



Der Ring der Zeugenberge

6 Panorama-Wanderungen rund um
Neumarkt i. d. OPf. **R 5**



Verkehrsverbund Großraum Nürnberg



Liebe Fahrgäste,

ein wahres Schmankerl stellen wir Ihnen mit diesem Wanderführer vor. Rund um die Stadt Neumarkt führt Sie ein weiterer mit dem Qualitätssiegel „Wanderbares Deutschland“ ausgezeichnete Weg durch die Runde der Neumarkter Zeugenberge.

In diesem Heft finden Sie sechs Panorama-Wanderungen durch die einzigartige Landschaft des Neumarkter Beckens. Wer abwechslungsreiche Touren auf gut markierten Wegen, eindrucksvolle Rundblicke sowie eine gute Anbindung mit öffentlichen Verkehrsmitteln schätzt, kommt hier auf seine Kosten.



Die Touren liegen im Einzugsbereich der Bahnhöfe in Neumarkt und Postbauer-Heng und sind so mit der **R 5** nur einen Katzensprung von Nürnberg entfernt. Auch die Neumarkter Stadtbusse und Regionalbuslinien im Umland können Sie in Ihre Routen mit einbauen.


Viel Spaß beim Lesen und Wandern wünscht Ihnen

Ihr VGN

Inhalt

- | | |
|-------|--|
| 6–10 | 1 Spritzige Höhentour über Neumarkt
Neumarkt – Labersricht – Wolfstein –
Höhenberg – Neumarkt |
| 11–14 | 2 Verschmitzte Hasenheide
Neumarkt – Mariahilfkirche –
Hasenheide – Neumarkt |
| 15–20 | 3 Keltische Geheimnisse
Neumarkt – Stauf – Buchberg –
Alter Kanal – Neumarkt |
| 21–24 | 4 Fünf auf einen Streich
Neumarkt – Stauf – Tyrolsberg – Großberg –
Grünberg – Postbauer-Heng |
| 25–28 | 5 Pöllinger Waldschaukel
Pölling – Rittershof – Großberg –
Postbauer-Heng – Heinzburg – Pölling |
| 29–32 | 6 Auf der Hohen Straße
Postbauer-Heng – Schlossberg –
Loderbach – Labersricht – Neumarkt |

Impressum

Herausgeber:  Verkehrsverbund Großraum Nürnberg GmbH
Rothenburger Str. 9, 90443 Nürnberg

Konzept: Schettler Consulting KG, Lauf a.d. Peg.

Texte u. Bilder: Andreas Schettler, Andreas Schmidt,
Kristina Bär, Stefan Adelman, Stadt Neumarkt

Gestaltung: WerbeAtelier Kolvenbach-Post, Nürnberg

Druck: Wiedemann & Edinger Druck GmbH, Schwaig

Auflage: 20.000

Stand: Februar 2009

Wir sind stets bemüht, unsere Wanderwege in gutem Zustand zu halten. Für Ihre Anregungen sind wir gerne unter tourismus@neumarkt.de oder unter Tel. 09181 255127, bzw. Tel. 09181 46350 (CAH) zu erreichen.



Der Ring der Zeugenberge

Wie sind die einzeln stehenden Zeugenberge entstanden?

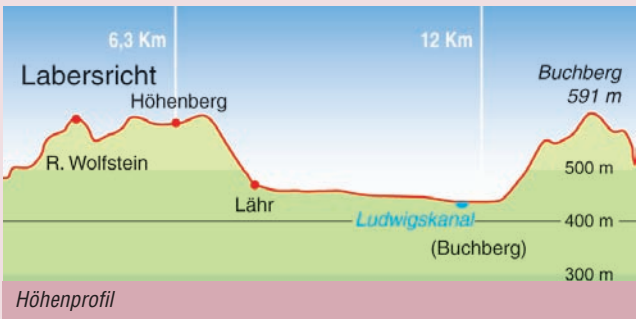
Wie kommt es, dass urplötzlich aus leicht hügeligen Sandebenen fast 200 Meter höhere, imposante Berge aufragen?

Die Antwort auf diese Frage ist durchaus überraschend:

Neu sind nämlich nicht die Berge, sondern die leicht hügeligen Ebenen darunter. Man kann das verstehen, wenn man sich die Ereignisse vor vielen Jahrmillionen verdeutlicht.

Die Schichten der Albhochfläche waren damals – beginnend vor 195 Millionen Jahren – Meeresboden der Tethys, einem warmen, flachen und sehr salzhaltigem Meer, auf den über viele Millionen Jahre die Überreste verstorbener Krustentiere, wie Ammoniten und anderer kalkbepanzerter Muscheltieren, hinabfielen. Die Kalkreste der toten Tiere bildeten im Lauf der Zeit dicke Schichten; besonders dick waren sie natürlich dort, wo vorher Senken im Meeresboden vorhanden waren. Unter dem Kalkpanzer, der sich so gebildet hat, lagen Sandablagerungen, die durch den Druck des Meeres und der Kalkschichten stark verdichtet wurden.

Nachdem das Meer zurückgewichen war, lag die frühere Meeresoberfläche offen. Im Lauf der Jahrmillionen kam es zu schubweise stattfindenden Fluten, die die offen zu Tage getretenen Hochflächen abgetragen haben. Die Erosionsprozesse sind allerdings nicht gleichmäßig verlaufen: Da, wo besonders dicke Kalkschichten der Abtragung Widerstand entgegensetzen konnten, also gerade an den früheren Senken, blieb die Deckenschicht erhalten. Die Wassermassen konnten diesem „Inseln“ nicht so viel anhaben, wie das rundherum der Fall war.



Die Neumarkter Zeugenberge zeigen uns also noch heute, wie hoch die Landschaft nach dem Zurückweichen von Tethys einmal war. Sie „zeugen“ von dem früheren Profil, sind also Zeugen der früheren Albhochfläche. Wenn wir also auf der Zeugenbergrunde unterwegs sind, dann wandern wir – so paradox es auch klingen mag – zum früheren Meeresboden hinauf. So ist das beim Buchberg und beim Dillberg. Andere Zeugenberge haben ihre Kalkabdeckung verloren; damit ist auch das Gipfelplateau fast völlig verschwunden und nur eine spitze Erhebung stehen geblieben, wie bei einer Sandburg am Meer, die von den Wellen zugrunde gerichtet worden ist.

Die seltsame Entstehungsgeschichte erklärt auch ein anderes Phänomen, das wir beim Wandern sehr direkt zu spüren bekommen: Der untere Bereich der Zeugenberge ist meist mit abgetragenem Geröll und Material bedeckt, das sich umso weiter ausgebreitet hat, je feiner es war. Das gröbere Geröll bildete einen etwas steileren Kegel um den Berg, und schließlich beginnt die Zone, wo das Material abgetragen worden ist – dort wird es richtig steil. Ganz oben befinden sich manchmal (beim Dillberg und beim Buchberg) flache Plateaus, der frühere Meeresboden eben. Der Aufstieg wird also immer anstrengender, je höher wir hinaufkommen.

Lassen Sie uns nun aber aufbrechen!

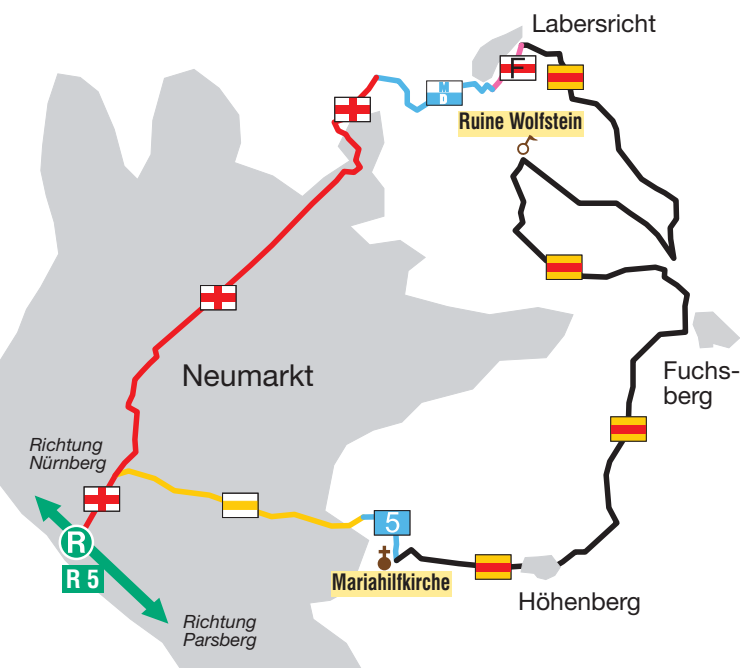
Freudweiser *Geuther*



1 Spritzige Höhentour über Neumarkt

Neumarkt – Labersricht – Wolfstein –
Höhenberg – Neumarkt

14,7 km







Wanderstrecke

Gesamtstrecke: 14,7 km

Höhenunterschied: 265 m auf und ab

- Fast ganzjährig begehbare Wanderung mit einem kräftigen An- und Abstieg, jedoch auch sehr bequemen Teilabschnitten, passendes Schuhwerk empfehlenswert.

