

# INHALT

Tourenüberblick .....	4
Wander dich glücklich! .....	6
Entspannt wandern in der Fränkischen Schweiz .....	8

## UM NÜRNBERG .....

14

1 VERTRÄUMTE KALCHREUTHER RUNDWEGE .....	16
Streuobstwiesen und Minischluchten im Wald	
2 DURCH DAS NATURSCHUTZGEBIET HAINBERG .....	20
Eine Oase mitten im Stadtgebiet	
3 TIERGARTEN, SCHMAUSENBÜCK UND VALZNERWEIHER .....	26
Waldwanderung zu zwei Wahrzeichen	

## HERSBRUCKER SCHWEIZ UND NÜRNBERGER LAND .....

34

4 MÄRCHENHAFTE SCHWARZACHKLAMM .....	36
Klammwanderung mit Rückweg am Alten Kanal	
5 SOPHIENQUELLE, SCHWARZACHTAL UND TEUFELSKIRCHE .....	42
Natur- und Baudenkmäler im Altdorfer Land	
6 ENTSPANNTE RUNDE DURCH DIE RÖTHENBACHKLAMM .....	48
Streifzug durch eine versteckte Schlucht	
7 DAS VERGESSENE ROHRENSTÄDTER TÄLCHEN .....	54
Unscheinbares Juwel im Oberpfälzer Jura	
8 VON DER CLARAMÜHLE INS SCHOTTENTAL .....	60
Die abgelegene südliche Hersbrucker Alb	
9 GEHEIMTIPP IDYLLISCHES MOLSBERGER TAL .....	64
Durch ein verstecktes Naturschutzgebiet	
10 SAGENUMWOBENE HOUBIRG UND HOHLER FELS .....	68
Keltenwall hoch über dem Happurger Stausee	
11 WASSERSPIELE IM STILLEN WALD .....	74
Ein klingender Wasserfall unter hohen Bäumen	
12 ZUR FESTE ROTHENBERG UND ZUM GLATZENSTEIN .....	78
Der Klassiker im Nürnberger Land	
13 VON DER HARNBACHMÜHLE ZUR BURG HOHENSTEIN .....	86
Auf den höchsten Punkt im Nürnberger Land	
14 PEGNITZ-, KIPFEN- UND ANKATAL .....	92
Dreitälerrunde an der Pegnitz	

<b>FRÄNKISCHE SCHWEIZ</b> .....	<b>96</b>
15 DER ABENTEUERLICHE EIBGRAT .....	98
Kurzweilige Felsturnerei im schattigen Wald	
16 BURGRUINEN WILDENFELS UND STIERBERG .....	104
Stille Wälder, Felsen und uralte Gemäuer	
17 EINE KLARE QUELLE MIT KALKTUFFTERRASSEN .....	108
Der Lillach-Ursprung bei Weißenöhe	
18 VON EGGLOFSTEIN ZU DEN DREI ZINNEN .....	112
Um das schöne Trubachtal	
19 WALBERLA UND RODENSTEIN .....	120
Hinauf zur Ehrenbürg	
20 GÖSSWEINSTEIN, TÜCHERSFELD UND BÄRENSCHLUCHT .....	126
Im Herzen der Fränkischen Schweiz	
21 POTTENSTEIN UND PÜTLACHTAL .....	134
Rund um das Felsenstädtchen	
22 RUINE NEIDECK UND DRUIDENHAIN .....	138
Stolze Burgruine und mystischer Kraftplatz	
23 STREITBERGER PANORAMARUNDE .....	144
Die schönsten Ausblicke der »Fränkischen«	
24 DURCHS AUFSSESSTAL NACH DRAISENDORF .....	150
Idyllische Talwanderung mit Höhlenbesuch	
25 EINE TRAUMRUNDE IM OBEREN LEINLEITERTAL .....	156
Von Tummeln, Vulkanen und tiefen Tälern	
<b>DIE GEGEND UM BAMBERG UND DAS OBERMAINLAND</b> .....	<b>160</b>
26 GENUSS IM KLEINZIEGENFELDER TAL .....	162
Traumhafte Talrunde in der Weismain-Alb	
27 ZWEI WAHRZEICHEN BEI SCHESSLITZ .....	166
Giechburg und Wallfahrtskirche Gügel	
28 HOHE METZE UND STEINERNE RINNE .....	172
Waldreicher Ausflug zu einem Naturdenkmal	
29 KREUZBERG UND MAINWIESEN BEI HALLSTADT .....	176
Prozessionsweg, Bierkeller und Flussaue	
30 STAFFELBERG UND VIERZEHNHEILIGEN .....	182
Natur-, Kultur- und Siedlungsgeschichte	
Register .....	188
Impressum .....	192