

Footprinrunner in Noord – Brabant



Warming up

De naam Footprint verwijst naar het wandelen en rennen over onverharde paden en paadjes, een passie die ik graag met anderen al tien jaar deel.

Op de paden vind je meer natuur dan cultuur, zodat je door minder prikkels van het drukke bestaan wordt afgeleid .

Wat me aanspreekt is het verkennen, zoeken, ontdekken en uiteindelijk vinden van de mooiste plekjes in mijn eigen regio.

Ik loop liever over paadjes dan straatjes, vaak alleen, soms met maatjes, en altijd is er die drang om naar buiten te gaan; weer of geen weer.

Buiten is altijd open dus ik kan gaan wanneer het mij uitkomt.

Naar mijn idee hoeft je niet ver weg; onze provincie is prachtig en qua natuur zeer gevarieerd.

Ik loop mijn rondjes wel graag telkens net wat anders; ik hou niet van looproutines, maar juist van afwisseling.

Noord-Brabant biedt een aantal mogelijkheden om erop uit te gaan voor een korte of lange wandeling of trail van 5 tot 55km.

*Ik neem je mee naar stukjes die je misschien al kent of juist wil leren kennen. Kijk maar; als je van buiten bewegen houdt zit er zeker iets voor je bij.**

**Het maken en lopen van routes is gebonden aan het moment. Regelmatig ervaar ik dat er werk in uitvoering is of dat paden worden omgelegd of afgesloten. Het avontuur om daar mee om te gaan, gun ik je van harte.*

Geniet ervan !!!

Bronnen: Natuurmonumenten - VVV Brabantse Wal – Natuurpoorten – Wikipedia – Visit Brabant en natuurlijk mijn eigen ervaringen, alleen of met de community Footprint

West- Brabant - De Brabantse Wal.

De Brabantse Wal is een uitgestrekt natuurgebied op de scheiding van de Brabantse zandgronden en het zeekleigebied van de vroegere Schelde.

Je vindt er een unieke steilrand, met hooggelegen bos en laaggelegen polders, een verschil van meer dan 20 meter.

Hij zigzagt door het landschap vanaf de grens met België in Putte via Ossendrecht, Hoogerheide, Woensdrecht en Bergen op Zoom tot aan Steenberg.

De rand is ontstaan door het afschuren van de zandgrond door de Schelde. Vanwege de geologische waarde heeft deze 'muur' van zand de status van aardkundig monument. Op diverse plekken zijn er fraaie doorkijkjes op het platte polderland aan de voet van de wal. Het gebied verrast je met abrupte overgangen en mooie vergezichten. Van bossen naar polders, van heide naar vennen en stuifduinen. En je wandelt zo over de grens; het gebied is onderdeel van Grenspark de Zoom – Kalmthoutse Heide, in totaal 60 vierkante kilometer natuur op zijn best!!

Steenbergen/Dintelse Gorzen.

De **Dintelse Gorzen** zijn na de afsluiting van de Philipsdam droog komen te liggen. Eb en vloed verdwenen en in de voormalige hoge schorren en lager gelegen slikken kwam nieuwe, unieke natuur terug. De bodem in het natuurgebied is afwisselend zoet en zout en dit levert veelzijdige begroeiing op. Het is er zeer drassig in een groot deel van het jaar.



Natuurbeheer door grote grazers

Niet alleen planten, maar ook vogels voelen zich thuis in de natuur van de Dintelse Gorzen. In het ondiepe water van het natuurgebied zoeken de lepelaar en de zilverreiger naar voedsel, terwijl de blauwe kiekendief en de buizerd boven de vlaktes jagen.

Bovendien zorgen grazende Schotse hooglanders ervoor dat het natuurgebied open blijft.

Anno 2025 wordt gewerkt aan het omleggen en wijzigen van de wandelroutes. Gegeven route zal niet actueel meer zijn, maar de wandelpaden zijn gemarkeerd. Bovendien wandelde ik enkele stukken heen en weer om aan mijn kilometers te komen.

Route 10km. <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/saspoldertje-dintelse-gorzen-130121-246312925>

Halsteren/Bergen op Zoom.

Fort de Roovere is onderdeel van de West Brabantse Waterlinie. Vanaf 1628 heeft deze waterlinie weerstand geboden aan meerdere Europese legers. De forten Moermont, Pinssen, de Roovere en Henricus, Halsters Laag, de Liniewal en het Ravelijn vormden samen de verdedigingslinie.

Publiekstrekkingen zijn de loopgraafbrug, ook wel de Mozesbrug genoemd, en uitkijktoren Pompejus.

Bij de Mozesbrug loop je diep door het water, maar blijven je voeten droog! Deze loopgraafbrug is net zoals de uitkijktoren Pompejus ontworpen door Ro&Ad architecten. Na de klim op de 129 treden geniet je van het prachtige uitzicht op 25 meter hoogte.

Landschapspark **De Bergse Heide** is ontstaan op stuifduinen die door eeuwenlange invloed van de overheersende zeewind uit het zuidwesten omhoog zijn gestuwd. Nu wordt het zand bijeengehouden door gemengd bos. Het grote contrast tussen hoger gelegen droge beboste zandkoppen en de lager gelegen vochtige open plekken bieden veel leefruimte voor een grote diversiteit aan planten en dieren. Het is een veelbezocht recreatiegebied.



Mozesbrug



Pompejustoren

Route 10km. Forten.

<https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-fort-de-roovere-290823-ligneweg-145234665>

Voor een langere trail is het de moeite om langs de **Kraggeloop** te gaan. Dit was lang een rechte sloot, maar nu een meanderende beek, met aan weerszijden kikkerpoelen. Dat we een stukje over de weg moeten nemen we voor lief.



Natte voetjes langs de Kraggeloop, richting de forten

Route 18km. Forten en Heide.

<https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-heide-en-forten-18km-041025-de-berk-229701492>

Oudland/Halsters Laag.

Het **Halsters Laag** (90 hectare) tussen Steenbergen en Bergen op Zoom is aangewezen als natte natuurparel. De voedselrijke bovenlaag is verwijderd. Op de voedselarme ondergrond krijgen zeldzame planten vervolgens meer kansen. Ook kwelwater kan gemakkelijker aan de oppervlakte komen. Het afgraven is behoedzaam gebeurd om de talloze slootjes in het gebied te behouden. Deze slootjes hebben een grote cultuurhistorische betekenis. In het verleden fungeerde het Halsters Laag ooit als verdedigingslinie: zeker zes keer in de geschiedenis is het gebied onder water gezet om het naburige Bergen op Zoom te beschermen tegen vijandelikheden.

Route 14km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-oudland-halsters-laag-15km-090825-krabbenweg-225854669>



Oudland Steenberg

Bergen op Zoom.

Zoomland is een landgoed van 300ha dat ontstaan is uit vier kleinere landgoederen. De Bergse notabelen legden er lanen aan, houtwallen en grachten. Later werd er ook naaldbout aangeplant.

In dit gebied lopen we langs de Zeezuiper, een voormalig moeras dat later gebruikt werd voor de turfwinning. Hierdoor ontstonden plassen die o.a. gebruikt werden voor de drinkwatervoorziening van Bergen op Zoom.

Het tv programma Vroege Vogels nam er een uitzending op.

