



INLEIDING

Stel je voor: je stapt uit de drukte van alledag. Geen afspraken, geen haast, alleen het ritme van je eigen voetstappen en het pad dat zich kilometers voor je uitstrekt. In het begin ben je nog bezig met de tijd, de afstand en de volgende stop. Maar na een tijdje verandert er iets. De onrust zakt weg. Je loopt niet meer tegen de klok, je loopt op gevoel. Je ademt de natuur in, je eet en drinkt wanneer je honger of dorst hebt, je rust wanneer je moe bent. Wandelen, eten, drinken, slapen, meer is er niet. Je bent hier. Nu. Dát is de magie van een langeafstandswandeling.

Het is niet alleen een fysieke uitdaging, maar vooral een mentale reis. Dagenlang buiten zijn, elke nacht ergens anders slapen, soms zonder luxe. Misschien deel je een kamer of tent met een ander, misschien ben je uren alleen met je gedachten. Met geluk is het droog, met pech loop je dagenlang in regen en wind. Soms is het zwaar, soms is het eenzaam. Maar weet: het is ook puur, eerlijk en mooi. En onthoud: je krijgt er zoveel voor terug!

NIKS NIEUWS ONDER DE ZON

Wandelen over lange afstanden gaat natuurlijk al eeuwen terug. Vroeger was het vaak noodzaak: van dorp naar stad, van markt naar huis. Vervoermiddelen waren er nauwelijks. Maar ook het geloof speelt al eeuwenlang een rol. Sinds de middeleeuwen gaan pelgrims al wandelend op bedevaart naar heilige bestemmingen zoals Santiago de Compostela. Vandaag de dag trekt die route naar Santiago de Compostela, ofwel de Camino de Santiago, nog steeds veel langeafstandswandelaars aan. Logisch wel, want langeafstandswandelingen zijn meer dan alleen routes; het zijn avonturen die je verbinden met jezelf, met de natuur en met de geschiedenis en cultuur van het land waarin je loopt.

Pelgrimsroutes trekken mensen van over de hele wereld aan. Maar er zijn ook hele andere legendarische langeafstandswandelingen te vinden, waar ieder op zoek kan gaan naar zijn of haar eigen

verhaal. Denk aan de ruige Kungsleden in Zweden en de zware GR 20 op Corsica, maar ook de Tour de Mont Blanc in Frankrijk en de West Highland Way in Schotland. En natuurlijk aan Amerika, want dat is toch wel het land van de ultieme trails. De Appalachian Trail (AT), de Pacific Crest Trail (PCT) en de Continental Divide Trail (CDT) staan garant voor duizenden kilometers avontuur, natuur en zelfontdekking.

JE HOEFT NIET VER WEG OM GROOTS TE WANDELEN

Ook dicht bij huis liggen prachtige langeafstandsroutes voor je klaar. Denk aan 'Neerlands' favoriet, het Pieterpad, dat de volledige lengte van Nederland doorkruist. Of aan de GR 5, die door zowel Nederland, België als Luxemburg loopt. Maar ook aan de Dutch Mountain Trail, waar je alleen een lang weekend voor uit hoeft te trekken. Want langeafstandswandelen wil helemaal niet zeggen dat je wekenlang achter elkaar op pad hoeft te gaan. Bovendien hoeft je een route ook niet als een 'thru-hiker' in één keer af te leggen, want ook als je als 'section-hiker' op pad gaat, kun je de Benelux op zijn best ervaren.

In dit boek nemen we je mee langs 20 bijzondere langeafstandswandelingen in Nederland, België en Luxemburg. Van bekende klassiekers tot verrassende verborgen parels. Of je nu voor het eerst een langeafstandstocht maakt of al een ervaren wandelaar bent, of je nu een weekendtrip zoekt of een meerweekse uitdaging: je vindt hier een route die bij jou past.

Dus ga je voor een avontuurlijke tocht over de grens van onze zuiderburen of verken je liever de natuur vlakbij je eigen achtertuin? Waar je keuze ook op valt, langeafstandswandelen is een geweldige manier om te ontsnappen aan de drukte van het dagelijks leven, jezelf uit te dagen en nieuwe perspectieven te ontdekken. Dus trek die stoute (wandel)schoenen aan en ga op pad!

Flora & Fauna-fan

De Flora & Fauna-fan wordt dolgelukkig als hij een zeldzame plant bewondert, mooie vogels observeert, dieren sporen in de natuur vindt of een glimp van een dartelend hert opvangt. Lange wandelingen door bossen, heide en andere afgelegen natuurgebieden, waar de kans op het zien van deze bijzonderheden groot is, spreken deze wandelaar aan. Geduld, stilte, respect voor de omgeving en oog voor detail zijn hun sterke punten.

