

NATURPARK ALTMÜHLTAL THEMENMAGAZIN

Zeit für aktive Entspannung



Naturpark
Altmühltal



Auf zwei Rädern
zum Natur- und Kulturgenuß

Wanderbare Auszeiten
auf vielfältigen Routen

Erdgeschichte zum Anfassen
in der Heimat des Archaeopteryx

Ja, natürlich!



„In der Natur gibt es keine Eile,
doch alles wird erreicht.“ (Laozi)

Sich Zeit zu lassen und den Augenblick mit allen Sinnen zu erleben - dazu lädt der Naturpark Altmühltal ein. Die Auszeitregion in Bayerns Mitte erkundet jeder auf seine Art - zu Fuß, per Rad oder mit dem Boot, auf den Spuren alter Kulturen, aus Faszination für die Natur oder unterwegs zum Genuss.

Bei Touren im Naturpark Altmühltal mit seiner vielfältigen Landschaft ist stets der Weg das Ziel - etwa auf dem Altmühltal-Panoramaweg. Der „Qualitätsweg Wanderbares

Deutschland“ feiert 2025 Jubiläum: Seit 20 Jahren führt er quer durch die Region. Weitere Routen sowie erlebnisreiche Ausflugsziele und besondere Genüsse stellt dieses Magazin vor. Historische Städte mit prächtigen Bauten, trutzige Burgen und gastfreundliche Klöster, faszinierende Urzeitwesen und einzigartige Naturschauspiele, das UNESCO-Welterbe Limes und vieles mehr warten auf Entdeckung.

Lassen Sie sich inspirieren und erleben Sie besondere Urlaubsaugenblicke!

Inhalt



4

Bewegte Auszeit

Erlebnisreiche Rundtouren und Paradenstrecken zum Radeln und Wandern



22

Hausbesuch beim Urvogel

Dinosauriern und kosmischen Katastrophen auf der Spur

10

Schrittweise Entspannung

Unterwegs auf dem Altmühltal-Panoramaweg und weiteren Traumrouten



26

Wellen der Entspannung

Auszeiterlebnisse im Naturpark Altmühltal

35

Natürlich genießen

Heimisches und Überraschendes



Impressum

Herausgeber: Informationszentrum Naturpark Altmühltal
Notre Dame 1 · 85072 Eichstätt
Telefon 08421/9876-0 · Telefax 08421/9876-54
info@naturpark-almuehltal.de
www.naturpark-almuehltal.de
Bildnachweis: Partner und Archive des Tourismusverbandes Naturpark Altmühltal und der Orte, iStock, Dietmar Denger, Gerd Grimm, Stefan Gruber, Andreas Hub, Jürgen Isl, Hubert Klotzbeck, Stefan Schramm, Günter Standl

Realisation: magenta4.com
Druck: ADV Schoder, Augsburg
25/11/24 - Alle Angaben ohne Gewähr.



38

Auf zur Zeitreise!

Ein Streifzug durch mehrere Jahrtausende Kulturgeschichte

Aktiv durch den Naturpark Altmühltal

Bewegte Auszeit

Die einzigartige Landschaft im Naturpark Altmühltal lässt sich am besten aktiv entdecken, auf erstklassigen Rad- und Wanderwegen – wie dem Altmühltal-Panoramaweg, der seit 20 Jahren quer durch die Region führt. Die Bahn und im Sommer die Freizeitbusse mit Fahrradanhänger bringen Aktive zum Start für abwechslungsreiche Rund- oder Streckentouren.







Durchs Altmühltal und seine Seitentäler, über die sonnigen Jurahöhen und durch die weiten Wälder - ein Netz von gut ausgebauten Radwegen durchzieht den Naturpark Altmühltal und lädt dazu ein, die Urlaubslandschaft nachhaltig auf zwei Rädern zu erkunden.

(oben) Radler am historischen Ludwig-Donau-Main-Kanal bei Essing | (unten) Ausblick übers Ries bei Wemding

Sonnige Wacholderheiden und helle Felstürme an den Talhängen ziehen vorbei, historische Städtchen und gastfreundliche Dörfer bieten Gelegenheit zu erholsamen Pausen. Bei der Einkehr oder beim Museumsbesuch lassen sich ganz nebenbei die E-Bike-Akkus wieder auf-

laden. Radfahren im Naturpark Altmühltal ist wunderbar entspannend.

Durchs Altmühltal und seine Seitentäler führen ebene, familienfreundliche Wege fern des Straßenverkehrs. Ebenso ruhige Tourbegleiter wie die Flüsse sind der historische Ludwig-Donau-Main-Kanal und der Main-Donau-Kanal. Und ganz im Süden der Region ist die Donau die Gefährtin für Genussstouren.

Als Paradenstrecke führt der Altmühltal-Radweg von Gunzenhausen bis Kelheim quer durch die Region. Auf 166 Kilometern folgt der dem Lauf

Mit dem Rad in die Erdgeschichte!

Vom Meteoriteneinschlagskrater Nördlinger Ries bis zum Donaudurchbruch mit seinen fast senkrechten Wänden führt der neue GeoRadweg Altmühltal. Unterwegs liegen die Riffe des Jurameers, die Fundstätte des bekannten „Urvogels“ Archaeopteryx und andere erdgeschichtliche Höhepunkte an der Route.

Die zwei Streckenvarianten mit Längen von 201 und 182 Kilometern lassen sich zu einer großen Runde kombinieren. Außerdem gibt es vier Rundtouren-Vorschläge, die sich gut an den Bahnhöfen in Treuchtlingen, Eichstätt, Kinding und Abensberg starten lassen.

www.georadweg-almuehltal.de





(oben) Residenzplatz
Eichstätt | (rechts) vor
dem Römerkastell
Vetoniana bei Pfünz

der Altmühl. Die ebene Wegführung und die vielen spannenden Zwischenstopps machen ihn zur beliebten Familienstrecke. Zu mehrtägigen Touren laden darüber hinaus der GeoRadweg Altmühltal, der Limes-Radweg, der dem Verlauf des UNESCO-Welterbes folgt, und der Fränkische WasserRadweg ein.

Neben Fernstrecken bietet die Urlaubslandschaft eine große Auswahl an Rundwegen. Für Gravelbiker und Rennradler gibt es passende Rundtourenvorschläge, die mit teils knackigen Anstiegen und rasanten Abfahrten sportliche Herausforderungen bieten.

Service rund ums Radfahren

Die Bahn und die Freizeitbusse mit Fahrradanhänger, die von Mai bis Anfang Oktober an Wochenenden und Feiertagen unterwegs sind, bringen die Radler wieder zurück an den Urlaubsort. Außerdem sorgen zahlreiche radelfreundliche Gastgeber dafür, dass Radurlauber sich im Naturpark Altmühltal rundum wohlfühlen. Einige stellen auch Leih-Räder oder Leih-E-Bikes für ihre Gäste zur Verfügung. Und falls mal kleinere Reparaturen nötig sein sollten, bieten öffentliche Radservicestationen vielerorts Gelegenheit, diese selbst auszuführen.

www.naturpark-almuehltal.de/radfahren
www.almuehltal-radweg.de



© Naturpark Altmühltal/Dietmar Denger

Eine Radkarte - 15 Rundtouren



Die neue Radkarte „Tourenvielfalt und Altmühltal-Radweg erfahren“ des Naturpark Altmühltal stellt 15 verschiedene Rundtouren im ganzen Naturpark-Gebiet vor. Hier ist für jeden Anspruch etwas dabei. Mal steht der Naturgenuss im Vordergrund, andere Strecken beeindrucken mit historischen Sehenswürdigkeiten.

Zusätzlich bietet die handliche und übersichtliche Karte eine Übersicht über den Verlauf der großen Fernradwege, die durch die Region führen. Sie ist beim Naturpark Altmühltal kostenlos bestellbar und steht online direkt zum Download zur Verfügung. Wer vor Ort ist, erhält sie natürlich auch unter anderem im Informationszentrum Naturpark Altmühltal in Eichstätt - zusammen mit vielen weiteren Tipps rund um den Aufenthalt.

www.naturpark-almuehltal.de/infomaterial

Auf die herzliche Tour!

Das untere Altmühltal mit seiner abwechslungsreichen Mischung aus kulturellen Sehenswürdigkeiten und eindrucksvoller Natur, Wellness- und Genusserlebnissen lässt sich entspannt auf der Herzstück-Tour erradeln.

(unten) Befreiungshalle
Kelheim | (rechte Seite)
Blick auf Essing

Die Räder laufen auf der ebenen Strecke wie von selbst. Rechts glitzert das Wasser des Main-Donau-Kanals, sonnige Wacholderheiden ziehen vorbei. Steil abfallende Felsen, manchmal gekrönt von trutzigen Burgen, regen die Fantasie an: Was haben sie wohl schon alles gesehen?

Beeindruckende Spuren der Geschichte und besondere Natureindrücke liegen im unteren Altmühltal ganz nah beieinander. Die Highlights der Gegend vereint zum Beispiel eine mehrtägige Radrundtour, die mit ihrem verheißungsvollen Namen Lust macht, sich direkt in den Sattel zu schwingen: die Herzstück-Tour.

Im Herzen Bayerns verbindet die gut 122 Kilometer lange Route mit Donauradweg, Altmühltal-Radweg und Schambachtalbahn-Radweg drei der schönsten Fernwege der Region. Als Startpunkt für die Tour bietet sich die Stadt Ingolstadt mit ihrem Fernbahnhof an. Von dort geht es erst einmal durch das idyllische Schambachtal in die Drei-Burgen-Stadt Riedenburg. Als Wahrzeichen thront weithin sichtbar die stolze Rosenberg über der Stadt, außerdem liegen zwei Ruinen auf den Anhöhen. Die bunten Fassaden an der Kanalpromenade verströmen südliches Flair.

Von Riedenburg aus führt die Tour zwischen Felsen und Wacholderheiden am Main-Donau-



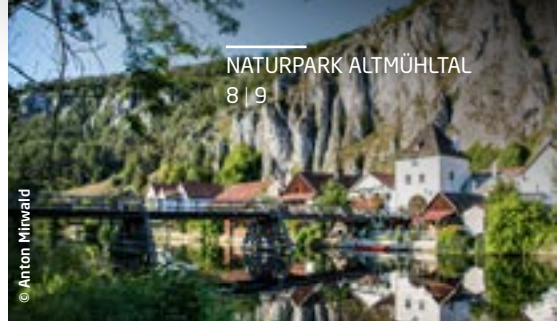
© Peter von Felbert



© Dietmar Denger

Blick auf Riedenburg

© Anton Mirwald



Kanal entlang nach Essing, dessen Häuser sich an eine steile, fast senkrechte Felswand drängen. Auf der Weiterfahrt Richtung Kelheim zieht schon von weitem die Befreiungshalle auf dem Michelsberg die Blicke auf sich. Lange bevor König Ludwig I. von Bayern sie errichten ließ, gab es hier eine bedeutende Keltensiedlung, wie das Archäologische Museum zeigt. Zwischen den farbenprächtigen Häusern der historischen Altstadt mit ihren drei mittelalterlichen Stadttoren klingt der Radeltag in Kelheim aus.



Den Wegabschnitt von Kelheim zum Kloster Weltenburg legt man am besten per Schiff zurück. So lässt sich der spektakuläre Donaudurchbruch mit seinen bis zu 70 Meter hohen Felswänden am eindrucksvollsten erkunden. Geschichtsfans machen einen Abstecher zum Kastell Abusina bei Eining. Hier traf einst der Limes als befestigte Grenze des römischen Imperiums auf die Donau als „nassen Limes“. Sowohl der Obergermanisch-Raetische als auch der Donaulimes gehören heute zum UNESCO-Welterbe. Erholung nach Römerart bietet Bad Gögging, wo die Limes-Therme dazu einlädt, im Heilwasser zu entspannen und Kraft zu tanken für den letzten Abschnitt der Runde.

www.herzstueck.bayern

Kurz-Info zur Herzstück-Tour

Länge: 122 km
Fahrtzeit: ca. 3 Tage
Höhenmeter: 277



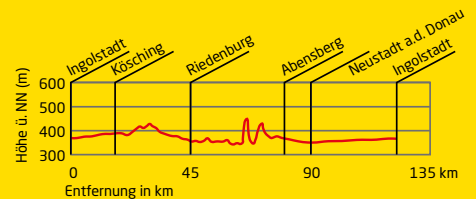
Infos zur Tour

Tag 1: Ingolstadt - Riedenburg (Schambachtalbahn-Radweg)

Tag 2: Riedenburg - Essing - Kelheim (Altmühltal-Radweg)

Tag 3: Kelheim - Kloster Weltenburg - Abensberg - Bad Gögging - Ingolstadt (Donauradweg)

www.herzstueck.bayern/herzstueck-tour



Römerkastell Abusina



Wandervielfalt **im Naturpark Altmühltal**

Schrittweise Entspannung

Der Altmühltal-Panoramaweg wird 20! Neben der Paradestrecke führen viele weitere Wege zum Naturgenuss.



