

Rund-Wanderung der **Sektion Paderborn des DAV**

Altenbeken – Bad Driburg

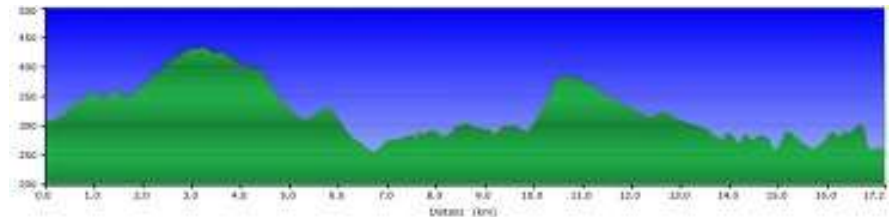
Ausgearbeitet und organisiert von Bernward Kirchhoff

Strecke: 17,7 km

Gehzeit: 3,41 Std.

Pausenzeit: 0:52 Std.

Höhenmeter: 454 Hm





Treffpunkt: Parkplatz an der Sageborn-Quelle, Altenbeken

Knapp 20 Wanderer/Wanderinnen wurden in zwei 10er-Gruppen aufgeteilt.
Zwei Wanderführer: Peter Fuest / Bernward Kirchhoff



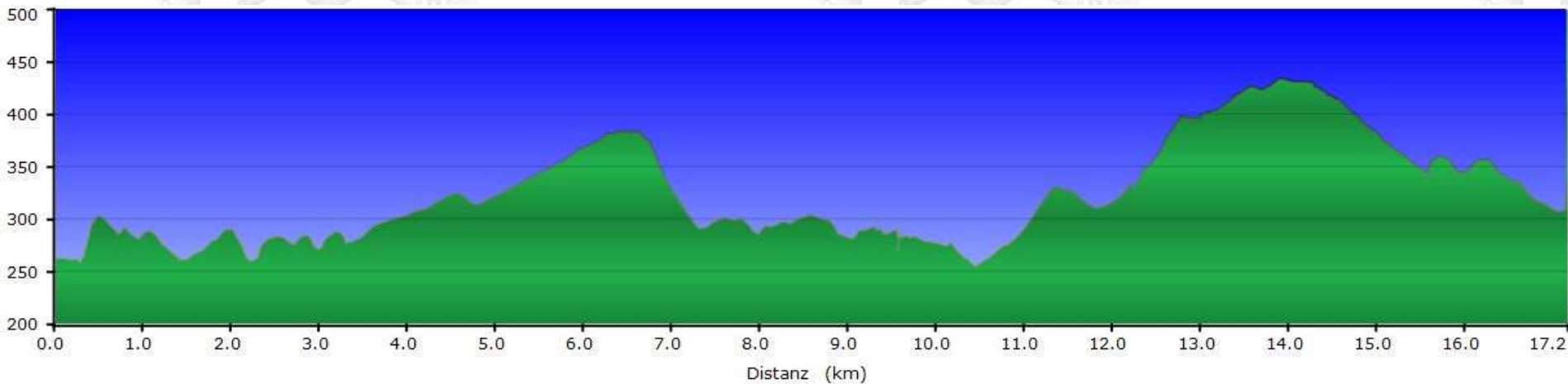
Das Profil – Wanderstrecke rechts rum



Wegbeschreibung (Gruppe Peter Fuest):

Parkplatz Sageborn-Quelle, Altenbeken – Richtung Köhlerberg – Scholandstein –
Eggeweg – Knochenhütte – Dörensiekgraben (Verbindungsweg zum Sachsenring) –
Sachsenring – Marienkapelle (Mittagspause) – Eggeweg – Abgang nach Altenbeken –
Viaduktweg – Hossengrund – Driburger Grund – Bollerborn-Quelle – Parkplatz
Sageborn-Quelle

Das Profil – Wanderstrecke links rum



Wegbeschreibung (Gruppe Bernward Kirchhoff):

