

Vorwort des Autors	4
Allgemeine Hinweise, Über den Autor, Legende	5
<i>Tour 1 – Zu den Kellern am Stephansberg</i>	12
Extra – Fränkisches Brauereimuseum	16
<i>Tour 2 – Zu den schönsten Ausblicken auf die Welterbestadt</i>	18
<i>Tour 3 – Natur in der Stadt</i>	21
Extra – Bamberger Gärtner- und Häckermuseum	24
<i>Tour 4 – Schöpfungsweg</i>	26
<i>Tour 5 – Durch den Michelsberger Wald in die Innenstadt</i>	30
<i>Tour 6 – Gärtnerstadt und Wunderburg</i>	33
Extra – Bioland Gärtnerei Sebastian Niedermaier	36
<i>Tour 7 – Von Inselspitze zu Inselspitze</i>	38
<i>Tour 8 – Auf sonnigen Wegen nach Weipelsdorf</i>	41
<i>Tour 9 – Durch den Steigerwald nach Weiher</i>	43
<i>Tour 10 – Um Ebelsbach</i>	46
<i>Tour 11 – Zeiler Weinwanderung</i>	49
<i>Tour 12 – Auf den Kreuzberg</i>	52
<i>Tour 13 – Zum Mönchsweiher</i>	55

<i>Tour 14 – Aus dem Tal hoch zur Giechburg</i>	<i>57</i>
<i>Tour 15 – Entlang des Mains nach Baunach</i>	<i>61</i>
<i>Tour 16 – Durch das Ellertal</i>	<i>64</i>
<i>Tour 17 – Durch den Hauptsmoorwald nach Strullendorf</i>	<i>67</i>
<i>Extra – Brauerei Griess in Geisfeld</i>	<i>70</i>
<i>Tour 18 – Durch das Regnitztal</i>	<i>72</i>
<i>Tour 19 – Von Frankendorf auf die Friesener Warte</i>	<i>75</i>
<i>Tour 20 – Durch das Trockental nach Huppenendorf</i>	<i>79</i>
<i>Extra – Naturlandhof Weiß – Ökolandbau aus Überzeugung</i>	<i>82</i>
<i>Tour 21 – Durchs Aurachtal</i>	<i>84</i>
<i>Tour 22 – In die Haßberge</i>	<i>88</i>
<i>Tour 23 – Durch die Fränkische Toskana</i>	<i>92</i>
<i>Tour 24 – Dreiflüsse Tour – Baunach, Itz und Main</i>	<i>96</i>
<i>Tour 25 – Main-Wein-Radtour</i>	<i>101</i>
<i>Tour 26 – Hallerndorfer Kreuzberggrunde</i>	<i>106</i>
<i>Tour 27 – 2 Tage durch die Fränkische Schweiz</i>	<i>110</i>
<i>Gastro-Teil</i>	<i>116</i>
<i>Impressum</i>	<i>136</i>