



roots
WANDELGIDS

De mooiste
STILTEWANDELINGEN
van Nederland



**WANDEL EN
LUISTER NAAR
HET GELUID
VAN DE STILTE**

Is er een weg die je naar de stilte kan brengen? Bij Roots denken we van wel, hoewel we liever over een paadje spreken dan een weg. Het mooie is: er zijn zelfs vele paadjes die je kunnen wegvoeren van het rumoer van het dagelijks leven. Het zijn wandelpaadjes en ze liggen in natuurgebieden. Nog beter is het als die natuurgebieden onderdeel zijn van een stiltegebied. Om misverstanden te voorkomen: in een stiltegebied is het niet doodstil. Er mogen in die gebieden alleen natuurlijke geluiden klinken die bij zo'n gebied horen, denk aan het geluid van een trekker in landelijk gebied. Voor deze gids hebben we zestien wandelroutes geselecteerd die in een officieel stiltegebied liggen of in een heel stil gebied, zoals het Springendal in Overijssel.

Door te wandelen wordt de drukte die je ervaart – gedachten, onrust, stress – vanzelf minder. Na iedere stap voel je je weer iets lichter en leger. En hoe stiller je wordt, hoe meer je hoort. Het zingen van een roodborst, het kraken van een eeuwenoude eik, het zachte gekabbel van een beekje dat je passeert. Ga maar eens luisteren als je de route langs de Veluwe beken bij Vaassen wandelt.

Pure stilte, de totale afwezigheid van geluiden, is extreem zeldzaam in Nederland. Misschien kun je het nog ervaren op de Wadden of in het hart van de Veluwe. Stilte is niet alleen de afwezigheid van geluid, het is vooral de afwezigheid van storende geluiden. Wat dat betreft is stilte vooral een gevoel. De fijnste stilte is als je natuurgeluiden kunt horen zonder storende ruis. De routes in deze gids kunnen je de stilte brengen die je zoekt, hopelijk voel je je er thuis.

We wensen je veel wandelplezier.

Redactie Roots



DIGITAAL

De verschillende wandelingen in dit boek zijn ook digitaal te downloaden (voor gps en mobiele telefoons) via onze site rootsmagazine.nl/wandelen. Hier kun je eventueel ook printjes maken van topografische kaarten met de route erop. Omdat natuur in beweging blijft en er her en der ook gebouwd wordt, kun je hier ook de laatste ontwikkelingen van de wandelroutes volgen en zelf aangeven.



INHOUD

WANDELINGEN

01	Boschplaat op Terschelling (11,7 km)	Pag. 08-13
02	't Roegwold (19,7 km)	Pag. 14-19
03	Fochteloërveen (16,3 km)	Pag. 22-27
04	Dwingelderveld (14,3 km)	Pag. 28-33
05	Springendal (18,3 km)	Pag. 38-43
06	De Zilk (17,2 km)	Pag. 44-49
07	Veluwe bij Vaassen (14,4 km)	Pag. 52-57
08	Meijndel (11,1 km)	Pag. 58-63
09	Amerongse Bos (9,7 km)	Pag. 68-73
10	Veluwe bij Dieren (12,7 km)	Pag. 74-79
11	Achterhoek (14 km)	Pag. 82-87
12	Haaksbergerveen (9,7 km)	Pag. 88-93
13	Kop van Schouwen (10,7 km)	Pag. 98-103
14	Strijbeekse Heide (14,3 km)	Pag. 104-109
15	Strabrechtse Heide (15 km)	Pag. 112-117
16	Landgoed De Hamert (14 km)	Pag. 118-123

NATUURGELUIDEN

Bijzondere zangers	Pag. 34-37
Wildernisklanken	Pag. 64-67
Tuinzangers	Pag. 94-97
Onbekende klanken	Pag. 124-127

BEZINNING, STILTE EN NATUUR

Bezinning via je benen	Pag. 132-137
26 botanische tuinen	Pag. 138-143
Shinrin-yoku: bosbaden	Pag. 146-151
Struinen langs rivieren	Pag. 152-157



01

BOSCHPLAAT OP TERSCHELLING

- 7 OF 11,7 KM -

VAN KUST NAAR KUST

Op Terschelling wandel je in een dag van de Waddenkust naar het Noordzeestrand en terug. Dwaal door verlaten duinen, doorkruis oude bosjes en spot met wat geluk eidereenden. Ook kom je langs de indrukwekkende Boschplaat, een Europees natuurreservaat.

01 BOSCHPLAAT OP TERSCHELLING

Noordzee





Boschplaat

Berkenvallei

St. Janshoek

W a d d e n z e e

01 BOSCHPLAAT OP TERSCHELLING



Cranberry **A**

In de natte duinvalleien groeit de cranberry, die zijn oorsprong vindt in Amerika.

In Nederland groeit hij alleen in het wild op Terschelling en in mindere mate op Vlieland. Het verhaal gaat dat een Amerikaanse vrachtaarder in 1839 boven Terschelling schipbreuk leed en een ton met cranberrybessen aanspoelde. Een jutter zou de ton hebben omgegooid in de duinen.