Der weiche Waldweg federt unter den Schritten. Die Sonne scheint durchs lichte Blätterdach. Von der Wacholderheide dringt das sanfte Blöken der Schafe herüber. Und bald eröffnet sich von der Anhöhe ein Panoramablick über Felsen und Fluss, Wacholderheiden und Kirchtürme...



Traumhafte Aussichten sind das Markenzeichen des Altmühltal-Panoramawegs, der seit inzwischen 20 Jahren von Gunzenhausen bis Kelheim quer durch den Naturpark Altmühltal verläuft. Nicht umsonst gehört die rund 200 Kilometer lange Route zu den „Top Trails of Germany“ und wurde vom Deutschen Wanderverband als Qualitätsweg zertifiziert! Wer den Weg ganz entspannt erkunden möchte, nutzt am besten eines der Angebote zum Wandern ohne Gepäck. Praktische Etappenvorschläge und Bahnhöfe an der Strecke laden aber auch dazu ein, einzelne Abschnitte zu erkunden. Oder man entscheidet sich für einen der Schlaufenwege, die der Paradestrecke in Sachen Qualität in nichts nach-

(oben) Wanderer bei Arnsberg



Altmühltal Panoramaweg

stehen. Diese Rundtouren für Tages- und Halbtageswanderungen erschließen entdeckenswerte Landschaften und Sehenswertes in den Seitentälern des Altmühltals oder auf den Jurahöhen. Meist verlaufen sie ein Stück weit gemeinsam mit dem Altmühltal-Panoramaweg.

Wer es gern ruhig angehen lässt, ist auf dem Wallfahrerweg richtig, einer Mehrtagesstrecke von Breitenbrunn bis Wemding. Aber auch bei kurzen Touren wartet eine vielfältige Auswahl: Örtliche Wege mit überschaubarer Länge oder auch mit besonderen Mitmach-Stationen bieten sich für entspannte Spaziergänge, Wandernachmittage oder Familienausflüge an.

www.naturpark-almuehltal.de/wandern

Die schönsten Rundwanderwege



Zu den schönsten Rundwanderwegen im Naturpark Altmühltal gehören neben den Schlaufenwegen am Altmühltal-Panoramaweg auch weitere qualitäts-

geprüfte Strecken, die in einer gemeinsamen Broschüre mit Karten und Tourinfos beschrieben sind. Diese ist kostenlos bestellbar und steht auf der Naturpark-Website zum Download zur Verfügung. Alle enthaltenen Wege werden auch online vorgestellt.

www.naturpark-almuehltal.de/rundwanderwege

Schlaufenweg **Dollnstein / Wellheim**

Wo einst die Urdonau strömte

Wandernd der Kraft des Wassers folgen,
bizarre Felsen entdecken.

Die Wassermassen der Urdonau formten einst ein breites, heute trockenes Tal voller eindrucksvoller Felsformationen, das sich auf einem der qualitätsgeprüften Schlaufenwege am Altmühltal-Panoramaweg erkunden lässt.

Vom Marktplatz in Dollnstein – ganz in der Nähe lädt das Altmühlzentrum Burg Dollnstein **1** zum Besuch ein – führt die Strecke bergauf aus dem Ort. Zwischen Felsen und Wacholderbüschen geht es den Trockenrasenhang **2** hinauf bis zu einem Aussichtspunkt oberhalb des Dollnstein/Rieder Weihers. Nach diesem sonnigen Abschnitt taucht der Weg in den Wald ein, bis ein Pfad nach Konstein hinunter führt. Hier hat man an der Josefskapelle mit Sitzgelegenheit einen schönen Ausblick zum sogenannten „Löwenkopf“. Nachdem die Bahnhofstraße mit dem ehemaligen Bahnhof Konstein und dem Glasbläserbrunnen durchquert ist, geht es erneut bergauf. Wieder führt der Weg durch den Wald bis zur Aussicht „Löwenkopf“. Schließlich liegt die Ruine der Burg Wellheim **3** vor den Wanderern, die auf einer Felskuppe oberhalb des Ortes thront.

Im Tal, vorbei am Torbogenhaus mit Urdonautalmuseum und dem sehenswerten Friedhof mit Pfarrhof, wird die Schutter überquert. Nach einem Hügelgräberfeld aus der mittleren Bronzezeit geht es anschließend zur Schutterquelle, die zur Erfrischung einlädt. Vorbei am Naturfreundehaus gelangt man nach Aicha, wo man steil bergauf zu einer uralten

(oben) Burg Wellheim |
(unten) Altmühlzentrum
Dollnstein



© Georg Pfeilschifter



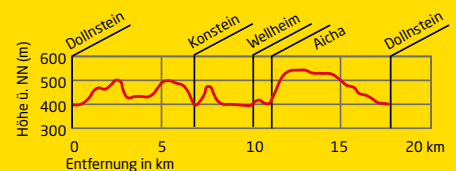
Kurz-Info zur Schlaufe 11

Länge: 17 km

Gehzeit: ca. 4 Std.

Höhenmeter: 571

www.dollnstein.de



Straße gelangt: Schon die Römer legten diesen Weg **4** zwischen Nassenfels und Weißenburg an, dem man nun durch den Wald folgt. Am Waldrand bietet sich den Wanderern zum Abschluss ein wunderbarer Blick auf den eindrucksvollen Burgsteinfelsen bei Dollnstein **5**.

www.dollnstein.de

www.wellheim.de

Tagesrundtouren im Landkreis Neumarkt i.d.OPf.

Wasser als Wegweiser

Neumarkt i.d.OPf., Berching, Breitenbrunn und Dietfurt: Vier historische Städte und Orte laden dazu ein, Geschichte und Natur im Altmühl- und Labertal zu erkunden.

In natürlichen Schlaufen windet sich das Flüsschen durch die grünen Auen. Eine idyllische „Brücke“ aus moosüberwachsenen Steinsäulen lädt dazu ein, das andere Ufer zu erkunden. Das Plätschern des Wassers und die Rufe der Vögel begleiten die Wandertour.

Das Tal der Weißen Laber ist ein echtes Wanderidyll. Die romantischen „Brücken“ sind eigentlich Schwalle, die für die Bewässerung der Felder gebaut wurden. Auch manche Mühle klappert

hier noch am Bach. Diese Besonderheiten und die Naturerlebnisse machen Touren auf dem Wasser- und Mühlenweg zum Hochgenuss. Diese 67 Kilometer lange Tour ist einer von zwei Weitwanderwegen, die im Norden des Naturpark Altmühltal verlaufen. Der zweite ist der insgesamt 237 Kilometer lange Jurasteig, der an 13 Etappen auch 18 Jurasteig-Schlaufen führt. Von Höhenberg bei Neumarkt i.d.OPf. verlaufen beide Strecken gemeinsam durch das Tal der Weißen Laber bis nach Dietfurt a.d.Altmühl. Dort trennen sich die Wege wieder. Der Jurasteig

(unten) Berchings
Stadtmauer und Radweg
am König-Ludwig-Kanal

Berching - das Tor zum Naturpark Altmühltal

Umrahmt von zwei Wasserstraßen liegt die Stadt Berching mit ihrem geschlossenen mittelalterlichen Stadtbild idyllisch direkt am Fünf-Flüsse-Radweg. Die über 500 Jahre alte, begehbare Wehrmauer, 13 Türme, vier Stadttore, die prächtigen Bürgerhäuser um die Marktplätze und die engen Gassen entführen in längst vergangene Zeiten. Bei historischen Stadtführungen werden diese wieder lebendig und die Besucher begegnen Handwerkern, Bettlern, dem Amtmann oder der Bürgersfrau. Kinder können die Stadt mit einem Stadtquiz erkunden und Hobbydetektive einen kniffligen Mordfall lösen.

Murmelnde Bäche, weite Hochflächen, Wander- und Radwege befinden sich direkt vor der Haustür: Berching lädt ein zu Ausflügen zu Fuß und mit dem Rad, zu Treideltouren, zum Besuch im Erlebnisbad oder im Gluck- und Heimatmuseum. Um das leibliche Wohl kümmern sich die Berchinger Wirte.

www.berching.de

© Stadt Berching/Dietmar Denger



© Stadt Berching/Dietmar Denger



führt Richtung Süden weiter ins Altmühltal, der Wasser- und Mühlenweg lenkt Richtung Norden zurück ins idyllische Labertal. Naturhighlights, mystische alte Mühlen und mittelalterliche Geschichte gibt es entlang dieser beiden Mehrtagestouren, aber auch an ihren Schlaufenwegen zu entdecken. Letztere sind ideal für alle, die eine Tagesrundtour unternehmen möchten. Als Ausgangspunkte bieten sich historische Städte und Orte an.

Das Mittelalterstädtchen Berching mit seiner komplett erhaltenen Stadtmauer liegt zum Beispiel an der König-Ludwig-Schleife des Jurasteigs. Diese führt an den historischen Ludwig-Donau-Main-Kanal, den König Ludwig I. von Bayern im 19. Jahrhundert erbauen ließ. Wer der Markierung bis Holnstein folgt, kann aber auch auf die Schleife 2 des Wasser- und Mühlenwegs abbiegen, die dort startet. So ergibt sich eine 21,2 Kilometer lange Tagestour. Die Schleife 2 selbst führt auf einer Länge von gut neun Kilometern unter anderem zur Erbmühle, wo heute Angus-Rinder grasen. Außer-

(unten) Wanderer auf einem Laberschwall | (rechts) Auf der Tillyland-Schleife bei Breitenbrunn



© Stefan Gruber

„Rund umadum“ Breitenbrunn

Die berühmteste Persönlichkeit in der Geschichte des Marktflleckens Breitenbrunn ist der Feldherr Johann Tserclaes von Tilly, der für seine Verdienste im Dreißigjährigen Krieg 1624 die Herrschaft über Breitenegg, Breitenbrunn und Kemnathen erhielt. Alljährlich feiert man den Feldherrn mit dem Tillyfest. Fanfaren ertönen, wenn Tilly hoch zu Ross einzieht und die Besucher tauchen in das raue und doch herzliche Lagerleben ein.

Wenn Breitenbrunn gerade nicht in der Hand der Schweden und Landsknechte ist, liegt der Ort ruhig in einer anmutigen Landschaft mit kleinen Bachläufen, idyllischen Tälern und sonnigen Hängen. Wanderer finden hier viele Möglichkeiten, die Breitenbrunner und Wissinger Laber zu erkunden. Die Bäche sind durchgängig unbaut und sehr naturnah, die Wissinger Laber gilt naturschutzrechtlich gar als „Elitebach Deutschlands“. Entlang der Laber-Touren befinden sich Stauwehre, die sogenannten Schwallen. Sie dienen als Steinbrücken und machen es möglich, das Ufer zu wechseln und den Weg individuell zu gestalten oder abzukürzen.

www.breitenbrunn.de

© R. Mederer



(oben) Blick auf Neumarkt i.d.OPf. | (unten) Einkehren in Neumarkt, Wellness im Schlossbad

dem bietet sich ein Abstecher zu den Kalktuffkaskaden im Angertal an.

Das malerisch gelegene Breitenbrunn ist ein idealer Ausgangspunkt, um das Tal der Wissinger Laiber zu erkunden. Die 12,3 Kilometer lange Schlaufe 3 des Wasser- und Mühlenwegs führt direkt an dem naturbelassenen Bachlauf entlang. Entspannt wandert man bis zur Aumühle, einem idyllisch gelegenen Weiler mit gut erhaltener

Mühlenanlage, um dann am anderen Ufer nach Breitenbrunn zurückzukehren. Schwalbe bieten unterwegs die Möglichkeit, von einer Flussseite auf die andere zu wechseln und die Tour abzukürzen. Für eine längere Tour bietet sich die Tillyland-Schlaufe (17,6 km) des Jurasteigs an, die ebenfalls in Breitenbrunn startet.

