

Inhalt

1 Ich wollt', mir wüchsen Flügel Von Lichtenfels nach Zapfendorf	9
2 Die unheimliche Hauptstadt des Bieres Spaziergang durch Bamberg	16
3 Ein viel zitiert Klassiker Brauereiwanderung rund um Unteraufseß	28
4 Gärten ohne Gleichen Autotour zu den Barockgärten in Oberfranken	33
5 Kurven-Reich Motorradtour ins Herz der Fränkischen Schweiz	40
6 Zum Davonfliegen Radtour und Wanderung zum Flugplatz Feuerstein	45
7 Einmal Polsterklasse, bitte! Nostalgische Fahrt mit der Dampfbahn Fränkische Schweiz	50
8 Wo Fuchs und Hase »Guten Tag« sagen Erkundung des Natur- und Wildparks Hundshaupten	58
9 Beste Medizin: Hofmannstropfen und frische Luft Durch das romantische Todtsfeldtal	62
10 Über 10 000 Osterreier Rundwanderung von Egloffstein zum Rekord-Osterbrunnen	68
11 So weit die Füße tragen Von Pegnitz über den Kleinen Kulm und Hollenberg	75
12 Mit allen Wassern gewaschen Kanutour auf der Pegnitz	82

13	Karstkunde und Brauereikommune Anspruchsvolle Tour rund um Neuhaus/Pegnitz	87
14	Speisen wie Gott in Franken Spaziergang durch die Altstadt von Hersbruck	92
15	Und ewig singen die Wälder Leichte Wanderung rund um Hartenstein	98
16	Jungfer in Nöten Rundwanderung von Ellenbach zum Arzbergturm	104
17	Freiheit, Gleichheit, Gemütlichkeit! Von Kelheim nach Weltenburg und zurück	109
18	Eine Welt aus Stein Tageswanderung auf dem Altmühltaler Panoramaweg	115
19	Am Rande des Imperiums Auf dem Limes-Radweg von Ellingen nach Weißenburg	121
20	Mühlenzauber Rundwanderung zu den Mühlen bei Hilpoltstein	127
21	Segel setzen, Leinen los! Schnuppersegeln am Brombachsee	132
22	Canyoning für Anfänger Zur Massendorfer Schlucht und zum Müllersloch	138
23	Über Stock und Druidenstein Von Burg Abenberg nach Mäbenberg	144
24	Romantische Römer Eine Radwanderung am Limes entlang	150
25	Rittertum und Minnesang Kleine Radtour von Speckheim nach Wolframs-Eschenbach	156

26 Von Sinneslust und Salbeitee Radtour von Herrieden nach Aurach und zurück	162
27 Auf Kaspars Wegen Der rätselhafte Findling Kaspar Hauser in Ansbach	168
28 Spuren der Hohenzollern Das Heilsbronner Münster und die Residenz in Ansbach	177
29 Träume vom Fliegen Radtour von Dombühl über Schillingsfürst nach Ansbach	186
30 Auf der Nachtseite Von Oberdachstetten ins mittelalterliche Rothenburg	195
31 Die Etappe der Delikatessen Oberdachstetten, Obernzenn, Colmberg und zurück	203
32 Manche mögen's heiß Radtour von Langenzenn über Cadolzburg nach Erlangen	209
33 Gute Orte, stille Steine, beredtes Schweigen Rundfahrt zu den jüdischen Friedhöfen im Aischgrund	214
34 Im Herzen des fränkischen Weinbaus Wanderung von Kitzingen zum Sulzfelder Weinlehrpfad	223
35 Der fränkische Silvaner-Abt Rundwanderung auf dem Abt-Degen-Steig bei Zeil am Main	229
36 Goethes Liebling Der Panoramaweg auf dem Würzburger Stein	235
37 Berühmt durch Weine und Dichter Rundgang von Wipfeld zur Weinlage Zehntgraf	241
38 Dem Himmelreich ganz nahe Unterwegs auf dem Homburger Weinwanderweg	248

39 Frankens Wein- und Weihnachtsdorf Ausflug um die Weinlage Himmelstadter Kelter	255
40 Vergangenheit auf Schritt und Tritt Mit Schiff und Rad von Miltenberg nach Wertheim und zurück	261
Die Autorinnen und Autoren	266
Bildnachweis	268
Ortsregister	269