Parkplatz Sageborn-Quelle, Altenbeken –

– Bollerborn-Quelle – Driburger Grund – Hossengrund – Viaduktweg – Aufstieg zum Eggeweg – Sachsenring - Marienkapelle (Mittagspause) – Sachsenring – Dörensiekgaben (Verbindungsweg zum Eggeweg) – Knochenhütte – Scholandstein - Köhlerberg – Parkplatz Sageborn-Quelle

Es geht (mit Abstand) in Richtung Köhlerberg



Wandern mit Abstand



100 JAHRE
DAV
1920 - 2020
Paderborn



03.07.2020
1920 - 2020
Paderborn

Reinhard Kockmann, DAV-Sektion Paderborn

Sicht in Richtung Paderborner Hochebene



Am „Scholandstein“ ist der Eggeweg erreicht





100 JAHRE
DAV

1920 - 2020

Paderborn

03.07.2020

Reinhard Kockmann, DAV-Sektion Paderborn

Der Wald der Egge ist stark in Mitleidenschaft gezogen



Die Waldwege sind teilweise stark zerstört



An der Knochenhütte am Eggeweg (kurze Trinkpause)



Auf dem Verbindungsweg zum Sachsenring



Mittagspause an der Marienkapelle (bei Bad Driburg)



Blick auf Bad Driburg (vom Sachsenring aus)



Hinweise auf einer Infotafel am Wanderweg



WANDERN SIE ENTSPANNT

Beim Wandern können Sie ganz tief in sich gehen und mit jedem Schritt und Atemzug den Stress von sich abfallen lassen. Durch die Natur zu wandern, kann zu einem sehr mentalen und friedlichen Erlebnis werden.

So vereint Wandern den sportlichen Effekt mit dem ganzheitlichen Aspekt der Entspannung und des Stressabbaus. Nicht nur die sportliche Tätigkeit wirkt sich positiv auf Ihren Körper aus, auch der Entspannungszustand stärkt den Geist. Sie tanken Kraft und beugen auch (Herz-)Erkrankungen vor.

Durch die körperliche Bewegung wird Adrenalin abgebaut, Stresshormone verflüchtigen sich. Wandern ist daher auch für Menschen gut, die sich schnell unter Druck fühlen. Zugleich werden durch die Eindrücke der Natur, wie die Farben und das Licht, die auch als Glückshormone bezeichneten Endorphine ausgeschüttet. Wandern hilft also sehr gut gegen schlechte Stimmung.

WANDERN BRINGT DAS GEHIRN IN SCHWUNG

DIE WACHSENDEN HERAUSFORDERUNGEN DES ALLTAGS ÜBERFORDERN VIELE MENSCHEN UND VERLANGEN NACH NEUEN HANDLUNGSGRUNDSÄTZEN. DAS GEHIRN IST DER MOTOR DER GEDANKEN. SEIN BENZIN IST SAUERSTOFF. WER SICH BEWEGT, PUMPT BIS ZU 100 PROZENT MEHR DAVON INS GEHIRN, ALS JEMAND, DER ZU HAUSE AM SCHREIBTISCH SITZT UND NACHDENKT.

DRAUSSEN IN DER NATUR IST DESHALB DIE SUCHE NACH EINER KREATIVEN LÖSUNG FÜR EIN HARTNÄCKIGES PROBLEM WESENTLICH ERFOLGVERSPRECHENDER. AUF EINER LEICHTEN WANDERUNG SPRÜDELN DIE IDEEN VIEL BESSER. DIE VERBINDUNG VON BEWEGUNG, DENKEN UND ERLEBEN ÖFFNET UNGEKANNTEN ZUGÄNGE ZU NEUEN WEGEN.

