

Birgit Klose

# AB INS GRÜNE

RUND UM BREMEN

Intro.....	5
VBN-Infos.....	6

## Nordost

1 Blockland.....	10
2 Moorlose Kirche.....	14
3 Meyenburg.....	18
4 Woppsvede.....	22
5 Teufelsmoor.....	26
6 Knoop's Park.....	30
7 Vegesack – Juliusplate.....	34
8 Berne – Vegesack.....	38
9 Harriersand.....	42
10 Lunestadt – Lübbestadt.....	46
11 Bremerhaven.....	50
12 Wremen.....	56
13 Wurster Nordseeküste.....	60

## Südost

14 Fischerhude.....	66
15 Rotenburg (Wümme).....	70
16 Rotenburg (Wümme) – Lavenbrück.....	74
17 Barrien – Etelsen.....	78
18 Syke – Barrien.....	82
19 Syke – Verden (Aller).....	86
20 Verden (Aller).....	90
21 Verden (Aller) – Visselhövede.....	94
22 Verden (Aller) – Eyrstrup.....	98
23 Eyrstrup – Dörverden.....	102
24 Bruchhausen-Vilsen.....	106

## Südwest

25 Bassum.....	114
26 Diepholz – Barnstorf.....	118
27 Dümmer See.....	122
28 Bassum – Harpstedt.....	126
29 Brettorf – Wildeshausen.....	130
30 Wildeshausen.....	134
31 Pestruper Gräberfeld.....	138

## Nordwest

32 Bremen – Delmenhorst.....	144
33 Bremen Neustadt – Vegesack.....	148
34 Sandkrug – Huntlosen.....	152
35 Hude – Hasbruch.....	156
36 Rastede – Oldenburg.....	160
37 Oldenburg.....	164
38 Elsfleth.....	168
39 Oldenburg – Berne.....	172
40 Bad Zwischenahn.....	176
41 Nordenham – Burhave.....	182
42 Augustfehn – Leer.....	186

Register.....	190
Impressum.....	192

# APPgefahren!



**FAHRPLANER-APP:  
DER TASCHEN-TICKETAUTOMAT**  
Verbindung suchen – Ticket buchen

Laden im  
App Store

JETZT BEI  
Google Play



Verkehrsverbund  
Bremen/Niedersachsen



Infos unter: VBN-24h-Serviceauskunft 0421/59 60 59

[www.fahrplaner.de](http://www.fahrplaner.de) · [www.vbn.de](http://www.vbn.de)



## Wochenend und Sonnenschein ...

... doch wohin? Oft kommen einem immer die gleichen Ziele in den Sinn – die sind zwar schön, aber manchmal darf es auch etwas Abwechslung sein. Nichts leichter als das! Denn das Bremer Umland ist vielfältiger, als einige zunächst glauben mögen. Dieses Buch versammelt 42 abwechslungsreiche, wunderschöne Rad- und Wandertouren rund um Bremen. Direkt vor der Haustür warten naturnahe, idyllische Landschaften, reizvolle Badeseen, alte Schlösser und außergewöhnliche Museen darauf, entdeckt zu werden. Für die vorliegende Neuauflage wurden alle Touren aktualisiert und überarbeitet; einige fielen raus, neue kamen hinzu.

Der Tourenführer möchte auch dazu anregen, die Gegend rund um Bremen umweltfreundlich (neu) kennen zu lernen. Von der Wesermarsch bis zum Dümmer See, vom Zwischenahner Meer bis an die Aller – alle Tourenstarts und -ziele sind gut mit Bus und Bahn erreichbar. Etwas Vorbereitung ist nötig, wenn man sich abseits der regulären Bahnstrecken bewegen möchte. Museumszüge fahren zwar nicht ganzjährig und nur an bestimmten Tagen, sind dafür aber ein ganz besonderes Erlebnis. Auch bei einigen lokalen Museen empfiehlt sich vorher eine kurze Recherche der Öffnungszeiten.

Mitnehmen sollte man etwas Proviant, Wasser, ein Erste-Hilfe-Set und Insektenschutz (Zecken), Fahrradflickzeug, eine Regenjacke und ein Handy als Navigationshilfe. Bei manchen Touren ist ein Fernglas das richtige Accessoire, will man einige der seltenen Vogelarten erspähen, die das Bremer Umland zu einem ornithologischen Highlight machen.

