



<http://duesseldorf.natuerlichmagazin.de>

natürlich

bewusst handeln – nachhaltig leben **DÜSSELDORF**

Bio aus Asien

Wie sicher sind grüne
Lebensmittel aus Fernost?

Mit Mode Gutes tun

Cosma Shiva Hagens Botschaft
für eine bessere Welt

Kalte Köstlichkeiten

Die besten Eismacher der Stadt

bis **10%**

**EINKAUFSGUTSCHEINE
IM SERVICETEIL**



Geschichte, Natur und Kartoffel-Pickert – Unterwegs im Teutoburger Wald

Für ein Wochenende nach Bali? Das geht nicht? Aber sicher! Denn Bali ist gar nicht so weit weg, nur knappe 200 Kilometer von Düsseldorf oder Köln. Am Fuße des Teutoburger Waldes nennen die Bad Lippspringer ihr 15 000-Einwohner-Städtchen liebevoll Bali. Wie wäre es also: Koffer packen und auf ins Wochenende nach Bali.

Landschaft um Lemgo

Vorbei am Ruhrgebiet geht es nach Bad Lippspringe, das von der Natur verwöhnt wurde. Die Bade- und Blumenstadt grenzt an die Heidelandschaft der Senne. Die geschützte Lage zwischen den Hügeln der Mittelgebirge und der Sennelandschaft führt zu einem besonderen Heilklima und zu hoher Luftreinheit. Wer gern ein wenig luxuriös wohnt, Wellness und den direkten Zugang zum Kurpark schätzt, findet eine wunder-

Entspannung und Ruhe finden Großstädter in den kunstvoll angelegten Kurparks von Bad Lippspringe.



schöne Unterkunft im Best Western Premier Park Hotel. Aber auch einfache Unterkünfte wie Haus Karenfeld sind empfehlenswert.

Um erst einmal die Arbeitswoche hinter sich zu lassen, lohnt sich nach der Ankunft ein ausgiebiger Spaziergang durch die drei Kurparks, die gerade im Sommer einem Blumenmeer gleichen. Nach dem Kaiser-Karls-Park und dem Jordanpark lässt es sich herrlich im Arminius-Park flanieren, dessen Besonderheit eine Nebelwiese ist. Nicht nur optisch etwas Außergewöhnliches: Mächtig imposante Röhren heben sich in die Höhe, aus denen ein feiner, künstlich erzeugter Nebel steigt. Er verhüllt den alten Baumbestand und demonstriert auf diese Weise, wie sich der Pollenflug bei feuchter Witterung reduziert. Wer Lust auf eine gesunde Brise Salzlufthat, der sollte der Salzgrotte einen Besuch abstatten, denn der Mensch kann ohne Gold, nicht aber ohne Salz leben. „Eine Stunde Salzgrotte ist so gesund wie ein ganzer Tag am Meer“,

erklärt Werner Flegel, Hoteldirektor im Premier Park Hotel. Viele seiner Gäste tanken täglich die „Meeresbrise“, die beim Inhalieren zum körperlichen Ausgleich und zur Entspannung führt.

Im Stadtkern muss man die schönen Gebäude suchen, doch ab und zu lohnt es sich genauer hinzuschauen. Die Pfarrkirche St. Martin, ein neugotisches Gebäude, wurde 1898–1900 vom Paderborner Dombaumeister Johann Arnold Güldenpfeffing erbaut. Die Liborius-Quelle in der gleichnamigen Trinkhalle wird von Besuchern und Bewohnern gleichermaßen gern angezapft – das warme Heilwasser soll für mehr Wohlbefinden sorgen.

