

# INHALTSVERZEICHNIS

## Deine Touren

**Vorwort Seite 2**

**Tourenfinder Seite 10**

**Alles, was du wissen musst  
für deine Tour! Seite 12**

**Highlights Seite 16**

**Wissenswert**

**Naturpark Altmühltal**

**Seite 24**

**3 Im Spalter Hopfenland**  
Natur trifft auf Kultur  
**Seite 26**

**4 Die Buchleite bei  
Markt Berolzheim**  
Streuobstwiesen und  
»Sieben Linden«  
**Seite 30**

**Wissenswert**

**Geologie und Leben im Altmühltal**

**Seite 34**

## Wanderparadies Franken

**1 Rund um den Hesselberg**  
Weite über Wassertrüdingen und  
Wörnitz  
**Seite 20**

**2 Um den Altmühlsee**  
Badefreuden im Vogelparadies  
**Seite 22**

**5 Rund um den Nagelberg**  
Mittelalterliche Technik-Visionen  
**Seite 36**

**6 Bei den »Zwölf Aposteln«**  
Traumweg über Solnhofen  
**Seite 40**

**7 Im Naturpark Altmühltal**  
Von Dollnstein nach Eichstätt  
**Seite 44**

**8** **Durch das Anlautertal**  
Variation des Ritter- und Römerwegs  
**Seite 46**

**9** **Von Kinding zum Langfelsen**  
Drei Burgruinen und jede Menge  
Aussicht  
**Seite 50**

**10** **Von Thalmässing ins  
Keltendorf**  
Premiumweg über die Jurahöhen  
**Seite 54**

**Wissenswert**  
Odenwald, Spessart und Rhön  
**Seite 58**

**11** **Heidelstein und Rotes Moor**  
Grenzüberschreitend durch  
die Rhön  
**Seite 60**

**12** **Zum Steinbruch von  
Oberelsbach**  
Naturdenkmal »Steinernes Haus«  
**Seite 64**

## *Touren am Wasser*

Altmühlsee  
**SEITE 22**

Entlang der Altmühl  
**SEITE 44**

Geheimnisvoller Basaltsee  
**SEITE 64**

Vom Kurpark an die Saale  
**SEITE 72**

**13** **Auf den Kreuzberg**  
Wallfahrt, Wirtshaus und  
weite Sicht  
**Seite 66**

**Wissenswert**  
Das Maskottchen der Rhön  
**Seite 70**

**14** **Bad Kissingen an der Saale**  
Belle Époque, Gradierwerk und  
Kurpark  
**Seite 72**



**15** Von Hammelburg auf den Ofenthaler Berg  
Das Rätsel der geheimnisvollen Figuren  
**Seite 74**

**16** Der Kulturweg von Heigenbrücken  
Sandsteininformationen im Spessart  
**Seite 78**

**17** Von Kleinheubach über Kloster Engelberg  
Unterwegs ins malerische Miltenberg  
**Seite 80**

**18** Die Heunesäulen bei Miltenberg  
Mystisches Kulturdenkmal  
**Seite 84**

**Wissenswert**  
Naturparke Haßberge, Steigerwald, Frankenhöhe  
**Seite 86**

**19** Rund um Zell am Ebersberg  
Schlangenweg zum Schlossberg  
**Seite 88**

**20** Von Haßfurt nach Zeil am Main  
Zwischen Ritterkapelle und Hexenturm  
**Seite 92**

**21** Von Hallstadt nach Baunach  
Zwischen Kapellen und Kellern  
**Seite 98**

**22** Von Volkach über die Mainschleife  
Weinseligkeit und Weitsicht  
**Seite 102**

**Wissenswert**  
Das Fränkische Weinland  
**Seite 106**

**23** Von Füttersee nach Ilmenau  
Ruhige Wege im Steigerwald  
**Seite 108**

**24** Genusswelten am  
Schwanberg  
Weinstadt Iphofen  
**Seite 112**

**25** Uehlfelder Storchenweg  
Das Lieblingsdorf von  
Meister Adebar  
**Seite 116**

**26** »Oasen der Sinne«  
bei Münchsteinach  
Auf dem Natur- und Kunstweg  
**Seite 118**

**27** Altmühlquelle und Wildbad  
An der europäischen Wasserscheide  
**Seite 122**

**28** Zu den Rothenburger Mühlen  
Unterwegs im lieblichen Taubertal  
**Seite 126**

**29** Rund um Schillingsfürst  
Folge dem Steinpilz ...  
**Seite 130**

**30** Rund um Feuchtwangen  
Von der Stadt raus aufs Land  
**Seite 132**

**Wissenswert**  
Frankenwald und Fichtelgebirge  
**Seite 136**



**31** Auf den Staffelberg  
Wallfahrtsort und mystischer  
Kultplatz  
**Seite 138**

**32** Durch die Steinachklamm  
Von Stadtsteinach ins Steinachtal  
**Seite 142**

**33** Rund um Kupferberg  
Erze im südlichen Frankenwald  
**Seite 146**

*Sehenswürdigkeiten  
an der Strecke*

Kurort und Felsformationen  
**SEITE 164**

Kultplatz Walberla  
**SEITE 184**

Barocke Pracht  
**SEITE 198**

**Wissenswert**

Die Fränkische Schweiz

Seite **172**

**38** Von Scheßlitz auf den Gügel  
Wallfahrtskirche und Burggasthaus  
**Seite 174**

**39** Durch das Tal der Kainach  
Kurat-Hollfelder-Gedächtnisweg  
**Seite 178**

**Wissenswert**

Das Grüne Band

Seite **154**

**34** Im Höllental bei Lichtenberg  
Heilsames Wasser aus der Tiefe  
**Seite 156**

**35** Von Kirchenlamitz  
nach Marktleuthen  
In den Granitbergen  
**Seite 160**

**36** Von Wunsiedel  
nach Bad Alexandersbad  
Aufstieg zur Luisenburg  
**Seite 164**

**37** Auf den Ochsenkopf  
Zur Quelle des weißen Mains  
**Seite 168**

**40** Einsame Wege bei  
Weilerbach  
Von der Vexierkapelle auf die  
Retterner Kanzel  
**Seite 180**

**41** Auf das Walberla  
Von der Keltenburg zur  
Wallfahrtskirche  
**Seite 184**

**42** Auf den Schlossberg  
bei Egloffstein  
Glücksmomente in schönster Natur  
**Seite 188**

**Wissenswert**  
Die Burgen der Fränkischen Schweiz  
**Seite 192**

**43** Durch das zauberhafte  
Trubachtal  
Von Mühle zu Mühle  
**Seite 194**

**44** Von Gößweinstein nach  
Allersdorf  
Durch die Wälder des Jura  
**Seite 198**

**45** Im Pottensteiner Püttlachtal  
Von der Burg zur Himmelsleiter  
**Seite 202**

**46** Der Ahorntaler  
Promenadenweg  
Höhlen, Felsen und eine Burg  
**Seite 206**

**47** Im Veldensteiner Forst  
Plecher Höhlenromantik  
**Seite 210**

**48** Zur Burg Hohenstein  
Immer wieder sonntags ...  
**Seite 212**

**49** Karstkundlicher Weg  
bei Neuhaus  
Die Welt der Höhlen und Grotten  
**Seite 214**

**50** Durch die Schwarzach-  
klamm  
Wunderwerke der Natur  
**Seite 218**



**Register Seite 222**

**Impressum Seite 224**