Naturgenuss und beeindruckende Spuren des christlichen Glaubens verbindet eine weitere

Starke Stadt Neumarkt i.d.OPf.

Schon beim ersten Spaziergang durch Neumarkts Altstadt beeindrucken viele Sehenswürdigkeiten, die einen Brückenschlag von der glanzvollen Geschichte des Mittelalters bis zur Jetztzeit schaffen. Das Rathaus aus dem 15. Jahrhundert, das Konzerthaus Historischer Reitstadel, die gotische Hallenkirche Münster St. Johannes und die Museen, die sich Themen von Weißwurst über Maybach-Fahrzeuge bis hin zur Kunst widmen, bieten vielfältige Eindrücke. Die genussvolle Seite der Stadt entdeckt man auf dem Wanderweg „Neumarkter Biervielfalt“. Das Bierbrauen hat hier eine lange Tradition, was drei ortsansässige Brauereien bezeugen. Die Wanderung führt zu Braustätten und Biergärten, über die Zeugenberglandschaft, zu herrlichen Ausblicken und in die Altstadt.

Nach der Biertour sorgt das neue Schlossbad mitten in der Stadt für Entspannung. Das Freizeit- und Erlebnisbad mit Saunalandschaft ist für jede Jahreszeit ein idealer Erholungsort.

www.tourismus-neumarkt.de



© Stadt Neumarkt i.d.OPf./Thomas Linke



© Günter Standl



(oben) Erlebnisstation Schwalbe beim Franziskuspark in Dietfurt | (rechts) Chinesenfashing in Dietfurt

Jurasteig-Schlaufe: Vor den Toren der Stadt Neumarkt i.d.OPf. mit ihren historischen Bauten und faszinierenden Museen beginnt im Lengenbachtal die Mariahilf-Schlaufe (13,4 km). Von der Wallfahrtskapelle aus verläuft der Weg durch das ruhige Tal, das für seinen Schmetterlingsreichtum bekannt ist. Später bietet sich von der Wallfahrtskirche Mariahilf aus ein großartiger Panoramablick. Auf einem ruhigen Waldweg geht es hinunter ins Tal der Weißen Laber und schließlich über den Schellenberg zum Ausgangspunkt.

Traumhafte Ausblicke, aber auch faszinierende Einblicke vereint der Höhlenkundliche Wanderweg (8 km) rund um den Dietfurter Stadtteil Mühlbach, ein weiterer Schlaufenweg des Jurasteigs. Hier sind die Wanderer auf dem „Dach“ der Mühlbachquellhöhle unterwegs. Das riesige Höhlenlabyrinth selbst ist nur Experten zugänglich. Infotafeln und interaktive Stationen für Kinder machen es jedoch möglich, sich selbst ein bisschen wie ein Höhlenforscher zu fühlen. An der Mühlbachquelle wartet außerdem die Ausstellung „Stein.Wasser.Höhle“ in der Obermühle, einem typischen Jurahaus-Ensemble. Und wer Lust hat, wandert anschließend entspannt am historischen Ludwig-Donau-Main-Kanal nach Dietfurt hinein.



Dietfurt a.d.Altmühl, die 7-Täler-Stadt

Sieben Täler münden in den Dietfurter Talkessel, kein Wunder also, dass die Stadt ein ausgezeichnete Ort für Wanderer und Radfahrer ist. An vielen überregionalen und regionalen Wander- und Radwegen gelegen, ist Dietfurt ein idealer Startpunkt für viele Touren. Speziell in Dietfurt gibt es die Dietfurter Wasserwege mit 4 verschiedenen Touren. Auf den verschiedenen Touren wird die Vielseitigkeit von Wasser besonders den Kindern nahegebracht. An den Wassererlebnisstationen haben die Kinder ihren Spaß.

Bekannt ist Dietfurt natürlich als Bayrisch China. Der Legende nach verwehrten die Dietfurter einst dem bischöflichen Steuereintreiber den Zutritt, worauf dieser berichtete: „Die Dietfurter verstecken sich hinter der Mauer wie die Chinesen“. Fortan hatte Dietfurt seinen Spitznamen „die Chinesen“.

Das Thema China spiegeln Sehenswürdigkeiten in der ganzen Stadt wider, z.B. der Chinesenbrunnen, der Drachenbrunnen sowie der QiGong Weg. Auch die Feste haben natürlich einen fernöstlichen Hauch: der jährlich stattfindende Bayrisch-Chinesische Sommer sowie der seit Kurzem zum immateriellen Kulturerbe Bayerns ernannte Chinesenfashing am Unsinnigen Donnerstag.

Qualitätsweg Eichstätter Panoramaweg

Barockglanz im Blick



Traumhafte Aussichten sind das Markenzeichen des Wanderwegs Nummer 7 rund um die Barockstadt Eichstätt. Der frisch erneut zertifizierte „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“ bietet aber noch mehr.

Im Zentrum des Naturpark Altmühltal liegt Eichstätt. Die barocke Bischofs- und moderne Universitätsstadt ist reich an historischen Bauten. Den besten Blick auf dieses Gesamtkunstwerk ermöglicht der Eichstätter Panoramaweg.

Auf der insgesamt 11,5 Kilometer langen Strecke entdecken Wanderer nicht nur die Stadt, sondern auch die Natur, die sie umgibt. Vom Stadtbahnhof folgen sie den Schildern mit der 7 durch die Altstadt. Bald schon geht es bergauf zum ersten Panoramablick über die Hauslandschaft mit den markanten Kirchtürmen und den

auffälligen grauen Legschieferdächern der typischen Jurahäuser.

Bevor der Weg wieder talwärts führt, lockt eine Pause auf der Panorama-Liege oder eine Einkehr im Hotel und Restaurant Schönblick. Zurück im Tal geht es über die Altmühl und dann in einem lichten Wald vorbei an den mächtigen Bastionen der Willibaldsburg, in deren Mauern heute das Jura-Museum und das Museum für Ur- und Frühgeschichte untergebracht sind. Vom Bastionsgarten, der den barocken Gartenanlagen der Eichstätter Fürstbischöfe nachempfunden ist, schweift der Blick noch einmal weit über die Altstadt.

(unten) Historischer Kreuzweg am Frauenberg | (rechte Seite) Spiegelsaal in der barocken Residenz, Aussicht von der Schönblick-Terrasse zur Willibaldsburg





© Tourist-Information Eichstätt/Dietmar Denger

© Tourist-Information Eichstätt/Dietmar Denger

Das folgende Wegstück entlang der steil abfallenden Wacholderheiden ist besonders aussichtsreich. Im Tal erstreckt sich die Anlage des Klosters Rebdorf, auf der Anhöhe thront die Frauenbergkapelle. Ein historischer Kreuzweg weist die Richtung weiter über den Frauenberg mit seinen offenen Magerrasen, auf denen im Sommer die Herden des „Altmühltaler Lamms“ weiden. Dann taucht die Route in den Eichstätter KultURwald ein, einst Jagdgebiet der Herzöge von Leuchtenberg. Ihren Spuren folgt man durch den lichten Auwald. Bald sind die ersten Häuser erreicht und ein letztes Mal führt der Weg ins Tal hinab - mit Blick auf die Schutzengelkirche und den Residenzplatz mit der barocken Residenz.

Der Startpunkt am Stadtbahnhof mit dem Busbahnhof nebenan, den Schließfächern und den Abstell- sowie Lademöglichkeiten für Räder ist ein idealer Ausgangspunkt für die Tour.

www.eichstaett.de/wandern



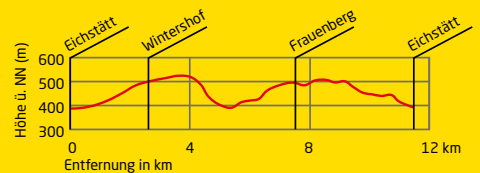
Kurz-Info zum Eichstätter Panoramaweg

Länge: 11,5 km

Gehzeit: ca. 3 Std.

Höhenmeter: 468

www.eichstaett.de/wandern



Rundwanderwege **um Gunzenhausen**

Wanderbare Glücksgefühle

Nicht nur vier, sondern gleich fünf Blätter hat das Glückskleeblatt für Wanderer in Gunzenhausen: Auf fünf neuen Rundwegen lassen sich Geschichte und Umgebung der Stadt aktiv erkunden.

Gunzenhausen ist das Tor zum Naturpark Altmühltal und als solches Startpunkt für bekannte Langstrecken wie den Altmühltal-Panoramaweg und den Altmühltal-Radweg. Aber warum gleich weiterziehen? Das historische Städtchen hat schließlich einiges an Kultur- und Naturerlebnissen zu bieten! Den Weg zu ihnen weisen nun fünf neue Rundwanderwege.

Die Fachwerkhäuser und schmalen Gassen, der Blasturm und der markante runde Färberturm, die Stadtkirche St. Marien oder der markgräfliche Hofgarten: Ein Rundgang durch Gunzenhausen

ist wie ein Spaziergang durch knapp 2000 Jahre Geschichte. Denn die ersten örtlichen „Bauherrn“ waren die Römer: Gunzenhausen ist die einzige Stadt in Bayern, die direkt auf dem Verlauf des Obergermanisch-Raetischen Limes liegt – der übrigens zum UNESCO-Welterbe zählt. Einige Jahrhunderte später frönte hier der „wilde Markgraf“ Carl Wilhelm Friedrich von Brandenburg-Ansbach seiner Jagdleidenschaft – und seiner leidenschaftlichen Liebe zu einer Bürgerlichen. Diese und weitere „Stadtfacetten“ lernen Geschichtsfans auf einem der neuen Rundwege kennen. Auch der „Römerspaziergang“ führt direkt in die Historie. Auf den

(unten) Picknick am Altmühlsee | (rechte Seite) Gunzenhäuser Altstadt, Schloss Falkenhausen





© Stadt Gunzenhausen/Dietmar Dengler

© Stadt Gunzenhausen/Dietmar Dengler

Spuren der ehemaligen Landesherren geht es außerdem „Durch markgräfliche Au“.

Panoramablicke auf fränkisch

Das Naturerlebnis kommt ebenfalls nicht zu kurz, dafür sorgen nicht zuletzt die Altmühlauen und der Altmühlsee. Letzterer ist zwar von Menschenhand geschaffen, hat sich mit seinen großen Naturschutzzonen aber zu einem kleinen Paradies für Wasservögel entwickelt. Zwei der neuen Routen eignen sich besonders, um die Landschaft rings um Gunzenhausen zu erkunden. Mit fränkischem Einschlag präsentiert sich die Route „Altmühlgschau“, die dazu einlädt, traumhafte Ausblicke auf die Altmühl und den Altmühlsee zu entdecken. Ein Tipp für Naturgenießer ist auch der Rundweg mit dem Titel „Seeluft und Landidylle“.

Die neuen Wanderwege sind zwischen fünf und 15 Kilometer lang. Bei der Ausarbeitung dienten die Empfehlungen des Deutschen Wanderverbandes, der das Siegel „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“ vergibt, als Grundlage. Auf die

Qualität der Wege sowie der Ausschilderung und auf die abwechslungsreiche Streckenführung ist also Verlass – egal, für welches „Kleeblatt“ man sich entscheidet!

www.gunzenhausen.info

Familientipp Altmühlsee

Nur ein paar Spazier- oder Radelminuten vor den Toren von Gunzenhausen liegt der Altmühlsee mit jeder Menge Platz zum Baden, Planschen, Stand-up-Paddeln, Bootfahren, Surfen oder Segeln. Kinder erobern außerdem auf einem großen Abenteuer-spielplatz das Alemannendorf und die Römerstadt.