Eisenbahngeschichte erwandern

Bad Lippspringe ist ein idealer Ausgangspunkt für eine Entdeckungstour. Kultur- und naturbegeisterte Wochenendausflügler sollten sich unbedingt auf den Viadukt-Wanderweg in Altenbeken



Die Lange Straße in Delbrück. Der Ort ist berühmt für seine zahlreichen Bauernhof-Cafés und heimischen Spezialitäten wie etwa den Kartoffel-Pickert.

begeben (www.viadukt-wanderweg.de). Er ist 14 Kilometer von Bad Lippspringe entfernt und gehört zu den zehn schönsten Wanderwegen in Deutschland. Vom Deutschen Wanderverband erhielt er im Januar 2009 sogar die Auszeichnung „Qualitätsweg Wanderbares Deutsch-

land“. Unter Eisenbahnfreunden gilt Altenbeken am Tor zum Eggegebirge längst als wahres Kleinod. Immer mehr Gäste aus ganz Deutschland, den Niederlanden, Belgien und Großbritannien kommen hierher, um die Eisenbahntradition des Ortes aufzuspüren. Der Grund ist der

wunderbar restaurierte Viadukt, der auf 24 Gewölbebögen steht. Mit 482 Metern Länge und bis zu 35 Metern Höhe gilt er als größte Kalksandsteinbrücke Europas und ist zudem eines der ältesten Relikte der Eisenbahngeschichte Deutschlands. Der Altenbekener Viadukt wurde von der Königlich-Westfälischen Eisenbahngesellschaft gebaut und am 21. Juli 1853 durch König Friedrich Wilhelm IV. eingeweiht. Von ihm stammt der Ausspruch: „Ich habe geglaubt, eine goldene Brücke vorzufinden, weil so schrecklich viele Taler verbraucht worden sind.“ Der Start- und Zielpunkt der Wanderung liegt mitten im Ortskern Altenbeken: eine original Güterzug-Dampflokomotive der Baureihe 044 aus dem Jahr 1941. Aufgestellt wurde diese Lok im Jahr 1977. Seit 2005 kann man die „große alte Dame“ – wie auch den Viadukt – bei Dunkelheit als Lichtkunstwerk bestaunen.

Direkt am Kurpark liegt das stilvolle Parkhotel in Bad Lippspringe.



Gewandert wird auf befestigten Wegen mit einem herrlichen Panoramablick. Moderne Personen- und Güterzüge und auch historische Dampflokomotiven schlängeln sich dabei vorsichtig in langsamer Fahrt über den mächtigen Viadukt. Ein gelungenes Schauspiel. Der Wanderdurst kann unterwegs an den vielen natürlichen Quellen gestillt werden. Und der Hunger, der kommt bei 29 Kilometern von allein. Es lässt sich wunderbar am Wegesrand das mitgebrachte Butterbrot verspernen. Und wenn das dann gefuttert ist, kann man herrlich einkehren, zum Beispiel in „Richts Deele“ in Altenbeken-Buke. Dort warten nicht nur die Schnitten mit hausgemachter Wurst und köstlichem Schinken, sondern auch selbstgebackene Torten und Kuchen. Kinder haben jede Menge Platz zum Toben, während sich die Eltern im ehemaligen Richterhof von 1730 erholen können. Und wenn das Wetter mitspielt, lässt sich die ganze Familie einfach draußen nieder.

Der Viadukt ist 482 Meter lang und gilt als Europas größte Kalksandsteinbrücke.



Das Landestheater in Detmold

„... wer will mit nach Bad Driburg fahr'n?“

Im historischen Bahngelände von Bad Driburg treffen sich illustre Besucher. Der Opa mit dem Enkel, der jung gebliebene Mitte-40-Jährige, der seine Märklin-Bahn zu Hause in einer Kiste stecken hat und den nun wieder die Eisenbahn-Spiel lust packt, denn in Bad Driburg gibt es die „vielleicht schön-



