

## Fahrradtour von Harpstedt zum Naturfreundehaus Stenum

**Streckenlänge** ca. 24 km

### Tipps

Die Anreise nach Harpstedt kann per Bahn über Wildeshausen und anschließender Anfahrt per Rad erfolgen. Dadurch erhöht sich die Streckenlänge um ca. 12 km. Außerdem gibt es eine Busverbindung von Bremen nach Harpstedt. An bestimmten Tagen im Jahr lässt sich der Museumszug Jan Harpstedt nutzen, der auch Fahrräder befördert und von Delmenhorst-Süd direkt nach Harpstedt fährt ([www.jan-harpstedt.de](http://www.jan-harpstedt.de)). Teile des Natura Trails sind als Fußwanderstrecken gut geeignet. Das gilt vor allem für den Beginn der Route bis nach Horstedt sowie den Mittelteil entlang der Großen Höhe. Hier präsentiert sich das Delmetal sehr naturnah. Es bietet viele Beobachtungsmöglichkeiten. Das Naturfreundehaus Stenum kann mit öffentlichen Verkehrsmitteln per Bus oder Bahn erreicht werden und eignet sich besonders für Selbstversorger.

### Streckenbeschreibung

Ausgangspunkt der Fahrradtour ist Harpstedt. In der Ortsmitte, gegenüber vom Amtshof, befindet sich das Hotel »Zur Wasserburg«. Hinter dem Haus gibt es einen öffentlichen Parkplatz. Von hier aus nehmen wir den direkt am Flüsschen Delme liegenden Weg in Fließrichtung, nutzen nach wenigen Metern die Brücke rechts über die Delme und gelangen so zum naheliegenden Waldrand an der Straßenecke Amtsweg/Redekerweg. Wer nicht vom Parkplatz hinter dem Hotel starten möchte, kann von der Hauptstraße (Amtsfreiheit) schräg gegenüber des Amtshofs direkt in den Redekerweg einbiegen und so zum Waldrand fahren. Ab hier geht es in den Wald hinein. Die Strecke ist als Radroute Osnabrück-Bremen (orange Raute auf weißem Grund) und gleichzeitig mit der Bezeichnung »Wasser, Wind, Steine« gekennzeichnet.

Dem ausgeschilderten Weg folgend, in nördlicher Richtung immer parallel zur Delme, durchfahren wir nun das Waldareal Amtsheide. Nach ca. 1,5 km erreicht man eine Kreuzung. Hier geht es links zur Siedlung Amerika, rechts biegt die Radroute Osnabrück-Bremen ab. Wir fahren an dieser Stelle weiter geradeaus und gelangen nach ca. 500 m zum Waldrand. Hier hält man sich rechts, am Waldrand entlang. Bei der ersten Möglichkeit biegen wir links in den unbefestigten Feldweg ein. Die Strecke verläuft nun wieder parallel zur Delme auf die Ortschaft Horstedt zu. Der hinter uns liegende Wald und das uns jetzt begleitende Flusstal sind als Fau-



na-Flora-Habitat Gebiet ausgewiesen und gehören damit zum europäischen Schutzgebietsnetzwerk Natura 2000.

Auf dem Weg nach Horstedt kommt man zunächst an einem Bauernhof vorbei. Hier steht eine 200 Jahre alte Weißbuche. Entlang der Strecke gibt es einige Schautafeln, die über landschaftliche Besonderheiten der Region informieren. In Horstedt biegen wir nach links auf die aus dem Ort führende Dorfstraße ein, queren den Flusslauf und gelangen zur Kreisstraße K 286. Hier zweigt die Route nach rechts ab. Auf dem Fahrradweg neben der Landstraße geht es in nördlicher Richtung weiter. Man passiert Prinzhöfte, fährt über die Autobahn A 1 hinweg und kommt nach Klein Henstedt. Am Ortseingang biegen wir rechts in den Henstedter Damm ab und überqueren erneut die Delme. Gleich hinter der Brücke, direkt vor dem Waldrand, befindet sich eine Wegkreuzung. Von hier aus bieten sich zwei alternative Strecken an.