Rund um den See führt ein circa 12 Kilometer langer Weg. Wer ihn einschlägt, kommt an der Vogelinsel vorbei: Dieses einzigartige Naturschutzgebiet, das fast die halbe Seefläche einnimmt, lässt sich gut auf eigene Faust erkunden. Vor allem im Frühjahr, wenn die Jungvögel schlüpfen, ist der Rundgang ein besonderes Erlebnis. Zurück kommt man übrigens auch per Schiff: Die „MS Altmühlsee“ läuft während der Saison alle Seezentren am Altmühlsee an.

www.gunzenhausen.info/altmuehlsee



Rundwanderweg Kaiserburg & Latour-Denkmal Oberhausen

Ein Stück Frankreich mitten in Bayern



Eine abwechslungsreiche, gut für Familien geeignete Tour gibt bei Oberhausen spannende Einblicke in die Geschichte.



© Dietmar Dengler

Kurz-Info

Länge: ca. 6 km

Gehzeit: gut 2 Std.

Höhenmeter: 130

Durch herrlichen Buchenwald, vorbei an zahlreichen vorchristlichen Hügelgräbern, führt der rund sechs Kilometer lange Rundwanderweg „Alte Kaiserburg“ zur Ruine der mittelalterlichen Kaiserburg am Hochufer der Donau.

Steil fällt das Ufer zur Donau hin ab. Zwischen großen und ausgefallenen Bäumen ragen verwunschene Mauerreste auf. Zusammen mit dem tiefen Halsgraben zwischen Vor- und Hauptburg lassen sie die Dimensionen des stolzen Baus erahnen, der hier im 12. Jahrhundert errichtet wurde. Der Legende nach soll sich Kaiser Hein-

rich II., der Heilige, hier einmal aufgehalten haben - daher der Name „Kaiserburg“.

Von diesem imponierenden Ort führt der Weg weiter über die Alte Römerstraße zum Waldrand und zur Sankt-Ulrichs-Kapelle. Bei gutem Wetter hat man einen wunderschönen Blick bis ins Donau-Ries und östlich auf den Latour-Hügel, der einen Abstecher wert ist. Von hier aus wendet man sich in Richtung Unterhausen und geht durch den Ortsteil leicht bergauf in Richtung Ausgangspunkt.

Zurück in Oberhausen enthüllen Informationstafeln in deutscher, englischer, französischer und bretonischer Sprache die Geschichte des Theophile Latour d’Auvergne, an den das Latour-Denkmal erinnert. Der „Erste Grenadier Frankreichs“, den in seinem Heimatland jedes Schulkind kennt, fiel während der Napoleonischen Kriege in der Schlacht bei Oberhausen (1800), bei der sich französische und bayrisch-österreichische Soldaten gegenüber standen. Das Grundstück mit dem Denkmal ist Eigentum des französischen Staates. Latours Leichnam wurde 1889 feierlich nach Paris überführt und im Pantheon beigesetzt.

(oben) Latour-Denkmal |
(unten) mehrsprachige
Informationstafeln zum
Latour-Denkmal



© Dietmar Dengler

Weitere interessante Wanderungen mit spannenden Geschichten sowie abwechslungsreiche Radtouren finden Sie auf der Homepage der Erlebnisregion Neuburg-Schrobenhausen.

erlebnisregion.neuburg-schrobenhausen.de



© Dietmar Dengler



© Dietmar Dengler

Edelweißweg Ferienland DONAURIES

Höhenglück und Wichtelzauber

Panoramablicke, Spuren der Historie und eine putzige Sage machen den Edelweißweg bei Donauwörth zu einer zauberhaften Tour.

Von den Kammhöhen des Fränkischen Juras bieten sich weite Ausblicke übers Land. Das stellte einst schon Napoleon fest, auf dessen Spuren Wanderer auf dem Edelweißweg teilweise unterwegs sind.

Wer die 16 Kilometer lange Rundtour am Parkplatz nördlich der Donauwörther Parkstadt beginnt, erklimmt gleich zu Anfang den Jurarücken. Dessen Entstehung ist teils auf den Einschlag eines Meteoriten zurückzuführen, der vor rund 15 Millionen Jahren den Rieskrater schuf. Entlang des Waldwegs vermitteln Tafeln Wissenswertes über heimische Baumarten. Beim Donauwörther Ortsteil Schäfstall thront die St. Felizitas-Kirche auf einem Bergvorsprung mit Panoramablick über die Donau-Ebene. Ganz in der Nähe beobachtete Napoleon Bonaparte einst den Übergang seiner Truppen über den Lech, woran der Napoleonstein erinnert.

Zurück auf der Route geht es am Segelflugplatz vorbei Richtung Zirgesheim. Nach einem Blick in die Pfarrkirche Maria Immaculata erreicht man kurze Zeit später das Gipfelkreuz auf dem Wichtlesberg. Der Sage nach sollen in dem Berg einst hilfsbereite Wichtel gelebt haben.

(links) Donauwörth |
(rechts) Herz-Jesu-
Kapelle bei Zirgesheim

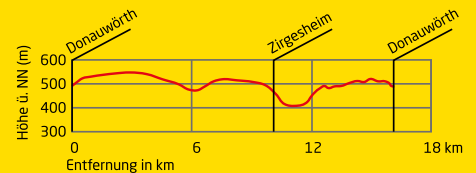
Kurz-Info zum Edelweißweg

Länge: 16 km

Gehzeit: ca. 4 Std.

Höhenmeter: 337

www.ferienland-donauries.de/edelweissweg



Hier bietet sich außerdem ein Traumblick über die ehemals Freie Reichsstadt Donauwörth, die auf jeden Fall einen Besuch wert ist. Beim Bummel über die von der Wörnitz umrahmte Altstadtinsel Ried und durch die Reichsstraße mit ihren bunten Fassaden bietet sich immer wieder die Gelegenheit zu einer entspannten Einkehr. Der weitere Wegesverlauf führt an einer kleinen Kapelle vorbei. Durch eine Wohnsiedlung und ein Waldstück geht es zurück zum Ausgangspunkt.

www.ferienland-donauries.de



Urzeitwelten im Naturpark Altmühltal

Hausbesuch beim Urvogel

Der Naturpark Altmühltal ist als Heimat des „Urvogel“ Archaeopteryx eine Fossilienregion von Weltrang. Hier tauchen Dinofans in spannenden Museen und Steinbrüchen für Hobbysammler in die Urzeit ein - und entdecken noch weitere faszinierende Spuren der Erdgeschichte.



© Naturpark Altmühltal/Dietmar Denger

Krallen und ein langer Schwanz wie ein Reptil. Aber auch Federn wie ein Vogel. Ein kurioses kleines Wesen ist das Glanzstück einiger Fossilienmuseen im Naturpark Altmühltal. Archaeopteryx ist ein Bindeglied der Evolution, das zeigt, wie aus den Dinosauriern die heutigen Vögel hervorgingen.

Gefunden wurden die Fossilien des „Urvogels“ ausschließlich im Gebiet des Naturpark Altmühltal. Vor rund 147 Millionen Jahren lag es mitten in der Insel- und Lagunenlandschaft des warmen Jurameers. Spuren aus dieser Zeit sind die markanten Kalkfelsen, die aus den einstigen Riffen entstanden, und vor allem die zahlreichen Fossilien, die eingeschlossen in die Sedimentschichten die Jahrmillionen überdauert haben und heute in den Steinbrüchen wieder ans Licht kommen.

Wer selbst mit Hammer und Meißel die Platten spaltet - mehrere Fossiliensteinbrüche und Sammelstellen bieten dazu Gelegenheit - erliegt schnell der Faszination dieser Schatzsuche. Die Schichten lassen sich kinderleicht voneinander lösen. Und dann kommt der Moment, in dem sich zeigt, was sich dazwischen verbirgt: vielleicht ein Haarstern, ein kleiner Fisch oder ein Ammonit, das Wahrzeichen der Region? Die kleinen Funde dürfen die Entdecker als besonderes Urlaubssouvenir mit nach Hause nehmen. Die eindrucksvollsten der Urzeitwesen sind in den Fossilienmuseen ausgestellt, darunter riesige Krokodile, Raubfische oder zarte Libellen.

Doch nicht nur das Jurameer hat die Landschaft im Naturpark Altmühltal geformt. Millionen von Jahren später schlug ein riesiger Meteorit in der Nähe ein. Danach gruben urzeitliche Ströme beeindruckende Täler und schliffen dabei die ehemaligen Meeresriffe in markante Formen. Zeugen davon sind zum Beispiel der Burgsteinfelsen bei Dollnstein, die Kletterfelsen im Urdonautal und der Donaudurchbruch bei Kelheim: Hier strömt die Donau zwischen fast senkrechten, bis zu 70 Meter hohen Felswänden durch ihr enges Bett.

www.naturpark-almuehltal.de/fossilien



© Naturpark Altmühltal/Dietmar Denger

(links) Im Dinosaurier Museum Altmühltal |
(oben) Donaudurchbruch, Jura-Museum Eichstätt |
(unten) Dino-Exponat

Wen schnappt der T. rex?

Die Nüstern gebläht, das Maul mit den spitzen Zähnen weit aufgerissen: Der Tyrannosaurus rex scheint Appetit zu haben auf die winzigen Menschenlein zu seinen Füßen. Nur schnell weiter! Doch was lauert hinter der nächsten Biegung des Waldwegs? Über 70 weitere, lebensgroße und lebensecht gestaltete Urzeitgiganten warten im Dinosaurier Museum Altmühltal in Denkendorf auf Besucher.

In der Museumshalle begegnen die Dinofans „Rocky“: Neben diesem Originalskelett eines jugendlichen T. rex warten hier weitere spektakuläre Funde. Und im Pavillon des Naturpark Altmühltal ist sogar ein Archaeopteryx ausgestellt. Spielplätze, Restaurant und Waldbiergarten machen den Familienausflug in die Urzeit perfekt.

www.dinopark-bayern.de



© Dinosaurier Museum Altmühltal

Erdgeschichte entdecken im UNESCO Global Geopark Ries

Auf den Spuren einer kosmischen Katastrophe

Vor rund 15 Millionen Jahren entstand das Nördlinger Ries durch einen gewaltigen Meteoriteneinschlag. Die Geotope im Rieskrater geben heute einen spannenden Eindruck von den Auswirkungen dieser Katastrophe.

(unten) Geotop Kalvarienberg Huisheim-Gosheim | (rechts oben) Geopark Ries Kinder-Erlebnisstation im Stadtgraben Wemding

Wie eine kosmische Bombe schlug der etwa einen Kilometer große Himmelskörper im Westen des heutigen Naturpark Altmühltal ein. Gesteinsblöcke wurden kilometerweit geschleudert und regelrecht „auf den Kopf gestellt“, wie das Geotop Kalvarienberg bei Huisheim-Gosheim noch heute zeigt.

Gosheim liegt am südöstlichen Rand des Rieskraters, zwischen dem inneren und dem äußeren Kratering. Auf einem rund einen Kilometer langen Lehrpfad bekommen Interessierte hier einen spannenden Eindruck von der enormen Kraft des Rieseinschlags, die sich mit der Explosionsenergie von mehreren 100.000 Atombomben vergleichen lässt. Gesteinsmassen wurden dabei nicht nur bewegt, sondern auch gestaucht und gefaltet.

In Gosheim sind diese Verformungen gut zu sehen, denn hier wurden in einem ehemaligen Kalksteinbruch die Gesteinsschichten freigelegt. Zudem sind die örtlichen Schichten reich an



© Stadt Wemding/Dietmar Denger

Geotop Kalvarienberg Huisheim-Gosheim

Fossilien von Lebewesen, die Millionen Jahre vor dem Rieseinschlag das Jurameer bevölkerten. Kleinammoniten gaben als Leitfossilien einen ersten Hinweis auf eine weitere Besonderheit des Geotops: Erdgeschichtlich ältere Schichten kamen hier nach der Rieskatastrophe über jüngeren zu liegen. Typische Fossilien, die in Gosheim gefunden wurden, sind die „Ries-Belemniten“: kleine Verwandte der Tintenfische, deren fossile Skelette die Zerstörungskraft des Einschlags zeigen.

Viel Wissenswertes darüber und über die Natur der Umgebung berichten die sieben Ereignis-tafeln entlang des Lehrpfads zum Geotop Kalvarienberg. Die Strecke führt außerdem über einen alten Kreuzweg zur Kapelle auf dem Kalvarienberg, von dem sich ein traumhafter Ausblick eröffnet. Zwei Sitzgruppen laden dazu ein, zwischendurch eine Pause zu machen und sich eine Brotzeit zu gönnen.