Und dann geht's auch schon los, raus aus der Stadt und ab ins Grüne!



### GPS-Tracks

Für alle Touren können Sie die GPS-Tracks auf der Homepage des [via-reise-verlags](http://via-reise-verlags.de) herunterladen. Damit lässt sich die Wegstrecke auf einem Smartphone oder einem anderen GPS-Gerät darstellen. Den Link und eine Kurzanleitung zur Verwendung der Dateien finden Sie bei den Informationen zum Buch: [www.viareise.de](http://www.viareise.de).

### Die Autorin

Die Landschafts- und Freiraumplanerin Birgit Klose, geboren 1959, lebt seit über 30 Jahren in Bremen. Sie ist begeisterte Radfahrerin, ist in einem Verkehrsplanungsbüro tätig und verfasst Publikationen zu touristischen Themen.

# Willkommen im Grünen!

Der Verkehrsverbund Bremen/Niedersachsen (VBN) nimmt Sie bequem und umweltfreundlich mit auf die Reise zu den schönsten Regionen in Bremen und „umzu“, wie die Mundart hier sagt.

„Ab ins Grüne“ besticht mit Tourenvorschlägen so abwechslungsreich wie der Nordwesten selbst: Vom Badespaß an Europas längster Flussinsel „Harrier-sand“ über Radtouren durch verträumte Städtchen entlang der Wümme, der Erkundung imposanter Schlösser und Dombauten bis hin zum violetten Naturschauspiel der Heidelandschaft. Los geht es dort, wo Sie sind, denn die rund 600 Busse, Straßenbahnen und Züge im VBN sorgen mit mehr als 7000 Haltestellen für fahrgastfreundliche grüne Mobilität auch in Ihrer Nähe. Über die Drehschreibe Bremer Hauptbahnhof erreichen Sie jedes der 42 Ausflugsziele umweltbewusst mit Bus und Bahn, der Ausflugsführer informiert über die passenden Linien und die Taktzeiten. Und das Beste: Der VBN bringt Sie mit nur einem Ticket an den Start ihrer gewählten Tour. Dabei spielt es keine Rolle, ob Sie allein, zu zweit, in der Gruppe, mit Fahrrad oder mit Hund reisen, der VBN hält für jede Fahrt das passende Ticket bereit.

Nun ist es an Ihnen: lassen Sie sich von den vielseitigen Ausflugstipps ins VBN-Land inspirieren und machen Sie sich mit grünem Gewissen auf den Weg. Für welches Ziel Sie sich auch entscheiden mögen – wir wünschen Ihnen eine gute Fahrt!

Ihr Verkehrsverbund Bremen/Niedersachsen

PS: Der einfachste Weg zur umweltfreundlichen Reise ins Grüne ist die kostenlose **FahrPlaner-App** des VBN!

Rufen Sie uns an

**VBN-24h-Serviceauskunft:**  
0421/59 60 59

**Verkehrsverbund Bremen/Niedersachsen GmbH**

Am Wall 165–167  
28195 Bremen  
info@vbn.de  
www.vbn.de

Wir beraten Sie gern.

## Unterwegs mit dem Fahrrad

Sie wollen auf Ihrer Tour ein Fahrrad mitnehmen? Kein Problem – denn in den Bussen und Bahnen des VBN können grundsätzlich Fahrräder mitgenommen werden.

Bitte beachten Sie, dass aus Platzgründen eine Fahrradmitnahme nur eingeschränkt möglich ist. Für die Mitnahme eines Fahrrads benötigen Sie ein **Fahrrad-TagesTicket** der gewählten Preisstufe.

## Große Auswahl, faire Preise

### EinzelTicket und 4er-Ticket

Tickets für Fahrten mit den Zügen wie auch bereits gekaufte 4er-Tickets müssen vor bzw. bei Fahrtantritt entwertet werden. In den Fahrzeugen gekaufte Tickets sind bereits entwertet. Einzel- und 4er-Tickets sind in allen Bussen, Straßenbahnen und Zügen des Nahverkehrs für eine Fahrt auf das Fahrtziel hin entsprechend der gelösten Preisstufe gültig. Bei einem Umstieg müssen Tickets nicht noch einmal entwertet werden.

