

Trails mit freier Aussicht
direkt über Pottenstein.





Das kleine Hochgebirge

„In der Fränkischen Schweiz lassen sich die Berge freundlich zum Menschen herunter“, schrieb ein Wanderer. Stimmt. Die Pfade schlängeln sich auf nur 500 Metern Höhe durch das wohl spektakulärste Mittelgebirge Deutschlands.

Das Urmeer Thätys verlieh dem Karstgebirge seine Form – und fraß tausende Höhlen in den Kalk.



text HOLGER-MAX EMBERGER · fotos JÖRG REUTHER

Ein Schlag auf den Kopf – und es wird stockdunkel. Die Decke ist zu niedrig zum Stehen! Zum Glück trage ich einen Helm. Kein Lichtstrahl ist zu sehen, weder Schemen noch Schatten zeigen mir den Weg, ich habe die Orientierung verloren. „Hallo Pim, bist du noch da?“ Ich versuche es links und stolpere – wupps – in ein Schlagloch. Wie soll ich ohne Licht solche Löcher erkennen? Endlich: der Ausgang. Im dünnen Licht erkenne ich kleine Tropfsteine an der niedrigen Höhlendecke. Draußen in der Sonne wartet Pim und klärt mich auf: „Das war die Oswaldhöhle“.

Über tausend solcher Höhlen gibt es in der Fränkischen Schweiz. Für mich ist die Oswaldhöhle die erste nähere Begegnung mit dem Karstgebirge zwischen Bamberg, Forchheim, Nürnberg und Bayreuth. Erst vor kurzem hat es mich in die fränkische Provinz verschlagen, nach Pegnitz. Und bisher bin ich nur mit dem Auto durch die Mittelgebirgstäler gekurvt. Doch von Anfang an hat mich die Landschaft mit ihren eigentümlichen Felstürmen, Hochflächen und unzähligen

Burgen in ihren Bann gezogen. Schnell war klar, dass ich die Gegend mit dem Bike erkunden musste. Auf meiner Suche nach den schönsten Routen, stieß ich auf Pim, Tourenguide im Pegnitzer Mountainbikeclub „Schiem-a-no“. Er versprach, mich bei seinen nächsten Ausfahrten mitzunehmen.

Samstagmorgen stehe ich mit anderen Bikern aus der Gegend am alten Fachwerk-Rathaus in Pegnitz. „Erstmal ein Stück gemütlich auf Teer bergauf, dann wird’s schwer,“ erklärt Pim. Die Einrollphase dauert nur einige hundert Meter, dann biegen wir rechts in den dichten Nadelwald ein. Ein Trail führt über Wurzeln und Steinstufen tief ins Dickicht. Immer wieder blitzen Kalksteintürme auf, die wie Säulen über die Baumwipfel in den Himmel ragen. Dann rollen wir an hundert Meter langen Felswänden entlang. Und obwohl der höchste Gipfel nur 600 Meter hoch ist, habe ich das Gefühl, als tourten wir mitten durchs Hochgebirge. Das ist auch der Grund, warum der nördliche Teil der Fränkischen Alb „Schweiz“ genannt wird. Früher hieß die Gegend



schlicht „Muggendorfer Gebürg.“ Im 19. Jahrhundert tauchten dann die ersten Wanderer auf. Einer von ihnen brachte den Vergleich mit der Schweiz auf. Allerdings mit dem Unterschied, dass der Mensch in den Felsmassen der großen Schweiz fast erdrückt werde. Hier aber ließe sich die Natur freundlich zum Menschen herab. Bald erschien der erste Reiseführer: „Die kleine Schweiz“.

Fasziniert bleiben wir stehen und versuchen in den skurrilen Felsformationen Figuren zu erkennen. In einigen Felswänden blitzen Metallhaken. 5000 Kletterrouten gibt es in der Fränkischen Schweiz. Die berühmteste befindet sich am Krottensee, dort, wo Wolfgang Güllich 1991 die weltweit erste Route im Schwierigkeitsgrad elf durchstiegen ist, die „Action Directe“.

