

# Inhalt

Vorwort	9
1 Im Kirschenhimmel <i>Von Pretzfeld nach Ebermannstadt</i>	10
2 Die Düfte der Natur in Flaschen abgefüllt <i>Brennereien rund ums Walberla</i>	16
3 Gegensätze ziehen sich an <i>Durch das Leinleiertal</i>	27
4 Das Märchentäl mit Freizeitangeboten <i>Ein Tag in und um Pottenstein</i>	32
5 Torfiger Whisky aus dem Todsfeldtal <i>Verkostung in Thuisbrunn</i>	38
6 Fischer, Fischer, wie tief ist das Wasser? <i>Ein Spaziergang am Wasser in Bamberg</i>	45
7 Das fränkische Rom <i>Auf dem Jakobsweg nach Bamberg</i>	52
8 Der malerischste Weinberg Frankens <i>Von Ebrach zur Stollburg</i>	61
9 Am Rande des Steigerwalds <i>Eine Radtour ab Prichsenstadt</i>	67
10 Stilles Wasser <i>Kanutour auf der Itz</i>	74
11 Auf den Spuren der bayerischen Könige <i>Der Jakobsweg von Marktschorgast nach Bayreuth</i>	79

12	Durch die Lande der Markgrafen <i>Von der Rotmainquelle über Bayreuth nach Kulmbach</i>	87
13	Frankens bedeutendste Festungsstadt <i>Auf den Spuren der Geschichte in Kronach</i>	99
14	Frau Holle greift zum Stecker <i>Winterspaß in Bischofsgrün</i>	108
15	Paddeln, Schlemmen, Staunen <i>Kanuwandern auf der Pegnitz</i>	113
16	Im Albachtal – über den Keltenwall zum Hohlen Fels <i>Geschichtsträchtige Route über die Houbirg</i>	119
17	Auf zwei Brettln durch die weiße Pracht <i>Langlaufen rund um Waller</i>	130
18	Durch den Sebalder Reichswald <i>Auf dem Jakobsweg von Kalchreuth nach Nürnberg</i>	134
19	Kennen Sie Bethang? <i>Von Nürnberg Langwasser nach Katzwang</i>	142
20	Die perfekt geplante Barockstadt <i>Stadtspaziergang in Erlangen</i>	149
21	Fast wie in der Prärie <i>Die Urwildpferde im Tennenloher Forst bei Erlangen</i>	159
22	Bei den sieben Zwergen <i>Mit Hund von Bubenreuth zum Märchenweiher</i>	166
23	Mit einem Langohr auf Wanderschaft <i>Über die Marloffsteiner Höhe</i>	172
24	Archäologie und Kunst <i>Spaziergang durch das historische Roßtal</i>	179

25	Auf den Spuren jüdischen Lebens <i>Stadtrundgang in Wilhermsdorf</i>	185
26	Entlang der idyllischen Aurach <i>Von Emskirchen nach Markt Erlbach</i>	191
27	Die Heimat des fränkischen Karpfens <i>Von Neustadt a. d. Aisch durchs Aischtal nach Bamberg</i>	197
28	Vom Haus der Ewigkeit zum Jupiter <i>Waldreich von Wasserzell nach Georgensgmünd</i>	209
29	Gipfelglück mit Eis <i>Um die Wernfels im Spalter Land</i>	214
30	Hopfen und Spalt <i>Mit dem Rad durchs Spalter Hopfenland</i>	220
31	Urvieh voraus <i>Um den Kleinen und Großen Brombachsee</i>	229
32	Wunderwerk aus Mauern, Türmen und Toren <i>Dem Mittelalter auf der Spur in Dinkelsbühl</i>	235
33	Nasser Spaß <i>Wandern und Baden um Leutershausen</i>	243
34	Das fränkische San Gimignano <i>Rothenburg aus anderer Perspektive</i>	249
35	Als Jakobspilger unterwegs <i>Durch die Naturidylle von Uffenheim nach Steinsfeld</i>	256
36	Ein Hauch von Asterix <i>Mit Kindern auf den Spuren der Römer in Marktbreit</i>	264
37	Kronjuwel am Schwanberg <i>Wein und mehr in Iphofen</i>	270

38	Gemütlich durchs Maintal <i>Auf dem Jakobsweg von Würzburg nach Ochsenfurt</i>	278
39	Von Weihnachtspost bis Märchenzauber <i>Am Main bei Veitshöchheim</i>	288
40	Whisky statt Maßanzüge <i>St. Kilian Distillers in Rüdenau</i>	297
41	Ins »bayerische Nizza« <i>Schlösser und Parks in Aschaffenburg</i>	303
42	Im Herzen des fränkischen Weinlandes <i>Das Mainstädtchen Volkach</i>	311
43	»Leinen los!« <i>Auf dem Floß von Astheim nach Gerlachshausen</i>	318
44	Über den Schwarzen Berg nach Weinfranken <i>Von Eltmann nach Sand am Main</i>	322
45	Auf und ab zwischen Wein und Bier <i>Rund um Zeil am Main</i>	328
	Register	338
	Bildnachweis	343