



SEIT 1852



**Apollinaris**  
THE QUEEN OF TABLE WATERS®

**INTERSPORT**  
**KRUMHOLZ**

Neuwied · Mayen · Mülheim-Kärlich  
Bad Neuenahr-Ahrweiler  
www.sporthaus.de



**Kreissparkasse**  
**Ahrweiler**

Weitere Infos unter  
[www.ahrsteig.de](http://www.ahrsteig.de)  
facebook.com/ahrsteig.wandern

Ahrtal-Tourismus Bad Neuenahr-Ahrweiler e.V.  
Oberstraße 8 • 53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler  
Telefon 0 26 41 9171-0 • Telefax 0 26 41 9171-51  
info@ahrtal.de • www.ahrtal.de

Bildquellen: Dominik Ketz, Christopher Pfromm, Erik-Jan Ouwerkerk



- ① **BLANKENHEIM – FREILINGER SEE (11,3 KM)**
- ② **FREILINGER SEE – AREMBERG (11,7 KM)**
- ③ **AREMBERG – INSUL (19,4 KM)**
- ④ **INSUL – KREUZBERG (17,4 KM)**



- ⑤ **KREUZBERG – WALPORZHEIM (14,5 KM)**
- ⑥ **WALPORZHEIM – BAD NEUENAHR (15,7 KM)**
- ⑦ **BAD NEUENAHR – SINZIG (16 KM)**



Bequem zum Startpunkt entlang der ersten 4 Etappen mit dem Wanderbus Oberes Ahrtal Linie 899.  
Weitere Infos unter: [www.ahrsteig.de](http://www.ahrsteig.de)



► **ETAPPEN**  
► **INFOS**  
► **VERLAUF**





### ETAPPE 1: Blankenheim – Freilinger See (11,3 km)

Schwierigkeit: **mittel**  
Aufstieg: **217 m**



Schon die erste Etappe beeindruckt durch ihren Reichtum an Naturdenkmälern und Kulturschätzen. Die Quelle der Ahr in Blankenheim bildet den Startpunkt der ersten Etappe. Vorbei am Eifelmuseum und am Römerstraßen Infozentrum schlendert

Abstieg: **240 m**  
Dauer: **ca. 3 Std.**

man durch Gassen, am Schwanenweiher entlang, dem Oberlauf der Ahr folgend. Dann geht es durch die Bahnunterführung. Jetzt wird es anspruchsvoller und man wandert steil bergan. Durch dichtes Buchengehölz kommt man zur Hochfläche des Birker Berges. Spektakuläre Aussichten auf die südlich gelegenen Eifelhöhen belohnen den Aufstieg. Vorbei an Feldern, über stille Waldpfade des 484 Meter hohen Bohrsbergs erreicht man das Ufer des Freilinger Sees.

### ETAPPE 2: Freilinger See – Aremberg (11,7 km)

Schwierigkeit: **mittel**  
Aufstieg: **262 m**

Idyllische Wälder, Streuobstwiesen und beeindruckende Ausblicke bis in die Ardennen und die Schneifel lassen das Wandererherz auf dem Weg nach Aremberg höher schlagen. Vom Freilinger See startet man in Richtung Lommersdorf. Über Wiesenpfade geht es hinauf zum 534 Meter hohen Hühnerberg mit herrlichem Panoramablick. Durch großflächigen Forst und der alten Römerstraße folgend, über Wiesenwege und Feldraine erreicht man den südöstlich

Abstieg: **160 m**  
Dauer: **ca. 3 Std.**

des gleichnamigen Berges gelegenen Ort Aremberg. Das malerische Kleinod wartet mit schmucken Gassen auf. Von hier aus eröffnen sich phantastische Fernblicke bis hinüber zur majestätischen Nürburg.



### ETAPPE 3: Aremberg – Insul (19,4 km)

Schwierigkeit: **schwer**  
Aufstieg: **424 m**



Steil bergan geht es zur Schlossruine Arenberg – mit 623 Metern der höchste Punkt des gesamten Ahr-Steigs. Über steile Waldpfade erreicht man Eichenbach. Durch den Eichenbacher

Abstieg: **757 m**  
Dauer: **ca. 6 Std.**

Forst und nach Überquerung der Ahr folgt ein knackiger Anstieg über versteckte Pfade zu spektakulären Felspassagen und entlang schroffer Sandsteinwände nach Schuld. Ein Abstecher zur Schornkapelle sowie zur Freilichtbühne lohnt. Weiter über Forstwege, hinauf zu dem beeindruckenden Felsmassiv der Spicher Ley mit imposanten Blicken auf das Ahrtal führt die Route über den letzten Etappen-Anstieg durch Wälder und Wiesen hinab nach Insul mit der Hahnensteiner Mühle.

