

# DIE FRÄNKISCHE ALB



ZEITSCHRIFT FÜR WANDERN, KULTUR UND NATURSCHUTZ

## Auf ins Familienabenteuer



WANDERPLAN S.28 - S.39

KREUZWORTRÄTSEL S.64



# Herzlich willkommen bei der Schuhorthopädie Roth GmbH

**Wenn es um das Wohl Ihrer Füße geht, sind wir für Sie der richtige Partner!**

Eines unserer größten und auch mehr oder weniger einzigen Hobbys, ist das Laufen, Wandern und Spaziergehen. Ein Hobby, was nicht nur gesund ist, sondern sich auch positiv auf unseren Stoffwechsel und Gelenke auswirkt. Doch durch diese oftmals neue Belastung reagiert der Körper leider gerne auch einmal anders, als wir es gerne hätten.

Nach nur kurzer Zeit schmerzen die Knie, Füße oder gleich die ganzen Beine. An einen gemütlichen Sonntagsspaziergang, kurze Laufeinheit oder eine Wanderung in der Umgebung ist somit nicht mehr zu denken.

Ein Grund hierfür könnte die, für den Körper neue und ungewohnte bzw. übermäßige Belastung sein. Oder vielleicht liegt es eben auch am falschen oder ausgetretenen Schuhwerk? Vielleicht sind es aber auch die fehlenden oder die in die Jahre gekommenen Einlagen?

Basierend auf langjähriger Erfahrung und handwerklichem Können ermitteln wir exakt Ihre Bedürfnisse und das mit modernsten Analyse- und Diagnoseverfahren bis hin zur Fertigung und optimalen Anpassung auf Verordnung durch Ihren Arzt.

Das Team von Schuhorthopädie Roth in Unterասbach und Bequemsschuhe Roth in Stein darf Sie auch weiterhin mit seiner fachlichen Kompetenz unterstützen und geöffnet haben.

Es würde uns freuen Ihr kompetenter Partner zu sein, wenn es um das Wohl Ihrer Fußgesundheit geht. Rufen Sie uns doch gerne an und vereinbaren einen Termin. Wir und unser Team würden uns sehr freuen, Sie in unseren Läden begrüßen zu dürfen.

**Ihre Orthopädieschuhmachermeister Martin und Heinz Roth und das gesamte Team**



**Schuhorthopädie Roth GmbH**  
Steiner Straße 2 · 90522 Oberասbach  
Tel. 0911 / 69 11 74 · [www.schuhorthopaedie.de](http://www.schuhorthopaedie.de)

## **Wir kümmern uns um Ihre Füße und bieten:**

- funktions- und passgerechte computergefräste Einlagen
- orthopädische Schuhzurichtungen
- komplette Diabetikerversorgung
- Anfertigung von Maßschuhen
- Anfertigung von medizinischen Kompressionsstrümpfen
- Bandagen für Fuß und Knie
- Bequemsschuhe und Sportschuhe
- sowie Schuh-Reparaturen aller Art.



**Bequemsschuhe Roth**  
Hauptstraße 39 · 90547 Stein  
Tel. 0911 / 25 28 777 · [www.schuhorthopaedie.de](http://www.schuhorthopaedie.de)

<b>VORWORT</b>		<b>Seite 4</b>
<b>HAUPTVEREIN</b>	Protokoll zur 109. Jahreshauptversammlung	<b>Seite 5 - 9</b>
	Maria Sibylla Merian	<b>Seite 10 - 12</b>
	Der Spitzwegerich	<b>Seite 13 - 14</b>
	Naturschutz	<b>Seite 14 - 17</b>
	Natur – Erlebnis – Abenteuer	<b>Seite 18 - 20</b>
	20 Jahre FAV Aisch-Aurachgrund	
	Totengedenkfeier am Prellstein	<b>Seite 21</b>
	Aktuelles	<b>Seite 22 - 23</b>
<b>ARBEITSKREIS FRÄNKISCHE ALB BIBLIOTHEK</b>	Aus unserem Archiv	<b>Seite 24</b>
<b>MOUNTAINBIKEGRUPPE IM FAV</b>	Aktuelles der MTB Gruppe	<b>Seite 26</b>
<b>NORDIC WALKING IM FAV E.V.</b>		<b>Seite 27</b>
<b>WANDERPLAN</b>		<b>Seite 28 - 39</b>
<b>DEUTSCHE WANDERJUGEND IM FRÄNKISCHEN ALBVEREIN E.V. BUND</b>		<b>Seite 41 - 42</b>
<b>DEUTSCHE WANDERJUGEND IM FAV SCHWABACH E.V.</b>		<b>Seite 43 - 44</b>
<b>FAV SCHWABACH</b>	Heimat - Wege -Kultur mit Wanderberichten	<b>Seite 45 - 49</b>
<b>ORTSGRUPPE FÜRTH</b>	Aktuelle Nachrichten	<b>Seite 50</b>
<b>FAV GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF</b>	Tag der Franken	<b>Seite 50</b>
	Wanderberichte	<b>Seite 51 - 55</b>
	Aktuelles	<b>Seite 56</b>
<b>ORTSGRUPPE ERLANGEN E.V.</b>	Aktuelles	<b>Seite 57</b>
<b>ORTSGRUPPE HERSBRUCK E.V.</b>	20 Jahre FAV, Heimat - Wege -Kultur	<b>Seite 57 - 60</b>
<b>GRUPPE SCHNAITACHTAL</b>	Wanderberichte	<b>Seite 61</b>
<b>FRÄNKISCHER ALBVEREIN ABT. NÜRNBERG</b>	Aktuelle Nachrichten	<b>Seite 61</b>
<b>MORITZBERGVEREIN</b>	1 Jahr nach Corona	<b>Seite 62</b>
<b>TSV 1860 DINKELSBÜHL</b>	Ein kostbares Kräutlein	<b>Seite 63</b>
<b>FAV BUND E.V.</b>	Alles auf einen Blick	<b>Seite 65</b>
<b>IMPRESSUM</b>		<b>Seite 66</b>
<b>GRUPPEN UND VEREINE IM FAV</b>	Alle Adressen und Ansprechpartner	<b>Seite 67 - 68</b>
<b>WERBEARTIKEL</b>		<b>Seite 69</b>

WIR SUCHEN DRINGEND IN EHRENAMTLICHER POSITION EINE(N)

**RECHTSREFERENT/IN m/w/d**  
**BUCHHALTER/IN m/w/d**  
**NATURSCHUTZ- & HAUPTWANDERWART/IN m/w/d**

GGF. KANN DIE AUFGABE AUCH „GESCHNUPPERT“ KENNENGELERNT WERDEN.  
 INTERESSENTEN WENDEN SICH BITTE AN DIE VIZEPRÄSIDENTIN WALTRAUD BAUER  
 (0911-45 42 90, WALTRAUD.STUMPF@T-ONLINE.DE).