Für längere Wanderungen im UNESCO Global Geopark Ries bieten sich der Ries-Panoramaweg rund um den Meteoritenkrater, der 7-Hügel-Weg entlang des inneren Kraterrings oder der Wem-dinger Sagenweg an. Der Ries-Panoramaweg, auf dem man in sieben Tagesetappen den kompletten Rieskrater umrunden kann, verläuft direkt entlang des Geotops Kalvarienberg Huisheim-Gosheim. Weiter führt der Weg nach Wemding, wo die Geopark-Infostelle in der



Mit Geoparkführer unterwegs auf dem Ries-Panoramaweg



ehemaligen Ratsapotheke Wissenswertes über den Rieskrater, seine Entstehung und die Folgen des Einschlags vermittelt. Ein Highlight für Kids ist die Geopark Ries Kinder-Erlebnisstation im Wemdinger Stadtgraben.

www.geopark-ries.de



Ries-Panoramaweg

Wer den Rieskrater hautnah mit grandiosen Ausblicken und in herrlicher Natur erleben möchte, ist auf dem Ries-Panoramaweg genau richtig:




Auf 128 Kilometern führt der Weg rund um den Meteoritenkrater und offenbart eine einzigartige Naturlandschaft. In sieben Tagesetappen von maximal 21 Kilometern bleibt genügend Zeit zum Entdecken und einfach nur Genießen.

Diese sowie viele weitere Broschüren und Infos über die Angebote des UNESCO Global Geoparks Ries sowie der Geopark Ries Führerinnen und Führer sind zu finden unter



www.geopark-ries.de



Auszeiterlebnisse im Naturpark Altmühltal

Wellen der Entspannung

Stille Wälder, weite Hochflächen, uralte Felstürme: Die Landschaft im Naturpark Altmühltal strahlt eine tiefe Ruhe aus, von der man sich gern anstecken lässt. Eine besondere Rolle spielt das Wasser. Es gestaltet seit Jahrmillionen das Terrain, bietet Erfrischung und spendet Gesundheit.



Erholung in Beilngries

Ein Ort zum Bleiben

In Beilngries ist es einfach, zur Ruhe zu kommen. Dafür sorgt unter anderem der neue Waldbaden-Lehrpfad.



Das Sonnenlicht, das durch die Blätter fällt, malt helle Flecken auf die Erde. Blätter rascheln unter den Schritten. Die Luft duftet würzig und frisch: Wer den Wald auf dem Beilngrieser Arzberg betritt, spürt sofort die besondere Atmosphäre.

Was schon beim Spaziergang entspannend wirkt, lässt sich beim Waldbaden noch intensiver erleben und wird so zur Stärkung für die mentale und körperliche Gesundheit. Wie das geht, verrät der neue Waldbaden-Lehrpfad. Die Strecke ist nur 1,4 Kilometer lang, denn beim Waldbaden gilt: Weniger ist mehr und langsamer ist besser. Neun Tafeln leiten entlang des Wegs mit Achtsamkeitsübungen dazu an, die Natur und das eigene Sein intensiver wahrzunehmen.

Wer das Waldbaden unter Anleitung ausprobieren möchte kann alle Angebote und Termine unter www.elisabeth-hoeflmeier.de/termine finden. Gruppen können jederzeit Waldbaden-Führungen buchen.

(oben) Waldbaden
(unten) Wandern unter
Bäumen



Naturerlebnis trifft Genuss

Ob beim Waldbaden, beim Wandern auf aussichtsreichen Wegen, bei entspannten Radtouren oder beim Paddeln auf der Altmühl: In Beilngries ist pure Erholung garantiert. Da lohnt es sich, länger zu bleiben und die Vielfalt der Landschaft rund um die historische Stadt zu erkunden. Bei der Rückkehr locken die zahlreichen Biergärten, Restaurants, Cafés und Gasthöfe in der Altstadt. Hier verwöhnen die Küchenchefs ihre Gäste mit bayerischen und kreativen Spezialitäten aus heimischen Zutaten sowie den Bieren der örtlichen Brauerei.

www.beilngries.de

Auf der Spur der Erdstrahlen



Ein historischer Kanal, ein Panoramablick, idyllische Natur und Wasseradern: Diese Mischung wartet auf dem Wünschelruttenweg in Beilngries.

An der sechs Kilometer langen Strecke erläutern Schautafeln die Bedeutung und Wirkung von Erdstrahlen. Wer Lust hat, kann versuchen, ihnen nachzuspüren.

Die Wünschelrutten dafür gibt es in der Tourist-Information Beilngries zu kaufen.

www.beilngries.de/wanderwege

Wassererlebnisse im Landkreis Weißenburg-Gunzenhausen

Eintauchen in die Freizeitvielfalt

Flüsse, Quellen, Badeseen – das Wasser prägt die Landschaft im Naturpark Altmühltal und ist außerdem eine unwiderstehliche Einladung zum Freizeitspaß. Der Landkreis Weißenburg-Gunzenhausen im Norden des Naturpark-Gebiets bietet besonders viele Möglichkeiten für Wasserratten, Badenixen und Freizeitkapitäne.

Sanft schaukelt das Boot auf den leichten Wellen. Wasservögel begleiten die Kanufahrer für ein paar Meter, am Ufer stakst ein Reiher durch die Auen: Bootstouren auf der Altmühl sind ein besonderes Erlebnis für große und kleine Natur-entdecker.

Als langsamster Fluss Bayerns bahnt die Altmühl sich ganz gemütlich ihren Weg vom Altmühlsee bei Gunzenhausen vorbei an den

„Zwölf Aposteln“ bei Solnhofen bis Töging bei Dietfurt, wo sie in den Main-Donau-Kanal mündet. Für Familien und Paddelanfänger ist der ruhige Fluss perfekt geeignet. Die rund 7,5 Kilometer von Treuchtlingen bis in die Burgstadt Pappenheim sind zum Beispiel gut für einen entspannten Paddelnachmittag.

Der Altmühlsee bei Gunzenhausen, der Brombachsee zwischen Pleinfeld und Absberg und der Hahnenkammsee bei Heidenheim sind ideal,





© Naturpark Altmühltal/Dietmar Denger

(links) Kanufahrer auf der Altmühl bei Pappenheim | (oben) Strandleben am Altmühlsee | (unten) Wakepark Brombachsee

um einen entspannten Badetag zu verbringen, im flachen Wasser zu planschen, Sandburgen zu bauen und vielleicht eine Runde Tretboot zu fahren. Aber auch Wassersportler kommen hier voll auf ihre Kosten - beim Segeln, Windsurfen und Kite-Surfen, beim Stand-up-Paddeln, Kanufahren oder sogar beim Tauchen.

Von Frühjahr bis Herbst heißt es außerdem Leinen los für den Trimaran „MS Brombachsee“ und die „MS Altmühlsee“. Die Ausflugsschiffe fahren im Linienverkehr die Seezentren am Großen Brombachsee und am Altmühlsee an und lichten außerdem immer wieder den Anker zu Sonderfahrten.

Ebene Wege führen um die Seen herum. Am Altmühlsee gelangen Radler und Wanderer so zum Beispiel zur Vogelinsel, einem abwechslungsreichen Naturschutzgebiet, in dem sich viele teils seltene Wasservögel beobachten lassen. Abwechslungsreiche Rad- und Wanderwege verbinden die Seen außerdem miteinander und führen auch zu interessanten Zielen im



Naturpark Altmühltal, wie zum Beispiel in die Römerstadt Weißenburg i.Bay. und in die Thermenstadt Treuchtlingen.

www.fraenkisches-seenland.de
www.altmuehlfranken.de



© Marius Heller

Spritzige Adrenalinkicks

Bis zu 30 km/h Geschwindigkeit, ein 600 Meter langer Rundkurs und Features für gewagte Sprünge: Der Wakepark Brombachsee auf der Badehalbinsel Absberg ist ein Ausflugsziel für alle, die einen Adrenalinkick suchen. Auch Anfänger sind hier richtig: Übungsanlage und Einsteigerkurse gehören zum Angebot. Und nach den ersten Runden auf dem Board gibt es eine Stärkung an der Beachbar.

Noch mehr Tipps für spritzigen Spaß an den sieben Seen im Fränkischen Seenland gibt es unter:

www.fraenkisches-seenland.de/wassersport

Ein Tag in Treuchtlingen

Zwischen Nervenkitzel und Entspannung

Eingebettet in die sanften Hügeln des Altmühltals liegt die Thermenstadt Treuchtlingen mit der rundum erneuerten Altmühltherme sowie vielen Angeboten rund um Gesundheit, Entspannung und Abenteuer.

Erst Action erleben, dann eintauchen in die Geschichte und zum Abschluss entspannen im Heilwasser: So abwechslungsreich lässt sich ein Tag in Treuchtlingen verbringen.

Mountainbike-Action auf den Heumödern-Trails

Los geht es mit Bike-Spaß auf den Heumödern-Trails. Der erste familienfreundliche und ganzjährig geöffnete Mountainbike-Trailpark Bayerns verfügt über sechs ausgeschilderte Strecken, einen Übungsparcours und einen Pumptrack. Hier finden alle die richtige Strecke, um ihr Können unter Beweis zu stellen und ihre Skills zu trainieren. Für Fragen, Wünsche und die Stärkung zwischendurch steht die Talstation mit

Shop, Verleih, Bike-Schule und Einkehrmöglichkeit offen. Familien verbinden das Bike-Abenteuer außerdem gern mit einem Abstecher zum nahen Damwildgehege.

Vom Mittelalter zur Eisenbahn

Jetzt geht es auf in die Stadt! Mit dem neuen Audio-Guide entdecken Gäste Treuchtlingen auf eigene Faust und ganz nach ihren Interessen. Vier Thementouren - Mittelalter-Tour, Kelten-Römer-Tour, Kirchen-Tour und Eisenbahn-Tour - bieten Einblicke in die Besonderheiten der Stadt. Die 23 Stationen lassen sich aber auch ganz frei kombinieren, da sie völlig unabhängig voneinander sind. Erhältlich ist der Audio-Guide in der Kur- und





Touristinformation im Treuchtlinger Stadtschloss, wahlweise für drei Stunden (5 Euro) oder den ganzen Tag (7 Euro). Kinder unter 12 Jahren sind kostenfrei. Mit der TreuchtlingenCard gibt es zudem jeweils 1 Euro Rabatt. Einen Stadtplan, auf dem die Touren und Stationen eingezeichnet sind, gibt es gratis dazu.

(oben links) Mit dem Audio-Guide unterwegs in Treuchtlingen
(oben rechts) Saunaland der Altmühltherme
(unten) Zur Sauna umgebauter Schienenbus in der Altmühltherme

Gesunde Entspannung

Zum Abschluss des Tages in Treuchtlingen sorgt die Altmühltherme für perfekte Entspannung. Dank seiner wertvollen Mineralstoffe und Spuren-

elemente gilt das Wasser der Treuchtlinger Burgstallquelle als wahrer Jungbrunnen - und anerkanntes Heilmittel für Rehabilitation und Prävention. Den nächsten Halt zur Entspannung finden Gäste im Außenbereich der 3.000 Quadratmeter großen Saunaland: Genussvoll saunieren sie in einem historischen Schienenbus, der zur Saunakabine umgebaut wurde - eine kreative Hommage an Treuchtlingens Bedeutung als Eisenbahnknotenpunkt. Gleich neben der Therme bietet das Gesundheitszentrum Altmühlvital Kurse und Wellness-Anwendungen.

Zur Altmühltherme gehört auch das Familien & Aktivbad. 2024 wurde zudem das komplett sanierte Freibad neu eröffnet. Badespaß für alle ist also garantiert!

www.heumoedertrails.de
www.tourismus-treuchtlingen.de/
[audio-guide](#)
www.altmuehltherme.de



**TREUCHT
LINGEN**

Bad Abbach

Landschaftsidylle an der Donau

Eingebettet in das grüne Donautal liegt Bad Abbach vor den Toren der Welterbestadt Regensburg.

