

- 2** Dein Überblick – alle Touren in einer Karte verortet
- 6** Deine Augenblicke – die Essenz, die Touren
- 16** Moderne Seilschaft – die Autoren, mit denen du aufbrichst
- 18** Deine Verantwortung – respektiere die Natur
- 20** Deinen Augenblick festhalten – fotografieren im Freien
- 24** Deine Fränkische Schweiz – Landschaft, Geschichte, Infos
- 26** Deine Touren – Beschreibungen Schritt für Schritt

Dreigestirntour rund um Bad Staffelstein

Gleich drei fantastische Ausflugsziele stehen im „Gottesgarten am Obermain“: Kloster Banz, die Wallfahrtskirche Vierzehnheiligen und das Hochplateau des Staffelbergs. **Seite 28**

Auf den Veitsberg

Prächtig ist der Blick von der barocken Han-kirche hinauf zum Veitsberg, dem Hausberg von Markt Ebensfeld und zur Kapelle St. Veit. Und oben der Blick zum heiligen Berg der Franken. **Seite 34**

Durchs Paradiestal

Paradiesische Natur, ruhig, idyllisch: So lässt sich die Tallandschaft mit Wiese, Wald und schroffen Kletterfelsen, aber ohne Fluss oder Bächlein eindrucksvoll beschreiben.

Seite 52

Kainachtal und Kaiserbachtal

Als eines der wenigen Täler der Fränkischen Schweiz sind das Kainach- und Kaiserbachtal nicht durch Straßen erschlossen und bieten uns ein ungestörtes Naturerlebnis. Das Richtige für Genusswanderer. **Seite 58**

Über den Görauer Anger ins Bärental

Die rund fünf Kilometer weite Aussicht vom Görauer Anger ins Obere Maintal macht uns neugierig aufs Bärental, einem Eldorado für Sportkletterer mit Felstürmen. **Seite 40**

Ins Kleinziegenfelder Tal

Weismain, das „Tor zur Fränkischen Alb“ liegt vor einem der bekanntesten Klettergebiete in der Fränkischen Alb. Gönnen wir uns etwas typisch Fränkisches: Fränkische Bratwurst und ein Zwickelbier. **Seite 46**

Jean-Paul-Weg

Ein Wanderweg zu Ehren des Dichters Jean Paul, der die meiste Zeit seines Lebens in Oberfranken verbrachte. Auf unserem Weg finden wir Stationstafeln mit Texten und Aphorismen zu Jean Paul. **Seite 64**

Kreuzstein und Heroldsstein

Über Jahrmillionen schuf die Erde im Fränkischen Jura einzigartige Naturschönheiten wie das Leinleitertal, das nun unser „Wanderführer“ ist. **Seite 72**

Hummerstein und Leidingshofer Tal

Zwei Burgen wachten einst über das Wiesenttal und tief im Juragestein der Binghöhle bildeten sich in Jahrmillionen fantastisch kristallin glitzernde Tropfsteine. **Seite 78**

Rund um Burg Rabeneck

Das Aufseßtal gilt als eines der schönsten Wanderziele in der Fränkischen Schweiz. Schöne Einkehrmöglichkeiten, zwei romanische Burgen über dem Wiesenttal tun ein Übriges. **Seite 84**

Burg Rabenstein

Mitten in der Fränkischen Schweiz fließt der Ailsbach tief eingeschnitten durch ein mit Felsen bewehrtes Tal. Die Natur schuf einzigartige Höhlen und der Mensch prächtige Burgen. **Seite 90**

Zur Weißen Marter

Viele Wallfahrten zum Dreifaltigkeitswallfahrtsort Gößweinstein ziehen an der Weißen Marter vorbei und machen dort Station. Von hier ist die Wallfahrtsbasilika in Gößweinstein zu sehen. **Seite 96**

Auf dem Heinrich-Uhl-Weg nach Muggendorf

Ein ganzes Höhlensystem und Felskolosse mitten im mystischen Wald mit weiten Aussichten zieren den Bergrücken über dem Wiesenttal. **Seite 102**

Ruine Neideck

Immer wieder neue Perspektiven erwarten uns am Wahrzeichen der Fränkischen Schweiz, der Burgruine Neideck auf einem Felssporn oberhalb der Wiesentschleife bei Streitberg.