### TagesTicket

Ein Ticket für kleine Gruppen oder Familien oder für einen Ausflug innerhalb des VBN. Das TagesTicket bietet größtmögliche Flexibilität zum kleinen Preis, denn es gilt für beliebig viele Fahrten an einem Tag. Das TagesTicket in der gewählten Preisstufe ist nutzbar für bis zu fünf Personen einen ganzen Tag bis 3.00 Uhr des Folgetages. Drei Kinder unter 15 Jahren dürfen kostenlos mitfahren.

## So wird Ihr Smartphone zur Fahrkarte

Der einfachste Weg zum Ticket: Die kostenlose FahrPlaner-App des VBN herunterladen. Verbindung suchen, passendes Ticket auswählen, buchen und losfahren.

Infos unter [www.vbn.de/handyticket](http://www.vbn.de/handyticket)





# Nordost

Weite Landschaften, idyllische Dörfer, jede Menge Kultur, eine sanfte Hügellandschaft und sogar Nordseestrand: All das findet man im nordöstlichen Umland von Bremen. Ein besonderes Highlight ist das einzigartige Künstlerdorf Worpswede im Teufelsmoor. Und für Badespaß bietet Harriersand als längste Flussinsel Europas alles, was das Herz begehrt.







## Raus aus der Stadt, rein ins Blockland!

1

### Blockland

Kühe, Schafe, eine alte Kirche und reetgedeckte Fachwerkhäuser:

Willkommen in der ländlichen Idylle des Blocklands! Hier dürfen nur die wenigen Anwohnerinnen und Anwohner das Auto nutzen, daher eignet sich das Blockland wunderbar zum Fahrradfahren oder Skaten.

Beginn der schönen Blocklandtour ist der geschäftige Bremer Hauptbahnhof. Schlägt man sich auf die Nordseite, geht's ein kurzes Stück die Gustav-Deetjen-Allee an der Bürgerweide entlang, bis die Hollerallee links abbiegt. An der nächsten Kreuzung geht es rechts in die Findorffallee am **Bürgerpark** entlang. Wer Lust hat, läuft oder radelt auf einem der angelegten Wege quer durch den als Volksgarten im 19. Jahrhundert angelegten Park bis zum Stadtwaldsee.

Einer Legende nach soll die Gräfin Emma von Lesum im Jahr 1032 die Fläche den Bremerinnen und Bremern geschenkt haben. Diese hatten über zu wenig Weideland für ihr Vieh geklagt und sollten nun so viel Land bekommen, wie ein Mann von Sonnenauf- bis Sonnenuntergang umrunden kann. Ein habgieriger Schwager der Gräfin wählte für diese Aufgabe einen Menschen mit Gehbehinderung, der jedoch alle Erwartungen übertraf: Ganze 400 Hektar umfasst der Park noch heute.

Am Stadtwaldsee angekommen, folgt man links der Radroute des Grünen Rings (S1 Zu Hain und Hügel) in Richtung Vegesack/Dammsiel. Nachdem der Hochschulring und auch die A 27 unterquert sind, wird es himmlisch still – willkommen in der Wiesenlandschaft des Blocklands! Seinen Namen bekam dieser Teil von Bremen vermutlich, weil das

#### Hofcafé Bavendamm

Auf dem Hof Bavendamm betreibt die Familie Wilkens in Kooperation mit dem BUND ökologische Landwirtschaft. Auch Umweltbildung für kleine Gäste steht auf dem Programm! Im Sommerhalbjahr bietet die Bäuerin Ingrid Wilkens Kaffee und Kuchen im Hofcafé an.

Waller Str. 300  
28719 Bremen-Wummensiede  
[www.bund-bremen.net/hof-bavendamm](http://www.bund-bremen.net/hof-bavendamm)



Perfekt für eine Pause: das Gasthaus Dammsiel an der Wümme

Gebiet im Mittelalter im Zuge der Landschaftskultivierung durch Gräben in Blöcke eingeteilt wurde. Heute trifft man hier auf ein Paradies ländlicher Ruhe in geschützter Natur. Und mit nur 400 Einwohnerinnen und Einwohnern auf 30 Quadratkilometern gibt es im Blockland vermutlich mehr Kühe als Menschen.