## VORWORT



Liebe Wanderfreundinnen und Wanderfreunde des Fränkischen Albvereins e.V.,  
das Jahr 2023 befindet sich auf der Zielgeraden. Die Zeit, ein wenig zur Ruhe zu kommen. Was läuft gut und was ist verbesserungswürdig? All das sind Fragen, die mich, vielleicht auch andere Menschen, am Ende eines Jahres beschäftigen. Am Ende eines Jahres möchte ich es nicht versäumen, mich bei allen zu bedanken, die sich im Verein ehrenamtlich engagiert haben. Ganz gleich an welcher Stelle sie sich

eingebraucht haben, unser Verein lebt davon, dass Mitglieder anpacken, unterstützen und mitmachen. Das Ehrenamt ist Ausdruck im Verein, dass man nicht nur an sich denkt, sondern Zeit und Arbeitsleistung kostenlos einbringt und das Miteinander gestaltet. Egoismus bringt uns nicht weiter, sondern Gemeinsinn und Verantwortungsgefühl sind wichtige Werte im Verein. Es fällt zunehmend schwerer, ehrenamtliche Positionen zu besetzen. Dies ist leider auch bei uns festzustellen und es ist eine unserer wichtigsten Aufgaben für die Zukunft, geeignete und bereite Personen zu finden, die in unseren Ortsgruppen und im Hauptverein ein Verantwortung übernehmen. Bereits an zweiter Stelle werden die immensen bürokratischen Belastungen genannt, die von der eigentlichen Vereinsarbeit abhalten, zudem sich die Angst vor persönlicher Haftung verbreitet und hält viele so von einem Ehrenamt ab.

**Wo ein Wille ist, da ist ein Weg! - Lautet die Devise.**  
Wir wünschen allen ruhige und besinnliche Weihnachtstage. Für das Jahr 2024 wünsche ich Euch Frieden und Gesundheit.

Eure Waltraud Bauer, *Vizepräsidentin*

## Das Eigenheim im Alter verkaufen – eine Vertrauenssache



### Ihr Vertrauensmann - der 67-jährige Gerhard Lehmeier

- Über 30 Jahre in Gewerbe- und seit ca. 25 Jahren in Privatimmobilien
- Immobilienbewerter, Baubiologe IBN
- Zert. Modernisierungsexperte FSL
- Regionaldirektor BVGeM (Bundesverband für Gebäudemodernisierung)
- Freier Berater bei Haus & Grund
- Kooperationspartner / Berater für Hausvorteil und Deutsche Leibrenten AG
- Netzwerk von Immobilienspezialisten und Handwerkern in ganz Nordbayern
- Netzwerk von ca. 1.000 Immobilienvermittlern in D, A und der CH



Telefon: 0911 - 255 228 28

Homepage: [www.team-hertel-lehmeier.de](http://www.team-hertel-lehmeier.de)

E-Mail: [gerhard.lehmeier@remax.de](mailto:gerhard.lehmeier@remax.de)

## Niederschrift zur 109. Jahreshauptversammlung des FAV

Im Sportverein Reichelsdorf, Schloßleinsgasse 9, 90453 Reichelsdorf  
am 24.06.2023 14:00 Uhr

Anwesend: siehe Anwesenheits- bzw. Delegiertenliste

### Tagesordnung

- TOP 1: Begrüßung und Genehmigung der Tagesordnung
- TOP 2: Totengedenken
- TOP 3: Ehrungen
- TOP 4: Berichte des Präsidiums und der Fachbereiche
- TOP 5: Bericht des Schatzmeisters 2022
- TOP 6: Bericht der Rechnungsprüfer 2022
- TOP 7: Entlastung des Schatzmeisters
- TOP 8: Entlastung des Präsidiums
- TOP 9: Genehmigung des Haushaltsplans 2023
- TOP 10: Anträge
- TOP 11: Verschiedenes

### TOP 1: Begrüßung und Genehmigung der Tagesordnung

Uli Reinwald eröffnet die Sitzung.

Es sind 36 Mitglieder zur Hauptversammlung anwesend, davon 35 Delegierte (s. Anwesenheitsliste)

Das Protokoll führt Bernhard Ittner.

Die Tagesordnung wird durch die Delegierten einstimmig genehmigt.

### TOP 2: Totengedenken

Zum Gedenken an die Verstorbenen des vergangenen Jahres erheben sich alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu einer Schweigeminute.

### TOP 3: Ehrungen

Auch in diesem Jahr werden wieder zahlreiche verdiente Mitglieder geehrt.

Das Ehrenabzeichen in Bronze erhalten:

OG	Vorname	Name
Schwabach	Marianne	Böhme
Schwabach	Doris	Cypris
Reichelsdorf	Jürgen	Heußner
Wegemeister	Andreas	Kratzer
Wegemeister	Lothar	Rapp
Schwabach	Kristiane	Reiber
Schwabach	Bernd	Schreiner
	Michael	Schrödel
Reichelsdorf	Walter	Thiem
Schwabach	Silvia	Wolf

## HAUPTVEREIN

Das Ehrenabzeichen in Silber erhalten:

OG	Vorname	Name
Schwabach	Siglinde	Galitzki
Schwabach	Richard	Haussner
Schwabach	Krimhilde	Kuhse
Schwabach	Lisa	Rikirsch
Reichelsdorf	Sonnhild	Rothe-Gößwein
HV	Udo	Schuster
Schwabach	Roland	Stierand

Das Ehrenabzeichen in Gold erhalten:

OG	Vorname	Name
Schwabach	Irina	Siggelkow
Schwabach	Henry	Siggelkow
	Franz	Niemeier
Schwabach	Waltraud	Bauer

Überdies konnten Ehrungen für besonders langjährige Mitgliedschaften vorgenommen werden:

Ehrung für	Vorname	Name
25 Jahre	Brigitte	Milde
25 Jahre	Gerd	Aufmolk
25 Jahre	Roland	Schneider
40 Jahre	Richard	Gelenius
40 Jahre	Maria	Gelenius

Nicht anwesenden Mitgliedern werden die Abzeichen nachgesandt bzw. den anwesenden OG-Gruppenvorständen mitgegeben.