Grüß Gott auf der Zeugenbergrunde!

Unsere erste Tour beginnt am **Bahnhof Neumarkt**, den man bequem mit den Regionalbahnen von der Metropolregion aus erreichen kann. Wir starten unsere Wanderung in nordöstlicher Richtung mit  auf dem Epeleinsweg quer durch das Stadtgebiet von Neumarkt, vorbei am historischen Marktplatz und dem Museum Lothar Fischer, später entlang dem Leitgraben bis zu den letzten Häusern des Ortsteils Schafhof. Am Ende des Epeleinswegs stoßen wir auf den Main-Donau-Weg , dem wir scharf rechts folgen und die B 299 überqueren. Leicht ansteigend erreichen wir Labersricht, einen verträumten Weiler am Fuße des Wolfsteins. Oberhalb der letzten Häuser wenden wir uns nach links auf den Frankenweg . Wenige hundert Meter weiter stoßen wir auf die mit  markierte Zeugenbergrunde, der wir ab hier nach rechts folgen.

Die vor uns liegende Passage schlängelt sich wunderbar angenehm in leichter Steigung durch den herrlichen Buchen-Mischwald am Nordhang von Ruine Wolfstein ins idyllische Ottosauer Tal. Zahlreiche Quellen am unteren Rand des Steilhangs haben tiefe Runsen in den Berg gefressen. An einer Waldwiese erwartet uns ein etwas steileres Wegstück, das sich mit zwischenzeitlichen Aussichten auf das unter uns liegende Ottosauer Tal den Hang hinaufzieht. Einmal scharf nach rechts abbiegend, erreichen wir kurz darauf die mächtige Burganlage von **Ruine Wolfstein**, dem weithin sichtbaren Wahrzeichen von Neumarkt. Die alte Burg der Pfalzgrafen war arg in Mitleidenschaft geraten; erst in jüngster Zeit konnte sie – mit erheblichem Aufwand



Südfassade der Ruine Wolfstein

Burg Wolfstein

Weithin sichtbar thront die 588 m hohe Burgruine Wolfstein als unverwechselbares Wahrzeichen Neumarkts über der Pfalzgrafenstadt. Situiert ist sie auf der Nordwestspitze des nach drei Seiten steil abfallenden Wolfsteinberges.

Im Verborgenen liegt, wann ihre ersten Mauern gebaut worden sind. Architektonische Betrachtungen legen es nahe, dass die ältesten Teile in der Romanik entstanden sein dürften.

Das ist am runden Burgfried sowie an der Burgkapelle ersichtlich. Der später erbaute Teil der Burgruine ist in die Zeit der Gotik einzuordnen. Die Hauptburg wurde mehr oder minder trapezförmig erstellt und ist über eine auf alte Brückenpfeiler gesetzte Holzbrücke passierbar. Von der Toranlage kann als letztes Rudiment ein halbrunder Schalenturm erkannt werden. Am prägnantesten ist sicherlich der mächtige Bergfried. Neben diesem sind jedoch auch Teile des ursprünglichen Berings erhalten, außerdem der dreigeschossige spätgotische Pallas.

und nur unter Einsatz von schwerem Militärgerät im unwegsamen Gelände unterhalb der Burgmauern – wieder stabilisiert und ihr Bestand gesichert werden. Die sorgsam renovierten Artefakte alter Ritterzeit lohnen eine eingehende Besichtigung, zu der wir uns die Zeit nehmen. Bei klarem Wetter ein absolutes Muss ist der Aufstieg zum Pallas, von dem man eine herrliche Rundumsicht genießen kann. Unterhalb der Ruine gibt es eine Einkehrmöglichkeit, die zu Bier und Bratwurst einlädt.

Unser weiterer Weg führt vom Parkplatz leicht abwärts in südlicher Richtung. Nach wenigen Metern stehen wir auf der **Aussichtskanzel des „Krähentischs“**, einer bizarr anmutenden Felsformation, die den Gesetzen der Schwerkraft zu trotzen scheint: Eine harte Schicht aus Kalk-Dolomit hat sich über den weicheren, abgewitterten Schichtkalken erhalten, das Ergebnis ähnelt einer Krähe, die vorwitzig auf einem Felssporn sitzt.

Unter uns liegt das vitale Neumarkt mit seinem schönen historischen Marktplatz. – Bald fällt unser Weg über karstige Weidehänge abwärts.



Krähentisch

Noch vor wenigen Jahren drohte der ehemalige Hutungshang fast vollständig zuzuwachsen. Durch Entbuschung und Beweidung wird der sonnige Trockenhang teilweise wieder freigestellt. So bleibt ein wertvolles Stück Natur für viele bedrohte Tier- und Pflanzenarten und ein Teil der Neumarkter Kulturlandschaft erhalten.

Bald stößt unser Steiglein auf einen von Schafhof heraufziehenden Wiesenweg. Hier wenden wir uns nach links. Wer eine Kostprobe der hochwertigen Neumarkter Gastronomie genießen will, dem sei der kurze Abstieg nach Schafhof auf dem (uns entgegenkommenden) Frankenweg zum Hotel Sammüller empfohlen.





Karstheide bei Wolfstein

Wir folgen dem wunderbaren Wiesenweg nach links. Er läuft mit herrlicher Aussicht auf Neumarkt und sein südlich angrenzendes Vorland durch Wacholder- und Schlehenheide, manchmal zieren einzeln stehende, knorrige Kiefern die Weidehänge.

Vorbei an Fuchsberg kommen wir fast ebenen Wegs durch schönen Fichten-Hochwald nach **Höhenberg**. Landgasthof Almhof sowie Hotel Schönblick oder Gasthaus Nisslbeck lassen die Auswahl, wo wir unseren Hunger stillen.

Unser Weg führt uns neben der Zufahrtsstraße zur **Mariahilfkirche** fast eben am Albtrauf entlang. Eine Besichtigung der im frühen 18. Jahrhundert erbauten Kirche lohnt sich nicht nur für Andacht-Suchende. Herrlicher Buchenwald umsäumt die steilen Hänge.

Unterhalb der Kirche wechseln wir die Markierung und begeben uns auf den Rückweg. Über den steilen Kreuzweg führt unser Weg mit **5** über unzählige Treppen den Höhenberg hinab Richtung Kloster St. Joseph. Nach der Abstiegspassage stoßen wir auf , der uns wieder Richtung Zentrum **Neumarkt** führt.

Am Eingang des historischen Markplatzes erreichen wir wieder unseren vertrauten Epeleinsweg , mit dem wir problemlos zurück zum Bahnhof kommen.



Rathaus in Neumarkt

Innerhalb Neumarkts i. d. OPf. bedient Sie der Stadtbuss Neumarkt.

