



Moin und herzlich willkommen

im **Landkreis Rotenburg (Wümme)**, der neuen Rennradregion zwischen Hamburg, Bremen und Hannover. Unsere ebene und sanft-wellige Landschaft bietet ideale Bedingungen für ein unkompliziertes Rennradfahren. Bei uns findest du keine Gipfel und steilen Anstiege, dafür aber eine weitläufige und abwechslungsreiche Landschaft mit gutem Asphalt.

Insgesamt wollen **neun Rennradtouren** allein oder gemeinsam mit Freunden und Vereinsmitgliedern entdeckt und abgeradelt werden. Mal geht es durch weite Wiesen oder Moore, mal durch dichte Wälder und immer wieder über kleine Flüsse und Bäche. Hier und da führen die Rundtouren durch verträumte Dörfer mit großen Bauernhöfen, Kirchen und Heimathäusern, Wind- und Wassermühlen und ganz viel Backstein. Kühe und andere Vierbeiner sind die stillen Beobachter entlang der Routen.

Ob für ein intensives Training oder eine entspannte Ausfahrt – wir haben die perfekten Strecken für deine Bedürfnisse:

- **Vier entspannte Schleifchen** zwischen 60 bis 70 km lang – unsere Halbtagesrunden für Einsteiger, Feierabendfahrer oder Schlechtwetterphasen
- **Vier anspruchsvolle Schleifen** von mindestens 100 km Länge – unsere Tagesrundtouren für ein intensives Ausdauertraining
- **Eine Königsschleife**, mit 204 km unsere längste Runde – eine besondere Herausforderung für ambitionierte Rennradfahrer

Also, worauf wartest du?

Schnapp dir dein Rennrad und mach dich auf den Weg!



Die Bedingungen sind ideal

Das Streckennetz ist wie gemacht für ambitionierte Fahrer und entspannte Genussradler: Glatte Asphaltstraßen, kaum Verkehr und genug Platz, um sich in den Wind zu legen und richtig „Druck“ zu machen. Alle Rennradtouren verlaufen dabei größtenteils auf verkehrsarmen Straßen sowie geteerten Wirtschaftswegen. Häufig sind dies Strecken ohne straßenbegleitende Radwege, so dass du die Straßen offiziell nutzen darfst.

Start und Orientierung

Alle neun Rennradtouren sind Rundtouren und verlaufen im Uhrzeigersinn. Sie starten meist an unseren Bahnhöfen oder in maximal 1,5 km Entfernung zu diesen. Zur Orientierung stehen GPX-Tracks zum Download auf www.nordwaerts.de/rennrad, **Strava** und **Komoot** zur Verfügung.

Klimaneutrale Anreise

Dank der direkten Zuganbindung an die Städte Hamburg, Bremen, Bremerhaven, Soltau, Uelzen, Verden und Minden bist du innerhalb von maximal ein bis zwei Stunden am Startpunkt deines nächsten Trainings. Die Züge zwischen Hamburg und Bremen fahren im Halb- bzw. Einstundentakt.



Einkehren und Übernachten

Unsere Rennradregion verfügt über viele fahrradfreundliche, teils „Bett & Bike“ zertifizierte Unterkunfts- und Gastronomiebetriebe sowie über gut ausgestattete Camping- und Wohnmobilstellplätze. Ideal, um deine Energiereserven während einer Rast aufzutanken oder für einen entspannten Rennradurlaub.

Zeitbedarf

Die Routendauer hängt von vielen Faktoren ab, wie u.a. Wetter, deine Leistungsfähigkeit, aber auch ob du allein oder in der Gruppe unterwegs bist. Wir gehen von einem durchschnittlichen Rennradtempo von mindestens 25 km/h aus.

Aktuelles & Nützliches

Wichtige Hinweise zu den Routen, wie Umleitungen und Wegebeschaffenheit, erhältst du im Internet auf www.nordwaerts.de/rennrad. Hier gibt es auch nützliche Infos zu Rad-Service-Läden sowie Einkaufs- und Einkehrmöglichkeiten entlang der Rennradtouren.

Zu Gast in der Rennrad-Region

Unsere Rennradtouren führen teils durch empfindliche Landschaften und über privaten Grund. Daher ist Rücksicht gefragt. Bleibe bitte auf den offiziellen Rennradtouren und hinterlasse keinen Müll. Natur und Einwohner werden es dir danken.

Und selbstverständlich für ein gutes Miteinander: Die Vorgaben der Straßenverkehrsordnung (StVO) sind beim Rennradfahren einzuhalten und der landwirtschaftliche Verkehr hat auf den Wirtschaftswegen Vorrang.

