



**SAUERLÄNDISCHER
GEBIRGSVEREIN**
DORTMUND-APLERBECK

www.sgv-aplerbeck.de



Wanderung mit Sabine in Tiefendorf

V e r a n s t a l t u n g s p l a n

1. Halbjahr 2026



Inhalt

	Seiten
Inhalt / Impressum	2
Begrüßung	3
Wanderführung / Vorstand	4
Neues von unseren Mitgliedern	5 – 6
Regelmäßige Veranstaltungen	8
Veranstaltungen im 1. Halb. 2026	9 – 25
Vorschau	26
Wanderregeln	28 – 30
Mitglied werden	30 – 31



Allen Inserenten, die uns durch ihre Werbung in unserem Programmheft unterstützt haben, danken wir sehr herzlich.

Impressum:

Herausgeber: Sauerländischer Gebirgsverein Dortmund-Aplerbeck e.V.
www.sgv-aplerbeck.de

Verantwortung: Geschäftsführender Vorstand

Redaktion / Gestaltung: Michael Penzel

Fotos: M. Artmann, S. Seeber, M. Liskatin, W. Winter, C. Thomas, M. Penzel

Auflage: 250 Stück, Druck: Flyeralarm GmbH, Würzburg

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 01. Mai 2026



Begrüßung

Liebe Wanderfreundinnen,
liebe Wanderfreunde,



ist es euch schon aufgefallen?

Bei den Uhrzeiten in unseren Wanderheften geben wir nun immer "Abfahrt, Treffpunkt" an.

Um die Fahrgemeinschaften in Ruhe zu besprechen, kommt bitte etwas vor der Abfahrt-Zeit zur Mauer.

Und wusstet ihr es noch nicht?

Für das Zusammenstellen der Fahrgemeinschaften an der Mauer ist aus versicherungstechnischen Gründen nicht der Wanderguide zuständig sondern die Mitglieder in Eigenregie.

Wir möchten auch zukünftig gerne an den ca. 50 Sonntagen im Jahr und auch an jedem zweiten Mittwoch Wanderungen anbieten.

Bitte meldet euch bei Marianne. Wir suchen weiterhin unbedingt noch Wanderguides.

Die immer wieder mit viel Herzblut von unseren Wanderguides zusammengestellten Wanderungen erfreuen uns immer wieder und stärken unsere Wandergemeinschaft und sogar unsere Gesundheit.

HERZlichen Dank an unsere Wanderguides für euren besonderen Einsatz im Ehrenamt.

Mit herzlichem "Frisch auf" grüßen Euch



Michael & Sabine

Unser Team

Wanderführer*innen in diesem Wanderhalbjahr

Margit Artmann		01525 – 38 97 124
Anne Braun		0170 – 11 26 171
Hermann Braun		0175 – 20 58 944
Marianne Diel		0231 – 98 34 850
Engel, Bernd		0231 – 48 80 188
Andreas Hilbrand		0151 – 64 39 24 26
Manfred Krause		02305 – 43 112
Michael Penzel		01522 – 68 06 170
Agostino Ricci		0231 – 92 73 59 54
Gudrun Schmidt		0231 – 47 282
Gerd Schramm		0231 – 48 49 26
Sabine Seeber		0231 – 47 68 880 (ab 19 Uhr)
Teresa Stays		0178 – 20 84 637
Marianne Steiner		0231 – 72 65 135
Erika Tebrün		0174 – 90 24 955
Carsten Thomas		0160 – 40 60 332
Sandra Tiews		0177 – 62 76 584
Wolfgang Winter		0231 – 41 62 51

Vorstand

Sabine Seeber		0231 – 476 88 80 (ab 19 Uhr)
Vorsitzende		vorstand@sgv-aplerbeck.de
Michael Penzel		01522 – 68 06 170
stv. Vorsitzender / Medienwart		vorstand@sgv-aplerbeck.de
Astrid Haase-Rüsse		0231 – 44 58 39
Kassenwartin		vorstand@sgv-aplerbeck.de
Manfred Krause		02305 – 43 112
Fachw. für Wandern u. Freizeit		wandern@sgv-aplerbeck.de
Marianne Steiner		0231 – 72 65 135
2. Fachw. für Wandern u. Freizeit		wandern@sgv-aplerbeck.de
Monika Penzel		01522 – 65 57 642
Schriftführerin / Fachw. für Wege / zuständig für Mitgliederbetreuung		mitglieder@sgv-aplerbeck.de

Neues von unseren Mitgliedern

Wir begrüßen unser neues Mitglied

Astrid Wiemers



Herzlich willkommen und viel Spaß in unserem Verein.

Besondere Geburtstage von Oktober – Dezember 2025

Happy Birthday!



Judith Struve-Schwerter	65 Jahre
Dieter Schmückert	70 Jahre
Gisela Hertz	70 Jahre
Anni van Haut	80 Jahre
Karin Boehnke	85 Jahre
Karla Vieweg	85 Jahre
Helga Hagedorn	93 Jahre
Ursula Stratmann	97 Jahre

Gute Besserung

Allen Wanderfreundinnen und Wanderfreunden, die wegen Krankheit nicht am aktiven Vereinsleben teilnehmen können, wünschen wir baldige Genesung.



