



SAUERLÄNDISCHER GEBIRGSVEREIN
Abteilung Castrop-Rauxel e.V.



Wander- verführung 2. Halbjahr 2023

Grillfest Schellenberg
siehe Seite 12

www.sgv-castrop-rauxel.de Auf dem Weg von Selbecke im November 2022



**Schillerstraße 33
44575 Castrop-Rauxel
Telefon 02305 / 24923**



**SAUERLÄNDISCHER GEBIRGSVEREIN
Abteilung Castrop-Rauxel e.V.**

Geleitwort

Liebe Wanderfreundinnen und liebe Wanderfreunde,

dieses Mal habe ich mir zum Schreiben des Geleitworts zum neuen Wanderheft das Osterwochenende ausgesucht. Beide Osterfeiertage sind ja eigentlich den Familien vorbehalten, aber das schöne Wetter lädt eher zum Wandern ein – endlich Sonne und »richtig Frühling«. Auch die beiden großen Kirchen senden frohe Botschaften, die angesichts gefühlt zahlloser großer Krisen in der Welt Hoffnung und Zuversicht vermitteln sollen. Da sieht die ganze Welt doch viel freundlicher aus! Jetzt – zur Jahresmitte – könnt Ihr das neue Programm in Euren Händen halten. Wieder haben die Wanderwarte aus den Vorschlägen der Wanderführer*innen ein buntes und vielfältiges Wanderprogramm zusammengestellt, das Lust macht, auf Wanderschaft zu gehen. After-Work an vielen Montagen, Nordic-Walking, wie immer dienstags, Wanderungen durch die Haard, den Wagenbruch und das Langeloh. Weiterhin stehen die Wupper, Halden-Hopping, die Waldroute im Sauerland und eine Etappe des Dortmunder Rundwegs auf dem Programm, und – last not least – das Wiehengebirge. Dort wartet der »Alte Kaiser« auf die Einkehr der Wandergruppe. Nun schnürt eifrig die Wanderstiefel und macht mit! Über kurzfristige aktuelle Änderungen informieren wir Euch auf unserer Homepage: sgv-castrop-rauxel.de.

Herzliche Grüße und Frischtauf!

Claus Quentin

Vereinsanschrift:

1. Vorsitzender der SGV-Abt. Castrop-Rauxel e.V.
Claus Quentin, Delftstraße 50
44577 Castrop-Rauxel, Tel. 0157-82216763
E-Mail: claus@sgv-castrop-rauxel.de

Auskünfte erteilen auch die Wanderwarte und Wanderführer



*Herzlich
Willkommen!*

Bahnhofstraße 291
44579 Castrop-Rauxel

Tel.: 02305 6957959
Mail: das-cafe-castrop-rauxel@web.de
www.das-cafe-castrop-rauxel.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 9.30 Uhr bis 18.00 Uhr
Samstag Ruhetag
Sonntag 9.30 Uhr bis 17.30 Uhr

Andere Öffnungszeiten für besondere
Anlässe auf Anfrage

Inhalt

Seite

Geleitwort	3
Inhaltsverzeichnis	5
Vorstand und WanderführerInnen – E-Mail-Adressen	6
Schwierigkeitsgrade / Abkürzungen	8
Termine Vorstand und Wanderführer/innen	10
Vorankündigung	10
Nordic Walking.....	11
Kegeln im Brauhaus Rüttershoff	11
Termine mit Anmeldung	12

Wanderungen im

Juli	22
August	35
September	39
Oktober	45
November	47
Dezember	50
Wichtige überörtliche Adressen	58
Mitgliedschaft, Beiträge	59

Impressum:

Herausgeber:
Sauerländischer Gebirgsverein, Abteilung Castrop-Rauxel e.V.
Delftstraße 50, 44577 Castrop-Rauxel
www.sgv-castrop-rauxel.de, E-Mail: info@sgv-castrop-rauxel.de
Redaktion, Ansprechpartner, Anzeigen:
Claus Quentin, Tel. 0157-82216763
www.sgv-castrop-rauxel.de, E-Mail: claus@sgv-castrop-rauxel.de

Der Vorstand

1. Vorsitzender: Claus Quentin 0157-82216763
Delftstraße 50, 44577 Castrop-Rauxel
claus@sgv-castrop-rauxel.de

2. Vorsitzender: Manfred Pietschmann 02305-14964
manfred@sgv-castrop-rauxel.de 0151-53562041

1. Kassenwartin: Sabine Laukel 0231-693470
sabine@sgv-castrop-rauxel.de 0179-9347

2. Kassenwartin:
Renate Ludwig-Schmiemann 0176-66658824
renate@sgv-castrop-rauxel.de

1. Wanderwart: Ewald Hoffmann 0176-53012215
ewald@sgv-castrop-rauxel.de

2. Wanderwart: Martin Krane 02305-3099253
martin@sgv-castrop-rauxel.de

Öffentlichkeitsarbeit

1. Pressewart: –
Vertreterin: Annegret Petersen

Protokollführung: Annegret Petersen 02305-31427
annegret@sgv-castrop-rauxel.de 0177-1675081

Vertreter: –

Senioren-Betreuung: Gerd Berner 0179-9710725
gerd@sgv-castrop-rauxel.de

Beisitzerin: Ulrike Arends 02305-638846
ulli@sgv-castrop-rauxel.de 0171-1002883

Beisitzerin: Rosetta La Pillo 0179-3471139
rosetta@sgv-castrop-rauxel.de

Beisitzer: Bernd Rottmann 02305-85736
bernd@sgv-castrop-rauxel.de

Unsere Wanderführer(innen)

Arends, Ulrike 02305-638846
ulli@sgv-castrop-rauxel.de 0171-1002883

Finke, Wolfgang 02305-31202
wolfgang@sgv-castrop-rauxel.de

Gil, Dietlind 02367-1209
dietlind@sgv-castrop-rauxel.de 0151-56963576

Heßler, Ludger 0170-2627112
ludger@sgv-castrop-rauxel.de

Hoffmann, Ewald 0176-53012215
ewald@sgv-castrop-rauxel.de

Krane, Martin 02305-3099253
martin@sgv-castrop-rauxel.de

Krause, Petra 02305-24915
petra@sgv-castrop-rauxel.de 0179-2634184

Laukel, Sabine 0231-693470
sabine@sgv-castrop-rauxel.de 0179-9347018

Lehwald, Anne 02305-3099672
anne@sgv-castrop-rauxel.de

Mecklenbrauck, Dagmar und Herbert 0157-74375158
herbert@sgv-castrop-rauxel.de

Meyer, Birgit 0231-86420488
birgit@sgv-castrop-rauxel.de

Petersen, Annegret 02305-31427
annegret@sgv-castrop-rauxel.de

Pietschmann, Manfred 02305-14964
manfred@sgv-castrop-rauxel.de 0151-53562041

Pörsch, Jörg 0177-1900767
joerg@sgv-castrop-rauxel.de

Snuverink, Susanne 0176-52880413
susanne@sgv-castrop-rauxel.de

Stepniak, Monika 0152-04977851
monika@sgv-castrop-rauxel.de

Traditionelles Backhandwerk

seit 1919

**Täglich frisch gebackene
Backwaren, saftige Kuchen
und köstliche Torten aus
eigener Produktion in
unseren Cafés**

- in Henrichenburg

- am Münsterplatz

- am Ickerner Markt



Ihr Bäckermeister Alexander Auffenberg

www.auffenberg.de



Schwierigkeitsgrade / Abkürzungen

Kategorie Beschreibung

- leicht → wenige leichte, nicht steile Anstiege bis max. 200 m Steigungssumme
- normal → leichte und schwierige Anstiege bis max. 400 m Steigungssumme
- mittel → mehrere schwierige Anstiege bis max. 600 m Steigungssumme
- schwer → mehrere schwierige Anstiege mit mehr als 600 m Steigungssumme

Dazu kommt die Länge der Wanderung, die z.B. bei heißem Wetter eine Rolle spielen kann.

Abkürzungen:

Wf. → Wanderführer/in

Pst. → Preisstufe des VRR bzw. der DB

Die Einschätzung der Schwierigkeitsgrade nehmen die Wanderführer/innen vor. Die Wanderführer/innen behalten sich vor, die Veranstaltung auch kurzfristig auf Grund der Wetterlage oder Krankheit abzusagen.

Bei Unklarheiten bitte anrufen!