<https://www.youtube.com/watch?v=WpSgcOcyZjo>



Zeezuiper in Zoomland

Lievensberg/Boslust herbergt voornamelijk naald- en dennenhout en heeft mooie heideveldjes die tussen het losse zand liggen. De broeders van Oudenbosch hadden vroeger een rust/retraitehuis in Boslust waar ze regelmatig naar toe gingen voor rust en bezinning.

Heide van Laane is een klein stukje natuur waar we vaak aan voorbij liepen, maar later steeds vaker in de routes opnamen. Een heideveldje, stukje bos en singletrack van slechts een paar kilometer heeft zo zijn toegevoegde waarde.

Zurenhoek en Buitengebint liggen centraal in het gebied en hoorden vroeger bij Wouwse Plantage. Het was een stuifzandgebied waar nu het Borgvlietse Duin nog van over is. Een beschermd stukje vanwege de talrijke broedvogels en met als doel om het stuifzandgebied open te kunnen houden. Voor het open houden moet de natuur wel een handje (lees; machinaal) geholpen worden, omdat lage vegetatie hardnekkig terugkomt.

Route 12km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-zoomland-12km-030126-appeltje-245729802>

Route 18km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-zoomland-lievensberg-18km-030126-appeltje-240656649>

Wouwse Plantage: Plantagebossen.

Al eeuwenlang één van de mooiste bosgebieden van Nederland: Landgoed Wouwse Plantage. Als één van de laatste aangelegde landgoederen van Nederland kent de Wouwse Plantage een geschiedenis van meer dan viereneenhalve eeuw. In deze periode hebben de eigenaren de Plantage weten te veranderen van heide, moeras en onbebouwde grond, in een prachtig boslandschap, deels voor productie.

Achter de Natuurpoort liggen drie leemputten. Deze leemputten of leemkuilen zijn ontstaan door het graven van leem voor de fabricage van bakstenen in de steenfabriek. De putten zijn een deel van het jaar met water gevuld en een broedplaats voor onder andere kikkers, padden en salamanders.

Het centraal gelegen landhuis uit 1848 wordt regelmatig opengesteld voor kleine evenementen.

Route 10km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-wouwse-plantage-020422-trapke-op-95508245>

Route 18km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/brabantse-wal-200124-trapke-op-156900461>

Woensdrechtse Heide.

De **Woensdrechtse Heide** is een natuurgebied van 69 ha, dat eigendom is van defensie. Het is een militair oefenterrein dat ingeklemd ligt tussen Vliegbasis Woensdrecht, landgoed Mattemburgh, en Zurenhoek. Het gebied bestaat uit heide, stuifzand en naaldbos.

In het bos heeft tot 1976 een Sherman tank gestaan, die betrokken is geweest bij de gevechten om de Kreekrakdam. De gerestaureerde tank staat sinds 1978 bij het Bevrijdingsmonument in Woensdrecht opgesteld.

Het gebiedje rond de vliegbasis heet **Walse Heide** en hier is een zandstrook waar we als trailrunners graag wat uitdaging zoeken.

Route 13km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-woensdrechtse-hei-12km-160526-natuurpoort-245378836>

Route 21km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-brabantse-wal-21km-010125-natuurpoort-boslust-196550890>



Vliegbasis/Walse Heide

Mattemburgh en Markiezaat.

Mattemburgh is één van de meest bijzondere landgoederen van Brabant en gelegen op een plaats waar de hoge zandgronden over gaan in de veel jongere zeekleigronden. Het Bloempjesven (Blommekesven) is altijd rustpunt voor een fotomomentje.



Blommekesven



Augustapolder

De **Kraaijenberg** ligt te midden van de **Augustapolder**, het verdronken dorp Hildernisse, Zeeland en het landgoed Mattemburgh, tegen de stad aan.

De steilrand waar de Brabantse Wal om bekendstaat, is goed zichtbaar op de Kraaijenberg. Daarnaast is het een van de weinige punten waar de zandgronden niet grenzen aan polders, maar direct aan kreken en gorzen, in dit geval van het Markiezaatsmeer. De Kraaijenberg en het beboste deel van de Brabantse Wal ten zuiden ervan zijn populair onder recreanten, er is op de berg onder meer een bezoekerscentrum, een klimtoren van 20 meter hoog en een vogelkijkhut.

Iets verderop loop je over **De Duintjes**. De Duintjes was vroeger een populair zeebad. Inmiddels is het gebied een soort eilandje in de slikken van het Markiezaatsmeer. Op een van onze verkenningen passeerde ons op een halve meter afstand een groep IJslandse paarden die er, samen met runderen, het gebied begrazen.

Voorbij De Duintjes, over het spoor en Brabantse Wal 'op en top', komen we in **Lindonk**, een landgoed dat tegen Mattemburgh aan ligt. We lopen langs het beekje De Blaffert, maar dat is met een hek afgesloten. Het hele gebied hier telt het hele jaar door veel soorten vogels.

Route 12km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-markiezaat-150724-kraaijenberg-177441127>

Route 18km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-heide-markiezaat-augusta-210924-zuidgeest-182296530>



Speelse wilde paarden in het Markiezaat

Woensdrecht.

In de omgeving van **Huijbergen**, nabij vliegbasis Woensdrecht, ligt een klein bos- en heidegebied van Defensie, de **Walse Heide**.

Verder is het gebied kenmerkend voor de Brabantse Wal door het glooiend karakter met o.a. Nootjesberg, Tiestenduin en Pilberg.

Deze lopen over in het **Broederbos** dat herinnert aan de kloosterorde van de Wilhelmiëten die in 1278 een begin maakten met de ontginning van het ruige en heuvelachtige gebied in de Scheldedelta.

Kooiheide is een waterwingebied van 32ha van Evides en centraal ligt het mooie Kooiheideven. De naam is terug te voeren naar een vroeger gelegen eendenkooi.

Kortenhoeff maakt deel uit van het Grenspark Kalmthoutse Heide. Het is een open gebied met droge en natte heide en vennen; Wasven, Bronven, Vlonderven en Akkerenvén. Er komen bijzondere plantensoorten voor zoals zonnedaauw en beenbreek.

Kortenhoeff is een aangelegd 'jong' landgoed t.b.v. de landbouw. Na de Tweede Wereldoorlog werd een fruitboomgaard aangelegd. In het gebied staat nog steeds een fruitschuur, met rode dakpannen.

Het beheer van Kortenhoeff werd in het verleden uitgevoerd door IJslandse pony's en Nederlandse Landgeiten.

Vanwege het natte karakter werden de wandelpaden in 2025 aangepakt en opgehoogd en wordt bij het Akkerenvén strijd gevoerd tegen de invasieve watercrassula. <https://grensparkkalmthoutseheide.com/natuurherstel-akkerenvén-kortenhoeff/>

Route 12km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-huijbergen-12km-210226-stal-kortenhoeff-245495082>

Route 19km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-vennen-en-bultjes-19k-290123-stal-kortenhoeff-124108282>

Route 30km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-vennen-en-bultjes-30k-de-blauwe-pauw-124227499>



Een winters Vlonderven in Kortenhoeff

Abdijbossen en Noordpolder van Ossendrecht.