Die einfachere und komfortablere Route führt weiter geradeaus bis zur nächsten asphaltierten Querstraße. Es ist die Wiggelsoher Straße, die Horstedt mit Ganderkesee verbindet. Wir biegen links auf sie ein und fahren Richtung Norden. Die Strecke trägt das bekannte Zeichen »Wasser, Wind, Steine«. Es geht quer durch das Waldgebiet Im Sande auf Wiggelsoh zu. Nach auf einem Kilometer passiert man die rechts liegenden PKW-Parkplätze entlang der Großen Höhe. Hier lohnt ein kleiner Abstecher nach links in das Waldgebiet zu dem hier befindlichen Natur- und Erlebnispfad Große Höhe. Anschließend fahren wir weiter auf der Straße Richtung Norden.

Die etwas unbequemere, aber landschaftlich interessantere Alternativ-Route führt ab der Wegkreuzung hinter Klein Henstedt nach links in den Wald. Sie verläuft auf unbefestigtem Weg in nördlicher Richtung geradeaus zum westlichen Ausläufer der Großen Höhe. Es ist Achtung geboten, denn loser Sand, Unebenheiten und Bewuchs können Probleme beim Befahren dieses Streckenabschnittes verursachen. Man kommt westlich am Landschulheim vorbei. Im rechter Hand liegenden Waldareal, nordöstlich des Schulheims, kann der bereits oben genannte Natur- und Erlebnispfad besichtigt und ausprobiert werden. Für ihn lohnt sich ein kleiner Abstecher. Zurück auf dem ursprünglichen Weg Richtung Norden erreichen wir nun den Waldrand der Großen Höhe. Hier befindet sich ein kleiner See. Er liegt östlich der Delme und westlich der Großen Höhe. Offensichtlich trägt er keinen Namen. Die Strecke verläuft von hier aus rechts am Waldrand und damit gleichzeitig am Südufer des Sees entlang. Sie führt nach Nordosten. Man überquert das Übungsgelände

und kommt am Segelflugplatz vorbei. Kurz dahinter stoßen wir auf die Wiggelsoher Straße und biegen links auf sie ein. Es ist die Nebenstrecke, die Horstedt mit Ganderkesee verbindet. Gleichzeitig endet hier unserer Alternativ-Route über die Große Höhe. Als nächstes passiert man die Ortschaften Wiggelsoh und Siebenhausen. Anschließend wird die Bundesstraße B 213 überquert. Es geht weiter in nördlicher Richtung entlang der Straße Neu-Holzcamp. Kurz vor deren Ende biegt man links in den Marchandweg ein. Er führt durch ein kleines Wohngebiet hindurch zum Heideweg, dem wir nach rechts folgen. Dieser endet an der

Hauptstraße beim Freibad. Unsere Strecke zweigt hier nach links ab. Entlang der Straßenzüge Adelheider Straße, Lange Straße und Ring gelangt man schließlich in die Ortsmitte von Ganderkesee.

Kurz vor Erreichen des eigentlichen Zentrums biegen wir rechts in die Urneburger Straße (Kreisstraße K 228) ein. Sie führt am Gebäude der Freiwilligen Feuerwehr vorbei auf die nördlich liegende Autobahn A 28 zu und damit aus Ganderkesee heraus. Die Route ist als Straße der Megalithenkultur ausgeschildert. Man quert die Oldenburger Straße (L 887) und fährt auf dem Fahrradweg weiter entlang der K 228, die jetzt Almsloher Straße heißt, unter der Autobahn hinweg, an Wiesen

und Feldern vorbei, bis zur Kreuzung mit der Elmeloher Straße (Kreisstraße K 227). Hier geht es nach links auf Stenum zu. Kurz vor der Ortschaft trägt die K 227 den Namen Steenhafer Berg. Direkt am Ortseingang von Stenum befindet sich auf der linken Seite das Naturfreundehaus Stenum (Steenhafer Berg 3, 27777 Ganderkesee-Stenum, Tel.: 04223/30 53 oder 0421/8 30 55 23).