In eigener Sache: Eine Bitte an unsere Mitglieder

Bitte jede Änderung von Anschrift, Telefonnummer, E-Mail-Adresse oder Bankverbindung schnellstmöglich an Monika weitergeben.

Damit wird gewährleistet, dass die Zustellung unserer Vereinszeitschrift "Kreuz & Quer" sowie unsere Abteilungspost ordnungsgemäß erfolgen kann.

Kontakt:

Monika Penzel

Mail: mitglieder@sgv-aplerbeck.de

☎ 01522 – 65 57 642





Finanzplanung ist Lebensplanung.

Mit Ihrer persönlichen Finanzstrategie.

Informieren Sie sich jetzt über das
Sparkassen-Finanzkonzept unter
www.sparkasse-dortmund.de/finanzkonzept



Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Dortmund

Regelmäßige Veranstaltungen

Nordic Walking – ein perfekter Ausdauersport

Unsere Nordic Walking-Gruppe besteht seit vielen Jahren.

Wir treffen uns regelmäßig montags und freitags von 10.00 bis 11.15 Uhr im Aplerbecker Wald.

Unsere Walkingstrecke hat ca. 7 km und 140 Höhenmeter.

In der Gruppe macht Sport noch mehr Spaß und motiviert zum Dranbleiben.

Gäste zum Schnuppern sind uns jederzeit herzlich willkommen.

Kontakt:

Dieter Schmückert

☎ 01511 – 42 79 896



Januar 2026



01.01.2026 – Donnerstag:

Feiertags-Reste-Mitbring-Wanderung zur Stadtkrone

Nach der Wanderung Einkehr bei Marianne in Schüren. Heiße Getränke werden gestellt.

Nur für unsere Mitglieder.

Mitbring-Schmaus und Teilnahme bitte bis zum 29.12.2025 bei Marianne anmelden.

Wanderstrecke:

ca. 8 km, 130 Höhenmeter, keine PKW-Anfahrt

Abfahrt / Treffpunkt:

12.00 Uhr Parkplatz Kaiserberg Schüren,
Meinbergstraße 63

Wanderführung:

Marianne Diel ☎ 0231 – 98 34 850

04.01.2026 – Sonntag:

Rund um den Hexenteich in Menden

Wanderstrecke:

ca. 20 km, 300 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 30 km

Abfahrt / Treffpunkt:

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Wolfgang Winter ☎ 0231 - 416251

08.01.2025 – Donnerstag:

Begehung Nathebachtal am Mittelpunkt NRW

Wanderstrecke:

ca. 8 km, 100 Höhenmeter, keine PKW-Anfahrt

Abfahrt / Treffpunkt:

10.00 Uhr Nathebach–Apotheke, Schwerter Str. 306

Wanderführung:

Marianne Steiner ☎ 0231 – 72 65 135

10.01.2026 – Samstag:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

Waldbaden mit Hund: Regattastrecke an der Ruhr
Leinenpflicht ist uns wichtig.
Mitwandern ohne Hund ist erwünscht.
ca. 8 km, 30 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 7 km
10.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Sandra Tiews ☎ 0177 – 62 76 584
Anmeldung erforderlich.

11.01.2026 – Sonntag:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

Konditionswanderung in Hagen - der Südwesten mit Hasper Talsperre und Drei-Türme-Weg
ca. 23 km, 700 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 25 km
9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Marianne Steiner ☎ 0231 – 72 65 135

11.01.2026 – Sonntag:

Treffpunkt:
Ansprechpartnerin:

Jahreskaffeetrinken für eingeladene Geburtstagskinder mit runden und halbrunden Geburtstagen
15.00 Uhr AWO-Begegnungsstätte, Rodenbergstr. 70
Dortmund-Aplerbeck
Monika Penzel ☎ 01522 – 65 57 642
Anmeldung erforderlich. Bitte bis zum 03.01.2026

14.01.2026 – Mittwoch:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

Pilgern auf dem Segensweg in Ergste
ca. 9 km, ca. 90 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 13 km
12.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Sabine Seeber ☎ 0231 – 47 68 880 (ab 19.00 Uhr)

18.01.2026 – Sonntag:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderleitung:

Westfälische Bauernschaften in Grundschtötel
ca. 12 km, 230 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 20 km
10.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Sabine Seeber ☎ 0231 – 47 68 880 (ab 19.00 Uhr)

25.01.2026 – Sonntag:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

Wanderung in Witten am Hohenstein
ca. 20 km, 550 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 25 km
9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Marianne Steiner ☎ 0231 – 72 65 135

28.01.2026 – Mittwoch:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

DO-Süd: NH1 und GN1 zeigen uns den Weg
ca. 9 km, 95 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 3 km
12.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Sabine Seeber ☎ 0231 – 47 68 880 (ab 19.00 Uhr)

Februar 2026



01.02.2026 – Sonntag:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

Wanderung in Aplerbeck

Hunde sind willkommen. Leinenpflicht ist uns wichtig.
ca. 10 km, 120 Höhenmeter, keine PKW-Anfahrt
10.00 Uhr **Elbestr. 4a, Aplerbeck**
Erika Tebrün ☎ 0174 – 90 24 955

08.02.2026 – Sonntag:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

Arnsberger Aussichtsrunde (etwas gekürzt)

ca. 18 km, 500 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 50 km
9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr.29 / Edelstahlweg
Wolfgang Winter ☎ 0231 – 41 62 51

14.02.2026 – Samstag:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

Waldbaden mit Hund am Valentinstag im Viermärkerwald

Leinenpflicht ist uns wichtig.
Mitwandern ohne Hund ist erwünscht.
ca. 9 km, 110 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 6 km
10.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Sandra Tiews ☎ 0177 – 62 76 584
Anmeldung erforderlich.

