

Inhaltsverzeichnis

| | | | |
|--|-----|--|--|
| Vorwort | 3 | | |
| Übersichtskarte | 6 | | |
| Zum Gebrauch des Buches | 8 | | |
| GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte | 10 | | |
| Symbole | 11 | | |
| Top-Touren in Südniedersachsen | 13 | | |
| Allgemeine Hinweise | 14 | | |
| Einführung in die Region | 19 | | |
| 1 3.15 Std. Schloss Marienburg – Alt Calenberg | 28 | | |
| 2 3.20 Std. Osterwald-Runde | 31 | | |
| TOP 3 6.30 Std. Ith-Hils-Weg, Etappe 1: Copenbrügge – Humboldtsee | 33 | | |
| TOP 4 6.45 Std. Ith-Hils-Weg, Etappe 2: Humboldtsee – Grünenplan | 38 | | |
| TOP 5 5.45 Std. Ith-Hils-Weg, Etappe 3: Grünenplan – Brunkensen | 42 | | |
| TOP 6 7.30 Std. Ith-Hils-Weg, Etappe 4: Brunkensen – Copenbrügge | 46 | | |
| 7 2.50 Std. Duinger Seenplatte | 52 | | |
| 8 4.30 Std. Über Kulf und Rettberg | 54 | | |
| 9 4.30 Std. Sieben-Berge-Schleife | 57 | | |
| 10 3.20 Std. Im Alfelder Südosten | 60 | | |
| 11 5.40 Std. Über den Escherberg zum Gallberg | 64 | | |
| 12 6.30 Std. Rennstieg, Etappe 1: Hildesheim – Wernershöhe | 68 | | |
| 13 5.15 Std. Rennstieg, Etappe 2: Wernershöhe – Winzenburg (Freden) | 72 | | |
| 14 6.40 Std. Tosmarberg | 76 | | |
| 15 4.00 Std. Zwischen Wohldenberg und Söder | 80 | | |
| 16 4.20 Std. Eidechsengrund und Bodensteiner Klippen | 83 | | |
| 17 5.40 Std. Klosterwanderweg Lamspringe – Brunshausen | 86 | | |
| 18 5.30 Std. Durch den Südlichen Sackwald | 90 | | |
| 19 4.30 Std. Am Helleberg | 94 | | |
| TOP 20 4.30 Std. Durch den Selter zur Burg Greene | 98 | | |
| 21 4.30 Std. Im Südlichen Hils | 102 | | |
| 22 3.30 Std. Ruine Homburg | 104 | | |
| TOP 23 4.00 Std. Vogler-Überschreitung | 106 | | |
| 24 4.50 Std. Durch die Rühler Schweiz | 109 | | |
| 25 5.00 Std. Burgberg-Runde | 112 | | |
| TOP 26 4.00 Std. Mecklenbruch und Hellental | 116 | | |
| 27 3.30 Std. Rund um Neuhaus und Silberborn | 119 | | |
| 28 5.00 Std. Von Holzminden nach Fürstenberg | 122 | | |
| 29 5.30 Std. Von Bodenfelde nach Bad Karlshafen | 126 | | |
| 30 3.00 Std. Von Uslar zum Sollingturm | 130 | | |
| 31 4.00 Std. Rund um Delliehausen | 132 | | |
| TOP 32 4.20 Std. Über die Weper | 134 | | |
| 33 5.00 Std. Von Lauenberg in den Solling | 138 | | |
| 34 3.30 Std. Leinepolder und Northeimer Seenplatte | 140 | | |
| 35 4.45 Std. Harzhorn und Kahlberg | 143 | | |
| 36 2.45 Std. Ruine Stauffenburg | 146 | | |
| 37 3.30 Std. Durch den Westerhofer Wald | 148 | | |
| 38 3.15 Std. Rund um Elvershausen | 150 | | |
| 39 3.00 Std. Rundtour am Wieter | 152 | | |
| 40 2.30 Std. Zwischen Nörten-Hardenberg und Bishausen | 154 | | |
| TOP 41 2.45 Std. Burg Plesse | 156 | | |
| 42 4.00 Std. Solling-Harz-Weg, Etappe 1: Hardeggen – Lenglern | 158 | | |
| 43 8.00 Std. Solling-Harz-Weg, Etappe 2: Lenglern – Bilshausen | 161 | | |
| 44 4.30 Std. Solling-Harz-Weg, Etappe 3: Bilshausen – Rhumspringe | 166 | | |
| 45 2.00 Std. Im Göttinger Stadtwald am Hainberg | 169 | | |
| 46 3.00 Std. Rund um Roringen | 172 | | |
| 47 4.00 Std. Zum Harzblick bei der Mackenröder Spitze | 175 | | |
| 48 4.30 Std. Hünstollen | 178 | | |
| 49 3.00 Std. Zwischen Seulingen und Landolfshausen | 181 | | |
| TOP 50 3.30 Std. Seeburger See | 183 | | |
| 51 2.30 Std. Am Rotenberg bei Gieboldehausen | 186 | | |
| 52 4.30 Std. Von Gieboldehausen nach Duderstadt | 188 | | |
| TOP 53 3.15 Std. Karstwanderweg bei Osterode | 192 | | |
| 54 2.45 Std. Im Pöhlder Becken | 195 | | |
| TOP 55 3.40 Std. Grünes Band bei Duderstadt | 198 | | |
| 56 3.30 Std. Neue und Alte Gleichen | 202 | | |
| 57 3.50 Std. Reinhäuser Runde | 205 | | |
| TOP 58 3.45 Std. Bocksbühl | 208 | | |
| 59 5.30 Std. Ossenberg, Backenberg und Grefenburg | 212 | | |
| 60 4.30 Std. Bramwald und Niemetal | 215 | | |
| 61 5.40 Std. Dransfelder Hochfläche | 218 | | |
| 62 2.45 Std. Hoher Hagen | 221 | | |
| 63 6.00 Std. Von Hann. Münden zum Brackenberg | 224 | | |
| 64 3.30 Std. Laubacher Runde im Kaufunger Wald | 228 | | |
| 65 4.15 Std. Staufenberger Runde im Kaufunger Wald | 231 | | |
| Stichwortverzeichnis | 236 | | |