Gefördert durch:



## Natura 2000 und NaturFreunde

### Biologische Vielfalt sichern

Um das Naturerbe in Europa zu bewahren, wurde auf Veranlassung der Europäischen Union ein Netzwerk von Schutzgebieten ausgewiesen. Dabei handelt es sich um Vogelschutzgebiete zum Schutz wildlebender Vögel und um Fauna-Flora-Habitat Gebiete (kurz FFH-Gebiete) zum Schutz der Fauna oder Tierwelt, der Flora oder Pflanzenwelt sowie der Habitats, also der natürlichen Lebensräume. Das so entstandene europaweite Netz von Schutzgebieten heißt Natura 2000. In ihm sind traditionelle Nutzungen, wie Land- und Forstwirtschaft, erlaubt. Es gibt jedoch ein Verschlechterungsverbot; d.h. Veränderungen und Störungen, die die Natur beeinträchtigen, sind unzulässig. Das Schutzgebietsnetzwerk wurde bereits in ganz Deutschland umgesetzt. In Niedersachsen umfasst es 10,5 % der terrestrischen Fläche und sogar 16,1 % der gesamten Landesfläche einschließlich der marinen Bereiche des Wattenmeers.

### Naturerleben in den Natura 2000-Gebieten

Mit ihrer neuen Initiative wollen die NaturFreunde Niedersachsen e.V. das Wandern und Natura 2000 miteinander verknüpfen und den Naturschutz nicht nur theoretisch, sondern ganz praktisch entlang ausgearbeiteter Touren vorstellen. Damit wird es möglich, viele Natura 2000-Gebiete mit allen Sinnen naturverträglich als Stätten des Naturerlebens kennenzulernen.

**Weitere detaillierte Informationen zu den hier vorgestellten sowie zu weiteren Wanderrouten und Natura 2000-Gebieten gibt es im Internet unter** <http://www.naturatrails-niedersachsen.de>

### Impressum

#### Herausgeber

NaturFreunde Niedersachsen  
Hildesheimer Straße 49  
30880 Laatzen

Tel. 0511/1 69 48 55

Fax 0511/1 69 49 57

E-Mail:

[landesverband@naturfreunde-nds.info](mailto:landesverband@naturfreunde-nds.info)  
[www.niedersachsen.naturfreunde.de](http://www.niedersachsen.naturfreunde.de)

#### Text und Gesamtbearbeitung

Dr. Frank Thiel, Brigitte Großejung,  
Erich Rickmann

#### Fotos

Brigitte Großejung, Günther  
Maschke, Bernd Rosemann, Antje  
Hoffmann (Flussmuschel)

#### Gestaltung

Lobreyer Design, Stuttgart  
[www.lobreyerdesign.de](http://www.lobreyerdesign.de)

© NaturFreunde Niedersachsen e.V.



## Durchs Delmetal nach Stenum



Wandern und radeln durch die Natura 2000-Gebiete von Niedersachsen



Niedersachsens  
Naturschätzen auf der Spur

## Natura Trails

### Niedersachsens Naturschätzen auf der Spur

Mit Natura 2000 hat die Europäische Union ein außergewöhnliches Zeichen beim Naturschutz gesetzt. Hinter diesem Namen verbirgt sich das neu geschaffene Netz von Naturschutzgebieten, das aktuell ganz Europa umspannt. Zwischenzeitlich wurde es auch bei uns in Deutschland in die Tat umgesetzt. Doch für viele ist dieses neue, wichtige Instrument des Naturschutzes und seine herausragende Bedeutung für die Entwicklung eines Großteils unserer Landesfläche alles andere als geläufig. In weiten Teilen der Bevölkerung sind Ziele und Inhalte von Natura 2000 bis heute noch relativ unbekannt.