Informationen zum Stadtverkehr:



swn
stadtwerke neumarkt

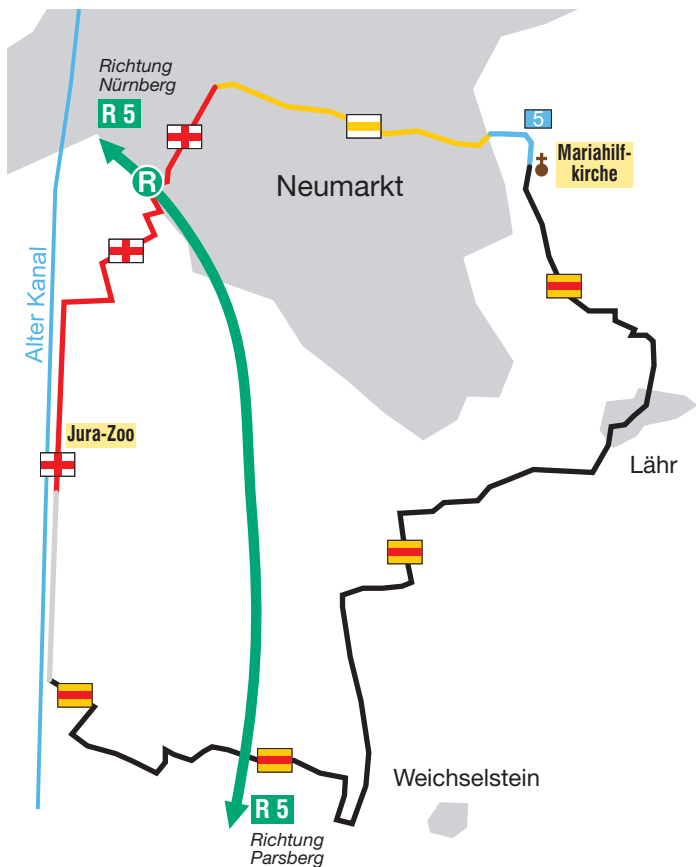
Stadtwerke Neumarkt

Ingolstädter Str. 18
92318 Neumarkt i. d. OPf.
Tel. 09181 239-0
Internet: www.swneumarkt.de

2 Verschmitzte Hasenheide

Neumarkt – Mariahilfikirche –
Hasenheide – Neumarkt

12,9 km







Wanderstrecke

Strecke: 12,9 km

Höhenprofil: 188 m auf und ab

- Meist bequeme Wanderung mit einem spritzigen Start.
- Einkehrmöglichkeiten nur in Höhenberg oder an der Gaststätte bei der Trabrennbahn.

Wir starten am **Bahnhof von Neumarkt** und folgen in nördlicher Richtung zunächst dem mit  markierten Epeleinsweg in Richtung Stadtmitte; am Eingang zum Marktplatz wechseln wir auf den mit  markierten Wanderweg, der am Kloster St. Joseph endet. Hier stoßen wir auf die Wolfstein-Runde (mit  markiert), die über unzählige Stufen den Kreuzweg hinauf zur Klosterkirche Mariahilf führt. Unterwegs bieten sich herrliche Blicke auf die nach dem 2. Weltkrieg wieder aufgebaute Neumarkter Altstadt. An der Mariengrotte unterhalb der wunderschön gelegenen **Mariahilfkirche** stoßen wir auf die Zeugenbergrunde . Eine Besichtigung der Klosterkirche lohnt sich wegen ihres faszinierenden Lichteinfalls auf die Deckengemälde und den wertvollen Altar.



Altar der Mariahilfkirche

Von der Grotte unterhalb der Kirche wenden wir uns auf Zeugenbergrunde und der Mariahilf-Schlaufe des Jurasteigs nach links und folgen einem wunderschönen Pfad, der sich am Hang entlangwindet und später mit mäßigem Gefälle abwärtsführt. Bemerkenswert ist der Buchen-Robinien-Mischwald, der auf dem Südhang des Mariahilfbergs gedeiht. Später tritt der genussvolle Pfad ins Freie und springt, mehrfache Wendungen vollführend, über die Wiesen oberhalb von Lähr, einer zu Neumarkt gehörenden Ortslage.

In **Lähr** wenden wir uns nach rechts und folgen dem Zufahrtssträßchen in südwestlicher Richtung auf den Wald zu. Der Untergrund besteht aus Schwemmsanden, die sich während der nacheiszeitlichen Fluten hier abgesetzt haben. Die magere Krume ist bestimmend für die Vegetation: Fast nur krüppelige, kleine Kiefern gedeihen hier; im Sommer erhitzt sich der Waldboden, so dass nur wenig Unterholz vorhanden ist. Der Trockenstandort ist Lebensraum für zahlreiche Pflanzen und Insekten, die wir ansonsten nur selten in Deutschland finden können.



Hasenheide im Vorfrühling

Unser Waldweg tritt kurz ins Freie; vorsichtig überqueren wir die Bundesstraße B 8. Kurz darauf empfängt uns die Hasenheide. An Werktagen im Frühjahr entfaltet sich hier ein merkwürdiges Hörerlebnis: Der Klang der Vogelstimmen kontrastiert mit den leise singenden Anlagen der Baumaterialindustrie.


Unser Weg schlängelt sich über mehrere Sandhügel, immer wieder die Richtung wechselnd. Später gelangen wir auf den Saumpfad neben der Bahnlinie nach Regensburg, der wir ein geraumes Stück folgen. Nahe **Weichselstein** unterqueren wir die Bahn und wenden uns kurz wieder in nördliche Richtung. Immer weiter führt uns unser Weg.



Hutung bei Weichselstein

Etwa drei Stunden von unserem Ausgangspunkt gelangen wir, nach nochmaliger Wendung nach Norden, zum Gelände der Neumarkter Trabrennbahn. Etwas überraschend klimmt die Zeugenbergrunde auf die Wallung des alten Main-Donau-Kanals, der von Eichen, Ahorn und Robinien umstanden ist.

Auf dem Kamm des Walls verlassen wir die nach links abzweigende Zeugenbergrunde und wenden uns – ohne Markierung – dem unter uns neben dem Kanal entlangführenden Rad- und Fußweg zu. Beschwingt folgen wir von nun an dem Alten Kanal, einem wasserbaulichen Streckendenkmal, dessen Erstellung in der Zeit seines Baus eine ingenieurtechnische Meisterleistung war. Dass der Kanal nur etwa 20 Jahre nach seiner Fertigstellung seinen wirtschaftlichen Zweck fast völlig verlor, weil mit der neu errichteten Eisenbahnlinie wesentlich bessere Transportmöglichkeiten entstanden, entbehrt nicht einer gewissen Ironie: Als Investitionsruine des späten 19. Jahrhunderts ist er nun zum Naherholungsraum mutiert.

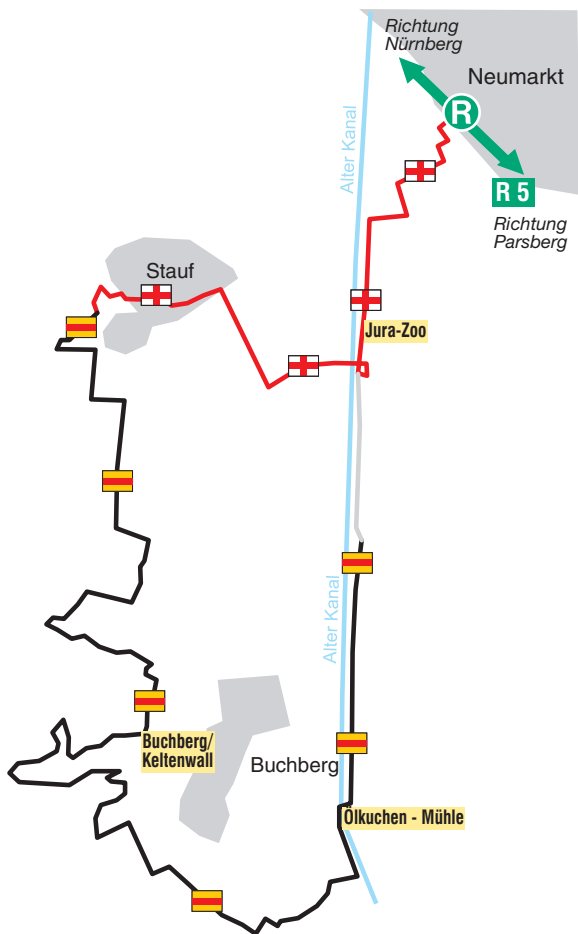
Das von Radlern und Spaziergängern gern benutzte Wasserbauwerk führt schnurgerade nach Norden. Wasserrosen und verschiedene interessante Wasserpflanzen haben hier ihre Heimat gefunden. Vor der Unterquerung der B 8 stößt der Eppeleinsweg  zu uns. Wer Industrieanlagen spannend findet, der kann nördlich der Kanalbrücke vom Wall des Alten Kanals aus einen Blick in die verschlungenen Stahlröhren der Anlagen von Fa. Pfeleiderer werfen, die in umweltbewusster Weise innovative Holzprodukte herstellt. Nur wenige hundert Meter weiter mögen sich Familien mit Kindern entscheiden, den schön angelegten **Jura-Zoo** direkt neben dem Kanal zu besuchen, der wegen seiner Gibbons bekannt ist.