15.02.2026 – Sonntag:**Wanderung von der Zeche Zollern zum Haus Dellwig**

Wanderstrecke:

ca. 10 km, ca. 90 Höhenmeter, PKW-Anfahrt
ca. 20 km

Abfahrt /Treffpunkt:

10.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr.29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Wolfgang Winter ☎ 0231 – 41 66 251

21.02.2026 – Samstag:**Konditionswanderung Ribberthof –
Runde von Hagen Hassley**

Wanderstrecke:

ca. 21 km, 580 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 16 km

Abfahrt / Treffpunkt:

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Hermann Braun ☎ 0175 – 20 58 944

22.02.2026 – Sonntag:**104. Jahreshauptversammlung**Danach gemütliches Kaffeetrinken mit
Kuchenbuffet**Beginn:**13.30 Uhr Kath. Gemeindehaus, Egbertstr. 10,
Dortmund-Aplerbeck**Leitung:**

Sabine Seeber ☎ 0231 – 47 68 880 (ab 19.00 Uhr)

26.02.2026 - Donnerstag:**Nachwächter-Führung mit Ferdi Ziese**

„Hört Ihr Leut und lasst Euch sagen“

Wenn es Abend wird im Ruhrtal, zieht der
Nachwächter pünktlich um 19.00 Uhr
zum Glockenschlag vonSt. Viktor seine Wachrunde durch die historische
Schwerter Altstadt**Kosten: 7,00 Euro pro Person**

Wanderstrecke:

ca. 4 km, keine Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 7 km

Abfahrt / Treffpunkt:

18.15 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29/ Edelstahlweg

Wanderführung:

Sabine Seeber ☎ 0231 – 47 68 880 (ab 19.00 Uhr)



März 2026



01.03.2026 – Sonntag:

Wanderung zwischen Herscheid und Velbert

Märzenbecherbruch im Ebbegebirge an der Nordhelle
Naturschutzgebiete, Moore, Wälder und
Märzenbecher

Wanderstrecke:

ca. 16 km, 370 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 58 km

Abfahrt / Treffpunkt:

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Teresa Stays ☎ 0178- 2084637

08.03.2026 – Sonntag

Spenden-Wanderung am Internationalen Frauentag zugunsten des Frauenhauses Dortmund

Dortmunder Panorama im Norden, über die Halde
Schwerin und das Wasserschloss Bodelschwingh
Um eine Spende von 5,00 EUR wird gebeten.

Gerne kann auch mehr gespendet werden
oder auch ohne Spende mitgewandert werden.

Wanderstrecke:

ca. 10 km, 110 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 23 km

Abfahrt / Treffpunkt:

11.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr.29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Margit Artmann ☎ 0152 – 53 89 71 24

12.03.2026 – Donnerstag: **Von Wichlinghofen durchs Wannebachtal**
Wanderstrecke: ca. 7,5 km, 140 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 7 km
Hunde sind willkommen. Leinenpflicht ist uns wichtig.
Abfahrt / Treffpunkt: 13.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Wanderführung: Anne Braun ☎ 0170-11 26 171

14.03.2026 – Samstag: **Waldbaden mit Hund im Schwerter Wald**
Leinenpflicht ist uns wichtig.
Mitwandern ohne Hund ist erwünscht.
Wanderstrecke: ca. 8 km, 80 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 2 km
Abfahrt / Treffpunkt: 10.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Wanderführung: Sandra Tiews ☎ 0177 – 62 76 584
Anmeldung erforderlich.

15.03.2026 – Sonntag: **Wanderung rund um Cappenberg**
Wanderstrecke: ca. 15 km, 150 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 25 km
Abfahrt / Treffpunkt: 10.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Wanderführung: Gerd Schramm ☎ 0231 – 48 49 26

19.03.2026 – Donnerstag: **Vereinstreffen**
Treffpunkt: 17.00 Uhr **Gemeindehaus Erdgeschoss**,
Egbertstr. 10, Dortmund-Aplerbeck
Ansprechpartnerin: Monika Penzel ☎ 01522 – 65 57 642

22.03.2026 – Sonntag: **Rund-Wanderung von Menden Platte Heide über Hemer und Iserlohn**
Wanderstrecke: ca. 20 km, 400 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 25 km
Abfahrt / Treffpunkt: 09.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Wanderführung: Carsten Thomas ☎ 0160 – 40 60 332

25.03.2026 – Mittwoch: **Rundwege am Wixberg mit Ausblicken auf Altena und die Lennekurve**
Wanderstrecke: ca. 9 km, 200 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 28 km
Abfahrt / Treffpunkt: 11.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Wanderführung: Margit Artmann ☎ 0152 – 53 89 71 24

29.03.2026 – Sonntag: **Wanderung zu Beginn der Sommerzeit: Rund um Hellefeld**
Zeitumstellung bitte nicht vergessen.
Wanderstrecke: ca. 14 km, 280 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 63 km
Abfahrt / Treffpunkt: 9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Wanderführung: Michael Penzel ☎ 01522 – 68 06 170