Preisstufe des VRR bzw. der DB

Notwendige Ausrüstung zum Wandern:

Wanderschuhe mit Profilsohle, Rucksack (nicht Umhängetasche), Proviant (belegte Brote, Obst, Wasser bzw. Schorle 1-1,5 l, Regenschutz (Schirm), Pullover, evtl. Ersatz-T-Shirt.

Notwendige Ausrüstung zum Fahrradfahren:

Verkehrssicheres Fahrrad, Fahrradhelm, Luftpumpe, Werkzeug, Reparaturset, festes Schuhwerk, Rucksack oder spezielle Fahrradpacktasche, Proviant (siehe Ausrüstung zum Wandern) und je nach Wetterlage geeignete Kleidung.

Bitte beachten:

Spätestens 15 Minuten vor der Abfahrt der Busse oder der Bahn sind alle Teilnehmer am vereinbarten Treff, notwendig für den jeweils passenden Kauf der Tickets.

Termine des Vorstandes und der Wanderführer/innen

Montag, 18. September

Vorstandssitzung

18.00 Uhr Brauhaus Rüttershoff,
Lt. Claus Quentin, claus@sgv-castrop-rauxel.de,
0157-82216763

Montag, 9. Oktober

Wanderführerbesprechung für die 1. Jahreshälfte 2024

Frist für die Einreichung der Wandervorschläge:
1.09.2023 bis 15.09.2023!
18.00 Uhr Brauhaus Rüttershoff,
Lt. Ewald Hoffmann,
ewald@sgv-castrop-rauxel.de, 0176-53012215

Montag, 18. März

Jahreshauptversammlung 2024

19.00 Uhr Brauhaus Rüttershoff,
Lt. Claus Quentin, claus@sgv-castrop-rauxel.de,
0157-82216763

Vorankündigung Wanderurlaub in Südtirol 2024

Für das Jahr 2024 ist wieder ein Wanderurlaub in Südtirol geplant. Dabei sind Trittsicherheit und bei einigen Passagen eine gewisse Schwindelfreiheit notwendig. Die Anreise erfolgt mit der Bahn.

Dieses Mal wollen wir im Juni (vor den Sommerferien) fahren, damit wir die blühenden Bergwiesen genießen können.

Genauere Angaben können leider erst ab August/September geliefert werden. Bei Interesse schaut bitte auf der Homepage nach. Dort findet ihr dann auch Angaben zur Anmeldung. *Wf. Sabine Laukel*

Nordic Walking Fitness aufbauen in netter Gesellschaft

Treffpunkt:

Wanderparkplatz am
Hundeplatz an der B235,
gegenüber der
Marsstraße,
Castrop-Rauxel

Wann:

Wöchentlich. Während der Sommerzeit starten wir um 16.00 Uhr, sonst um 15.15 Uhr.

Dauer der Nordic Walking-Runden:

ca. 90 Minuten

Info: Annegret Kirschner, 02305-81025

Wer macht es?

**Wer möchte Nachfolgerin oder
Nachfolger von Annegret werden?**



Kegeln im Brauhaus Rüttershoff

Montag, 6. November und
Montag, 4. Dezember

jeweils von 18:00 bis 20:00 Uhr

Wir wollen die Winterzeit nutzen, um uns in gemütlicher Runde zu treffen.

Besonderes Können nicht erforderlich, alle sind herzlich eingeladen. Bitte Turnschuhe mitbringen. Kosten: 3 Euro p. P.

Info: Annegret Petersen, 02305-31427

Termine mit Anmeldung:

SGV-Grillfest

wo: im Kleingarten Schellenberg (Heinrichstr. 2 bei Goldschmieding

wann: **am 27. Oktober ab 18.00 Uhr**

Gemeinsam wollen wir einen schönen und fröhlichen Grillabend verbringen. Vegetarische und vegane Wünsche werden ebenfalls erfüllt!

Mitglieder zahlen 12 €, Gäste 28 €.

Die Getränke zahlt jeder selbst.

Anmeldung bis spätestens 23. September mit Zahlung des Betrages bei allen Wanderführer*innen oder Rosetta La Pillo.

Eine Anmeldung nach dieser Frist ist aus organisatorischen Gründen nicht möglich.

Sonntag, 3. September

Bezirkswanderung

der Abteilung Recklinghausen Seite 41

Sonntag, 24. September

HaldenHopping Halde Hoppenbruch

Besuch des Trainingsbergwerk Recklinghausen Seite 43

Sonntag, 5. November

Bezirkswanderung

der Abteilung Gelsenkirchen Seite 49

Samstag, 9. Dezember

Glühweinwanderung Seite 53

Für folgende Einkehren müssen wir uns, aus organisatorischen Gründen, in der Gastronomie vorab anmelden. Im Reiterhof Merklinde ist es möglich mit 20 Personen einzukehren. Nur diejenigen, die sich bis zum Vorabend angemeldet haben, können sicher sein, dass sie dort mit einkehren können. Eine Beschränkung für die eigentliche Wanderung gibt es nicht.

Freitag 4. August

Wanderung zum Reiterhof Merklinde

Einkehr im Reiterhof Merklinde Seite 37

Mittwoch, 23. August

Wir wandern nach Merklinde

Einkehr im Reiterhof Merklinde Seite 38

Sonntag, 10. September

Über Wagenbruch und Golfplatz nach Schwerin

Einkehr im Haus »Oe« Seite 41

Mittwoch, 20. September

Zum Reiterhof Merklinde

Einkehr im Reiterhof Merklinde Seite 43

Freitag 10. November

Wanderung zum Reiterhof Merklinde

Einkehr im Reiterhof Merklinde Seite 49

Mittwoch, 29. November

Wir wandern nach Merklinde

Einkehr im Reiterhof Merklinde Seite 50

Orthopädie-Schuhtechnik Stefan Kowalski



Meisterbetrieb

Münsterstraße 1
44575 Castrop-Rauxel

Telefon 02305-22026
Fax 02305-22026

- Wanderschuhreparaturen
- Schuhreparaturen
- Schuhzurichtungen aller Art
- Orthopädische Maßschuhe
- Diabetikerschuhe nach Maß
- Sporteinlagen
- Einlagen nach Maß



13 Bäche bis Selbecke im März 2023



intense activities
PHYSIOTHERAPIE
&
EMS Training + Therapie
in Castrop-Rauxel
Obere Münsterstraße 33-37
Termine unter 02305 5491144
Alle Kassen & Private Abrechnung
Öffnungszeiten:
Mo. - Do.: 8 - 19 Uhr & Fr.: 8 - 16 Uhr
Kostenlose Parkplätze in der Nähe
www.intense-activities.de



Krankengymnastik
Krankengymnastik an Gerät
Krankengymnastik nach Soboth
Manuelle Therapie
Massage
Manuelle Lymphdrainage
Wärme- Kältherapie
EMS Training + Therapie
[WWW.intense-activities.de](http://www.intense-activities.de)









Studio Papp
...von Kopf bis Fuß

Kosmetik - Fußpflege - Massage
Andrea und Katharina Papp
Holzstr. 19 - 44575 Castrop-Rauxel
www.studio-papp.de



*Leider können wir keine Neukunden aufnehmen, möchten mit dieser Anzeige den SGV aber weiterhin unterstützen :)



Willkommen bei der
ERGO Versicherungsgruppe

Büro
Martina Kasel
Biesenkamp 9
44575 Castrop-Rauxel

Ruf 02305 801222
Fax 02305 801223
Mail: martina.kasel@ergo.de

Die **ERGO**
hat auch in
Ihrer Nähe
eine
Agentur.

Rufen Sie
mich einmal
an, wenn
Sie Fragen
haben.
Unser
Service wird
Sie über-
zeugen.



VICTORIA
und
HAMBURG
MANNHEIMER
heißen jetzt
ERGO



After-Work-Wanderung nach Bodelschwingh und zur
Sonnenuhr auf Schwerin im August 2022



Wanderung nach Hannover im Oktober 2022



Über den Rhein nach Zons im März 2023



Schreibwaren
Lach
Münsterstr. 1a - 44575 Castrop-Rauxel
Tel: 0 23 05 / 2 42 42



Wir freuen uns
auf Ihren Besuch in unseren Räumen.