Unser Weg führt uns schließlich zurück zum Bahnhof. Wer noch Zeit hat, kann das Museum für historische Maybach-Fahrzeuge nahe dem Bahnhof besuchen oder einen Cappuccino auf dem Marktplatz genießen.

3 Keltische Geheimnisse

Neumarkt – Stauf – Buchberg –
Alter Kanal – Neumarkt

18,6 km





Wanderstrecke


Gesamtstrecke: 18,6 km

Höhenunterschied: 320 m auf und ab

- Recht gehaltvolle, ausgedehnte Wanderung mit steilen Auf- und Abstiegen; gutes Schuhwerk und ein gewisses Maß an Trittsicherheit auf den Passagen am Steilhang des Buchbergs erforderlich. Bei Schneeglätte nicht zu empfehlen. Rückweg ab Buchberg/Ort sehr bequem und bei jeder Witterung nutzbar.

Wir starten wieder am **Bahnhof Neumarkt**, erreichbar mit Regionalbahn **R 5**. Direkt am Bahnhof stoßen wir auf den mit  markierten Epeleinsweg, dem wir in Richtung Stauf folgen. Das den Bahnhof umgebende Gewerbegebiet trägt den Namen „Galgenhügel“. Hier wurde alten Quellen zufolge Ritter Epelein von Gailingen auf schreckliche Weise hingerichtet. Bald stoßen wir auf den Alten Kanal und folgen ihm genau in südlicher Richtung bis zur Brücke der Bundesstraße B 299. Hier verlassen wir den Alten Kanal und gehen fast eben bis in den schön gelegenen Stadtteil **Stauf** mit dem vorwitzigen Staufer Berg, einem kleinen Zeugenberg.

Tip: Wer sich den etwas langatmigen Zugangsweg sparen möchte, kann an Werktagen mit dem  **Stadtbus 569** bis nach Stauf/Kirche fahren. Nur etwa 200 m auf der Hauptstraße weiter in Richtung Berggau stößt man auf den Epeleinsweg.

In **Stauf** beginnt unser Wanderweg zu steigen und gibt dabei einen schönen Blick auf Neumarkt und die gegenüberliegende Ruine Wolfstein sowie die exponiert liegende Mariahilfkirche frei. Oberhalb der letzten Häuser stößt der Epeleinsweg schließlich auf die mit  markierte Zeugenbergrunde. Ab hier wird sie unser treuer Begleiter sein.

Wir wenden uns nach links, einem fröhlichen Waldweg folgend, von dem sich mehrfach schöne Blicke auf den wuchtigen Buchberg werfen lassen. Etwas später erreichen wir das Ende eines Zufahrtswegs, dem wir abwärts folgen und schließlich die Ortsstraße nach Berggau erreichen. Hier wenden wir uns sehr scharf nach links und folgen ihr etwas überraschend wieder in Richtung Stauf. Vor den ersten Häusern weist uns die Markierung nach rechts auf einen Wiesenweg, auf dem wir die agrarisch strukturierte Ebene zwischen **Staufer Berg** und Buchberg überqueren. Am Staufer Wanderparkplatz kommen wir schließlich wieder in den Wald. Der schönste Abschnitt der Zeugenbergrunde liegt nun direkt vor uns.

Die mit lockeren Kiefern bestandene Haid ist überzogen mit üppig wuchernden Heidelbeerbüschen. Obwohl die Böden sandig und recht mager sind, kann man hier bei geeigneter Witterung auch beim Pilzsammeln fündig werden. Nach zwei Abzweigungen in der Haid beginnt unser Weg, mit zunehmender Steigung sich dem **Buchberg**

Der Staufer Berg

Der vorwitzige Staufer Berg ist mit nur 512 m ü. NN der kleinste der Neumarkter Zeugenberge. Seine Kalkabdeckung hat er völlig verloren, auch ein Gipfelplateau fehlte ihm; erst mit der Errichtung der früheren Burg ist ein kleines Plateau entstanden. In früherer Zeit wurde auf dem Staufer Berg von dem Geschlecht der Stauff zu Stauffenberg eine Burg errichtet, von der heutzutage nur noch Halsgraben und Wallanlage sichtbar sind. Der namensgleiche Ort Stauf, der ehemals liebevoll „Steufllein“ genannt wurde, gehörte neben der Burg ebenfalls dem Geschlecht derer von Stauff zu Stauffenberg. Über die Herrschaftsfamilie ist nur wenig überliefert, und das Wenige berichtet wenig Gutes. Einer Sage zufolge geistert eines der geizigsten Burgfräuleins auf alle Zeiten auf dem Berg herum.

zuzuwenden. Nach versetzter Querung des Ringwegs wandern wir, nun mit ordentlicher Steigung, vorbei an mächtigen Fichten, die ihr Licht am Nordhang des steilen Buchbergs nur mühsam finden. Etwas unterhalb der Abbruchkante des Gipfelplateaus kommt der von DAV Neumarkt markierte Fuchsweg zu uns. Hier wenden wir uns nach links und folgen einem wunderbar gelegten Pfad, der sich fast eben am nordöstlichen Steilhang des Buchbergs entlangzieht. Geraume Zeit später wenden wir uns scharf nach rechts und



Keltenwall auf dem Buchberg

gelangen über einen enorm steilen Hohlweg hinauf zum Trauf, der Abbruchkante des Gipfelplateaus, wo sich das Zangentor befindet. Die Toranlage bestand aus zwei steil aufgeschütteten Wällen, die es Angreifern praktisch unmöglich machte, in das Innere der hier oben situierten Keltenstadt zu gelangen.

Ab dem Zangentor dringen wir ein in die Geheimnisse der uralten Keltenstadt. Nochmals über einen Pfad ansteigend, erreichen wir ihre äußere Umwallung. Wo sich früher Befestigungsmauern befanden, verläuft nun ein herrlich wurzeliger Pfad, der immer wieder an den Namen des mächtigen Zeugenbergs erinnert: Buchberg.

Der Buchberg und seine keltische Vergangenheit

Der Buchberg im Süden Neumarkts ist der Zeugenberg mit der wichtigsten Gestalt. Mit 586 m ü. NN ist er zwar nicht der höchste, aufgrund seiner geschlossenen Form und seiner Steilhänge, die rings um das Gipfelplateau in alle Richtungen abfallen, jedoch sicher der imposanteste, ein allein stehender, weithin sichtbarer Riese. Wanderer spüren die Entstehungsgeschichte sehr direkt: Je weiter man sich nach oben begibt, desto steiler wird der Weg, und desto unerbittlicher zeigt er seine Zähne.

Die exponierte Lage des Gipfelplateaus hat schon in prähistorischen Zeiten das Interesse unserer keltischen Vorfahren geweckt: Auf dem Plateau können die Reste zweier ehemals mächtiger keltischer Ringwälle besichtigt werden. Sie gelten als eine der bedeutendsten frühgeschichtlichen Bodendenkmäler unserer Region. Zusammen umschloss die Anlage des Hauptmassivs sowie dessen Nordausläufer auf dem Langen Berg eine Fläche von 24 Hektar und umfasste damit fast das ganze Plateau des Buchberges. Das Oppidum wurde vermutlich als Wohn-, Wehr- sowie Kultstätte genutzt. Beeindruckend gewesen sein muss das frühere Zangentor am Nordostpfeiler des Buchbergs.

Die früher furchteinflößenden Wehranlagen haben ihren Zweck verloren: Heute nutzen wir sie ganz unkompliziert als Wanderweg.

