

Gerhard Besenhard



GENUSS WANDERN

REGENTAL



zwischen Regensburg,
Regenstauf & Nittenau

PIKTOGRAMME



Distanz



Wegpunkte



Wegzeit



Bodenbeschaffenheit



Höhenmeter



Charakteristik der Tour



Ausgangs-/Endpunkt



Gasthäuser / Cafés

SCHWIERIGKEITSBEWERTUNG

Die Schwierigkeitsgrade sind subjektiv und von mir frei gewählt. Sie beziehen sich auf die Kriterien: Länge und Anstiege der Wanderung, Beschaffenheit und Markierung der Wege



Leicht

Einfache Wanderung. Grundkondition erforderlich. Leicht begehbare Wege. Kein besonderes Können erforderlich.



Mittel

Mittelschwere Wanderung mit einer gewissen Länge. Gute Grundkondition erforderlich. Meist leicht begehbare Wege. Trittsicherheit oftmals vorteilhaft. Durchaus mit einigen Höhenmetern.



Schwer

Anspruchsvolle Wanderung mit einer gewissen Länge. Gute Grundkondition erforderlich. Überwiegend gut begehbare Wege, aber auch steile Passagen. Trittsicherheit und ggf. Schwindelfreiheit erforderlich. Wanderstöcke können sehr hilfreich sein. Es können einige Höhenmeter zu bewältigen sein.

Ich werde auf meinen Wanderungen oft gefragt: „Wie kommt man auf die Idee, so was zu machen?“ Eine gute Frage, die ich einfach beantworten kann. Zum einen bin ich sehr gerne in der Natur unterwegs und durchstreife mit Leidenschaft meine Heimat. Zum anderen haben wir bei uns viele Fleckchen, zu denen es eine Geschichte, Sage, etwas Kurioses oder eine tolle Aussicht gibt. Schon oft habe ich Freunden oder Bekannten von solchen Örtchen erzählt und war erstaunt, wie wenig Wissen und Ortskenntnis doch unter den Einheimischen herrscht. Eigentlich schade, dachte ich.



So begann ich eine Idee in die Tat umzusetzen und fasste einen Entschluss: Ich bring' die Leute dorthin, erzähle, was war oder ist, zeige die Schönheit unserer Heimat, führe sie durch die Wälder. Ich fragte mich, wie ich das am besten realisieren könnte? Nach einigen Recherchen landete ich bei der ANL Bayern und meldete mich an zu einer Ausbildung zum Zertifizierten Natur- und Landschaftsführer. Der Name ist Programm, der Ablauf der Ausbildung sagte mir zu, es ließ sich mit meiner Arbeitsstätte vereinbaren und das Ganze war von den Kosten her überschaubar.

Genauso überschaubar war die Teilnehmerzahl meiner ersten Führung. Angemeldet haben sich 8 Personen, am Start war dann nur eine einzige Person, eine nette junge Frau. Ohje, dachte ich . . . Bei der zweiten Tour hatte sich was getan, zwei Personen kamen. Und siehe da, irgendwann hatte ich 36 Anmeldungen, alle kamen und wir gingen gemeinsam los. Und so kam eines zum anderen: Plötzlich war ich in der Zeitung, bekam Anfragen von Städten und Gemeinden, Vereinen, Schulen, Kindergärten und Firmen.

Im Frühjahr 2016 meldete sich schließlich der Battenberg Gietl Verlag aus Regenstauf bei mir mit der Frage, ob ich Lust hätte, einen Wanderführer zu machen. Also einen zu schreiben, so als Autor und so. Die Frage kam ein bisschen plötzlich, so dass ich ehrlich gesagt zunächst verunsichert war. Doch nach netten und konstruktiven Gesprächen im Verlag war ich guter Dinge – und das Endprodukt dieser Gespräche halten Sie in Ihren Händen. Eins kann ich Ihnen sagen, es steckt eine Menge Arbeit in dem kleinen Büchlein. Aber die Arbeit hat sich gelohnt – mittlerweile ist der Wanderführer in der 4. Auflage erhältlich, ein toller Erfolg!