### TOP 4: Berichte des Präsidiums und der Fachbereiche

Uli Reinwald übergibt das Wort an Waltraud Bauer, die kurz über die wichtigsten Aktivitäten, Treffen, Versammlungen und Werbeveranstaltungen des FAV im vergangenen Jahr berichtet.

Die wichtigsten Aktivitäten in Stichpunkten:

Es fanden 4 Vorstandssitzungen des FAV statt sowie 3 Präsidiumssitzungen

2 Sitzungen des Landesverbands „Bayern Wandern“

5 Wegemeister-Treffen wurden von Waltraud Bauer im abgelaufenen Jahr einberufen und geleitet.

1 Termin mit dem Hauptjugendwart wurde von Waltraud Bauer einberufen sowie Waltrauds zweimalige Teilnahme an Treffen des Kreisjugendrings in Vertretung des Hauptjugendwarts. Aufgrund Krankheit des Hauptjugendwarts wurde das Amt kommissarisch von Waltraud Bauer übernommen.

4 Besprechungen mit Verlag Hopfner zur Abstimmung der jeweiligen Ausgaben unseres Vereinsheftes.

## HAUPTVEREIN

Pressetermin mit den Nürnberger Nachrichten

Treffen mit Herrn Engelmann vom Bund Naturschutz.

Termin mit Marketingleiter von Sport-Scheck bezüglich Rabattaktion für FAV-Mitglieder.

Der FAV war in Person von Waltraud Bauer weiterhin 1 Tag auf der Consumenta und 4 Tage auf der Messe Inviva vertreten.

Anschließend folgt ein kurzer Ausblick auf die wichtigsten anstehenden Tätigkeiten des FAV-Präsidiums für das kommende Geschäftsjahr.

Karl-Heinz Schuster erläutert überdies die essentielle Wichtigkeit der Abrechnungen der Wegemeisterei, die von der Regierung von Oberfranken jährlich geprüft wird und die für den FAV die wichtigste Einnahmequelle darstellt.

Die Abrechnungen der Wegemeister stellen den Löwenanteil der Einnahmen dar, die dem FAV auch weiterhin die finanzielle Unabhängigkeit sichern.

Sowohl Karl-Heinz Schuster als auch Uli Reinwald sprechen Waltraud Bauer für sämtliche im abgelaufenen Jahr übernommenen Tätigkeiten ihren Dank aus.

Der kommissarisch tätige Naturschutzwart Roland Blank gibt einen kurzen Bericht zu seinen Tätigkeiten im abgelaufenen Jahr ab. Unter anderem wurde vorgetragen:

Besonders an Bedeutung gewonnen haben die großen PV-Anlagen auf Freiflächen, die großzügig genehmigt wurden. Roland Blank befürchtet hier Einschnitte im Stadtgebiet, bspw. im Knoblauchland, die Auswirkungen auf die ohnehin knappen innerstädtischen Naturflächen haben wird.

Der Flughafen Nürnberg hatte bspw. geplant, auf 6 ha. landwirtschaftlichen Flächen PV-Anlagen als Ausgleichsflächen umzusetzen.

Aufgrund der Priorisierung von Windkraft sollen seitens der Kommunen 1,1% der städtischen Flächen für Windkraft ausgewiesen werden, was absehbar Begehrlichkeiten auf besonders schützenswerte Flächen innerhalb der Stadtgebiete wecken wird.

Unser Kulturreferent lässt in Abwesenheit einen kurzen Bericht seiner Aktivitäten verlesen und gibt einen Ausblick zu anstehenden Wanderungen und Führungen.



↑ Blaustrich  
nach  
Simmelsdorf

Haidlingerstraße nach Hornersdorf

● Blaustrich  
nach  
Schloßberg

## Gasthof • Pension • Metzgerei Schwarzer Adler



Osternohe, Haidlingerstr. 16 (Richtung Hornersdorf)

Telefon: 09153/75 93 • Fax 83 62

- Gemütliches Restaurant mit Kachelofen
- Gute Küche: Schäufele - Haxen - Fisch- und Wildgerichte
- Nachmittag Kaffee und Kuchen, Hausgebäck
- Donnerstag Schlachtschüssel, Bauernschinken aus der Räucherammer und hausgemachte Wurstwaren auch zum Mitnehmen
- An Wochenenden durchgehend warme Küche
- Gerne richten wir Ihre Familienfeiern aus

**Auf Ihren Besuch freut sich Familie Böhm Montag und Dienstag Ruhetag**

## HAUPTVEREIN

### TOP 5: Bericht des Schatzmeisters 2022

Waltraud Bauer erstattet Bericht zum abgelaufenen Geschäftsjahr.

Das Ergebnis 2022 lag bei etwa gleichen Mitgliederzahlen etwas über dem Ergebnis von 2021.

Uli Reinwald hebt hervor, dass ein um ca. € 3.000 gestiegenes Gesamtergebnis bei derart ungünstigen Faktoren, z.B. um 95% gestiegene Papierpreise, gestiegene Stromkosten sowie NK-Erhöhungen in der Geschäftsstelle, umso bemerkenswerter ist.

Haupteinnahmequellen des FAV bleiben die Mitgliedsbeiträge, das Wanderheim sowie die Wegemeisterei.

Waltraud Bauer betont, dass für die Wegemeisterei deutlich höhere Einnahmen generiert werden müssen, um auch weiterhin positive Ergebnisse erzielen zu können.