### ETAPPE 4: Insul – Kreuzberg (17,4 km)

Schwierigkeit: **schwer**  
Aufstieg: **565 m**

Durch schattige Auenwälder wandert man nach Sierscheid. Hinauf zur Dümpelhardt streift man karge Heideflächen. Der Bergrücken bietet fantastische Ausblicke. Weitab jeglicher Bebauung geht es durch Wiesen und Wälder weiter ins Liersbachtal, steil bergauf zur Hönninger Hochfläche und durch kleine Waldstücke zur 487 Meter hohen Linder Höhe. Die Panoramaaussicht entschädigt für das Auf und Ab. Etwas unterhalb der Anhöhe befindet sich die

Abstieg: **610 m**  
Dauer: **ca. 5 ½ Std.**

beeindruckende Krippenkapelle. Über moosbewachsene Waldpfade durch lichte Mischwälder geht es hinab ins Ahrtal – hier beginnt das Weinanbaugebiet Ahr. Die Etappe endet am Bahnhof im Ortsteil Kreuzberg.



### ETAPPE 5: Kreuzberg – Walporzheim (14,5 km)

Schwierigkeit: **schwer**  
Aufstieg: **561 m**

„Felsen, Burgen, Wasser und Wein“ - die Etappe führt durch einen der schönsten Bereiche des mittleren Ahrtals und bietet atemberaubende Ausblicke in das weinbautreibende Ahrtal und bis weit über die Ahrhöhen hinaus. Mit dem Teufelsloch und Schrock, der Saffenburg und dem Krausberg vereint die Etappe spektakuläre Aussichten rund um das Ahrgebirge. Über naturbelassene Pfade hat der Weg streckenweise Steigcharakter und verlangt daher vom Wanderer Trittsicherheit und gute Kondition.

Mit Blick auf die Burg Kreuzberg führt der Weg zunächst auf schmalen Pfad bergauf. Das Teufelsloch und die Ortslage Altenahr sind über den markierten Zuweg erreichbar. Der Abstecher zum Teufelsloch lohnt sich. Dabei ist Trittsicherheit erforderlich auf dem Abschnitt durch die abenteuerliche Felslandschaft rund um das Teufelsloch. Zurück auf dem AhrSteig verläuft der Weg stetig bergauf bis zum Schrock. Ein schmaler Pfad führt zum Aussichtspunkt Schrock. Mit Blick auf Mayschoß, verläuft der Weg

Abstieg: **620 m**  
Dauer: **ca. 5 Std.**

zwischen Wald und Reben vorbei an der Saffenburg ruine nach Rech. Der Abstecher zur Ruine Saffenburg wird mit einem grandiosen 360° Panoramablick belohnt. In Rech laden Winzerhöfe und Straußwirtschaften zum Verweilen ein, bevor der Weg zunächst in die aussichtsreichen Weinberge, dann weiter über Waldwege in Richtung Dernau führt. Über einen felsigen Steig, mit knackigem Anstieg, wird das Wahrzeichen von Dernau, der Krausberg erreicht. Vom Krausbergturm bietet sich ein herrlicher Rundblick bis weit über die Ahrhöhen hinaus. Durch Mischwald, über einen Serpentinpfad bergab,



vorbei am gegenüberliegenden Felsvorsprung „Bunte Kuh“, wird das Etappenziel Walporzheim erreicht.

### ETAPPE 6: Walporzheim – Bad Neuenahr (15,7 km)

Schwierigkeit: **mittel**  
Aufstieg: **475 m**



Vor dem eigentlichen Etappenstart lohnt der Besuch der historischen Altstadt der Rotweinmetropole Ahrweiler. Von der Behelfsbrücke in Walporzheim folgt der Weg dem Heckenbach vorbei an der Heckenbachkapelle

### ETAPPE 7: Bad Neuenahr – Sinzig (16 km)

Schwierigkeit: **mittel**  
Aufstieg: **463 m**

Über den markierten Zuweg geht es von Bad Neuenahr vorbei am Waldkletterpark über einen Steilanstieg zum Neuenahrer Berg – mit Aussicht auf das Ahrtal und die Landskrone. Über weich federnde Waldpfade erreicht man das Idienbachtal. Feldwege führen in Richtung Heimersheim. Man passiert das Dorf Ehlingen und gelangt durch die Weinberge hinauf zur Ehlinger Ley. Weiter geht es am Höhenzug des Mühlenbergs vorbei bis zum Feltenturm. Ein

Abstieg: **500 m**  
Dauer: **ca. 5 Std.**

bis hoch zur Schutzhütte Geisbachtal. Wieder zurück Richtung Ahr geht es weiter bis zum Parkplatz Wingsbachtal an der Maibachklamm. Von hier aus führt der Weg hinter dem Kloster Calvarienberg vorbei durch Weinberge und Wald zur Lourdeskapelle. Vorbei am Aussichtspunkt Karlsberg wandert man durch den Neuenahrer Wald zum Waldkletterpark. Über den markierten Zuweg geht es dann bergab nach Bad Neuenahr. Großzügige Parkanlagen kommen ins Blickfeld.

Abstieg: **564 m**  
Dauer: **ca. 5 Std.**



letztes Mal geht es bergab bis zum Etappenziel Schloss Sinzig nahe dem Kirchplatz mit der spätromanischen Basilika St. Peter. Über den markierten Zuweg erreicht man das Naturschutzgebiet der Ahrmündung.