



Dem Leben
Sinn geben!

Tourenradeln mit Heike Höltken

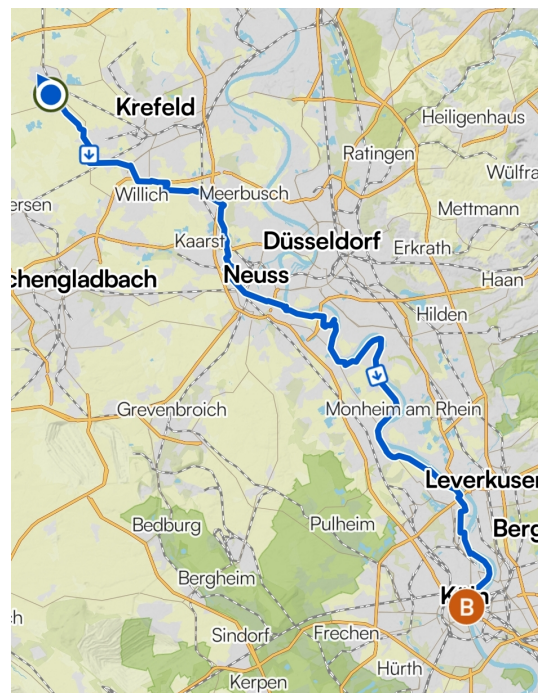
„Gemeinsam – Draußen – Fit“

**Am Mittwoch, 05.08.26, um 09:00 Uhr
geht's auf die vierte Runde**

Treffpunkt ist der Kempener Bahnhof.

Unsere nächste Fahrradtour führt uns zunächst mit dem Zug von Kempen nach Köln. Von dort starten wir unsere Radtour zurück in Richtung Heimat.

Von Köln aus folgen wir dem Rhein über Köln-Worringen und Zons bis nach Grimlinghausen, wo die Erft in den Rhein mündet. Anschließend geht es durch Neuss entlang des Nordkanals in Richtung Kaarst und Meerbusch-Osterath. Über den Forstwald erreichen wir Krefeld und fahren schließlich zurück nach Kempen.



Die rund 85 km lange Strecke ist überwiegend flach und leicht zu fahren. Sie gehört zu den besonders reizvollen Touren am Niederrhein: Weite Rheinauen, idyllische Uferwege, historische Orte wie Zons, die Mündung der Erft in den Rhein sowie die ruhigen Wege entlang des Nordkanals sorgen für eine abwechslungsreiche und landschaftlich beeindruckende Fahrt. Der schattige Forstwald bildet zum Abschluss einen schönen Kontrast zu den offenen Flusslandschaften.

**Treffpunkt: Mittwoch, 05. August 2026, um 9:00 Uhr am
Bahnhof in Kempen. Wir werden die NRW-Tickets für alle
Mitfahrenden vor Ort gemeinsam buchen.**

Ansprechpartner für Rückfragen sind Heike Höltken und Werner Holtermann,
Kontakt w.holtermann@altenhilfe-kempen.de