Waltraud Bauer bringt daher einen Hauptwegemeister ins Spiel, der vom FAV eingestellt werden sollte. Auf rein ehrenamtlicher Basis ist das Arbeitsvolumen nicht länger zu bewältigen.

Weitere Einzelheiten sind der ausführlichen GuV-Rechnung zu entnehmen, die in der Geschäftsstelle einsehbar ist.

### TOP 6: Bericht der Rechnungsprüfer 2022

Die Rechnungsprüfung durch die Rechnungsprüfer ergab keinerlei Beanstandungen.

Die Entlastung des Vorstands wird daher beantragt.

### TOP 7: Entlastung des Schatzmeisters

Der Schatzmeister wird einstimmig entlastet.

*Bildergalerie aus unserer der Jahreshauptversammlung mit geehrten Mitgliedern, Rednern und dem Präsidium.*



Bild 2



Bild 1



Bild 3

Fotos: Bild 1 Waltraud Bauer

Bild 2 Waltraud Bauer

Bild 3 Siegfried Bauer

## TOP 8: Entlastung des Präsidiums

Das Präsidium wird einstimmig entlastet.

## TOP 9: Genehmigung des Haushaltsplans 2023

Waltraud Bauer trägt den Haushaltsplan für das aktuelle Geschäftsjahr vor.

Uli Reinwald und Karl-Heinz Schuster erwähnen als wichtigste Neuerung gegenüber dem Vorjahr, dass das Zehrgeld für die Wegemeister zwingend gestrichen werden muss, um weiterhin einen zumindest ausgeglichenen Haushalt des Vereins zu gewährleisten.

Seitens Vertretung der Wegemeister wird zu bedenken gegeben, dass aufgrund der Streichung des Zehrgelds mit einer sinkenden Zahl von ehrenamtlich tätigen und gewissenhaft arbeitenden Wegemeistern gerechnet werden muss. Seitens der Vorstandschaft wird betont, dass Beitragserhöhungen die einzige Alternative zur Streichung des Zehrgelds wären. Diese sollen derzeit aber unbedingt vermieden werden, um Austritte von Mitgliedern zu vermeiden.

Pro Jahr wurden in der Vergangenheit ca. € 10.000,- bis 11.000,- an Zehrgeld an die Wegemeister ausbezahlt.

Der Haushaltsplan 2023 wird angenommen bei 1 Gegenstimme und 1 Enthaltung.

## TOP 10: Anträge

Uli Reinwald beantragt formell die Streichung des Zehrgelds für die Wegemeisterei.

Dies bedingt eine Änderung der Reisekostenordnung, aus der das Zehrgeld zu streichen ist.

Der Antrag wird angenommen bei 21 Ja-Stimmen, 8 Nein-Stimmen und 1 Enthaltung.

## TOP 11: Verschiedenes

Uli Reinwald gibt einen Ausblick über anstehende Messen, Feste und Veranstaltungen, an denen der FAV vertreten sein wird bzw. über anstehende eigene Veranstaltungen des FAV (u.a. Totengedenkfeier, Weihnachtmarkt und Weihnachtsfeier).

Für den 11. November werden vom Vorstand demnächst alle Wanderführenden ins Wanderheim eingeladen, um diese dort für ihre ehrenamtliche Tätigkeit zu ehren. Waltraud Bauer äußert daher den Wunsch, dass an diesem Tag keine Wanderungen stattfinden.

## Im Nachtrag zur Sitzung die aktuellen Mitgliederzahlen des FAV:

Mitglieder	2022	2021
Vollmitglieder	1.166	1.161
Anschlussmitglieder	262	282
Jugendliche bis 18 Jahre	23	23
Jugendliche 18 - 27 Jahre	7	3
Kommunen	8	7
Wirte	71	76
Kooperationen	49	49
<b>Gesamt</b>	<b>1.586</b>	<b>1.601</b>

Mit 1.586 Mitgliedern (gegenüber 1.601) aus 2021 weist der FAV annähernd eine identische, in jedem Fall aber eine stabile Anzahl an Mitgliedern aus.

Uli Reinwald bedankt sich bei allen Teilnehmenden für eine angenehme, sachliche und spannende Diskussion und schließt die Sitzung vom 16:40.

## HAUPTVEREIN

## Maria Sibylla Merian als Beschützerin von Bienen

Die Merianin lebte vor 350 Jahren in Nürnberg und veröffentlichte hier mit ihrem Nürnberger Ehemann Johann Andreas Graff als Verleger ihre ersten Bücher: In drei „Blumenbüchern“ zeigte sie naturgetreue Kupferstiche mit blühenden Pflanzen, die sie auf Wunsch von Kunden eigenhändig kolorierte. In ihren beiden „Raupenbüchern“ ging sie noch einen Schritt



*Die Merianin-Skulptur während der Bearbeitung durch die Bildhauerin in ihrem Freiluft-Atelier*

weiter und verband die Darstellung vieler Insektenarten mit deren natürlichem Lebensraum. Sie stellte die Entwicklung mit den Vorstufen wie Eiern, Raupen und Puppen zusammen mit ihren „Wirtspflanzen“ dar. Diese werden auch „Futterpflanzen“ genannt, weil die kleinen, hungrigen Gäste nur mit den jeweils spezifischen Pflanzenarten lebensfähig sind.

Die Merianin unterscheidet nicht zwischen Nützlingen

und Schädlingen, sondern vertraut darauf, dass Gott eine vollkommene Welt geschaffen hat. Sie beginnt den Reigen ihrer Kupferstiche im ersten Raupenbuch mit der Seidenraupe auf einem Blatt am Zweig eines Maulbeerbaums, weil dort der Faden als Rohstoff für die Seidenherstellung entsteht.

Im zweiten Raupenbuch zeigt sie zuerst die Entwicklung der Biene zusammen mit einem Märzveilchen, weil dies eine der ersten blühenden Pflanzen ist, wo Bienen den Honig ernten können, den der Imker später aus den Waben schleudern kann.