Auf dem höchsten Punkt wendet sich unser Weg nach rechts und quert die Relikte früherer Kalksteinbrüche. Wer sich die Zeit für eine eingehende Umrundung nehmen möchte, kann ein wenig westlich davon über die mit **3** und **2** markierten „Keltenwege“ nach rechts abbiegen; später stößt der Keltenweg wieder auf die Zeugenbergrunde.


Wir wandern geradeaus, bald abschüssig, auf die Westseite des Gipfelplateaus. An der Einmündung der Forststraße, wo sich Informationstafeln über die Siedlungsgeschichte des Buchbergs befinden, müssen wir aufpassen! Unser Weg wendet sich scharf nach rechts und folgt der Forststraße am Trauf kurz in nördlicher Richtung. Bei der bald erreichten Quelfassung führt ein Pfad nach halblinks auf einem verborgenen Pfad steil abwärts; kurz darauf biegen wir scharf nach links ab und wandern auf wunderbaren Waldpfaden durch sich mehrmals in scharfen Kontrasten ändernden Mischwald. Herrliche Blicke bieten sich später vom Glasberg, der beim Wintersturm „Berta“ arg gezaust worden ist ...

Unser Pfad wendet sich nun den Felsabstürzen des „Teufelsstuhls“ zu. Die ockerfarbenen Buntsandsteine kontrastieren im späten April/Anfang Mai wunderbar mit dem frischen Grün der Buchen! – Unsere Zeugenbergrunde erreicht schließlich die Auffahrtsstraße zum Buchberg. Wir steigen auf ihr abwärts. An der Einmündung einer Forststraße wenden wir uns erneut scharf nach rechts und kurz darauf nach links, nochmals gehörig absteigend. Bald sind die Hecken- und Buschgrüppchen des Buchberg-Südhangs erreicht. Im Frühjahr erwachen sie zu einer wahren Blütenpracht, die den Bienen als erste Nahrung dient. Mehrfach die Richtung wechselnd, wandern wir auf Pfaden und schönen Wiesenwegen hinunter zur Ortsverbindungsstraße.



Beim Teufelsstuhl

Wir haben uns eine Rast verdient! Gleich am Ortseingang lädt Gaststätte „Buchberg“ zu griechischen und deutschen Gerichten ein, Tel. 09181 264592.


Tipp: An Werktagen (nicht samstags!) gibt es die Möglichkeit, die Wanderung mit  **Regionalbuslinie 514** Freystadt–Neumarkt ab der Haltestelle Forststraße (nur etwa 200 Meter weiter der Hauptstraße folgend) abzukürzen.

Nach einer ausgiebigen Rast treten wir den Rückweg an, dessen Trasse in krassem Gegensatz zu unserer bisherigen Tour steht. An der Einmündung der Ortsstraße in die Kreisstraße nehmen wir die gegenüber mündende Agrarstraße auf und wandern beschwingt vorbei an einem kleinen Marterl auf den Wald zu. Wunderbar führt uns die Zeugenbergrunde über kleine Waldpfade und -wege durch das dunkle Fichtig, das von verschiedenen Lichtungen aufgelockert ist. Bald stoßen wir auf den Alten Kanal, dem wir von hier aus folgen. Zunächst auf der linken, bei der Ölkuchenmühle auf die rechte Seite wechselnd, schreiten



Alter Ludwig-Donau-Main-Kanal

wir voran. Der alte Treidelweg lässt uns Zeit für ausgiebige Unterhaltungen. Später, nach der Brücke, mit der die neue B 299 über den **Alten Kanal** geführt wird, steigen wir auf den Pfad, der sich oberhalb des Treidelwegs gebildet hat. Der Weg bietet an heißen Tagen wegen der schattigen Lage des Kanals angenehme Kühle. Prachtvoll sind die Seerosen, die hie und da auf dem Kanal gedeihen. Schließlich verlassen wir die nach rechts abzweigende Zeugenbergrunde, nun kurz ohne Markierung auf dem Treidelweg

rechts des Kanals bleibend. Bald haben wir wieder den Eppeleinsweg  erreicht, mit dem wir zurück zum Neumarkter Bahnhof gelangen.

4

Fünf auf einen Streich!

Neumarkt – Stauf – Tyrolsberg (Ort) –
Tyrolsberg – Großberg – Grünberg –
Postbauer-Heng

15,1 km

Richtung
Nürnberg

R 5

R

Postbauer-Heng

Grünberg

R 5

Großberg

Tyrolsberg

Tyrolsberg

Hohe Ahnt

Staufer
Berg

Stauf



Neumarkt

R

Wanderstrecke

Gesamtstrecke: 15,1 km**Höhenunterschiede: aufwärts 330 m, abwärts 298 m**



- Angenehme, aber gehaltvolle Wanderung über gleich fünf der Zeugenberge. Genussstour mit viel waldigen Strecken, ganzjährig bewanderbar; bei Nässe ist gutes Schuhwerk empfehlenswert.

Wieder beginnen wir unsere Wanderung am Bahnhof von **Neumarkt** und folgen dem mit  markierten Epeleinsweg wie bei den Keltischen Geheimnissen bis Stauf. Unterwegs lockt der Stauer Berg, unser erstes Etappenziel. (Abkürzungsmöglichkeit an Werktagen: Regionalbus Linie 514 bis Stauf/Kirche, dort kurz in Richtung Berggau bis zum Epeleinsweg!) Oberhalb der letzten Häuser von **Stauf** stoßen wir auf die Zeugenbergunde, die mit  markiert ist.

Hier wenden wir uns – zunächst noch mit dem Epeleinsweg – dem Stauer Berg zu, einem kleinen Zeugenberg, dem die Erosion die frühere Kalkabdeckung völlig entrissen hat. Ihm fehlt daher auch ein Gipfelplateau; geblieben ist lediglich ein Rumpf, der zur Sandsteinformation des Dogger Beta gehört. Rund um den Gipfel zieht sich ein deutlich sichtbarer Halsgraben, der zu einer früheren Burg des Geschlechts derer von Stauf gehörte. Weder zur Burg noch zum Geschlecht derer von Stauf sind allzu viel Urkunden zu finden; der Sage nach ist die Stätte jedoch vom letzten Burgfräulein behaust, die wegen ihres Geizes und ihrer Unbeugsamkeit nie die letzte Ruhe finden kann. Mag sein, dass es die charakterlichen Qualitäten der damaligen Burgherren waren, die es den Chronisten als angebracht erscheinen ließen, das Tuch des Vergessens über ihre Geschichte zu werfen.

Auf der Westseite des Stauer Bergs eröffnet sich uns ein wunderbarer Blick – weite Wiesen, sanft gewellte Hügel. Recht steil steigen wir den Westsporn des kleinen Zeugenbergs hinunter, später wandern wir am südseitigen Waldrand der Wälder entlang. Wieder liegt eine weite Ebene vor uns. Wir wandern über die Berggauer Fluren; der Epeleinsweg verlässt uns hier in Richtung der – kaum erkennbaren – europäischen Hauptwasserscheide nach Norden. Über Wiesen und Felder wandern wir – weite Blicke in alle Richtungen.

Geraume Zeit später erreichen wir zunächst den Waldrand; später wandern wir in ihn hinein. Bald zweigt unser Weg von der Forststraße nach links ab; unser Waldweg führt uns bergan, zunächst durch dichten Fichtenwald, bald darauf sehr viel steiler und landschaftlich attraktiver durch lichten Kiefernwald. Die roten Sande, die auf der Hohen Ahnt zu Tage treten, kontrastieren vor allem im Frühling mit dem frischen Grün der Heidelbeergrüppchen. Hier sind wir auf dem zweiten der Zeugenberge angelangt. Die Hohe Ahnt ist sehr still und kaum bekannt. Ihren Namen hat sie wegen ihrer bedeutsamen Rolle bei der Deckung des früher enormen Holzbedarfs.

Windungsreich und höchst vergnüglich überschreiten wir die Hohe Ahnt, die, wie schon der Stauer Berg und wie auch der Tyrolsberg, ihre Kalkabdeckung völlig verloren hat. Bald erreichen wir das schmucke, am Südhang des gleichnamigen Bergs gelegene **Tyrolsberg**, das zur Gemeinde Berggau gehört. Gern lassen wir uns von der freundlichen Gastwirtschaft nahe der Kapelle „Zur Heiligen Dreifaltigkeit“ (bis dorthin Markierung  / ) verköstigen.