Bovenop de wal liggen de **Abdijbossen**, naald- en loofbossen met hier en daar een vennetje en heideveldje. De Abdijbossen zijn vernoemd naar Natuurpoort De Volksabdij. De Brabantse Wal was het strijdtoneel tijdens de Slag om de Schelde, een van de grootste gevechten in deze omgeving.

Een totaal andere aanblik biedt de Noordpolder van Ossendrecht aan de voet van de Brabantse Wal. Bij de steilrand is het echt klimmen en dalen. Je komt hier ook loopgraven uit de Tweede Wereldoorlog tegen. De **Noordpolder** zelf is een middeleeuwse polder met veel drassige stukken vanwege het kwelwater dat aan de oppervlakte komt. Een eldorado voor veel verschillende vogels.

Midden in de polder ligt een panoramatafel met uitzicht op de Brabantse Wal.

Route 13km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-abdijbos-noordpolder-13km-050725-volksabdij-210548073>

Route 18km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-abdijbos-noordpolder-050725-18km-212495514>

Langere routes Brabantse Wal en Brabantse Wal/Grenspark.

31km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/bene-voettocht-1-footprint-175339755>

38km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-brabantse-wal-2024-38k-appeltje-165884147>

50km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/footprint-runner-gp-ultra-20072021-78703586>

55km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/appeltje-heitje-ultra-55k-t-appeltje-91644294>



Noordpolder Ossendrecht

Brabantse Wal verbonden met het Grenspark Kalmthoutse Heide.

De Brabantse Wal is onderdeel van Grenspark De Zoom/Kalmthoutse Heide dat in 2001 is ingesteld. Een grensoverschrijdend natuurgebied van 6.000 hectare met heide, vennen, stuifduinen en bossen. Veel zeldzame en kwetsbare soorten vinden er hun thuis. Samen met andere eigenaren beheert Natuurmonumenten dit gebied en legt wandel-, fiets- en mtb-routes aan. Een overzicht daarvan vindt je op de website <https://grensparkkalmthoutseheide.com/>.

Kleine Meer, Groote Meer, Meiduin en Ossendrechtse Duinen.

Anno 2025 zijn er meerdere boswerken in de omgeving van **Kleine Meer en Groote Meer**. Gevolg kan zijn dat paden worden omgelegd of afgesloten.
<https://www.natuurmonumenten.nl/natuurgebieden/kleine-meer>

De **Ossendrechtse Duinen** biedt een afwisselend landschap met bos, heide, vennen en zandverstuivingen. De vennen kampten lange tijd met verdroging, maar in 2016 is een herstelproject uitgevoerd. Hierdoor blijft er meer water staan. Er vinden militaire oefeningen plaats.

In de **Meiduin**, de vroegere Groeve Boudewijn, ontstaat een bijzonder stukje natuur. Zeldzame planten zoals de moeraswolfsklauw en veenmossen groeien in het gebied. Je kunt er de rugstreeppad en dodaars vinden bij de vennen. In de jaren '80 van de vorige eeuw zijn er veel afgravingen geweest voor het winnen van zand en klei. Overblijfselen hiervan zijn nog altijd zichtbaar.

Route 12km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-grenspark-12km-180426-stal-kortenhoef-245352692>

Route 13km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-grenspark-13km-181025-puts-meuleke-231842546>

Route 20km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-bw-gp-canitrail-20km-091025-volksabdij-235196485>

Route 20km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-grenspark-bos-en-duin-140424-puts-meuleke-20k-167247580>



Pad naar Drielingvennen



Zuilen van Mont Noir

Putte.

Net voor en over de grens liggen nog enkele deelgebieden die vaak aaneengesloten door onze groep Footprint gelopen worden.

We vertrekken graag net over de grens vanaf Kasteel Ravenhof. Kasteeltuin Ravenhof is gelegen in het **Moretusbos** op de grens met België. Het Moretusbos heeft veel mooie laantjes, hoogteverschillen, doorkijkjes, een theehuisje, wandelpaden, terrassen en symmetrische 'sterrenbosjes'.

Het Moretusbos gaat in Nederland over op de deelgebieden **Wildernissen** en **Stoppelbergen**; bospaden, heuveltjes, singletracks en heideveldjes; alles bij elkaar een afwisselend gebied voor een 'culturele natuurloop'.

Route 13km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-ravenhof-wildernissen-13km-170525-oud-broek-205214778>

Route 18km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-moretus-stoppelbergen-18km-170525-oud-broek-203948256>



Kasteel Ravenhof

Kalmthoutse Heide met deelgebieden in het Grenspark.

10km met Ossendrechtse Duinen <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-grenspark-bos-en-duin-030424-puts-meuleke-10k-165971479>

13km met Stappersven. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-grenspark-13km-091225-p-zuid-243205789>

17km met Stappersven. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-grenspark-17km-040125-p-noord-196868642>

18km vanaf Educatief centrum De Vroente. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-grenspark-130524-de-vroente-170660084>

19km met Stappersven. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-grenspark-19km-091225-p-zuid-243207062>

27km met Kalmthoutse/Ossendrechtse Heide. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-grenspark-100123-p-noord-123097194>

30km met Drielingvennen. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-grenspark-30km-150225-stal-kortenhoeff-194548774>



Met een beetje goede wil is er plaats voor iedereen in het Grenspark



Altijd present als de heide bloeit

Regio West-Brabant - Roosendaal.

Roosendaal.

Vlakbij Roosendaal vind je tussen de landbouwgronden een prachtig stuk natuur van 300ha, met heide, bos en als hoogtepunt het Rozenven met het vlonderpad.

De naam **Visdonk** is ontstaan uit het oude woord fis en uit donk. Fis betekent bunzing, een kleine marterachtige die het tegenwoordig helaas moeilijk heeft in Nederland. En in Brabant vind je meer 'donken': zandige ophogingen in moerasgebied.

Route 10km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/rondje-visdonk-191221-sportpark-vierhoeven-91023346>

Route 12km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-thor-visdonk-12km-010225-thor-honk-199291746>

Route 14km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-visdonk-14km-090126-vierhoeven-246386752>

Rucphen.

De **Rucphense Heide** is een heidegebied van 450 ha, gelegen tussen Schijf en Rucphen dat wordt omsloten door de Rucphense Bossen (1200ha).

Het gebied is eigendom van meerdere eigenaren. Naast de uitgestrekte heide vind je er bossen, akkers, en houtwallen. Een deel ervan wordt gebruikt als militair oefenterrein.

Route 10km: <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-rucphense-hei-10km-200425-roosendaalsebaan-209782013>

Route 17km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-rucphense-hei-17km-280725-ossekopke-223950690>

Visdonk en Rucphen aaneengesloten via verharding.

Route 18km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-visdonk-rucphen-18km-010225-thor-honk-197148133>

Route 24km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-visdonk-rucphense-hei-041122-rozenvendreef-118154682>

Hoeven.

Natuurgebied **Pagnevaart** ligt tussen Oudenbosch, Hoeven en Bosschenhoofd in. Het gebied onttrekt zijn naam aan "Spagnevaart".

Het verhaal gaat dat een Spaans oorlogsschip hier strandde en dat de resten nog steeds in de grond zouden liggen. Het bosgebied is zo'n 35 ha groot en is vrij toegankelijk. Aansluitend is er een waterwingebied van 100 ha.