An diese besondere Würdigung durch die Merianin knüpfte die Holzbildhauerin Birgit Maria Jönsson an, indem sie eine Merianin-Skulptur als „Figurenbeute“ aus dem Stamm einer ungefähr 85 Jahre alten Eiche schnitzte, die einem Bauprojekt weichen musste. Gleichzeitig erinnert sie an eine frühere Nürnberger Tradition, als die Zeidler (= Imker) im Reichswald (tote) Bäume aushöhlen durften, damit sich Bienenvölker darin ansiedelten. Diese Imker waren wegen



*Die Holzbildhauerin mit ihrer Merianin-Skulptur im Himmelsgarten Grünsberg*

## HAUPTVEREIN

ihrer Ortskenntnisse im Dickicht des Waldes für den Geleitschutz wichtiger Persönlichkeiten nach und von Nürnberg verantwortlich und durften deshalb zum Ausgleich mit einem besonderen Privileg den Honig ernten = wieder eine neue Brücke für uns sowohl zur Nürnberger Vergangenheit, als die Merianin in Nürnberg lebte, als auch zu ihrem eigenen Forschungsfeld! Auf dem ersten Foto sind auf die noch unfertige Skulptur kopierte Blätter aus ihren Raupenbüchern geheftet.

Elf Motive aus den Kupferstichen der Merianin hat Birgit Maria Jönsson inzwischen in das Holz geschnitzt und bemalt. Auf der Vorderseite zeigt die Bildhauerin den Maulbeerkrans des Titelpupfers vom ersten Raupenbuch.

Zu erkennen ist im unteren Teil des Kranzes das kleine, aber wichtige Einflugloch für die Bienen. Die zwölf bildlichen Zitate gefallen uns sehr. Auf dem Sockel kommt die Merianin selbst mit ihrem Albumblatt von 1675 zu Wort: „Deß Menschen leben ist gleich Einer Blum“. Ende April 2023 ist die Figur in dem „Himmelsgarten“ genannten Naturgarten der Burg Grünsberg bei Altdorf, also auf ehemaligem Territorium der Reichsstadt Nürnberg, aufgestellt worden.

Das in den ausgehöhlten Eichenstamm eingesetzte Bienenvolk hat sich anscheinend trotz der letzten kühlen Apriltage gut eingelebt. Bisher haben wir noch keine Finanzierung für diese Skulptur gefunden, d.h. Birgit Maria Jönsson hat ohne Honorar gearbeitet.

Wir wissen auch noch nicht, ob dieses besondere „Merianin-Denkmal“ in Nürnberg, z. B. im zukünftigen vierten Hesperiden-Garten im Stadtteil St. Johannis, endgültig aufgestellt werden darf.

Ein späterer Standort in Nürnberg ist noch Zukunftsmusik. Dazu passt wieder ein Zitat der Merianin aus ihrem Brief von 1704 aus Amsterdam nach Nürnberg (!) an ihren Kunden, den Arzt und Büchersammler J. G. Volkamer:

„... aber paciencya ist ein gut kreutlein“. Einstweilen ist es für uns symbolisch ein gutes Zeichen, dass die Nachkommen der Nürnberger Patrizierfamilie Stromer von Reichenbach der Merianin-Skulptur so ein wunderbar geeignetes „Asyl“

gewähren = Als die Merianin in Nürnberg lebte, durfte sie sogar in den Barockgärten von breiten Schichten der Nürnberger Bürgergesellschaft (nicht nur bei der Oberschicht) nach ihren Raupen und Insekten forschen.

## Firma Horski

Edelmetalle - Schmuck  
Inh. Frank Thein

Altgold | Silber | Platin  
Zahngold  
Schmuck | Münzen

**Ankauf zu  
Tagespreisen!**

Welserstr. 7 - 90489 Nürnberg  
Tel.: 55 39 88 - Fax: 53 44 04  
www.horski-edelmetalle.de



Das zukünftige Zuhause für die Wildbienen  
im ausgehöhlten Baumstamm

## FreizeitFanatiker

Der freundliche Kletter- und Outdoorladen in Hersbruck

Martin-Luther-Str. 7-9, 91217 Hersbruck  
Tel: 09151 7320944

[www.freizeitfanatiker.de](http://www.freizeitfanatiker.de)

## HAUPTVEREIN



Das zukünftige Zuhause für die Wildbienen im ausgehöhlten Baumstamm

Der „Himmelsgarten“ ist auf der gegenüberliegenden Straßenseite der Burg Grünsberg leicht zu finden.

Der Heilige Sebald, ebenfalls eine „Figurenbeute“, mit Bienen von Birgit Maria Jönsson, steht links hinter der Hecke am Gartenzaun und wartet anscheinend darauf, nach der Neugestaltung des Kirchhofs um die Sebalduskirche in Nürnberg dort seinen endgültigen Standort zu finden. In der Mitte der Wiese steht eine Maria-Montessori-Skulptur mit ihrem Bienenvolk. Der damaligen Mode und einem historischen Foto entsprechend trägt sie ein langes, tiefblaues Kleid mit weißer Spitze im Oberteil.

Die Burg Grünsberg liegt in einem Netz abwechslungsreicher Wanderwege im „Altdorfer Land“ und die imposante, fachgerecht und aufwändig restaurierte „Sophienquelle“ mit ihrem erfrischenden Wasser rauschen ist nur wenige Minuten vom Burggelände entfernt. Die Gegend ist aus mehreren Gründen ein lohnendes Ziel, vor allem wegen des Burgfestes, das bisher jährlich am letzten Samstag in den Pfingstferien stattfindet, sowie weiteren interessanten Kulturangeboten auf der (sonst privat genutzten) Burg ([www.stromerstiftung.de](http://www.stromerstiftung.de) + Klick auf „Veranstaltungen“).

Text: Margot und Dieter Löhlhöffel

Fotos: Dieter Löhlhöffel



Die Burg Grünsberg von der Straßenseite

## Spitzwegerich, des Wanderers unentbehrlicher Helfer

Man findet ihn fast überall, den Spitzwegerich (wissenschaftlich *Plantago lanceolata*), meist auf Wiesen, Äckern und an Wegrändern. Die Pflanze ist weder auffällig noch groß, 5 -50 cm hoch, man kann sie also leicht übersehen.

Die Blätter des Spitzwegerichs wachsen in einer Rosette am Boden, haben einen glatten Rand und sind leicht behaart. Auffällig an den mittelgrünen, ca. 10 bis 20 cm langen Blätter sind die deutlich erkennbaren Blattrippen. Diese fünf bis sieben Rippen verlaufen parallel zueinander und treffen am Blattende zusammen.