Aus diesem Grunde haben die NaturFreunde Niedersachsen e.V. ein umfangreiches Projekt zum Wandern und Radwandern durch Natura 2000 entwickelt. Auf ausgewählten Natura Trails soll durch praktisches Erleben vor Ort das Schutzgebietsnetzwerk Natura 2000 beispielhaft vorgestellt werden. Diese etwas andere Art der Herangehensweise wurde ganz bewusst gewählt. Denn durch authentische Eindrücke und Erlebnisse mitten in der Natur können Informationen viel besser vermittelt, aufgenommen und auch verstanden werden.

Die ausgearbeiteten Routen befinden sich in sehr unterschiedlichen Landesteilen und Regionen von Niedersachsen und spiegeln so die Vielfalt der heimischen Landschaft und Natur wider. Jeder Natura Trail verläuft dabei auf bereits bestehenden Wegen. Start- oder Zielpunkt ist häufig eines unserer Naturfreundehäuser, die nicht nur Vereinsmitgliedern, sondern allen Wanderern und Gästen offen stehen.

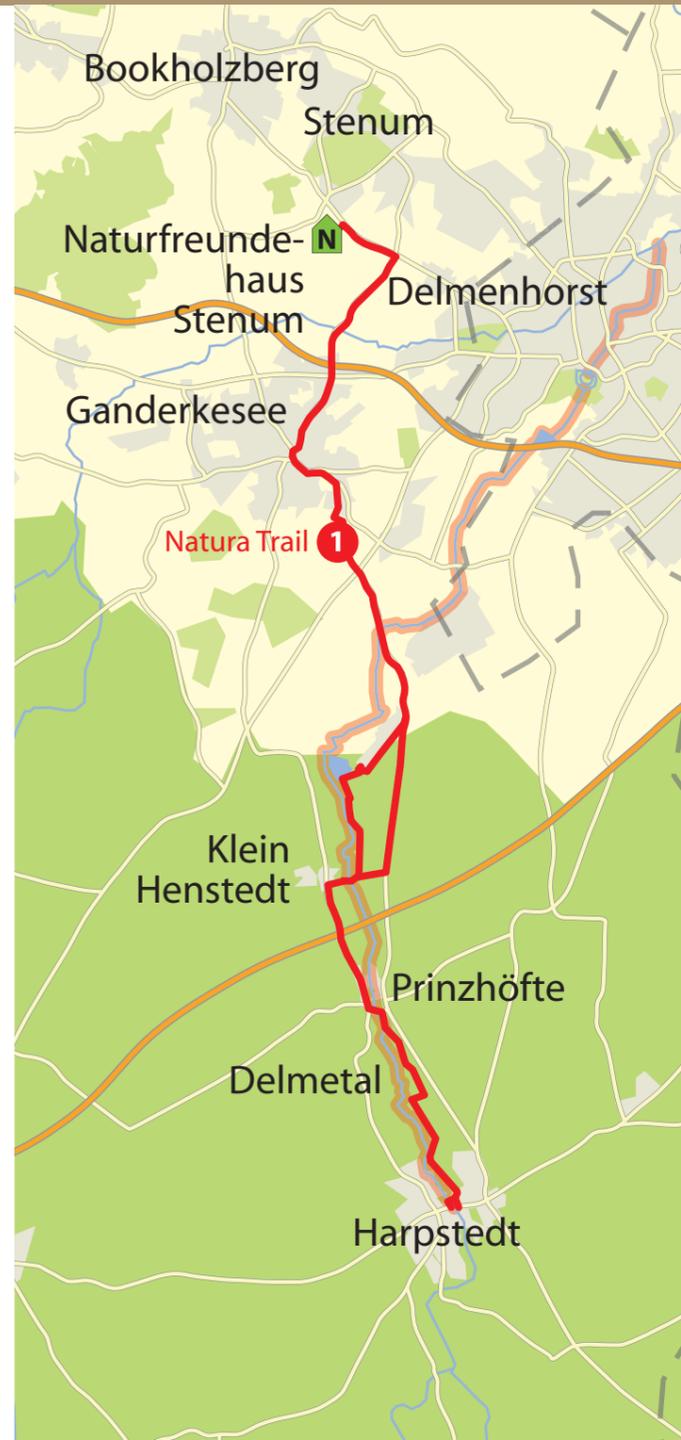
Wir möchten alle Interessierten herzlich einladen, die Natura Trails selbst einmal kennenzulernen und hoffen, mit diesem Angebot die Lust zum Mitmachen zu wecken. In diesem Sinne wünschen wir, die NaturFreunde Niedersachsen e.V., viel Spaß beim Lesen und noch mehr Spaß beim Wandern und Radwandern durch Natura 2000 !