Wir folgen den Pfaden, die sich zwischen den Felsen hindurchschlängeln. „Hier ganz gerade durchziehen! Und nicht von den Stufen irritieren lassen.“ Julia warnt mich vor der kaum lenkerbreiten Durchfahrt zwischen meterhohen Felsen. Sie selbst habe sich an den rauen Kalksteinplatten schon blutige Schultern geholt. Ich halte die Luft an, drücke den Lenker durch die knifflige Engstelle und lasse das Rad – bam, bam, bam – locker die schmierigen Stufen heruntergleiten. Nach einem kurzen Anstieg auf grobem Schotter biegen wir scharf links in einen zugewachsenen Pfad ein.

„So, jetzt lernst du gleich noch eine Besonderheit meiner Heimat kennen.“ Ich ahne, was Pim meint. Vor uns baut sich ein steiler Anstieg auf. „Oh, hier trennt sich wohl die Spreu vom Weizen?“, stöhne ich und schalte in den ersten Gang. Pim lacht: „Ja, hier trennen sich gleich die gestrigen Weizen von dir. Aber ich meine was anderes.“ Dann reißt das Gespräch ab. Schwitzend kämpfen wir uns den Weg durch handballengroße Steine nach oben. Die Burg Ravenstein rückt ins Blickfeld. Majestätisch thront das Gemäuer auf einem Felsvorsprung. Die dicke Mauern scheinen direkt aus dem Gestein zu wachsen. Seit dem 12. Jahrhundert wacht die Burg über den Weg zwischen dem unzugänglichen Ailsbachtal und Bayreuth. Am Ende der Steigung sammelt sich die Gruppe. Den Schweißperlen nach zu urteilen, hat jeder mehr als ein Weizen verloren. Doch als Pim auf der Abfahrt vor einem alten Fachwerkhaus mit dem Schild „Held Bräu“ abbrems, weiß ich, was er

Höhlendurchfahrten, bizarre Felstürme und Trails am Abgrund – die „kleine Schweiz“ ist ein bayerisches Abenteuer.

Felsnadeln aus Dolomit bei Pottenstein



Schlupflochfelsen im Ailsbachtal: Die Durchfahrt ist nicht breiter als ein Lenker.



Und nach der Tour ein frisches Seidla! Einige der 71 Brauereien gibt es seit dem Mittelalter.

mit der Besonderheit seiner Heimat gemeint hat: die Brauerei-Dichte. Auf 100 000 Einwohner kommen in der Fränkischen Schweiz 71 Brauereien. Die urige Gaststätte „Held Bräu“ gibt es seit 1680. Wir lassen uns auf eine Holzbank im großen Biergarten plumpsen und bestellen ein „Seidla“, wie die Halbe Bier hier heißt. Ich nehme einen tiefen Schluck und stelle mir vor, wie hier einst die finsternen Ritter der nahen Burg saßen und beim Bier mit ihren blutigen Schlachten prahlten. Am nächsten Tag treffen wir uns in Ebermannstadt an der Wiesent. Kanufahrer lassen sich den beschaulichen Fluss hinuntertreiben. Wir beginnen mit dem steilen Anstieg Richtung Druidenhain. An dieser sagenhaften Felsformation sollen Hexenmeister und Zauberer gewirkt haben. Geologen wissen heute, dass das Urmeer Thetys während des Jura für die unzähligen, wild angeordneten Felsbrocken zuständig war. Wir rollen an dem magischen Platz vorbei und konzentrieren uns auf den Downhill Richtung Wiesent. Auf der anderen Talseite wartet der unbarmherzige Anstieg zum Hohlen Berg auf uns. Doch dann schlängeln wir auf einem Trampelpfad durch den Wald. Rechts, links, rechts tanzen wir um die Bäume. „Achtung!“ Eine Felskante – 20 Meter Abgrund!