Stille auf der Hohen Ahnt


Der weitere Verlauf lässt uns in unangestregter Weise die Landschaft genießen. Ein erster Aufstieg bringt uns zu den obersten Häusern; bald kommen wir zur Quelle der Sulz, die das hinter uns liegende Gebiet donauwärts entwässert. Wenig später erreichen wir den Kamm



Auf dem Tyrolsberg

des flachen **Tyrolsbergs**, der die Wasserscheide zwischen Rhein und Donau bildet. Der dunkelrote Sand auf dem Gipfel zeugt von Eisen- und anderen Metalleinschlüssen. Es ist der dritte Zeugenberg auf unserer Tour!


Durch herrlichen Fichtenwald wandern wir beschwingt zuerst in westlicher, dann in nördlicher Richtung. Kurz vor dem Gipfelaufbau des Großbergs, des vierten in der Reihe, wenden wir uns nach halbrechts, immer

der Markierung  folgend. Sehr bald eröffnen sich schöne Blicke auf das östlich gelegene Neumarkt. Der unter uns liegende Spitalwald gehört der Stadt, hier oben aber befinden wir uns noch auf Gemeindegebiet von Berggau.

Es folgt ein wunderbarer Pfad, der sich entlang der östlichen Steilhänge des **Großbergs** windet.



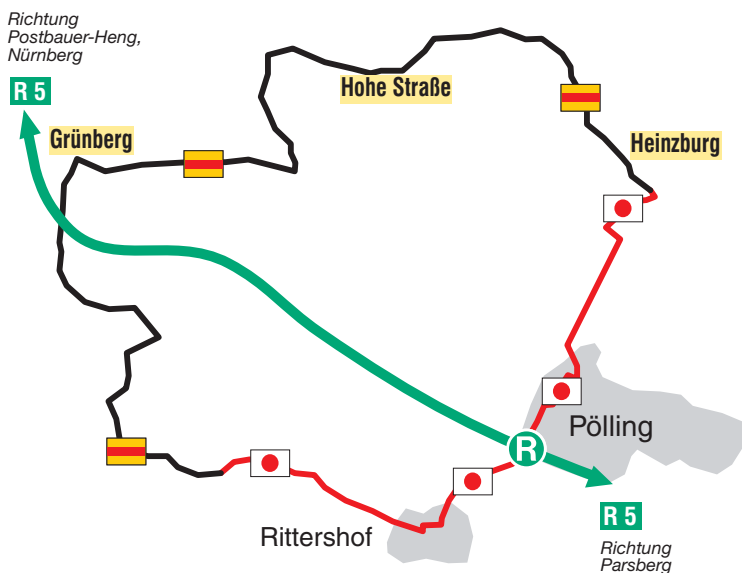
Am Großberg

Später wenden wir uns erneut westwärts. Bald erreichen wir einen schönen Waldweg, der sich schräg zur Hanglinie in die Wälder von Köstlbach hinunterzieht. Hier gelangen wir ins Freie; unser Weg wendet sich nach rechts, und bald erreichen wir den Scheitelpunkt der tief eingeschnittenen Bahnlinie Nürnberg–Neumarkt (-> Wien). Auf der gegenüberliegenden Seite steigen wir, vorbei am Golfplatz, die Wiesen von Postbauer-Heng hinauf, passieren den Gradlhof (Verköstigung mit Kaffee und Kuchen) und erreichen später die flachen Höhen des **Grünbergs**, des unspektakulärsten der Zeugenberge. Es ist der fünfte und letzte auf unserer Tour. Zunächst über abwechslungsreiches Mischgelände, später längere Zeit durch Hochwald, gelangen wir zu einer Forststraße. Hier verlassen wir die Zeugenbergrunde und wenden uns nach links (noch unmarkiert, später ) in westlicher Richtung bergab. Am Waldrand eröffnet sich ein weiter Blick auf Postbauer-Heng und die südmittelfränkischen Sandebenen. Bald haben wir das geschäftige **Postbauer-Heng** erreicht. Wir wenden uns der Bahnlinie zu und kommen kurz darauf am Bahnhof an.

5 Pöllinger Waldschaukel

Pölling – Rittershof – Großberg –
Postbauer-Heng – Heinzburg –
Pölling

14,0 km





Wanderstrecke

Gesamtstrecke: 14,0 km;
etwa 3,5 km mehr, wenn man in Postbauer-Heng einkehrt.
Höhenunterschied: 300 m

- Ausgedehnte, waldige Tageswanderung über die stillen Berge um Pölling.

Das recht flache **Pölling**, westlichster Ortsteil von Neumarkt, ist in der Wanderliteratur kaum bekannt. Dass die Waldhöhen rings um Pölling landschaftlich aber sehr reizvoll sind, zeigt die folgende Tour. Gute Einkehrmöglichkeiten bietet Postbauer-Heng, Hotel-Gasthof Stiegler.

Sehenswert in Pölling ist die Kirche St. Martin. – Pölling blickt auf eine uralte Siedlungsgeschichte zurück, die bis in die Steinzeit zurückreicht. Gegründet wurde die Ortschaft alten, leider aber nicht erhaltenen Quellen des Klosters St. Emmeran zufolge bereits 976 durch einen gewissen „Polo“. In Pölling gibt es am Ende unserer Wanderung Einkehrmöglichkeiten mit bürgerlich-oberpfälzischer Küche. Wir starten am Pöllinger Bahnhof, der erst 1896 eröffnet wurde. Der mit  markierte Rangau-Pfalz-Weg führt zunächst unspektakulär nach **Rittershof**. Westlich davon beginnt unser Weg allmählich zu steigen. Bald erreichen wir den Wald, in dem – nördlich unseres Wegs – eine uralte Wallanlage aus der Eisenzeit versteckt liegt. Ein breiter Fahrweg führt uns bergan. Fichten, Kiefern und Lärchen wechseln einander ab.

Nach einer weiten Linkskurve stoßen wir auf die von Tyrolsberg herüberkommende Zeugenbergrunde (Markierung: ) , der wir von nun an folgen. Kurz in westlicher Richtung, der Hanglinie folgend, biegt unser Weg bald nach halbrechts bergab; der dunkle Fichtenwald auf der Nordwestseite des **Großbergs** umfängt uns. Geraume Zeit später gelangen wir auf einen Fahrweg, der uns hinunter zu den Köstlbacher Fluren bringt. Vorbei an den beiden Weihern kommen wir zum Scheitelpunkt der 1871 errichteten Eisenbahnlinie Nürnberg – Neumarkt. Von hier aus ist es nicht weit bis nach **Postbauer-Heng** – ein Wegweiser weist uns auf den Epeleinsweg: 1,7 km bis in den Ort, wo das empfehlenswerte Hotel Stiegler uns erwartet.

Nachdem wir uns an den oberpfälzischen Delikatessen gelabt und gestärkt haben, geht es weiter. Wir wandern zunächst auf gleichem Weg zurück zur Zeugenbergrunde. Am Golfplatz vorbei leicht ansteigend, erreichen wir später die flachen Höhen des **Grünbergs**, des unspektakulärsten der Zeugenberge. Durch duftiges Grün wandern wir, für etwa eine Stunde, durch die Mischwälder, einmal scharf nach rechts, nun wieder in östlicher Richtung abzweigend abwärts.



Auf dem Weg zum Grünberg

Wo sich die Forststraße aus dem Wald wagt, kommen wir zur Bundesstraße B 8, die wir vorsichtig überqueren. Erneut führt uns unser Weg aufwärts, diesmal auf die Südhängen des höchsten aller



Hohe Straße im Frühling

Zeugenberge, dem Dillberg, zu. Bald ist der Verkehrslärm der Bundesstraße nicht mehr zu hören; sehr still wird es hier. In weitem Bogen gelangen wir zum Fuß des Südost-Pfeilers des Dillbergs. Hier kommen wir auf die „**Hohe Straße**“, die von hier an herrlich auf dem Höhenrücken entlangführt.