WANDERN HILFT, ENTSCHEIDUNGEN ZU TREFFEN

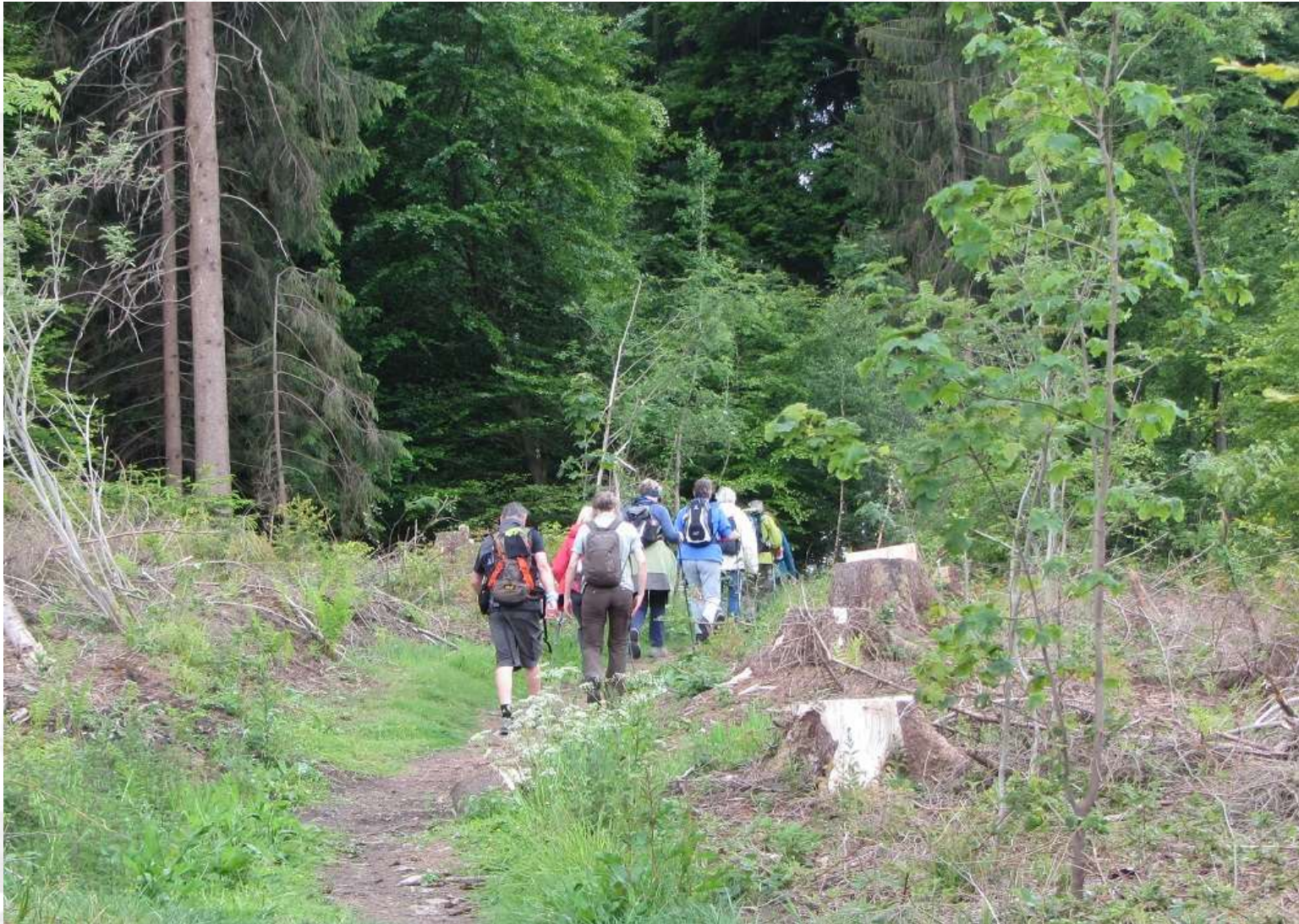
Wandern kann ein hilfreicher Begleiter in schwierigen Lebenslagen sein. Bei einer beruflichen oder privaten Neuorientierung lohnt es sich, auf das besonders effektive Nachdenken während des Gehens zu setzen. Fassen Sie wertvolle Gedanken für Ihren weiteren Lebensweg.