Unser zusätzlicher Service für Sie:

- Buchbestellungen
- Faxversendungen
- Stempelanfertigungen
- Geburtstagskörbe
- Schreibgerätegravuren

IQ
LIPPER HEIDE

**Beste Beratung
Faire Preise
Guter Service**

TV · Hifi · Antennenbau
Lipperheide
Meisterbetrieb

Ickerner Straße 68 · 44581 Castrop-Rauxel
Telefon: 02305 890905
E-Mail: w.lipperheide@t-online.de
www.lipperheide.info

teling
Das Unternehmen nach Castrop-Rauxel



Herzlich willkommen
Gaststätte zum Reiterhof

Merklinger Straße 39a · 44577 Castrop-Rauxel (Merklinde)
 Telefon 0491722800939
www.gaststaettezumreiterhof.eatbu.com



Emscherstraße 8, 44581 Castrop-Rauxel, Tel. 02305-73197

Öffnungszeiten

Montags, dienstags, mittwochs, freitags: 9.30 bis 18.00 Uhr
 donnerstags: 8.30 bis 13 Uhr sowie samstags 8.30 bis 13 Uhr

www.2rad-anderl.de

gültig ab 01.01.2022



**Pizzeria
 Bambino**

☎ 02305 / 3527700
 02305 / 3521382

Bei Störung: 0175 - 9271045

**Nierholzstr. 1
 44577 Castrop-Rauxel**

PARTY SERVICE

Sie möchten feiern!
 Bitte sprechen Sie uns an:
 Pizzablech 40x60 cm,
 Nudelblech, Salatblech

z.B.
 Margherita
 25,00

Öffnungszeiten:

Montag & Dienstag: Ruhetag (außer Feiertage)
 Mittwoch - Sonntag: 16:00 - 21:00

Wanderungen im 2. Halbjahr 2023

Juli

Samstag, 1. Juli

■ **Teuflische Aussichten – Von Oer-Erkenschwick nach Marl-Sinsen**

normal, ca. 16 km, 8:22 Uhr Busbf. Münsterplatz, Pst. B,
Wf. Jörg Pörsch, 0177-1900767

Sonntag, 2. Juli

■ **Zur Marler Mühle mit dem Rad**

ca. 58 km, Treffpunkt: 10:00 Uhr Wanderparkplatz am
Hallenbad, Wf. Birgit Meyer, 02305-3099253

Montag, 3. Juli

■ **After-Work-Wandern (Rundwanderung)**

ca. 8 km, Treffpunkt: 18:00 Uhr Agora Ickern, Zechenstr. 2A,
Wf. Dagmar und Herbert Mecklenbrauck, 0157-74375158

Dienstag, 4. Juli

■ **Nordic Walking**

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 5. Juli

■ **Von Merklinde nach Behringhausen**

14:03 Merklinde Bhf. (Ankunft der Emschertalbahn aus
Richtung Castrop-Süd wird abgewartet),
Einkehr Brinker oder Geiping,
Wf. Ewald Hoffmann, 0176-53012215

Samstag, 8. Juli

■ **Waldroute, 3. Etappe von Sanssouci nach Sundern**

mittel, ca. 19 km, 8:14 Uhr CAS-Hbf., NRW-Tarif,
Wf. Sabine Laukel, 0231-693470

Sonntag, 9. Juli

■ **Haard und herzlich und quer durch**

normal, ca. 16 km, 8:59 Uhr CAS-Hbf., Pst. B,
Wf. Ewald Hoffmann, 0176-53012215

Dienstag, 11. Juli

■ **Nordic Walking**

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 12. Juli

■ **Zum Bauern Menken**

14:00 Uhr Forum-Rathaus, Einkehr im Hof Menken,
Wf. Ewald Hoffmann, 0176-53012215

Freitag, 14. Juli

■ **Ausflug nach Herne**

leicht, ca. 12 km, Treffpunkt: 10:30 Uhr Wanderparkplatz am
Hallenbad, Einkehr in Herne möglich,
Informationen bei Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Samstag, 15. Juli

■ **Von den Südhöhen in den Exotenwald (Streckenwanderung Wuppertal)**

mittel, ca. 22 km, 7:21 Uhr CAS-Hbf., Pst. C,
Wf. Ulrike Arends, 02305-638846

Montag, 17. Juli

■ **After-Work-Wandern (Rundwanderung)**

ca. 8 km, Treffpunkt: 18:00 Uhr Eingang Edeka Reimann, Pro-
vinzialstraße 419 (nahe Bushaltestelle: Lotharstr., Buslinie 378),
Wf. Birgit Meyer, 0231-86420488

Dienstag, 18. Juli

■ **Nordic Walking**

16:00 Uhr – Info Seite 11



Stadtwerke
CASTROP-RAUXEL

GRÜN & GÜNSTIG!

www.swcas.de

Mit dem Floß in die Steverauen nach Olfen
im August 2022





fliesen held
fliesen-fachgeschäft

Fliesen
Marmor
Baokeramik

44575 Castrop-Rauxel
Gaswerkstraße 19, Telefon: 0 23 05 / 1 22 32

**Beratung in allen
fachlichen Fragen.
Verlegung und Verkauf
sämtlicher Wand- und
Bodenfliesen**



Landgasthof Haus Callenberg

Obercastrop im Wagenbruch
Inh. Josef Knickenberg · Tel. 0 23 05/2 28 88
Bochumer Straße 151 · Obercastrop
www.haus-callenberg.de

Der gepflegte Gasthof
mit bekannt guter Küche
in ländlicher Atmosphäre.



Wir richten Gesellschaften
und Familienfeiern bis zu
200 Personen nach Ihren
Wünschen in unseren
gemütlichen Räumen
mit Terrasse und Panoramablick aus.



Montags Ruhetag Di - Fr ab 16.00 Uhr · Sa - So ab 11.00 Uhr

Übersicht der Wandertermine

Juli ■ leicht ■ normal ■ mittel ■ schwer ■ Radtour

- | | | | |
|----|----|---|---|
| 1 | Sa | ■ | Teufliche Aussichten - Von Oer-Erkenschwick nach Marl-Sinsen ~16 km, Jörg Pörsch, |
| 2 | So | ■ | Zur Marler Mühle mit dem Rad, ~58 km, Birgit Meyer |
| 3 | Mo | | After-Work-Wandern (Rundwanderung), ~8 km, Dagmar und Herbert Mecklenbrauck |
| 4 | Di | | Nordic Walking |
| 5 | Mi | | Von Merklinde nach Behringhausen, Ewald Hoffmann |
| 6 | Do | | |
| 7 | Fr | | |
| 8 | Sa | ■ | Waldroute, 3. Etappe von Sanssouci nach Sundern, ~19 km, Sabine Laukel |
| 9 | So | ■ | Haard und herzlich und quer durch, ~16 km, Ewald Hoffmann |
| 10 | Mo | | |
| 11 | Di | | Nordic Walking |
| 12 | Mi | | Zum Bauern Menken, Ewald Hoffmann |
| 13 | Do | | |
| 14 | Fr | ■ | Ausflug nach Herne, ~12 km, Petra Krause |
| 15 | Sa | ■ | Von den Südhöhen in den Exotenwald (Streckenwanderung Wuppertal), ~22 km, Ulrike Arends |
| 16 | So | | |
| 17 | Mo | | After-Work-Wandern (Rundwanderung), ~8 km, Birgit Meyer |
| 18 | Di | | Nordic Walking |
| 19 | Mi | | Durch das Langeloh zum Reiterhof Callenberg, Irmgard und Wolfgang Finke |
| 20 | Do | | Wir gehen mit Petra spazieren, Petra Krause |
| 21 | Fr | | |
| 22 | Sa | | |
| 23 | So | ■ | HaldenHopping Halde Rheinelbe, ~13 km, Annegret Petersen |
| 24 | Mo | | |
| 25 | Di | | Nordic Walking |
| 26 | Mi | | Von Goldschmieding nach Deininghausen, Petra Krause |
| 27 | Do | | |
| 28 | Fr | | |
| 29 | Sa | ■ | Rund um den Castroper Süden ~14 km, Monika Stepniak |
| 30 | So | | |
| 31 | Mo | | After-Work-Wandern (Rundwanderung), ~8 km, Annegret Petersen |