Ich wünsche Ihnen allzeit schöne und erholsame Wanderungen,
bleim's fit und gesund!

A handwritten signature in blue ink that reads "Gerhard Besenfelder". The signature is fluid and cursive.

- 2 Streckendetails
 – Piktogramme
 – Schwierigkeitsbewertung

3 Vorwort

4 Übersichtskarte

- 8 Das Regental – zwischen
 Regenburg und Reichenbach

9 Wandern mit GPS

- 10 Zur „Winzerer Höhe“
 Sehr beliebter Hügel mit viel

TOUR 01 Aussicht
mittel 8,8 km | 8,3 km | 6,3 km |
 251 Hm | 2:30 h

- 16 Zum Mittelpunkt von
 Lappersdorf
 Abwechslungsreiche Runde mit
 einigen Aussichtspunkten

TOUR 02 **mittel** 11,7 km | 234 Hm | 3:30 h

- 22 Der meditative Weg
 von Regendorf

TOUR 03 **leicht** 4,7 km | 80 Hm | 1:30 h

- 26 Der Eichhornweg
 Eine leichte Runde durch heimische
 Wälder

TOUR 04 **leicht** 9,4 km | 272 Hm | 2:30 h

- 32 Der Schlossberg von Regenstauf
 Das Wahrzeichen von Regenstauf

TOUR 05 **leicht** 1,5 km | 87 Hm | 0:45 h

- 40 Ruine Forstenberg
 Zeitzeuge vergangener Tage

TOUR 06 **leicht** 4,3 km | 153 Hm | 1:30 h

- 46 Auf den Spuren der Riesen
 Abwechslungsreiche Strecke
 mit herrlichen Aussichten

TOUR 07 **mittel** 9 km | 233 Hm | 2:30 h

- 54 Rund um das Golddorf Remspau
 Durch Wälder und übers Wasser,
 bis zum Petrus

