

1	Schmutztitel
2	Impressum
3	Vorwort
4	Inhaltsverzeichnis



7 Trips & Touren

8	Mit Baedeker nach Bacharach: Auf den Spuren des ersten Reiseführers
10	Kurs Nostalgie: Grand Canyon der Romantik
11	Vom alten Kranen zu den Vulkanen: Andernach und Laacher See
12	Kölner Bummel: Vom Dom zum Kölsch
13	Keramik gibt den Ton an: Wandern zur Werkstatt
14	Historische Burgenstraße: Rendezvous mit Lore
15	Von St. Goar bis Bingen, Victor Hugos Rheinreise von 1840: Romantik pur
16	Die Rheingoldstraße: Einem Schatz auf der Spur
17	Mit Comic-Karl zur Riesling-Route: Auf den Spuren des Weines
18	Historische Bahnen: Zug um Zug
19	Bingens Rochusberg: Bettinas liebster Platz
20	Kurz erklärt: So entstand das Rheintal



21 Rollen & Radeeln

22	Von Bad Breisig nach Bad Godesberg: R(h)einstes Vergnügen
24	Lahn-Radweg: Ruhe und Natur genießen
25	Rhein-Ahr-Radweg: Fahrvergnügen im Fluss-Dreieck
26	Auf Treidelpfaden unterwegs: Vom Deich zum Kaiser
27	Das Vinxtbachtal: Kleine Schwester, Große Tour
28	Bonn rollt: Im Herzen der Macht
29	Genuss-Tour von Burg zu Burg: Kunst, Küche und Kultur
30	Auf acht Rollen am Rhein: Auslauf für alle
31	Vom Rhein zur Mosel: Berg und Tal
32	Kunst am Radweg in Rheinhessen: Lob der Langsamkeit
33	Rheinbacher Runde: Mit allen Wassern gewaschen
34	Kurz erklärt: So kam das Meer auf den Berg



35 Baden & Bummeln

36	Die etwas andere Stadtführung: Zwischen »Rhein und Mussel«
38	Der Mainzer Dom für Maxis und Minis: Gickel, Gockel und St. Martin
39	Mit dem Kanu auf Lahntour: Einfach mal treiben lassen
40	Spaziergang durch Neuwied: Winnetou und die Zarin
41	Bummel durch die Bunte Stadt: Fachwerk und Vergnügen
42	Natur pur rund um Maria Laach: Keine Angst vor Johanna
43	Bei Beethoven und Casanova: Bonner Runde
44	Sieben Berge und ein Wein: Stadt, Land, Fluss
45	Kurstadt mit Flair: Lust und Leiden
46	Starke Frauen der Kölner Geschichte: Hexen, Huren und Heilige
47	Die schönsten Bäder: Abtauchen vom Alltag
48	So schwimmt das Rheintal



49 Einblick & Erlebnis

50	Hinter den Kulissen des Fernsehens: Mit Andrea im Garten
52	Zoo Neuwied: Safari am Südhang
53	Schmetterlingsgarten in Sayn: Flatterhafte Grazien
54	Hinter den Kulissen der Sektherstellung: Prikelnde Geschichte

Adenauerhaus in Rhöndorf: Besuch beim »Alten«	55
Wurzelkrippe in Waldbreitbach: »Krippche gucke«	56
Rheinkrippen bei Bingen: Muscheln und mehr	57
Phantasialand in Brühl: Hand in Hand durchs Wunderland	58
Asbach Besucher-Centrum: Wo der Geist des Weines weilt	59
Von Bad Neuenahr über Remagen und Bad Breisig nach Mayen: Wo bereits die Römer residierten	60
Die Eissporthallen längs des Tals: Heiß auf Eis	63
Kurz erklärt: So unterschiedlich ist Schiefer	64

Wandern & Wundern 65

Wo der Fluss die Kurve kriegt: Die schönsten (Rh)einblicke	66
Naturlehrpfad Kamp-Bornhofen: Lurche und Landschaft	68
Die Ruppertsklamm bei Lahnstein: Einmal in den Seilen hängen	69
Riesling-Wanderweg Mittelrhein: Der grünen Traube nach	70
Rheingau und Reben: Riesig – der Riesling!	71
Kloster Heisterbach: Caesarius, der Abtei-Geist	72
Vom Rolandsbogen zum Drachenfels: In den Armen von Vater Rhein	73
Zwischen Bergen und Bächen: Märchen, Mythen, alte Mühlen	74
Kunst-Wanderweg Oberwesel: Eine Skulp-Tour	75
Ausflug in die Erdgeschichte: Wo Steine erzählen	76
Wandern mit dem Winzer: Auf Öchsle-Tour	77
Kurz erklärt: So wächst der beste Wein	78



