

■ Wandern in der Fränkischen Schweiz

- Wetter und Wandersaison ► 8 ■ Stein- und Felskunde für Wanderer ► 9 ■ Pflanzen- und Tierwelt ► 14 ■ Ausrüstung und Verpflegung ► 17 ■ Tourplanung und -durchführung ► 19 ■

■ Südwesten und Westen

- | | | |
|-------------|---|------|
| Tour 1 ** | Von Heroldsberg über die Teufelsbadstube nach Kalchreuth
Länge: 8,4 km ■ Gehzeit: 2:05 Std. ■ | ► 26 |
| Tour 2 *** | Von Simmelsdorf zum Alb-Rand bei Lillinghof und hinunter nach Igendorf
Länge: 11,3 km ■ Gehzeit: 2:50 Std. ■ | ► 31 |
| Tour 3 ** | Der kleine Bogen von Weißenohe über die Lillachquelle nach Gräfenberg
Länge: 8,7 km ■ Gehzeit: 2:10 Std. ■ | ► 38 |
| Tour 4 *** | Der große Bogen von Gräfenberg nach Weißenohe
Länge: 14,2 km ■ Gehzeit: 3:35 Std. ■ | ► 44 |
| Tour 5 ** | Knackige kleine Runde von Effeltrich über den Hetzleser Berg
Länge: 8,1 km ■ Gehzeit: 2:00 Std. ■ | ► 50 |
| Tour 6 **** | Große Runde von Forchheim auf die Lange Meile
Länge: 22,1 km ■ Gehzeit: 5:00 Std. ■ | ► 56 |
| Tour 7 * | Kleine Weilersbach-Runde über Lange Meile und Vexierkapelle
Länge: 9,3 km ■ Gehzeit: 2:25 Std. ■ | ► 63 |

■ Mitte

- | | | |
|--------------|--|------|
| Tour 8 * | Die kleine Pretzfelder Vergänglichkeitsrunde
Länge: 6,3 km □ Gehzeit: 1:45 Std. | ► 68 |
| Tour 9 *** | Runde von Wannbach hinauf nach Wichsenstein
Länge: 12,2 km □ Gehzeit: 3:25 Std. □ | ► 74 |
| Tour 10 ** | Appetitliche Runde ab Hundshaupten über Hetzeldorf und Unterzaunsbach
Länge: 10,9 km □ Gehzeit: 2:30 Std. | ► 80 |
| Tour 11 **** | Von Egloffstein im langen Anstieg auf den Walberla-Rücken
Länge: 15,1 km □ Gehzeit: 4:15 Std. □ | ► 85 |
| Tour 12 ** | Von Egloffstein nach Gräfenberg, ganz kulinarisch
Länge: 12 km □ Gehzeit: 3:10 Std. □ | ► 92 |
| Tour 13 ** | Rundtour von Egloffstein zur Schlehenmühle
Länge: 9,2 km □ Gehzeit: 2:25 Std. | ► 99 |

■ Norden

- | | | |
|------------|---|-------|
| Tour 14 ** | Der Achter über dem Wiesent-Tal: Burggaillenreuth, keltischer Ringwall und Druidenhain
Länge: 10,1 km ■ Gehzeit: 2:40 Std. | ► 104 |
|------------|---|-------|

Tour 15 *	Die Kleine Runde bei Streitberg auf die Burg Neideck Länge: 3,2 km ■ Gehzeit: 1:15 Std. ■	► 110
Tour 16 **	Von Muggendorf hinüber nach Streitberg Länge: 7,5 km ■ Gehzeit: 2:10 Std. ■	► 114
Tour 17 ****	Die Riesenrunde von Muggendorf Länge: 16,3 km ■ Gehzeit: 5:10 Std. ■	► 120
Tour 18 **	Die Südrunde von Heiligenstadt ins Leidingshofer Tal Länge: 13,6 km ■ Gehzeit: 3:45 Std. ■	► 129
Tour 19 **	Die Burg-und-Basalt-Runde im Norden von Heiligenstadt Länge: 12,9 km ■ Gehzeit: 2:50 Std. ■	► 137
Tour 20 ***	Die Runde von Heiligenstadt hinüber nach Aufseß Länge: 16,7 km ■ Gehzeit: 3:55 Std. ■	► 144
Tour 21 ****	Die große Runde von Waischenfeld ins Aufseßtal Länge: 18,5 km ■ Gehzeit: 4:40 Std. ■	► 150
Tour 22 *	Vom Ailsbachtal Richtung Waischenfeld und über Burg Rabenstein zurück Länge: 9,3 km ■ Gehzeit: 2:15 Std. ■	► 156
Tour 23 *	Kleine Wiesent-Tal-Runde um Burg Rabeneck Länge: 6,6 km ■ Gehzeit: 1:50 Std. ■	► 162

■ Nordosten

Tour 24 **	Runde von Behringersmühle durchs Ailsbachtal und über den Schweigelberg zurück Länge: 11 km ■ Gehzeit: 3:05 Std. ■	► 168
Tour 25 **	Kleine Runde von Gößweinstein ins Püttlachatal Länge: 6,4 km ■ Gehzeit: 1:45 Std. ■	► 174
Tour 26 ****	Ziemlich große Runde von Pottenstein über die Hohenmirsberger Platte Länge: 20 km ■ Gehzeit: 4:50 Std. ■	► 178
Tour 27 *	Kleine Runde von Pottenstein über das Bergwachtkreuz Länge: 4,2 km ■ Gehzeit: 1:10 Std. ■	► 184
Tour 28 **	Die Runde von Pottenstein übers Große Hasenloch nach Elbersberg Länge: 8,9 km ■ Gehzeit: 2:30 Std. ■	► 188
Tour 29 *	Kleine Runde von Pottenstein über die Teufelshöhle ins Klumpertal Länge: 6,9 km ■ Gehzeit: 2:00 Std. ■	► 193

■ Südosten

Tour 30 **	Die Runde von Obertrubach zur Burgruine Leienfels Länge: 8,2 km ■ Gehzeit: 2:00 Std. ■	► 198
Tour 31 *	Ganz kleine Runde, ganz hoch über Hiltpoltstein Länge: 5,3 km ■ Gehzeit: 1:35 Std. ■	► 202
Tour 32 *	Die Stierberger Abenteuerrunde ab Betzenstein Länge: 6,1 km ■ Gehzeit: 1:35 Std. ■	► 206

- Tour 33 *** Die Eibgratrunde ab Betzenstein
Länge: 13,8 km ■ Gehzeit: 4:30 Std. ► 210
- Tour 34 ** Die Waldrunde zwischen Plech und Hufeisen
Länge: 13,8 km ■ Gehzeit: 3:20 Std. ► 215
- Tour 35 *** Die Feucht-und-sonnig-Runde durch
den Veldensteiner Forst ab Neuhaus
Länge: 17 km ■ Gehzeit: 4:05 Std. ► 221

■ Register ► 226