TOUR 08 **leicht** 6,5 km | 155 Hm | 2:00 h

- 60 Zum Lanzlhof
 Johann Lanzl baute dieses Haus von
 1898 bis 1912

TOUR 09 **leicht** 6 km | 186 Hm | 1:30 h



INHALT

66 Alte Kreuze, Mord und Natur pur
Durch heimische Wälder zu
bedeutenden Punkten

TOUR
10

mittel 10,6 km | 300 Hm | 3:00 h

72 Zum Wackelstein
Langegezogene Forstwegrunde
mit Anstieg

TOUR
11

mittel 8 km | 357 Hm | 2:30 h

78 Von Marienthal zum Peilstein
Lockere Runde, gespickt mit
Wurzelwegen

TOUR
12

mittel 7,5 km | 332 Hm | 2:30 h

84 Geisterburg Stockenfels
Mystische Burg mit unzähligen
Sagen behaftet

TOUR
13

mittel 3 km | 142 Hm | 1:00 h

90 Auf dem Keltenweg
durchs Regental

TOUR
14

Zum Teil anspruchsvolle Steigungen
mittel 9 km | 323 Hm | 3:00 h

96 Über den Jugenberg zu den
Hofern
Lange Strecke mit vielen
Höhenmetern

TOUR
15

mittel 12 km | 549 Hm | 4:00 h

102 Zum Bayerwaldblick
Bei guten Wetterbedingungen liegt
einem der Bayerische Wald zu
Füßen

TOUR
16

leicht 10,2 km | 5,7 km | 200 Hm |
87 Hm | 3:00 h

108 Zu den hoch gelegenen
Dörfern um Nittenau
Runde ins Hinterland zu Dörfern
und Höfen

TOUR
17

mittel 10,5 km | 219 Hm | 3:00 h

116 Rund ums Waldhäusl Einsiedel
Lange Strecke durch Wälder

TOUR
18

schwer 15,5 km | 202 Hm | 4:30 h

120 Aussichtsreiche Runde
um Kienleiten

TOUR
19

Leichte Runde mit guter Fernsicht
leicht 6,7 km | 144 Hm | 2:00 h

126 Zum „Wilden Mann“
Steinreiche Wanderung für
Liebhaber von Granitfindlingen

TOUR
20

mittel 8,4 km | 312 Hm | 2:30 h



Das Regental – zwischen Regensburg und Reichenbach

Es fällt mir schwer, die Faszination, die von dieser Gegend ausgeht, in Worte zu fassen. Es ist eine malerische Landschaft, eingebettet zwischen sanften Hügeln und zum Teil kahlen Felsen. Der Regen hat sich über Jahrtausende seinen Weg durch das Tal gezogen und begeistert durch seine ständig wechselhafte Art. Je nach Wasserstand liegt er ruhig und ganz entspannt zwischen den Flussufern. Die vom Wasser umspülten Felsen und Steine sind rund geschliffen und dienen den Wasservögeln oft als Rastplatz oder Sonnenterrasse. Dieses sanft anmutende Flüsschen kann sich aber sehr schnell zu einem wilden Fluss entwickeln und so einiges mit sich reißen, was ihm in die Quere kommt. Die umliegende Hügellandschaft ist gerade für Wanderer ein ideales Fleckchen Erde. Ich selbst betrachte am liebsten viele Dinge von oben oder von der Ferne aus. Was liegt näher, als auf einen der Hügel zu steigen und von einem der vielen Aussichtspunkte sich das märchenhafte

Regental zu Füßen zu legen. Die Schönheit ist mit einem gewissen Abstand erst so richtig fühlbar. Wahrlich ist es hier märchenhaft. Ist doch diese Gegend behaftet mit unzähligen Sagen, Mythen und Legenden. Hier befindet sich das in Deutschland wohl einzigartige magische Geisterdreieck, das sich bildet aus der Hexen- und Drudenburg in Steffing, aus der Burg Hof am Regen, wo der Reiter ohne Kopf sein Unwesen treibt, und der Geisterburg Stockenfels, in welche die ganzen Bierpanscher verbannt sind. Im Regental kommt jeder auf seine Kosten. Der eine bevorzugt nur einen kurzen Spaziergang am Wasser, der andere geht an seine Grenzen und legt viele Höhenmeter zurück. Manche lieben Geschichten und begeben sich auf eine Burgentour. Andere wollen einfach nur Ruhe finden und machen eine entspannte Wanderung durch die Wälder. Dieses Tal ist für jeden Naturliebhaber ein wertvoller Schatz.



Der meditative Weg von Regendorf

Für Entdecker groß und klein

TOUR
03



Schloss Regendorf, Faber-Castell-Str.,
93197 Zeitlarn



Schloss Regendorf – meditativer Weg –
Kapelle Hl. Barbara – Wehr am Regen –
Schloss Regendorf



Beginn und Ende auf Teerstraße; Mittelteil
auf gut ausgebauten Schotterwegen



Eine kleine und feine Runde, welche an
vielen Skulpturen und Schnitzereien vorbei
führt. Der Weg ist durchgehend breit und

sehr einfach zu gehen. Für Kinderwagen
bestens geeignet.



Gasthaus Rothammer
Zeitlarn Str. 12, 93197 Zeitlarn / Laub
Tel. 09402 42 85
E-Mail: info@gasthaus-rothammer.de

Pizzeria Ristorante Adriano
Regendorfer Str. 5, 93128 Regenstauf
Tel. 09402 7817699
E-Mail: info@pizzeria-adriano-regenstauf.de

