

Jens Dreisbach



Ich mööch zo Foß durch Kölle jonn

10.000 Schritte in Köln

MIT SPECIAL-GUEST-TOUREN

von Gesundheitsexperte Ingo Froböse
und Dombaumeister Peter Füssenich



KNEIPP
VERLAG WIEN

Jens Dreisbach



Ich mööch zo Foß durch Kölle jonn

10.000 Schritte in Köln

MIT SPECIAL-GUEST-TOUREN

von Gesundheitsexperte Ingo Froböse
und Dombaumeister Peter Füssenich



KNEIPP
VERLAG WIEN





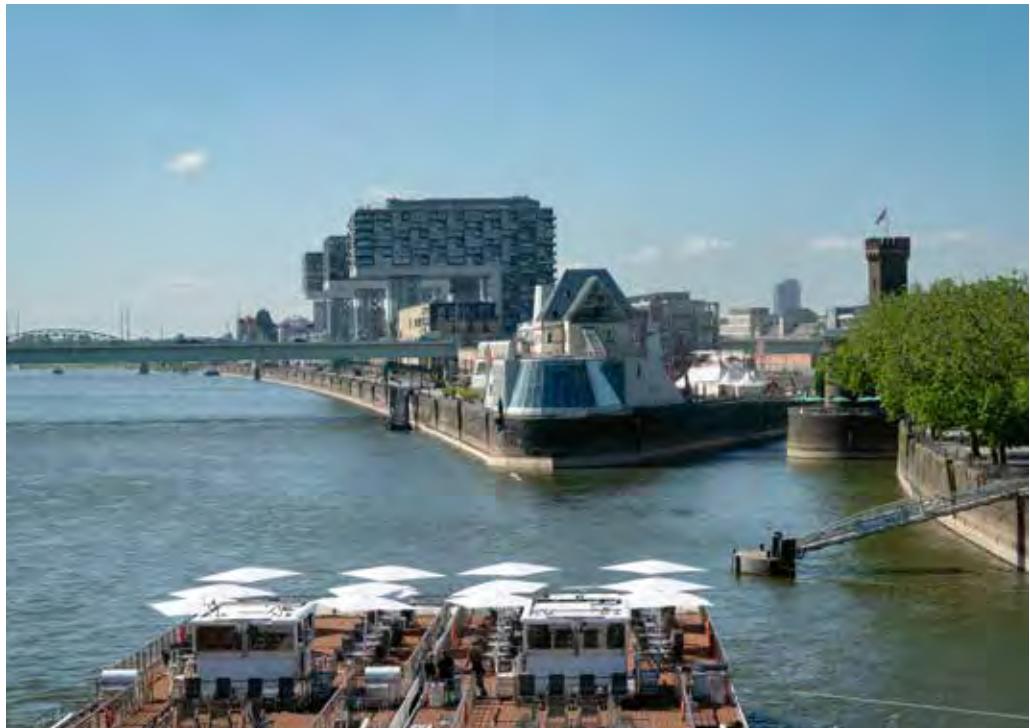
Warum ist es in Köln am Rhein so schön? Die Antwort fällt leicht: Das liegt zum einen an Köln und zum anderen am Rhein.

Köln hat viel zu bieten. Zum Beispiel die Grüngürtel, die Oberbürgermeister Konrad Adenauer in der Zeit der Weimarer Republik hat anlegen lassen, als natürliche Luftfilter, wie er zu sagen pflegte. Dafür lockte er Fritz Encke als Gartendirektor in die Domstadt, der die Rheinmetropole tiefgreifend geprägt hat. Wir durchqueren auf unseren Touren immer wieder die zahllosen Grünanlagen und Parks, die Encke entworfen hat, hinzu kommen grüne Oasen wie die Flora oder Melaten.

Köln hat noch mehr zu bieten. Zum Beispiel den Dom, eine der berühmtesten Kathedralen rund um den Globus, aber auch die romanischen Basiliken, die Köln schon im Mittelalter zu einer Pilgerstadt gemacht haben, in die jährlich hunderttausende Gläubige strömten – ein nicht zu unterschätzender wirtschaftlicher Faktor. Und das zu einer Zeit, als Köln für damalige Verhältnisse eine Metropole, an heutigen Maßstäben gemessen aber nicht mehr als eine Kleinstadt war. Erst im 19. Jahrhundert, als die Bevölkerung rasant wuchs und die Industrialisierung die Stadt von Grund auf veränderte, entstand rund um den nun endlich fertiggestellten Dom die Großstadt, die wir heute kennen.

Und was wäre die Domstadt ohne den Rhein? Er ist die Lebens- und Wasserader, die nicht nur die Stadt, sondern auch dieses Buch und seine Touren prägt. Die Altstadt, Rodenkirchen und Weiß linksrheinisch, Mülheim, Deutz, Poll, Westhoven und Zündorf rechtsrheinisch liegen an Rheinuferwegen, aber auch Touren am Decksteiner Weiher, am Fühlinger See und an der Strunde sind nah am Wasser gebaut.

Auf unseren Wegen kreuzen wir die touristischen Hotspots, die wir, dank zahlreicher Anekdoten und Hintergrundinformationen, noch einmal aus ganz anderen Blickwinkeln kennenlernen. Oft genug wandeln wir aber auf unbekannten Pfaden und entdecken abgelegene Ecken und Winkel. Wir wünschen viel Vergnügen bei der Erkundung der Metropole am Rhein – mit ihren 2000 Jahren Kultur und ihren vielen grünen Oasen!



Die Touren im Überblick



Die Blumige

Von Nippes zur Flora

SEITE 08



Die Falschseitige

Durch Deutz, Dvitia, Dux

SEITE 56



Die Verdichtete

Durch Kölns 2000-jährige
Stadtgeschichte

SEITE 22



Die Geißbockige

Auf den Spuren des FC

SEITE 70



Die Klerikale

Die romanischen Kirchen

SEITE 38



Die Belgische

Poller Wiesen und

Westhovener Aue

SEITE 82



Die Jecke

Extratour:
Rosenmontagszug

SEITE 106



07

Die Kölsche

Von Brauhaus zu Brauhaus

SEITE 92

10

Die VerkalkteVon Deutz über
Humboldt nach Kalk**SEITE 130**

13

Die Freiheitliche

Durch Mülheim

SEITE 170

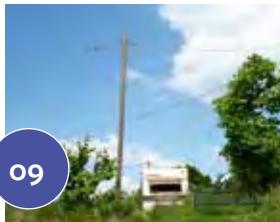
08

Die SportlicheEine Runde auf der
Glessener Höhe**SEITE 110**

11

Die BuchstäblicheVom Literaturhaus
zu Heinrich Böll**SEITE 142**

14

Die EngelsgleicheVom Mediapark
zu Melaten**SEITE 182**

09

Die GroovigeVon der Riviera über
den Bogen zur Groov**SEITE 118**

12

Die TrabantischeRund um den
Fühlinger See**SEITE 158**

15

Die Fleißige

An der Strunde

SEITE 198