

Inhalt

Vorwort	8
Übersichtskarte	10
1 <i>Wehrhaftes Weibsvolk und süffiger Sud</i> Stadtspaziergang durch Kronach	12
2 <i>Schlösser und Aufständische</i> Halbtagestour um Maroldsweisach in den Haßbergen	20
3 <i>Bunte Blüten im Schatten</i> Stadtspaziergang durch Kulmbach	26
4 <i>Gastliches Maintal</i> Gemütliche Wanderungen am Fuße des Staffelbergs	33
5 <i>Stilles Wasser</i> Kanutour auf der Itz	39
6 <i>Von Faltern und Felsen</i> Kurze, aber anspruchsvolle Tour auf den Spuren des stark bedrohten Apollofalters	44
7 <i>Schöne Ausblicke und tiefe Einblicke</i> Rundwanderung um Baunach und Reckendorf	50
<i>Bierstraßen, Bierwege, Biersteige</i>	56
8 <i>Waldwege und Flussidylle</i> Rundwanderung um Dörfleins und Baunach	58
9 <i>Ein wunderlieblicher Ort</i> Stadtspaziergang durch Bayreuth	63
10 <i>Aus Franken in die Welt</i> Radtour von Bamberg nach Buttenheim	75
11 <i>Vom Schlosshof zum Gasthof</i> Bequeme Radtour zum Schloss Seehof	81

12	<i>Zum Lachen auf den Keller</i> Radtour nach Roßdorf und Geisfeld	87
13	<i>Rekordverdächtiger Steigerwald</i> Genussrunde um Burgebrach	92
14	<i>Durch Laubwald zum Lagerbier</i> Rundwanderung um Mönchsambach	98
15	<i>Über die Höhen</i> Halbtagestour auf schönen Höhenwegen	103
	<i>Die Wunderheiler von Weißenohe</i>	108
16	<i>Ganz oben</i> Halbtagestour um Büchenbach bei Pegnitz	111
17	<i>Der Pretzfelder Bierfrieden</i> Abwechslungsreiche Wanderung um Pretzfeld	116
18	<i>Biere und Pflanzen der Heimat</i> Wanderung durchs Lillachthal nach Gräfenberg	122
19	<i>Ein Bierdeckel wird 60</i> Radtour von Erlangen nach Oberreichenbach und zurück	128
20	<i>Seitensprung oder wo wohnt Nicolas Cage?</i> Streckenwanderung von Vorrat nach Etzelwang	134
21	<i>Glatzenstein und Enzenstein(er)</i> Wanderung über den Glatzenstein nach Enzenreuth	141
22	<i>Der romantischste Biergarten der Welt</i> Wunderschöne Wandertour um Sulzbach-Rosenberg	147
	<i>Fränkische Brauereitradition – Tod und Wiedergeburt</i>	153
23	<i>Hier bin ich Mensch, hier darf ich's sein</i> Gemütliche Rundwanderung nahe Nürnberg	155

24	<i>Trockenes Schäfchen, feuchte Kehle</i> Themenwanderung um Hersbruck	161
25	<i>Wehrkirchen, Wildwuchs und Wasserspeicher</i> Ausgedehnte Wanderung von Oberdachstetten nach Obernzenn und zurück	167
26	<i>Nasser Spaß</i> Weite Runde über der Altmühl	174
27	<i>Genussreiche Geschichtsstunde</i> Stadtspaziergang durch Ellingen	179
28	<i>Dornröschen und der Ritter St. Georg</i> Mittlere Wanderung rund um Nennslingen	185
29	<i>Reise zu den Römern</i> Stadtspaziergang durch Weißenburg	191
30	<i>Südlich</i> Wanderung rund um Treuchtlingen mit Station am Wettelsdorfer Keller	196
	Die Autoren	202
	Register	204
	Die Brauereien, Brauereigasthöfe, -häuser und -keller	211