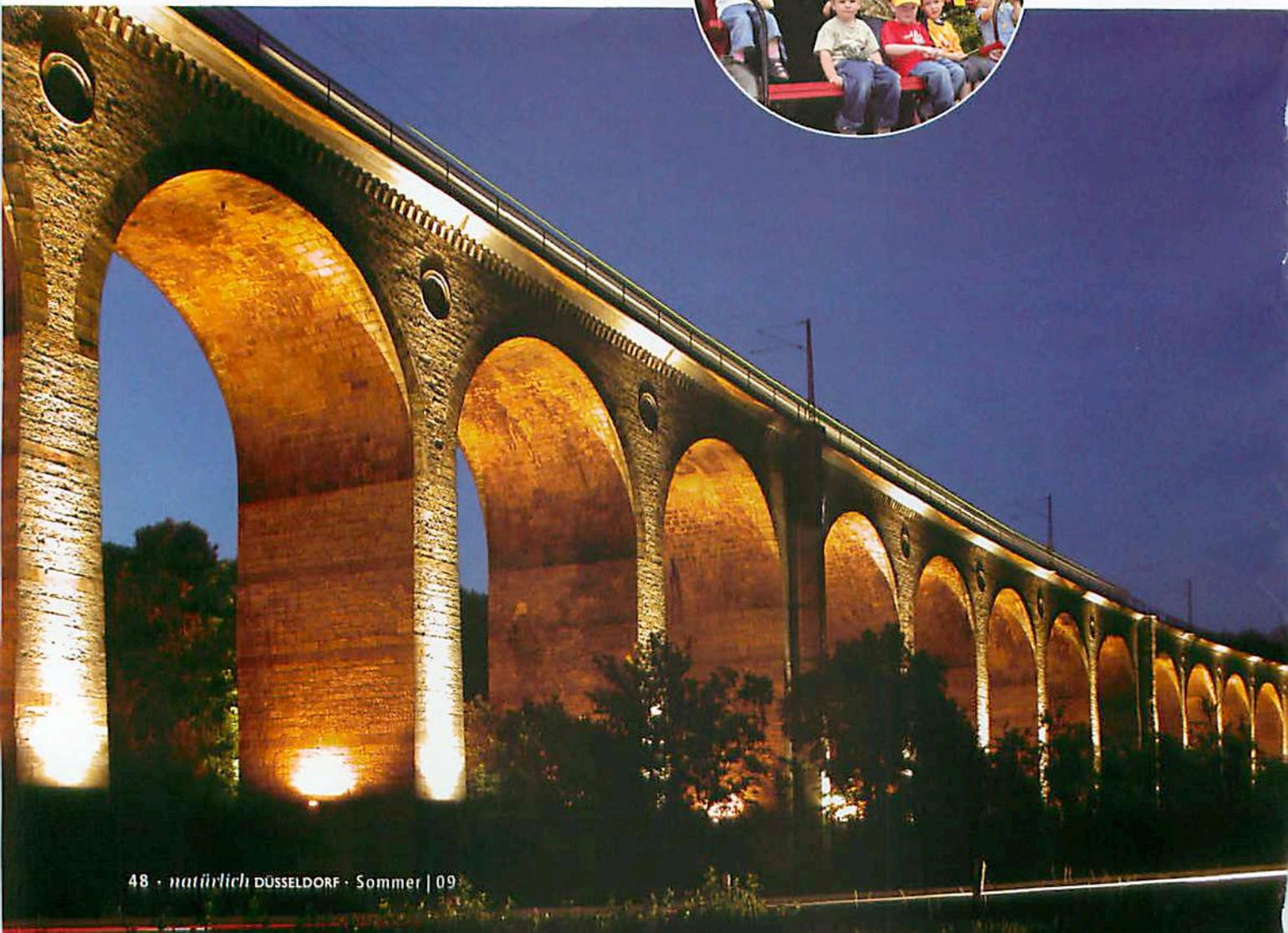
Beliebter Wandertreffpunkt ist die Dampflok aus dem Jahre 1941 in Altenbeken.

te Modellbahnschau der Welt“, wie der junge Mann an der Kasse sagt. 800 Meter Gleise, 200 Weichen, 60 Signale und Tausende Lichter wurden auf der mehr als 60 Quadratmeter großen Anlage in mehr als 20.000 Arbeitsstunden verbaut. Rund zwei Drittel der Miniaturgebäude sind Unikate in Museumsqualität.