## Delmetal zwischen Harpstedt und Delmenhorst

Das Flüsschen Delme entspringt in Twistringen und mündet nach 45 km nördlich von Delmenhorst in die Ochtum. Die Fließrichtung verläuft von Süden nach Norden. Das gesamte Delmetal, also der Fluss selbst sowie der angrenzende ufernahe Bereich, wurde im Oldenburger Land zwischen Harpstedt und Delmenhorst als Fauna-Flora-Habitat Gebiet (FFH-Gebiet 50 bzw. 2917-331) ausgewiesen. Es ist damit Teil des europäischen Schutzgebietsnetzwerks Natura 2000 und umfasst eine Fläche von rund 480 ha. Der Flussabschnitt kann noch als weitgehend naturnah bezeichnet werden. Hier schlängelt sich die Delme mäandertartig durch Wiesen, Hochstaudenflure, Röhrichte, Erlen- und Weidengebüsche. Sie wird von verschiedenen Waldkomplexen gesäumt. Dazu zählen Eichen- und Buchenwälder, Forstflächen mit Nadelgehölzen, seltene Erlen-Quellwälder sowie die besonders ausgeprägten Auenwaldbereiche mit Eschen, Erlen und Weiden. An einigen Bäumen und Sträuchern ranken sich Wilder Hopfen und Bittersüßer Nachtschatten empor. Verschiedene Kräuter, Seggen, Moose und Farne dienen als Unterbewuchs. Der Flusslauf selbst ist an den meisten Stellen durch flutende Wasservegetation gekennzeichnet. In der Uferzone und den naheliegenden Feucht- und Sumpfarealen wachsen Wasserost, Baldrian und Mädesüß. Leider kommen aber auch Brennnesseln und Drüsiges Springkraut in nicht unerheblichem Maße vor. Die waldfreien Bereiche bestehen aus einem Mosaik verschiedener Wiesen und Feuchtgebiete. Zahlreiche Flächen werden landwirtschaftlich, beispielsweise zur Heugewinnung, genutzt. Auf ihnen können Wiesenfuchsschwanz, Kuckucks-Lichtnelke, Löwenzahn und Sauerampfer gedeihen. Es gibt aber auch trockene, dünenartige Areale mit offenen Grasflächen und Heiden.

Die Vielzahl und enge Nachbarschaft unterschiedlicher Lebensräume findet in einer beachtlichen Artenvielfalt entsprechenden Ausdruck. Das betrifft Pflanzen und Tiere gleichermaßen. Vor allem für wassergebundene Lebewesen ist das Delmetal von großer Bedeutung. Amphibien beispielsweise, ob Grasfrosch oder Erdkröte, Teich- oder Fadenmolch, lieben die feuchten, sumpfigen Bereiche. Um den ökologischen Wert des Gewässers zu steigern, wurden Hindernisse für Wanderfische beseitigt und zusätzliche Kiesbänke angelegt. In der Delme kommen heute etwa 30 verschiedene Fischarten vor. Dazu zählen Aale, Barsche, Hechte, Karpfen und Rotaugen. Aber auch sehr seltene und gefährdete Arten, wie Bachneunauge, Meerforelle und Lachs, sind hier anzutreffen. Sogar die selten gewordene und streng geschützte Fluss- oder Bachmuschel hat die Delme als heimischen Standort beibehalten.



