

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	3
Symbole .....	5
Übersichtskarte .....	6
Allgemeine Hinweise .....	8
Top-Touren rund um Regensburg .....	11
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte .....	12
Informationen und Adressen .....	17
Die Landschaften rund um Regensburg .....	18
<b>1</b> 3.30 Std. Regensburg an der Donau .....	24
<b>2</b> 1.15 Std. Von Alteglofsheim zur Wolfgangeiche .....	30
<b>3</b> 3.45 Std. Tegernheimer Schlucht .....	33
<b>4</b> 4.45 Std. Über die Burgruine Donaustauf zur Walhalla .....	38
<b>5</b> 3.45 Std. Über den Scheuchenberg nach Bach a. d. Donau .....	42
<b>TOP 6</b> 6.00 Std. Durch das Otterbachtal .....	45
<b>7</b> 2.30 Std. In den Fürstlichen Thiergarten .....	50
<b>8</b> 4.30 Std. Zum Nepal-Himalaya-Pavillon .....	53
<b>TOP 9</b> 3.45 Std. Durch die Hölle .....	58
<b>10</b> 5.15 Std. Über Süssenbach und Schillertswiesen nach Siegenstein .....	61
<b>TOP 11</b> 5.45 Std. Von Burg Falkenstein zur Ruine Sengersberg .....	66
<b>12</b> 3.45 Std. Auf dem Bienenlehrpfad zur Burgruine Lobenstein .....	71
<b>13</b> 3.30 Std. Über den Pfaffenstein zum Kloster Walderbach .....	74
<b>TOP 14</b> 2.00 Std. Die Kolmberger Steinwanderung .....	77
<b>15</b> 2.30 Std. Zur Wallfahrtskirche Heilbrünnl über dem Regental .....	80
<b>16</b> 3.15 Std. Schloss Kürn und Hoher Stein .....	83
<b>17</b> 4.15 Std. Auf stillen Waldpfaden zum Schloss Hauzenstein .....	86
<b>18</b> 3.00 Std. Schloss Karlstein und Ruine Forstenberg .....	89
<b>19</b> 4.00 Std. Auf Uferpfaden am Regen zur Burgruine Stockenfels .....	92
<b>20</b> 5.00 Std. Über den Wackelstein auf den Jugenberg, 610 m .....	96
<b>21</b> 4.30 Std. Zum Waldhaus Einsiedel .....	100
<b>22</b> 4.45 Std. Auf dem Malerwinkelweg zum Gipfelkreuz auf dem Seeberg .....	104
<b>23</b> 3.45 Std. Über den Hutberg zum Kunstwaldgarten .....	108
<b>24</b> 4.45 Std. Zum Gasthaus Waldhaus im Naturpark Hirschwald .....	112
<b>25</b> 5.15 Std. Durch das Lauterachtal zur Ruine Hohenburg .....	116
<b>26</b> 4.15 Std. Über das Naturschutzgebiet Eichenberg nach Kallmünz .....	120
<b>27</b> 5.30 Std. Von Heitzenhofen nach Kallmünz .....	124
<b>28</b> 4.30 Std. Zur Burg Wolfsegg .....	128
<b>29</b> 7.00 Std. Zum Kloster Pielenhofen im Naabtal .....	131
<b>TOP 30</b> 3.15 Std. Der Besinnungsweg von Hainsacker .....	136
<b>31</b> 3.00 Std. Über die Winzerer Höhen zum Adlersberg .....	142
<b>32</b> 3.30 Std. Zur Naabmündung nach Mariaort .....	145
<b>33</b> 2.45 Std. Stifterfelsen und Hohe Wand .....	148
<b>TOP 34</b> 4.30 Std. Über den Alpinen Steig zur Ruine Loch .....	150
<b>35</b> 3.30 Std. Zur Burgruine in Laaber .....	154
<b>36</b> 3.30 Std. Mühlen im Tal der Schwarzen Laber .....	157
<b>TOP 37</b> 3.15 Std. Über den Hohen Felsen zur Ruine Ehrenfels .....	160
<b>TOP 38</b> 3.45 Std. Von Velburg zur König-Otto-Tropfsteinhöhle .....	163
<b>39</b> 4.00 Std. Unterwegs in der Kuppenalb .....	168
<b>TOP 40</b> 6.00 Std. Die Burgen von Riedenburg .....	172
<b>TOP 41</b> 5.30 Std. Durch die Klamm zur Burg Prunn .....	176
<b>TOP 42</b> 3.30 Std. Bilderbuchlandschaften rund um Essing .....	181
<b>43</b> 5.15 Std. Höhlen im Altmühltal .....	184
<b>TOP 44</b> 5.30 Std. Befreiungshalle und Keltenwall .....	188
<b>45</b> 4.45 Std. Über dem Donaudurchbruch zum Kloster Weltenburg .....	192
<b>46</b> 4.30 Std. Limeswanderung .....	197
<b>47</b> 2.30 Std. Zum Frauenhäusl .....	200
<b>48</b> 2.30 Std. Zur Wallfahrtskirche Frauenbrünnl .....	202
<b>49</b> 3.15 Std. Paul-Pemsel-Steig und die Felskanzeln auf dem Hanselberg .....	204
<b>50</b> 5.45 Std. Über das Naturschutzgebiet Mattinger Hänge ins Donautal .....	208
<b>51</b> 4.00 Std. Schloss Prüfening und der Max-Schultze-Steig .....	212
<b>52</b> 2.15 Std. Hopfenwanderung in der Hallertau .....	216
Stichwortverzeichnis .....	220