

I WILLKOMMEN IM SPESSART.6

- Kulturlandschaft im Herzen Deutschlands 6

II REISEVORBEREITUNG8

- Die besten Reiserouten 8
- Übernachten 12
- Essen & Trinken 14
- Sport & Freizeit 16
- Praktische Reiseinformationen von A bis Z 20

III LAND & LEUTE24

- Kunst & Kultur 24
- Feste & Feiern 26
- Natur & Umwelt 30

IV UNTERWEGS IM SPESSART34

- **Der Norden** 34
Freigericht S. 34, Gelnhausen S. 35, Biebergemünd S. 37, Bad Orb S. 38, Bad Soden-Salmünster S. 42, Steinau a. d. Straße S. 44, Schlüchtern S. 46, Sinnthal S. 48, Karlstein S. 49, Kahl am Main S. 50, Alzenau S. 51, Sommerkahl S. 53, Schöllkrippen S. 53, Frammersbach S. 54, Burgsinn S. 55, Rieneck S. 58
- **Das westliche Mainviereck** 60
Aschaffenburg S. 60, Sulzbach S. 64, Kleinwallstadt S. 65, Elsenfeld S. 65, Obernburg am Main S. 66, Würth am Main S. 67, Erlenbach am Main S. 68, Klingenberg S. 70, Großheubach S. 71, Kleinheubach S. 72, Miltenberg S. 72, Bürgstadt S. 75, Collenberg S. 76, Stadtprozelten S. 77
- **Das östliche Mainviereck** 78
Gemünden S. 78, Lohr am Main S. 80, Neustadt am Main S. 82, Rothenfels S. 83, Marktheidenfeld S. 84, Wertheim S. 86, Kreuzwertheim S. 88
- **Der Hochspessart** 90
Heigenbrücken S. 90, Rothenbuch S. 91, Mespelbrunn S. 93, Heimbuchenthal S. 95, Dammach S. 96, Schollbrunn S. 97, Eschau S. 99 Mönchberg S. 100

V WANDERN IM SPESSART102

- 1 **Naturwunder Hafenlohrthal** – Qualitätstour Wanderbares Deutschland rund um Rothenbuch vorbei an Seen, Flüssen und durch ein Naturschutzgebiet (mittel, 13 km, 4:00 Std.) 102
- 2 **Auf dem Alten Schulweg zur Geißhöhe** – Qualitätstour Wanderbares Deutschland von Dammach über verwunschene Pfade zur höchsten Siedlung im Spessart (mittel, 9,2 km, 3:30 Std.) 106
- 3 **Himmel und Hölle** – Auf der Qualitätstour Wanderbares Deutschland zur einsamen Hochebenenkapelle und zum alten Höllhammer (mittel, 12 km, 4:00 Std.) 110

- 4 **Orber Dornstein** – Auf dem Europäischen Kulturweg rund um Bad Orb (mittel, 10 km, 3:00 Std.) 114
- 5 **Auf dem Spessartweg 1 von Lohr nach Gemünden** – Von Lohr nach Gemünden zu Burgen und Schlössern vom Main zum Main (schwer, 22 km, 6:30 Std.) 118
- 6 **Wein, Schlucht und Ton** – Auf dem Fränkischen Rotweinwanderweg zu einem der schönsten Geotope Bayerns und einem alten Bergwerk in Klingenberg (mittel, 7,8 km, 2:30 Std.) 122
- 7 **Spessartfährte Horbach** – Ein Teilstück des Spessartbogens gespickt mit Teichen, Weihern und Bächen (mittel, 9,8 km, 3:00 Std.) 126
- 8 **Alzenauer Wald und Wallfahrt** – Traumhafte Ausblicke vom Hahnenkamm und innere Einkehr auf dem Europäischen Kulturweg in Alzenau (mittel, 8,4 km, 3:00 Std.) 130
- 9 **Die Heigenbrücker Formation** – Auf dem Europäischen Kulturweg zu Pollasch, Ölberg und Hirschhörnern (leicht, 5,7 km, 2:00 Std.) 134
- 10 **Bieberer Acht** – Bergbau, Teiche, historische Wege und ein Moor: der Europäische Kulturweg in Bieber (mittel, 11 km, 3:30 Std.) 138
- 11 **Kloster, Ruinen und Mühlen** – Eine ehemalige Kartause, die Ruine der Markuskapelle und das Mühlental bietet der Europäische Kulturweg rund um Schollbrunn (mittel, 11,5 km, 4:00 Std.) 142
- 12 **Vom Schloss Mespelbrunn zur Hohen Warte** – Wasserschloss und urige Einkehr mitten im Wald (leicht, 6,2 km, 2:00 Std.) 146
- 13 **Kloster, Schloss und Römer** – Rundweg von Miltenberg über Klein- und Großheubach teilweise mitten durch die Weinbergslagen (mittel, 12 km, 3:30 Std.) 150

VI RADFAHREN IM SPESSART154

- 1 **MainRadweg I** – Von Aschaffenburg nach Miltenberg an den Weinbergen entlang (mittel, 43,5 km, 3:00 Std.) 154
- 2 **Elsavatal** – Von Elsenfeld zum Schloss Mespelbrunn – vorbei an Klöstern, Kirchen und idyllischen Ufern (mittel, 21,5 km, 2:00 Std.) 158
- 3 **MainRadweg II** – Rundtour von Lohr zu einem alten Kloster, zur kleinsten Stadt Bayerns und zum leuchtend blauen Haus in Marktheidenfeld (mittel, 40 km, 3:00 Std.) 162
- 4 **Kahlthal-Spessart-Radweg** – Von der Kahlmündung durch das liebliche Kahlthal zur Quelle: Burgen, Apfelwein und Weinberge (mittel, 40,5 km, 3:00 Std.) 167
- 5 **Sinnthal-Radweg** – Von der Drei-Flüss-Stadt Gemünden am Main bis ins hessische Jossa (mittel, 33,5 km, 2:30 Std.) 170
- 6 **Kinzigtal-Radweg** – Von Hanau nach Schlüchtern am Nordrand des Spessarts (schwer, 66 km, 5:00 Std.) 175
- 7 **MainRadweg III** – Im Schatten majestätischer Burgen von Miltenberg nach Wertheim – (mittel, 36 km, 2:30 Std.) 180
- Register 184
- Bildnachweis 186
- Unser Autor / Impressum 188