Ein gutes Stück geht es an der **Kleinen Wümme** entlang. Über eine kleine Brücke wechselt man die Flussseite, um gleich weiter auf der Blocklander Hemmstraße in Richtung Ritterhude/Dammsiel zu radeln oder zu wandern. Einzelgehöfte, viele reetgedeckte Häuser, liebevoll gestaltete Wochenendgrundstücke sowie mehrere Gaststätten säumen den Weg. Auf den Wiesen des Blocklandes grasen im Sommer Rinder und Schafe. Mit etwas Glück lassen sich auch geschützte Vogelarten wie Graureiher und Kiebitze sehen.

#### Gasthaus Dammsiel

Hier gibt's selbst gebackenen Kuchen, regionale, saisonale deutsche Küche und besondere Spezialitäten wie Wildgerichte, u. a. vom heimischen Nutria. Gemütliche Gaststube und großer Sommergarten am Wasser.

Niederblockland 32  
28357 Bremen  
www.gasthaus-dammsiel.de

An der Mündung der Kleinen Wümme in die deutlich breitere Wümme empfiehlt sich ein kleiner Abstecher zum Gasthaus Dammsiel. Nach rechts abgelenkt und an der Schleuse vorbei erreicht man den gemütlichen Gasthof. Hier eignen sich der große Sommergarten am Wasser und das Angebot an saisonalen Speisen perfekt für einen Mittagsimbiss.

Nach einer Erholungspause geht es wieder zurück an der Schleuse vorbei und immer die Wümme

entlang, die Bremen von Niedersachsen trennt. Jetzt heißt es, die Aussicht genießen! Ursprünglich war das heute als Landschaftsschutzgebiet ausgewiesene Blockland eine schwer zugängliche Sumpflandschaft, die von Jägern und Fischern besiedelt wurde. Ihre Höfe standen auf Warften, die vor dem Deich- und Sielbau immer hochwassergefährdet waren. Erst im 12. Jahrhundert wurde das Land für die Grünlandwirtschaft und Rinderhaltung kultiviert, mit Gräben und Kanälen entwässert und eingedeicht. Die Menschen siedelten auf den Wümmedeich um. Allerdings hielten die Deiche den immer wiederkehrenden Überschwemmungen oft nicht stand. Noch heute kann man mehrere Teiche im Blockland entdecken, die durch Deichbrüche entstanden sind.

Das kleine alte Kirchendorf **Wasserhorst** ist ein weiteres Highlight auf der idyllischen Blockland-Tour. Mit seiner auf einem sechs Meter hohen Hügel stehenden Kirche aus dem 12. Jahrhundert, in der man die schöne Deckenbemalung bewundern kann, verlockt das Dorf zu einer kurzen Ruhepause. Der Ort hat gerade einmal 100 Einwohner, wirkt abgelegen und gleichzeitig sehr freundlich.

An einem alten Pumpwerk vorbei unterquert man nochmals die A 27, hält sich gleich wieder rechts und gelangt so an die Lesum. Dem Fluss folgend, kreuzt der Weg schließlich die Bahnschienen. Den Bahnhof Bremen-Burg erreicht man dann über die Brücke, die parallel zur Bahnstrecke über die Lesum führt.

Wer noch Puste hat und mit dem Fahrrad unterwegs ist, folgt weiter dem Fluss und setzt den Ausflug über die Moorlose Kirche bis zum Bahnhof Vegesack fort (► Tour 2, Seite 14).

Wanderung oder Radtour: 18 km

Start: Bremen Hbf.

Ziel: Bhf. Bremen-Burg  
RS 1 alle 15–30 Minuten







## Durchs Werderland zur „Moderlosen Karken“

2

### Moorlose Kirche

Wer sich zu der rund 15 Kilometer langen Wanderung aufmacht (oder lieber aufs Rad steigt), findet heraus, was sich hinter diesem seltsamen Namen verbirgt. Am Dünge See vorbei, der in einem schönen Naturschutzgebiet liegt, gelangt man zu einer alten Kirche und kann von dort mit etwas Glück auch per Schiff den Heimweg antreten.

Startpunkt ist der ruhige Bahnhof **Bremen-Burg**. Von dem aus es nach links auf die Bremer Heerstraße geht. Gleich nachdem die Lesum überquert ist, wendet man sich nach rechts und fährt oder läuft mit Blick auf den Knoops Park am andern Flussufer den Deich entlang. An einem reetgedeckten weißen Haus führt ein kleiner Weg links in das Vogelschutzgebiet **Dünge See**.