April 2026



01.04.2026 – Mittwoch:

Wanderstrecke:

Treffpunkt:

Wanderführung:

Begehung Nathebachtal am Mittelpunkt NRW

ca. 8 km, 100 Höhenmeter, keine PKW-Anfahrt

10.00 Uhr Nathebach-Apotheke, Schwerter Str. 306

Marianne Steiner ☎ 0231- 72 65 1

03.04.2026 – Karfreitag:

Wanderstrecke:

Abfahrt / Treffpunkt:

Wanderführung:

Sportliche Wanderung rund um Lössel

ca. 13 km, 430 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 25 km

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Gerd Schramm ☎ 0231 – 48 49 26

05.04.2026 – Ostersonntag: Wanderung in Hattingen:

Vom Schulenberger Wald durch das Wodantal in die Elfringhauser Schweiz

Wanderstrecke:

Abfahrt / Treffpunkt:

Wanderführung:

ca. 17 km, 500 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 45 km

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Marianne Steiner ☎ 0231 – 72 65 135

06.04.2026 – Ostermontag:

Wanderstrecke:

Abfahrt / Treffpunkt:

Wanderführung:

Rund um die Margarethenhöhe in Essen

ca. 10 km (einschl. Rundgang durch die Siedlung)

kaum Höhenmeter, PKW- Anfahrt ca. 55 km

10.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wolfgang Winter ☎ 0231-416251

11.04.2026 – Samstag:

Waldbaden mit Hund in den Osterferien am Lanstroper Ei

Leinenpflicht ist uns wichtig.

Mitwandern ohne Hund ist erwünscht.

Wanderstrecke:

ca. 8 km, 60 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 10 km

Abfahrt / Treffpunkt:

10.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Sandra Tiews ☎ 0177 – 62 76 584

Anmeldung ist erforderlich.

12.04.2026 – Sonntag:

Wanderung am Zusammenfluss von Ruhr und Hönne

Wanderstrecke:

ca. 12 km, ca. 100 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 25 km

Abfahrt / Treffpunkt:

10.30 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Gudrun Schmidt ☎ 0231 – 47 282

15.04.2026- Mittwoch

Auf dem Helmut Treude Bergbauwanderweg in Dortmund-Berghofen

Wanderstrecke:

ca. 8 km, 100 Höhenmeter, PKW- Anfahrt ca.3,2 km

Abfahrt Treffpunkt:

13.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr.29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Bernd Engl ☎0231-48 80 188

19.04.2026 – Sonntag:

Wanderung südlich von Iserlohn

Wanderstrecke:

ca.16 km, 400 Höhenmeter, PKW- Anfahrt ca.20 km

Abfahrt / Treffpunkt:

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr.29 /

Wanderführung:

Gerd Schramm ☎ 0231-484926



Wanderfreizeit: Die Rhön, das Land der offenen Fernen

Nach einer sehr erfolgreichen Wanderfreizeit im Juni 2025 und dem Stauen der Teilnehmer*innen über die tolle Landschaft der Rhön und der Hoffnung auf Mehr, gibt es im kommenden Jahr eine weitere im Land der offenen Fernen. Highlights der Wanderfreizeit `26 wird eine Wanderung zum Kreuzberg, dem Berg der Franken, sowie eine Tour an der ehemaligen deutsch-deutschen Grenze mit der Gedenkstätte Point Alpha sein.



Anmeldebeginn:
02.01.2026, 8.00 Uhr

Auf Grund der Vereinbarung mit dem Hotel liegt der **Anmelde-schluss am 20.02.2026**

Zeitraum:

19.04.2026 – 25.04.2026

Teilnehmerkreis:

Interessierte Mitglieder unserer Abteilung

Programm:

6 mittel- bzw. schwere Wanderungen von 9 (am Anreise- und Abreisetag) bis 16 Kilometern, zum Teil mit höheren Steigungen, 1 wanderfreier Tag mit Überraschungsangebot

Unterkunft:

Landhotel Hohmann in Hilders

8 Einzelzimmer

3 Doppelzimmer

Kosten:

pro Person im EZ

ca. 520,00 €

pro Person im DZ

ca. 460,00 €

(einschl. Übernachtung, Halbpension, Bettensteuer)

Im Preis nicht inbegriffen sind zusätzliche Verpflegungskosten wie Nachmittagskaffee, evtl. Programm- sowie Fahrtkosten

Nähere Infos / Verbindliche, kostenpflichtige Anmeldung:

Michael Penzel, [medien\(at\)sgv-aplerbeck.de](mailto:medien(at)sgv-aplerbeck.de)

mobil: 01522 68 06 170

26.04.2026 – Sonntag:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

Rund-Wanderung von Neuemühle über Wermelskirchen und Dhünntalsperre

ca. 19 km, 600 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 60 km
09.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Carsten Thomas ☎ 0160 – 40 60 332

29.04.2026 – Mittwoch:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

Wanderung Bittermark Viermärker Eiche

ca. 8 km
13.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29/ Edelstahlweg
Agostino Ricci ☎ 0231-92 73 59 54

Anmeldung erforderlich bis zum 28.04.26

Anzeige



**Jetzt mit neuer
Prophylaxeetage!**

Seit 1906 ...