Informieren & planen



www.nordwaerts.de

Alle Infos zum Rennradfahren, weitere Radthemenrouten und Aktivitäten im Landkreis Rotenburg (Wümme) sowie spannende Geschichten und Insider-Tipps zu Land und Leuten findest du auf der **Internetseite unserer URLAUBS- und FREIZEITregion**.



app.nordwaerts.de

Die kostenfreie **InfoPLATTform** ist dein digitaler Begleiter für unterwegs. Hierzu einfach „app.nordwaerts.de“ im Browser deines Smartphones oder Tablets eingeben und schon hast du alles auf einen Blick.



www.nordpfade.de

Möchtest du mal runter vom Rad? Dann solltest du unsere 24 **NORDPFADE** kennenlernen. Die Wegbeschreibungen zu den 5 bis 32 km langen Rundwanderwegen und weitere Infos findest du auf unserer **NORDPFADE Internetseite**.



Prospekte

Das informative nordwärts-Magazin zur Region und weitere Prospekte kannst du auf www.nordwaerts.de/kontakt-service/prospekte online einsehen, herunterladen und bestellen.



URLAUB & FREIZEIT
IM LANDKREIS ROTENBURG (WÜMME)



URLAUB & FREIZEIT
IM LANDKREIS ROTENBURG (WÜMME)

Kontakt

Rennradtouren

Übersichtskarte

Gefördert durch: Niedersächsisches Ministerium für Wirtschaft, Verkehr, Bauen und Digitalisierung

Das Projekt erhielt eine Förderung entsprechend der „Richtlinie über die Gewährung von Zuwendungen zur Förderung touristischer Projekte“ seitens des Landes Niedersachsen.

Impressum

Herausgeber, Idee und Konzept:

Touristikverband Landkreis Rotenburg (Wümme) e.V.; Phillip Holtermann © 11.2024; 1. Auflage

Fotos:

BjörnWenglerFotografie, Karsten Schöpfer, Touristikverband Landkreis Rotenburg (Wümme) e.V.

Karten:

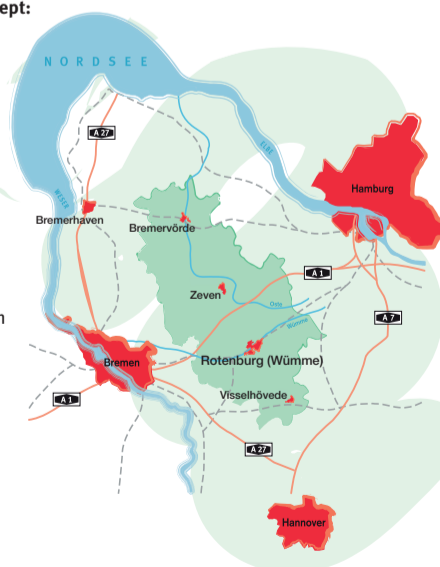
Auszug aus den Geobasisdaten der Niedersächsischen Vermessungs- und Katasterverwaltung © 2013 sowie © GeoBasis-DE / BKG 2013

Gestaltung:

closer Werbeagentur GmbH & Co. KG www.clsr.me

Rechtliche Hinweise:

Veröffentlichungen und Nachdruck – auch auszugsweise – sind nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers zulässig.



www.nordwaerts.de/rennrad

Ansprechpartner

**Touristikverband
Landkreis Rotenburg (Wümme) e.V.**

Harburger Str. 59 • 27356 Rotenburg (Wümme)
Tel. 04261 81960 • Fax 04261 819620
info@tourw.de • www.nordwaerts.de • [f/nordwaerts](https://www.facebook.com/nordwaerts) • [i/nordwaerts](https://www.instagram.com/nordwaerts) • [y/nordwaerts](https://www.youtube.com/nordwaerts)



9 Routen im Flachland
zwischen Hamburg und Bremen

Neun Rennradtouren im Flachland zwischen Hamburg und Bremen



1 NORDSCHLEIFE (114 KM)

Auf ruhigen Moorstraßen durch den hohen Norden

Dauer: 4:00 – 5:30 Std.
Höhenmeter: 310 m
Start & Ziel: Bahnhof in 27432 Bremervörde

Wegeverlauf: Bremervörde – Hesedorf – Farven – Ohrel – Selsingen – Granstedt – Eitzmühlen – Osteriestedt – Breddorf – Heudorf – Ostersode – Kreuzkuhle – Gnarrenburg – Osterwede – Oese – Barchel – Hipstedt – Neu Ebersdorf – Ebersdorf – Alfstedt – Mehedorf – Bremervörde