Routes in dit boek voor de Flora & Fauna-fan:

- Veluwe Zwerfpad – pag. 48
- Vroege Vogelspad – pag. 80

Bourgondiër

De Bourgondiër geniet niet alleen van het wandelen zelf, maar ook van alles wat onderweg te ontdekken valt op culinair gebied. Routes die langs lokale restaurants, boerderijen, wijngaarden of andere culinaire hoogten lopen, maken deze wandelingen tot een feest voor zowel lichaam als geest.

Routes in dit boek voor de Bourgondiër:

- Rondom de Sint Jan – pag. 64
- Sentier des Abbayes Trappistes de Wallonie – pag. 154

Historicus

Voor de Historicus draait een wandeling niet alleen om het genieten van de natuur, maar vooral om het ontdekken van de geschiedenis die verscholen ligt langs de route. Deze wandelaar zoekt naar herinneringen, oude slagvelden, kastelen, ruïnes, groeves en historische monumenten die verhalen vertellen over het verleden.

Routes in dit boek voor de Historicus:

- Zuiderwaterlinie Wandelpad – pag. 72
- Western Front Way – pag. 106
- Minett Trail – pag. 180

Kunstkijker

De Kunstkijker heeft oog voor de esthetiek van het landschap en ziet schoonheid in alles: van kleurrijke bloemenvelden tot abstracte patronen in de boomschors. Onderweg staat dit type wandelaar graag stil bij kunstinstallaties, muurschilderingen

en openluchtexposities. Voor de Kunstkijker is een wandeling een bron van artistieke inspiratie.

Routes in dit boek voor de Kunstkijker:

- Streek-GR Kust – pag. 114
- Sentiers d’Art – pag. 138

Trofeetopper

De Trofeetopper is altijd op zoek naar de beste en meest prestigieuze langeafstandswandelingen. Met een passie voor kwaliteit kiest deze wandelaar alleen routes die bekroond zijn of als ‘toptrail’ zijn erkend. De Trofeetopper waardeert niet alleen de fysieke uitdaging van het wandelen, maar ook de unieke ervaringen die prijswinnende paden bieden, zoals perfect gemarkeerde paden, adembenemende uitzichten, bijzondere natuurfenomenen en culturele hoogtenpunten.

Routes in dit boek voor de Trofeetopper:

- National Park Trail Hoge Kempen – pag. 122
- Venntrilogie – pag. 130
- Escapardenne Lee & Éislek Trail – pag. 164

IN WELK TYPE WANDELAAR HERKEN JIJ JEZELF OP DIT MOMENT?

Misschien herken je jezelf duidelijk in één wandeltype, misschien ontdek je onderweg juist nieuwe kanten van jezelf. Vandaag ben je een Nieuwkomer, morgen een Avonturier en overmorgen een Trofeetopper. En voor je het weet ben je een langeafstandswandelaar met een hele verzameling routes op je naam. Wandelen is nooit statisch. Het beweegt mee met je leven, je interesses en je dromen.

En net als jij zijn ook de routes veelzijdig: een trail die de Trofeetopper aanspreekt vanwege een gewonnen award kan tegelijkertijd de Flora & Fauna-fan verrassen met rijke natuur of een ideale eerste uitdaging zijn voor de Nieuwkomer. We nodigen je daarom uit om niet alleen een route te kiezen die nú bij je past, maar ook open te blijven staan voor nieuwe ervaringen en wandelingen die misschien niet direct bij jouw wandeltype lijken te horen. Soms ontdek je juist buiten je eigen comfortzone de mooiste avonturen. Laat je inspireren, laat je verrassen en vooral: keep walking.



An aerial photograph of a vast, sandy landscape, likely a coastal dune area. The terrain is covered with numerous small, dark green shrubs and patches of dry, yellowish grass. Several sets of tire tracks are visible, crisscrossing the sand. In the center-right of the image, a small, dark-colored boat or vehicle is parked on the sand. The overall scene conveys a sense of isolation and natural beauty.