De Pagnevaart is een oude turfvaart die uitkwam in de haven van Oudenbosch. Deze vaart ligt dwars door het bosgebied heen en was een belangrijke aanvoerroute van

turf richting Breda en Dordrecht. Vanwege de geringe omvang van het gebied is het hier vooral slingeren, maar leuk om aan de collectie toe te voegen.

Route 11km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-pagnevaart-lusjes-010625-11km-kerk-bosschenhoofd-216161535>



Vlonder Rozenven Roosendaal

Zundert/Etten-Leur/Breda.

Buisse Heide.

De Oude Buisse Heide ligt in de gemeente Zundert, tussen Achtmaal en Schijf. Het is een typisch cultuurlandschap met een aantal deelgebiedjes als Buisse Hei – De Reten – De Moeren – Wallsteijn met aan de rand nog Lange Maten en Kievitsmoeren met de aansluiting naar de Pannenhoef langs de oude turfvaart die naar Breda liep. In het gebied vind je onderweg vier koepels die onderdeel uitmaken van een 12km lange wandeling.

Historisch gezien zijn er ook kunstenaars aan dit gebied verbonden. Vincent van Gogh haalde zijn inspiratie uit de omgeving van de Oude Buisse Heide.

Verder is dit landgoed onlosmakelijk verbonden met het kunstenaarsechtpaar Henriette en Richard Roland Holst. De schrijfster en politica Henriette en haar man, de kunstenaar Rik, hadden er hun vakantiewoning en een atelier.

Het is een heerlijk gebied om een rondje te lopen door oude bossen en langs weilanden, akkers, vennen en boerderijen.

Tot eind 2025 woonden en werkten er nog kloosterlingen in de nabijgelegen Abdij van Maria Toevlucht. <https://abdiymariatoevlucht.nl/>

Route 5km. <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/brabantpark-wandeling-buisse-hei-141225-241651398>

Route 14km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-koepelrondje-zundert-14km-217723776>

Route 18km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-koepelrondje-zundert-18km-120625-217712099>



De Moeren



De Reten



Buisse Hei



Wallsteijn

Pannenhoef.

Aansluitend aan de deelgebieden van de Buisse Hei ligt het natuurgebied de Pannenhoef, met daaraan weer aansluitend het Rondgors en particulier landgoed 's Heeren Vrunten.

Bos, vennen en bloemrijke weilanden typeren dit natuurgebied tussen Etten-Leur, Zundert, Rijsbergen en Sprundel, dat ruim 700 hectare groot is. Oorspronkelijk lag hier een soort mini-Peel. Het hele veenpakket werd tussen 1400 en 1750

weggegraven. In gedroogde vorm - turf - ging het via turfvaarten naar de steden, als brandstof voor huishoudens en brouwerijen. De bekendste is wel de 'Turfvaart' die naar Breda liep. Wat over bleef na afgraving was een heuvelige heide met vennen in de kommen. Men begon het gebied in de 19de eeuw te ontginnen tot bos en landbouwgrond.

In de grensregio tussen Breda en Antwerpen staan **36 veenpalen** die ieder precies aangeven hoe hoog het veen er vroeger lag, soms meters hoog.

De vennen werden drooggelegd, op één na: de Lokker. Daar werd op gevaren en in gezwommen, gemengd nog wel. En na afloop kon je op het terras een drankje nuttigen. Dit was de pastoor van Sprundel een doorn in het oog, en daarom werd in 1938 de Bijloop door dit reusachtige ven heen gegraven, waardoor het leegliep. Bij het mooiste bruggetje van dit gebied komen het water van Bijloop, Turfvaart en De Bak gebroederlijk dicht naast elkaar. In alle seizoenen een pareltje.



Een van de vele bruggetjes in Pannenhoef; nabij De Bak

Toen Brabants Landschap dit gebied in 1970 aankocht, was het er saai met weinig natuurwaarden: bemeste landbouwgrond, jong eenvormig naaldbos en geen vennen meer. Na ruim 50 jaar is dat beeld totaal veranderd: aantrekkelijk gemengd bos en 11 vennen zijn weer uitgegraven. Daarmee kwamen ook zeldzame planten terug, zoals heidekartelblad en moerashertshooi. En amfibieën als poel- en heikikker. De bossen zijn het thuis voor zoogdieren, als bunzing en ree en vogels als groene specht en buizerd. Onlangs (eind 2025) spotte ik er ook een vos en een hazelworm. En over 'spotten' gesproken: bij 't ven De Flesch staat een vogelkijkhut met een prachtig uitzicht, zeker als het ven goed gevuld is.

Route 11km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-slowtrail-pannenhoeef-160624-174304630>

Route 15km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-pannenhoeef-150722-menmoerhoeve-104672915>

Route 18km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-twee-uurkes-pannenhoeef-040223-menmoerhoeve-125028341>

Routes die door Buisse Hei en Pannenhoeef gaan.

Route 15km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-abdijsdijk-23-01072023-anker-138994954>

Route 18km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-abdijsdijk-18km-010325-anker-202458086>

Route 30km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-turfvaartrail-30km-281225-menmoerhoeve-245006873>

Route 37km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-turfvaart-trail-181222-menmoerhoeve-121471406>

Route 50km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-bruggetjes-ultra-50km-300122-menmoerhoeve-94036032>



Ven op de Buisse Heide



Veenpaal Pannenhoeef

De Maatjes/Matjens/Riethoek.

Vanaf de Buisse Heide, richting de Belgische grens ligt nog een klein natuurgebied dat in Nederland bekend staat onder de naam **Matjens**. Omdat ik het te klein vond voor een social trail ben ik op zoek gegaan naar mogelijkheden om het toch in ons programma te betrekken. De routes zijn dus nog in concept of onder constructie, maar ik vond het wel de moeite waard om er iets mee te doen.

Het natuurgebied ligt in de gemeentes Kalmthout en Wuustwezel, aan de Nederlandse grens. Het is een klein rietmoeras met omringende, soms natte graslanden en vele bomenrijen en houtkanten. Het is een grensoverschrijdend

natuurgebied. Het is vooral belangrijk als leefgebied voor verschillende soorten riet- en weidevogels in een open landschap. In 2025 spotte ik er een ree en een vos.

Route 8km. <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-matjens-170523-visvijver-hanneke-wiewau-134992064>

Route 22km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berqlopen/fp-matjens-buisse-hei-121222-riethoek-121145130>

Concept 48km.

<https://www.afstandmeten.nl/index.php?id=3875291&key=MRjwp392mH1ZI>



Doorkijk op de Matjens

Kelsdonk.

Dit natuurgebied ligt op de 'Naad van Brabant', de overgang van zand naar kleigrond, ten noorden van Etten-Leur en is 250ha groot. Kelsdonk is een voormalige waterbergingsboezem van de Mark. Het bestaat uit laag grasland met zogenaamde frikken; smalle stroken bos met daaromheen veel water.

Een laarzenwandeling van 4,5km loopt door dit slagenlandschap waar in 2025 de vlonders grondig werden opgeknapt.

Route 7km. <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/kelsdonk-laarzen-vlonderpad-110725-windgat-221485093>

Mastbos en Galderse Hei.

Twee aaneengesloten natuurgebieden in Breda met elk een eigen karakter.