Wunderbar abwechslungsreicher Wald begleitet uns. Das Wandern auf dem kleinen Weg ist ein wahrer Hochgenuss!

Eine gute Stunde später erreichen wir die **Heinzburg** auf dem Schlossberg. Wer das möchte, kann sich die im Landshuter Erbfolgekrieg zerstörte und nie wieder aufgebaute

Burganlage, von der Halsgraben und Wehrwälle noch gut zu sehen sind, gern ansehen. Sie befindet sich etwas oberhalb unseres Wegs (Pfad mit Wegweiser – ca. 5 Minuten Gehzeit).

Heinrichsbürg (Heinzburg)

Der 549 m hohe Schlossberg gehört geologisch zum Dillberg und schließt den Zeugenbergring um Neumarkt nach Norden ab. Der Schlossberg hat keine Kalkabdeckung mehr und daher auch kein ausgeprägtes Gipfelplateau, wie etwa Buchberg und Dillberg. Auf dem Berg findet man die Heinrichsbürg, gemeinhin auch „Heinzburg“ genannt, eine alte, verfallene Burganlage mit Halsgraben und eindrucksvollen Wallanlagen. Mauerreste sucht man vergeblich; sie sind der Verwitterung anheimgefallen. Das Vorkommen verschiedener Senken, Wälle und andere Artefakte lassen auf das frühere Ausmaß der Anlage schließen. Ersichtlich ist vor allem ein die gesamte Anlage umschließender Zwinger und das frühere Zwingertor im Westen. Die Ursprünge der Burganlage liegen im Dunklen. Sie wechselte mehrfach die Besitzer; schließlich wurde sie im Landshuter Erbfolgekrieg im Jahre 1504 zerstört und ist seither dem Verfall preisgegeben. Heute ist sie bei jungen Leuten beliebt, die auf den zahlreichen Senken und Wällen ihre Fahrkünste mit MTB und BMX ausprobieren.

Wenig später mündet unser Waldweg auf den Wendehammer einer Forststraße. Ab hier ist der mit  markierte Rangau-Pfalz-Weg wieder unser Begleiter. Bald zweigt er nach rechts ab und führt zunächst mit gehörigem Gefälle, dann flacher werdend, den Südhang des Waldes hinunter. Mit herrlicher Aussicht über das Neumarkter Becken steigen wir über eine etwas monotone Agrarstraße hinunter nach **Pölling**. Bald sind wir wieder am Bahnhof.



» **Stadt, Land, Plus** «
... und die Freizeit gehört uns!

TagesTicket

PLUS

- Tag oder Wochenende gültig
- für 1–6 Personen (max. 2 ab 18 Jahre)
- 2 Fahrräder anstelle von 2 Personen

Wochenend-Bonus
Am Samstag gekauft,
ist der Sonntag mit drin!

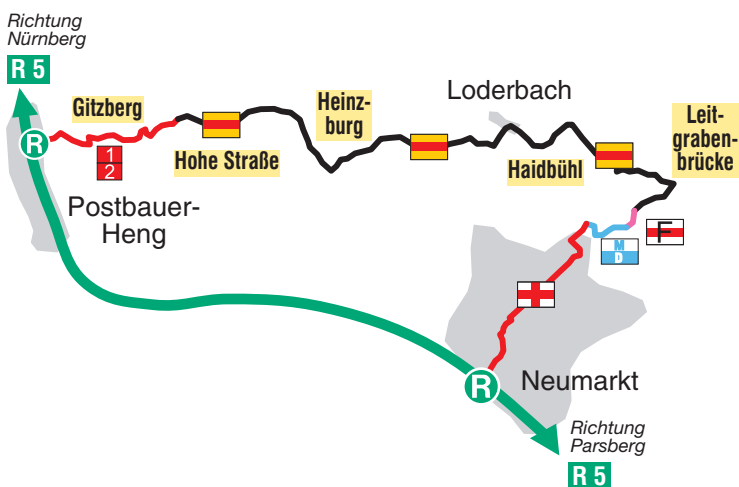
Ihr TagesTicket Plus erhalten Sie ganz einfach: entweder am Fahrkartenautomaten, beim Busfahrer oder im Vorverkauf bei den Verkaufsstellen im Verbundgebiet.

www.tagesticketplus.de

6 Auf der Hohen Straße

Postbauer-Heng – Schlossberg –
Loderbach – Labersricht – Neumarkt

19,0 km



Wanderstrecke

Gesamtentfernung: 19,0 km

Höhenunterschied: 272 m auf, 394 m ab


- Weite und ausgedehnte Streckenwanderung, im ersten Teil wunderbar waldreich, später im faszinierenden Schwarzachtal mit seinen vielen Mühlen.
- Gutes Schuhwerk und ein wenig Proviant sind empfehlenswert.

Wir starten am Bahnhof **Postbauer-Heng** mit Markierung **1**, der Dillberg-Runde. Nach kurzem Aufstieg erreichen wir das Sportgelände, steigen von dort hinauf zum Wald und erreichen wenig später einen



Gitzberg am Morgen

gewundenen Waldweg, der scharf nach rechts abbiegt und uns über die Hänge des Gitzbergs bergan führt. Der Gitzberg bildet den südlichsten Ausläufer des Dillbergs; wir genießen die lichten, sandigen Kiefernwälder, die von Heidelbeergebüsch bestanden sind. Nach Überquerung der Zufahrtsstraße zum Weiler Dillberg kurvt unser Weg munter auf und ab, meist der Hanglinie folgend, dazwischen aber auch verborgene Waldtälchen durchquerend. Mehrmals müssen wir wegen der recht überraschenden Kehren und Abzweigungen darauf achten, den schönen Wanderweg nicht zu verlieren.

Einige Zeit später erreichen wir die Zeugenbergrunde . Durch duftiges Grün wandern wir, durch die Mischwälder, entlang des südlichen Hanges des Dillberges, dem höchsten aller Zeugenberge. Ein Aufschwung bringt uns zum Fuß des Südost-Pfeilers. Hier erreichen wir die „Hohe Straße“, die von hier an herrlich auf dem Höhenrücken entlangführt. Sie war in früheren Zeiten Verwaltungs- und Geschäftsstraße. Heutzutage mag man sich fragen, weswegen noch in der Renaissance die sehr viel beschwerlichere Trasse über den sandigen



Lichtspiele auf der Hohen Straße


Höhenrücken gewählt wurde. Gründe dafür waren drei: In den Tälern war es nass, und in Ermangelung eines stabilen Unterbaus versanken die Kutschen dort oft im Schlamm, wogegen die sandigen Höhenrücken meist trocken waren; andererseits bot der Höhenrücken bessere Verteidigungsmöglichkeiten vor Räubern oder wilden Tieren, wie Bären und Wölfen, und schließlich konnte man sich auf der Höhe besser orientieren als in den unübersichtlicheren Tälern.

Etwa eine Stunde später erreichen wir die Sandkoppe des **Schlossbergs** mit der im 17. Jahrhundert zerstörten Heinzburg (auch „Heinrichsbürg“), die man über einen kleinen Pfad in wenigen Minuten erreicht. Gut erhalten sind noch der Halsgraben sowie ein paar Wehranlagen.

Kurz darauf erreichen wir den Wendehammer einer Forststraße, in die wir nach links abbiegen. Von hier an wandern wir stets leicht abwärts. Der breite und gut ausgebaute Forstweg führt in vielen Kurven durch den Neumarkter Stadtwald. Geraume Zeit später erreichen wir den Alten Kanal, der hier wunderbare Seerosen erblühen lässt. Ein kurzer Pfad durch den Wald und über die Staatsstraße von Altdorf führt uns über die Schwarzach nach **Loderbach** mit seinem schönen Kirchlein und einem freundlichen Gasthaus. Es bildet die einzige Einkehrmöglichkeit auf unserer recht langen Wanderung!