## Flussmuschel

Die Flussmuschel (lateinisch: *Unio crassus*) ist etwa 6 cm lang und schwarzbräunlich gefärbt. Sie wird auch Bachmuschel oder Kleine Flussmuschel genannt. Ihr Lebensraum sind saubere, sauerstoffreiche Fließgewässer, in seltenen Ausnahmen auch saubere Süßwasserseen. Die Tiere leben halb eingegraben im sandig-kiesigen Fluss- oder Bachbett. Dort filtern sie die Nahrung aus dem Wasser. Zu Beginn ihrer Entwicklung durchleben die Muscheln ein Larvenstadium. Die einzelnen Larven (0,2 mm groß) werden

durch das Atemwasser von Fischen aufgenommen. Beim Durchströmen der Kiemen versuchen sie sich zwischen den Kiemenlamellen einzunisten. Wenn ihnen das gelingt, leben sie ca. 3 - 4 Wochen als Schmarotzer im Wirtsfisch. Nach erfolgter Umwandlung zu Jungmuscheln fallen sie aus den Kiemen heraus und es beginnt das eigenständige Leben im Flussbett.

Noch vor 80 - 100 Jahren gab es bei uns sehr große Vorkommen dieser Süßwassermuschel. Durch zunehmende Nitratbelastungen und Verschmutzungen der Fließgewässer ist die Population jedoch stark zurückgegangen. Zusätzlich muss ein ausreichend großer Wirtsfischbestand für die Entwicklung der

Tiere vorhanden sein. All diese Faktoren haben dazu geführt, dass die Flussmuschel heutzutage sehr selten geworden ist und unter strengem Schutz steht.

## Drüsiges Springkraut

Das Drüsiges Springkraut (lateinisch: *Impatiens glandulifera*) gehört zur Familie der Balsaminengewächse (Balsaminaceae). Es wird wegen seiner Herkunft auch Indisches Springkraut genannt, da es ursprünglich von den südlichen Hängen des Himalajas stammt.

Man hat es also mit einer bei uns neu eingebürgerten Pflanzenart (wissenschaftlich: Neophyt) zu tun. Sie kam in den 1830er-Jahren erstmals nach Europa. Aus der ursprünglichen Zier- und Gartenpflanze entwickelten sich bald verwilderte Bestände, die sich noch heute weiter ausdehnen und die einheimische Flora massiv verdrängen können.

Das Drüsiges Springkraut bevorzugt feuchte Standorte. Die Blüten sind auffällig rotviolett, manchmal blass rosarot bis weiß. Ihre Größe schwankt zwischen 2,5 und 4 cm. Rund 5 - 20 Blüten stehen in der Regel in aufrechten Trauben zusammen. Sie enthalten viel zuckerreichen Nektar. Daher gilt das Drüsiges Springkraut als gute Biene-weide. Die Früchte sind 3 - 5 cm lang. Bei Bewegung oder Berührung werden die Samen durch einen besonderen Mechanismus bis zu 8 m weit weggeschleudert. Dabei kann eine einzige Pflanze, deren Höhe zwischen 50 cm und 2 m schwankt, über 4000 Samen produzieren. Zu den weiteren charakteristischen Merkmalen gehören der aufrechte, in der Regel nicht verzweigte Stängel sowie die 10 - 25 cm langen, scharf gesägten Blätter.



Entlang feuchter Gräben oder als Ufervegetation an Bächen und Flüssen kann das Drüsiges Springkraut andere Arten durch Nährstoffentzug und totale Beschattung unterdrücken. Darüber hinaus legt sich die im Spätherbst mit den ersten Frösten abgestorbene oberirdische Pflanzenmasse wie ein Teppich über den Boden, was zusätzlich den Aufwuchs anderer Pflanzen erschwert. In sehr dichten Beständen wird daher manchmal eine gezielte Bekämpfung durch mehrjährige Mahd vorgenommen. Sie sollte vor der ersten Blüte erfolgen. Außerdem muss das Mähgut vollständig entfernt und kompostiert werden, denn einzelne Pflanzenteile können sehr leicht wieder neu austreiben und die mühevollen Arbeit zunichte machen.