Wieder auf dem Eggeveg angekommen



Kurz geht es auf den Viaduktweg





Im Hossengrund (am Ortsrand von Altenbeken)



Infotafeln am Wasserwerk Hossengrund

Landesforstverwaltung



Wenn Sie Fragen haben zum Thema
"WALD UND WASSER"
wenden Sie sich bitte an das

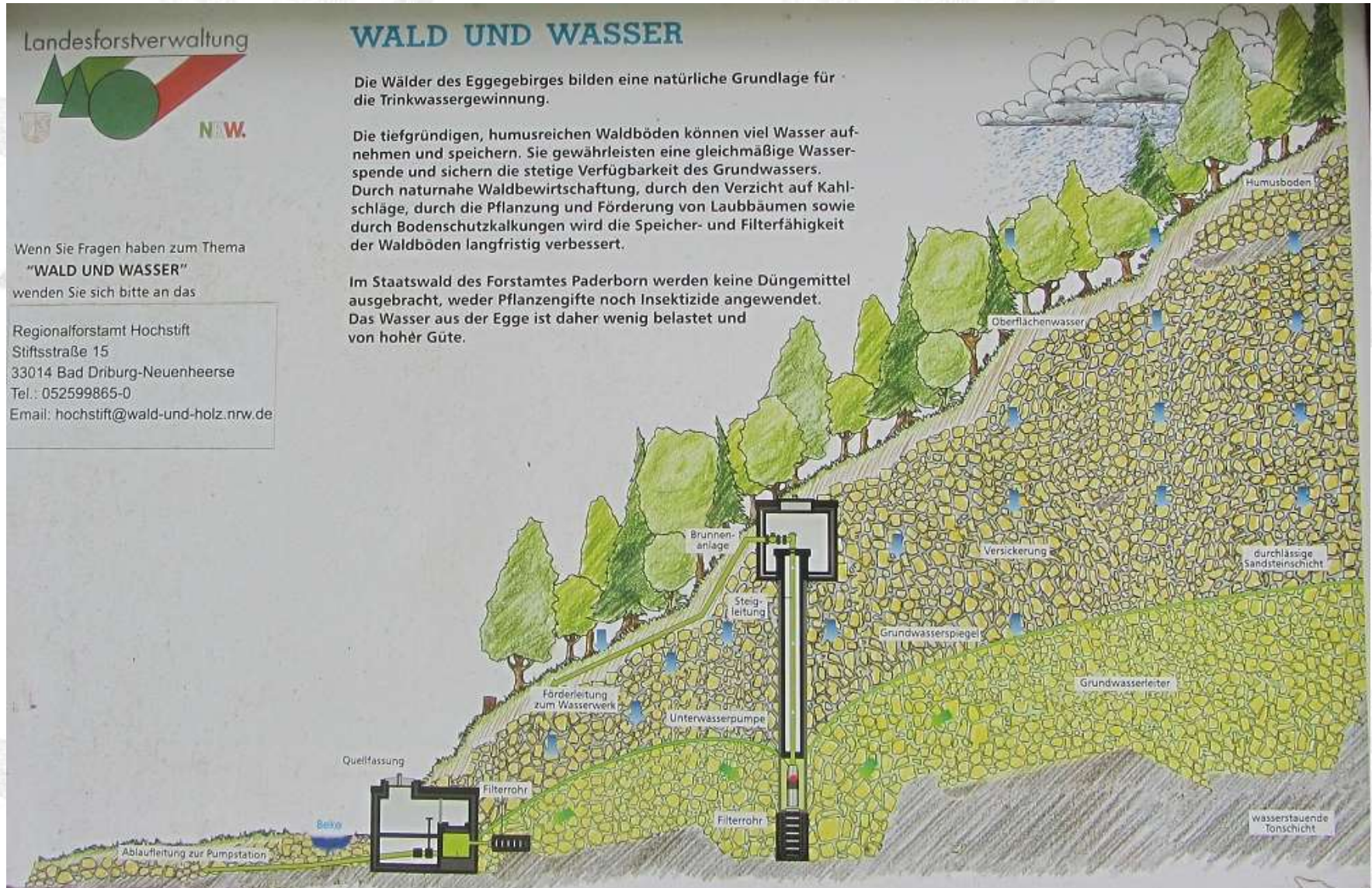
Regionalforstamt Hochstift
Stiftsstraße 15
33014 Bad Driburg-Neuenheerse
Tel.: 052599865-0
Email: hochstift@wald-und-holz.nrw.de