Ein Mitarbeiter steuert vom Computer aus das riesige



Kinder auf der Lok aus der Baureihe 044





Das fürstliche Residenzschloss in Detmold

Modell, das Tag und Nacht simuliert: In der Dorf-Disko geht plötzlich die Musik an, eine Band spielt, Krankenwagen und Polizeiautos mit Blaulicht sind zu sehen, Lautsprecherdurchsagen zu hören. Die Landschaften sind naturgetreu nachgebaut: Große Weideflächen, Gewässer mit Schwänen, historische Dorfkern, Berge. „Man denkt, das ist alles echt“, sagt ein Junge, und seine blauen Augen leuchten. Und auch so manche Mutter staunt

nicht schlecht. „Ich kann jetzt ein bisschen verstehen, was meinen Mann und unseren Sohn jede Woche ein paar Stunden in den Keller zum Eisenbahnspielen führt. Es ist die Faszination, dass alles so echt aussieht“, meint sie. Mindestens eine Stunde Zeit sollte man sich für die Modellbahnschau nehmen – manche bleiben aber auch einen ganzen Tag. Wer etwas Luft schnuppern will, während der Rest der Familie noch die Modellbah-

Blick ins Tal vom Viadukt-Wanderweg Altenbeken



© Tourismusbüro Lemgo, Gemeinde Altenbeken

nen bewundert, der kann im Gräflichen Wildpark mitten zwischen Rehen und Hirschen spazieren gehen.

Unbedingt probieren: Kartoffel-Pickert

Von Bad Driburg geht es weiter nach Delbrück auf den Kirchplatz. Rund um die katholische Pfarrkirche St. Johann Baptist, deren schiefer Turm schon von Weitem zu sehen ist, findet sich ein einzigartiges Ensemble historischer Fachwerkhäuser, in denen teilweise nette kleine Läden Platz gefunden haben. Ein Blick in die Kirche, mit deren Bau 1180 begonnen wurde, ist auf jeden Fall empfehlenswert. Rund um Delbrück locken

Gastronomie

Rohlings Deelee

Riegerstraße 35
33129 Delbrück-Hagen
Tel.: (0 52 50) 22 48
Fax: (0 52 50) 83 34
Öffnungszeiten: Sa. 14 bis 18 Uhr,
So. und Feiertage 13 bis 18 Uhr
Wochentage nach Vereinbarung
Jeden 1. So. im Monat Frühstücksbuffet,
bitte Voranmeldung
April–Oktober: So. und Feiertage
12 bis 18 Uhr

Richts Deelee

Dorfstraße 51
33184 Altenbeken-Buke
Tel.: (0 52 55) 61 35
Fax: (0 52 55) 93 05 44
Internet: www.richts-deele.de
Öffnungszeiten: Mi. bis So. 14 bis 18 Uhr

Gut Redingerhof

Renkerweg 1
33175 Bad Lippspringe
Tel.: (0 52 52) 97 76 16
Fax: (0 52 52) 9 75 99 50
Internet: www.gutredingerhof.de
Öffnungszeiten: 14 bis 22 Uhr,
Di. Ruhetag

Fischerhütte im Kurwald

Cecilienallee 12
33175 Bad Lippspringe
Tel.: (0 52 52) 97 09 34
Fax: (0 52 52) 97 09 36
Internet: www.fischerhuetten.de
Öffnungszeiten: Di. bis Do. 14 bis 23 Uhr,
Fr. und Sa. 14 bis 24 Uhr, So. und Feiertage
9.30 bis 23 Uhr, Mo. Ruhetag

verschiedene Bauernhof-Cafés mit ihren Köstlichkeiten. „Rohlings Deele“, abseits des Trubels, ist für seine Kartoffel-Pickert und die selbst gemachten Torten und Kuchen weit über Delbrück hinaus bekannt. Im prächtigen Bauernhof von 1713 serviert Irmgard Rohling mit Hingabe und Enthusiasmus ihre Gerichte und erklärt gerne ihre Rezepte. „Kartoffel-Pickert ist eine echt westfälische Spezialität. Sie besteht aus Kartoffeln, Hefe und Rosinen und wird gebacken. Nach dem Erkalten wird der Pickert in Scheiben geschnitten und in viel guter Butter in der Pfanne erhitzt. Dazu gibt es Rübennkraut, Pflaumenmus und Leberwurst.“ Sie erzählt, dass sie seit neun Jahren den Hof betreibt und viele treue Stammgäste hat. Im Sommer ist das idyllische Kleinod auch für die Radfahrer ein Paradies zwischen Ackerböden und alten Eichen. Neunzig Plätze gibt es dann im Freien, die bei schönem Wetter rund um die Uhr belegt sind. Und wer am Tag noch nicht genügend sportliche Betätigung hatte, der kann abends den beleuchteten Joggingpfad im Kurpark von Bad Lippspringe ablaufen. Mit etwas Glück springt sogar ein Reh mit seinem Kitz vorbei. Dann bitte nicht erschrecken!

