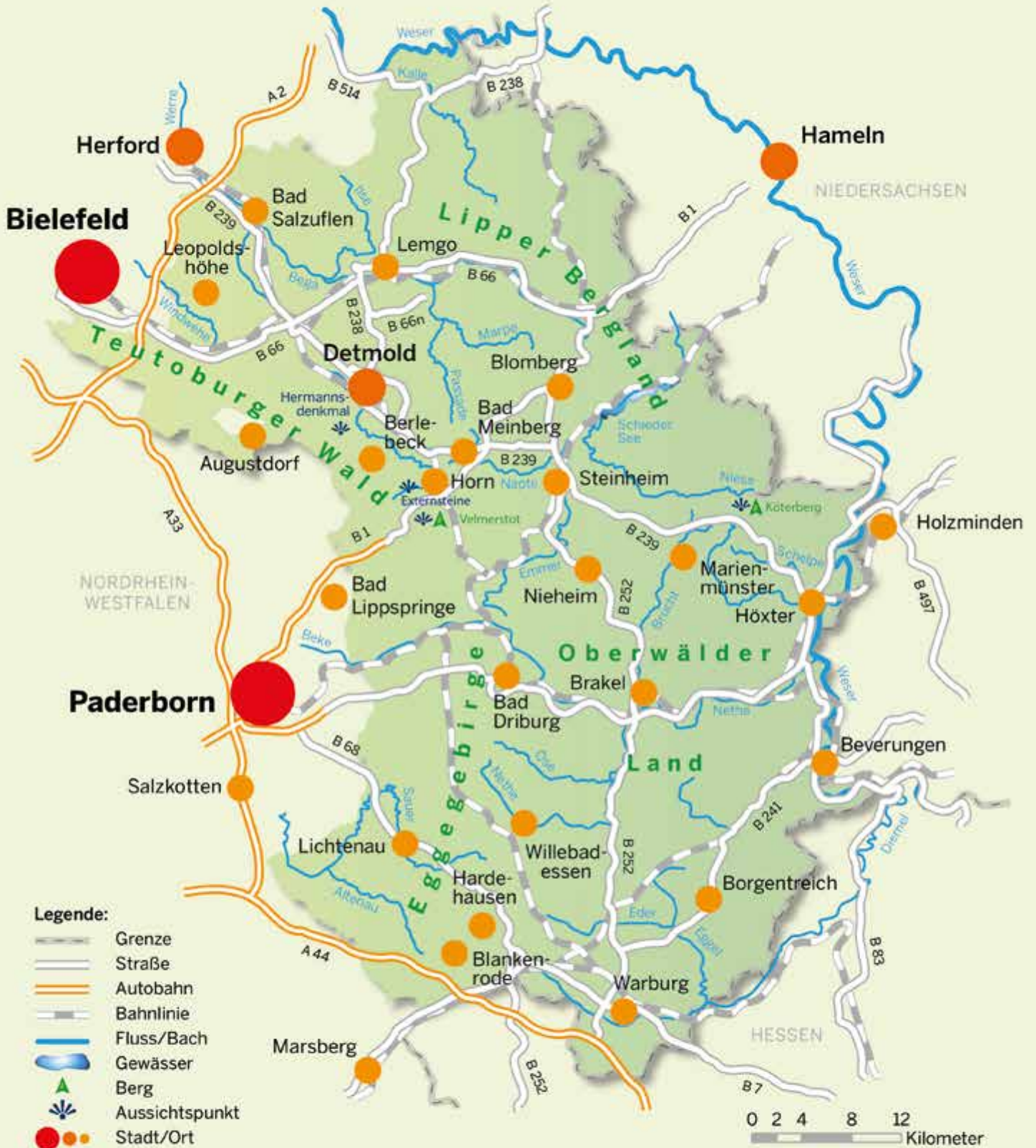
Irgendwo ist also immer etwas zu entdecken und zu genießen, das wird in diesen Tagen durch zeitgemäße Medien gestützt. Wie etwa der kostenlosen Applikation fürs Smartphone, „GPS-Erlebnisregion“, die den Naturparkgast über größtenteils unsichtbare Erlebnispfade navigiert – und dabei mit nachhaltigem Wissen über Natur- und Klimaschutz etc. versorgt. Ein von der UNESCO mehrfach ausgezeichnetes Projekt für moderne Wanderer: loslaufen, staunen und verstehen.

**Schweben über
Fels und Wasser:
der WeserSkyWalk**

Der Velmerstot, Doppelgipfel des Eggegebirges



Naturpark Teutoburger Wald/Eggegebirge



Naturpark-Informationen
www.naturpark-teutoburgerwald.de



GPS Erlebnisregion Naturpark
Teutoburger Wald/Eggegebirge
www.interaktive-erlebnispfade.de



Touristische Informationen
www.teutoburgerwald.de

Aktiv sein

Aussichten

Herrliche Ausblicke lassen sich von den Sehenswürdigkeiten des Naturparks genießen, wie dem **Hermannsdenkmal** (www.hermannsdenkmal.de) bei Detmold oder vom **Eggeturm** des Preußischen (464 m) und der Kuppe des **Lippischen Velmerstot** (441 m) bei Horn-Bad Meinberg. Eine schöne Sicht hat man vom **Köterberg** (495 m), dem höchsten Berg im Weserbergland.