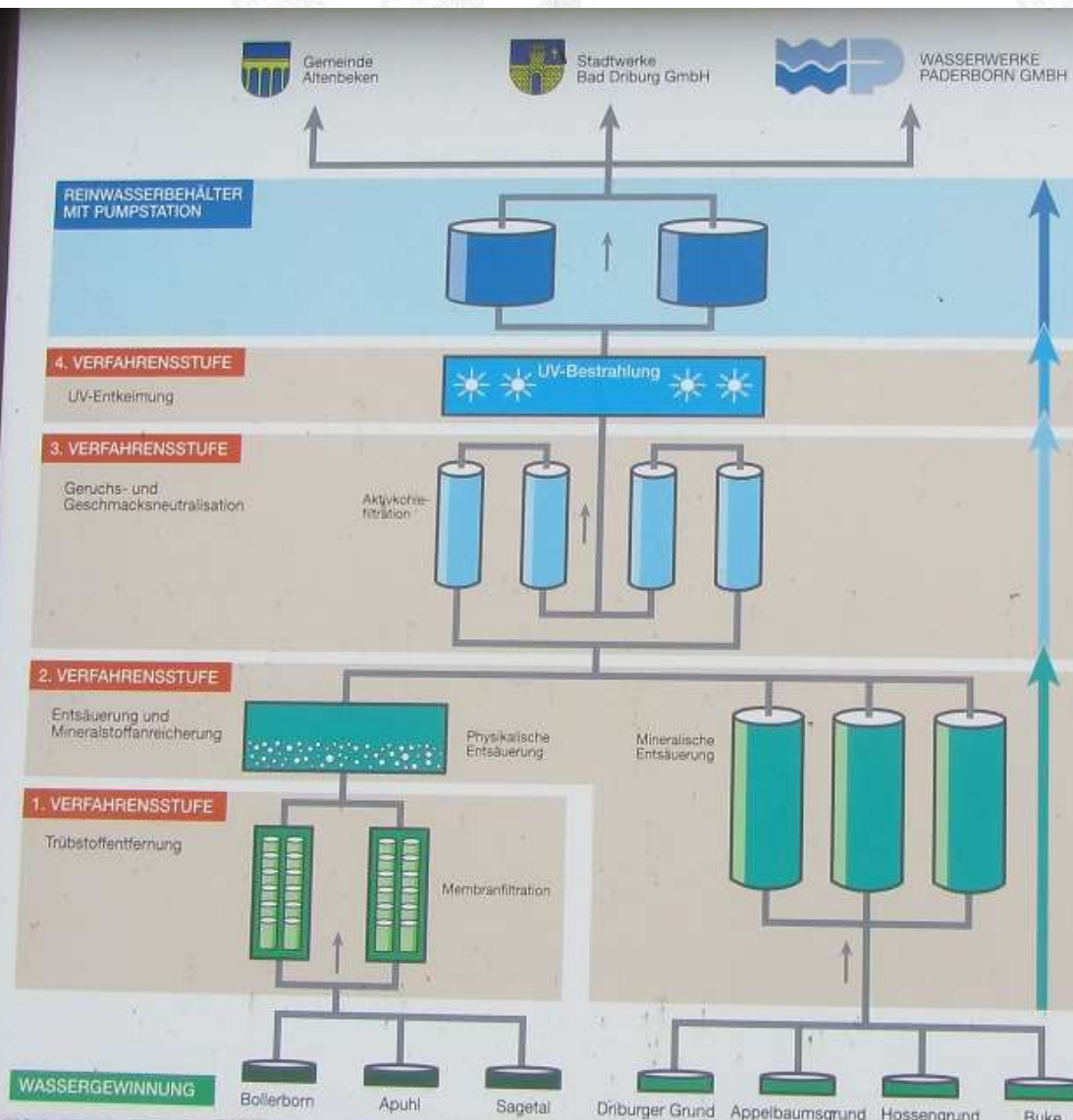
WALD UND WASSER

Die Wälder des Eggegebirges bilden eine natürliche Grundlage für die Trinkwassergewinnung.

Die tiefgründigen, humusreichen Waldböden können viel Wasser aufnehmen und speichern. Sie gewährleisten eine gleichmäßige Wasserspende und sichern die stetige Verfügbarkeit des Grundwassers. Durch naturnahe Waldbewirtschaftung, durch den Verzicht auf Kahlschläge, durch die Pflanzung und Förderung von Laubbäumen sowie durch Bodenschutzkalkungen wird die Speicher- und Filterfähigkeit der Waldböden langfristig verbessert.

Im Staatswald des Forstamtes Paderborn werden keine Düngemittel ausgebracht, weder Pflanzengifte noch Insektizide angewendet. Das Wasser aus der Egge ist daher wenig belastet und von hoher Güte.





Egge-Wasserwerke

Die drei oben genannten Gesellschafter betreiben im Wasserwerk Hossengrund in den Wäldern des Eggegebirges eine Quelle und mehrere Brunnenanlagen. Das Wasser wird bis zu diesem Wasserwerk gefördert. Dort wird es zu Trinkwasser aufbereitet und anschließend durch unterirdische Rohrleitungen an bis zu 30.000 Einwohner geleitet.

Trinkwasser ist ein gesundes und günstiges Lebensmittel das besonders gut kontrolliert und hergestellt wird.