August

■ leicht
 ■ normal
 ■ mittel
 ■ schwer
 ■ Radtour

1	Di	Nordic Walking
2	Mi	Zum neuen Emscherpark, Annegret Petersen
3	Do	
4	Fr	■ Wanderung zum Reiterhof Merklinde, ~ 12 km, Rückwanderung ~ 5 km oder Rückfahrt, Petra Krause
5	Sa	■ Dortmundunder Rundweg, 4. Etappe von Dingen zur Stadtgrenze Brambauer, ~ 17 km, Sabine Laukel
6	So	
7	Mo	
8	Di	Nordic Walking
9	Mi	Zum Bauern nach Deininghausen, Petra Krause
10	Do	
11	Fr	
12	Sa	■ Audienz bei den Grafen von Berg (Rundwanderung Solingen), ~ 17 km, Ulrike Arends
13	So	■ Durch Wald und Flur zum Wagenbruch, ~ 12 km, Monika Stepniak
14	Mo	After-Work-Wandern (Rundwanderung), ~ 8 km, Birgit Meyer
15	Di	Nordic Walking
16	Mi	Wanderung zur Pizzeria Bambino, Irmgard und Wolfgang Finke
17	Do	
18	Fr	
19	Sa	■ Weide, Heide und Moor - Rundweg von Dingden, ~ 16 km, Jörg Pörsch
20	So	■ Mit dem Rad zum Phönixsee, ~ 58 km, Birgit Meyer
21	Mo	
22	Di	Nordic Walking
23	Mi	Wir wandern nach Merklinde, ~ 5 km, Rückwanderung ~ 5 km oder Rückfahrt, Petra Krause
24	Do	
25	Fr	
26	Sa	■ Runde um Cappenberg, ~ 19 km. Wir bilden Fahrgemeinschaften. Bitte min. 3 Tage vorher bei der Wanderführerin melden. Susanne Snuverink
27	So	■ Immer wieder sonntags ... nach Tante Amanda (Rundwanderung), ~ 10 km, Birgit Meyer
28	Mo	After-Work-Wanderung (Rundwanderung), ~ 8 km, Susanne Snuverink
29	Di	Nordic Walking
30	Mi	Rauxeler Runde, Irmgard und Wolfgang Finke
31	Do	

September

■ leicht
 ■ normal
 ■ mittel
 ■ schwer
 ■ Radtour

1	Fr	■ Durch Wald und Flur zum Wagenbruch, ~ 12 km, Petra Krause
2	Sa	■ Und wieder an der schönen Wupper (Streckenwanderung Radevormwald), ~ 23 km, Ulrike Arends
3	So	■ Bezirkswanderung der Abteilung Recklinghausen, ~ 12 km, Anmeldung bis 30.08.23 bei Birgit Meyer
4	Mo	
5	Di	Nordic Walking
6	Mi	Von Rauxel nach Deininghausen, Petra Krause
7	Do	
8	Fr	
9	Sa	■ Auf zum „Alten Kaiser“ (Rundwanderung Porta-Westfalica), ~ 18 km, Ulrike Arends
10	So	■ Über Wagenbruch und Golfplatz nach Schwerin, ~ 12 km, (Für die Einkehr bitte anmelden!) Monika Stepniak
11	Mo	After-Work-Wandern (Rundwanderung), ~ 8 km, Annegret Petersen
12	Di	Nordic Walking
13	Mi	Ab in den Süden, Ewald Hoffmann
14	Do	
15	Fr	
16	Sa	■ An der Ennepe, Von Breckerfeld nach Ennepetal, ~ 17 km, Jörg Pörsch
17	So	
18	Mo	Diese Woche (bis 23. 09.) ist die letzte Möglichkeit sich für das Grillfest am 27. Oktober anzumelden! Vorstandssitzung, Claus Quentin
19	Di	Nordic Walking
20	Mi	Zum Reiterhof Merklinde, ~ 9 km, (Für die Einkehr bitte anmelden!) , Rückwanderung ~ 5 km oder Rückfahrt, Petra Krause
21	Do	
22	Fr	
23	Sa	■ Runde um Lüdinghausen, ~ 16 km, Wir bilden Fahrgemeinschaften. Bitte min. 3 Tage vorher bei der Wanderführerin melden, Susanne Snuverink
24	So	■ HaldenHopping Halde Hoppenbruch, Kosten 15 €, max. Teilnehmerzahl 20. Anmeldung gegen Bezahlung bis zum 11.09.2023, ~ 6 km, Annegret Petersen
25	Mo	After-Work-Wandern (Rundwanderung), ~ 6 km, mit Abschlussessen in der Pizzeria Le Dune, Birgit Meyer
26	Di	Nordic Walking
27	Mi	Rund um Castrop, Irmgard und Wolfgang Finke
28	Do	
29	Fr	■ Lost PLACES: Bochum Jahrhunderthalle - Herne Strünkede, ~ 18 km, Ludger Heßler
30	Sa	Waldroute, 4. Etappe von Sundern nach Arnsberg, ~ 14 km, Sabine Laukel

Oktober ■ leicht ■ normal ■ mittel ■ schwer ■ Radtour

1	So	
2	Mo	
3	Di	Kein Nordic Walking – Feiertag!
4	Mi	Von Waltrop zum Ickerner Markt, Irmgard und Wolfgang Finke
5	Do	
6	Fr	■ Hattingen - Herzkamp Gennebreck, ~ 18 km, Ludger Heßler
7	Sa	■ Der Krähenbusch in Langendreer, ~ 15 km, Ulrike Arends
8	So	■ Mit dem Rad zum Früchteteppich nach Herten-Langenbochum, ~ 56 km, Birgit Meyer
9	Mo	Wanderführerbesprechung für die 1. Jahreshälfte 2024, Einreichung der Wandervorschläge: 01.09.2023 bis 15.09.2023! Ewald Hoffmann
10	Di	Nordic Walking
11	Mi	Von Castrop nach Obercastrop, Herbert Mecklenbrauck
12	Do	
13	Fr	
14	Sa	■ E-Dellwig - Hexbachtal – Altendorf, ~ 16 km, Ludger Heßler Sa. 14. - Mi. 25.: Wanderurlaub in Prissian. Die Tour ist ausgebucht! Sabine Laukel
15	So	
16	Mo	
17	Di	Nordic Walking
18	Mi	Zum Bauern Menken nach Deininghausen, Rückfahrt mit dem Bus, Ludger Heßler
19	Do	Wir gehen mit Petra spazieren, Petra Krause
20	Fr	
21	Sa	■ Rheinelbepark - Schloss Wittringen, ~ 17 km, Ludger Heßler
22	So	
23	Mo	
24	Di	Nordic Walking
25	Mi	Von Ickern nach Rauxel, Herbert Mecklenbrauck
26	Do	
27	Fr	SGV-Grillfest, Mitglieder zahlen 12 €, Gäste 28 €, Anmeldung bis spätestens 23. Sept. , Rosetta La Pillo
28	Sa	■ Zockerrunde (Rundwanderung Hohensyburg), ~ 17 km, Ulrike Arends
29	So	■ Heute wandern wir nochmal nach Hannover, ~ 15 km, Gelegenheit zum kostenfreien Ausstellungsbesuch „Ziegelarchitektur“, Birgit Meyer
30	Mo	
31	Di	Nordic Walking

November ■ leicht ■ normal ■ mittel ■ schwer ■ Radtour

1	Mi	Levringhauser Runde, Ludger Heßler
2	Do	
3	Fr	
4	Sa	■ Durch's Rothäuser Bachtal - Von Rath nach Gerresheim, Trittsicherheit erforderlich, ~ 16 km, Jörg Pörsch
5	So	■ Bezirkswanderung der Abteilung Gelsenkirchen, ~ 12 km, Anmeldung bis 30.10.23 , Birgit Meyer
6	Mo	
7	Di	Nordic Walking
8	Mi	Von Ickern nach Deininghausen, Herbert Mecklenbrauck
9	Do	
10	Fr	■ Wanderung zum Reiterhof Merklinde, ~ 12 km, (Für die Einkehr bitte anmelden!) , Rückwanderung ~ 5 km oder Rückfahrt, Petra Krause
11	Sa	■ Balver Schlösserroute, ~ 15 km, Sabine Laukel,
12	So	
13	Mo	
14	Di	Nordic Walking
15	Mi	Vom Stadtmittelpunkt zur Pizzeria Bambino, Ludger Heßler
16	Do	
17	Fr	GE-Zoo - Alt-Marl Mühle, ~ 17 km, Ludger Heßler
18	Sa	
19	So	■ Es hat seinen Zweck: Von Gladbeck-Zweckel bis Beck, ~ 15 km, Birgit Meyer
20	Mo	
21	Di	Nordic Walking
22	Mi	Rund um Rauxel, Petra Krause
23	Do	
24	Fr	
25	Sa	■ Natur, Kultur, Kur - Ein Stück Hansaweg, ■ ~ 14 km, Ewald Hoffmann
26	So	■ HaldenHopping Schürenbachhalde Essen, ~ 13 km, Annegret Petersen
27	Mo	
28	Di	Nordic Walking
29	Mi	Wir wandern nach Merklinde, ~ 5 km, (Für die Einkehr bitte anmelden!) , Rückwanderung ~ 5 km oder Rückfahrt, Herbert Mecklenbrauck
30	Do	

