



wilde Bäche und Wasserfälle

Der Patensteig im Extertal mit seinen Wasserfällen und Eiszeitfindlingen zählt zu den besten Wanderwegen im schönen Lipperland. Er bietet ein einzigartiges Naturerlebnis für Wandernde jeden Alters. Er erfordert jedoch Trittsicherheit und gute Wanderschuhe, da schlammige Abschnitte und herausfordernde Steigungen bewältigt werden müssen. Dieser abwechslungsreiche Pfad ist ganzjährig zugänglich, entfaltet jedoch seine volle Pracht im Frühling, im Herbst sowie im verschneiten Winter, wenn Schnee und Eis die spektakulären Wasserfälle in einen Märchenfilm verwandeln.

Start: Parkplatz an der Fahrstraße, im Siek, Almena **Weg:** 8,5 km **Höhenmeter:** 178 m **Einkehr:** nur in Bösingfeld

Das Extertal liegt zwischen Weserbergland und Teutoburger Wald im Nordlip-pischen Bergland. Das kleine Flüsschen "Exter" gab dieser Region ihren Namen. Sie entspringt in Alverdisen, dem Tor zum Extertal, und mündet bei Rinteln in die Weser. Die Landschaft wurde von den Gletschern der Saale-eiszeit vor 240.000 bis 180.000 Jahren geformt. Nachdem die Eismassen die Porta Westfalica durchströmt hatten, kam die südlichste Vergletscherung im Raum Almena zum Stehen. Die Eis-dicke betrug hier ca. 120 m, sodass die umliegenden Berge im Extertal eisfrei

blieben. Typisch sind die Extertaler Findlinge, harte Gesteine, die der Gletscher von Skandinavien bis hierher transportierte.

Bei unserer Wanderung durch die „**6 Gersiekschlucht**“ und die „**3 Rick-bruchschlucht**“ werden wir zahl-reiche Findlinge bewundern können. Bedauerlicherweise sind solche Steine in der natürlichen Umgebung zuneh-mend rar geworden; heute schmücken sie Toreingänge von Bauernhöfen, Friedhöfe und Gärten. Ein besonders großer Brocken, der „**5 Hexenstein**“, mit einem Gewicht von 1000 Zent-nern, wurde mit enormem logisti-

schen Aufwand während des Dritten Reiches nach Rinteln transportiert. Dort dient er als Ehrenmal für die Schüler des örtlichen Gymnasiums, die im Ersten Weltkrieg gefallen sind.

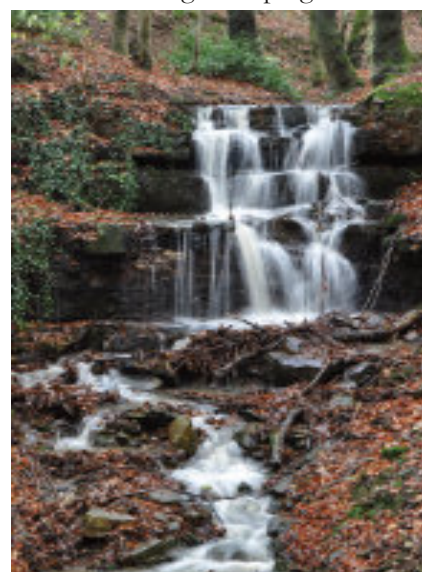
Wir starten am „**1 Im Siek**“ (K53) und folgen dem von engagierten Natur- und Wanderfreunden angelegten Patensteig. Wie aus einer Broschüre zu entnehmen ist, entstand die Idee für den Patensteig, um den Menschen die Schönheiten unserer heimischen Natur näherzubringen und zu zeigen, wie wichtig es ist, diese für nachfolgende Generationen zu erhalten. Auf Infotafeln weist das Patenteam auf historische Ereignisse und Begebenheiten hin, um die lokale Geschichte vor Ort erfahrbar zu machen. Was diese Tour in Lippe so reizvoll macht, sind die 4 Wasserfälle. Der größte davon ist der „**4 Rickbach Wasserfall**“ mit einer Höhe von 4 Metern. Er bietet nach reichhaltigem Regen oder der Schneeschmelze eine durchaus imposante Vorstellung. Der „**2 Hilkersiek Wasserfall**“ (6m), der „**7 Fahrenbach-Wasserfall**“ (4m), und der „**8 Höllbach Wasserfall**“ (5m) vervollständigen die Liste. Sich auf dem Patensteig zu verlaufen ist unmöglich, da viele bunte Wegweiser, geschaffen von kleinen und großen Künstlern, den richtigen Weg zeigen. Aber wie oft gehen wir überhaupt noch in den Wald, durchstreifen raschelndes Laub, lauschen dem hämmernden Specht, riechen Moos, schmecken Pilze. Ein Baum vergeht und wird so zum Lebensraum

