

Ein Cross-Lauf im Ardey-Gebirge

15,5 km, 520 Höhenmeter

Start und Ziel: Wanderparkplatz Kohlensiepen

Start ist auf dem asphaltierten Fahrweg, links neben Wanderweg-Tafeln, Richtung **Gaststätte Waldhaus Vogel**.

Beim Abzweig zum Waldhaus Vogel rechts hinab in die Senke, danach sofort links ab auf den Zufahrtsweg zu Wohnhäusern. Wo der Weg nach links zu den Wohnhäusern schwenkt, biegen wir rechts ab auf einen schmalen Weg im dichten Wald bergauf, immer den Holzmasten mit Stromkabeln folgend.

(geradeaus bergab ist Abkürzung möglich, aber die Schikane nach rechts soll zeigen, dass es auch am Hohenstein noch Wege gibt, auf denen man allein unterwegs ist)

Am höchsten Punkt stehen wir vor einem **Grundstückszaun** und biegen links ab, der Weg führt auf dem Berggrat entlang, senkt sich dann, verliert sich etwas und lenkt uns vor einem querliegenden Birkenstamm leicht nach rechts hinab auf einen deutlichen Wanderweg. Hier biegen wir nach links ab, der Weg führt um die Klippe herum und dann bergab. Etwas tiefer trifft von rechts unten ein Weg auf unseren, wir laufen aber weiter in die Richtung, aus der wir ursprünglich gekommen sind. Schon nach wenigen Metern biegen wir auf einen breiten Weg nach rechts ab. Dieser Weg wird schnell schmaler, biegt in einer Linkskurve um den Berg, dann in einer Serpentine scharf nach rechts, der Wegboden ist stets mit Laub bedeckt, und wir erreichen die Straße **Kohlensiepen**, die wir überqueren.

Direkt gegenüber versperrt ein eisernes Tor den Eingang zum **Steinbruch**. Doch direkt rechts daneben gibt es einen steilen Trampelpfad über den kleinen Erdwall. Ein Verbotsschild ist nicht zu sehen. Hier wurde bestimmt schon manch ein Mountain Bike hinübergezerrt, also sollte ein Läufer das auch schaffen.

Auf der anderen Seite wenden wir uns nach rechts und erkennen bald linkerhand einen breiten Fahrweg, der rechts neben einem großen Schuppen beginnt. Nach dem ersten Anstieg sehen wir dann auch den Steinbruch und wissen, welcher Höhenunterschied auf uns wartet. Wir folgen dem breiten Fahrweg weiter nach rechts. Bald darauf zweigt in einer Linkskurve ein Weg links ab, den wir ignorieren. Unser Weg macht ebenfalls eine Linkskurve bis wir an einer T-Kreuzung nach rechts abbiegen. Dann endet der Weg scheinbar. Wir nehmen nicht den Trampelpfad, der geradeaus in den Wald führt, sondern wenden uns nach links auf ein grünes Plateau (Lagerfeuer-Reste). Auf dem Plateau rechts weiter auf grünem Trampelpfad, bis wir am Waldrand links am Abgrund einen stabilen Metall-Zaun sehen. Immer nahe diesem Zaun bis zur höchsten Stelle. Es ist steil, aber immer noch lauffar. An der höchsten Stelle steht hinter dem Zaun ein Schild, das vor dem Betreten des Steinbruchs warnt. Hier biegen wir auf deutlichem Weg nach rechts in den Wald ab und erreichen nach ca. 100 Metern die asphaltierte Straße und das **Jugendfreizeithem**. Weiter geradeaus, bis wir auf die Straße **Wartenbergweg** stoßen.

Wir überqueren den **Wartenbergweg** (alle Abzweige heißen hier so) und laufen geradeaus weiter. Nach ca. 100 Metern biegen wir in einen Fahrweg nach rechts ab (**Gebotsschild** Rechts ab für Autofahrer). Dem folgen wir bis zur nächsten Waldweg-Kreuzung, hier wieder rechts. Fast schnurgerade führt der Weg über den **Wartenberg**, den höchsten Punkt (246m) läßt er rechts liegen. Dann in eine Senke, wieder herauf und schließlich erreichen wir wieder die asphaltierte Straße "**Wartenbergweg**". Rechts ab. Wir passieren Haus Nr. 87 und eine Schafswiese, dann biegt links ein **mit X markierter Wanderweg** ab (rot-weißer Wegpfosten).