Wandern

Die **Hermannshöhen** gehören zu den Top Trails of Germany (www.hermannshoehen.de). Der **Hermannsweg** (156 km) verläuft von der Münsterländer Parklandschaft in Rheine über den Kamm des Teutoburger Waldes durch zwei Naturparke nach Horn-Bad Meinberg und endet auf der Kuppe des Lippischen Velmerstot. Der **Eggeweg** (70 km), ausgezeichnet als „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“, durchquert das Eggegebirge von Nord nach Süd.

Zwei Themenrouten sind jeweils einem speziellen Motto gewidmet. **Natur-ZeitReise** sind Naturparktrails. Jeder Trail zeigt den Wanderern den Wandel der Zeiten in den Landschaften. „Zeitfenster“ gewähren Einblicke in die Landschaftsgeschichte und „Zeitzeugen“ weisen auf besondere Ereignisse hin. Entlang der fünf **KlimaErlebnisRouten** werden die faszinierenden Wechselwirkungen von Klima, Natur und menschlicher Gesundheit gezeigt. Die Infos zu den Routen findet man auf der Naturpark-Webseite.

Radfahren

Internationale Rad-Fernwege wie der Europaweg R1 und überregionale Radrouten kreuzen sich im Naturpark. Die **Paderborner Landroute** durchquert auf 250 Kilometern die Senne-landschaft und die grünen Wälder des Eggegebirges. Die **Römer-Lippe-Route** (295 km) führt vom Hermannsdenkmal in Detmold entlang der Lippe zu den Quellen der Lippe und weiter bis nach Xanten.

Die **BahnRadRoute Teuto-Senne** verläuft entlang zweier Bahnstrecken von Osnabrück über Bielefeld nach Paderborn.

Kultur erleben

Die ehemalige **Reichsabtei Corvey** bei Höxter, UNESCO-Weltkulturerbe, ist das Herzstück der Klosterregion. Eindrucksvoll im Schloss sind das im 9. Jahrhundert erbaute Westwerk, ein bedeutendes Baudenkmal Deutschlands und die etwa 74.000 Bände umfassende Fürstliche Bibliothek, der einst der Dichter Hoffmann von Fallersleben vorstand (www.schloss-corvey.de). Weitere Höhepunkte der Klosterregion sind die barocke Klosteranlage der **Abtei Marienmünster** (www.kultur-stiftung-marienmuenster) und das **Kloster Dalheim** bei Lichtenau im Kreis Paderborn, heute eine Stiftung und **LWL Landesmuseum für Klosterkultur** (www.lwl.org/lwl/kultur/kloster-dalheim). Einmalig ist auch die Gartenbaukultur, z. B. die Kurparks der Heilbäder, der **Gräfliche Park Bad Driburg** oder der **Schlosspark Wendlinghausen**.

Das **LWL-Freilichtmuseum Detmold**, das größte seiner Art in Deutschland, zeigt ein halbes Jahrtausend ländliches Leben in den Landschaften Westfalens (www.lwl-freilichtmuseum-detmold.org). Im **Deutschen Automatenmuseum** auf Schloss Benkenhausen kann man die Privatsammlung der Familie Gauselmann mit 1.800 historischen Münzautomaten (www.deutsches-automatenmuseum.de) besichtigen. Das **Heinz Nixdorf museumsForum**, weltgrößtes Computermuseum in Paderborn, zeigt die Geschichte der Informations- und Kommunikationstechnik, angefangen von der Entstehung der Schrift vor 5.000 Jahren (www.hnf.de). Für Feinschmecker gibt es nicht nur etwas zu Sehen im **Westfalen Culinarium** in Nieheim. Auf einer Straße dreht sich in vier Museen alles um die kulinarischen Vielfalt Nordrhein-Westfalens, von Bier über Käse und westfälischen Schinken hin zum Pumpnickel (www.westfalen-culinarium.de).

Umweltbildung

Die **GPS-Erlebnisregion** im Naturpark Teutoburger Wald/Eggegebirge ist ein innovatives Projekt im Bereich der Umweltbildung und des Naturtourismus. Auf unsichtbaren Pfaden lassen sich interessante Facetten der Natur und Kultur im Naturpark entdecken und erleben. Die Orientierung auf den Wegen erfolgt mit Mobiltelefonen unter Nutzung des GPS. An den Stationen erhalten die Nutzer dazu interaktive Informationen, z. B. in Form von Hörgeschichten, Texten, Bildern und Videos.

Die **Naturpark-Schule** sensibilisiert in Kooperation mit Partnerschulen junge Menschen für natur- und kultur-nahe Themen ihrer Heimat. Angeboten werden Exkursionen und Projekt-tage unter Mitwirkung von Experten wie Förster und Naturschützer. Die Naturpark-Schule ist Teil des Projekts „Netzwerk Naturparkschule des Verbandes Deutscher Naturparke (VDN)“, das von der Deutschen UNESCO-Kommission als offizielles Projekt der Dekade „Bildung für nachhaltige Entwicklung“ ausgezeichnet wurde.

Adressen

Naturpark Teutoburger Wald/Eggegebirge
Grotenburg 52, 32760 Detmold
Tel. 05231 627961
info@naturpark-teutoburgerwald.de
www.naturpark-teutoburgerwald.de

Touristische Informationen
Teutoburger Wald Tourismus
Tel. 0521 96733-25
www.teutoburgerwald.de

Kulturland Kreis Höxter
c/o Gesellschaft für Wirtschaftsförderung
im Kreis Höxter mbh
Tel. 05271 9743-20
www.kreis-hoexter.de/tourismus-kultur

Touristikzentrale Paderborner Land e. V.
Tel. 02951 970300
www.paderborner-land.de

Lippe Tourismus & Marketing AG
Tel. 05231 62-1160
www.land-des-hermann.de