GR 5 Benelux

DE GROTE OVERSTEEK VAN DE LAGE LANDEN



PRAKTISCHE ZAKEN

Benelux | 704 km | 190 uur | Zwaar | 8640 m | 8500 m | Kilometervreter

AANTAL ETAPPES

35 etappes

STARTPUNT

Hoek van Holland

EINDPUNT

Schengen

BEHEERD DOOR

De GR 5 maakt deel uit van het netwerk van Europese wandelroutes (E-routes), gecoördineerd op conceptueel niveau door de European Ramblers Association (ERA). De uitvoering en het beheer gebeurt door nationale of regionale organisaties. In Nederland is dat Wandelnet, in Vlaanderen Grote Routepaden vzw en in Wallonië Sentiers GR Asbl. In Luxemburg valt de verantwoordelijkheid onder het Ministère de l'Économie, Direction Générale du Tourisme, maar het concrete onderhoud en beheer van de paden wordt meestal uitgevoerd door lokale toerismebureaus en natuurorganisaties.

TYPE ROUTE

GR (en E-route)

VORM

Van A naar B

ROUTEMARKERING

De GR 5 is in Nederland en België in beide richtingen gemarkeerd met de herkenbare wit-rode GR-strepen. In Nederland volgt de route tot Bergen op Zoom het Nederlands Kust-

pad (LAW 5-1). Vanaf Bergen op Zoom sluit de route aan op de wit-rode GR-markering en volgt die tot aan de Sint-Pietersberg bij Maastricht. Vanaf daar loopt het traject verder via de GR 5 'Traject der Ardennen' tot aan het drielandenpunt bij Ouren. In Luxemburg maakt de GR 5 gebruik van verschillende nationale routes met elk hun eigen bewegwijzering. Omdat deze markeringen wisselen, raden we aan om hier de gpx-track te volgen.

ONDERGROND

Bospaden, grindpaden, duinen heidepaden, vlonderpaden, verharde wegen en rotsachtig terrein.

OMGEVING

Zuid-Hollandse duinen en deltawerken, Zeeuwse polders en waterkeringen, Brabantse bossen, Vlaamse dorpen en abdijen, Nationaal Park Hoge Kempen, Waalse Ardennen, Müllerthal ('Klein Zwitserland') en Moezelvallei.

ACCOMMODATIES

Je komt regelmatig door dorpen, stadjes en toeristische regio's, waardoor er meestal voldoende overnachtingsmogelijkheden zijn. Denk aan B&B's, kleine hotels en pensions. Kamperen is in principe mogelijk, maar het aanbod aan campings is verspreid en niet overal aanwezig, waardoor het her en der lastig kan zijn om

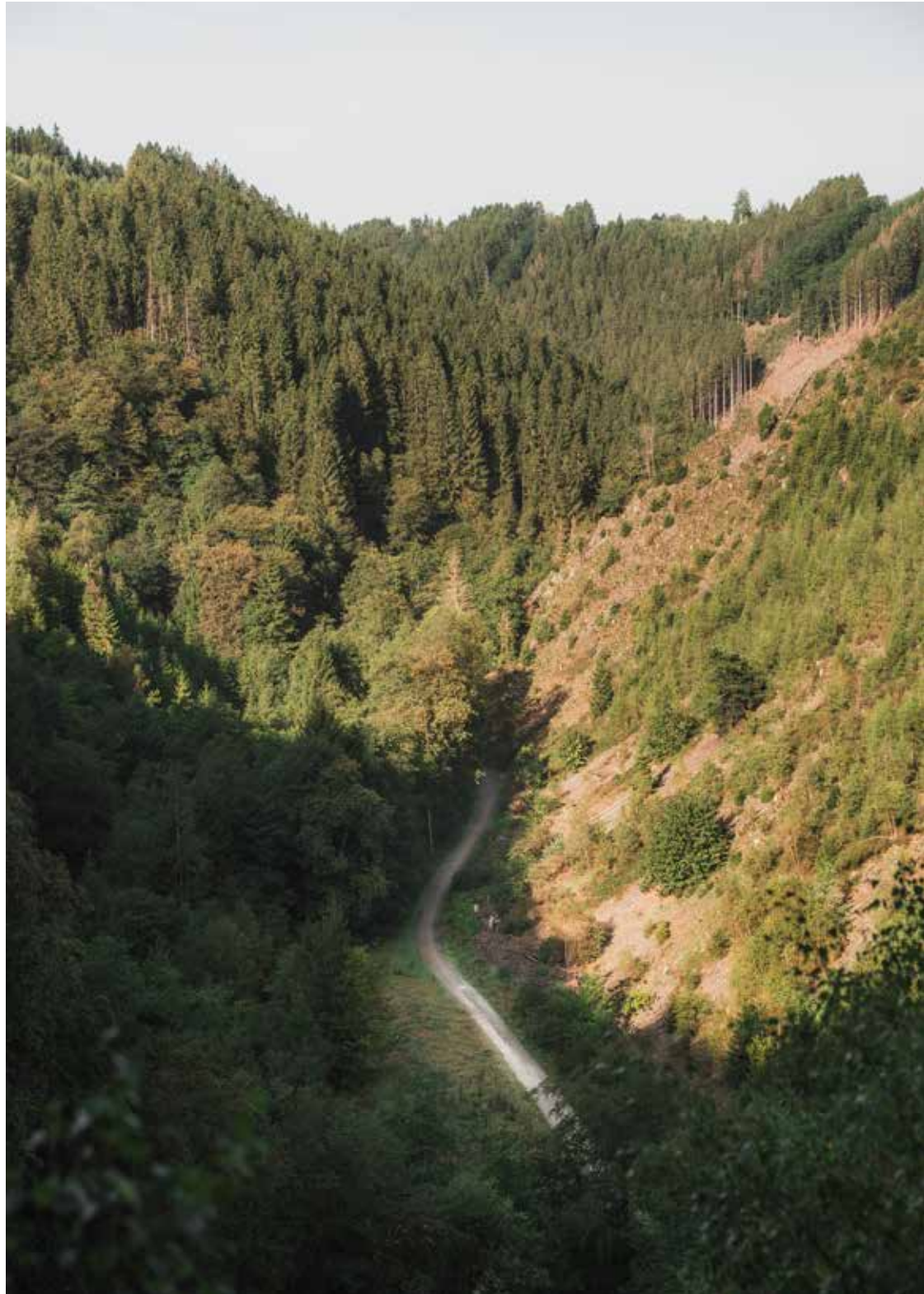
geschikte plekken te vinden. Wil je met een tent op pad, dan vraagt dat dus wat extra planning. Wildkamperen is officieel niet toegestaan, al bestaan er in sommige gebieden (zoals Luxemburg of Wallonië) wel bivakzones en je kunt gebruikmaken van initiatieven zoals Welcome to my Garden.