Seite 108

Zum Druidenstein

Ein wunderbarer Ort um ihn im Sommer bei Sonnenaufgang zu besuchen und hoch über Ebermannstadt in die herrliche Fränkische Schweiz zu schauen. **Seite 116**

Sankt-Nikolaus-Kapelle und Rettern Kanzel

Zwei wunderschöne Aussichtspunkte vom Rand der Hochebene Lange Meile zum Gipfelplateau der Walberla. An schönen Sommernächten sind wir den Sternen zum Greifen nahe. **Seite 122**

Durchs Trubachtal

Das obere Trubachtal ist ein Kletterparadies von einzigartiger Schönheit. Routen, wie „Stonelove“ oder „Magnet“ am 20 Meter hohen Richard-Wagner-Felsen fordern auch die „Extremen“.

Seite 128

Walberlarunde

Das Walberla, hoch über dem Wiesental, war einst ein Machtzentrum der Kelten umgeben von mächtigen Wehrmauern. Ein mystisch schöner Ort bei Sonnenuntergang und Sonnenaufgang.

Seite 134

Moritzbrunnen und Kasberger Linde

Der Moritzbrunnen, so die Erzählungen, ist ein Orakelbrünnlein, welches die Zukunft voraussagen kann. Glauben wir es und begeben uns auf die Wanderung abseits vom großen Touristenstrom. **Seite 140**

Von Egloffstein zum Wildpark Hundshaupten

Die Familie von Pölnitz schenkte dem Landkreis Forchheim das Gelände gegenüber ihrem Schloss Hundshaupten. Der machte daraus den herrlichen Tierpark. **Seite 146**

Höhlenrunde um Plech

Märchenhafte, geheimnisvolle Höhlen neben eindrucksvollen Kletterfelsen am Rande des Veldensteiner Forstes, das macht den Plecher Höhlenweg aus. **Seite 164**

Maximiliansgrotte

In der bizarren Karstlandschaft heißen die Hotspots Maximiliansgrotte und Steinerne Stadt, mit dem größten Tropfstein Deutschlands und den kolossalnen Steinernen Brüdern. **Seite 170**

Das Klumpertal

Tief eingeschnittene, von hohen Felsen gesäumte romantische Täler gehören zum besonderen landschaftlichen Reiz der Fränkischen Schweiz. Eines der schönsten ist das Klumpertal. **Seite 152**

Vom Teufelstisch zur Lillachquelle

Aus einem Fels sprudelt die Lillach ans Tageslicht und fließt über viele kleine Kalkstufen nach Weißenohe. Spannende Geschichten erzählt man sich vom Teufelstisch. **Seite 158**

Auf dem Eibgrat

Der Kammweg ist ein Highlight der südöstlichen Fränkischen Schweiz; nicht ganz einfach zu begehen, aber er ist jeden der 1.500 Meter wert.

Seite 176

Pegnitztal und Burg Hohenstein

Steile Felsen, Mäander und eine wunderschöne Eisenbahnstrecke. Mitunter scheint nicht genug Platz zu sein für Straße, Fluss und Bahn im wildromantischen Tal der Pegnitz.

Seite 182

„Noris-Törle“

Super schöne Felsformationen erwarten uns am Rutschen. Über den Höhenglück-Gipfel führen Waldfäde zum „Noris-Törle“, das Tor in einem riesigen Felsblock. **Seite 188**

Molsberger Linde

Am Naturschutzgebiet Oberes Molsbergtal, wo „tausend“ Bäche aus ihren Quellen plätschern, steht die mächtige Molsburger Linde. Und der Bach fließt über Kalktuffterrassen durchs enge Tal **Seite 200**

Archäologischer Rundweg auf den Glatzenstein

Hoch hinaus geht's zur traumhaften Aussicht auf den Glatzenstein und dabei tief in die Geschichte der keltischen Kultur der Hallstattzeit im Nürnberger Land. **Seite 206**

Houburg

Die Happurger erzählen von der „Götterburg“, wenn sie die Houburg meinen. Ein keltisches Oppidum mit spektakulären Blicken zum Stausee im Happurger Tal. **Seite 194**