... besteht die Zahnarztpraxis Düsberg in Dortmund – seit 1932 in Dortmund Aplerbeck – eine Praxis mit regionaler Historie und der umfassenden Erfahrung mehrerer Zahnarzt-Generationen.

Hier steht Ihre individuelle Behandlung im Vordergrund. Als Spezialisten für Endodontologie, Implantologie und Parodontologie bieten wir Ihnen Zahnmedizin auf hohem Niveau und in einer Praxis, die nicht nur zentral am Aplerbecker Markt gelegen ist, sondern sich auch durch ein angenehmes Ambiente auszeichnet.

Lernen Sie uns kennen.
Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Zahnarztteam Dres. Düsberg



Dres. Düsberg
seit 1906



Dr. Harald Düsberg, M.Sc.



Dr. Richard Düsberg, M.Sc.

Unsere Leistungen

- Prophylaxe
- Implantologie
- mikroskopgestützte Wurzelkanalbehandlung
- Parodontologie
- Zahnersatz
- zertifizierte Lachgassedierung zur Behandlung von Angstpatienten
- digitales Volumentomogramm (DVT)
- Praxislabor

Zahnärzte am Markt Gemeinschaftspraxis Dres. Düsberg

Aplerbecker Marktplatz 20 | 44287 Dortmund
Telefon 0231 45 53 33
www.zahnarzt-aplerbeck.de

Mai 2026



01.05.2026 – Freitag:
(Feiertag)

Wanderung über den Eggen-, Kahlen- und Sperrenberg entlang des Ruhrhöhenweges nach Niedersfeld, hinauf zum Sattel Hoher Hagen und zurück zum Wanderparkplatz

Im Anschluss Teilnahme an der 1.Mai-Feier des SGV Siedlinghausen bei Kaffee, Kuchen und/oder etwas Herzhaftem.

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

ca. 16 km, 380 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 90 km
08:15 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Michael Penzel ☎ 01522 – 68 06 170

03.05.2026 – Sonntag:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

Konditionswanderung in Kallenhardt

ca. 23 km, 500 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 75 km
9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Andreas Hilbrand ☎ 0151 / 64 39 24 26

06.05.2026 – Mittwoch:

Wanderstrecke:
Abfahrt / Treffpunkt:
Wanderführung:

Wanderung im NSG Kurler Busch

ca. 7 km, 20 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 25 km
13.30 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Manfred Krause ☎ 02305 – 43 112

dovoba.de

Was haben eine WG und eine Genossenschaftsbank gemeinsam?



Zum Video!



Eine ganze Menge. Warum unsere genossenschaftliche Idee moderner ist denn je, erklärt uns WG-Bewohnerin Toni in unserem Film.

Dortmunder
Volksbank



09.05.2026 – Samstag:

Waldbaden mit Hund im Elsebachtal

Leinenpflicht ist uns wichtig.

Mitwandern ohne Hund ist erwünscht.

Wanderstrecke:

ca. 7 km, 130 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 10 km

Abfahrt / Treffpunkt:

10.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Sandra Tiews ☎ 0177 – 62 76 584

Anmeldung erforderlich.

10.05.2026 – Sonntag:

**Wanderung rund um Neuhaus Gemeinde
Möhnesee**

Wanderstrecke:

ca. 16 km, 360 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 60 km

Abfahrt / Treffpunkt:

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr.29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Gudrun Schmidt ☎ 0231 – 47 282



14.05.2026 – Donnerstag:

**Konditionswanderung an Christi Himmelfahrt
und Tag des Wanderns
Waldgebiete (H6) von Herdecke über Nacken
bis Wengern**

Wanderstrecke:

ca. 22 km, 530 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 17 km

Abfahrt / Treffpunkt:

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Teresa Stays ☎ 0178 – 20 84 637

17.05.2026 – Sonntag:

**SGV Aplerbeck nimmt am Neuenrader
Wandertag teil**

Wanderstrecke:

Details zu den zwei Touren geben wir an euch bekannt, sobald sie uns vorliegen.

PKW-Anfahrt ca. 50 km

Abfahrt / Treffpunkt:

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Sabine Seeber ☎ 0231 – 47 68 880 (ab 19:00 Uhr)

21.05.2026 – Donnerstag:

Wanderstrecke:

Abfahrt / Treffpunkt:

Wanderführung:

Wanderung im NSG Grävingsholz- Eving

ca. 7 km, 20 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 18 km
Hunde sind willkommen. Leinenpflicht ist uns wichtig.
13.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Anne Braun ☎ 0170 – 11 26 171

22.05.2026 – Freitag:

Abfahrt / Treffpunkt:

Programm:

**Busfahrt mit unseren Wanderfreunden vom
SGV Höchsten, „Nicht nur für Senioren“**

10.00 Uhr **DO-Höchsten**, Benninghofer Str. /
Ecke Wittbräucker Str. 39
Besuch des Klosters Kamp, der Zisterzienserkirche mit
seinem berühmten Terrassengarten und w
eiteren schönen Gärten.
ca. 13:00 Uhr Weiterfahrt nach Xanten
ca. 13.30 Uhr Mittagessen am Markt in Xanten
ca. 15.00 Uhr In Xanten Besuch der Altstadt mit
Dom St. Viktor
Jeder in seinem eigenen Tempo oder / und
Besuch des Archäologischen Römerparks
COLONIA ULPIA TRAJANA
ca. 18.00 Uhr Treffen am Bus und Rückfahrt nach
DO-Höchsten
Wolf-Dieter Sonnenburg, SGV Höchsten
☎ 0179 – 96 60 944, Mail: wdson@arcor.de