OPENBAAR VERVOER

Zowel Hoek van Holland als Schengen zijn prima bereikbaar met het openbaar vervoer. Onderweg is de bereikbaarheid wisselend. In Nederland en Vlaanderen lukt het meestal prima om de trein of bus te pakken, maar in Wallonië zijn de verbindingen schaarser. In Luxemburg is het ov gratis en goed geregeld.

UITDAGINGEN

1. Bij de grens met Luxemburg eindigen de wit-rode markeringen, die je in Nederland en België volgt. Vanaf Luxemburg ga je over op het volgen van verschillende nationale hiking trails. De markeringen zijn steeds anders, dus wij raden aan om vanaf daar volledig de gpx te volgen.
2. Er zijn in 2026 wijzigingen gepland op de route in België. Zorg ervoor dat je altijd de meest actuele versie van de gpx bij de hand hebt.
3. Let op het jachtseizoen, vooral in Wallonië en Luxemburg. Tijdens deze periode kunnen paden tijdelijk wor-



De Venntrilogie klinkt als een spannende boekenreeks waarin je jezelf kunt verliezen – en eerlijk gezegd voelt deze wandelroute ook een beetje zo. Achter elke bocht en voorbij elke boom wacht een nieuw avontuur. De Venntrilogie is een langeafstandswandeling van 109 kilometer door de Noordelijke, Hoge en Zuidelijke Venen. Deze drie gebieden in de Belgische Oostkantons vormen samen een ‘trilogie’ van venen, maar ook een trio aan ervaringen. Ieder veengebied bestaat uit twee etappes, waardoor je de totale route in zes etappes aflegt.

DE RIJKE BIODIVERSITEIT VAN DE VENEN

Het begon allemaal in de Krijttijd, toen een deel van Europa bedekt was door een ondiepe zee. In deze periode vormden de drie Venen samen een eiland dat boven de waterspiegel lag. Naarmate de zee zich terugtrok, ontstonden unieke ecosystemen die kenmerkend zijn voor venen, zoals moerassen, heidevelden en natte bossen. De afwisseling van natte en droge gebieden heeft geleid tot een rijke biodiversiteit in de Venen, met veel zeldzame plant- en diersoorten die tegenwoordig in deze omgeving leven. Daarbij heeft elk veengebied zijn eigen karakteristieke flora en fauna.