Die großartige Aussicht macht den Schreck sofort vergessen: Das Wiesenttal liegt wie eine Spielzeuglandschaft vor uns. Ein Bach windet sich durch saftige Wiesen, hier und da sind die Wehre alter Wassermühlen zu erkennen. Die steilen Hügel links und rechts des Tals sind dicht bewaldet. Aus den Bäumen ragen vereinzelt Kalksteinfelsen, die zum Teil von einer Burgruine gekrönt sind. Ich kann mich kaum trennen. Doch dann lässt mich eine andere Aussicht wieder in den Sattel steigen: die auf ein kühles Seidla. ■



Das Trail-Ende über Pottenstein

NR	KM	SYM	ORT	RICHTUNG	WEG
0	0,0	→	Parkplatz Aldi	Bz. Ri. Nürnberg	Asphalt →
1	1,0	→	Gegenüber Plus	Bay. Justitzsch., grün. Ring folg.	Asphalt →
2	1,85	→	Bank	Grünem Büchenaub folgen	Pfad →
3	4,54	→	Bank, Anhöhe	Eichenlaubverlassen	Pfad →
4	5,24	→	Bank	Rotem Kreuz folg. bis Gasthof	Pfad →
5	6,05	→	Einmündung Straße	Unter Autobahn, rot. Kreuz folg.	Asphalt →
6	8,44	→	Wiese	Rot. Kreuz folg., Wiese queren	Pfad →
7	8,97	→	Parkpl. Gasthof Schatz	Rot. Kreuz, Trail durch Felsen	Pfad →
8	10,34	→	Wald	Rotem Kreuz folgen	Schotter →
9	10,71	→	Nach Felsen	Rotem Kreuz folgen	Pfad →
10	11,95	→	Fluss	Fluss queren, senkr. bl. Balken	Pfad →
11	12,91	→	Anhöhe, Kapelle	senkr. bl. Balken, Ri. Pottenstein	Asphalt →
12	14,94	→	Kapelle	Jetzt grünem Punkt folgen	Schotter →

NR	KM	SYM	ORT	RICHTUNG	WEG
13	16,62	→	Häuser	Rotem Kreuz folgen	Pfad →
14	18,10	→	Brücke	Fluss queren, rotem Kreuz folgen	Schotter →
15	19,96	→	Wald	Blauem senkre. Balken folgen	Pfad →
16	21,45	→	Feld, Wegweiser	Blauem Punkt folgen	Schotter →
17	22,32	→	Schotterweg	Blauer Pkt., nach 80 m li. hoch	Pfad →
18	23,93	→	Gasthof Schatz	Blauer Punkt bis Körbeldorf	Asphalt →
19	25,70	→	in Körbeldorf an Alter Schule	Hauptstr. queren	Asphalt →
20	26,23	→	Felder	Kl. Kulm, Weg bergauf folgen	Schotter →
21	26,69	→	Schranke	Rotem Punkt folgen	Schotter →
22	27,03	→	Aussichtsturm Kleiner Kulm	Rotem Punkt folgen	Pfad →
23	27,48	→	Wald	Gelbem Punkt folg. Ri. Pegnitz	Pfad →
24	28,10	→	Kurve	Gelbem Punkt folgen	Pfad →
25	28,28	→	Autobahn	Gelb. Pkt. unter Autobahn folg.	Pfad →

NR	KM	SYM	ORT	RICHTUNG	WEG
26	28,48	→	Kapelle	Kreuzweg folgen	Schotter →
27	28,77	→	Nach Treppen	Höhlweg folgen	Pfad →
28	28,96	→	Büchenbach	Str. nach Kalententhal folgen	Asphalt →
29	29,91	→	Kalenthal	Rundwanderweg Ri. Pegnitz	Asphalt →
30	31,78	→	Häuser	Gelbem Punkt folgen	Asphalt →
31	32,03	→	Schild Buchenau	Bundesstr. auf Radweg folgen	Asphalt →
32	34,97	→	Pegnitz	Richtung Aldi	Asphalt →
33	35,18	→	Parkplatz Aldi		Asphalt →

