

Immer den Schildern nach

WEGE ZUR GESUNDHEIT (TEIL 2): Mit Niels Backe auf dem Walking-Trail vom Rehaconcept

VON HEIDI FROREICH

■ **Bad Oeynhausen.** Niels Backe entscheidet sich für die eigene Strecke: Vor drei Jahren hat der Leiter des Behandlungszentrums Rehaconcept dafür gesorgt, dass es in Bad Oeynhausen drei ausgeschilderte Walking-Trails gibt.

Weil sich die alle miteinander verbinden lassen, wählt er zum Ausgangspunkt für die lange „blaue“ Tour das Haus des Gastes im Kurpark. Dort befindet sich eine große Übersichtstafel und in 50 Meter Entfernung an einer Laterne vor der Wandelhalle ein gelb/grünes Übergangsschild. Das weist den gepflasterten Weg durch den Kurpark. Ortsfremde würden jetzt schon eine Pause einlegen – weil wir das Wahrzeichen Bad Oeynhausens, den Jordansprudel sehen. Doch wir gehen weiter, lassen auch die Bali Therme rechts liegen und überqueren die Schützenbrücke. „Hier fehlt ein Schild“, merkt Backe an, verspricht dafür, wie wie für einige demolierte Schilder, „in Kürze Ersatz“. Wobei er dabei gleich das Grundprinzip der Beschilderung erläutert: „Immer geradeaus, so lange kein Richtungsschild kommt“.

Also bleiben wir auf dem leicht absteigenden Waldweg, der uns an den Tennisplätzen vorbei über die Straße und dann ins gleichnamige Siekertal führt. Für den Museumshof nehmen wir uns keine Zeit – ebenso wenig wie für die Hofwassermühle. Auf dem weichen Untergrund verursachen die Stöcke keine



Verdiente Pause: Rund 80 Höhenmeter müssen bis Dembergs Hof, dem höchsten Punkt der Tour überwunden werden. Da kommen die beiden Holzliegen für eine Verschnaufpause gerade recht. Und eine tolle Aussicht auf den Schornstein der Aqua Magica und das Wiehengebirge bieten sie auch.

FOTOS: HEIDI FROREICH

Geräusche, dafür können wir das Plätschern des Osterbaches hören. Den queren wir über eine kleine Holzbrücke und starten an der nächsten Weggabelung den langen Anstieg. „80 Meter Höhenunterschied“, kündigt Backe an. Ein blaues

Schild am Baum weist den Weg, der andere Hinweis ist leider überholt: Das Café Sonnenschein ist längst geschlossen.

Gute Gelegenheit, Luft zu holen und ein kleines Püschchen zu machen, bietet der Schwedenstein. Denn das nächste Stück hat es in sich: 500 Meter geht es steil bergauf. Belohnt wird der Anstieg mit einem freien Blick auf den Schornstein der Aqua Magica und auf das Wiehengebirge. Den kann man sogar ganz bequem genießen – auf zwei hölzernen Liegen am Wegesrand. Gut, dass wir unterwegs vom Café Sonnenschein, dem höchsten Punkt der Tour, gesprochen haben. Das Restaurant sehen wir rechter Hand vor uns liegen, denn derzeit fehlt ein Schild, das uns an der Schützenstraße auf dem Richtungswechsel hinweist.

Als wir nach wenigen Meter auf der Küstriner Straße Dembergs Hof erreichen, sieht das schon wieder anders aus. Da weisen die blauen Schilder den Weg. Beim Erreichen der Straße Dembergs Feld ist allerdings Aufmerksamkeit gefordert. Da hängt der Wegweiser im Blickrichtung links, die Strecke führt hingegen nach rechts.

Auf steinigem Untergrund aber mit freiem Blick gehts durchs Siekertal bergab. „Wir haben die Touren nur in eine Richtung ausgeschildert, um einen Schilderwald zu vermeiden“, erläutert Backe, als wir die kleine Brücke über den Osterbach wieder erreichen. Da gibt es nur das eine Schild, das uns weiter zur Aqua Magica führt, wenn wir schon wieder zurück zum Ausgangspunkt wollten, hätten wir keine Orientierungshilfe – außer unserer Erinnerung.

Aber wir gehen ja weiter, biegen rechts ab auf die asphaltierte Straße Im Siekertal. Zügig schreiten wir voran; „Tempowechsel sind ein besonders gutes Muskel- und Kreislauftraining“, betont Backe.

An der Hofwassermühle und dem Restaurant Dschinghis Khan vorbei sehen wir links am Baum den nächsten Wegweiser, der uns auf das Gelände Aqua Magica führt. Der Zugang zum Wasserkrater bleibt uns verschlossen, also gehen wir an den Sprühschirmen vorbei bis zur Bültstraße. Auf den rund 1.200 Meter weiten Weg über das Landesgartenschau-Gelände verzichten wir, das Tor ist verschlossen. Das Schild am Zaun hilft aber weiter, führt uns nach links und am nächsten Tor über die Bültstraße wieder auf die rechte Straßenseite auf den kleiner Teil der Allee des Weltklimas. Zwischen Median- und Maternusklink gehts wieder ins Siekertal – an einem kleinen

Weiler vorbei und ein paar Stufen hinauf erreichen wir dann wieder den Weg vor den Tennisplatz. Das Schild, das hier den Rückweg weisen soll, wurde von Unbekannten entfernt. Aber wir können uns ja an den Hinweg erinnern, deshalb bieten wir links ab, überqueren und erreichen durch den Kurpark unseren Ausgangspunkt.

Wege zur Gesundheit:

- ◆ Panoramaweg Bergkirchen
- ◆ Durchs Siekertal zur Lohe
- ◆ Oberbeckesener Forst
- ◆ Auf beleuchteten Wegen
- ◆ OWL-Walking-Tour-Strecke



Wahrzeichen der Stadt: Auf dem Weg zum Siekertal führt der Weg am Jordansprudel vorbei.



Quelle/Grafik: ©RehaConcept; NW-Grafik: Schultheiß

INFO

Drei verschiedene Touren

- ◆ Der Walking-Trail gliedert sich in drei verschiedene Rundwege auf, die sich beliebig miteinander kombinieren lassen.
- ◆ Die gelbe Route ist 3.066 Meter lang und führt durch Kurpark und die Bad Oeynhausener Schweiz.
- ◆ Auf der grünen, 4.230 Meter langen Strecke gehts in den Sielpark.
- ◆ Bei der 6015 Meter langen blauen Route werden 80 Höhenmeter überwunden, sie führt bis hoch hinaus auf die Lohe.
- ◆ Einen Flyer mit Streckenplänen gibt es im Haus des Gastes im Kurpark und im In-



Für Beschilderung gesorgt: Reha Concept-Leiter Niels Backe.

ternet: www.rehaconcept.de/Walkingtrail.