

# Inhalt

<b>Urlaub daheim</b>	5
<b>Unterfranken</b> __ 6	
1 <b>Ruhe bei Ludwig und Lola</b>	8
Auf dem Sinntalweg und rund um die Pilsterköpfe	
2 <b>Einmal rum ums Fachwerkidyll</b>	14
Historischer Rundwanderweg in den Haßbergen	
3 <b>Auf dem Weg der Burgen und Schlösser</b>	20
Fahrradtour auf adeligen Spuren	
<b>Oberfranken</b> __ 24	
4 <b>Von Housnkuh bis Herrschaftssitz</b>	26
Fahrradrunde durch den Südlichen Frankenwald	
5 <b>Schönheit auf den zweiten Blick</b>	32
Auf dem Steinbruchwanderweg im Fichtelgebirge	
6 <b>Fernblick und Fossilien</b>	38
Rundwanderung in der Fränkischen Schweiz	
<b>Mittelfranken</b> __ 44	
7 <b>Wandern mit Wallenstein</b>	46
Unterwegs auf historischen Pfaden	
8 <b>Auf den Spuren des Parzivaldichters</b>	52
Spaziergang durch die mittelalterliche Literatur	
<b>Oberpfalz</b> __ 58	
9 <b>Magische Aura</b>	60
Auf die Vulkanberge der nördlichen Oberpfalz	
10 <b>Über allem thront die Burg</b>	66
Rundweg durch das Lerautal	
11 <b>Wo der wilde Räuber häusste</b>	72
Kurze Wanderung um Reitenberg	
12 <b>Tag wie diese</b>	78
Fahrradtour durch den Naturpark Hirschwald	

## **Schwaben** 84

- 13 **Ein Spielplatz für Kinder und Astronauten** \_\_\_\_\_ 86  
Wandern im Nördlinger Ries
- 14 **Schön gemächlich** \_\_\_\_\_ 90  
Auf dem Donauwald-Wanderweg
- 15 **Immer der Tanne nach** \_\_\_\_\_ 96  
Fahrradrunde durch die Westlichen Wälder
- 16 **Der Berg der Glücksmomente** \_\_\_\_\_ 102  
Unterwegs auf dem Römerweg
- 17 **Es muss nicht immer Neuschwanstein sein** \_\_\_\_\_ 108  
Burgen-Raterunde zwischen Eisenberg und Hohenfreyberg

## **Oberbayern** 114

- 18 **Durch den bayerischen Dschungel** \_\_\_\_\_ 116  
Zu Fuß durch die Auwälder der Donau
- 19 **Durch die grüne Säulenhalle** \_\_\_\_\_ 122  
Hopfentour mit dem Fahrrad durch die Hallertau
- 20 **Ein Fleckerl wie hingemalt** \_\_\_\_\_ 126  
Wanderungen durch den Rupertiwinkel
- 21 **Abseits am Inn** \_\_\_\_\_ 130  
Fahrradrunde zwischen Inn und Salzach

## **Niederbayern** 136

- 22 **Durchs Tal der Gotik** \_\_\_\_\_ 138  
Fuß- und Fahrradwege auf den Spuren der Kunst
- 23 **Durchs bayerische Urland** \_\_\_\_\_ 144  
Auf dem Höhenwanderweg von Buch am Erlbach nach Landshut
- 24 **Wandern in der Wildnis** \_\_\_\_\_ 150  
Auf dem Grenzsteig zwischen Deutschland und Tschechien
- 25 **Im Osten viel Neues** \_\_\_\_\_ 154  
Mit dem Zug von Passau nach Freyung

Register \_\_\_\_\_ 158

Impressum \_\_\_\_\_ 160