Die Blütezeit des Spitzwegerichs ist in der Regel von Mai bis September. Aus der Rosette wachsen mehrere, bis zu 30 cm hohe Blütenstängel, mit stabilem, kräftigem, aufrechtem Wuchs. Das Ende des Blütenstängels wird von einer Ähre gebildet, die sich länglich-oval zeigt. Die Spitzwegerich-Blüte hat eine weiße Farbe, die später bräunlich wird.

Übersehen wird man den Spitzwegerich jedoch nicht,

wenn man seine Heilwirkung kennt. Die Nutzung als Heilpflanze reicht bis in das klassische Altertum zurück.

Für Wanderer (und natürlich Wanderinnen) entpuppt sich das Kraut besonders nach einem Insektenstich als Segen. Man pflückt ein oder zwei Blätter und zerdrückt sie zwischen den Fingern, bis der Saft austritt. Diesen Saft reibt man auf die Einstichstelle, und, oh Wunder, innerhalb kürzester Zeit hört der Juckreiz auf. Auch bei Blasen soll der Spitzwegerich Wunder wirken, man kann sich ein paar angequetschte Blätter in den Schuh oder Strumpf legen, der Saft des Wegerichs gilt als wundheilend.

Auch als Hustensaft ist Spitzwegerich angesagt. Ein Tee aus den getrockneten, vor der Blüte gesammelten Blättern (2-3 g), 2-3 Tassen täglich, bekämpft den Husten. Oder man sammelt im Frühjahr die Blätter, füllt sie in ein Glas und bedeckt sie gut mit Honig bzw. Kandiszucker. Ich empfehle Honig, das geht schneller. Das Glas bleibt bis zum Herbst an einem

Zu Füßen der Burg Hohenstein im gleichnamigen Ort liegt unser Wanderheim im Schnittpunkt zahlreicher Wanderwege. Es bietet tagsüber Platz für Wandergruppen bis 50 Personen:

[www.fraenkischer-albverein.de/wanderheim-hohenstein](http://www.fraenkischer-albverein.de/wanderheim-hohenstein)

Ausstattung. Küche für Selbstversorger, Aufenthaltsraum für 50 Personen, 2 Duschen und WC auf dem Flur/Waschraum, 20 Betten gesamt (1x 2-Bett-Zimmer, 2x 4-Bett-Zimmer, 1x 10-Betten-Raum)

Es empfiehlt sich einen geplanten Aufenthalt frühzeitig anzumelden. Bitte fordern Sie die Preisliste bei unserer **Hausreferentin** an:

Andrea Oehme - Obere Grabenstraße 7 - 91217 Hersbruck  
Tel. 09151-905239 (ab 19.00Uhr) ••• E-Mail: [angeraja@web.de](mailto:angeraja@web.de)

Belegungsplan auf unserer Website:

[www.fraenkischer-albverein.de/wanderheim-hohenstein](http://www.fraenkischer-albverein.de/wanderheim-hohenstein)  
Anmeldeformular • Flyer Wanderheim • Panoramaansicht Gasträum

Geschäftsstelle Fränkischer Albverein e.V. Bund, Heynstr. 41  
90443 Nürnberg, 0911-42 95 82, Fax-42 95 92  
[info@fraenkischer-albverein.de](mailto:info@fraenkischer-albverein.de)

### **Spenden sind willkommen!**

Aufgrund der aktuellen Krisensituation sind wir mehr denn je auf Spendengelder angewiesen. Unser Wanderheim kann nur mit Einschränkungen gebucht werden. Sobald die Krise überstanden ist, sind wir wieder ganz für Sie da. Unsere Website informiert Sie aktuell. Unterstützen Sie uns bitte mit einer Geldspende:



#### **Spendenkonto (Wanderheim):**

Fränkischer Albverein e.V. Bund  
BIC: SSKNDE77XXX  
IBAN: DE43 7605 0101 0012 1297 89  
Bank: Sparkasse Nürnberg

## HAUPTVEREIN

kühlen Ort, dann muss die Masse abgeseibt werden. Auch als Sirup eingekocht entfaltet der Saft seine Heilkraft. Die Wirkung von ein paar Teelöffeln täglich ist erstaunlich. Man kann Spitzwegerich-Hustensaft auch in der Apotheke kaufen.

Ernten und sammeln kann man den Spitzwegerich von Anfang April bis Ende August.

Spitzwegerich wirkt reizmildernd, adstringierend und antibakteriell. Bei innerer Anwendung wirkt er ebenfalls gegen entzündliche Veränderungen der Mund- und Rachenschleimhaut. Äußerlich kann er gegen entzündliche Veränderungen der Haut eingesetzt werden.

Essen kann man ihn auch. Vor allem die Blütenknospen schmecken champignonartig, gut geeignet z.B. als Suppeneinlage.

Man findet bei uns ebenso den Breitwegerich und den Mittelwegerich, die Heilwirkung soll jedoch nicht ganz so stark sein wie beim Spitzwegerich.



## Frankenhöhe-Pellets – natürlicher Langzeitdünger aus heimischer Schafwolle



Gutes aus dem Naturpark

**FRANKENHÖHE**  
**Pellets** 

Schafwolle ist ein wunderbares Naturprodukt und bei der jährlich notwendigen Schafschur fällt jede Menge dieses nachwachsenden Rohstoffes an. Aber der Verkauf der Wolle deckt nicht einmal mehr die Kosten der Schur.

Das soll sich jetzt mit den neuen Frankenhöhe-Pellets ändern.