Dezember ■ leicht ■ normal ■ mittel ■ schwer ■ Radtour

1	Fr	■ Von Hohensyburg zum Dortmunder Weihnachtsmarkt, ~ 15 km, Ludger Heßler
2	Sa	
3	So	■ Nach Kirchharpen durchs Ölbachtal (Rundwanderung), ~ 16 km, Birgit Meyer
4	Mo	
5	Di	Nordic Walking
6	Mi	Nikolaus mit Ludger, RE-Suderwich - RE-Weihnachtsmarkt, Ludger Heßler
7	Do	Wir gehen mit Petra spazieren, Petra Krause
8	Fr	
9	Sa	■ Glühweinwanderung, ~ 13 km, bis zum 29.11.2023 anmelden! Ulrike Arends
10	So	
11	Mo	
12	Di	Nordic Walking
13	Mi	Rauxeler Runde, Herbert Mecklenbrauck
14	Do	
15	Fr	
16	Sa	
17	So	■ Kleine Sonntagstour zum Haus Dellwig, ~ 10 km, Birgit Meyer
18	Mo	
19	Di	Nordic Walking
20	Mi	und schon wieder kein Schnee, Einkehr mit Glühwein im Hof Menken, Ewald Hoffmann
21	Do	
22	Fr	
23	Sa	
24	So	
25	Mo	
26	Di	Nordic Walking
27	Mi	
28	Do	
29	Fr	
30	Sa	■ Jahresabschlusswanderung in der Heimat, ~ 18 km, Susanne Snuverink
31	So	

OPTIK 
Claßen

Sehanalyse ohne Termin:

- Augeninnendruck- und Hornhautdicke (grüner Star)
- Lichtdurchlässigkeit der Augenlinse (grauer Star)
- Prüfung von Tag- und Nachtsehen (Nachtblindheit)
- Vermessung der vorderen Augenkammer
- Visuelle Darstellung der Fehlsichtigkeit



Münsterplatz 10 • 44575 Castrop-Rauxel
Tel. 02305/24042 • info@optik-lassen.de

FRÜHSTÜCKSBUFFET IM FACHWERKHAUS

Mittwoch bis Sonntag

09:30 - 12:00 Uhr

17,50 € pro Person



HOF MENKEN - OSTSTR. 153a - 44577 CASTROP-RAUXEL

☎ 02305 12862 - www.hof-menken.de

Dienstag bis Freitag 09:00-18:00 Uhr

Samstag und Sonntag 09:00 - 16:00 Uhr

Wagener
DER FRISEUR

Wittener Str. 36, 44575 Castrop-Rauxel
Tel. 0 23 05 / 2 37 83
Unsere Öffnungszeiten:
Di. - Do. 8.30 - 18.00 Uhr
Fr. 8.30 - 19.00 | Sa. 8.00 - 14.00 Uhr

  www.wagenerderfriseur.de

Mittwoch, 19. Juli

■ Durch das Langeloh zum Reiterhof Callenberg

14:00 Uhr Busbf. Münsterplatz, Einkehr im Reiterhof Callenberg
Wf. Irmgard und Wolfgang Finke, 02305-31202

Donnerstag, 20. Juli

■ Wir gehen mit Petra spazieren

14:00 Uhr Förderturm im Erinpark,
Einkehr im Café des Gartencenters Augsburg,
Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Sonntag, 23. Juli

■ HaldenHopping Halde Rheinelbe GE-Rotthausen

leicht, 13 km, 10:38 Uhr CAS-Hbf., Pst. B,
Einkehr »Bei Onkel Hans«,
Wf. Annegret Petersen, 02305-31427

Dienstag, 25. Juli

■ Nordic Walking

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 26. Juli

■ Von Goldschmieding nach Deininghausen

14:00 Uhr Goldschmieding Parkplatz,
Einkehr in der Pizzeria Bambino,
Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Sonntag, 30. Juli

■ Rund um den Castroper Süden

leicht, ca. 14 km, 10:30 Uhr Busbf. Münsterplatz,
Rucksackverpflegung, Wf. Monika Stepniak, 0152-04977851

Montag, 31. Juli

■ After-Work-Wandern (Rundwanderung)

ca. 8 km, Treffpunkt: 18:00 Uhr Parkplatz Goldschmieding,
Dortmunder Str. 55, Wf. Annegret Petersen, 02305-31427

August

Dienstag, 1. August

■ Nordic Walking

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 2. August

■ Zum neuen Emscherpark

14:00 Uhr Wartburginsel, Wartburgstr. 281,
Einkehr im Café Auffenberg in Henrichenburg,
Wf. Annegret Petersen, 02305-31427



SANITÄTSHAUS

ORTHOPÄDIETECHNIK

IHR SPEZIALIST FÜR

Beinprothesen Kompression Bandagen
Orthesen Einlagen

REHATECHNIK

SERVICE

Sanitätshaus Alfred Frick e.K.

Münsterplatz 8 + 10 | 44575 Castrop-Rauxel

Telefon: 02305 92322-0 | Telefax: 02305 92322-17

Internet: www.sanitaetshaus-frick.de

Freitag, 4. August

■ Wanderung zum Reiterhof Merklinde

leicht, ca. 12 km, Treffpunkt: 10:30 Uhr Parkplatz Goldschmieding, Einkehr im Reiterhof Merklinde, **(Für die Einkehr bitte anmelden / max. 20 Personen!)**, Rückwanderung ca. 5 km oder Rückfahrt ab Wittener Str. (Fußweg 1 km) mit dem Bus 378, Pst. A, Informationen bei Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Samstag, 5. August

■ Dortmunder Rundweg, 4. Etappe von Dingen zur Stadtgrenze Brambauer

leicht, ca. 17 km, 8:30 Uhr Busbf. Münsterplatz, Pst. B, Wf. Sabine Laukel, 0231-693470

Dienstag, 8. August

■ Nordic Walking

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 9. August

■ Zum Bauern nach Deininghausen

14:00 Uhr Forum-Rathaus, Einkehr im Hof Menken, Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Samstag, 12. August

■ Audienz bei den Grafen von Berg (Rundwanderung Solingen)

schwer, ca. 17 km, 8:21 Uhr, CAS-Hbf., NRW Tarif, Wf. Ulrike Arends, 02305-638846

Sonntag, 13. August

■ Durch Wald und Flur zum Wagenbruch

leicht, ca. 12 km, Treffpunkt: 10:30 Uhr Parkplatz Goldschmieding, Einkehr im Reiterhof Callenberg, Wf. Monika Stepniak, 0152-04977851

Montag, 14. August

■ After-Work-Wandern (Rundwanderung)

ca. 8 km, Treffpunkt: 18:00 Uhr Gärtnerei Drippe, Herner Straße. 150, Wf. Birgit Meyer, 0231-86420488

Dienstag, 15. August

■ Nordic Walking

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 16. August

■ Wanderung zur Pizzeria Bambino

14:00 Uhr Busbf. Münsterplatz, Einkehr in der Pizzeria Bambino, Wf. Irmgard und Wolfgang Finke, 02305-31202

Samstag, 19. August

■ Weide, Heide und Moor – Rundweg von Dingden

normal, ca. 16 km, 7:44 Uhr CAS-Hbf., Pst. D,
Wf. Jörg Pörsch, 0177-1900767

Sonntag, 20. August

■ Mit dem Rad zum Phönixsee

ca. 58 km, Treffpunkt: 10:00 Uhr Wanderparkplatz am
Hallenbad, Wf. Birgit Meyer, 02305-3099253

Dienstag, 22. August

■ Nordic Walking

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 23. August

■ Wir wandern nach Merklinde

14:00 Uhr Parkplatz Goldschmieding, ca. 5 km,
Einkehr im Reiterhof Merklinde,

(Für die Einkehr bitte anmelden / max. 20 Personen!),

Rückwanderung ca. 5 km oder Rückfahrt ab Wittener Str.