3 OSTSCHLEIFE (114 KM)

Unterwegs zwischen Flusstälern und Hochmooren

Dauer: 4:00 – 5:30 Std.
Höhenmeter: 200 m
Start & Ziel: Bahnhof in 27389 Lauenbrück

Wegeverlauf: Lauenbrück – Stemmen – Helvesiek – Sothel – Rüssel – Zeven – Brauel – Sassenholz – Bohnste – Wangersen – Wohnste – Vierden – Freetz – Tiste – Heidenau – Vaerloh – Königsmoor – Fintel – Benkeloh – Lauenbrück



5 SÜDSCHLEIFE (109 KM)

Aufeinsamen und schnellen Wegen durch Wiesen, Wälder und Felder

Dauer: 4:00 – 5:30 Std.
Höhenmeter: 200 m
Start & Ziel: Bahnhof in 27383 Scheeßel

Wegeverlauf: Scheeßel – Lauenbrück – Benkeloh – Fintel – Deepen – Hemslingen – Rosebruch – Buchholz – Visselhövede – Jeddigen – Groß Sehlingen – Kirchwalsede – Unterstedt – Rotenburg (Wümme) – Bothel – Bartelsdorf – Scheeßel



2 NORDSCHLEIFCHEN (69 KM)

Durch die kultivierte Moorregion im hohen Norden

Dauer: 2:30 – 3:30 Std.
Höhenmeter: 180 m
Start & Ziel: Bahnhof in 27432 Bremervörde

Wegeverlauf: Bremervörde – Hesedorf – Bevern – Sandbostel – Augustendorf – Gnarrenburg – Osterwede – Oese – Barchel – Hipstedt – Neu Ebersdorf – Ebersdorf – Alfstedt – Mehedorf – Bremervörde



4 OSTSCHLEIFCHEN (62 KM)

Fruchtbare Geestrücken und schmucke Bauerndörfer

Dauer: 2:15 – 3:30 Std.
Höhenmeter: 170 m
Start & Ziel: Busbahnhof in 27404 Zeven

Wegeverlauf: Zeven – Oldendorf – Badenstedt – Osteriestedt – Godenstedt – Seedorf – Twistenbostel – Sassenholz – Bohnste – Steddorf – Groß Ippensen – Klein Meckelsen – Kuhmühlen – Rüssel – Frankenbostel – Zeven