DER MEDITATIVE WEG VON REGENDORF - TOUR 03



leicht



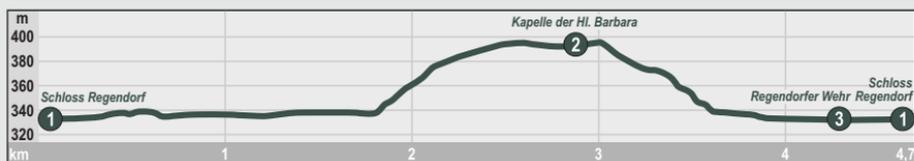
4,7 km



80 Hm



1:30 h





Schloss Regendorf

Gleich neben der Hauptstraße sieht man das denkmalgeschützte Schloss ❶ von Regendorf. Vor der langen Mauer, welche das Gebäude nach Norden und Osten umspannt, befindet sich der Parkplatz. Das Schloss Regendorf ist eine im Kern von 1515 stammende Anlage aus zwei parallel angelegten Flügelbauten, die in der Mitte durch einen Zwischenbau verbunden sind. Das Hauptgebäude ist ein dreigeschossiger Walmdachbau über H-förmigem Grundriss. Der östliche Flügel besitzt zwei viergeschossige Rundtürme und eine Gartentreppe. Das Schloss befindet sich heute in Privatbesitz. Wir setzen uns in südliche Richtung auf der Faber-Castell-Straße in Bewegung. Am Ende der Straße rechts ein kurzes Stück auf der Regensburger Straße, dann wieder links auf die Waldheimstraße. Am Ende der Straße rechts halten. Diese wird hier schmaler und man stößt auf eine Leitplanke mit einem Durchgang für Fußgänger. Auf der anderen Seite der Hauptstraße, ca. 10 m links, geht der Weg weiter. Nach ein paar Meter scharf rechts auf den meditativen

Weg abbiegen. Hier beginnt der geschotterte Weg, der uns bis zur Gedächtniskapelle der Hl. Barbara begleitet. Auf der gesamten Strecke durch den Wald befinden sich kleine Kunstwerke, welche entdeckt werden wollen. Nach ca. 1,8 km kommt ein kleiner Anstieg, nicht schlimm. Wer dennoch ab und zu ein Püuschen einlegen möchte, findet hier mehr als genug Möglichkeiten. Die Parkbänke sind sehr einladend gestaltet, sodass es einem eh schwer fällt, sich nicht irgendwo niederzulassen und mal zu entspannen. Bei der Regendorfer Barbarakapelle ❷ endet der meditative Weg. Hier oben lohnt es sich den Blick schweifen zu lassen und die Aussicht zu genießen. Weiter geht es links auf dem Holzgartenweg. Gleich die erste Straße rechts abbiegen. Auf der Siedlerstraße geht es abwärts. Jetzt der Bergstraße bis zur Diesenbacher Straße folgen, dann links. Am Ende treffen wir auf die Stockbahn des EC-Regendorf. Hier rechts und die Hauptstraße überqueren, dann rechts auf dem Fuß- und Radweg zurück zum Kreisel. Links weiter und nach ca. 100 m über



die Straße auf die andere Seite wandern. Auf dem kurzen Stück sollte man sich mal umdrehen, denn von hier ist das Schloss besonders gut zu sehen. Das Wehr **3** wurde vor einigen Jahren neu angelegt und ist meiner Meinung nach sehr gelungen. Ein schöner Platz, der von vielen besucht wird, ist hier entstanden. Es führt auf der linken Seite ein kleiner Weg zurück zum Fuß- und Radweg, dann rechts und beim Kreiseln links.

links:
Kapelle der Hl. Barbara

rechts:
Kunstwerke am Wegesrand

unten:
Wehr bei Regendorf



Auf den Spuren der Riesen

Abwechslungsreiche Strecke mit herrlichen Aussichten

TOUR
07



Wanderparkplatz Karlstein,
Schloßparkstraße 1, 93128 Regenstauf



Karlstein – Drackenstein – Danersdorf –
Kirchberg – Karlstein



Überwiegend Pfade und Waldwege;
dazwischen auch mal Teer; festes
Schuhwerk ist ratsam



Die Strecke ist abwechslungsreich und
bietet herrliche Aussichten. Nach dem
langgezogenen, mäßigen Anstieg nach
Drackenstein ist das anstrengendste Stück
geschafft.



