

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	2
<b>Allgemeine Hinweise</b>	6
<b>Die Fränkische Schweiz</b>	12
<b>▶ 1 Staffelberg, 540 m</b> Auf den Hausberg von Bad Staffelstein	18
<b>▶ 2 Görauer Anger, 550 m</b> Abwechslungsreiche Runde bei Weismain	22
<b>▶ 3 Kleinziegenfelder Tal</b> Zwischen Weihersmühle und Kleinziegenfeld	26
<b>▶ 4 Giechburg, 530 m</b> Von Scheßlitz über den Gügel	30
<b>▶ 5 Durch das Paradiestal</b> Wiesentquelle, idyllische Täler und süffiges Bier	34
<b>▶ 6 Burg Zwernitz, 500 m</b> Durch das Kainachtal nach Sanspareil	38
<b>▶ 7 Eichenberg, 525 m</b> Von Heiligenstadt zum Schloss Greifenstein	42
<b>▶ 8 Rund um Aufseß</b> Aufseß- und Hochstahler Tal	46
<b>▶ 9 Totenstein und Naturfreundehaus</b> Links und rechts des Leinleitertals	50
<b>▶ 10 Retterner Kanzel, 507 m</b> Zwischen Weilersbach und Drosendorf	54
<b>▶ 11 Guckhüll, 499 m</b> Von Gasseldorf zur Ruine Neideck	58
<b>▶ 12 Hohes Kreuz, 522 m</b> Zwischen Streitberg und Muggendorf	62
<b>▶ 13 Pfaffenstein, 524 m</b> Riesenburg, weite Höhen und das Wiesenttal	66
<b>▶ 14 Aufseß- und Wiesenttal</b> Von Doos ins stille Seitental der Wiesent	69
<b>▶ 15 Wiesent- und Zeubachtal</b> Kurzweilige Runde bei Waischenfeld	72
<b>▶ 16 Burg Rabenstein und Burg Rabeneck</b> Zwischen Ailsbach- und Wiesenttal	76

- ▶ **17 Von Tüchersfeld ins Ailsbachtal**  
Sonnige Höhen, schattige Talwege 80
- ▶ **18 Von Gößweinstein nach Moritz**  
Abwechslungsreiche Runde über dem Wiesental 83
- ▶ **19 Von Gößweinstein nach Allersdorf**  
Über die Jurahöhen 88
- ▶ **20 Von Pottenstein nach Gößweinstein**  
Sonnige Höhen und idyllische Talwege 92
- ▶ **21 Aussichtspunkte über Pottenstein**  
Kurzweilige Runde in Stadtnähe 96
- ▶ **22 Hohenmirsberger Platte, 614 m**  
Beschauliche Täler, aussichtsreiche Höhen 100
- ▶ **23 Von Pottenstein ins Klumpertal**  
Schöne Wanderwege durch traumhafte Täler 104
- ▶ **24 Walberla, 532 m**  
Um und auf die Ehrenbürg 108
- ▶ **25 Zwischen Leutenbach und Hetzelsdorf**  
Einsame Höhen über dem Trubachtal 112
- ▶ **26 Wallerwarte, 513 m**  
Zwischen Trubachtal und Ebermannstadt 116
- ▶ **27 Wichsenstein, 588 m**  
Von Wichsenstein zum Rötelfels 120
- ▶ **28 Links und rechts des Trubachtals**  
Schöne Pfade rund um Egloffstein 124
- ▶ **29 Signalstein, 564 m**  
Grüne Täler und bewaldete Höhen 129
- ▶ **30 Leienfels, 590 m**  
Stille Wege zwischen Obertrubach und Leienfels 134
- ▶ **31 Eberhardsberg, 534 m**  
Berge und Täler um Gräfenberg und Weißenhohe 138
- ▶ **32 In den Hügeln über Simmelsdorf**  
Sonnige Feldwege und schattige Waldpfade 143
- ▶ **33 Schlossberg, 598 m**  
Zwischen Betzenstein und Langem Berg 148
- ▶ **34 Eibenfels, 595 m**  
Felsrücken zwischen Betzenstein und Spies 152
- ▶ **35 Großer Berg, 539 m**  
Hügel und Höhlen rund um Plech 156

▶ 36	<b>Burg Hohenstein, 628 m</b> Vom Pegnitztal nach Hohenstein	160
▶ 37	<b>Hirtenberg, 563 m</b> Zwischen Velden und Hartenstein	163
▶ 38	<b>Weißinguppe, 532 m</b> Dolinen, Höhlen und eindrucksvolle Felsen	166
▶ 39	<b>Steinberg, 606 m</b> Im Wald versteckte Felswildnis bei Königstein	170
▶ 40	<b>Ossinger, 651 m</b> Weite Fluren, steile Hügel	174
▶ 41	<b>Geißkirche, 538 m</b> Stille Pfade über dem Pegnitztal	178
▶ 42	<b>Zwischen Hirschbach- und Pegnitztal</b> Über Hirschbach nach Artelshofen	182
▶ 43	<b>Berge über Hirschbach</b> Rutschen, Prellstein, Schloss- und Hirschberg	186
▶ 44	<b>Azelstein und Mittelbergwand</b> Zwischen Hirschbach, Fischbrunn und Neutras	190
▶ 45	<b>Knappenberg, 568 m</b> Von Etzelwang nach Kirchenreinbach	194
▶ 46	<b>Hohenstädter Fels, 540 m</b> Stille Pfade zwischen Hersbruck und Hohenstadt	198
▶ 47	<b>Über den Leitenberg, 616 m</b> Zwischen Pommelsbrunn und Eschenbach	202
▶ 48	<b>Auf die Houbirg, 617 m</b> Von Pommelsbrunn zum keltischen Ringwall	206
▶ 49	<b>Vier Berge über dem Happurger See</b> Zwischen Happurg und Kainsbach	210
▶ 50	<b>Über den Kronberg, 599 m</b> Blumenparadies bei Lichtenegg	214
	<b>Stichwortverzeichnis</b>	218
	<b>Impressum</b>	224