Zo is het **Mastbos** aangelegd als productiebos voor het maken van o.a. scheepsmasten. Daarnaast werd het ook gebruikt als jachtterrein voor de 'Heeren van Oranje'. Deze achtertuin van Breda is een echt recreatiebos voor de liefhebbers van wandelen, hardlopen, fietsen en paardrijden.

De **Galderse Hei** is een heidegebied van 180ha met voornamelijk grove den en heide. Een deel van het gebied wordt gebruikt als defensie terrein. In de verbinding naar het Mastbos ligt het veel belopen Vlonderpad en er liggen meerdere vennen.

Route 17km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-galderse-hei-en-mastbos-17km-030925-marellenweg-229969842>

Strijbeekse Heide/Valkenberg/Hondsdonk/Luchtenburg.

De **Strijbeekse Heide** ligt ten Zuiden van Breda tussen de Strijbeekse- en de Chaamse Beek tegen de Belgische grens. (En net erover het domeinbos **De Elsakker** dat in sommige routes is opgenomen) Het gebied kenmerkt zich door heide met vennen, bossen en beekjes.

Tussen de Strijbeekse Heide en Strijbeekse Beek ligt de **Goudberg** met het Goudbergven, voor mij een van de mooiste gelegen vennen van Brabant. Het ligt tussen een paraboolduin dat 5-6 meter boven het landschap uitsteekt. In dit gebiedje zie je veel (roof) vogels, en met wat geluk een ree, haas, vos en eekhoorn.

<https://galder-strijbeek.nl/Natuur-Recreatie/Natuurgebieden/Goudberg>

Net als op de Buisse Heide en de Pannenhoef heeft Vincent van Gogh een eigen kei gekregen, een zgn 'Dichtsteen' met tekst. Het gebied heeft dan ook iets schilderachtigs met vennen, heide en beekjes. Aan de randen vind je landgoederen als **Valkenberg, Hondsdonk** en **Luchtenburg** en je maakt eenvoudig aansluiting naar de Chaamse Bossen. <https://www.rootsmagazine.nl/wandelen/strijbeekse-heide>

Route 13km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-strijbeek-191024-188741906>

Route 18km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-strijbeek-18km-090725-smokkelaar-221198295>

Route 26km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-ultra-strijbeek-alphen-lus-1-smokkelaartje-110581183>



Strijbeekse Hei

Chaamse Bossen/Alphense Bergen.

Staatsbosbeheer beheert dit natuurgebied dat bestaat uit de **Chaamse Bossen**, de Ulvenhoutse bossen, de **Alphense Bergen** en de Generaalsbossen. Samen vormen zij een mooie combinatie van eeuwenoude bossen, drassige graslanden, beekjes, stuifzandbergen en heidevelden met vennen als Putven en Ossengoor. Hier grazen reeën en vliegen roofvogels over de toppen van bomen. Voormalige landbouwpercelen werden weer in oude staat teruggebracht waardoor er opnieuw vennen en moerasgebieden met open plekken zijn ontstaan. Bij de Alphense Bergen ligt recreatiegebied 't Zand met een grote zwemplas.

Route 18km. <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-wandeltrail-chaam-180322-steengroeve-97755607>

Route 21km. <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/chaam-t-zand-240821-de-steengroeve-81957293>

Route 22km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-ultra-strijbeek-alphen-lus-2-steengroeve-chaam-111097475>

Route 50 km, die van Strijbeek tot Alphen een grote lus maakt.

<https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-strijbeek-chaam-alphen-50km-118630923>



Verkenning voor de Brabantse trailserie bij 't Zand in Alphen

Boswachterij Dorst.

De **Boswachterij Dorst** is een bos van ongeveer 1.100 hectare tussen Breda, Oosterhout en Tilburg.

Het gebied bestaat voornamelijk uit bos met grove dennen dat in de 19e eeuw op heidegebied is aangeplant. Dit gebied stond bekend als Seterse Heide. Later werd veel bos gekapt, omdat het gebied als militair oefenterrein in gebruik werd genomen. Zo ontstonden zandverstuivingen. Nadat de militairen hier vertrokken kwam er meer heide en loofbos.

Daarnaast zijn er een aantal leemputten die ontstaan zijn door de activiteiten van de voormalige steenfabriek "De Vijf Eiken", die zich te Rijen bevond.

Voor begrazing zijn er eerst Schotse hooglanders ingezet, maar in 2018 zijn die na incidenten met bezoekers weer weggehaald. Vanaf 2021 grazen er Galloway runderen. Van 1927 tot 2006 werd hier Natuurbad Surae veel bezocht en na sluiting hiervan kon de natuur zijn gang gaan.

Verder vind je hier, onder de noemer 'Landkunst' een serie follies, die door kunstenaars en architecten zijn ontworpen en een functie hebben die past bij het bos. Deze zijn o.a. een duiventoren, een uitzichtplek voor rolstoelgebruikers en een vleermuizenkelder.

Route 14km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-boswachterij-dorst-14km-210625-beum-218908380>

Route 19km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-dorst-19km-200125-beum-199636254>

Route 26km. <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-boswachterij-dorst-26km-0625-beum-205393763>



Duiventoren; een van de Follies in Boswachterij Dorst

Oosterheide/Cadettenkamp.

Landgoed **Oosterheide** is een voormalig heidegebied tussen Oosterhout en Breda. Eind negentiende eeuw is het beplant met zeventig verschillende boomsoorten. Het is daardoor net of je in een park wandelt.

Cadettenkamp is onderdeel van het 95 hectare grote natuurgebied Teteringse Heide ten oosten van Teteringen. Het zuidelijke deel ervan wordt Cadettenkamp genoemd. Dit is een heide- en stuifzandgebied van ongeveer 10 hectare groot met zogenoemd eikenhakhout. Het deed ook dienst als oefenterrein van de cadetten van de Koninklijke Militaire Academie in Breda, vandaar de naam.

Aangezien de aanwezigheid van de snelweg niet te vermijden is, was het voor mij een eenmalige exercitie.

Route 12km: <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-oosterheide-dorst-cadettenkamp-12km-310325-206953034>

Vallei van 't Merkske.

Het Merkske (afgeleid van de Mark) vormt de natuurlijke grens tussen Nederland en België en tussen de Noorderkempen en Noord-Brabant. Houtsingels en bramenwallekes, bloemrijke graslanden, poelen, heischrale graslanden en heel veel zwarte elzen, die zo graag met hun voeten in het water staan, vormen 1900ha bijzondere natuur. De drassige hooilanden en bossen aan weerszijden van de beek herbergen zeldzame plantensoorten en amfibieën. Rond de vennen spot je reigers, lepelaars, grutto en wulp.

Wortel Kolonie maakt ook deel uit van het gebied. Wil je in de beekvallei gaan wandelen, breng dan zeker ook laarzen mee want het kan hier heel nat zijn. In de oude landlopersboerderij van Wortel Kolonie vind je bezoekerscentrum De Klapster.

Route 18km : <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-vallei-van-t-merkske-250922-de-klapster-114520138>



Laarzenpad Merkske

Regio Midden-Brabant - Tilburg.

Regte Heide en Riels Hoefke.

De **Regte Heide** vormt samen met het **Riels Hoefke**, Halve Maan, Ooijevaarsnest en Nieuwkerk een aaneengesloten natuurgebied van circa 876 hectare. Het bestaat uit heide, een moerassig beekdal, loof- en naaldbossen en loopt van de gemeente Goirle tot aan de grens met België. Omdat het beekdal van de Leij hier een uitgestrekt heide- en zandstuifgebied doorsnijdt, tref je er voor Nederlandse begrippen grote hoogteverschillen aan. Met soms wel een verschil van vijf meter!