Der Dünge See ist ein naturnah gestalteter Baggersee und erfreut mit kleinen Inseln, Flachwasserzonen und einem buchtenreichen Ufer. Südlich des Sees breitet sich das von Wassergräben durchzogene **Werderland** aus. Ein Ökopfad, der allerdings nur zu Fuß und bei trockener Witterung begehbar ist (alternativ kann man einfach auf dem Deich weiterfahren), führt zum Aussichtspunkt Ilsenburger Hütte und weiter auf verschlungenen Pfaden zur Moorlosen Kirche.

Das Ziel – die **Moorlose Kirche** – hört sich dem Namen nach reichlich mysteriös an. Eine Kirche ohne Moor? Die Erklärung findet sich im Plattdeutschen: „Moderlosen Karken“ auf Plattdeutsch heißt mutterlose Kirche und rührt vermutlich daher, dass sie als frühere Filialkirche von Altenesch später unabhängig von ihrer „Mutterkirche“ wurde. Erstmals im 13. Jahrhundert errichtet, stammt die heutige, in Backsteinklinker gebaute Kirche von 1847.

**Moorlose Kirche**  
Sehr schlichte Kirche aus Backstein von 1846/47 mit schönen bunten Fenstern und einer Glocke von 1642  
[www.kirche-bremen.de/mitelsbueren](http://www.kirche-bremen.de/mitelsbueren)



## 2 Moorlose Kirche

Das Ausflugslokal „An der Moorlosen Kirche“ ist der perfekte Ort, um auf die Fähre zurück nach Bremen City zu warten

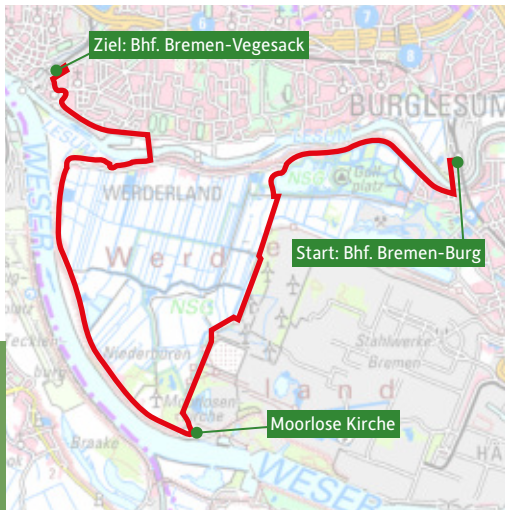
### An der Moorlosen Kirche

Beliebte Gaststätte am Schiffsanleger neben der Moorlosen Kirche, mit Sommerterrasse. Regionale, saisonale und deftige deutsche Küche. Telefonische Voranmeldung empfohlen.

Mittelsbüren 36  
28719 Bremen  
[www.an-der-moorlosen-kirche.de](http://www.an-der-moorlosen-kirche.de)

Dass die Kirche heute so allein auf weiter Flur steht, verdankt sie dem Wirtschaftsboom der 1950er-Jahre. Damals wurde das Dorf Mittelsbüren bis auf wenige Häuser und die Kirche komplett aufgegeben, damit der Klöcknerkonzern auf diesem Gebiet ein Stahlwerk bauen konnte. Heute heißt das Hüttenwerk „Arcelor Mittal Bremen GmbH“ und ragt unübersehbar einen guten Kilometer hinter der Moorlosen Kirche auf. Das benachbarte Kraftwerk Mittelsbüren (zwischen Weser und Stahlwerk gelegen) erzeugt mit Hilfe von Gasen aus der Stahlproduktion rund 800 Millionen Kilowattstunden Strom pro Jahr.

Im Lokal „An der Moorlosen Kirche“ lädt bei schönem Wetter die Sommerterrasse mit Blick auf die Weser dazu ein, hier auf das Schiff für die Rückfahrt zum Martinianleger in der Bremer City zu warten. Falls kein Schiff fährt – was oft vorkommt, weil die „Oceana“ nur an manchen Tagen in der Sommersaison anlegt – wartet eine kleine sportliche Herausforderung. Rund 7,5 Kilometer bis zum Bahnhof Vegesack sind es noch, um vom dortigen Bahnhof die Heimreise anzutreten.



**Wanderung oder Radtour:**  
15 km

**Start:** Bhf. Bremen-Burg  
RS 1 alle 15–30 Minuten

**Ziel:** Bhf. Bremen-Vegesack  
RS 1 alle 15–30 Minuten

