

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	<b>11</b>
----------------	-----------

<b>Einleitung</b>	<b>12</b>
-------------------	-----------

## DIE TOUREN

<b>Touren nördlich der Wiesent</b>	<b>18</b>
------------------------------------	-----------

1	Zum keltischen Oppidium Von Bad Staffelstein zum Staffelberg	● 3.15 Std.	20
2	Ein Garten »ohnegleichen« Spaziergang im Felsengarten Sanspareil	● 1.00 Std.	24
3	Am Hollfelder Gedächtnisweg Durch das Kainachtal	● 4.00 Std.	26

4	Zu Gast bei den Stauffenbergern Zur Burg Greifenstein	● 4.00 Std.	30
5	Im idyllischen Tal zur Leinleiterquelle Vom Kreuzstein zur Heroldsmühle	● 3.30 Std.	34
6	Blütenmeere im Leidingshofer Tal Unterwegs im Werrtal	● 4.45 Std.	38
7	Melancholie im Paradies Zum Totenstein	● 2.45 Std.	42
8	Venusgrotte und Muschelquelle Von Streitberg zur Binghöhle	● 2.30 Std.	44

9	Zum geheimnisvollen Schwingbogen Durch das Lange Tal	● 2.45 Std.	48
10	Riesenburg und Quakenschlösschen Höhlentour bei der Riesenburg	● 4.45 Std.	50

11	Die Schlüsselberger von Burg Rabeneck Vom »Steinernen Beutel« ins Wiesenttal	● 3.15 Std.	54
12	Prachtvolle Sophienhöhle Zur Burg Rabenstein	● 3.00 Std.	58
<b>Touren zwischen Pegnitz und Püttlach</b>			<b>62</b>
13	Auf Felsen gebaut Durchs Püttlachtal nach Tüchersfeld	● 5.00 Std.	64
14	Goliath und Barbarossa in der Teufelshöhle Von Pottenstein durchs Klumpertal	● 3.00 Std.	68
15	Auf den Spuren der heiligen Elisabeth Kleiner Stadtrundgang durch Pottenstein	● 2.00 Std.	72
16	Auf Kapellentour Über dem Weiherbachstal	● 3.00 Std.	74
17	Gott so nah Der Andachtsweg bei Kühlenfels	● 2.00 Std.	78
18	Schönster Bildstock der »Fränkischen« Zur Weißen Marter	● 3.30 Std.	82
19	Das »Dach« der Fränkischen Schweiz Von Pegnitz zum Kleinen Kulm	● 3.30 Std.	86
20	Märchenhafte Felsen und Grotten Der Karstkundliche Lehrpfad bei Neuhaus	● 4.00 Std.	90

	<b>Touren südlich der Wiesent</b>		<b>94</b>
21	Zum »Klingloch« Wanderung zur Esperhöhle	● 3.15 Std.	<b>96</b>
22	Mystischer Druidenhain Über die Höhen von Ebermannstadt	● 5.15 Std.	<b>100</b>
23	Zum aussichtsreichen Druidenstein Ins Naturschutzgebiet Langer Berg	● 2.00 Std.	<b>104</b>
24	Burg Feuerstein und Rote Marter Um das Eschlipper Tal	● 4.00 Std.	<b>106</b>
25	Unter blühenden Kirschbäumen Auf dem Kirschenweg	● 2.30 Std.	<b>110</b>
26	Wo einst die Hexen tanzten Zum berühmten Walberla	● 2.30 Std.	<b>114</b>
27	Kleinod unter den fränkischen Tälern Durchs Gründleinstal zum Signalstein	● 3.15 Std.	<b>118</b>
28	Rätselhafter Altarstein Zum Schlossberg im Markgräflichen Wald	● 3.15 Std.	<b>122</b>
29	Ein altes Falschmünzernest Zur Burgruine Leienfels	● 4.00 Std.	<b>126</b>
30	Klauskirche und Hexentor Zur Burgruine Stierberg	● 2.30 Std.	<b>130</b>
31	Obstgärten und Hüllweiher Rund um Hiltpoltstein	● 2.30 Std.	<b>134</b>
32	Die malerischen Sinterstufen der Lillach Zur Lillachquelle	● 3.15 Std.	<b>138</b>

33	Bier, Bier und nochmals Bier Auf dem Fünf-Seidla-Steig	● 4.00 Std.	142
34	Die Tanzlinde von Effeltrich Wanderung am Hetzleser Berg	● 2.30 Std.	146
35	Über Stock und Stein Auf dem Frankenweg	● 35.00 Std.	150

<b>Bruckmanns Tourenfinder</b>	<b>154</b>
--------------------------------	------------

<b>P.S.</b>	<b>156</b>
-------------	------------

<b>Register</b>	<b>157</b>
-----------------	------------

<b>Impressum</b>	<b>160</b>
------------------	------------