



Sinfeld-Höhenweg

## Kurzbeschreibung der 3. Etappe Kloster Dalheim – Herbram-Wald 22km

Die 3. Etappe startet am ehemaligen Augustiner-Chorherrenstift Dalheim (1264 erstmals erwähnt) mit dem beheimateten LWL-Landesmuseum für Klosterkultur. Das Museum wurde 2010 nach aufwändigen Restaurierungsarbeiten wieder der Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Das Kloster Dalheim mit der ebenfalls 2010 neu eingerichteten, großen Gartenanlage, einer Gastronomie mit Braukeller und eigener Braustätte (Klosterbräu) sowie dem Museumsladen gehört sicher zu den absoluten High Lights der Tour. Starten sie ihre 2. Wandertour in Dalheim, dem Ort der klösterlichen Ruhe, nach Besichtigung der anschaulichen Klosteranlage.

Von der Klosteranlage wandern sie los und erreichen bereits nach ein paar Metern das oberhalb der Klosteranlage gelegene Arboretum, ein Baumpark mit über 70 unterschiedlichen heimischen und fremden Baumarten (u. a. Mamutbäume) auf einem Rundweg von 500m. Nach dieser „dendrologischen Weltreise“ (Wissenschaft der Bäume) geht es durchs bewaldete Nonnenholz über das Ammerunger Feld. Sie queren erneut die Altenau, die Landstraße L817 und wandern wieder bergauf durch das Depental zum Wilhelm Sprenger Kreuz. Genießen sie auf diesem Weg die herrlichen Ausblicke auf das Sinfeld.

Den Heggeweg folgend über Feldfluren gelangen sie in die Stadt Lichtenau. Lichtenau ist eine der größten Flächengemeinden in NRW mit insgesamt 15 Dörfern und bietet mit seinen beiden Kirchen und der fränkischen Burg gleich drei markante Türme. Von hier aus geht es weiter über Feldfluren und an Windparks vorbei durch das Naturschutzgebiet Eselsbett. Entlang dem westlichen Eggehang werden die Dörfer Hakenberg und Asseln östlich liegen gelassen. Durch den Totengrund führt nun der Weg hinauf auf den Eggekamm (parallel verlaufend zum Eggeweg X1 und dem Europäischen Fernwanderweg E1) und sie erreichen nach 22 abwechslungsreichen Kilometern das 3. Etappenziel, das Energiedorf und Wanderparadies Herbram-Wald. In und um Herbram-Wald gibt es über 100km Wanderwege und zahlreiche Sitzbänke, die zur Rast einladen.



### Streckendetails / Sicherheitshinweise:

Steckenlänge: 22,0km

mittelschwere Wandertour

Steigung insgesamt: 299m, Gefälle insgesamt: 211m

Tiefster Punkt: 235m, Höchster Punkt: 354m

Dauer der Wanderung: ca. 6 Stunden

Für Kinderwagen nicht geeignet, für Rollstuhlfahrer nicht geeignet

**Ausrüstung:** feste Wanderschuhe, kleiner Wanderrucksack mit Regenschutzkleidung, ausreichend Verpflegung und Getränke sowie kleines Erste-Hilfe-Set.

**Etappenstart:** Klosteranlage Dalheim in Dalheim, Am Kloster 9 (Ortsteil von Lichtenau)  
Parkplätze (kostenfrei, Parkdauer unbegrenzt, 200m entfernt vom Haupteingang des Museums)  
Nächste Bushaltestelle "Dalheim Mitte" in Dalheim siehe [www.nph.de](http://www.nph.de)

**Etappenziel:** Herbram-Wald - Ortsmitte Hotel/Pension Garni "Haus Barbara" (Eggering 42)  
Parkplätze in Herbram-Wald (ausgewiesen, kostenfrei)  
Nächste Bushaltestelle: "Herbram-Wald Mitte" oder "Herbram-Wald Wendeplatz" siehe [www.nph.de](http://www.nph.de)

**Anfahrt:** Anreise in Dalheim (am Kloster 9) - Abreise in Herbram-Wald (Eggering 42 - Haus Barbara)  
Sie können den Sinfeld-Höhenweg auch über den Öffentlichen Personennahverkehr bequem und ohne Auto erreichen über ein gut ausgebautes Busnetz oder per Bahn (Paderborn HBF oder Willebadessen-Bahnhof). Fragen sie bitte ihre Gastgeber vor Ort bzgl. Bringdienste und Gepäckbeförderung.

**Weitere Infos:** Wanderkarten und Gastgeberverzeichnisse erhalten sie unter [www.sinfeld-hoehenweg.de](http://www.sinfeld-hoehenweg.de) oder bei Tourist-Information am Kloster Dalheim • Am Kloster 9 • 33165 Lichtenau-Dalheim (Klosterpforte)  
Tel.: 05292 / 9319-225 • Fax.: 05292 / 9319-226 • E-Mail: [tourist-dalheim@lwl.org](mailto:tourist-dalheim@lwl.org)

### Karte zur 3. Etappe von Kloster Dalheim nach Herbram-Wald 22km

