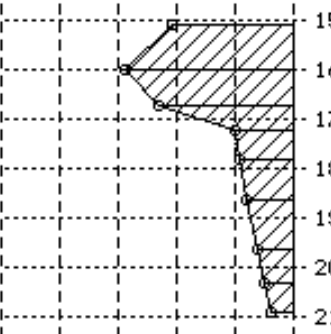


Blattbez.: 05DSAU10.9WA	Blatt-Nr.: 05	* W A N D E R B L A T T *		Reisetag : 05-05
Staat : DEUTSCHLAND	Seite-Nr.: 01	Wochentag von SONNTAG bis SONNTAG		Wandertag : 05
Region : NRW/SAUERLAND		Datum von 22.05.1999 bis 22.05.1999		Ruhetag : 00
Wanderweg: RUHRHÖHENWEG X R		Höch. Pkt.: 270 m	Nied. Pkt.: 115 m	Entfernung : 20.9 km
Strecke : MENDEN/BF. - SCHWERTE-ERGSTE		Höhend. +: 331 m	Höhend. -: 361 m	Wanderzeit : 398 Min.
Ziel : SCHWERTE-ERGSTE		v Gehen : 4.5 km/h	v Steigen: 450 m/h	Pausenzeit : 75 Min.
Ausg./DM : 50.00				Anz.d.Übern. : 01

HÖHENDIAGRAMM IN METERN 300 260 220 180 140 100	km	Ort	Orts höhe	Bemerkungen	Pau- sen	Wan- zeit	Uhr- zeit
	0	Menden/Bf.	145	Vom Bahnhof rechts herum, Gleise/Str.übe	0	0	09:00
	0.8	Bad/Waldrand	180	geradeaus weit.a.XR a.Str.d.Wald	0	15	09:15
	1.5	Wegkreuzung	215	geradeaus weit.d.Wald i.südwestl.Richt.	0	29	09:29
	2.0	Forststr.-kreuz	246	geradeaus weit./Aussicht voraus	0	40	09:40
	2.7	Forststr.-kreuz	230	links ab n.Süden a.XR	0	49	09:49
	3.1	Hembrocker Berg	243	Hang - Richt.-änderung voraus (rechts)	0	56	09:56
	3.6	Forststr.-kreuz	215	links ab/Wanne-Bach voraus/n.250m rechts	15	78	10:18
	4.4	Grube/Teich/Abz	205	weit.a.XR n.Südost.a.Wald entl./Wiese	0	89	10:29
	5.2	Kreuzung/Haus	270	rechts ab,nach 100m wied.links ab/Wald	0	108	10:48
	5.9	Höhe 242/Abzu.	242	geradeaus weit.n.Westen durch Wald	0	117	10:57
	6.5	Wegkreuzung	255	weit. im Bogen n.Nordosten a.XR	0	127	11:07
	7.5	Landstr. L 682	190	L 682 überquer./Bach,Teich,Freiltg.vorau	0	140	11:20
	7.9	Bixterhausen	200	Str.überquer.- weit.n.Westen d.Felder	0	147	11:27
	8.8	Sümmern/Kirche	195	Vielleicht ist dort eine Kneipe	30	189	12:09
	9.2	Landstr. L 680	182	L 680 überquer.- weit.a.XR n.Westen	0	194	12:14
	9.7	Bach	150	Industriegeb.i.d.Nähe - weit.i.westl.Ric	0	201	12:21
	10.1	Str.-abzweig	165	rechts ab n.Norden	0	208	12:28
	10.6	Wulfringsen	173	Bach/Gebetsstock/Str.- links weit.n.West	0	216	12:36
	11.0	Wald/Kuppe	180	weit.a.Wald entl.i.westl.Richt.a.XR	0	222	12:42
	12.1	Straße	138	links weit.a.Str./Bach&Mühle voraus	0	237	12:57
	12.6	Kalthof/Kirche	135	Baarbach/B 233 zurück/Bahn voraus	0	244	13:04
	13.1	Str.abzu.(recht	159	geradeaus weit.a.XR d.Siedlungsgeb.	0	254	13:14
	13.7	Radwegkreuz.R35	140	Bachbrücke - Bach NICHT überquer.	0	262	13:22
	14.3	Str.-kurve/ND	152	rechts weit.n.Westen/Bach,Teich voraus	0	272	13:32
	15.1	Refflingsen	183	Weiler - geradeaus weit.d.Felder	0	287	13:47

Blattbez.: 05DSAU10.9WA		Staat: DEUTSCHLAND		Region: NRW/SAUERLAND		Blatt: 05		Seite: 02	
HÖHENDIAGRAMM IN METERN		km	Ort	Orts- höhe	Bemerkungen	Pau- sen	Wan- zeit	Uhr- zeit	
300	260	220	180	140	100				
		15	15.1	Refflingsen	183	Weiler - geradeaus weit.d.Felder	0	287	13:47
		16	16.0	Am Ufer/Whs.	215	L 648 überquer.- weit.i.westl.Richt./Wal	30	333	14:33
		17	16.7	Richt.-änderung	192	rechts weit.a.Weg d.Wald i.nordwestl.Ric	0	342	14:42
		17.2	Wegkreuzung	140	Schüttholz - weit.a.Elsebach entl./Wald	0	349	14:49	
		18	17.8	Wegabzu./Bach	137	geradeaus weit.a.Elsebach entl.	0	357	14:57
		19	18.6	Saurenholz	132	Wegabzu.- geradaus weit.n.Westen	0	368	15:08
		20	19.6	Straße	125	Str.überquer.- geradeaus weit./Whs.i.d.N	0	381	15:21
		20.3	Str./Bahn/Bad	120	links weit.a.Bahnlinie entl.zum Bahnhof	0	390	15:30	
		21	20.9	Schwerte-Ergste	115	Bahnhof	0	398	15:38
		22							
		23							
		24							
		25							
		26							
		27							
		28							
		29							
		30							
		31							

B E M E R K U N G E N										www.spaziergaenger.de
Bahnverbind.: DO Hbf. ab 07:52 - Menden Bf.					16:05 Uhr					(c) Wolfgang Timmer 2002
an 8:44 Uhr					Es gibt 2 Möglichkeiten: entweder schneller					
Schwerte-Ergste Bf. ab 15:38 Uhr - DO Hbf. an					gehen oder mehr Pausen (nächst. Zug in 1 Std.					
Schlafen:	0.00 DM	Essen:	20.00 DM	Fahren:	20.00 DM	Sonstiges:	10.00 DM	SUMME:	50.00 DM	