(Fußweg 1 km) mit dem Bus 378, Pst. A,

Wf. Petra Krause, 0179-2634184



**Bioladen
Löwenzahn**

Vollwertige Lebensmittel aus
kontrolliert-biologischem Anbau

Löwenzahn

**Brot + Backwaren
Milch - Obst - Gemüse
Alles täglich frisch!
Greenbag Di. + Do. ab 9:00 Uhr**

Lönsstraße 18 * 44575 Castrop-Rauxel
Telefon: (0 23 05) 1 41 18 * Telefax: (0 23 05) 1 21 22

Öffnungszeiten: Mo-Fr 9.00-18.30 Uhr Sa 9.00 - 14.00 Uhr

Inh.: Ludger Vollmer

Samstag, 26. August

■ Runde um Cappenberg

mittel, ca. 19 km, 9:00 Uhr Parkplatz am Hbf. Wir bilden
Fahrgemeinschaften. Bitte min. 3 Tage vorher bei der
Wanderführerin melden um Fahrgemeinschaften zu bilden.
Wf. Susanne Snuverink, 0176-52880413

Sonntag, 27. August

■ Immer wieder sonntags ... nach Tante Amanda (Rundwanderung)

leicht, ca. 10 km, Treffpunkt: 14:00 Uhr Parkplatz
Goldschmieding, Wf. Birgit Meyer, 0231-86420488

Montag, 28. August

■ After-Work-Wanderung (Rundwanderung)

ca. 8 km, Treffpunkt: 18:00 Uhr Wanderparkplatz
Langeloh bei Hotel Daun, gegenüber Hausnr. 281 an der
Bochumer Straße (nahe Bushaltestelle: Langeloh, Buslinie 353),
Wf. Susanne Snuverink, 0176-52880413

Dienstag, 29. August

■ Nordic Walking

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 30. August

■ Rauxeler Runde

14:00 Uhr Parkplatz »Das Café« an der Bahnhofstr. 291,
dort auch Einkehr, Wf. Irmgard und Wolfgang Finke, 02305-
31202

September

Freitag, 1. September

■ Durch Wald und Flur zum Wagenbruch

leicht, ca. 12 km, Treffpunkt: 13:00 Uhr Parkplatz
Goldschmieding, Einkehr im Reiterhof Callenberg,
Informationen bei Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Samstag, 2. September

■ Und wieder an der schönen Wupper (Streckenwanderung Radevormwald)

schwer, ca. 23 km, 07:21 Uhr CAS-Hbf., NRW Tarif,
Wf. Ulrike Arends, 02305-638846



Von Holzen bis Schanze im März 2023

Sonntag, 3. September

■ **Bezirkswanderung der Abteilung Recklinghausen**

Haldentour 5 von Schurenbach Essen nach Tetraeder Bottrop über Rhein-Herne-Kanal, Nordsternpark, Karnaper Wäldchen, Arbeitersiedlung Welheim, Prosper leicht, ca. 12 km, 8:44 Uhr CAS-Hbf., Pst. B, Wf. Dr. Manfred Buhl, Tel. 02361-84040, **Anmeldung bis zum 30.08.23 bei unserer Wf. Birgit Meyer, 0231-86420488**

Dienstag, 5. September

■ **Nordic Walking**

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 6. September

■ **Von Rauxel nach Deininghausen**

14:00 Uhr Forum-Rathaus, Einkehr in der Pizzeria Bambino, Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Samstag, 9. September

■ **Auf zum »Alten Kaiser« (Rundwanderung Porta-Westfalica)**

mittel, ca. 18 km, 7:51 Uhr CAS-Hbf., NRW Tarif, Wf. Ulrike Arends, 02305-638846

Sonntag, 10. September

■ **Über Wagenbruch und Golfplatz nach Schwerin**

leicht, 12 km, Treffpunkt: 10:30 Uhr Busbf. Münsterplatz, Einkehr im Haus „Oe“, **(Für die Einkehr bitte anmelden!)**, Wf. Monika Stepniak, 0152-04977851

Montag, 11. September

■ **After-Work-Wandern (Rundwanderung)**

ca. 8 km, Treffpunkt: 18:00 Uhr Wartburginsel, Wartburgstr. 281, Wf. Annegret Petersen, 02305-31427

Dienstag, 12. September

■ **Nordic Walking**

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 13. September

■ **Ab in den Süden**

14:00 Uhr Bushaltestelle Heidestr. (Henrichenburg/Kanalbrücke, Bus SB 22), Einkehr im Bereich der Lange Str. (u.a. Eiscafe, Schnellrestaurant), Wf. Ewald Hoffmann, 0176-53012215

Samstag, 16. September

■ An der Ennepe, Von Breckerfeld nach Ennepetal

mittel, ca. 17 km, 7:44 Uhr CAS-Hbf., Pst. B,
Wf. Jörg Pörsch, 0177-1900767

Diese Woche (bis 23. September) ist die letzte Möglichkeit sich für das Grillfest am 27. Oktober anzumelden! Eine spätere Anmeldung ist aus organisatorischen Gründen nicht möglich! Siehe Seite 12

Montag, 18. September

■ Vorstandssitzung

18:00 Uhr Brauhaus Rüttershoff, Lt. Claus Quentin,
claus@sgv-castrop-rauxel.de, 0157-82216763



Zum Wald des grossen Constantin im November 2022



Unsere Bezirks-
wanderung zur
Zeche Zollern im
März 2023

Dienstag, 19. September

■ Nordic Walking

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 20. September

■ Zum Reiterhof Merklinde

leicht, ca. 9 km, 11:00 Uhr Parkplatz Goldschmieding,
Einkehr im Reiterhof Merklinde, **(Für die Einkehr bitte
anmelden / max. 20 Personen!)**, Rückwanderung ca. 5 km
oder Rückfahrt ab Wittener Str. (Fußweg 1 km) mit dem Bus
378, Pst. A, Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Samstag, 23. September

■ Runde um Lüdinghausen

mittel, ca. 16 km, 9:00 Uhr Parkplatz am Hbf. Wir bilden
Fahrgemeinschaften. Bitte min. 3 Tage vorher bei der
Wanderführerin melden um Fahrgemeinschaften zu bilden.
Wf. Susanne Snuverink, 0176-52880413

Sonntag, 24. September

■ HaldenHopping Halde Hoppenbruch

Wir besuchen das Trainingsbergwerk Recklinghausen und
nehmen an einer Schnupperführung teil (ca. 2 Stunden).
Kosten 15 €, max. Teilnehmerzahl 20. **Anmeldung gegen
Bezahlung bis zum 11.09.2023** bei den Wanderführenden.
Anschl. Wanderung zur Zeche Ewald. Dort 2 Stunden Aufenthalt
zur freien Verfügung.

leicht, ca. 6 km, 9:08 Uhr CAS-Hbf, Pst. B.,
Wf. Annegret Petersen, 02305-31427



**Der beste Müll ist der,
der gar nicht erst anfällt.**

Für eine Kultur der Reparatur



Klima und Ressourcen schützen

Was repariert werden kann:

Elektrische und mechanische Kleingeräte
Mediengeräte • (TV • Musik • Radio) • Telefon
Haushaltsgeräte • Kleinmöbel • Nähmaschinen
PC • Laptop • Peripheriegeräte • Spielzeug

Was nicht repariert werden kann:

Ortsgebundene Geräte • Größere Gartengeräte
Kaffeevollautomaten



Reparaturveranstaltungen

**jeden 2. Samstag im Monat
von 10 bis 12 Uhr**

im Wilhelm-Kauermann-Zentrum, AWO
Bahnhofstr. 83a, 44575 Castrop-Rauxel

Weitere Informationen

Telefon: 02305 - 9209589

Email: info@repaircafe-castrop-rauxel.de

Montag, 25. September

■ **After-Work-Wandern (Rundwanderung)**

ca. 6 km, Treffpunkt: 18:00 Uhr Schweriner Kreisverkehr,
Dortmunder Straße 160, Abschluss der Montagswanderungen
für dieses Jahr in der nahegelegenen Pizzeria Le Dune geplant,
Wf. Birgit Meyer, 0231-86420488

Dienstag, 26. September

■ **Nordic Walking**

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 27. September

■ **Rund um Castrop**

14:00 Uhr Busbf. Münsterplatz,
Einkehr im Café Auffenberg am Münsterplatz,
Wf. Irmgard und Wolfgang Finke, 02305-31202