Top Tipp 79

Romantisch reisen: Goethe war schon da	80
--	----



Mythen & Museen 85

Loreley in R(h)einkultur: Und ewig lockt das Weib	86
Museum König: Die Giraffe war immer dabei	88
Haus der Geschichte: Wo Adenauers Dienstwagen parkt	89
Das Thonet-Museum der Stadt Boppard: Von Stühlen besessen	90
Gutenbergmuseum in Mainz: Wie man richtig Druck macht	91
Blüchers Rheinübergang: Museum mit Gardemaß	92
Heilkundemuseum Andernach: Das Kabinett des Doktor Winter	93
Landesmuseum Ehrenbreitstein: Gedächtnis des Landes	94
Deutschlands süßestes Museum: Von der Bohne zum Nikolaus	95
Museum für Antike Schifffahrt Mainz: Silvester kamen die Germanen	96
Museum Monrepos in Neuwied: Eiszeitjägern auf der Fährte	97
Kurz erklärt: So entstand die »Loreley«	98



Burgen & Bauten 99

Marksburg oberhalb von Braubach: Onkel Max meint es gut	100
Burg Maus: Hermann geht in die Luft	102
Die Pfalz im Rhein: Eine Burg mit nassen Füßen	103
Sterrenberg und Liebenstein: Die feindlichen Brüder	104
Schloss Stolzenfels: Schick nach Schinkel	105
Der Binger Mäuseturm: Bischof Hatto und die Nager	106
Schloss Johannisberg: Die Wiege der Spätlese	107
St. Stephan in Mainz: Das blaue Licht zieht alle an	108



- 109 Die Brücke von Remagen: Ein Museum für den Frieden
- 110 Festung Ehrenbreitstein: Allzeit bereit
- 111 Weinmuseum Brömserburg: Rund um den Rebensaft
- 112 Kurz erklärt: So kam der Moselschiefer ins Rheintal



113 Kunst & Kultur

- 114 Powerfrau Hildegard von Bingen: Himmel auf Erden
- 116 Villa Musica in Neuwied-Engers: Das Lustschloss
- 117 Zwischen Tradition und Moderne: Keramik aus der Schiefergrube
- 118 Brentanohaus in Winkel: Wiege der Rheinromantik
- 119 Abtei Rommersdorf: Aus Trümmern neu geboren
- 120 Tucholsky und das Deutsche Eck: Faustschlag in Stein
- 121 Mit Pinsel und Staffelei auf den Spuren alter Meister: Malerisch verführt
- 122 Theater und Musik auf den Rheinburgen: Zurück zu den Rittern
- 123 Königsstuhl bei Rhens: Gekrönte Häupter unterm Nussbaum
- 124 Ludwig Museum in Koblenz: Rund um Césars Daumen
- 125 Burg Lahneck bei Lahnstein: Schaurig schöne Geschichten
- 126 Kurz erklärt: So glänzt ein Weltkulturerbe



127 Küche & Keller

- 128 Der Petersberg schrieb Geschichte: Die gute Stube Bonns
- 130 Johann Lafers Stromburg: Es muss nicht immer Kaviar sein
- 131 Restaurant Panini: Immer Zeit für Gefühle
- 132 Loup de Mer in Koblenz: Morgens Farb-, abends Kochtopf
- 133 Steinheuers Restaurant Zur Alten Post: Kammerton Ahr
- 134 Zum Weißen Schwanen in Braubach: Mein lieber Schwan!
- 135 Die Krone in Assmannshausen: Auf den Spuren Freiligraths
- 136 Schlosshotel Rheinfels: Zauberhaft verwöhnen lassen
- 137 Jakobsbergerhof: Vom Kloster zur Nobelherberge
- 138 Secthaus Delicat: Wenn Lores leckere Tränen kullern
- 139 Maximilians Brauwiesen: Hoch die Gläser
- 140 Kurz erklärt: So kocht das Rheintal – »Sauerbraten«



141 Feste & Feiern

- 142 »Tal Total« – Der totale Radlerspaß: Autofrei am Rhein
- 144 Rhein in Flammen: Magic Night
- 145 Gauklerfest in Koblenz: Invasion der Spaßmacher
- 146 Mainzer Johannisnacht: Weck, Worscht und Woi
- 147 Mittelalter in Oberwesel: Markt und Minnegesang
- 148 Die schönsten Flohmärkte: Wo die Uhren anders ticken
- 149 Die schönsten Winzerfeste: Feiern unterm Fachwerk
- 150 Bäckerjungenfest Andernach: Flotte Bienen, mutige Jungs
- 151 Kulinarischer Weinberg: Spaziergang zu den Gaumenfreuden
- 152 Die schönsten Weihnachtsmärkte: Apfel-, Nuss- und Mandelkern
- 153 Die buntesten Karnevalsumzüge: Zug um Zug nahen die Narren
- 155 Was, Wann, Wo: Der Festkalender
- 156 Kurz erklärt: So schimmert das Rheintal

- 157 Bildnachweis
- 158 Register
- 160 Meine persönlichen Notizen