Alt und ehrwürdig

Ein Besuch in Detmold darf nicht fehlen. Es ist ein sehr hübsches Städtchen mit einem historischen Stadtkern, der von den beiden Weltkriegen weitgehend verschont blieb. Mittelpunkt der Altstadt ist der Marktplatz, an dem Zeugnisse aus allen Bauperioden der alten Residenzstadt versammelt sind. Das Auge labt sich an noblen klassizistischen Putzbauten wie dem Rathaus, dann an der historischen Erlöserkirche, dem einzigen mittelalterlichen Großbau, und an den Giebelhäusern aus dem 18. und 19. Jahrhundert. Sehenswert ist der Wochenmarkt (dienstags, donnerstags und samstags), auf dem Händler heimische Produkte anbieten. Geschäfte mit besonderem Flair findet man auf der Krümmen Straße: beispielsweise eine uralte Bäckerei, die sich auf Bio- und Dinkelbackwaren spezialisiert hat, oder ein Fachgeschäft für Saiteninstrumente.



Einzigartig in Deutschland: Die Wewelsburg hat einen dreieckigen Grundriss.

Von Detmold geht es nach Lemgo, der über 800 Jahre alten Renaissancestadt. Im Gegensatz zu Detmold wirkt hier vieles verschlafener, einige Läden stehen leer. Schade, denn nur wenige deutsche

Städte wurden mit so viel Liebe restauriert, und darum finden sich im Stadtkern zahlreiche Baudenkmäler, prachtvolle Steinbauten und kunstvoll verzierte Fachwerkhäuser aus der Spätgotik und

Idyllisch: das Freilichtmuseum in Detmold





der Renaissance. Auch die Lemgoer Kirchen St. Nicolai und St. Marien prägen das historische Stadtbild. Die ungleichen Türme von St. Nicolai überragen sogar das Rathaus.

Wer auf der Rückfahrt ins Rheinland noch Zeit für einen Abstecher hat, sollte unbedingt die Wewelsburg besichtigen. Sie ist die einzige Burg mit einem dreieckigen Grundriss in Deutschland und liegt quasi auf dem Weg. Im historischen Museum des Hochstifts Paderborn gibt es wechselnde Ausstellungen, unter an-

derem „Flucht und Vertreibung – Deutsche im östlichen Mitteleuropa“. Heute befindet sich in der Burg auch eine Jugendherberge. (ksi) ■

Adressen

Best Western Premier Parkhotel

Peter-Hartmann-Allee 4
33175 Bad Lippspringe
Tel.: (0 52 52) 96 30
Fax: (0 52 52) 96 31 11
E-Mail:
info@parkhotel-lippspringe.bestwestern.de
Internet: www.parkhotel-lippspringe.de
Preise: DZ ab 102 Euro, Wellness- und Beautyarrangements ab 114 Euro

Gästehaus Karenfeld

Antoniusstraße 12 a
33175 Bad Lippspringe
Tel.: (0 52 52) 9 68 40
E-Mail: info@gastehaus-karenfeld.de
Internet: www.gastehaus-karenfeld.de
Preise: EZ 25–30 Euro, FeWo 35–39 Euro, Appartement ab 25 Euro

Gemeinde Altenbeken

Bahnhofstraße 5a
33184 Altenbeken
Tel.: (0 52 55) 12 00 66
E-Mail: info@altenbeken.de
Internet: www.altenbeken.de

Tourist-Information der Bad Lippspringe Marketing GmbH

Am Marktplatz
33175 Bad Lippspringe
Tel.: (0 52 52) 9 77 00
Fax: (0 52 52) 9 7 70 77
E-Mail: marketing@bad-lippspringe.de
Internet: www.bad-lippspringe.de



In der Detmolder Altstadt laden urige Cafés zum Verweilen ein ...



... und in der Region locken rustikale Stuben zum Einkehren.



Sehenswert: die über 800 Jahre alte Renaissancestadt Lemgo mit dem historischen Marktplatz