Typerend zijn ook de zeven grafheuvels uit de Vroege Bronstijd, die nog goed zichtbaar zijn.

Route 13km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berqlopen/fp-qoirle-3-13km-2025-klooster-nieuwkerk-222269424>

Route 18km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berqlopen/fp-qoirle-2-18km-230725-klooster-nieuwkerk-222190989>



Een vroege vogel

Rooverdsche Heide – De Utrecht.

De **Rooverdsche Heide**, nabij Esbeek en Hilvarenbeek, omvat 500ha bos en heide.

Het buitenland is niet ver weg gezien hier vroeger de stoomtram van Tilburg naar het Belgische Poppel reed.

Het ven Papschot maakt nog deel uit van Gorp en Rovert en het dal van de Rooverdsche Leij is ook dichtbij.

Aansluitend lopen we over in natuurgebied **De Utrecht**, een prachtig gebied in de Brabantse Kempen. Ooit begonnen als ontginningsproject, bestaat het landgoed nu voornamelijk uit bos- en natuurterreinen, akker- en graslanden.

<https://www.landgoeddeutrecht.com/>

Wat we op de route ook tegenkomen is kunst in het landschap met o.a. werk van Andreas Schotel zoals 'Baadster in Broekeling' en 'Verroeste p.k.'s' van Hannes Verhoeven.

<https://www.visitbrabant.com/nl/routeoverzicht/1822175947/andreas-schotel-wandelroute>

Route 29km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/gorp-roovert-utrecht-270923-gorps-baantje-148405218/photo-93526169>



Kunstroute in de natuur

Oisterwijk/Kampina.

De Kampina en Oisterwijkse Vennen (2300ha) liggen tussen de gemeenten Boxtel, Oirschot, Oisterwijk en Tilburg. Het gebied is uniek vanwege de natte heide met de vele vennen, struwelen, beemden, loofbossen en blauwgraslanden.

De meeste vennen in dit natuurgebied ontstonden na de laatste ijstijd. Ijzige poolwinden bliezen zand op tot heuveltjes, die nu nog goed te zien zijn in het bos. Achter de heuvels vulden de uitgewaaide kommen zich met regenwater en zo ontstonden tientallen vennen. Een leemlaag in de bodem zorgt ervoor dat het water niet wegzakt. Een uitzondering is het Kolkven, dat door het kolkende water van een oude rivier is ontstaan.

Andere vennen herinneren aan hun vroegere gebruiksfunctie, zoals de Brouwkuip, waar bierbrouwers hun kuipen reinigden. Het Brandven dankt zijn naam aan het feit dat hier vroeger bluswater uitgehaald werd. Weer andere zijn vernoemd naar bekende families of personen, zoals het Speijckven en Van Esschenven.

Een prachtige pauzeplek is de Van Tienhovenbank aan de rand van het Van Esschenven. De bank staat er al sinds 1935 en is vernoemd naar Pieter van Tienhoven, natuurbeschermer van het eerste uur. Hij speelde een hoofdrol bij de aankoop van de Oisterwijkse Bossen en Vennen. Net op tijd; een projectontwikkelaar wilde het bos kappen en de vennen droogleggen om er een villapark te bouwen.

Route 5km: <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-vennenlusje-oisterwijk-110323-128029156>

Route 16km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-oisterwijk-180721-nemelaer-78522401>

Route 23km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-oisterwijkse-vennen-22km-250325-boschoord-206087197>

Boxtel: Kampina/Het Groene Woud.

Aansluitend liepen we in 2020 een route in en tussen Kampina en Het Groene Woud met zijn Leembossen. Een grote groene buffer van 35.000ha.

Route 15km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-boxtel-13092020-56766326>



Oisterwijk; vennen in overvloed

Loon op Zand/Udenhout.

De **Loonse en Drunense Duinen** is ruim 3.500 hectare groot. Door de poolwinden in de laatste ijstijd ontstonden in Brabant veel dikke pakketten zand. Het huidige natuurgebied De Loonse en Drunense Duinen ligt op zo'n hoge zandrug en hier vind je één van de meest uitgestrekte stuifzandgebieden van West-Europa.

Deze Brabantse Sahara heeft dertig vierkante kilometer stuifzand dat nog steeds vrij rond kan waaien!

De situatie is niet altijd zo geweest. Lange tijd was het zand namelijk met oerbossen bedekt, tot deze in de veertiende eeuw werden gekapt. Er kwamen uitgestrekte heidevelden voor in de plaats, waar boeren hun vee lieten grazen. Door overbegrazing en plaggen raakte de grond volledig uitgeput en verdween de heide. De wind kreeg weer vat op het zand. Dorpen en akkers kwamen onder het zand te liggen. De opmars van het stuifzand werd gekeerd door dwars op de windrichting bomenrijen te plaatsen.

Aansluitend aan de rand ligt **De Brand**, een bijzonder gebied met waterafhankelijke natuur in Udenhout / Biezenmortel. Het bestaat voornamelijk uit bos, grasland en moeras. Dit betekent dat het maar een beperkt deel van het jaar beloopbaar is zonder natte voeten te halen.

Richting Tilburg, maar toch in een oase van rust ligt **Huis ter Heide**. Het is een veelzijdig gebied met bos, heide en vennen. Huis ter Heide is een waar vogelparadijs waar je bijna zeker vogelspotters tegenkomt. Toen ik er een trof op mijn route kwam ik erachter dat ik bij het Galgenven tijdelijk niet rond kon lopen vanwege het broedseizoen.

Door het zeer hoge water van 2024/2025 is het 250 meter lange vlonderpad over het Moerven beschadigd en niet meer veilig. Als de omstandigheden goed zijn, wordt het vlonderpad weer gerepareerd. Verder tref je hier zo goed als zeker grote grazers die het gebied open moeten houden.



Voorjaarstrail met de voorlopers van Footprint in Loon op Zand

Route 12km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-guldenberg-giersbergen-220824-182045981>

Route 18km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-bos-en-duin-210824-rustende-jager-181935442>

Route 27km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-guldenbergroute-180324-helvoirt-164328810>

Route 14km: <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-huis-ter-heide-14km-260325-middelstraat-206196986>

Route 18km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-brand-kapucijnenberg-15-18km-240325-baron-206005420>



Bikkelen over de duinkammen bij Loon op Zand

Regio Oost-Brabant.

Maashorst Schaijk/Herpen/Vorstenbosch/Bedafse Bergen.

De **Maashorst** is een van de grootste aaneengesloten natuurgebieden van Noord-Brabant. De natuurkern bevat bossen en heidevelden, stuifduinen, vennen en oude dreven. De natuurkern wordt omgeven door een continue veranderend landschap en de kernen van de gemeenten Bernheze, Maashorst en Oss.

