

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	11
I Bevor es losgeht...	13
Praktische Hinweise	14
Wandern ist langweilig!	15
Schieben, Tragen, selber Laufen?	16
Selber laufen - Anforderungen: Altersgruppen, Gehzeiten . . .	17
Anfahrt	20
Karten, Orientierung und GPS-Tracks	20
Wandern im Nürnberger Land	21
Tourenübersicht	24
II Wandertouren	27
Tour 1 - Durch die Schwarzachklamm ●	29
Tour 2 - Zum Löwen und zum Teufel ●	35
Tour 3 - Abenteuer Wolfsschlucht ●	44
Tour 4 - Dünenrunde ohne Meer ●	48
Tour 5 - Auf den Moritzberg ●	55
Tour 6 - Stadt und Abenteuer: Die Bitterbachschlucht ●	62
Tour 7 - Zur Festung Rothenberg ● ●	67
Tour 8 - Schloßberg und Windburg bei Osternohe ●	75
Tour 9 - Gute Aussichten - Der Glatzenstein ●	82
Tour 10 - Der Fuchsaurundweg ●	88
Tour 11 - Noch ein Berg - die Steinberggrunde ●	94

Tour 12 - Über den Arzberg ●	101
Tour 13 - 3 Wege zum Hohlen Fels ● ●	105
Tour 14 - Von der Kapelle zum Dom ●	126
Tour 15 - Der Hochberg - Akropolis der Kelten ●	131
Tour 16 - Auf und um die Kanzel bei Förrenbach ●	137
Tour 17 - Vielfalt pur - kurze Tour: Das Rinntal ●	143
Tour 18 - Im Schottenloch bei Heldmannsberg ●	148
Tour 19 - Burgruine Lichtenegg - Orchideenweg ●	156
Tour 20 - Besuch beim Alten Fritz ●	164
Tour 21 - Naturkleinod Wengleinpark, Eschenbach ●	170
Tour 22 - Felseneldorado Hirschbach ● ●	177
Tour 23 - Altes Schloss und Langenstein ●	187
Tour 24 - An der Petershöhle bei Hartenstein ●	194
Tour 25 - Velden - Ankatal - Rupprechtstegen ●	201
Tour 26 - Maximiliansgrotte und Steinerne Stadt ●	210
Tour 27 - Neuhaus - Mit der Bahn ins Grüne ●	218
Tour 28 - Plecher Höhlenweg ●	225
Was es sonst noch gibt...	232
a) Schönberger Forst	232
b) Hohenstädter Geißkirche	233
c) Hoch auf die Burg Hohenstein	233
d) Burgruine Wildenfels	235
e) Burgruine Lichtenstein	236
f) Abenteuerflug Fischerhöhle	238
g) Bienertstube	239
h) Zur Geißlochhöhle	240

i) An der Mysteriengrotte	241
j) An der Harnbachmühle	243
k) Die Birkenseen	244
l) Am Graben bei Altenthann	245
m) Das Schwarzenbrucker Moor	246
n) Seen bei Kleinbellhofen	246
o) Streuobstlehrpfad Schrotsdorf	247
p) Zeidelmuseum Feucht	248
q) Hirtenmuseum Hersbruck	249
r) Freilandmuseum Bad Windsheim	250
 III Spiel doch mal wandern!	 265
Tipps für jede Jahreszeit	266
Besondere Orte	273
PICKNICK und SPIEL - Lieblingsplätze in der Natur	273
Abenteuerspielplatz-Natur-NAH	279
Kuriose Orte	282
Weitere Einkehrmöglichkeiten	285
Tipps und Tricks für unterwegs	288
ÖPNV geeignete Touren	294
Wander- und Draußenadressen	295
 IV Anhang	 303
Stichwortverzeichnis	303
Quellenverzeichnis	306
Dankeschön	307
Über die Autorin, den Verlag und das Buch	308