SCHWIERIGKEITSGRAD mittel

FAHRTECHNIK ■ ■ ■ ■ ■

KONDITION ■ ■ ■ ■ ■

PANORAMA ■ ■ ■ ■ ■

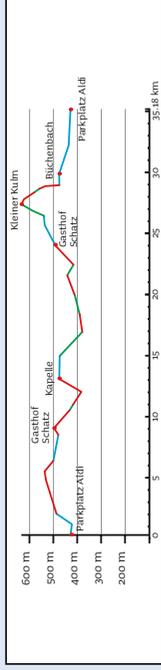
Kurzbeschreibung

Diese Tour bietet absolute Trail-Highlights. Doch gäbe es noch eine Punktebewertung für lohnenswerte Einkehrmöglichkeiten entlang der Route, würde die Tour in dieser Kategorie volle Punktzahl bekommen.

Gestartet wird in Pegnitz (zwei Brauereien). Auf welligen Trails geht es nach Hollenberg (Restaurant) und von dort über längere Anstiege bis kurz vor Pottenstein (Biergarten, Brauerei). Aus dem Tal der Püttlach führt ein steiler Anstieg heraus, der aber mit einer wunderbar technischen Abfahrt und einer Einkehr im Gasthof „Schatz“ belohnt wird. An Körbeldorf vorbei geht's zum Aussichtsturm „Kleiner Kulm“ und seinem fantastischen Panorama hinauf. Nach einer Trail-Abfahrt bis Büchenbach (Brauerei) führen die letzten Kilometer eben nach Pegnitz.

Anfahrt zum Startpunkt: In Pegnitz zum Parkplatz Aldi/Freibad, nahe Bz Ortsausgang Richtung Bayreuth, parken.

Asphalt 14,79 km, Pfad 16,38 km, Schotter 4,01 km



Info Fränkische Schweiz

Anfahrt Die Touren liegen im Dreieck Bamberg-Bayreuth-Nürnberg. Die Startorte Pegnitz, Waischenfeld und Ebermannstadt sind etwa 30 Kilometer voneinander entfernt.

Anfahrt mit dem Auto: Auf der A9 Nürnberg-Berlin bis Ausfahrt Pegnitz/Grafenwöhr, dann nach Pegnitz oder über die B470 bis Ebermannstadt bzw. bei Gößweinstadt Richtung Waischenfeld links abbiegen. Über die A73 Nürnberg-Bamberg bis Ausfahrt Forchheim-Süd und weiter auf der B470 Richtung Startorte. **Mit der Bahn:** Pegnitz ist stündlich von Nürnberg Hbf aus zu erreichen (41 Min.). Von Nürnberg nach Ebermannstadt gibt es stündlich eine Verbindung über Forchheim. Fahrzeit etwa eine Stunde, alle Züge mit Fahrradmitnahme. Waischenfeld ist nicht mit der Bahn zu erreichen.

Essen & Trinken Franken hat die höchste Brauerei-Dichte der Welt. Dementsprechend gut ist das Restaurant-Angebot. Die

hier aufgeführten liegen alle an den Touren: **Brauerei Herold**, Marktstr. 29 in Büchenbach/Pegnitz, Tel. 09241/3311. **Landgasthof Schatz**, Hollenberg 1 in Pegnitz, Tel. 09241/2149. **Held Bräu**, Oberaistfeld 19 in Ahorntal, Tel. 09242/295. **Gasthaus Schottermühle**, Schottermühle 43 in Wiesental, Tel. 09196/272.

Shops RADAU Fahrradladen, Schlosshof 1, Auerbach, Tel. 09643/8484. **Radioaktiv**, Müller u. Seitz, Bayreuther Str. 9, Pegnitz, Tel. 09241/8181.

Touren Fränkischer Mountaimbike-Club Schiem-a-no, www.schiem-a-no.de.

Karten Naturpark Fränkische Schweiz im Maßstab 1:50 000, Bayerisches Landesvermessungsamt.