Elk met zijn eigen cultuur, historische schatten en unieke kenmerken zoals urnenvelden, wijstgronden, verwildering en aanwezigheid van grote grazers zoals paarden, taurossen en wisenten. Dat voorzichtigheid en afstand geboden wordt bij grote grazers bewijzen de feiten dat de wisenten voorlopig achter een draad blijven en dat in 2020 een 63-jarige man die te dicht een stier naderde op de hoorns werd genomen door een tauros en zware verwondingen opliep. Zelf heb ik meerdere keren bewust even gewacht met doorlopen of een omweg genomen; op die manier loop je geen gevaar en is het genieten van een groot gebied waar de natuur zijn gang gaat.



Herperduin is het noordelijke deel van De Maashorst. Het is ongeveer 400 hectare groot en heeft bossen, heidevelden, vennen en zandverstuivingen.

Vroeger was Herperduin een heide- en stuifzandgebied. Vanaf het einde van de 19e eeuw is het beplant met grove den om het stuifzand vast te leggen en mijnhout te leveren. Je vindt verschillende vennen in Herperduin, zoals het Groot Ganzenven. Dit dynamisch watergebied valt in drogere periodes compleet droog en vult zich in nattere periodes. De uitkijktoren geeft een prachtig uitzicht op het stuifzandgebied.



Wisent voorlopig nog achter afrastering



Uitkijk op Herperduin

Bij het plaatsje **Vorstenbosch** liep ik een trail langs het Sint Annabos in Uden langs de wijstgronden; hooggelegen, drassige gebieden waar grondwater als kwel omhoogkomt. Omdat breuken in de aardkorst een barrière vormen, stroomt het grondwater omhoog in plaats van omlaag. Dit zeldzame fenomeen is nergens in Europa zo goed zichtbaar als hier.

Om de trail wat langer te maken liep ik door langs een mooie beek de Leijgraaf en boog af naar de **Bedafse Bergen**.

Omdat de Maashorst hoger ligt dan de omgeving is het gebied droger dan de rest en daarom vestigden zich eeuwen geleden hier al mensen. Door de Middeleeuwse boeren werd veel hout gekapt waardoor uitgestrekte heidevelden ontstonden. Daarop lieten de boeren hun schapen grazen. Die aten de heidevelden zo kaal dat het zand bloot kwam te liggen. Door de wind begon dat te verstuiven. Het resultaat: de stuifduinen van Bedaf. Het is een pittig stukje om te lopen, met hoogteverschillen, maar bijzonder de moeite waard.



Route 6km: <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-maashorst-6km-250825-loo-228624063>

Route 22km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-maashorst-22km-260825-boshut-228760572>

Route 30km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-maashorst-trail-190923-boshut-147560281>

Route 15km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-herperduin-15km-270825-kriekeput-228921861>

Route 15km: <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-bedafse-bergen-rakt-15km-280825-schansweg-229054258>

Stiphout.

Nabij het dorp Stiphout liggen de Stiphoutse Bossen met de deelgebieden de **Papenvoortse Heide** en de **Geeneindse Heide**. De van oorsprong heidevelden en voormalige stuifzanden zijn in de jaren '20 van de vorige eeuw voornamelijk beplant als productiebos met grove den en diverse sparrensoorten. Inmiddels is het bosgebied omgevormd tot een aantrekkelijk wandelgebied met enkele heiderestanten en een aantal vennen. Als fervente 'ven-fan' spot ik 11 vennen op een relatief korte route die ik bij toeval liep toen ik hier in de buurt een paar 'wacht uurtjes' had.



Een van de vele vennetjes bij Stiphout

Route 10km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-vennekes-route-stiphout-170923-witven-147385393>

Vessem/Wintelre.

Ten westen van Wintelre en Eindhoven ligt de **Buikheide**. Een gebied met twee grote natuurlijke vennen: Groot- en Kleinmeer. Vanwege de bijzondere flora gelden de vennen als beschermd natuurmonument. Met zijn 19 hectare is het Grootmeer een van de grootste in Brabant. Er staat een uitkijktoren die je een mooi panorama biedt. Vervolgens wandel je de Buikheide op, een bosgebied dat ooit is aangelegd voor de houtkap. Je ziet hier naaldbomen en Amerikaanse eiken.

Onderweg trof ik er nog restanten van een grafheuvel uit de Bronstijd nabij de Vessemse dijk.

Route 16km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-buikheide-300924-bosschuur-186718438>



Grafheuvel op de Buikheide

Oirschot.

De **Oirschotse Heide** is een groot heide- en stuifzandgebied dat ook wordt gebruikt als militair oefenterrein. Toen ik er liep waren er dan ook volop oefeningen aan de gang. Overleg in dat geval ter plekke even waar je wel of niet mag komen.

De Oirschotse Heide stond vroeger ook wel bekend als `De Witte Bergen` en was een veel bezocht recreatiegebied dat werd vergeleken met de Loonse en Drunense Duinen.

Toch was er al vroeg een legerkamp, dat groter werd en steeds intensiever werd en wordt gebruikt.

Zoals op veel plaatsen vergrast de heide hier steeds meer.

Route 9km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-oirschotse-heide-011024-186824117>

Mierlo.

Tussen Geldrop en Mierlo ligt de **Molenheide**, een gebied dat vroeger bestond uit heide, maar door ontginning tegenwoordig uit bos bestaat. Wel zijn er nog enkele vennen behouden. Ik liep hier langs het Lisven en het Molenvan vanuit een vakantiewoning.

Route 8km: <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-molenheide-lisven-150424-wolfsven-167488028>

Heeze.

Het natuurgebied **Strabrechtse Heide** biedt veel. Van betoverende vennen en uitgestrekte heidevelden tot droge graslanden en vochtige moerassen. Een ware oase voor libellen en vlinders, en erg populair tijdens de bloei van de paarse heide. Het uitgestrekte natuurgebied staat bekend om de struik- en dopheide, maar heeft ook allerlei bijzondere plantensoorten en omliggende bossen. In totaal strekt het gebied zich uit over maar liefst 1.850 hectare.

Onderweg ontmoette ik een schaapsherder die met zijn kudde door de heide wandelde en me goedmoedig in liet sluiten. Verder nog runderen en pony's.

Het was er nat toen ik er liep en niet alle vlonders waren een verzekering voor droge voeten. Maar zeker de moeite waard om er nog eens terug te keren.

De route geeft een goed en afwisselend beeld van natuurgebieden als Strabrechtse Hei, Lange Bleek, Somerensche Hei en Herbertusbossen.

Hierin ook het grootste ven van NL - Beuven - maar ook Waschven, Grafven, Witven, Keelven en Bultven.

Route 20km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-strabrechtse-somerensche-hei-160424-de-plaetse-167559440>



Middenin de kudde



Strabrechtse Hei

Valkenswaard.

Het **Leenderbos** bestaat voor een groot deel uit naaldbomen.

Heide, vennen, stuifduintjes, kronkelpaden en boerderijtjes zorgen voor een steeds ander aanzicht.

Tot 1930 lag, waar nu het Leenderbos ligt, een uitgestrekt gebied met heide en zandverstuivingen. De heide was niet meer rendabel voor de landbouw.

Staatsbosbeheer kocht het aan en plantte in het kader van de werkverschaffing bossen aan. Het Leenderbos was een typisch productiebos met een opbrengst van 6000 kuub hout, maar recreatie en natuurwaarden zijn nu minstens zo belangrijk. Er lopen veel wandel-, fiets- en ruiterspaden.

Route 20km: <https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-leenderbos-20km-290425-achelse-kluis-211232257>

Deurnsche Peel/Mariapeel.