Hier, wo Kaiser Heinrich II. geboren wurde und Kaiser Karl V. im Schwefelwasser badete, lässt es



Blick auf Bad Abbach

Tipp: Freizeitinsel mit Vogelbeobachtungsturm

In der einzigartigen Naturoase der Freizeitinsel lädt der jederzeit zugängliche Aussichtsturm dazu ein, den Rundblick auf eine besonders tier- und vogelreiche Landschaft an der Donau zu genießen.



sich kaiserlich entspannen. Momente der Erholung in unberührter Natur erleben Aktive beim Kanu-Rundkurs auf der Donau, einer Wanderung durch die wildromantische Landschaft des Bayerischen Juras oder bei Touren auf dem Donauradweg. Immer wieder begegnet man Spuren der Geschichte - etwa auf dem Burgberg, wo Bad Abbachs Wahrzeichen, der Heinrichsturm, thront. Wer den Aufstieg wagt, wird mit einem Panoramablick ins weite Donautal belohnt. Traditionelle Gasthäuser laden anschließend zur Einkehr ein.

Eine Oase der Entspannung und Entschleunigung ist der Kurpark mit seinem malerischen Bachlauf, den Spazierwegen, Arkadengängen und weiten Liegeflächen. Hier bietet sich Gelegenheit zum Flanieren unter schattigen Bäumen, zum Wassertreten oder zu einer Partie Minigolf, Tischtennis oder Schach. Auch das Tiergehege ist einen Besuch wert.

www.bad-abbach.de

Kaiser-Therme Bad Abbach

Kaiserliche Entspannung

Über den Dächern von Bad Abbach lädt die Kaiser-Therme dazu ein, dem Alltagsstress zu entkommen sowie Körper und Seele etwas Gutes zu tun.

Entspannen, neue Energie tanken und unvergessliche Momente erleben: Die Kaiser-Therme verbindet die heilende Kraft des Thermalwassers mit einem vielfältigen Angebot an Saunalerlebnissen und Wellnessangeboten. Echte Tiefenentspannung bietet die Aquarelaxing-Wohlfühlloase der Extraklasse.

In der Kaiser-Therme haben Gäste die Wahl zwischen Wildwasser-, Schwimmer- oder Entspannungsbecken mit Wohlfühltemperaturen zwischen 28 und 36 Grad. In der Saunawelt warten sechs verschiedene Saunen und Dampfbäder darauf, entdeckt zu werden. Das Highlight ist die Panorama-Außensauna mit Blick auf den Heinrichsturm. In der Totes-Meer-Salzgrotte entfaltet die reine, ionisierte Luft eine wohltuende Wirkung.

www.kaiser-therme.de



Die Kaiser-Therme

Waldsee in Wemding

Erfrischung im Grünen

Badespaß, Schatten spendende Bäume, ein kühles Getränk auf der Terrasse - so lässt sich der Sommer am Wemdinger Waldsee genießen.



© Dietmar Denger

Umringt von weiten Wäldern liegt der idyllische Waldsee nur ein Stückchen außerhalb der historischen Fuchsien- und Wallfahrtsstadt Wemding.

Ein Sprung in den kühlen See ist an warmen Tagen ein Genuss. Das Freibad am Waldsee bietet aber noch mehr, zum Beispiel

Spaß für die ganze Familie: Die Jüngsten planschen im Kleinkinderbecken oder bauen Sandburgen auf dem Wasserspielplatz, die Größeren sausen lachend die 70 Meter lange Rutsche hinunter oder schwimmen zur Plattform. Andere Waldsee-Gäste probieren den Trendsport SUP aus oder lassen sich im Ruderboot auf den

(unten und oben)
Badespaß am Waldsee |
(im Kasten) Entspannung
beim Waldbaden

Wellen schaukeln. Zwischendurch gibt es auf der Terrasse eine Stärkung und erfrischende Getränke für alle.

Der Waldsee mit dem umliegenden Wald ist außerdem ein wunderbarer Ort, um zur Ruhe zu kommen. Auf Wegen und Pfaden taucht man ein in die Stille unterm Blätterdach. Im Sommer ist es hier ein paar Grad kühler, was den Waldspaziergang besonders angenehm macht. Mehrere Waldbade-Ruheplätze laden in der Nähe des Sees dazu ein, die besondere Atmosphäre des Waldes auf sich wirken zu lassen. Ein kurzer Anstieg führt zur „Schönen Aussicht“ mit einem weiten Blick über das Ries und auf Wemding. Und an kühleren Tagen bietet der Trimm-Dich-Pfad die Gelegenheit, an 20 Stationen Fitness und Koordination zu trainieren.

www.wemding.de/freizeitangebote



© Dietmar Denger

Entspanntes Bad im Wald



© Dietmar Denger

Die gesunde Atmosphäre des Waldes tut schon bei Spaziergängen spürbar gut. Die Wirkung lässt sich aber mit einfachen Übungen und Meditationen noch steigern. In Wemding zeigen ausgebildete Experten, wie das geht - bei Waldbaden-Führungen. Aktuelle Termine sowie weitere Tipps und Infos rund ums Waldbaden sind auf der Website der Stadt zu finden.

www.wemding.de/waldbaden



Natur erleben im Naturpark Altmühltal

Schützenswerte Schönheit

Mal sanft und mit südlichem Flair, mal urwüchsig und schroff: Im Naturpark Altmühltal warten unterschiedlichste Landschaften auf Entdeckung. Sie sind wertvolle Lebensräume und liefern besondere Genüsse.



(rechts) Wacholderheide bei Gungolding) | (unten) Altmühltaler Lamm

© Naturpark Altmühltal/Dietmar Denger

Wacholderheiden, Felsköpfe und -wände: Diese Landschaften im Naturpark Altmühltal sind ein besonderer Lebensraum für einige Spezialisten der Tier- und Pflanzenwelt, die Hitze und Trockenheit trotzen. Seltene Schmetterlinge wie der Apollofalter sind zum Beispiel auf solche Lebensräume mit freiliegenden Felsen angewiesen, denn nur dort wächst die Futterpflanze ihrer Raupen, der Weiße Mauerpfeffer.

Dass es im Naturpark Altmühltal so viele exponierte heiße Fleckchen gibt, ist nicht zuletzt den Schafen zu verdanken. Seit Jahrhunderten ziehen die Schäfer im Sommer mit ihren

Herden über die Talhänge. Mit gesundem Appetit verhindern die Tiere, dass hier Büsche und Bäume nachwachsen. Nur den stacheligen Wacholder verschmähen sie. So erhalten sie eine der markantesten Landschaften der Urlaubsregion: die sonnigen

Wacholderheiden, die übrigens auch zu den artenreichsten Lebensräumen in Europa zählen. Gleichzeitig ist das erstklassige Fleisch der Weideschafe eine Delikatesse für Gourmets. Andere vierbeinige Landschaftspfleger helfen dabei, Moorflächen im Naturpark Altmühltal zu pflegen. So weiden „Altmühltaler Auerochsen“ bei Wellheim und mächtige Wisente im Donau- moos.

Wer in der Region unterwegs ist, entdeckt auch Streuobstwiesen, weite Wälder, Felder und Weiden, auf denen „Altmühltaler Weiderinder“ grasen. Naturbelassene Flussläufe mit Auenlandschaften, geheimnisvolle Karsthöhlen, klare Quellen, märchenhafte Sinterterrassen und „Steinerne Rinnen“ sowie eine Vielzahl weiterer, großer und kleiner Naturschönheiten runden das Landschaftserlebnis ab.

www.naturpark-almuehlal.de/natursehenswuerdigkeiten



© Naturpark Altmühltal/Stefan Schramm

So schmeckt der Naturpark Altmühltal

Natürlich genießen

Altmühltaler Lamm oder fangfrischer Fisch, bayerische Weißwürste oder fränkisches Schäufele, Streuobstsäfte oder heimisches Bier: Im Naturpark Altmühltal haben Genießer die Wahl. Besondere regionale Spezialitäten und vielfältige Küchentraktionen laden zu kulinarischen Entdeckungsreisen ein.



Spezialitäten aus dem Landkreis Roth

Über Rebstock und Stein zum regionalen Genuss

Im Norden des Naturpark Altmühltal, wo sich das Schwarzachtal und das Thalachtal zwischen die Jurahöhen schmiegen, warten besondere Genüsse auf Entdeckung. Sogar Wein wächst hier auf der Jurahochfläche!

Aus Greding windet sich die Landstraße hinauf auf die Jurahochebene. Kleine Dörfer drängen sich hier rund um die Kirchen, die Herbstsonne brennt auf die Ackerböden, die von hellen Steinscherben durchsetzt sind. Plötzlich zeichnen sich vor dem dunklen Schatten eines Wäldchens ganz andere Farben ab: Sanftes Grün, leuchtendes Rot und Orange, dazwischen dunkle Farbtupfer - die Reben des Wein- und Sektguts Bleimer Schloß.

„Wir haben hier ein Klima wie im Burgund vor 40 Jahren“, erklärt Dr. Harald Eberhard, gestandener Kieferorthopäde und Winzer. Zum Weinbau kam er per Zufall, als er auf der Suche nach

einer rentablen Alternative zur Landwirtschaft für das Gut Bleimer Schloß war. In einem Buch las er über die berühmte Weinregion Burgund und ihre Muschelkalkböden. Da kam ihm die Jurahöhe in den Sinn, denn: „Mehr Muschelkalk als hier geht nicht.“ Daraufhin ließ der Winzer in spe erst einmal von der Bayerischen Landesanstalt für Weinbau und Gartenbau prüfen, ob die ehemaligen Felder wirklich als Weinberge geeignet waren. Das Ergebnis fiel positiv aus, und so wurden 2018 die ersten Rebstöcke gepflanzt.

Was für den Ackerbau Probleme darstellte, erwies sich für den Wein zum Teil sogar als Vorteil: So speichern zum Beispiel die Steine die Wärme und geben sie nachts nach und nach wieder ab. Und auch die stete Brise, die über die Hochebene weht, hat ihre Vorteile: „Der Wind ist

(unten) Weinberg des Guts Bleimer Schloß (© Naturpark Altmühltal) | (rechte Seite) Genießen in Greding (© Stadt Greding/Dietmar Denger), Weine vom Bleimer Schloß (© Wein- und Sektgut Bleimer Schloß/Peter Dörfel Fotodesign)



Erlebnisreicher Landkreis Roth



Die EntdeckerAPP des Landkreises bringt Freizeittipps, Wander- und Radtouren bequem und kostenfrei aufs Smartphone.

Im Veranstaltungskalender gibt's den Überblick zu allen Terminen und Events. Ausführliche Informationsmaterialien sind kostenlos in der Tourist-Information sowie im Landratsamt Roth, Kultur und Tourismus, erhältlich.

www.urlaub-roth.de



Genüsse aus und in der Natur

Die Weine vom Bleimer Schloß bereichern das vielfältige Spezialitätenangebot im Landkreis Roth noch zusätzlich. Im Rahmen der Initiative „Original regional aus dem Landkreis Roth“ bieten zahlreiche Direktvermarkter ihre Produkte von erntefrischem Gemüse und Obst über Wurstwaren, Käse und Kräuterdelikatessen bis hin zu Bier und Spirituosen direkt ab Hof an. Außerdem arbeiten sie mit regionalen Gastronomen zusammen, die ihrerseits die kurzen Transportwege und die heimische Herkunft der Zutaten schätzen.

Wie gut Regionalität schmeckt, erfahren Genießer zum Beispiel bei einer Einkehr in Greding. Das historische Städtchen mit den 21 Türmen ist genau der richtige Ort, um es entspannt angehen zu lassen. Bewacht von der Basilika St. Martin und eingebettet in das idyllische Schwarzachtal verbindet es Naturgenuss und Geschichtserlebnis aufs Schönste. Das Archäologie Museum erzählt von einem Mordfall aus der Zeit der Bajuwaren, die prächtigen barocken Häuser der Altstadt künden von der Herrschaft der Eichstätter Fürstbischöfe.

Ein Genuss ist auch die Landschaft rings um Greding. Traumhafte Ausblicke ins Schwarzachtal und Agbachtal bietet zum Beispiel der Rundwanderweg „Um den Kalvarienberg“. Mit einer Länge von elf Kilometern ist er eine ideale Tour, um sich Zeit zu lassen und die wechselnden Eindrücke von Wald und Bachtal, Burgruine und Bildstöcken zu genießen. Außerdem laden viele weitere Wander- und Radrouten dazu ein, Gredings Umgebung aktiv zu erkunden - und sich dabei neuen Appetit zu holen.



das beste Pflanzenschutzmittel gegen Pilze, weil er die Blätter abtrocknet“, weiß Winzer Dr. Eberhard. Und das ist umso wichtiger, weil er komplett auf biologischen Anbau setzt. Damit der Wein aus dem Naturpark Altmühltal ein hochkarätiges Qualitätsprodukt wird, hat er ein Team von versierten Experten und engagierten jungen Leuten um sich versammelt.

