




## ZWISCHEN BERG UND TAL

	<b>Kapitel I.</b> • Von der Rhön übers Fichtelgebirge in die Fränkische Schweiz	12
1	<b>Rhön</b> • Rother Kuppe <i>Nur Fliegen ist schöner</i> 	15
2	<b>Weichterswinkel</b> • Propstei Weichterswinkel <i>Einfach mal durchatmen</i>	17
3	<b>Bad Neustadt an der Saale</b> • Saalewiesen <i>Ein Hauch Nordsee in Franken</i>	19
4	<b>Münnerstadt</b> • Historische Altstadt <i>Das Tor zur Rhön</i>	21
5	<b>Bad Königshofen</b> • Frankenthal <i>Kleine Kur für zwischendurch</i> 	23
6	<b>Coburg</b> • Rosengarten <i>Blumenduft und Walzerklang</i>	25
7	<b>Coburg</b> • Moritzkirche <i>Wo Martin Luther predigte</i>	27
8	<b>Coburg</b> • Kunstsammlungen der Veste Coburg <i>Schatzkammer Frankens</i>	29
9	<b>Obermaintal</b> • Mainschleife zwischen Unter- und Oberbrunn <i>Wo der Flussregenpfeifer wohnt</i> 	31
10	<b>Obermaintal</b> • Bad Staffelsteiner Seenland <i>Ostsee ganz nah</i> 	33
11	<b>Obermaintal</b> • Staffelberg bei Bad Staffelstein <i>Sonnenuntergang im Gottesgarten</i> 	35
12	<b>Scheßlitz</b> • Aussichtsfelsen Hohe Metze <i>Wie auf Adlers Schwingen</i>	37
13	<b>Weismain</b> • Kleinziegenfelder Tal <i>Im Tal des Biberclans</i> 	39
14	<b>Heiligenstadt</b> • Leinleiterquelle und Leinleitertal <i>Expedition zum Wasser</i>	41
15	<b>Kronach</b> • Weinstube Alte Torwache <i>Wein, Mittelalter und Gesang</i> 	43
16	<b>Kronach</b> • Festung Rosenberg <i>Laufsteg für eine Hasendame</i>	45

17	<b>Frankenwald</b> • Bastelsmühle bei Teuschnitz <i>Eine Brotzeit bei Fuchs und Hase</i> 	47
18	<b>Frankenwald</b> • Kurpark Bad Steben <i>Mit Herzenslust unterwegs</i>	49
19	<b>Frankenwald</b> • Lama-Wandern auf den Döbraberg <i>Trekking mit Vierbeinern</i> 	51
20	<b>Hof</b> • Hotel am Untreusee <i>Italien in Franken ganz oben</i> 	53
21	<b>Weißstadt</b> • Museum Rogg-In <i>Der Duft von frischem Brot</i> 	55
22	<b>Fichtelgebirge</b> • Wanderung auf den Schneeberg <i>Auf dem Dach Frankens</i> 	57
23	<b>Bayreuth</b> • Restaurant Eule <i>Siegfrieds Drachenschnitzel</i> 	59
24	<b>Bayreuth</b> • Keramikcafé Paint-me <i>Farbenpracht für alle</i> 	61
25	<b>Bayreuth</b> • Richard-Wagner-Museum <i>Auf den Spuren großer Musik</i>	63
26	<b>Pretzfeld</b> • Kirschenweg <i>Die süßesten Früchte</i> 	65
27	<b>Egloffstein</b> • Gasthof zur Post <i>Haute Cuisine auf Fränkisch</i> 	67
28	<b>Hersbrucker Schweiz</b> • Naturschutzgebiet Wengleinpark <i>Im Reich der Christosen</i> 	69
29	<b>Lauf an der Pegnitz</b> • Industriemuseum <i>Roggenmühle und Dampfmaschine</i> 	71
30	<b>Lauf an der Pegnitz</b> • Restaurant Zwinger Melber <i>Darf's eine »Scharfe Inge« sein?</i> 	73

## ZWISCHEN GROSSSTADT UND ROMANTIK

	<b>Kapitel II.</b> • Von der Metropolregion Nürnberg ins Romantische Franken	74
31	<b>Bubenreuth</b> • Blockhelden – Boulderhalle Frankenjura <i>Der Geschmack von Freiheit</i> 	77
32	<b>Erlangen</b> • Spaziergang durch die Hugenottenstadt <i>Erlangen ganz zauberhaft</i> 	79
33	<b>Erlangen</b> • Walderlebniszentrum Tennenlohe <i>Mal schauen, was der Wald macht</i> 	81