Tussen Brabant en Limburg liggen de natuurgebieden Deurnsche Peel & Mariapeel en Groote Peel. De gebieden kenmerken zich door waterrijke gebieden en restanten van een uitgestrekt hoogveenmoeras en heeft hierdoor een grote variatie aan planten en dieren.

In 2022 brandde hier 50ha af en toen ik er liep lagen er nog brandslangen langs de paden. Hierdoor ook niet mijn beoogde route kunnen lopen, dus dat wordt nog een keer op herhaling, want het gebied is de moeite waard om te bezoeken.

Route 15km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-mariapeel-031022-zwarte-plakweg-115266160>



Jong groen op verbrand land in de Peel

Boschhuizen/Geysteren.

Ook hier lopen we grotendeels door Limburg, maar ik vind het de moeite om deze trail toe te voegen.

Landgoed **Geijsteren** is een landgoed en natuurgebied van ongeveer 700 ha dat zich bevindt ten westen van het dorp Geijsteren in de provincie Limburg. De woningen op het landgoed zijn te herkennen aan hun zwart-witte luiken. Het gebied bestaat vooral uit naaldbossen. Bijzonder fraai is de bedding en de meanderende loop van de Oostrumse Beek.

In het gebied liggen enkele cultuurhistorische monumenten: De Willibrorduskapel uit omstreeks 1500. Bij de kapel bevindt zich een grenspaal en een eeuwenoude waterput. De grenspaal is in 1551 geplaatst om de grens tussen het Land van Cuijk en het Land van Kessel aan te geven. De Rosmolen is een watermolen op de Oostrumse Beek die zijn naam aan een nabijgelegen voormalige rosmolen te danken heeft.

Het landgoed bevindt zich ten oosten van het natuurgebied **Boshuizerbergen**.

Route 14km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-geysteren-14km-150525-dorp-213587112>



Willibrorduskapel



Rosmolen

Regio Noord-Brabant Noord/Oostwaardpad/Biesbosch.

Het **Oostwaardpad** is een wandelroute over boerenland in de Oostwaard aan de rand van Nationaal Park De Biesbosch. De route loopt langs en over akkers en kreken. Je wandelt, struint en vaart met een trekpontje over het watertje Bakkerskil.

De route over het Oostwaardpad brengt vooral rust. Wanneer je ontspannen wilt wandelen door een prachtig natuurgebied, dan moet je écht dit stukje van de Biesboschlinie gaan ontdekken.

Ik zag er een ree en veel watervogels, maar er schijnen ook bevers te zitten.

Houd er rekening mee dat de route bij veel regenval erg modderig kan zijn. Omdat je over boerenerven loopt, zijn honden op deze route niet toegestaan.
Het Griendwerkershuisje dat ik onderweg zag is een gratis overnachtingsplek (paalkamperen) zonder voorzieningen.



Griendwerkerswoning

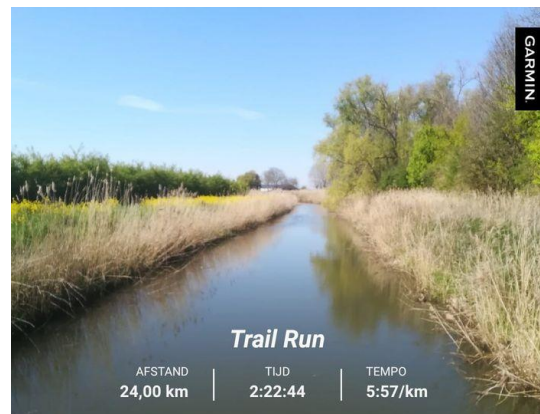
Omdat ik vooral liefhebber van de onverharde ondergrond ben, paste ik een tweede keer de route aan. Reken niet op mooie gladde bospaadjes, maar op meer hobbelige graspaden.

Route 19km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-oostwaard-100821-fort-bakkerskil-80586200>

Route 24km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-oostwaard-27042021-fort-bakkerskil-71627685>



Trekpontje



Watergangen en open akkers

Toegift: Geef me de vijf.

Het idee achter de route is om vijf natuurgebiedjes, bij mij in de buurt van Roosendaal, aan elkaar te koppelen via landwegen en zo weinig mogelijk verhard. Visdonk - Geboortebos - Buisse Hei - Pannenhoef - Rucphense Hei
Naar schatting 90% van de route is onverhard en wisselt af in brede zandpaden, bospaden, heide en vennen.

Route 46km: <https://nl.wikiloc.com/routes-berglopen/fp-geef-me-de-vijf-2024-rozenvendreef-168402230>

Toegift: Wandelvierdaagse Roosendaal – Lage Mierde.

Het idee voor de meerdaagse voettocht door Brabant ontstond nadat ik een aantal trails van 50 tot 60km gelopen had door West- en Midden-Brabant. Het leek me een leuke uitdaging om de natuurgebieden waardoor ik solo of met mijn trailrunning community 'Footprint' trailde, aan elkaar te plakken tot een lange route van +/- 120km, te lopen in meerdere dagen. Voor een uitgebreid verslag zie:

<https://www.footprinrunner.com/footprint-specials>

Roosendaal – Etten-Leur

<https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-brabant-voettocht-etappe-1-roosendaal-etten-leur-171700266>

Etten-Leur - Strijbeek

<https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/brabant-voettocht-2-definitief-175907930> of:

<https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-brabant-voettocht-2-etten-leur-strijbeek-zonder-vlonder-182887171>

Strijbeek - Goirle

<https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/brabant-trail-etappe-3-182982288>

Goirle – Lage Mierde

<https://nl.wikiloc.com/routes-wandelen/fp-brabant-voettocht-etappe-4-goirle-lage-mierde-193431769>



Start Roosendaal



Aankomst etappe 2 Strijbeek

Toegift: Wandel/fiets meerdaagse.

Ruim 200km fietsen door Brabant langs een aantal punten waar ik met Footprint in de loop der jaren een aantal social trails organiseerde.

Er zijn wat restauratiepunten aangegeven en zelf heb ik twee overnachtingen geregeld bij B&B Ome Jos in Diessen en B&B De Aanloop in Dongen.

Onderweg maakte ik wandelingen:

- Goirle, Regte Hei
- Udenhout, Loonse en Drunense Duinen
- Oisterwijkse vennen.

<https://nl.wikiloc.com/routes-fietstochten/fp-fietstoerke-brabant-3-etappes-203092302>



Het Grenspark ontwaakt

Cooling down

Footprint werd bedacht in 2016 n.a.v. mijn passie voor (hard)lopen in de natuur en de missie om dit aan anderen over te brengen.

Eind 2025 volgen bijna 900 leden onze community op Facebook en zijn er bijna 200 actieve volgers van de routes op o.a. Wikiloc waar zo'n 600 eigen routes te vinden zijn.

Jaarboeken en gidsen bereikten het aantal van 10.000 downloads en op Wordpress werden alle verslagen 13.000 keer gelezen door 6800 bezoekers.

Zo kan het lopen dus

Website <https://www.footprinrunner.com/>

Facebook <https://www.facebook.com/groups/1597130320603530>

Wordpress <https://trailer2327.wordpress.com/>

Wikiloc <https://nl.wikiloc.com/wikiloc/user.do?id=6304340>



Tot op de paadjes