Anmeldung:

**24.05.2026 –
Pfingstsonntag:**

Wanderstrecke:

Abfahrt / Treffpunkt:

Wanderführung:

**Sennerandweg von Oerlinghausen
durch das NSG Doerenschlucht**

ca. 21 km, 310 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 92 km
09.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Hermann Braun ☎ 0175-2058944

**25.05.2026 –
Pfingstmontag:**

Kurzfristiger Wandervorschlag möglich.

Vorschlag bitte weitergeben an:

Marianne Steiner ☎ 0231- 72 65 1

31.05.2026 – Sonntag:

Wanderstrecke:

Abfahrt / Treffpunkt:

Wanderführung:

**Konditionswanderung im Arnsberger Wald –
Wilhelmsruhe**

ca. 23 km, 440 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 41 km
9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg
Hermann Braun ☎ 0175 – 20 58 944

Juni 2026



04.06.2026 – Donnerstag:

Konditionswanderung an Fronleichnam auf dem Affelner Rundweg

Wanderstrecke:

ca. 23 km, 600 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 55 km

Abfahrt / Treffpunkt:

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Marianne Steiner ☎ 0231-7265135

07.06.2026 – Sonntag:

Kulturwandertag Ramsbeck

Wanderstrecke:

ca. 10 km, 300 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 80 km

Einfahrt in das Bergwerk mit Führung

Danach Wanderung auf dem Bergbauwanderweg –
Abkürzung möglich.

Abfahrt / Treffpunkt:

09.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Wolfgang Winter ☎ 0231-416251

Anmeldung erforderlich.

Kosten pro Person: 11 Euro (Tarif 2025)

Anmeldung bitte spätestens bis zum 30.04.26

10.06.2026 – Mittwoch:

Wanderung im Niederhofer Wald

Wanderstrecke:

ca. 6 km, 80 Höhenmeter ca. 7 km

Abfahrt / Treffpunkt:

13.30 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Gerd Schramm ☎ 0231-484926

DSW21

Einmal quer durch's Leben, bitte!

www.bus-und-bahn.de



- zahlreiche Verbindungen
- keine Parkplatzsuche
- DSW21-App für Ticketkauf und alle Infos

13.06.2026 – Samstag:**Waldbaden mit Hund im Bürenbruch**

Leinenpflicht ist uns wichtig.

Mitwandern ohne Hund ist erwünscht.

Wanderstrecke:

ca. 8 km, 170 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 12 km

Abfahrt / Treffpunkt:

10.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Sandra Tiews ☎ 0177 – 62 76 584

14.06.2026 – Sonntag:**Wanderung rund um Beyenburg**

Wanderstrecke:

ca. 17 km, 450 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 40 km

Abfahrt / Treffpunkt:

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Gerd Schramm ☎ 0231 – 48 49 26

18.06.2026 – Donnerstag:**Vereinstreffen**

Treffpunkt:

17:00 Uhr **Gemeindehaus Erdgeschoss**,

Egbertstr. 10, Dortmund-Aplerbeck

Ansprechpartnerin:

Monika Penzel ☎ 01522 – 68 06 170

21.06.2026 – Sonntag:**Wanderung über die Wupperhöhen zur Müngstener Brücke**

Wanderstrecke:

ca. 17 km, 450 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 69 km

Abfahrt / Treffpunkt:

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Gerd Schramm ☎ 0231 – 48 49 26

25.06.2026 – Donnerstag:**Aplerbeck und Berghofen: A1 und A2 zeigen uns den Weg**

Wanderstrecke:

ca. 9 km, 170 Höhenmeter, keine PKW-Anfahrt

Abfahrt / Treffpunkt:

12.00 Uhr Wanderparkplatz nahe Schweizer Allee 30

Wanderführung:

Sabine Seeber ☎ 0231 – 47 68 880 (ab 19.00 Uhr)

28.06.2026 – Sonntag:**Wanderung rund um Breckerfeld**

Wanderstrecke:

ca. 20 km, 400 Höhenmeter, PKW-Anfahrt ca. 35 km

Abfahrt / Treffpunkt:

9.00 Uhr Mauer Wittbräuckerstr. 29 / Edelstahlweg

Wanderführung:

Wolfgang Winter ☎ 0231 – 41 62 51



NATURSCHUTZGRUPPE
DORTMUND-APLERBECK



Mach mit beim Naturschutz in Aplerbeck!
Für Stadtnatur, Tiere und Lebensräume

Nistkastenpflege für heimische Vögel

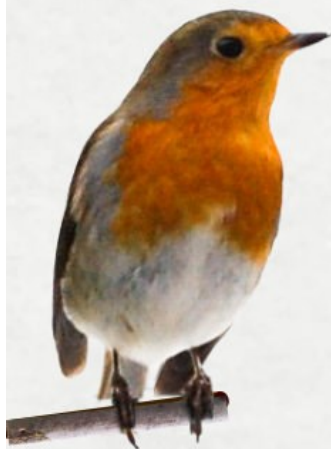
Müllsammelaktionen in Aplerbeck

Weitere Projekte:

Wildblumenwiese und Insektenhotel

Alle können mitmachen.