für neue Organismen. Doch man muss genau hinschauen: am Waldboden, an den Felswänden, im Bachlauf, an den Steinen - selbst auf den stark bewanderten Pfaden sprießen Pilze, Moose und Flechten. Sie sind Pionierpflanzen, ohne die kein höherer Organismus auf diesen Planeten existieren würde.

Der Wald bietet uns mehr als nur Holz, Papier und Brennstoff. Er schenkt uns frisches Wasser, reine Luft und versorgt uns mit wertvollem Humus. Er spielt eine wichtige Rolle bei der Erhaltung der Artenvielfalt. Waldtiere finden ausreichend Nahrung und Pflanzen gedeihen prächtig. Darüber hinaus profitieren wir Menschen von den vielfältigen Wirkungen des Waldes auf unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Der Wald verbessert unsere psychische Gesundheit, indem er unseren Stresslevel senkt, uns hilft, uns besser zu konzentrieren und unsere Stimmung verbessert. Auch die körperliche Gesundheit wird gefördert, da der Wald unseren Blutdruck senkt, unseren Puls verlangsamt und Stresshormone reduziert. Außerdem stärkt der Wald unser Immunsystem. Die Bäume im Wald sind die Lungen unseres Planeten und versorgen uns mit Sauerstoff. Der Wald reinigt und liefert sauberes Wasser für unsere Städte und Dörfer, indem er Schadstoffe herausfiltert und vor Erosion und Überschwemmungen schützt. Schließlich hilft der Wald, die Auswirkungen des Klimawandels zu mildern, indem er Kohlenstoff spei-

chert und vor extremen Wetterereignissen schützt. Der Wald ist ein Geschenk der Natur, das wir wert schätzen und schützen sollten.

Der Wanderpfad bietet eine fesselnde Abenteuer-tour für kleine und große Wanderer, die gerne Zeit in der Natur verbringen. Dennoch handelt es sich keineswegs um einen simplen Spazierweg. Er erfordert von den Wanderern Trittsicherheit sowie Achtung vor der Natur, da er durch ein teilweise anspruchsvolles und ursprüngliches Gelände führt. Dieses Gelände ist weder für Mountainbiker noch für Kinderwagen geeignet. Entlang der Strecke gibt es einige Ruhebänke an den Bächen und Wasserfällen. Diese Orte versorgen euch intensive, sinnliche Eindrücke und vermitteln euch die Schönheit und Vielfalt des Extertals, die sich dauerhaft in eure Erinnerungen einprägen werden.



Extertaler Wasserfälle

Wo Eiszeit-Riesen auf verborgene Kaskaden treffen

Wer an die großen deutschen Mittelgebirge denkt, hat meist den Harz, den Schwarzwald oder das Sauerland vor Augen. Doch eingebettet in eine sanfte, aber charakterstarke Kulisse liegt ein echter Geheimtipp für Naturerlebnisse: die Gemeinde Extertal. Geografisch perfekt positioniert zwischen den waldreichen Höhenzügen des Weserberglandes und den geschichtsträchtigen Ausläufern des Teutoburger Waldes, bietet diese Region eine Landschaft, die von den extremen Kräften der Erdgeschichte geformt wurde. Ihren Namen verdankt die Gemeinde der „Exter“, einem beschaulichen, kleinen Fluss, der sich gemächlich durch das Tal schlängelt, bis er schließlich im nahegelegenen Rinteln in die Weser mündet.