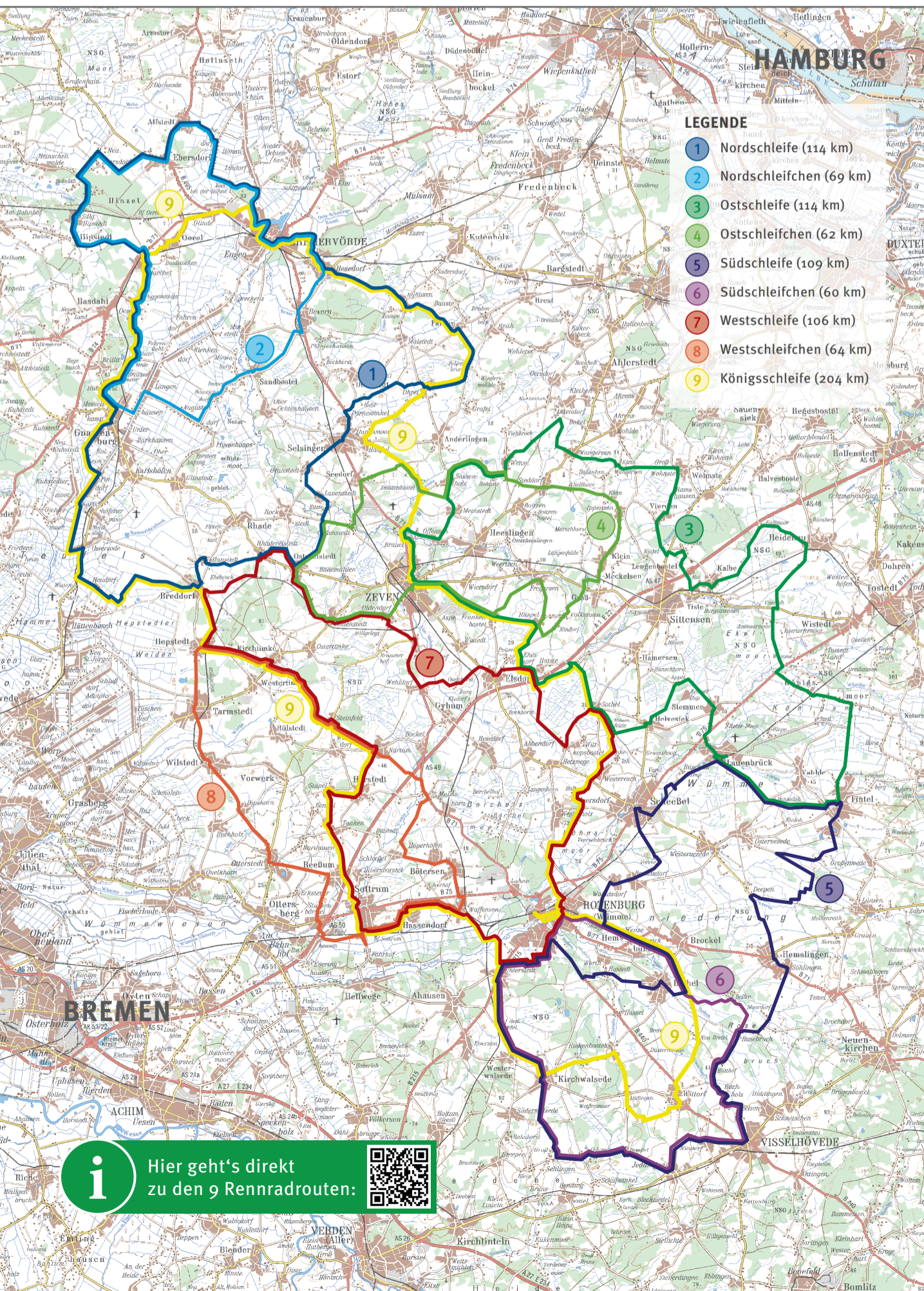


6 SÜDSCHLEIFCHEN (60 KM)

Durch Wiesen, Baumalleen und über eine ehemalige Bahntrasse

Dauer: 2:00 – 3:30 Std.
Höhenmeter: 140 m
Start & Ziel: Bahnhof in 27374 Visselhövede

Wegeverlauf: Visselhövede – Nindorf – Jeddigen – Dreeßel – Groß Sehlingen – Kirchwalsede – Unterstedt – Rotenburg (Wümme) – Bellen – Buchholz – Visselhövede



7 WESTSCHLEIFE (106 KM)

Durch Wälder, Flüsse und die Kräuterregion

Dauer: 4:30 – 5:30 Std.
Höhenmeter: 260 m
Start & Ziel: Bahnhof in 27367 Sottrum

Wegeverlauf: Sottrum – Taaken – Stapel – Horstedt – Nartum – Kirchtimke – Hepstedt – Osteriestedt – Badenstedt – Wehdorf – Elsdorf – Hatzte – Sothel – Westeresch – Rotenburg (Wümme) – Unterstedt – Waffensen – Sottrum



8 WESTSCHLEIFCHEN (64 KM)

Entlang walddreicher Geestrücken und durch weite Felder

Dauer: 2:15 – 3:30 Std.
Höhenmeter: 150 m
Start & Ziel: Bahnhof in 27367 Sottrum

Wegeverlauf: Sottrum – Reeßum – Otterstedt – Wilstedt – Tarmstedt – Hepstedt – Kirchtimke – Steinfeld – Nartum – Mulmshorn – Bötersen – Waffensen – Hassendorf – Sottrum



9 KÖNIGSSCHLEIFE (204 KM)

Die Königsetappe: auf Nebenstraßen durch den gesamten Landkreis Rotenburg (Wümme)

Dauer: 8:30 – 12:30 Std.
Höhenmeter: 510 m
Start & Ziel: Bahnhof in 27356 Rotenburg (Wümme)

Wegeverlauf: Rotenburg (Wümme) – Wittorf – Kirchwalsede – Unterstedt – Sottrum – Horstedt – Kirchtimke – Breddorf – Ostersode – Gnarrenburg – Oese – Oerel – Bremervörde – Farven – Haaßel – Zeven – Ehestorf – Sothel – Westeresch – Rotenburg (Wümme)

Alle Routen zum Herunterladen:



Auf www.nordwaerts.de/rennrad findest du die Routen und viele weitere nützliche Infos zu unserer Rennradregion.

Schau dir gerne auch unsere Komoot-Collection mit allen neun Rennradtouren auf www.komoot.com an.



Bist du ein Freund und Nutzer von Strava, dann findest du die einzelnen Routen in der Strava App unter unserem Profil „Touristikverband LK Rotenburg“.

i Hier geht's direkt zu den 9 Rennradrouten:

