

Blattbez.: 01DMSL04.OWA	Blatt-Nr.: 03	* W A N D E R B L A T T *		Reisetag : 03-03
Staat : DEUTSCHLAND	Seite-Nr.: 01	Wochentag von SAMSTAG bis SAMSTAG		Wandertag : 03
Region : NRW/MÜNSTERLAND		Datum von 28.10.2000 bis 28.10.2000		Ruhetag : 00
Wanderweg: X 1 (OLFEN - LIPPSTADT)		Höch. Pkt.: 112 m	Nied. Pkt.: 48 m	Entfernung : 18.6 km
Strecke : OLFEN/MITTE - SELM-CAPPENBERG		Höhend. +: 106 m	Höhend. -: 54 m	Wanderzeit : 246 Min.
Ziel : SELM-CAPPENBERG		v Gehen : 5.5 km/h	v Steigen: 600 m/h	Pausenzeit : 30 Min.
Ausg./DM : 0.00				Anz.d.Übern. : 01

HÖHENDIAGRAMM IN METERN 150 125 100 75 50 25	km	Ort	Orts höhe	Bemerkungen	Pau- sen	Wan- zeit	Uhr- zeit
	0	Olfen/Mitte	50	Auf X 1 nach Osten durch Ort	0	0	08:00
	0.5	Alte Kanal-Unte	48	weit.a.K 29/X 1 n.Osten	0	5	08:05
	1.0	B 235/B 236	48	B 235 überquer.- weit. geradeaus a.B 236	0	10	08:10
	1.5	Str.-abzweig	49	geradeaus weit.a.B 236	0	16	08:16
	2.3	Kanal-Unterführ	49	Kanal unterquer.,dahinter rechts ab	0	25	08:25
	2.8	K 7	50	zunächst rechts weit.a.K7,n.150m links a	0	31	08:31
	3.5	Wegkreuz./Gehöf	50	B 236 i.d.N.- rechts weit.n.Osten d.Wald	0	39	08:39
	3.9	Bach	49	weit.a.X 1 d.Sandforter Forst	0	43	08:43
	4.5	Höhe 51/Kreuz.	51	weit.n.Südosten d.Große Heide/Wald	0	50	08:50
	5.9	K 2/Höhe 56	56	links weit.a.K 2 n.Nordosten	0	66	09:06
	6.8	K 2 verlassen	54	rechts ab, weit.n.Osten d.Wohngeb.v.Selm	0	76	09:16
	7.3	Bahnlinie/Bf.	55	Bahn überqer.- weit.d.Wohngeb.i.östl.Ric	0	82	09:22
	7.9	Selm/Sportzentr	55	Bad/rechts weit.a.X 1 - Ortsmitte 700m	0	89	09:29
	8.4	B 236	56	B 236 überquer.- weit.X 1 i.südl.Richt.	30	125	10:05
	9.3	Richt.-änderung	57	Selm-Beifang - links weit.n.Osten	0	135	10:15
	9.7	Str.-kreuzung	57	Selm,Südrand - rechts weit.n.Süden a.Str	0	139	10:19
	10.8	Hs. Berge/Kreuz	61	links weit.a.Hs.Berge vorbei n.Osten	0	151	10:31
	11.2	Höhe 61/Kreuz.	61	rechts weit.a.Str.,n.200m links weit.	0	155	10:35
	12.0	Naturschutzgeb.	101	rechts weit.d.NSG	0	168	10:48
	12.5	Aussicht/Parkpl	109	weit.a.X 1 n.Süden/K 8 voraus/Whs.	0	174	10:54
	13.1	K 8 verlassen	108	Gehöfte - rechts ab i.südöstl.Richt.	0	181	11:01
	13.7	Gehöft Pötter	80	links weit.,n.200m rechts weit.	0	188	11:08
	14.1	Gehöft Möller	75	weit.a.X 1 i.südl.Richt.	0	192	11:12
	14.6	Höhe 98/Wald	98	rechts ab d.Wald n.Südwesten	0	200	11:20
	15.5	Str.-abzw./Geh.	93	Radweg/links weit.a.X 1/R 6 n.Südosten	0	210	11:30
	16						

Blattbez.: 03DMSL04.OWA		Staat: DEUTSCHLAND		Region: NRW/MÜNSTERLAND		Blatt: 03		Seite: 02	
HÖHENDIAGRAMM IN METERN 150 125 100 75 50 25		km	Ort	Orts höhe	Bemerkungen	Pau- sen	Wan- zeit	Uhr- zeit	
		15.5	Str.-abzw./Geh.	93	Radweg/links weit.a.X 1/R 6 n.Südosten	0	210	11:30	
		16							
		16.8	Gehöft Vinneman	100	weit.n.Südosten a.X 1/R 6	0	225	11:45	
		17.5	Cappenberg/K 11	112	links weit.a.K 11 n.Osten	0	234	11:54	
		17.9	L 810	112	rechts weit.a.L 810	0	238	11:58	
		18.6	Selm-Cappenberg	102	Schloss/K 19/W'wegabzw.X 14	0	246	12:06	
		19							
		20							
		21							
		22							
		23							
		24							
		25							
		26							
		27							
		28							
		29							
		30							
		31							

B E M E R K U N G E N							
Olfen: Whs./Hotel/Bus/Geschäfte							
Selm: Whs./Hotel/Bahnlinie COE-DO/Bus/Geschäfte							
Selm-Cappenberg: Whs./Hotel/Bus/Geschäfte							
				www.spaziergaenger.de (c) Wolfgang Timmer 2000			
Schlafen:	0.00 DM	Essen:	0.00 DM	Fahren:	0.00 DM	Sonstiges:	0.00 DM
SUMME:						0.00 DM	