Die Spuren der Eiszeit: Zeugen aus Skandinavien

Die Topografie des Extertals ist kein Zufallsprodukt, sondern das Resultat gewaltiger Naturphänomene. Während der Saale-Eiszeit schoben sich gigantische Gletschermassen aus dem skandinavischen Raum weit nach Süden vor und wälzten das Land platt, stauchten Hügel auf und hinterließen nach ihrem Rückzug bleibende Spuren. Das faszinierendste Erbe dieser Epoche sind die sogenannten Extertaler Findlinge.

Diese tonnenschweren Riesen aus Granit oder Gneis wurden vom Eis

über hunderte Kilometer hinweg transportiert. Wenn man heute beim Wandern auf einen dieser monumentalen Brocken stößt, blickt man direkt in die tiefe Vergangenheit unseres Planeten. Sie wirken in der idyllischen Landschaft fast deplatziert und verleihen den Wäldern und Feldern der Gemeinde eine geheimnisvolle, beinahe mystische Atmosphäre.

Ein Netz aus Wasser: Die vier Wasserfälle des Extertals

Neben den eiszeitlichen Relikten ist das Extertal vor allem durch seinen Wasserreichtum geprägt. Unzählige kleine Bäche adeln die Region zu einem Paradies für Entdecker. Was viele Besucher nicht wissen: Das Extertal beherbergt gleich vier kleine Wasserfälle, die man in dieser Dichte in der norddeutschen Tiefebene oder den angrenzenden Mittelgebirgen kaum vermuten würde. Sie sind zwar nicht mit den Kaskaden der Alpen zu vergleichen, versprühen aber einen ganz eigenen, wildromantischen Charme.

Das bekannteste und spektakulärste Wasserschauspiel bietet der Rickbach-Wasserfall. Mit einer Fallhöhe von rund vier Metern gilt er als der imposanteste Wasserfall der Region. Wer ihn in seiner vollen Pracht erleben möchte, sollte nach starken Regenfällen oder während der Schneeschmelze im Frühjahr anreisen. Dann verwandelt sich der sonst eher ruhige Rickbach in einen tosenden Strom, der schäumend über die Ge-

steinskanten in die Tiefe stürzt – ein beeindruckendes Naturschauspiel und ein begehrtes Fotomotiv.

Doch der Rickbach ist nicht allein. Nur ein Stück weiter verbirgt sich der Fahrenbach-Wasserfall, der ebenfalls eine respektable Höhe von vier Metern erreicht und sich malerisch in die umliegende Waldlandschaft einfügt. Wer es noch etwas höher, wenn auch intimer mag, sucht den Hilkersiek-Wasserfall auf. Mit stolzen sechs Metern Fallhöhe ist er rein rechnerisch der höchste Wasserfall des Extertals. Allerdings führt der speisende Bach meist nur wenig Wasser, sodass sich das Nass eher wie ein sanfter, silberner Schleier über die Felsen legt – ein stiller Ort der Einkehr. Komplettiert wird das

Quartett durch den Höllbach-Wasserfall, der fünf Meter in die Tiefe stürzt und seinem dramatischen Namen mit einer wilden, dicht bewachsenen Umgebung alle Ehre macht.

Ein Paradies für sanften Tourismus

Das Extertal zeigt eindrucksvoll, dass man für spektakuläre Geologie und rauschende Wasserläufe nicht weit reisen muss. Es ist ein Ort für Entdecker, die abseits der großen Touristenströme wandern, die Stille der Natur genießen und die Geheimnisse einer von Gletschern geformten Landschaft entschlüsseln wollen. Ob auf den Spuren der eiszeitlichen Findlinge oder beim Aufspüren der versteckten Wasserfälle – das Extertal ist ein lebendiges Heimatmuseum der Natur.





„Die Natur malt keine Bilder, sie formt sie aus Ästen, Stämmen und unserer Fantasie.“