Die Reben vom Bleimer Schloß und auch von Eberhards weiteren Weinbergen in Franken werden auf dem Gut weiterverarbeitet und schonend ausgebaut sowie zum Teil zu erstklassigem, nach der Champagner-Methode hergestelltem Sekt veredelt. Die mit einem Ammoniten, dem Wahrzeichen des Naturpark Altmühltal, geschmückten Flaschen ziehen inzwischen bei regionalen Partnern aus Handel und Gastronomie die Blicke auf sich und sind als Geschenke für Gourmets ein ideales Urlaubsmitbringsel.



www.greding.de

Geschichte, Kultur und Tradition

Auf zur Zeitreise!

Kelten und Römer, Burgherren und Fürstbischöfe – sie alle haben im Lauf der Jahrhunderte ihre Spuren im Naturpark Altmühltal hinterlassen. Die historischen Mauern werden heute auf vielfältige Art mit Leben gefüllt.

Das Ensemble aus romanischer Kirche, barocken Klosterbauten und Rokoko-Kapelle erzählt von der langen Geschichte der Benediktinerabtei Plankstetten. Die alten Mauern beherbergen heute eine lebendige Mönchsgemeinschaft, die Gäste mit ökologisch erzeugten Spezialitäten bewirtet.

Wie im „grünen Kloster“ Plankstetten werden viele der historischen Bauten im Naturpark Altmühltal heute mit Leben gefüllt – sei es als Unterkunft oder Gasthaus, Infostelle oder Veranstaltungsort. Ausflüge werden hier zur Reise durch die Epochen. In historischen Städten trifft man auf fürstbischöfliche Residenzen und Grafenschlösser aus der Renaissance, barocke Kirchen, stolze Bürgerhäuser und Stadtmauern. Diese historische Kulisse verleiht vielfältigen Veranstaltungen von Konzerten bis zu Festen

eine besondere Atmosphäre. Unterschiedliche Museen spannen den Bogen von der Vorgeschichte über die Antike bis in die Moderne mit innovativen Autos und faszinierender Kunst.

Urlaub unterm Legschieferdach

Ein architektonischer Schatz aus der bäuerlichen Welt sind die typischen Jurahäuser: Jahrhunderte lang bauten die Menschen mit dem Material, das im Überfluss vor Ort war – Kalkstein. Mauern aus Bruchsteinen und Legschieferdächer geben den Jurahäusern ihr markantes Aussehen. Einige wurden inzwischen liebevoll saniert und öffnen ihre Türen als Gaststätten oder Ferienhäuser. Oft tragen sie dann das Siegel „Zu Gast im Denkmal“, mit dem der Naturpark Altmühltal „Häuser, die Geschichte(n) erzählen“ auszeichnet. Egal ob Jurahaus, Schloss, Burg oder Bürgerhäuser, als Unterkunft, bei der Einkehr oder als Museum: Die Siegelträger garantieren für einzigartige und authentische Geschichtserlebnisse.

(unten) In der Benediktinerabtei Plankstetten bei Berching sind Gäste willkommen.

www.naturpark-altmuehlta.de/sehenswuerdigkeiten
www.zu-gast-im-denkmal.de



Vier Ringe, die bewegen

Der Naturpark Altmühltal wartet nicht nur mit einer langen Geschichte auf. Spannende Ausblicke und Einblicke in technische Entwicklungen bietet zum Beispiel ein Besuch im Audi Forum Ingolstadt.

Direkt vor den Toren des Naturpark Altmühltal liegt die Stadt Ingolstadt – ein Name, bei dem Autofans sofort hellhörig werden. Am Hauptsitz der AUDI AG bietet hier das Audi Forum Ingolstadt die Gelegenheit, einen Blick hinter die Kulissen der Marke mit den vier Ringen zu werfen.

Viele Besucher kommen auch ins Audi Forum Ingolstadt, um ihren Neuwagen abzuholen. Bis zu 400 sind es am Tag. Dabei ergreifen sie gern die Chance, bei einer Erlebnisführung einen Blick hinter die Kulissen zu werfen und den gesamten Produktionsablauf eines Audi mitzuerleben. Das Ballett der Schweißroboter im Karosseriebau fasziniert dabei ebenso sehr wie die Endmontage, wenn aus tausenden Einzelteilen ein glänzender Neuwagen wird.

Doch nicht nur den ganz neuen Audi Modellen bietet das Forum eine Bühne: Das Audi museum mobile zeigt anhand von über 100 Autos und Zweirädern und mit multimedialen Inszenierungen, wie rasant sich der Automobilbau im

vergangenen Jahrhundert verändert hat – von den holprigen Anfängen in motorisierten Kutschen bis hin zur E-Mobilität und den Autos der Zukunft. Sonderausstellungen rücken immer wieder neue Themen in den Mittelpunkt. Für Kinder macht der Erlebnisweg „Audi young and fun“ den Besuch des Audi Forums zu einem besonderen Erlebnis. Hier warten Spielzonen und Fahrsimulatoren auf die Fahrer von morgen.

Danach lässt sich noch im Museumsladen oder im Audi Shop ein Souvenir erstehen. Dann ist es Zeit für die Weiterfahrt – vielleicht direkt in den Naturpark Altmühltal.

www.audi.de/foren



(unten) Audi Forum Ingolstadt

Vorfahrt für (Kultur-)Genuss

Ein Besuch im Audi Forum Ingolstadt lohnt sich nicht nur für Technikfans. Das Live-Cooking-Marktrestaurant, das fine dining Restaurant AVUS und die Bar & Lounge verwöhnen anspruchsvolle Genießer. Im mehrfach prämierten Programmkinos im Audi Forum Ingolstadt finden täglich Filmvorstellungen statt und auf Jazzfans warten bei „Jazz im Audi Forum Ingolstadt“ regelmäßig hochkarätige Konzerte mit Musikern aus der ganzen Welt. Spannend ist außerdem die Gesprächsreihe „Audi live I Talk“, bei der die Gäste in gemütlicher Atmosphäre nicht nur zum Zuhören eingeladen sind, sondern auch mitdiskutieren können.



Vor- und Frühgeschichte im Landkreis Roth

Im Reich der Kelten und Bajuwaren

Die Museen im Landkreis Roth laden zu einer spannenden Reise durch die Jahrhunderte ein. Beim Wandern kommt man der Vergangenheit auf die Spur – zum Beispiel im „Fundreich Thalmässing“.

Verlässt man das südliche Mittelfränkische Becken mit den Seen des Fränkischen Seenlandes in Richtung Süden, gelangt man über einen knackigen Anstieg hinauf auf die Jurahochfläche im äußersten Norden des Naturpark Altmühltal. Von den sonnigen, kargen Jurahöhen bieten sich hier immer wieder Panoramablicke über grüne Talauen – wie das Thalachtal mit seiner jahrtausendealten Siedlungsgeschichte.

Wenn man die ruhige, idyllische Landschaft durchwandert oder mit dem Rad durchfährt, kann man der historischen Bedeutung dieses

Landstrichs nachspüren: Das Wasser der Thalach spendete bereits in der Steinzeit Mensch und Tier Leben. Ab der frühen Keltenzeit entstanden auf den Felssporen der Jurahochfläche, wie zum Beispiel auf der Reuther Platte, größere Siedlungen.

Das „Fundreich Thalmässing“ erzählt die Geschichte der verschiedenen Epochen. Eine Säule des Fundreichs ist das Archäologische Museum am Marktplatz in Thalmässing, das eindrucksvolle Funde aus der langen Siedlungsgeschichte der Gegend zeigt. Kreative Mitmachmöglichkeiten machen den Museumsbesuch auch für Kinder spannend: Sie erforschen zum Beispiel

(unten) Grabhügel |
(rechte Seite) Wanderer
vor dem Museum
Fundreich





eine begehbare Grabhöhle, zeichnen keltische Ornamente nach oder machen sich als Nachwuchs-Archäologen auf die Suche nach historischen Gefäßen.

Zum Fundreich gehören aber auch noch das lebendige Geschichtsdorf Landersdorf und der Archäologische Wanderweg mit drei verschiedenen Routen. Eine davon, der rund zwölf Kilometer lange Vorgeschichtsweg, wurde vom Deutschen Wanderinstitut als Premiumweg zertifiziert. Mit Siedlungs- und Grabstätten von der Stein- bis zur Eisenzeit sowie dem Geschichtsdorf Landersdorf, für das Häuser aus der Stein-, Kelten- und Bajuwarenzeit rekonstruiert wurden, begeistert er Geschichtsfans.

dorf von der bewegten Vergangenheit der Gegend, während die Wacholderheiden auf dem Auer Berg und die weiten Aussichten Naturgenuss garantieren. Alle drei Premiumwege und weitere Strecken sind in einer Gesamtwanderkarte der Marktgemeinde Thalmässing enthalten, die auf deren Homepage zum Download bereitsteht und die im Rathaus sowie im Museum Fundreich erhältlich ist.

www.landratsamt-roth.de/fundreich



Auf Premiumwegen in die Geschichte

Der Vorgeschichtsweg ist nicht die einzige Paradenstrecke für Wanderer in Thalmässing. Wer das Geschichtserlebnis mit Panoramablicken verbinden möchte, ist zum Beispiel auf dem Premiumweg „Jurakante“ richtig. Eine Keltenschanze, Sandsteinfelsen und knorrige Bäume sowie einige alte Keller, in denen früher Bier und Kartoffeln gelagert wurden, liegen auf der acht Kilometer langen Strecke. Zum Abschluss wartet ein Panoramablick über das „Land um Stauf“.

Der Thalachtal-Panoramaweg ist mit 18 Kilometern die längste der drei Thalmässinger Premiumstrecken. Hier zeugen der Burgstall Landeck oder die restaurierten Hügelgräber bei Landers-



Erfrischung gefällig?

Nach einer Wanderung oder einer Radtour an einem warmen Tag tut eine Abkühlung einfach gut. Ein erfrischender Geheimtipp ist hierfür das Freibad Thalmässing. Am Ortsrand gelegen und von Bäumen umrahmt bietet es Spaß und Erholung für alle Generationen.

Das in einen Schwimmer- und einen Nichtschwimmerbereich unterteilte Becken wird mit natürlichem Quellwasser aus dem „Amselbrunnen“ gespeist und durch eine Solaranlage beheizt. Mit Rutsche und Sprungbrett ist für Action gesorgt. Die Badegäste können es aber auch ganz ruhig angehen lassen – auf der großen Liegewiese, die an einem Hang mit Schatten spendenden alten Bäumen liegt.

www.thalmaessing.de

Auf Römerspuren in den Limesgemeinden

Zeitreise in die Antike

Verbunden durch eine einstige Grenze: Gemeinsam sorgen die sechs LimesGemeinden dafür, dass das UNESCO-Welterbe Limes im Naturpark Altmühltal sichtbar und erlebbar bleibt.

Der Limes - Pfahlrain, Palisade, Teufelsmauer: eine Grenze mitten in Bayern. Doch das ist fast 2000 Jahre her. Heute verbindet der Limes die sechs Gemeinden Altmannstein, Denkendorf, Kinding, Kipfenberg, Titting und Walting im Naturpark Altmühltal.

Was von der Grenze heute noch übrig ist und was man über die Menschen, die am Limes lebten, herausgefunden hat, ist erstaunlich. So erstaunlich, dass der Obergermanisch-Raetische Limes - das mit Abstand größte archäologische Bodendenkmal in Mitteleuropa - seit 2005 zum UNESCO Welterbe gehört. Die einstige Grenzanlage der Römer war vom Rhein bis zur Donau über 550 Kilometer lang. Gut 50 davon verlaufen durch die sechs LimesGemeinden - und entlang dieser Strecke gehen große und kleine Geschichtsfans auf eine spannende Zeitreise.