Weg nach Loderbach

In der Ortsmitte an einer alten Lindengruppe stößt der mit  markierte Main-Donau-Weg zu uns. Wir biegen rechts ab und erreichen bald den Rand eines Eichenhains. Bald können wir vom Waldrand aus auf die zahlreichen Mühlen im Schwarzachtal hinunterschauen. Sie haben dem Stadtteil seinen Namen gegeben – Neumarkt/Mühlen. Kurz darauf tritt unser Wanderweg in den Wald ein. Der Haidbühl, ein von lichten Kiefern bestandener Sandhügel, dürfte wohl im Zusammenhang mit den nacheiszeitlichen Fluten als Ergebnis des Geschiebes entstanden sein. Nach einem etwas ungemütlichen Abschnitt auf dem Fußweg neben dem Autobahnzubringer schlüpft

unser Weg wieder in den Hain neben der befahrenen Straße. Er entlässt uns auf die Wiesen; neben uns das Betriebsgelände von Fa. Fritz Berger, einem international bekannten Camping-Ausstatter. Ein Wiesenweg bringt uns vorbei am Sportgelände der Neumarkter Bogenschützen zur stillen Habersmühle an der Schwarzach. Der Kontrast zwischen moderner Geschäftigkeit und alter Tradition illustriert sich hier besonders pointiert.

Unser Weg führt uns, der Schwarzach aufwärts folgend, über die B 299 und später auf einem kleinen Fahrsträßchen zur Friedlmühle und der romantisch gelegenen Bodenmühle. Wenig später kommen wir zur „Leitgraben-Brücke“, einem wasserbautechnischen Kuriosum: Der frühere Ludwigs-Kanal, der Main und Donau verband, hatte in Neumarkt seinen Scheitelpunkt. Um die Scheitellinie des Kanals ausreichend mit Wasser versorgen zu können, leitete man es aus der wasserreichen Schwarzach westlich von Auhof ab. Der etwas tiefer liegende Ottosauer Bach, der oft über die Ufer trat, musste dabei überbrückt werden, was mittels einer Kanalbrücke geschah.

Kurz vor der Leitgraben-Brücke biegen wir zusammen mit dem Frankenweg  nach rechts ab und wandern über die Wiesen, die im Frühjahr eine reiche Blumenpracht zeigen. Leicht ansteigend erreichen wir **Labersricht**, einen verträumten Weiler am Fuße des Wolfstein.

Am nordöstlichen Ende von Labersricht verlassen wir die Zeugenberg-runde und biegen nach rechts auf den Frankenweg  ab; wenig später erreichen wir wieder den Main-Donau-Weg , dem wir, wieder rechts abbiegend, bergab folgen. Nach Überquerung der B 299 erreichen wir den Beginn des mit  markierten Epeleins-wegs, der nach links in den Stadtteil Schafhof hineinführt. Er bringt uns auf dem Pfad neben dem Leitgraben nach **Neumarkt** hinein. Vorbei am Museum Lothar Fischer gelangen wir zum Stadtgraben. Sicher bringt uns unser Weg geradewegs zum Bahnhof Neumarkt, von wo aus wir stets guten ÖPNV-Anschluss nach Nürnberg haben.

Einkehrmöglichkeiten

- **Gasthaus Ehrnsberger**
Untere Marktstr. 19, 92318 Neumarkt i. d. OPf.
Tel. 09181 907920, Fax: 09181 21919
E-Mail: info@ehrnberger-gasthaus.de
- **Hotel – Restaurant Lehmeier**
Obere Marktstraße 12, 92318 Neumarkt i. d. OPf.
Tel. 09181 2573-0
E-Mail: info@hotel-lehmeier.de
Internet: www.hotel-lehmeier.de
- **Hotelgasthof Dietmayr**
Bahnhofstr. 4, 92318 Neumarkt i. d. OPf.
Tel. 09181 25870
E-Mail: kontakt@dietmayr.de
Internet: www.hotelgasthof-dietmayr.de
- **Metzgerei • Hotel • Gasthof Wittmann GmbH**
Bahnhofstraße 21, 92318 Neumarkt i. d. OPf.
Tel. 09181 907426
E-Mail: rezeption@hotel-wittmann.de
Internet: www.hotel-wittmann.de
- **Braustüberl im Glossner-Bräu**
Schwesterhausgasse 9, 92318 Neumarkt i. d. OPf.
Tel. 09181 22145
E-Mail: info@glossner.de
- **Berggasthof Sammüller**
Schafhofstrasse 25, 92318 Neumarkt i. d. OPf.
Tel. 09181 40570
E-Mail: hotel@sammueler.de
Internet: www.sammueler.de
- **Gasthof Fleischmann GbR**
Sportheimstr. 8, 92318 Neumarkt-Pölling
Tel. 09181 31541
E-Mail: info@gasthof-fleischmann.de
Internet: www.gasthof-fleischmann.de
- **Gasthof Nißlbeck**
An Höhenberg 17, 92318 Neumarkt i. d. OPf.
Tel. 09181 32536
- **Gaststätte Buchberg**
Hauptstraße 55, 92369 Sengenthal
Tel. 09181 264502
- **Gasthaus Blomeier**
Kapellenplatz 8, 92361 Tyrolsberg
Tel. 09188 866

- **Gasthaus-Hotel-Metzgerei Stiegler**
Neumarkter Str. 29, 92353 Postbauer-Heng
Tel. 09188 95030
E-Mail: hotel-stiegler@t-online.de
Internet: www.franz-stiegler.homepage.t-online.de

- **Holzammer Gasthof und Pension**
Buch 38, 92353 Postbauer-Heng/Buch
Tel. 09188 871

- **Gasthof Feihl**
Pöllinger Hauptstr. 50, 92318 Neumarkt-Pölling
Tel. 09181 41094
Internet: www.gasthof-metzgerei-feihl.de

- **Restaurant „Schönblick“**
Am Höhenberg 12, 92318 Neumarkt-Höhenberg
Tel. 09181 474910
E-Mail: info@tagungshotel-schoenblick.de
Internet: www.tagungshotel-schoenblick.de

- **Landgasthof Almhof**
Am Höhenberg 5, 92318 Neumarkt-Höhenberg
Tel. 09181 32584
E-Mail: lukas-almhof@t-online.de
Internet: www.landgasthaus-almhof.de



- **Gaststätte Moosstube (beim Jura-Zoo)**
Sulzbürger Str. 46, 92318 Neumarkt
Tel. 09181 698900
E-Mail: jura-zoo@pelech-nm.de
Internet: www.jura-zoo.de

- **Seecafé Neumarkt**
Dr.-Kurz-Straße, 92318 Neumarkt
Tel. 09181 263585
E-Mail: info@seecafe-neumarkt.de
Internet: www.seecafe-neumarkt.de

- **Gradlhof**
Am Kühanger 1, 92353 Postbauer-Heng
Tel. 09188 305016

- **Gasthaus Ehrnsberger**
St.-Georg-Str. 3, 92348 Berg-Loderbach
Tel. 09181 32531
E-Mail: info@gasthaus-ehrnberger.de
Internet: www.gasthaus-ehrnberger.de

Wegemarkierung

- Christliche Arbeiterhilfe e.V.
CAH-Werkstätte 
- Fränkischer Albverein e.V. 
- Obst- und Gartenbauverein Pilsach



Wege in Trägerschaft von

- Stadt Neumarkt
- Fränkischer Albverein e.V.
- Markt Postbauer-Heng
- Gemeinde Berg
- Gemeinde Bergau
- Gemeinde Sengenthal
- Deutscher Alpenverein e.V., Sektion Neumarkt
- Arbeitskreis Natur und Umwelt Sengenthal
- Obst- und Gartenbauverein Pilsach

Fahrplan- und Tarif-Service



www.vgn.de

E-Mail **info@vgn.de**



VGN Info-Telefon

0911 27075-99

Fahrplan-Service



Persönliches Log-in

www.vgn.de/mein_vgn

SMS **0175 4343 888**

WAP Handy **wap.vgn.de**



0800 | **I N F O V G N**
4 6 3 6 8 4 6

kostenfrei

**VGN-Fahren.
Rundum mobil.**



Verkehrsverbund Großraum Nürnberg

Rothenburger Str. 9 • 90443 Nürnberg • Tel. 0911 27075-0

VAG



BAHN

Regio Mittelfranken

ESTW

ERLANGER STÄDTWERKE



BAHN

Frankenbus

infra
fürth verkehr gmbh

stadtverkehr
schwabach

GPV

GkV

Partner im VGN