Freitag, 29. September

■ **Lost PLACES: Bochum Jahrhunderthalle – Herne Strünkede**

leicht, ca. 18 km, 9:38 Uhr CAS-Hbf., Pst. B,
Wf. Ludger Heßler, 0170-2627112

Samstag, 30. September

■ **Waldroute, 4. Etappe von Sundern nach Arnsberg,**

mittel, ca. 14 km, 8:14 Uhr CAS-Hbf., NRW-Ticket,
Wf. Sabine Laukel, 0231-693470

Oktober

Dienstag, 3. Oktober

■ **kein Nordic Walking – Feiertag!**

Mittwoch, 4. Oktober

■ **Von Waltrop zum Ickerner Markt**

14:00 Uhr Ickern-Nord (Bushaltestelle),
Einkehr im Café Auffenberg am Ickener Markt,
Wf. Irmgard und Wolfgang Finke, 02305-31202

Freitag, 6. Oktober

■ **Hattingen – Herzkamp Gennebreck**

normal, ca. 18 km, 8:44 Uhr Busbf. Münsterplatz, Pst. B,
Wf. Ludger Heßler, 0170-2627112

Samstag, 7. Oktober

■ **Der Krähenbusch in Langendreer**

leicht, ca. 15 km, 9:25 Uhr Busbf. Münsterplatz, Pst. A3,
Wf. Ulrike Arends, 02305-638846

Sonntag, 8. Oktober

■ Mit dem Rad zum Früchteteppich nach Herten-Langenbochum

ca. 56 km, Treffpunkt: 10:00 Uhr Wanderparkplatz am Hallenbad, Wf. Birgit Meyer, 02305-3099253

Montag, 9. Oktober

■ Wanderführerbesprechung für die 1. Jahreshälfte 2024

Frist für die Einreichung der Wandervorschläge: 01.09.2023 bis 15.09.2023! 18:00 Uhr Brauhaus Rüttershoff, Lt. Ewald Hoffmann, ewald@sgv-castrop-rauxel.de, 0176-53012215

Dienstag, 10. Oktober

■ Nordic Walking

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 11. Oktober

■ Von Castrop nach Obercastrop

14:00 Uhr Busbf. Münsterplatz, Einkehr im Reiterhof Callenberg, Wf. Herbert Mecklenbrauck, 0157-74375158

Samstag, 14. Oktober

■ Essen-Dellwig – Hexbachtal – Altendorf (H. Richter)

normal, 16 km, 9:38 Uhr CAS-Hbf., Pst. B, Wf. Ludger Heßler, 0170-2627112

Dienstag, 17. Oktober

■ Nordic Walking

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 18. Oktober

■ Zum Bauern Menken nach Deininghausen

14:00 Uhr ev. Kirche Habinghorst (Wartburgstr. 109), Rückfahrt mit dem Bus 361, Pst. A, Einkehr im Hof Menken, Wf. Ludger Heßler, 0170-2627112

Donnerstag, 19. Oktober

■ Wir gehen mit Petra spazieren

14:00 Uhr Marktplatz Castrop, Einkehr im Eiscafé am Markt, Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Samstag, 21. Oktober

■ Rheinelbepark – Schloss Wittringen

leicht, ca. 17 km, 8:38 Uhr CAS-Hbf., Pst. C, Wf. Ludger Heßler, 0170-2627112

Dienstag, 24. Oktober

■ Nordic Walking

16:00 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 25. Oktober

■ Von Ickern nach Rauxel

14:00 Uhr Ickern-Nord (Bushaltestelle), Einkehr in "Das Café" an der Bahnhofstr. 291, Wf. Herbert Mecklenbrauck, 0157-74375158

Freitag, 27. Oktober

■ SGV-Grillfest

Wo? Im Kleingarten Schellenberg (Heinrichstraße 2 bei Goldschmieding)

Wann: Am 27. Oktober ab 18:00 Uhr

Gemeinsam wollen wir einen schönen und fröhlichen Grillabend verbringen. Vegetarische und vegane Wünsche werden ebenfalls erfüllt!

Mitglieder zahlen 12 €, Gäste 28 €. Die Getränke zahlt jeder selbst. **Anmeldung bis spätestens 23. September** mit Zahlung des Betrages bei allen Wanderführer*innen oder Rosetta La Pillo. Eine Anmeldung nach dieser Frist ist aus organisatorischen Gründen nicht möglich.

Samstag, 28. Oktober

■ Zockerrunde (Rundwanderung Hohensyburg)

mittel, ca. 17 km, 8:21 Uhr CAS-Hbf., Pst. B, Wf. Ulrike Arends, 02305-638846

Sonntag, 29. Oktober

■ Heute wandern wir nochmal nach Hannover

leicht, ca. 15 km, 9:13 Uhr CAS-Hbf., Pst. B, Rucksackverpflegung, Gelegenheit zum kostenfreien Ausstellungsbesuch »Ziegelarchitektur«, Wf. Birgit Meyer, 0231-86420488

Dienstag, 31. Oktober

■ Nordic Walking

15:15 Uhr – Info Seite 11

November

Mittwoch, 1. November

■ Levringhauser Runde

13:30 Uhr Ickern-Nord (Bushaltestelle), Einkehr im Café Auffenberg am Ickener Markt, Wf. Ludger Heßler, 0170-2627112

Samstag, 4. November

■ Durch's Rotthäuser Bachtal – Von Rath nach Gerresheim

mittel, Trittsicherheit erforderlich, ca. 16 km, 7:38 Uhr CAS-Hbf., Pst. D, Wf. Jörg Pörsch, 0177-1900767



Runde durch Castrop zum Tag des offenen Denkmals im September 2022

Sonntag, 5. November

■ Bezirkswanderung der Abteilung Gelsenkirchen

»Weite Ausblicke im Gelsenkirchner Süden« – über Himmelstreppe und Mechtenberg leicht, ca. 12 km, 9:38 Uhr CAS-Hbf., Pst. B, Wf. Peter Lipinski, 01577-6031087,

Anmeldung bis 30.10.23 bei unserer Wf. Birgit Meyer, 0231-86420488

Dienstag, 7. November

■ Nordic Walking

15:15 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 8. November

■ Von Ickern nach Deininghausen

13:30 Uhr Ickern-Nord (Bushaltestelle), Einkehr im Hof Menken, Wf. Herbert Mecklenbrauck, 0157-74375158

Freitag, 10. November

■ Wanderung zum Reiterhof Merklinde

leicht, ca. 12 km, Treffpunkt: 10:30 Uhr Parkplatz Goldschmieding, Einkehr im Reiterhof Merklinde, **(Für die Einkehr bitte anmelden / max. 20 Personen!),** Rückwanderung ca. 5 km oder Rückfahrt ab Wittener Str., (Fußweg 1 km) mit dem Bus 378, Pst. A, Informationen bei Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Samstag, 11. November

■ Balver Schlösserroute

normal, ca. 15 km, 8:14 Uhr CAS-Hbf., NRW-Tarif, Wf. Sabine Laukel, 0231-693470

Dienstag, 14. November

■ Nordic Walking

15:15 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 15. November

■ Vom Stadtmittelpunkt zur Pizzeria Bambino

13:30 Uhr Forum-Rathaus, Wf. Ludger Heßler, 0170-2627112

Freitag, 17. November

■ GE-Zoo – Alt-Marl Mühle

leicht, ca. 17 km, 8:38 Uhr CAS-Hbf., Pst. B, Wf. Ludger Heßler, 0170-2627112



Frühlingserwachen, Sommerträume,
Herbstzauber und stille Tage



Gärtnerei **DRIPPE** 
„Die Gärtnerei für das Besondere“

WIR SIND DAS GANZE JAHR FÜR SIE DA



Gärtnerei Drippe, Kramm Str. 118 44629 Castrop-Rauxel
Tel. 02326 23604 Fax 02326 433 63 www.gaertnerei-drippe.de info@gaeertnerei-drippe.de

Sonntag, 19. November

■ Es hat seinen Zweck: Von Gladbeck-Zweckel bis Beck

leicht, ca. 15 km, 8:57 Uhr CAS-SÜD-BAHNHOF, Pst. C, Rucksackverpflegung, evtl. Einkehr möglich, Wf. Birgit Meyer, 0231-86420488

Dienstag, 21. November

■ Nordic Walking

15:15 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 22. November

■ Rund um Rauxel

13:30 Uhr Parkplatz "Das Café" an der Bahnhofstr. 291, dort auch Einkehr, Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Samstag, 25. November

■ Natur, Kultur, Kur - Ein Stück Hansaweg

normal/mittel, ca. 14 km, 8:21 CAS-Hbf., NRW-Tarif, Wf. Ewald Hoffmann, 0176-53012215