Denn das Besondere am Limes hier in der Region ist, dass alle Entwicklungsstufen der Grenzbefestigung der Römer gut zu erkennen sind. Es gibt zum Beispiel zahlreiche Hinweise auf die hölzernen Wachttürme, die Mitte des 2. Jahrhunderts nach Christus als erstes von den hier stationierten römischen Soldaten errichtet wurden. Eine Rekonstruktion zeigt in Kipfenberg die Höhe und Mächtigkeit der ersten Palisade.

Auch Mauerreste sind als Zeugnisse der später errichteten steinernen Wachttürme im Gelände zu entdecken. Ein solcher Turm wurde in Erkertshofen, Markt Titting, rekonstruiert und bietet einen weiten Ausblick über das ehemalige Grenzland. Mit geschultem Auge sind die Reste der einstigen bis zu drei Meter hohen Limesmauer als Steinwälle im Boden zu erkennen, wie beispielsweise oberhalb von Schafhausen im



Römerturm in Erkertshofen
(© Markt Titting)



Kastell Vetoniana in Pfünz
(© Gemeinde Walting)



Kunstwerk „Gläserner Schutzschild“ in Schafhausen
(© Markt Kinding)





© Markt Kipfenberg/Studio Hetzer

Feiern wie die Römer- im Jubiläumsjahr

Vor 20 Jahren wurde der Obergermanisch-Raetische Limes als UNESCO Welterbe anerkannt. Dieses Jubiläum feiern die LimesGemeinden 2025 mit abwechslungsreichen Veranstaltungen.

In der Woche vom 12. Juli bis 20. Juli 2025 begegnet man „Römischen Reitern“ beim Ritt entlang des Limes, auf dem Weg zum Castell Vetoniana und dem Römer und Bajuwaren Museum Kipfenberg. Neugierige können zudem römische Legionäre beim Marschieren begleiten, wie die Römer beim Bogenschießen „ins Schwarze“ treffen oder römisches Lagerleben erleben. Mehr Informationen über das Programm gibt es online.

www.naturpark-altmuehtal.de
www.limesgemeinden.de
www.bajuwaren-kipfenberg.de



© Markt Kipfenberg/Dietmar Dengler

Diese und weitere Entdeckungen verbindet die Deutsche Limesstraße, die von Titting bis nach Altmanstein durch das Gebiet der Limes-Gemeinden verläuft. Dichter dran an der Geschichte ist man allerdings auf dem Limes-Radweg oder dem Limeswanderweg, die ebenfalls dem Verlauf der Grenze folgen.

Dafür, dass das Bodendenkmal heute wieder sichtbarer ist, sorgt auch das Projekt KUNSTamBANDamLIMES. Wie ein Band ziehen sich die Kunstwerke durch die sechs Limes-Gemeinden, die das Welterbe in der Region auf diese außergewöhnliche Weise miteinander verbindet. Nach der Tour am Limes verwöhnen die herzlichen Gastgeber in den Limes-Gemeinden Radler und Wanderer.

www.limesgemeinden.de



(rechts) Wanderer am Römer und Bajuwaren Museum Burg Kipfenberg

Markt Kinding oder bei Zandt in der Gemeinde Denkendorf.

Zum Grenzsicherungssystem der Römer gehörten auch Kastelle, wie das Kastell Vetoniana in Pfünz in der Gemeinde Walting oder das Kastell in Böhming, Markt Kipfenberg, an der Stelle der heutigen Kirche. Das Römer und Bajuwaren Museum auf Burg Kipfenberg mit dem Infopoint Limes sowie das Marktuseum im Markt Altmanstein laden mit einmaligen archäologischen Funden, Rekonstruktionen, Filmen und Mitmachstationen dazu ein, das Leben der Menschen vor rund 1800 Jahren besser kennenzulernen.

Palisade in Kipfenberg
 (© Römer und Bajuwaren Museum Burg Kipfenberg)



Kunstwerk „LIMES im Kreisel“, Denkendorf
 (© Altmühl-Jura/Holger Pflaum)

Kunstwerk „LIMES on line“ in Altmanstein
 (© Altmühl-Jura/Holger Pflaum)



Den Römern auf der Spur

Historische Schätze in den Museen erforschen und in den Thermen und im Kastell Biriciana in die Vergangenheit eintauchen: Ein Tag in Weißenburg ist auch immer eine Zeitreise.

Nahe der heutigen Weißenburger Altstadt befand sich in der Antike das Militärlager Biriciana samt Thermen und einer Zivilsiedlung mit mehreren Tausend Einwohnern. Von dieser Zeit zeugen einzigartige Funde – aus dem Garten!

(unten) Das teilerrekonstruierte Kastell Biriciana

Als ein Hobby-Gärtner in der Nähe der Römischen Thermen 1979 ein Spargelbeet anlegen wollte, stieß er auf verrostete Eisenteile. Insgesamt 114 Objekte, darunter 17 Götterfiguren aus Bronze, kamen nach und nach ans Licht.

Vergraben wurden sie wohl um die Jahre 253/254 n. Chr. von einem Plünderer. Zu dieser Zeit fielen das Militärlager Biriciana und die Zivilsiedlung den Alamanneneinfällen zum Opfer. Heute ist der „Weißenburger Schatz“ im RömerMuseum zu bestaunen. Ein Besuch lohnt sich für Groß und Klein, besonders dank des neuen Forscherbogens. Bei verschiedenen Rätseln gibt es hier einiges zu lernen und erfahren, zum Beispiel über „mittelalterliches Recycling“ und spannende Inschriften, Symbole und Tiere sowie alle Arten von Masken und Helden. Als Belohnung für die richtige Lösung winkt bei der Tourist-Information ein eigener „Römerschatz“.



© Dietmar Denger



© Dietmar Denger

Für einen Ausflug bietet sich das Museumsticket an. Besonderer Clou: Ab dem Kaufdatum gilt das Ticket einen Monat lang je einmal für das RömerMuseum sowie das ReichsstadtMuseum und die Römischen Thermen. Wer Letztere besucht, bekommt mit dem 3D-Römerfilm „Macht, Pracht und Untergang“ einen spannenden Einblick in den Alltag und die Geschichte von Biriciana.

Westlich der Altstadt erkunden Besucher das Kastell Biriciana, wo einst 500 Soldaten stationiert waren. Den Weg zum Kastell weist ein beeindruckendes neues Graffiti - natürlich mit römischem Hintergrund. Farbenfroh und plakativ, ist das Graffiti gesprühte Stadtidentität: die Verbindung zwischen Tradition und Moderne.

Noch spannender wird der Ausflug in die Antike mit „Zeitzeugen“: In den Thermen lauschen Gäste dabei dem „Badegeflüster“, im RömerMuseum entführt die Führung „RömerVisionen“ ins Jahr 205 n. Chr.

www.museen-weissenburg.de

(oben) Spannende Führung in den Römischen Thermen | (unten) im RömerMuseum, Weißenburger Altstadt



© Dietmar Dengler

WEIßENBURG
in Bayern

Entspannte Einkehr

Nach einer ausgiebigen und abwechslungsreichen Tour in die Vergangenheit des römischen Imperiums haben sich die „Zeitreisenden“ eine Stärkung verdient. Gut, dass die malerische Weißenburger Altstadt mit ihrem historischen Marktplatz und ihren kleinen, engen Gassen dafür jede Menge Möglichkeiten bietet!

Urige Gaststuben laden zu einem gemütlichen Beisammensein ein. Da dürfen fränkische Spezialitäten wie deftige Bratwürste oder ein knuspriges Schäufole natürlich nicht fehlen! Dazu noch ein süffiges Bier aus einer regionalen Brauerei - Gaumenfreuden sind garantiert. Da wird fröhlich auf einen tollen Tag angestoßen, der hier den verdienten und krönenden Abschluss findet.

www.weissenburg.de



© Dietmar Dengler



© Dietmar Dengler



Führungsvielfalt in **Neuburg an der Donau**

Die schöne Art Renaissance zu erleben

Das Donaustädtchen Neuburg im Süden des Naturpark Altmühltal punktet mit einer der schönsten historischen Altstädte Bayerns, mit prächtigem Residenzschloss, einer Vielzahl an Renaissance- und Barockbauten und erlesenen Kunstschätzen von europäischem Rang.

(oben) Blick auf das
Schloss Neuburg
(unten) Führung durch
die Staatsgalerie
Flämische Barock-
malerei im Schloss



Neuburgs Geschichte reicht bis in die römische Antike zurück, seine Blütezeit erlebte es jedoch als Hauptstadt des Fürstentums Junge Pfalz - und vor allem unter der Herrschaft des Pfalzgrafen Ottheinrich.

Die perfekt erhaltene Altstadt ist prädestiniert für Führungen aller Art. Neuburgs Gästeführerinnen und -führer begleiten Interessierte durch Neuburg. Besonders unterhaltsam und auch un-
gemein informativ wird es, wenn sie dabei in die Gestalt historischer Figuren schlüpfen. Lucrezia

Wohlgemut, Apothekersfrau im 17. Jahrhundert, heißt im wahren Leben Margit und ist promovierte Kunsthistorikerin. Sie hat schaurige Geschichten mit schrecklichen Details im Gepäck und leitet Gäste zu historischen Orten, an denen einst „Hexen, Heiler und Halunken“ ihr Unwesen trieben. Dazu reicht die geheimnisvolle Lucrezia einen wohltuenden Kräuterschnaps, der hilft, manch schauderhafte Geschichte besser zu verdauen. Na, dann Prost!

Von Fischern und Nixen

Wie herrlich doch die Donau unterhalb des Schlosses fließt! Bei speziellen Führungen entlang des Flusses können die Gäste dem Fischerknecht Lenz begegnen oder etwa der sympathischen Donaunixe Danubia, die von geheimnisvollen Legenden zu berichten weiß. Es heißt, wenn sich über dem Wasser der Donau Nebel bildet, tanzen die Donauweibchen. Unterhaltsame Fluss-Spaziergänge garantiert.

Führungen für alle Sinne

Diese Angebote sind nur ein kleiner Ausschnitt aus dem reichen Angebot an Stadt- und Schlossführungen sowie Themenführungen. Für jedes Interesse ist etwas dabei. Wer sich für Kunst begeistert, entdeckt zum Beispiel in der Staatsgalerie der Flämischen Barockmalerei Meisterwerke von Rubens und seinen Zeitgenossen. Auf eine musikalische Reise in die Renaissance begeben sich die Teilnehmenden unter dem Motto



„Geschichte mit Sang und Klang“. Und nichts für schwache Nerven ist die Führung „Tatort Altstadt – Unglücksfälle, Tragödien und Verbrechen“. Für Kinder und Jugendliche gibt es spezielle Angebote. Alle Infos zur Neuburger Führungsvielfalt bietet die Website der Stadt.

Für Geschichtsfans gibt es noch einen besonderen Tipp: Alle zwei Jahre wird die reiche Vergangenheit des Fürstentums Pfalz-Neuburg wieder lebendig. Dann heißt es Eintauchen und Mitfeiern beim Renaissancespektakel Neuburger Schlossfest. Vom 27. bis 29. Juni sowie 4. bis 6. Juli 2025 ist es das nächste Mal so weit.

www.neuburg-donau.info/fuehrungen

(oben) Beim Neuburger Schlossfest
(unten) Unterwegs mit Donaufischer Lenz auf der Eisenbrücke



Spontane Führung gefällig?

Von 20.4. bis 1.11.2025 finden öffentliche Führungen statt, für die keine Anmeldung erforderlich ist.

www.neuburg-donau.info/fuehrungen



Naturpark
Altmühltal

Ja, natürlich! Lust auf eine Auszeit in Bayerns Mitte? Im Naturpark Altmühltal führen viele Wege zur Entspannung – ob aktiv oder genussvoll, bei spiritueller Einkehr oder beim Freizeitspaß.

www.naturpark-altmuehltal.de

Informationszentrum Naturpark Altmühltal
Notre Dame 1 · 85072 Eichstätt
Telefon 08421/9876-0
info@naturpark-altmuehltal.de
www.naturpark-altmuehltal.de



VL8

www.blauer-engel.de/uz195

- ressourcenschonend und umweltfreundlich hergestellt
- emissionsarm gedruckt
- hauptsächlich aus Altpapier

Franken
Tourismus

Bayern