Die beiden Nebenerwerbsschäfer der Frankenhöhe Andreas Schurz und Lukas Raab und der Landschaftspflegeverband Mittelfranken haben das gemeinsame Projekt „Frankenhöhe-Pellets“ in diesem Frühjahr gestartet und haben von 7 Schäfern aus dem Naturpark Frankenhöhe einen Teil ihrer Schafwolle zu Pellets pressen lassen. Die Schäfer erhalten für ihre

Wolle dabei einen fairen Preis. Gerade die nicht so hochwertige Wolle, wie z.B. Schmutzwolle, zu kurze Wolle oder farbige Wolle von „schwarzen Schafen“ sind für die Pellets bestens geeignet. Als natürlicher Langzeitdünger sorgen diese Pellets für reiche Ernte und Blütenpracht im Gemüsebeet und Balkonkasten. Den Schäfern ist dabei besonders wichtig, dass alles so nachhaltig, wie möglich ist, und dass die Wertschöpfung in der Region bleibt, so



**BESUCHEN SIE UNS AUCH ONLINE:**  
[www.hersbrucker-tierheim.de](http://www.hersbrucker-tierheim.de)

Spendenkonto: Sparkasse Nbg., IBAN: DE85 7605 0101 0190 0340 17, BIC: SSKNDE77XXX  
Paypal: hersbrucker-tierheim@web.de (Ihre Spende ist steuerlich absetzbar)

## HAUPTVEREIN



Schäfer Andreas Schurz. Daher wird darauf geachtet, dass nur unbehandelte Schafwolle von Schafen der Frankenhöhe in einem mittelfränkischen Betrieb zu Pellets gepresst wird, ohne Fremdzusätze. Sogar die Verpackung aus Graspapier wird im Landkreis Ansbach hergestellt. Die Frankenhöhe-Pellets punkten überdies mit besonderen Vorzügen: Sie haben ein sehr hohes Wasserspeichervermögen - ein vierfaches des Eigengewichtes!

Das Wasser, das sonst in der Erde versickert, wird von den Pellets aufgesaugt, gespeichert und nur langsam wieder abgegeben. Gartenpflanzen sind damit selbst bei Trockenperioden immer noch ausreichend mit Wasser versorgt. Außerdem sind die Wollpellets reich an Nährstoffen, die unsere Zier- und Gartenpflanzen benötigen, von den Inhaltsstoffen ähnlich wie Hornspäne. Die Wollpellets zersetzen sich im Boden sehr langsam und geben die Nährstoffe daher langsam,



aber kontinuierlich an die Pflanzen ab. Das macht sie zu einem optimalen und wirkungsvollen Langzeitdünger. Mit der Verwendung von Frankenhöhe-Pellets werden die regionalen Schäfereibetriebe der Frankenhöhe und damit die Artenvielfalt der Frankenhöhe unterstützt. Die Schäfer der Frankenhöhe leisten mit ihren Schafen nämlich wichtige Arbeit für unsere Natur: die Schafe pflegen und bewahren als besondere Landschaftspfleger die Magerrasen auf der Frankenhöhe, Blütenreichtum und Artenvielfalt sind das wunderbare Ergebnis dieser Beweidung, bestätigt Karin Blümlein vom Landschaftspflegeverband Mittelfranken. Daher ist es besonders wichtig, die heimischen Schäfereien darin zu unterstützen, diese Arbeit für die Natur weiterhin leisten zu können.

Das Projekt wird daher auch mit Mitteln des Bayerischen Naturschutzfonds gefördert um die Schafbeweidung der Magerrasen sicher zu stellen. Wer Frankenhöhe-Pellets verwendet, tut nicht nur seinen Pflanzen etwas Gutes, sondern unterstützt gleichzeitig die heimischen Schäfereien und trägt damit direkt zum Blütenreichtum und zur Artenvielfalt auf der Frankenhöhe bei!

Im Herbst ist wieder Pflanzsaison! Daher noch ein Tipp: die Schafwollpellets sind leicht dosierbar und sollten immer gut in die Erde eingearbeitet werden, am besten in das Pflanzloch geben und gut mit Erde abdecken. So wird die Pflanze für lange Zeit mit Nährstoffen versorgt, nachdüngen ist nicht nötig. Zusätzlich quellen die Pellets im Boden auf, speichern Wasser und lockern den Boden. Jetzt muss die schwierige Aufgabe bewältigt werden die regionalen Wollpellets zu bewerben und neue Vertriebspartner zu finden betont Schäfer Lukas Raab, damit sich die viele Arbeit, die bisher schon in das Projekt gesteckt wurde auch lohnt. Zurzeit sind die Frankenhöhe-Pellets erhältlich in der Hagra in Marktbergel, im Bauklotz Hezel in Feuchtwangen, in der Kreativscheune in Schillingfürst, im Naturhof Sackenreuther und im Hofladen Sonnenzauber in Rothenburg, und natürlich direkt bei den beiden Schäfern Schurz und Raab. Verkaufsstellen von Frankenhöhe-Pellets finden Sie auf [www.frankenhoehe-lamm.de](http://www.frankenhoehe-lamm.de). Informationen gibt es direkt bei den Schäfern Andreas Schurz oder Lukas Raab.

E-Mail: [srs.landschaftspflege@web.de](mailto:srs.landschaftspflege@web.de) oder beim Landschaftspflegeverband Mittelfranken.

## HAUPTVEREIN

## Aktiver Naturschutz mit einer simplen Idee

Der 28. Juli steht als Welttag des Naturschutzes ganz im Zeichen der aktiven Erhaltung unseres natürlichen Lebensraums und seiner Ressourcen. So setzt sich die in Wiesbaden beheimatete Naturschutzorganisation Naturefund seit 2003 aktiv für den Erhalt und Wiederaufbau von Ökosystemen ein. Dem zugrunde liegt eine simple Idee: Der Kauf von Flächen für die Natur, sowohl deutschlandweit als auch international, um damit Lebensraum für die Vielfalt der Arten zu erhalten.

In Zusammenarbeit mit Gemeinden und Naturschutzorganisationen vor Ort konnten so bislang insgesamt 2,1 Millionen Quadratmeter Fläche gekauft und gesichert und so intakte Ökosysteme wieder aufgebaut und Lebensräume von Tieren und Pflanzen geschützt werden. Daneben hat Naturefund weltweit bisher 456.000 Bäume gepflanzt und arbeitet mit zahlreichen Kleinbauern für die Verbreitung einer nachhaltigen, ressourcenschonenden Landwirtschaft zusammen.