Dieser Weg führt uns zunächst auf der Höhe in Richtung Ruhr. Wenn der Blick hinüber

zur anderen Ruhralseite sich öffnet, folgen wir dem Weg scharf links und in einer Serpentine (steinerne Stufen) hinab ins **Gederbachtal** auf die asphaltierte Straße. Rechts ab in Richtung Ruhr. Nach etwa 300 Metern biegen wir links ab auf eine deutlich mit X markierte Holzbrücke über den Gederbach. Wir folgen für ca. 1,5km dem Wanderweg X, zunächst im Wald bergauf, dann bequem auf ebenem Weg, zuletzt mit einem Zaun auf der rechten Seite.

Wir erreichen eine **Wegkreuzung**, gegenüber ist eine **rot-weiße Schranke**. Achtung: Genau **links neben dieser Schranke** beginnt ein Trampelpfad bergauf, zunächst kaum zu erkennen, aber nach wenigen Metern sehr deutlich. Dieser Weg führt steil hinauf, wir passieren den **Mobilfunkurm** (Wegmarkierung "W"). Weiter immer am Berggrat entlang, bis zum höchsten Punkt Wittens, dem Gipfel des **Arenbergs** (269m). Wir folgen dem Weg weiter durch bald lichterem Wald und erreichen die Straße "Weg zum Poethen". Nach etwa 300 Metern biegt der Wanderweg ("W" und liegendes Rechteck) **links ab**. Auf geteertem Weg geht es steil hinab zum **Appelsiepen**. **Rechts ab, dann nach 50 Metern links** in einen Hohlweg zwischen Zäunen ("W" und liegendes Rechteck). Es geht hinunter in den Wald, beim ersten Abzweig nach rechts, immer noch der Wegmarkierung folgend.

Wieder geht es steil bergauf, wir treffen auf die schmale **Wilhelm-Huck-Straße** und biegen bei der ersten Möglichkeit links ab, weiter bergauf (immer noch liegendes Rechteck). Oben knickt die Straße am Gelände der Sport- und Naturfreunde rechts ab, wir sind jetzt auf dem **Kermelberg**. Wir bleiben geradeaus auf der Straße und biegen erst unmittelbar vor dem **Wasserturm** links ab in den Wald.

Bei der **nächsten Wegkreuzung** im Wald weiter geradeaus (weiter liegendes Rechteck), es geht jetzt bergab. Am tiefsten Punkt treffen wir **wieder auf eine Kreuzung** und gehen kurz geradeaus bergauf. An einer **markanten Eiche** (gegenüber ein Elektro-Schaltkasten, im Wald!) links ab und diagonal zum Hang weiter bergauf.

Oben erreichen wir **wieder eine Kreuzung** und gehen weiter geradeaus Richtung Ardeystraße. Wir folgen dem Weg durch eine leichte Senke zur **nächsten Kreuzung**. Hier links ab, parallel zur Ardeystraße, die wir nicht sehen, aber hören können.

Wir ignorieren 2 Wege, die rechtwinklig links abzweigen, dann erreichen wir **eine Wegkreuzung** und gehen weiter geradeaus (Weg ist leicht nach rechts versetzt). Unser Weg führt auf dem Bergkamm weiter, geht dann leicht bergab und trifft auf einen **Querweg**. Hier biegen wir links ab. Nach wenigen Metern biegt **rechts ein noch steilerer Weg** ab nach unten, dem wir folgen. Unten treffen wir auf einen vielbegangenen Weg, biegen rechts ab und treffen sofort auf die Straße **Kleine Borbach**.

Wir überqueren die Straße diagonal nach links und gehen auf breitem Waldweg gleich wieder bergauf. Der Weg führt in einer weiten Linkskurve um den Berg herum. Gerade dort, wo er die 180°-Kurve beendet (und die Bäume stehen rechts wieder näher am Weg), biegt rechts an einer oft matschigen Stelle ein unscheinbarer Weg rechts ab. Steil geht es bergab (rechts ist das Gelände des Schützenvereins). Unten halten wir uns rechts und verlassen den Wald auf der Straße **Große Borbach**. Dieser Straße folgen wir, überqueren noch die **Lange Straße** und sind dann schon wieder am **Kohlensiepen**. Unser Parkplatz befindet sich 100 Meter weiter links. Jetzt haben wir uns die Sahnetorte verdient.