Info Fränkische Schweiz Tourismus in Ebermannstadt, Tel. 09194/797779, www.fraen-kische-schweiz.com.



2 Ebermannstadt-Tour

NR	KM	HM	SYM	ORT	RICHTUNG	WEG
0	0,0	295	↑	Bahnhof Ebermannstadt	Parallel Schienen Ri. Norden	Asphalt →
1	0,12	288	→	Bahnübergang	Schlüsselstern, Ri. blaue Raute	Asphalt ↗
2	0,84	375	↘	Wald	Ri. schwarzer Kreis	Schotter →
3	1,44	368	↘	Kreuzung	Ri. bl. schr. Balk. Birkenreuth	Schotter ↗
4	3,75	445	↘	Straße	Ri. bl. schr. Balk. Birkenreuth	Pfad ↗
5	4,65	428	↘	Pfadkreuzung	Ri. bl. schr. Balk. Birkenreuth	Pfad →
6	5,41	448	→	Dorfplatz	Grünes Kreuz bis Kannndorf	Asphalt →
7	5,74	452	↘	Straße	Grünes Kreuz bis Kannndorf	Asphalt →
8	7,06	475	↘	Kannndorf	Grünes Kreuz bis Druidenhain	Asphalt →
9	8,91	436	→	Druidenhain	Blau. senkr. Balk. Burggailenreuth	Pfad →
10	11,62	377	↘	Dorfplatz Burggailenreuth	Rot. Kreuz: Behringersmühle	Schotter ↗
11	12,19	330	↘	Bahnlinie	Rot. Kreuz: Behringersmühle	Schotter →
12	13,85	307	↘	Bahnübergang	Über den Fluss	Asphalt →

32,74 km 780 hm 3 h 15 min

NR	KM	HM	SYM	ORT	RICHTUNG	WEG
13	14,13	305	↘	Bushaltestelle Bundesstraße	Rotes Dreieck in Pfad bis Moritz	Pfad ↗
14	14,99	463	↘	Gasthaus in Moritz	Durch Hof, roter senkr. Balken	Pfad →
15	17,44	464	↘	Ortsanfang Egelhardberg	Hauptstraße folgen	Asphalt →
16	18,08	444	↘	Ortsende Egelhardberg	braun. Kreuz bis Hohler Berg	Asphalt ↗
17	19,21	493	↘	Sendemast	senkr. rot Blk. Ri. Oswaldhöhle	Pfad →
18	19,59	456	↘	Aussichtspunkt	braun. Kr., nach 100 m rot. Blk.	Pfad ↗
19	19,98	394	↘	Parkplatz	Str. queren, roter Blk. n. Streitberg	Pfad ↗
20	21,69	388	↘	Straße	Nach 200 m rot. Blk. i. Streitberg	Asphalt ↗
21	22,64	419	↘	Felder	Straße bergab	Asphalt →
22	23,21	392	↘	Waldrand	Senkr. rot. Balk. bis Streitberg	Schotter ↗
23	27,01	323	↘	Streitberg	Am Tälz bergab	Asphalt →
24	27,29	303	↘	B470	Hauptstraße folgen	Asphalt →
25	27,66	300	↘	Bahnübergang	Niederfeldendorf	Asphalt →

NR	KM	HM	SYM	ORT	RICHTUNG	WEG
26	27,90	288	→	Niederfeldendorf	Radweg Fränk. Schweiz folgen	Asphalt →
27	31,94	290	↘	Fußgängerzone Ebermannstadt	Fußgängerzone durchschieben	Asphalt →
28	32,36	293	↘	Ende Fußgängerzone	Hauptstraße bis Bahnhof folgen	Asphalt →
29	32,74	295	●	Bahnhof Ebermannstadt		