Wasserwerke Paderborn GmbH
Ruhlandweg 80
33102 Paderborn

Tele: 052 51 / 14 87-0
E-Mail: info@wasserwerke-paderborn.de



Aktivkohlefiltration



Membranfiltration

EGGE-WASSERWERKE GMBH



Gemeinde
Altenbeken



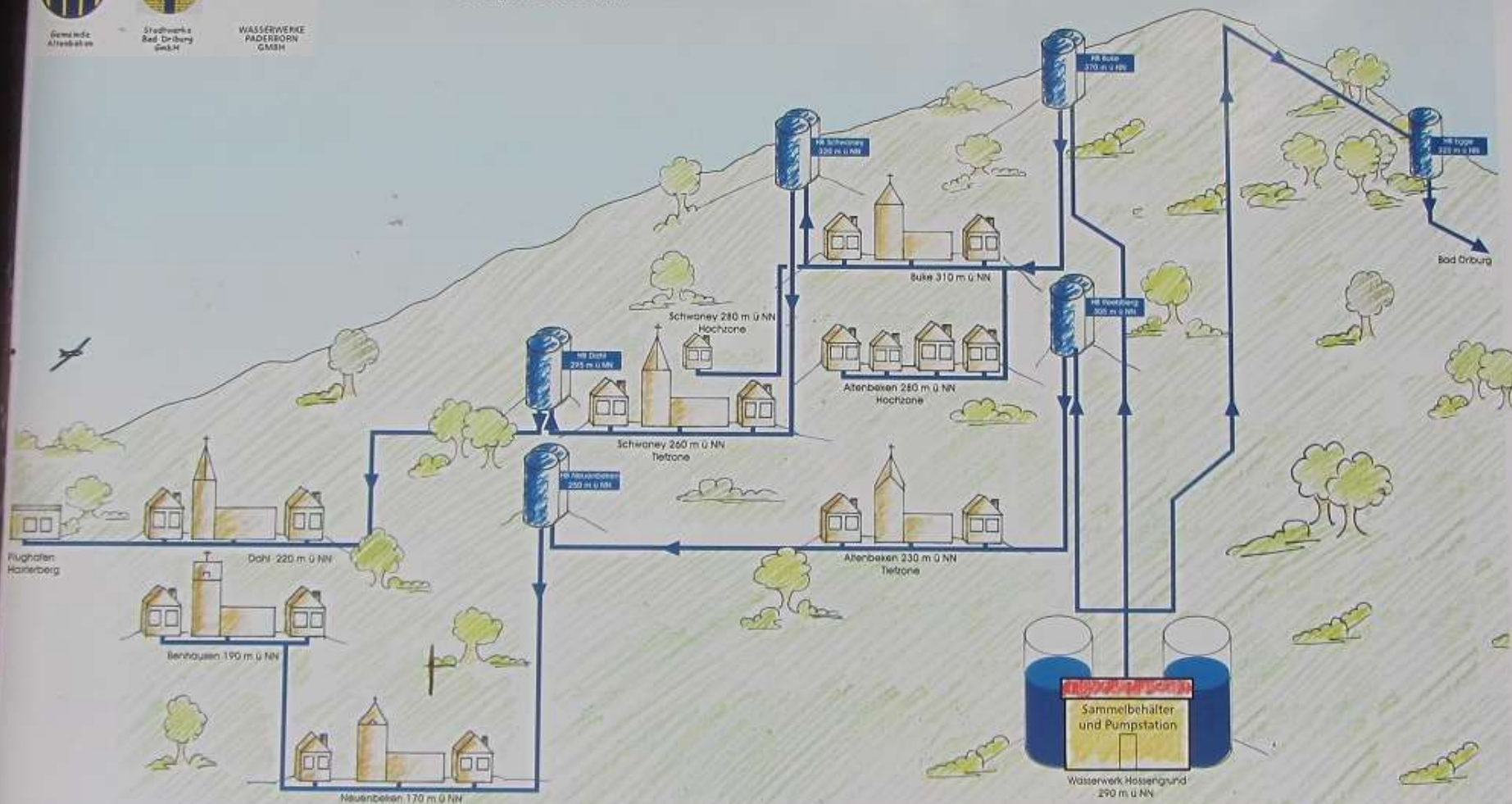
Stadtwerke
Bad Driburg
GmbH



WASSERWERKE
PADERBORN
GMBH

WASSERFÖRDERUNG- UND VERTEILUNG

Vom Wasserwerk Hossengrund wird das Trinkwasser von einer Pumpstation durch unterirdische Transportleitungen in die Hochbehälter der Gesellschafter gefördert. Von dort läuft es mit natürlichem Druckgefälle in die Trinkwassernetze der versorgten Ortschaften.



Weitere Informationen im Internet unter
www.wasserwerke-paderborn.de

Am Wanderparkplatz Driburger Grund angekommen



Trinkpause im Driburger Grund



Trinkpause mit Abstand

Corona-Party ohne Abstand??
Einige Mitglieder der „Spass-
Gesellschaft“ haben die
Lockerungen wohl falsch
verstanden!



An der Bollerborn-Quelle in Altenbeken



Die zweite Gruppe an der Knochenhütte



Am Parkplatz wartet die zweite Gruppe schon



Wandern..

**** Wandern in Zeiten des CORONA-Virus ****

Haltet euch fit mit Wanderungen zu zweit oder in einer kleinen Gruppe in der DAV-Wander-Abteilung.

Eine große Auswahl an Wanderungen bietet die Seite [“DAV-Wanderungen”](#) mit Bildern und Daten der Tageswanderungen, die wir in den vergangenen Jahren gemacht haben.

Wichtig dabei ist, dass ihr euch an die allgemeinen Hygiene- und Abstands-Regeln haltet, die in dieser CORONA-Krise erlassen worden sind.

Bleibt gesund!