

# Herzlich willkommen zur Kulinarischen Wanderung



## Speisenangebot:

**Frühstück** Frühstücksspezialitäten

**Mittagsrast** Astenberger Kartoffelsuppe mit Pfifferlingen

Rauchrückensteak mit geschmorten  
Dickebohnen und Ofenkartoffel

Sauerländer Hirschragout  
mit Spirelli-Nudeln

Vanille-Sahnetopfen mit Früchten

Kindergericht:

Nudeln mit Sauce-Bolognese

**Kaffeerast** Süße Spezialitäten der Saison  
vom Siedlinghauser Konditor

## Infos und Anmeldung:

Verkehrsverein Altastenberg e.V.  
Renauweg 23 · 59955 Winterberg-Altastenberg  
Tel. 0 29 81/12 41  
info@altastenberg.de · www.altastenberg.de

## Teilnehmerstartgeld:

Erwachsene 19,90 Euro Vorkasse  
Kinder bis 12 Jahre 9,50 Euro Vorkasse

## Startgeld beinhaltet:

Wanderführer, Frühstück und Mittagessen,  
Kaffee und Kuchen, Musik zum Mittag und Ausklang,  
Bustransfer Siedlinghausen - Altastenberg

## Kaltgetränke nicht enthalten

## Mit Voranmeldung und Vorkasse

Volksbank Bigge-Lenne eG  
Konto-Nr. 5172 502 801 · BLZ 460 628 17



## Veranstalter:

**ALTASTENBERG**  
Verkehrsverein  
Altastenberg e.V.

Heimat- und Verkehrsverein e.V.  
und SGV Siedlinghausen

In Zusammenarbeit mit dem Stadtmarketing  
Verein Winterberg und seinen Dörfern e.V.  
Projektgruppe Wandern

**WINTERBERG**  
StadtMarketing

Im Jubiläumsjahr dabei:



**Schweden-Hütte**



## Anmeldung:

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

Ort: \_\_\_\_\_

Anzahl Erwachsene: \_\_\_\_\_ Anzahl Kinder: \_\_\_\_\_

- Die Kulinarische Wanderung findet bei jedem Wetter statt.
- Der Veranstalter übernimmt keine Haftung bei Sach- und Körperschäden.
- Der Veranstalter behält sich Programmänderungen vor.

## Infos und Anmeldung:

Verkehrsverein Altastenberg e.V.  
Renauweg 23  
59955 Winterberg-Altastenberg  
Tel. 0 29 81/12 41  
info@altastenberg.de · www.altastenberg.de

## Teilnehmerstartgeld:

Erwachsene 19,90 Euro Vorkasse  
Kinder bis 12 Jahre 9,50 Euro Vorkasse

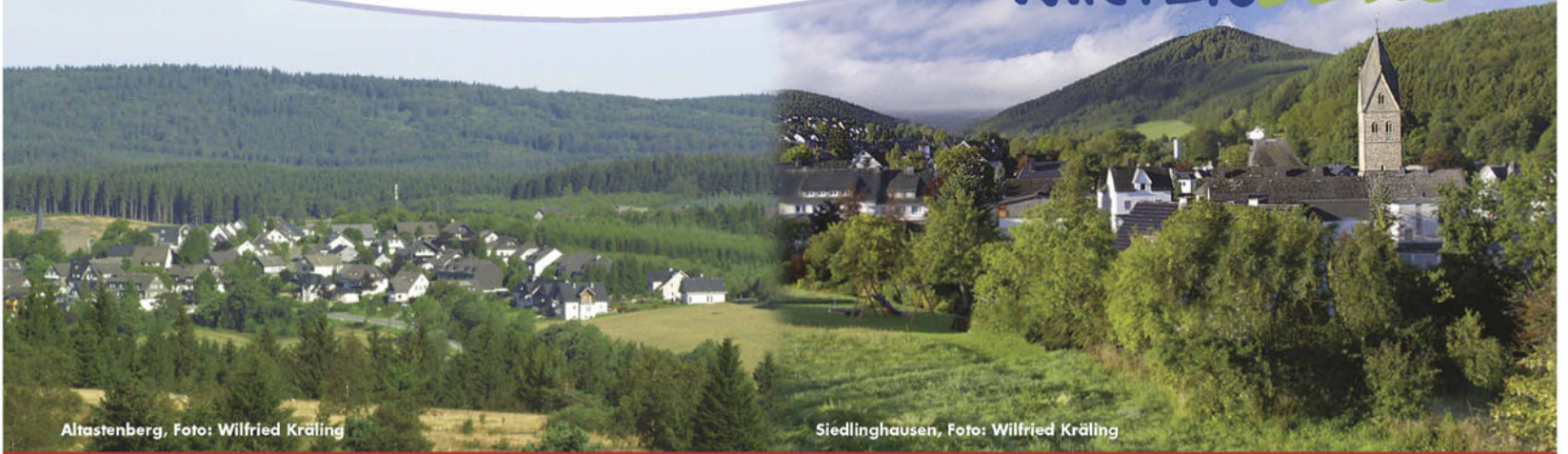
## Startgeld beinhaltet:

Wanderführer  
Frühstück und Mittagessen  
Kaffee und Kuchen  
Musik zum Mittag und Ausklang  
Bustransfer Siedlinghausen – Altastenberg

## Kaltgetränke nicht enthalten

## Mit Voranmeldung und Vorkasse

Volksbank Bigge-Lenne eG  
Konto-Nr. 5172 502 801 · BLZ 460 628 17



Altastenberg, Foto: Wilfried Kräling

Siedlinghausen, Foto: Wilfried Kräling

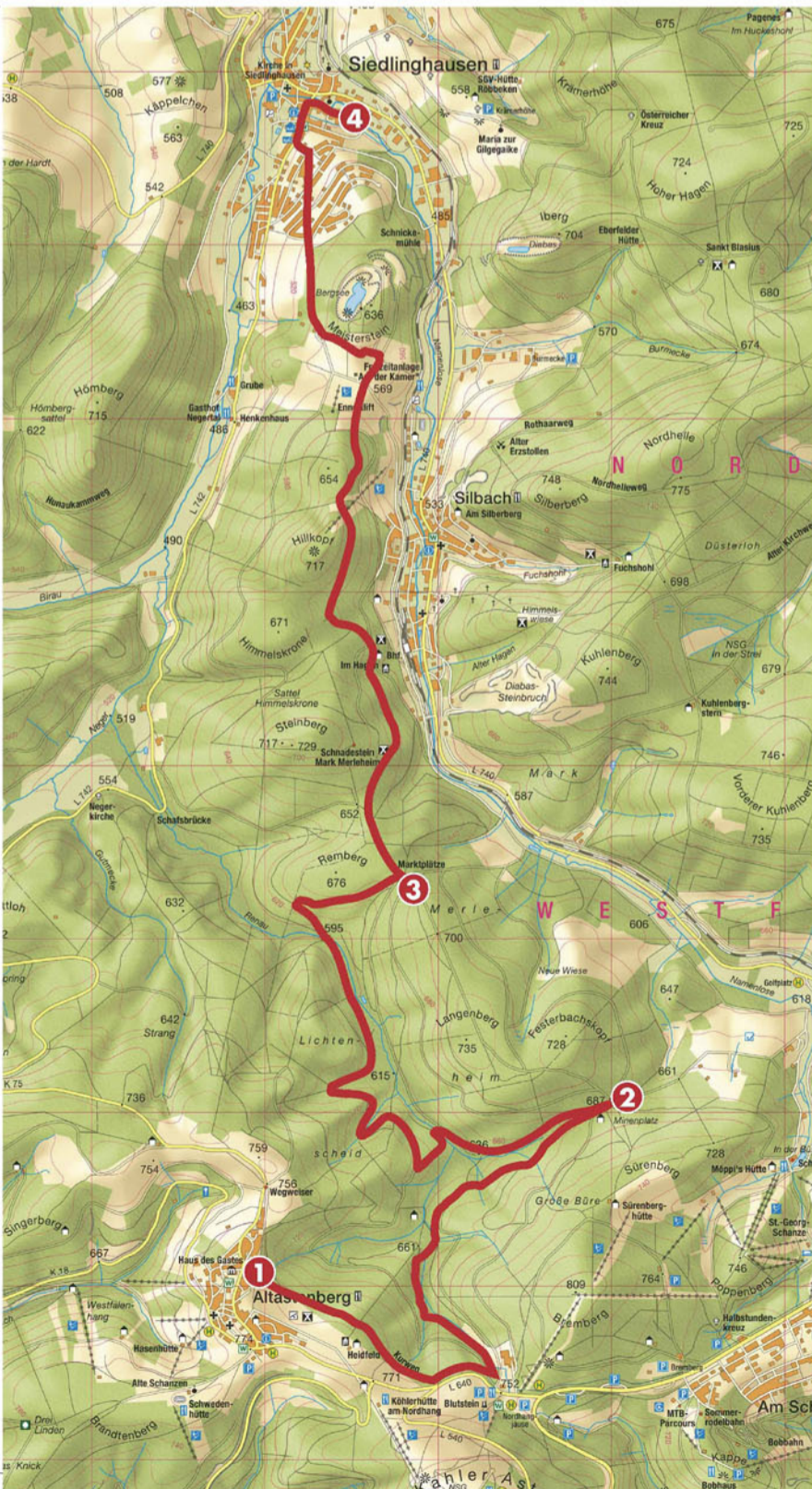
## Altastenberg – Siedlinghausen am Samstag, 18. September 2010