Wir freuen uns auf Dich.



sgv-aplerbeck.de/naturschutz
andreas hilbrand 015164392426

Vorschau

Donnerstag, 06.08.2026

Vereinstreffen mit Waffelschmaus

Leitung: Monika Penzel, ☎ 01522 – 65 57 642



Freitag – Sonntag: 23.10. – 25.10.2026

Wanderwochenende im Oberbergischen Land

3 mittelschwere Wanderungen zwischen 12 und 15 Kilometern
Standquartier Bierenbacher Hof in Nümbrecht – Bierenbachtal
einschl. Halbpension

8 Einzelzimmer / 3 Doppelzimmer



Anmeldestart: 02.01.2026

Wanderführung: Michael Penzel ☎ 01522 – 68 06 170

10 goldene Regeln für das Wandern in Gruppen (Wanderordnung des SGV Dortmund-Aplerbeck e.V.)

1. **Allgemeines:** Die Teilnahme an unseren Wanderungen und Veranstaltungen steht jedermann offen. Gäste sind herzlich willkommen. Alle Wanderer erkennen mit ihrer Teilnahme an einer Wanderung die folgende Wanderordnung als für sie verbindlich an!
2. **Wanderführung:** Die Wanderungen finden, soweit es sich nicht um extreme Wetterlagen handelt (Glatteis, Sturm, erhöhte Ozonwerte), bei jeder Witterung statt. Die Wandergruppe soll möglichst in Sicht- oder Hörweite zusammen bleiben. Geeignete Rastpausen sind gegebenenfalls hierfür einzulegen. Es ist manchmal nicht zu umgehen, dass unser Wanderweg über eine Verkehrsstraße ohne getrennten Fußweg führt. Da hier besondere Vorsicht geboten ist, gehen Wandergruppen im Gänsemarsch in Laufrichtung am linken Straßenrand. Nehmen mehr als 15 Personen an der Wanderung teil, sind hier mehrere Gruppen zu bilden. Zwischen den Gruppen ist ein Abstand von etwa 30 Metern einzuhalten, damit Fahrzeugen im Begegnungsverkehr eine Einschermöglichkeit geboten wird.
3. **Wanderführer:** Der eingesetzte Wanderführer trifft alle Vorbereitungen zur Durchführung der Wanderung. Er bestimmt Ort u. Zeit des Beginns der Wanderung. Er legt auch Beginn und Ende der Ruhepausen fest. Begründete Abänderungen der vorgesehenen Wanderroute können, wenn notwendig, durch den Wanderführer vorgenommen werden. Von Beginn bis Ende der Wanderung ist er weisungsgebend. Der Wanderführer entscheidet vor Antritt der Wanderung aufgrund seiner Beurteilung der Wetterlage bzw. der Auswirkungen von Unwettern, ob die Wanderung durchgeführt werden kann. Abweichungen vom vorgesehenen Programm liegen im Ermessen des Wanderführers. Teilnehmer, die sich von der Gruppe absetzen wollen, müssen sich immer beim Wanderführer abmelden.
4. **Kleidung und Kondition:** Jeder Wanderer ist für Ausrüstung, wie Kleidung und Schuhwerk, selbst verantwortlich. Vor jeder Wanderung hat sich der Teilnehmer zu vergewissern, ob er den zu erwartenden Anstrengungen gewachsen ist. Er hat sich für jede Witterung zweckmäßig auszurüsten. Die Kleidung soll zweckmäßig sein, insbesondere das Schuhwerk, da zum Teil auch Wege begangen werden, die im üblichen Sinne nicht als begehbar bezeichnet werden. Auch das Gepäck sollte jeder Wanderer sorgfältig auswählen. In den Rucksack gehört neben einem Wetterschutz auch ein Erste-Hilfe-Päckchen sowie ggfs. die persönliche medizinische Ausrüstung.

5. Haftung/Versicherung: Für alle Wanderungen gilt folgender Grundsatz: Der Wanderführer ist weisungsgebend, doch für das persönliche Tun ist jeder Mitwanderer selbst verantwortlich. Für Mitglieder des SGV besteht eine Wanderverein-Verbundversicherung (komb. Haftpflicht- und Unfallversicherung). Diese Versicherung gilt ab Start der Wanderung bis zu deren Ende. Die Fahrt dorthin und zurück im privaten PKW oder ÖPNV geht auf eigenes Risiko. Die Fahrt zur Einkehr sofern sie nicht direkt am Weg liegt, ebenso.

6. Fahrkostenbeteiligung

bei Anreise im ÖPNV: Inhaber von Tickets mit kostenloser Mitnahmemöglichkeit für eine 2. Person, stellen diese der Gruppe insgesamt zur Verfügung. Der Wanderführer fragt vor Fahrtantritt nach den bereits vorhandenen Fahrkarten bzw. Mitnahmemöglichkeiten und kauft für die noch nicht versorgten Wanderer die günstigsten Fahrkarten. Diese Kosten werden dann auf alle Wanderfreunde, die keine eigene Fahrkarte haben, gleichmäßig verteilt. Diese Kostenbeteiligung wird auf den jeweils nächsten 50 ct. bzw. 1,00 € Betrag aufgerundet. Überschüsse aus den so ermittelten Teilnehmerpreisen werden an die Vereinskasse abgeführt.

