

Inhalt

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

▶ 34 Walderlebnispfad Wendelstein	Erlebnisspielplatz am Ludwigskanal	146
▶ 35 KammerSTEINPILZpfad	Unterwegs mit Steinpilz »Börni«	150
▶ 36 Südlicher Rothsee mit Umweltstation	Freizeit- und Badevergnügen an flachen Sandstränden	153
▶ 37 Schnittlinger Loch und Schnittlinger Eiche	Durch eine Schlucht zum Spielplatz unterm Baumriesen	156
▶ 38 Durch die Massendorfer Schlucht	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
Stichwortverzeichnis	186
Impressum	192