### Das Tagesprogramm (ca. 9 Std.) auf einen Blick:

Uhrzeit	Ort	ca. km	ca. Dauer
08.30 Uhr	Treffpunkt Schützenhalle Altastenberg und Frühstück		1 Std.
09.30 Uhr	Altastenberg – Minenplatz	4 km	1 Std.
10.30 Uhr	Getränkepause Minenplatz		¾ Std.
11.15 Uhr	Minenplatz – Marktplätze	4 km	1¼ Std.
12.30 Uhr	Mittagsrast Marktplätze		1½ Std.
14.30 Uhr	Marktplätze – Siedlinghausen	6 km	1¾ Std.
15.45 Uhr	Ausklang am Kolpinghaus in Siedlinghausen bei Kaffee und Kuchen mit musikalischer Unterhaltung		Ende offen

**Für die Kids während der Mittagsrast:**  
 Rollende Waldschule  
 Spezielles Kindermenü



### Die Wegbeschreibung

Von der Schützenhalle Altastenberg geht es leicht abfallend hinunter zum Nordhang unterhalb des Kahlen Astens. Weiter bergab über den Brückenpfad und dann leicht bergauf zum Minenplatz, wo eine Getränkepause stattfindet. Nach einer halben Stunde geht es weiter bergab in das Renautal mit anschließendem Anstieg zu den Marktplätzen. Dort ist die lange Mittagsrast mit kulinarischen Köstlichkeiten. Gestärkt durch das leckere Essen führt die Wanderung leicht ansteigend weiter zur Himmelskrone und verläuft unterhalb des Hillekopfes mit wunderschönem Ausblick auf Silbach weiter bergab Richtung Siedlinghausen. Dort findet am Kolpinghaus bei Kaffee und Kuchen der Ausklang der Veranstaltung statt. Bustransfer nach Altastenberg zur Abholung der PKW.

### Das Höhenprofil

Gesamtlänge ca. 14 km  
 Wanderzeit netto ca. 5 Std.  
 Steigung ges. ca. 220 m  
 Gefälle ges. ca. 560 m  
 Schwierigkeitsgrad leicht – mittel



- 1** Startpunkt: Schützenhalle Altastenberg 780 m ü. NN
- 2** Getränkepause: Minenplatz 675 m ü. NN
- 3** Mittagsrast: Marktplätze 610 m ü. NN
- 4** Ziel: Kolpinghaus Siedlinghausen 460 m ü. NN