

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	2
<b>Allgemeine Hinweise</b>	6
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	9
<b>Wandern mit Kindern</b>	12
<b>Nürnberg und die Fränkische Schweiz</b>	14
<b>▶ 1 Mit Wolf »Lupi« durch den Bruderwald</b>	
Den Wald erleben und erforschen	18
<b>▶ 2 Felsengarten und Burg Zwernitz</b>	
Spaziergang durch ein einmaliges Gartenkunstwerk	22
<b>▶ 3 Von der Kuchenmühle zur Riesenburg</b>	
Klappernde Mühle und spannende Höhlenruine	26
<b>▶ 4 Naturparadies Burg Rabenstein</b>	
Zu Besuch in der Falknerei und der Sophienhöhle	30
<b>▶ 5 Streitburg und Binghamöhle</b>	
Geologischer Erlebnispfad zur Ruine und Tropfsteinhöhle	34
<b>▶ 6 Burgruine Neideck</b>	
Zum Wahrzeichen der Fränkischen Schweiz	38
<b>▶ 7 Muggendorfer Höhlenwanderung</b>	
Spannender Ausflug in die Unterwelt	41
<b>▶ 8 Zum Druidenhain</b>	
Felsenlandschaft zum Kraxeln und Verstecken	46
<b>▶ 9 Von Gößweinstein zur Stempfermühle</b>	
Wanderung mit anschließendem Badespaß	50
<b>▶ 10 Durch die Bärenschlucht</b>	
Riffe aus der Jurazeit und Badespaß im »Juramar«	54
<b>▶ 11 Durch das Weiherbachtal</b>	
Wanderpfad zur Sommerrodelbahn und zur Teufelshöhle	58
<b>▶ 12 Zur »Himmelsleiter«</b>	
Luftiger Aussichtsturm und Kneippvergnügen am Bach	62
<b>▶ 13 Über den Jägersteig</b>	
Fische füttern und planschen im Quellwasser	66
<b>▶ 14 Zwergenhöhle und Gnomenbrunnlein</b>	
In der Heimat der Zwerge	70
<b>▶ 15 Zur Ehrenbürg</b>	
Stilles Naturschutzgebiet und jährlicher Festtrummel	74

- ▶ **16 Über den Burggraf zu den »Drei Zinnen«**  
Durch eine Höhle und zu den drei fränkischen Felstürmen 78
- ▶ **17 Burgruine Wolfsberg und Signalstein**  
Nur für Schwindelfreie! 82
- ▶ **18 »Klauskirche«, Hexentor und Wasserstein**  
Höhlen, Felsen und Frankens kleinste Stadt 85
- ▶ **19 Zu den Sinterterrassen an der Lillach**  
Ins Tal der Schmetterlinge 90
- ▶ **20 Geologischer Wanderweg Jurazeit**  
Reise durch die Erdgeschichte 94
- ▶ **21 Flecher Höhlenweg**  
Ausflug in die Zaubervelt unter der Erde 98
- ▶ **22 Maximiliansgrotte und »Steinerne Stadt«**  
Zum größten Tropfstein Deutschlands 102
- ▶ **23 Ossinger-Hütte**  
Urige Hütteneinkehr mit Aussichtsturm 106
- ▶ **24 Wanderparadies Hirschbachtal**  
Wo sich Wanderer und Kletterer treffen 110
- ▶ **25 Zum Arzbergturm und zur Edelweißhütte**  
Zu Besuch beim Turmwächter auf dem Arzberg 115
- ▶ **26 Zauberwald Orchideenweg**  
Botanik und Genussklettern für Eltern und Kinder 118
- ▶ **27 Mit »Trimmy« durch den Meilwald**  
Auf dem Trimm-dich-Pfad zur Jugendfarm 121
- ▶ **28 Walderlebniszentrum Tennenlohe**  
Unterwegs mit Eichhörnchen »Wezzi« 124
- ▶ **29 Sandsteinschlucht »Teufelsbadstube«**  
Buddelspaß am Bodenlehrpfad 128
- ▶ **30 ZennOase**  
Spielparadies mit Palmen und Piratenschiff 131
- ▶ **31 Durch die Bitterbachschlucht**  
Eindrucksvolle Felsen und Planschvergnügen am Bach 134
- ▶ **32 Naturerlebnispfad im Schönberger Forst**  
Spielstationen und Seilgarten mitten im Wald 138
- ▶ **33 Durch die Schwarzachklamm**  
In den fränkischen »Grand Canyon« 142

▶ <b>34 Walderlebnispfad Wendelstein</b>	Erlebnisspielplatz am Ludwigskanal	146
▶ <b>35 KammerSTEINPILZpfad</b>	Unterwegs mit Steinpilz »Börni«	150
▶ <b>36 Südlicher Rothsee mit Umweltstation</b>	Freizeit- und Badevergnügen an flachen Sandstränden	153
▶ <b>37 Schnittlinger Loch und Schnittlinger Eiche</b>	Durch eine Schlucht zum Spielplatz unterm Baumriesen	156
▶ <b>38 Durch die Massendorfer Schlucht</b>	Wilde Schlucht und Hopfenstadt	160

## **Freizeit- und Schlechtwettertipps**

Tiere und Natur	165
Erlebnisbauernhöfe	167
Erlebnisbäder und Badeseen	168
Freizeitparks und Erlebnisspielplätze	171
Klettern	174
Burgen, Schlösser und Ruinen	176
Museen	177
Schiffahrt	180
Kanu- und Tretbootverleih	180
Rodel- und Kartbahnen	181
Minigolfplätze	182
Sonstige Freizeittipps	183
<b>Stichwortverzeichnis</b>	186
<b>Impressum</b>	192