Landgasthof Lautenschlager
Schloßparkstraße 3, 93128 Regenstauf
Tel. 09402 5393
www.landgasthof-lautenschlager.de

AUF DEN SPUREN DER RIESEN - TOUR 07



mittel



9 km



233 Hm



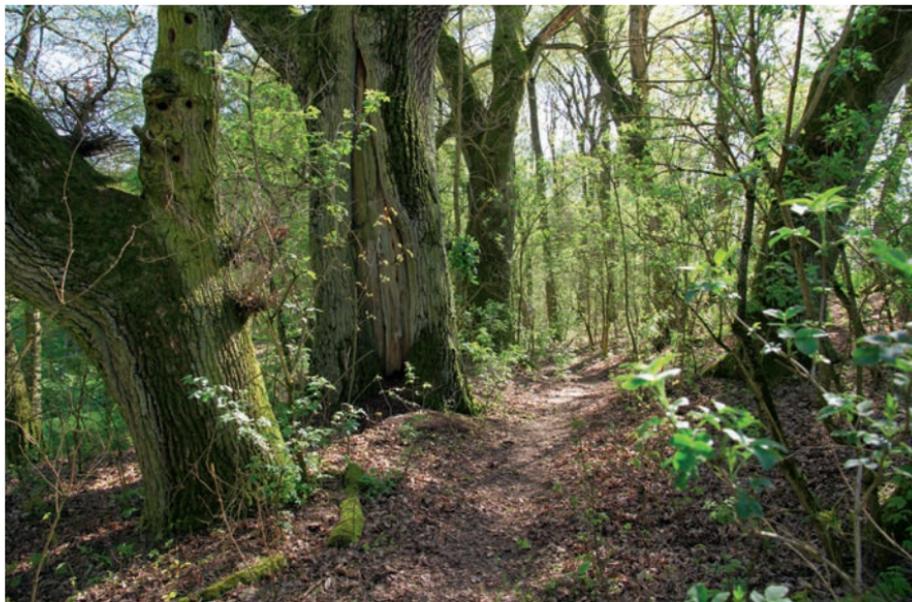
2:30 h



Vom Parkplatz an der Schloßparkstraße in Karlstein machen wir uns auf den Weg zur Max-Graf-von-Drechsel-Straße, Hauptdurchgangsstraße. Bevor man die Straße überquert, kommt man am Gedenkstein des Widerstandskämpfers von Drechsel vorbei, * 3. Oktober 1911 in Karlstein, † 4. September 1944 in Berlin-Plötzensee. Rechts neben dem Feuerwehrhaus beginnt der urige Schlossgarten ①. Leicht bergauf zieht sich der mit Blättern bedeckte Waldweg Richtung Norden. Links und rechts stehen mächtige Buchen und Eichen. Was die wohl alles schon erlebt haben, wenn die uns was erzählen könnten. Der Pfad ist mit Infotafeln über die heimische Tier- und Pflanzenwelt bestückt, sodass man sich ganz nebenbei weiterbilden kann. Es besteht die Möglichkeit, den Schlosspark als Rundweg zu nutzen (ca. 1,4 km). Für Familien mit kleineren Kindern eine kurzweilige, nette Runde. Auch im Sommer, durch den hohen Schattenanteil, sehr angenehm zu gehen.

Wir folgen dem Weg mit der grünen Dreiecksmarkierung auf weißem Grund am Feldrand entlang. Auf der Anhöhe, wenn der Wald zu Ende ist, lohnt es sich, ein paar Meter links in die Wiese zu gehen. Ein toller Ausblick ② ins Regental und auf die Ortschaft Regenstauf sind unser Lohn. Über einen Feldweg, vorbei an Schlehenstauden und wilden Kirschbäumen, marschieren wir nach Drackenstein. Rechts kann man Kirchberg mit der Mariä-Himmelfahrt-Kirche sehr gut sehen. Links öffnet sich ein malerisches Panorama ins Regental und der Horizont scheint nur aus Hügeln und Bergen zu bestehen. In Drackenstein links halten. Nach ca. 50 m stoßen wir auf eine Gedenktafel ③, die da Grausiges zu berichten vermag. Die Anna war's! Sie hat sie erschlagen, die Sabina Kapfenberger, ihre grausame Herrin, im Jahre 1552. Brandstifter und Diebe gaben der Burg 1573 den Rest. Vom nachhinein erbauten Schloss ist heute nichts mehr zu sehen. Weiter auf der Asphaltstraße bergab, bis zu einer Gabelung. Aufgepasst:

Im Naturlehrpfad





Aussichtspunkt ins Regental und auf Regental

Hier nicht dem grünen Weg folgen. Weiter geradeaus, zu den Häusern 6, 6a, 7. Die Straße geht nahtlos in einen Schotterweg über und führt Richtung Wald. Bis zum hölzernen Hinweisschild „Riesensprung 400 m“ folgen wir dem Weg am linken Waldrand. Ruhe, durchatmen, das tut gut. Granitfelsen und Findlinge geben schon einen

kleinen Vorgeschmack auf das, was uns erwartet. Der märchenhafte, weiche Wurzelweg zieht uns in seinen Bann. Schön! Was ist das? Rechts, direkt neben dem Weg, stehen ein Schalenstein und eine steinerne Sitzbank. Was von den Kelten, könnte man meinen. Wurden hier mal Rituale abgehalten? Ich glaube eher nicht. Schaut bei

Wegweiser zum Riesensprung





Ein Schalenstein

näherer Betrachtung jünger aus. Den Vögeln wird's gefallen, wenn an heißen Sommertagen ein Bad in der Schale für Abkühlung sorgt. Jetzt aber weiter zum Riesensprung. Bei der nächsten Kreuzung (rechts liegt ein großer Findling mit Spuren von Schlageisen) gehen wir links bis zu einer Felsformation mit dem Abdruck vom Riesen 4. Die Sage weiß zu berichten: Als die Erde noch nicht ganz ausgehärtet war, lebten in der Oberpfalz viele Riesen. Die sind auch dafür verantwortlich, dass es bei uns so hügelig ist. Einer davon sprang von hier nach Regensburg. Dabei hinterließ er einen Abdruck im Felsen. Wer meint, das sei ein Fußabdruck, der irrt sich gewaltig. Es ist nur eine seiner großen Zehen. Zurück zur Kreuzung und geradeaus weiter, rechts am Findling vorbei. Mächtige Steinformationen sind unsere ständigen Begleiter durch den Wald am Frauenberg. Bis zur Theresienkapelle immer auf dem Waldweg bleiben. Von der Kapelle 5 aus folgen wir wieder der grün markierten Forststraße Richtung Grafenwinn. Ausblicke nach Süden und Osten schmeicheln aufs Neue unseren Sinnen. Es

geht noch durch ein kleines Waldstück. Achtung: Sobald wir freie Sicht haben, rechts halten, in den Wald hinein, ein kleines Stück bergauf, dann gleich wieder links bergab, bis zur Asphaltstraße. Jetzt rechts, an Gnadenhof vorbei, links führt die Straße in die Ortschaft und dann rechts leicht bergab bis man auf einen Feldweg kommt. Dieser führt zunächst über Felder Richtung Norden, links kommt ein kleines Waldstück, dann rechts halten bis zur Straße. Sobald man über der Kuppe ist, kann man Danersdorf und den Alpakahof der Familie Grundner sehen 6. Vor dem Gehege geht rechts ein Weg hinein, am Anfang steht ein Wegkreuz. Zwischen Wiesen und Äckern kommen wir nach Kirchberg. Der Weg ist in den Sommermonaten nicht immer gemäht. Wem das Gras zu hoch ist, kann auch auf der Straße weitergehen und dann rechts Richtung Kirchberg wandern. Die Hauptstraße überqueren und der Dorfstraße bis zur Kirche Mariä Himmelfahrt folgen 7. Die Kirche wurde auf einer bereits bestehenden Kirche aufgebaut. Der Grabstein mit der Jahreszahl von 1344 wird als einer der ältesten Zeugen Kirch-