Bei Mitfahrgelegenheiten im Privat-Kfz: Private Fahrzeuge werden von den Teilnehmern auf eigenes Risiko und freiwillig zur Verfügung gestellt. Der Wanderführer organisiert nach Möglichkeit Fahrgemeinschaften, ohne direkten Einfluss auf die beteiligten Personen zu nehmen. Die Kostenbeteiligung der Mitfahrer ist im SGV Dortmund-Aplerbeck. ab April 2017 so festgelegt, dass die Mitfahrer dem Fahrer einen Betrag von 5 ct. je gefahrenen Kilometer zuzüglich einem Grundpreis von 1,00 €/Tag entrichten. Um Verschmutzungen des Fahrzeuginneren zu vermeiden, bringen Sie bitte als Mitfahrer immer ein Paar Ersatzschuhe mit.

7. Absage: Wer sich zu einer, von der Wanderführung anmeldepflichtigen Wanderung oder Fahrt angemeldet hat, muss den festgesetzten Teilnehmerpreis bzw. bereits entstandene Kosten auch dann entrichten, wenn er nach Meldeschluss von der Wanderung zurücktritt oder bei Beginn nicht erscheint. Es sei denn, ein anderer Teilnehmer tritt an seine Stelle. Schlechtwetter usw. sind kein Rücktrittsgrund der eine geldliche Rückvergütung rechtfertigt.

8. Landschaft und Natur: Wir Wanderer gehören zu den Hütern der Landschaft. Als oberstes Gebot gilt, keine Abfälle zurückzulassen. Grundsatz: Was der Wanderer in den Wald hineinträgt, kann er auch wieder heraustragen. Schonung von Baum und Pflanze, Schutz des Wildes und der Vögel, kein Rauchen in Forst und Heide.

9. Ton- und Bildaufzeichnungen: Mit der Teilnahme an unseren Veranstaltungen erklären Sie ihr Einverständnis zur Veröffentlichung von Bild und Tonaufzeichnungen, die bei diesen Veranstaltungen aufgenommen werden.

10. Radfahren: An Radwanderungen soll sich nur beteiligen, wer sein Fahrrad sicher und den Verkehrsregeln entsprechend führen kann. Aus Sicherheitsgründen sollte ein Fahrradhelm getragen werden. Das Gepäck ist unfallsicher zu verstauen, Reparaturwerkzeug ist mitzuführen.

Unser Wanderplan wird auch im Internet unter www.sgv-aplerbeck.de veröffentlicht.

Über Änderungen im Wanderplan werden wir in den Schaukästen, per Mail, per Whatsapp und insbesondere auch im Internet immer aktuell berichten.

Es lässt sich leider nicht immer sicherstellen, dass die örtliche Presse jede Änderung in unserem Wanderplan noch rechtzeitig bekannt gibt.

Grundsätzlich gilt bei Änderungen:

Der Wanderführer und auch die Wanderregion kann sich gegenüber dem ursprünglichen Plan ändern. Der Treff- und Zeitpunkt für den Beginn der Wanderung ändert sich im Normalfall nicht!

Wir bemühen uns, die konditionellen Anforderungen bei geänderten/getauschten Wanderungen vergleichbar zu halten.

Mitglied werden

Unser Jahresbeitrag beträgt:

für Vollmitglieder	30,00 €
für Partner von Vollmitgliedern im gleichen Haushalt	16,00 €
für Zweitmitgliedschaften *)	12,00 €
für jugendliche Mitglieder von 15 – 18 Jahren	9,00 €
für Kinder bis zu 14 Jahren	5,00 €

Die Betragsfälligkeit ist im Januar eines jeden Jahres.

*) Voraussetzung für eine Zweitmitgliedschaft ist die bestehende Erstmitgliedschaft in einer anderen Abteilung des SGV.

Eine Aufnahmegebühr wird nicht erhoben.

Vorteile einer Mitgliedschaft:

- Erlebnisreiche Wandertouren, Ausflüge und Besichtigungen
- Bonusvorteile bei der Krankenkasse durch den Deutschen Wanderpass
- Einkaufsvorteile im SGV Shop
- Bonus auf den Übernachtungspreis im SGV Jugendhof – Jugendherberge für die ganze Familie in Arnsberg
- Einkaufsvorteile bei Magic Mount
- 4 Ausgaben im Jahr unseres Vereinsmagazins „Kreuz & Quer“
- Versicherungsschutz

Alle Informationen unter: <https://sgv.de/mitglied-werden/sgv-card-partner.html>

Unsere Bankverbindung: Sparkasse Dortmund

IBAN: DE81 4405 0199 0101 0095 21

BIC: DORTDE33XXX



**Eine Beitrittserklärung senden wir Dir gerne zu.
Bitte ruf uns an unter 0231 – 476 88 80 (ab 19 Uhr) oder schreibe
eine email: vorstand@sgv-aplerbeck.de**

**Wir spiegeln
Qualität
und Frische**

REWE

Rodenberg-Center
44287 Dortmund



REWE