Sonntag, 26. November

■ HaldenHopping Schürenbachhalde Essen

leicht, 13 km, 10:44 Uhr, CAS-Hbf., Pst. B, Einkehr im Café der Kokerei, Wf. Annegret Petersen, 02305-31427

Dienstag, 28. November

■ Nordic Walking

15:15 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 29. November

■ Wir wandern nach Merklinde

13:30 Uhr Parkplatz Goldschmieding, ca. 5 km, Einkehr im Reiterhof Merklinde, **(Für die Einkehr bitte anmelden / max. 20 Personen!)**, Rückwanderung ca. 5 km oder Rückfahrt ab Wittener Str. (Fußweg 1 km) mit dem Bus 378, Pst. A, Wf. Herbert Mecklenbrauck, 0157-74375158

Dezember

Freitag, 1. Dezember

■ Von Hohensyburg zum Dortmunder Weihnachtsmarkt

normal, ca. 15 km, 9:14 Uhr CAS-Hbf., Pst. B, Wf. Ludger Heßler, 0170-2627112



Mit dem lahmen Hasen um die Wette laufen
im November 2022

Restaurant Tanneneck

Das Ausflugsziel im schönen Selbecker Tal



Feste und Feierlichkeiten jeder Art

Jeden Sonntag von 11 – 15 Uhr
großes Brunch-Bufferet

Wintergarten – neu renovierter Saal –
großer Biergarten – Kinderspielfeld

Selbecker Straße 282
Di.-Fr. ab 17 Uhr

58091 Hagen
Sa. ab 11:30 Uhr

02331/71241
So. ab 11 Uhr

www.restaurant-tanneneck.com



Castroper LeseLust
Münsterstrasse 14
44575 Castro-Rauxel

Unser Service

Bücher

für alle Lebenslagen,
für alle Anforderungen aus Schule und Beruf,
dazu CD's, DVD's, ...

und natürlich

Wander- und Radwanderkarten,
Autokarten- und Landkarten,
Sprach- und Reiseführer

Besuchen Sie uns
persönlich,
in unseren Online-Shop
auf unserer Homepage
und bei



Telefon
Telefax
E-Mail
Web

+49 – (0) 2305 – 9 234 166
+49 – (0) 2305 – 9 233 597
info@castroper-leselust.de
www.castroper-leselust.de

Sonntag, 3. Dezember

■ Nach Kirchharpen durchs Ölbachtal (Rundwanderung)

leicht, ca. 16 km, Treffpunkt: 9:30 Uhr Parkbad Süd,
Rucksackverpflegung, Wf. Birgit Meyer, 0231-86420488

Dienstag, 5. Dezember

■ Nordic Walking

15:15 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 6. Dezember

■ Nikolaus mit Ludger, RE-Suderwich – RE-Weihnachtsmarkt

13:30 Uhr Henrichenburg Mitte, Bus nach Suderwich,
Wf. Ludger Heßler, 0170-2627112

Donnerstag, 7. Dezember

■ Wir gehen mit Petra spazieren

14:00 Uhr Förderturm im Erinpark, Einkehr im Café Auffenberg
am Münsterplatz, Wf. Petra Krause, 0179-2634184

Samstag, 9. Dezember

■ Glühweinwanderung

leicht, ca. 13 km, 13:00 Uhr Busbf. Münsterplatz, Pst. A,
Leckereien sollen von den Wanderern /innen, Glühwein, selbst
gebackene Plätzchen, Kakao o.ä. mitgebracht werden,
unbedingt vorher bei der Wanderführerin anmelden. Im
Anschluss kehren wir zum Essen und gemütlichem Zusammen-
sitzen ein, das Restaurant wird noch geklärt und bekanntgege-
ben, auch hier **unbedingt bis zum 29.11.2023 anmelden**
zwecks Tischreservierung, Wf. Ulrike Arends, 02305-638846

Dienstag, 12. Dezember

■ Nordic Walking

15:15 Uhr – Info Seite 11

Mittwoch, 13. Dezember

■ Rauxeler Runde

13:30 Uhr Parkplatz "Das Café" an der Bahnhofstr. 291, dort
auch Einkehr, Wf. Herbert Mecklenbrauck, 0157-74375158

Sonntag, 17. Dezember

■ Kleine Sonntagstour zum Haus Dellwig

leicht, ca. 10 km, Treffpunkt: 10:00 Uhr Parkplatz
Goldschmieding, Rückfahrt Pst. A, Rucksackverpflegung,
evtl. Einkehr möglich, Wf. Birgit Meyer, 0231-86420488

Dienstag, 19. Dezember

■ Nordic Walking

15:15 Uhr – Info Seite 11



Kleine Sonntagstour zum Haus Dellwig Dezember 2022

Mittwoch, 20. Dezember

■ ...und schon wieder kein Schnee

13:30 Uhr Ickern-Nord (Bushaltestelle), Einkehr mit Glühwein im Hof Menken, Wf. Ewald Hoffmann, 0176-53012215

Dienstag, 26. Dezember

■ kein Nordic Walking

Wir feiern Weihnachten!

Samstag, 30. Dezember

■ Jahresabschlusswanderung in der Heimat

mittel, ca. 18 km, Treffpunkt: 10:00 Uhr Parkplatz Goldschmieding, Einkehr im Brauhaus Rüttershoff oder Panoramacafé, Wf. Susanne Snuverink, 0176-52880413

Vorschau 2024:

■ JHV am 18. März 2024 um 19:00 Uhr im Brauhaus Rüttershoff



Kleine Sonntagstour zum Haus Dellwig im Dezember 2022



Von Iserlohn nach Stephanopol im Januar 2023



Wichtige überörtliche Adressen

Sauerländischer Gebirgsverein e.V.,

Hasenwinkel 4, 59821 Arnsberg, Tel. (02931) 5248-13
www.sgv.de; E-Mail: info@sgv.de

Sauerländischer Gebirgsverein

Bezirk Emscher-Lippe e.V.:
www.sgv-bezirk-emscher-lippe.de

Regionalvertreter Ruhrgebiet West

Bezirke Emscher-Lippe, Münster, Unterruhr:
Klaus-Dieter Lauterhahn, Fackertstraße 12, 45721 Haltern am See
Tel: (02364) 2593
E-Mail: kdlauderhahn@web.de

1. Bezirksvorsitzender

Verband des SGV Bezirk Emscher-Lippe e.V.:
Klaus-Dieter Lauterhahn, Fackertstraße 12, 45721 Haltern am See
Tel: (02364) 2593
E-Mail: kdlauderhahn@web.de

In den Steverauen bei Olfen im August 2022



Mitgliedschaft, Beiträge

Die **Mitgliedschaft** in der Abteilung Castrop-Rauxel des Sauerländischen Gebirgsvereins (SGV) wird durch schriftliche Beitrittserklärung erklärt.

Der **Antrag auf Mitgliedschaft** kann unter <https://sgv-castrop-rauxel.de/ueber-uns.html> heruntergeladen oder beim 1. Wanderwart oder 1. Vorsitzenden, 0157-82216763, angefordert werden. Den ausgefüllten Antrag bitte beim 1. Vorsitzenden (Claus Quentin, Delftstraße 50, 44577 Castrop-Rauxel) abgeben oder ihm zu-senden.

Die **Mitgliedschaft endet** durch Tod, Austritt oder Ausschluss.

Der Austritt ist bis spätestens zum 30. September dem zuständigen Vorstand gegenüber schriftlich zu erklären. Die Mitgliedschaft endet damit zum 31. Dezember des laufenden Jahres. Mitglieder haben bei ihrem Ausscheiden oder bei Auflösung des Vereins keine Erstattungsansprüche.

Jahresbeiträge:

Mitglieder über 18 Jahre	29,00 €
Jugendliche	14,50 €

(dieser Betrag gilt auch bei Eintritt nach dem 31. März jeden Jahres)

Der Jahresbeitrag ist bis zum 31.03. des laufenden Jahres zu überweisen. Danach erhöht sich der Beitrag um einen Säumniszuschlag von 3,00 €.

Bankverbindung:

Sparkasse Vest Recklinghausen
IBAN DE34 4265 0150 0060 0861 88
BIC WELADED1REK



Miteinander

Egal ob jung oder alt – Sport hält fit und gesund.

Deshalb unterstützen wir zahllose Vereine, Organisationen und Events rund um den Sport in unserer Region. Wir bringen Bewegung ins Vest.
www.sparkasse-re.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Vest Recklinghausen