Amerikaanse zwaardschelde **B**

In 1979 werd hij voor het eerst in de Waddenzee waargenomen: de Amerikaanse zwaardschelde. Deze schelp komt oorspronkelijk voor langs de Oost-Amerikaanse kust. Drie jaar later was hij al vrij talrijk. In 1985 volgde in Katwijk de eerste waarneming buiten het Waddengebied. Inmiddels is de schelp op veel stranden in West-Europa de meest voorkomende.

START- EN EINDPUNT: restaurant De Heeren van Der Schelling, Oosterend 43, Oosterend (FR).

OV: neem vanaf de veerhaven in West-Terschelling bus 1 ri. Oosterend. Uitstappen halte 'Oosterend'. Restaurant De Heeren van Der Schelling ligt er schuin tegenover.

PARKEREN: parkeren in Oosterend is gratis.

HORECA: deheerenvanderschelling.nl, heartbreak-hotel.nl.

HONDEN: aangeliind toegestaan.

LET OP: in de wintermaanden kunnen delen van deze route nat zijn, draag dan laarzen. Volg bij routepunt 2 **RA** het fietspad indien routepunt 3 onbereikbaar is vanwege natheid. En ga bij routepunt 8 **RD** over duinruggen i.p.v. **LA** op pad in berkenbos.

1. Vanuit restaurant De Heeren van Der Schelling **RA** de klinkerweg Oosterend in en na 150 m **RA**, Lijkweg. Steek aan het einde van de Lijkweg fietspad **RD** over naar breed zandpad dat tegen duin op klimt. Loop eenmaal boven nog 75 m **RD** en ga bij **KP 51 RA**, smal pad op dat vallei in leidt. Na 100 m **LA** op kruising van geitenpaadjes. Houd rechts aan en volg pad langs houten rasterpalen **LA**. Steek **RD** vallei met boompjes over. Volg aan overzijde **RD** geel-rode markering streekpad 'Waddwandelen'.

2. Steek fietspad (asfalt) **RD** over naar smal pad en sla na 15 m **RA** op karrenspoor en na 20 m weer **LA** op een ander karrenspoor. Verlaat karrenspoor als dat voor duinenrij linksaf buigt en loop **RD** over smal pad, eerst door struweel en daarna tegen duin op. Loop in gebied met duinvorming **RD** ri. strand.

3. Sla eenmaal op strand **RA**.

4. Volg bij strandpaviljoen Heartbreak Hotel **RA** betonnen voetpad dat duin op klimt en weer afdaalt tot aan P-plaats. **Voor korte route:** loop **RD** langs fietsenstalling en sla halverwege P-plaats **LA** op pad dat begint met houten palen. Ga **RD** over laag duintje en sla na 20 m **RA** voor weide. Volg **RD** zandpad langs weiland (links). Steek na 300 m fietspad (**KP 54**) **RD** over en vervolg zandpad. Sla op vijfsporang **LA** naar karrenspoor. Houd rechts aan als karrenspoor een lus maakt in hoek van rasters. Verlaat bij volgende hoek van raster (na 50 m) het karrenspoor **RA** en loop door hei naar doorgang in raster. Volg dan **RD** geitenpaadje dat duin in leidt,

NATUURGELUIDEN

BIJZONDERE ZANGERS

Sommige vogels zingen de sterren van de hemel, andere vogels maken juist een betoverend of mysterieus geluid. Deze negen vogels moet je beslist eens horen in de natuur.



1 BOSUIL

Iedereen kent zijn geluid uit nachtelijke scènes in spannende films: het mystieke, langgerekte, ietwat trillende 'hoe-oe-oe-hoe-hoeoeoe' waarmee het mannetje bosuil zijn territorium afbakent. Het is misschien wel het meest bekende uilengeluid ter wereld. Bosuilen zetten hun territorium midden in de winter uit, maar met het roepen beginnen ze vaak al in november en december. De eerste paar uren na zons-
ondergang is de beste tijd om te gaan luisteren.



2 NACHTEGAAL

Een nachtegaal heeft gemiddeld 180 verschillende liederen tot zijn beschikking. Je kunt dus rustig stellen dat deze lijster een echte zangvirtuoos is. Hotspots van de nachtegaal zijn zonder twijfel de duinen, waar hun aantal de laatste decennia zelfs verdubbeld of verdriedubbeld is. Waarschijnlijk komt dat door de 'verstruweling' die daar heeft plaatsgevonden. Andere hotspots: vochtige bossen en bosranden van de Biesbosch en Flevoland. In het begin van de aankomst (vanaf half april) zingen ze soms boven in een meidoorn, dé kans om deze verborgen zanger te spotten.

← 3 WIELEWAAL

Zomaar, ineens, hoor je in mei een sprookjesachtig en verstild geluid vanuit de toppen van de bomen. Het is de fluitachtige zang van de wielewaal. In mei arriveren de geel met zwart gekleurde wielewalen vanuit tropisch Afrika in Nederland. Er zijn maar weinig vogels in Nederland die zo kleurrijk zijn en tegelijkertijd zo moeilijk zijn te zien. Wielewalen zitten namelijk hoog in de bomen. Je ziet een glimp van deze tropische verschijning wanneer ze van het ene bos naar het andere vliegen.