EEN VEELZIJDIGE EERSTE ETAPPE

Deze avontuurlijke tocht start bij het Drielandenpunt in Vaals. Vanaf de Boudewijntoren leidt een onopvallend pad België in. Hier kom je in een landschap vol weidepoortjes, velden en bossen met rotspartijen en oude ruïnes, zoals Kasteel Eyneburg. Naarmate de route omhoog voert, ontvouwt zich het uitzicht over het Kelmis-mijnlandschap. Na een afdaling wandel je door de ruige Hohnbachvallei over vlonderpaden, waar water een constante aanwezigheid is. In de buurt van Lontzen en Astenet wisselt het landschap opnieuw naar weiden, waar je energie kunt opdoen voor de technische passage bij de Hammerbrug. Uiteindelijk bereik je de bossen en kun je je opmaken voor de klim van de Beschissenberg, waarna een eenvoudig pad naar Eynatten leidt, het eindpunt van de eerste etappe.

OVER GEHEIME PAADJES

Etappe 2 voert je allereerst langs eeuwenoude paden dwars door velden, die vroeger door de

inwoners werden gebruikt om tussen dorpen te reizen. Een kort bezoek aan het kleinste Wortelmuseum ter wereld mag hier niet ontbreken. Via verschillende draaihekjes en bruggen bereik je het pottenbakkersdorp Raeren, waar het imposante kasteel een blikvanger is. Ontdek hier de geheime paadjes die vroeger de gehuchten met elkaar verbonden. Na Raeren verandert het landschap: het weidelandschap maakt plaats voor de eerste tekenen van de Hoge Venen, waar het pad door het Hasenell-bos je omhoog en omlaag voert langs beekjes en bruggetjes. Vlak voor Eupen doorkruis je nog enkele velden met weidepoortjes, de laatste voordat je de Hoge Venen betreedt.

HET ONHERBERGZAME HOOGVEENLANDSCHAP

De Hoge Venen vormen een uitgestrekt plateau van ongeveer 5000 hectare, beschermd sinds 1957. Vroeger kwamen mensen uit de omgeving hier om hout, stro en turf te halen, maar de (winterse) weersomstandigheden maakten het vaak gevaarlijk en ontoegankelijk. Ook vandaag de dag is het een avontuur om in de Hoge Venen rond te lopen. Behalve de vlonderpaden, kom je er geen enkel menselijk bouwwerk tegen, wat zorgt voor een groot gevoel van rust en stilte in dit gebied.

HET HOOG(S)TEPUNT

De Hoge Venen vormen het hoogstgelegen hoogveen van Europa en herbergen ook het hoogste punt van de Benelux: Signal de Botrange, het eindpunt van de derde etappe. Maar voordat je daar aankomt, moet je nog heel wat kilometers en hoogtemeters overbruggen. In eerste instantie loop je door het bos naar de Helle-rivier, diep in de Hoge Venen. Het water heeft een donkere, turfachtige kleur en de oevers zijn vaak modderig en glad. Hoe hoger je komt, hoe opener de omgeving wordt. Voor je het weet wandel je over houten vlonders, passeer je de overblijfselen van het Noir Flohay-dennenbos, en bereik je het uitkijkplatform van Botrange.

OP NAAR MALMEDY

Hoewel je op grote hoogte begint bij etappe 4, loopt de route al snel bergafwaarts, diep het dal in, en verlaat je het weidse hoogveenlandschap. Een groot deel van de etappe voert langs het kabbelen-

mijnwerkers die tijdens hun werk omkwamen. In Rumelange kom je langs het Mijnmuseum, waar je tijdens een rondleiding ondergronds kunt afdalen. Terug bovengronds ga je door met etappe 7, die je door het uitgestrekte natuurreservaat Haard - Hesselsbiërg - Staëbiërg voert. Dit gebied werd ooit zo intensief ontgonnen dat het op een maanlandschap leek. Nu wordt het gedomineerd door imposante rode rotswanden, enorme keien en dichte bossen. Hier vind je ook de langste aaneengesloten rotswand van Europa, die door zijn kenmerkende rode kleur extra opvalt. Je eindigt in Dudelange, vanaf waar het openbaar vervoer je terug naar Esch-sur-Alzette brengt.