bergs angesehen. Weithin sichtbar ist der gotische Kirchturm. Dem Weg weiter folgen, nicht bergab gehen, durch einen Hof (Kirchberg 1). Gleich nach dem Hof kommt ein zweispuriger Feldweg, der uns Richtung Karlstein führt. Wenn wir rechts schauen, sehen wir die Theresienkapelle. Eben noch so nah und jetzt so fern. Immer leicht bergab nähern wir uns dem Karlsteiner Bächlein. Rechts treffen wir noch einmal auf Riesen, auf Baumriesen. Mächtige alte Eichen stehen hier versammelt. Inmitten eine Bank, ein schattiges Plätzchen, herrlich. Immer weiter auf dem breiteren Weg bleiben, bis wir wieder in Karlstein angekommen sind. Nur noch links die Schlossparkstraße hinunter, am Schloss 8 vorbei. Das heutige Schloss selbst hat keine mittelalterliche Bausubstanz mehr aufzuweisen. Es wurde um 1900 im neugotischen Stil komplett neu erbaut. In den Umfassungsmauern sind noch Reste eines Vorgängerbaus aus dem 16. Jahrhundert zu erken-

nen. Direkt vor uns liegt der Landgasthof Lautenschlager, welch ein Zufall. Bei einer guten Brotzeit und einem Hopfentee genießen wir die Sonne auf der Dachterrasse vom Wirtshaus. Mit Blick auf den Dorfweiher lassen wir die Wanderung ausklingen.

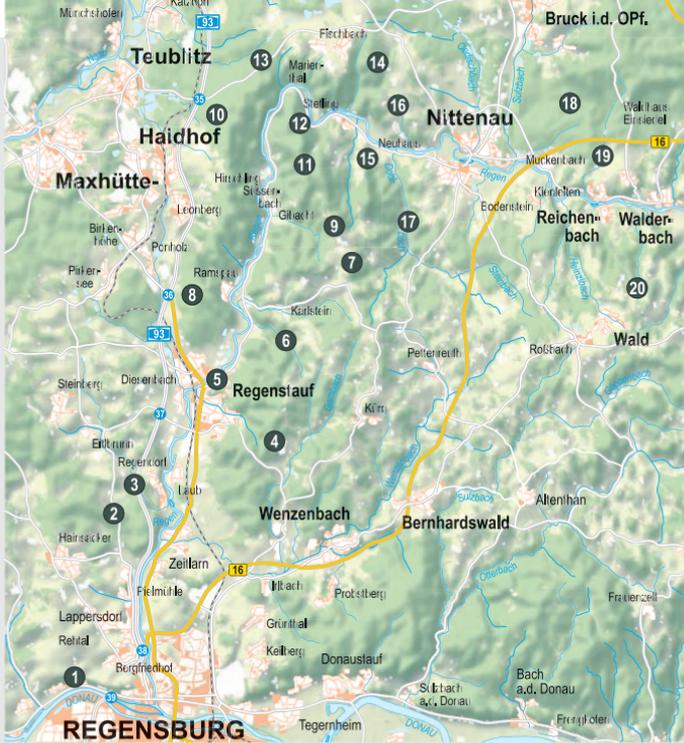
Die Theresienkapelle

Alpakas vom Grundner-Hof





Der Karlsteiner Bach



ÜBERARBEITETE NEUAUFLAGE VON „WANDERFÜHRER REGENTAL – DIE SCHÖNSTEN TOUREN ZWISCHEN REGENSTAUF UND NITTENAU“ – JETZT MIT NEUEM COVER, 7 NEUEN TOUREN UND GPS!

„Nur wo du zu Fuß warst, bist du auch wirklich gewesen“, sagte einst schon Johann Wolfgang von Goethe. Wie recht er doch hat! Das Regental zwischen Regensburg und Reichenbach zu erwandern ist ein wahres Naturerlebnis. Auch die Geschichte der Landschaft erzählt sich fast schon von selbst. Burgen, Schlösser und Klöster sind Zeitzeugen vergangener Tage. Die besten Tipps und Anregungen für tolle Wanderungen finden Sie in diesem Buch. Die Touren sind abwechslungsreich und bieten für jeden Anspruch die passende Herausforderung. Einige der Touren lassen sich miteinander verbinden, sodass auch längere Strecken möglich wären. Zu allen Strecken gibt es detaillierte Wanderkarten mit Höhenprofil, zahlreiche Bilder sowie verlässliche GPS-Daten. Auf geht's!

Heimat
battenberg
gietl verlag

BUCH- UND KUNSTVERLAG
OBERPFALZ

ist eine Marke der
Battenberg Gietl Verlag GmbH



17,90 € [D]