34	<b>Veitsbronn</b> • Veitskirche <i>Heilquelle und Kunstgenuss</i>	83
35	<b>Cadolzburg</b> • Markt und Burg Cadolzburg <i>Geschichte genießen</i>	85
36	<b>Fürth</b> • Café-Restaurant The Grounds of Hope <i>Köstliche Hoffnung</i> 🍴	87
37	<b>Fürth</b> • Stadttheater <i>Fürths prächtigster Bau</i> 🧑🧑	89
38	<b>Fürth</b> • Deutsch-georgisches Ladencafé Klein aber fein <i>Ein Stück Kaukasus in Franken</i> 🍴	91
39	<b>Nürnberg</b> • Albrecht-Dürer-Flughafen <i>Für »Fernwehgeeks«</i> 🧑🧑	93
40	<b>Nürnberg</b> • Kaiserburg <i>Das Wahrzeichen Frankens</i> 🧑🧑	95
41	<b>Nürnberg</b> • Restaurant Bratwurst Röslein <i>Mit würziger Majorannote</i> 🍴	97
42	<b>Nürnberg</b> • Museum Henkerhaus <i>Aus dem Nebel der Geschichte</i>	99
43	<b>Nürnberg</b> • Opernhaus <i>Das pralle Leben</i>	101
44	<b>Feucht</b> • Brückkanal Feucht <i>Gewagte Bautechnik</i>	103
45	<b>Schwabach</b> • Erkundungstour durch die Goldschlägerstadt <i>Alles, was glänzt</i>	105
46	<b>Schwabach</b> • Restaurant Fabiano <i>Ein Hauch Mittelmeer in Franken</i> 🍴	107
47	<b>Fränkisches Seenland</b> • Rothsee <i>Wandern am Wasser</i> 🧑🧑	109
48	<b>Fränkisches Seenland</b> • Museum HopfenBierGut in Spalt <i>Grünes Gold</i>	111
49	<b>Fränkisches Seenland</b> • Seezentrum Muhr am See <i>Karibik so nah</i> 🧑🧑	113
50	<b>Dinkelsbühl</b> • Brothaus-Café Zunftbäckerei Dinkelsbühl <i>Fränkische Backtradition</i> 🍴	115
51	<b>Dinkelsbühl</b> • Spaziergang um die Stadtmauer <i>Von Turm zu Turm</i>	117
52	<b>Ansbach</b> • Ansbacher Holzweg <i>Stadtpromenade der grünen Art</i>	119

63	<b>Ansbach</b> • Michels Whisky-Kontor <i>Charakter erwünscht!</i>	121
64	<b>Bad Windsheim</b> • Fränkisches Freilandmuseum <i>700 Jahre fränkisches Leben</i> 	123
65	<b>Bad Windsheim</b> • Boutique-Hotel zum Storch <i>Fränkisch und behaglich</i> 	125
66	<b>Gerhardshofen</b> • Landgasthof Hammerschmiede <i>Original Aischgründer Karpfen</i> 	127
67	<b>Uehlfeld</b> • Erkundungstour durchs Storchendorf <i>Der Adebar im Karpfenland</i> 	129

## ZWISCHEN GRÜNEN UFERN

	<b>Kapitel III.</b> • Von Forchheim über den Steigerwald in den Spessart	130
68	<b>Forchheim</b> • Das Schiefe Haus <i>Frankens schrägster Ort</i> 	133
69	<b>Litzendorf</b> • Wanderung am Ellerbach <i>Von wegen Toskana!</i>	135
60	<b>Bamberg</b> • Kloster St. Michael <i>Obstbaum-Promenade</i>	137
61	<b>Bamberg</b> • Brauerei und Restaurant Klosterbräu <i>Bernstein mit Schaumkrone</i> 	139
62	<b>Bamberg</b> • Erlöserkirche <i>Einkehr für Radler und Ruhesuchende</i>	141
63	<b>Bamberg</b> • Restaurant Der.Franke <i>Wild Thing</i> 	143
64	<b>Steigerwald</b> • Stollberg bei Handthal <i>Frankens höchste Weinlage</i>	145
65	<b>Steigerwald</b> • Schlangenweg <i>Im wilden Wald</i> 	147
66	<b>Steigerwald</b> • Erkundungstour durch Zeil am Main <i>Fachwerk und Wein</i>	149
67	<b>Haßfurt</b> • Ritterkapelle <i>Ein Stück Himmel auf Erden</i>	151
68	<b>Haßberge</b> • Amtsbotenweg <i>Auf alten Pfaden</i>	153
69	<b>Haßberge</b> • Altstadt von Königsberg in Bayern <i>Perle der Haßberge</i>	155

70	<b>Haßberge</b> • Ellertshäuser See <i>Fast wie am Meer</i> 	157
71	<b>Schweinfurt</b> • Museum Georg Schäfer <i>Spitzweg vom Feinsten</i>	159
72	<b>Euerbach</b> • Freilichtbühne Sömmersdorf <i>Perlende Spielfreude</i> 	161
73	<b>Volkach</b> • Die Vogelsburg <i>Ein Nest über dem Main</i> 	163
74	<b>Würzburg</b> • Festung Marienberg <i>Frankens Kulturzeugin</i>	165
75	<b>Würzburg</b> • Wallfahrtskirche »Käppele« <i>Kraftort über dem Main</i>	167
76	<b>Würzburg</b> • Alter Kranen <i>Barockes Industriedenkmal</i>	169
77	<b>Würzburg</b> • Weinhaus Zum Stachel <i>Einkehr für Rebellen</i> 	171
78	<b>Würzburg</b> • Siebold-Museum <i>Würzburg kann Japan</i>	173
79	<b>Veitshöchheim</b> • Rokokogarten und Schloss <i>Tanz des Rokoko</i>	175
80	<b>Lohr am Main</b> • Pfarrkirche St. Michael <i>Ein Ort friedvoller Stille</i>	177
81	<b>Lohr am Main</b> • Café Rosenkranz <i>Morgendliche Sinnesfreude</i> 	179
82	<b>Lohr am Main</b> • Spessartmuseum im Schloss <i>Spuk im Spessart</i> 	181
83	<b>Aschaffenburg</b> • Markt und Schloss Johannisburg <i>Glücklich im bayerischen Nizza</i>	183
84	<b>Aschaffenburg</b> • Gastwirtschaft Schlappeseppel <i>Brunkunst seit 1631</i> 	185
85	<b>Aschaffenburg</b> • Stiftsbasilika St. Peter und Alexander <i>Überwältigende Kunstgeschichte</i>	187
86	<b>Aschaffenburg</b> • Bootshaus Arche Noah <i>Leinen los!</i>	189