INFO Ebermannstadt

SCHWIERIGKEITSGRAD

FAHRTECHNIK

KONDITION

PANORAMA

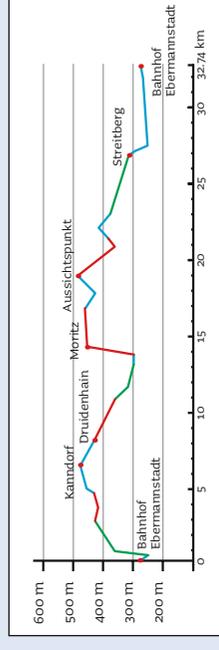


Kurzbeschreibung

Trail-Paradies links und rechts der Wiesent: Vom Bahnhof Ebermannstadt klettert ein Schotterweg bis Birkenreuth, von dort führt die Tour locker über die Hochebene bis Kannndorf. Im weiteren Verlauf versprechen die Wurzelpfade bis zum Druidenhain. Genuss total, die schnellen Schotterstücke hinab ins Wiesental sorgen für noch mehr Glückshormone. Auf der anderen Fluss-Seite fordert der Weg steil bergauf nach Moritz alle Reserven, etwas Schieben ist unvermeidlich. Vom höchsten Punkt Hohler Berg markiert der rote Balken einen kilometerlangen Trail, der bis nach Streitberg hinunterführt. Ab dort locker ausrollen bis Ebermannstadt.

Anfahrt zum Startpunkt: In Ebermannstadt der Beschilderung Bahnhof folgen, dort parken.

Asphalt 13,31 km
Pfad 10,49 km
Schotter 8,94 km



3 Waischenfeld-Tour

19,45 km 380 hm 2 h 00 min

NR	KM	HM	SYM	ORT	RICHTUNG	WEG
0	0,0	372		Parkplatz	Pulvermühle	Asphalt →
1	0,35	372		Kreuzung	Kläranl., n. 20 m Ri. Pulvermühle	Asphalt →
2	1,27	368		Pulvermühle	Gelb. Kreuz bis Eichenbirgik	Schotter ↗
3	2,75	460		Eichenbirgik	Grün. Punkt Ri. Burg Rabeneck	Asphalt →
4	3,67	432		Lichtung	Burg Rabeneck	Schotter →
5	3,79	430		Burg Rabeneck	In Burggrab, unter Brücke durch	Pfad ↘
6	3,92	409		2 Kehren nach Burgmauer	Pfad bergab	Pfad ↘
7	4,10	358		Fluss	Behringers Mühle, gelber Balken	Schotter →
8	6,34	357		Abzweig Pfad	Gelbem Balken folgen	Pfad →
9	7,53	349		Vor Brücke	Gelbem Balken folgen	Pfad →
10	7,75	347		Parkplatz Riesenburg	Zu Fuß zur Burg, zurück zu Pkt. 10	Asphalt →
11	7,97	349		Nach Brücke	Gelb. Balken bis Schottersmühle	Pfad →
12	9,17	351		Schottersmühle	Gel. Rautе durch Kuhfischschlucht	Pfad ↗

INFO Waischenfeld

SCHWIERIGKEITSGRAD

leicht

FAHRTECHNIK

KONDITION

PANORAMA

Asphalt 5,21 km
Pfad 4,02 km
Schotter 10,22 km

Kurzbeschreibung

Burgen- und Höhlen-Runde zwischen Wiesent und Ailsbach. Nach einigen Kilometern ebenen Einrollens führt die Tour steil zur Burg Rabeneck hinauf. Von dort crüist man durch den Burggraben und auf technischen Trails bergab. Im Tal warten einige Kilometer ebener Singletails bis zur Höhle Riesenburg. Kurz darauf zweigt der Anstieg im Kuhfichtal ab (schieben). Auf Teer und Schotter ein Abstecher zur Sophienhöhle möglich. Das letzte Stück geht es auf Trails und Waldwegen wieder zum Ausgangspunkt zurück.

Anfahrt zum Startpunkt: In Waischenfeld der Beschilderung Richtung A9 folgen und nach den letzten Häusern auf der rechten Seite (von Norden kommend) auf dem Wanderparkplatz parken.