EEN ANDER GEZICHT

Eenmaal terug in het grote stadspark vervolg je dit keer je weg naar het noordoosten. Tijdens de laatste kilometers van de trail verandert het landschap, waardoor je een ander gezicht van de Minett-regio te zien krijgt. De eerste keer dat deze verandering opvalt, is tijdens etappe 8, in het contrastrijke natuurreservaat Lalléngerbiërg - Brucherbiërg. Enerzijds wandel je door kale maanlandschappen met de inmiddels welbekende rode aarde. Anderzijds voert de trail door weelderige, groene bossen. Ben je single? Ga dan bij Schiff-lange op zoek naar de bron van het Marxweihermeer. Volgens de legende zou het water magische krachten hebben voor vrijgezellen.

ROOD WORDT GROEN

Tijdens de negende etappe merk je pas echt hoe het landschap is veranderd. Je wandelt door het moeras- en vogelreservaat Dumontshaff, een beschermd Natura 2000-gebied, waar je de Alzette-rivier kruist. Via houten vlonders loop je tussen waterrijke graslanden. Met wat geluk spot je hier lepelaars, steltlopers of zelfs grazende waterbuffels. Eenmaal in Bergem wachten de laatste kilometers van de Minett Trail. Tijdens etappe 10 wandel je door het landelijke zuiden van Luxemburg en het uitgestrekte Beetebuërger Bësch. Een groene afsluiting van een indrukwekkende wandeltocht door Luxemburgs meest rode regio.

DE MOOISTE ETAPPES ALS JE SLECHTS EEN DEEL VAN DE TRAIL WILT LOPEN

Etappes 5-7 geven het beste beeld van de regio en haar geschiedenis. De etappes zijn afwisselend: het ene moment wandel je door een oud bos, terwijl je het volgende moment langs hoge rode rotswanden loopt. Bovendien kun je een bezoek brengen aan diverse musea en monumenten, waardoor je een goed idee krijgt van het leven in en om de mijnen.



DE ERVARINGSDESKUNDIGEN

Lynn, Nora, Saskia, Yana en Dan (tussen de 25 en 40), werken voor Visit Minett, het regionale toerismebureau van Zuid-Luxemburg.

Hoe zijn jullie voor het eerst betrokken geraakt bij de Minett Trail?

In 2017 begonnen we met een project om de Minett-regio te laten erkennen als UNESCO-biosfeergebied. Een wandelroute zoals de Minett Trail kon daar mooi aan bijdragen, dus zijn we gestart met het uitstippelen van een traject. Het doel was om een route te creëren die alle gemeenten met elkaar verbindt en wandelaars meeneemt langs de mooiste stukjes natuur en stad.

Hoe vaak hebben jullie het pad bewandeld?

Ontelbare keren! Een van onze taken is om ervoor te zorgen dat de trail goed gemarkeerd, toegankelijk en up-to-date blijft. Bewegwijzering slijt bijvoorbeeld door weer en menselijk gebruik, dus kwaliteitscontroles zijn essentieel. Dat is een van de redenen waarvoor we regelmatig op de trail te vinden zijn. Mede daardoor kennen we de trail en de regio inmiddels van binnen en buiten. Nora heeft bovendien het oorspronkelijke verloop van de route uitgezet. Ze verkende honderden kilometers aan paden om de mooiste stukken te kiezen en versleet daarbij letterlijk haar wandelschoenen.

Wat maakt volgens jullie de Minett Trail bijzonder?

De unieke combinatie van stedelijke gebieden en de unieke natuur. Het landschap is getekend door de industriële geschiedenis van de regio: de mijnbouw, de staalcrisis en later de herovering van de natuur hebben geleid tot een iconische omgeving. Daarnaast maken de speciale overnachtingsplekken (de Kabaisercher) en de handige ligging nabij treinstations de route extra toegankelijk en veelzijdig.

Wat is jullie favoriete etappe?

Het is onmogelijk om er een te kiezen. Elke etappe heeft zijn eigen karakter. Juist die afwisseling maakt wandelen op de Minett Trail zo verrassend en leuk.

Zijn er plannen voor nieuwe delen of veranderingen aan de Minett Trail?

We ontwikkelen momenteel een thematische uitbreiding van de Minett Trail, die de industriële geschiedenis van de streek tot leven brengt. Updates hierover delen we op onze socialemediakanalen, dus vergeet ons niet te volgen voor meer Minett-ervaringen.

Hebben jullie een tip voor wie de route nog wil lopen?

Neem je tijd en geniet van het moment. Ga eens zitten, kijk goed om je heen en ontdek naast flora en fauna ook restanten van het industriële verleden.

Is er verder nog iets wat jullie willen toevoegen?

We wensen je perfect wandelweer toe! En als de weergoden niet meewerken, dan biedt de regio volop musea en andere toffe ervaringen om de Minett-regio te ontdekken.