Die Natur versorgt uns mit allem, was wir für unseren täglichen Bedarf brauchen: Luft, Mineralien, Pflanzen, Boden und Wasser. Naturschutz bedeutet den Schutz dieser wertvollen Ressourcen, damit sie für künftige Generationen erhalten werden können. Oberstes Ziel ist es, die biologische Vielfalt zu erhalten und die Ökosysteme zu stärken.

Bis 2030 sollen 30 % der Flächen auf dem Land und Meer in der Europäischen Union Naturschutzgebiet sein, so wurde es auf der UN-Biodiversitätskonferenz von 2020 beschlossen. Für 10 % der Flächen

soll sogar ein strikter Schutz gelten. In Deutschland sind es allerdings bislang nur ganze 0,6 %. Damit liegt Deutschland bei der Ausweisung strenger Naturschutzgebiete auf dem drittletzten Platz EU-weit, so eine kürzlich veröffentlichte Studie der Universität Bologna. EU-Spitzenreiter sind Luxemburg mit 36 % Fläche an strengen Naturschutzgebieten, danach folgen Schweden und Finnland.

Obwohl es in Deutschland vielzählige Schutzgebiete gibt, darunter Fauna-Flora-Habitate (FFH), Biosphärenreservate, Naturparks, Vogelschutzgebiete u. a., schützen diese nicht unbedingt die Biodiversität. In einigen Schutzgebieten darf sogar Landwirtschaft mit Pestizideinsatz betrieben werden. Anders auf den Flächen, die Naturefund gekauft und gepachtet hat: „Hier können wir aktiv Naturschutz betreiben.“

Bei unseren Projekten planen wir mit großer Sorgfalt und gemeinsam mit den Partnern vor Ort, welche Arten der Biotoppflege am besten für das Ökosystem sind und so den größten Nutzen für die Biodiversität leisten“, so Naturefunds Geschäftsführerin Katja Wiese.

Neben der aktiven Umsetzung von Naturschutzprojekten mittels der Förderung durch Spender und Spenderinnen arbeitet Naturefund auch daran, die Menschen für den bewussten Umgang mit den natürlichen Ressourcen zu sensibilisieren.

Die Organisation bietet Schulungen oder Informationsveranstaltungen beispielsweise zum Thema Dynamischer Agroforst an, einer nachhaltigen und innovativen Anbaumethode, bei der Nutz- und Beipflanzen auf derselben Fläche angebaut werden.

Das Konzept kann sowohl auf landwirtschaftlichen Flächen als auch im privaten Garten angewendet werden. So sollen Menschen ganz aktiv zum Mitmachen bewegt werden.

Weitere Informationen unter [www.naturefund.de](http://www.naturefund.de)

Quelle: Presstext naturefund



### im Jägerhaus Danas Prager Küche

**20. - 21. Oktober**

**Wildwochen – täglich versch. Wild-Menü/-Spezialitäten**  
– Außerdem gibt's ab September wieder original böhmische  
Zwetschkenknödel, mit Mohnbutter oder Zimtsoße –

**Öffnungszeiten: Mittwoch bis Sonntag von 11:30 - 14:00 Uhr und ab 18 Uhr.**

**Alter Kirchenweg 17 · 90552 Röthenbach · Tel.: 0911-50 25 28**

**[www.boehmisches-restaurant.de](http://www.boehmisches-restaurant.de)**

## Biodiversitätszentrum Rhön und AELF Bamberg: Tag der biologischen Vielfalt im Mittelwald von Kirchehrenbach

Experten weisen über 390 Arten an einem einzigen Wochenende nach. Der Mittelwald der Gemeinde Kirchehrenbach war am Wochenende vom 21. und 22. Mai Anlaufpunkt für zahlreiche Expertinnen und Experten. Auf Einladung des Biodiversitätszentrum Rhön im Bayerischen Landesamt für Umwelt und des Amts für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (AELF) Bamberg erfassten sie verschiedenste Tier-, Pflanzen- und Pilzarten.

Insgesamt konnten sie an den beiden Tagen über 390 Arten nachweisen. Bei der Bestandsaufnahme wurden am Samstag und Sonntag beispielsweise totholzbewohnende Käfer, Tag- und Nachtfalter, Vögel, Fledermäuse, Baum- und Straucharten, krautige Pflanzen, aber auch Pilze und Schnecken erfasst. Die nachgewiesenen Arten geben

nur einen kleinen Einblick in die tatsächliche Vielfalt dieser Wälder. „Insbesondere bei den Insekten macht sich das kalte Frühjahr noch deutlich bemerkbar“, ordnet Sebastian Vogel vom Biodiversitätszentrum Rhön die Artenzahl ein und verweist dabei noch auf einen anderen Aspekt: „Es mangelt für viele Artengruppen auch schlichtweg an Expertinnen und Experten.“

Wir hoffen, dass wir mit der Veranstaltung im Rahmen des Tags der biologischen Vielfalt einige junge Menschen dafür begeistern konnten, selbst zu Artenkennern zu werden“. Nichtsdestotrotz sind die Veranstalter sehr zufrieden: „Unser Ziel war es, auf den Wert der Mittelwälder für den Erhalt der Artenvielfalt aufmerksam zu machen und das ist uns gelungen“, so Michael Kreppele vom AELF Bamberg. Zu den nachgewiesenen Besonderheiten gehört beispielsweise die Fränkische Mehlbeere - eine Baumart, die weltweit nur in den Wäldern der fränkischen Schweiz und des Frankenjuras vorkommt. Sie ist licht- und wärme-

bedürftig und profitiert wie viele andere Arten von der regelmäßigen Auflichtung der Mittelwälder. Besonders erfreulich waren auch die vielen Nachweise gefährdeter Arten: darunter zum Beispiel die Mopsfledermaus, der Große Laubholz-Zangenbock oder der Schwarze Weberbock - ein Käfer, der vor allem auf Weiden und Pappeln angewiesen ist.

Aufgrund ihres hohen Werts für den Artenschutz wird die Mittelwaldbewirtschaftung staatlich gefördert. In den Fokus gerückt wurde als weiteres Thema an diesem Tag außerdem Natura 2000, das weltweit größte Naturschutzprojekt. Hierzu Klaus Stangl vom AELF Bamberg: „Der Landkreis Forchheim hat oberfrankenweit das dichteste Netz an Gebieten, die diesem Biotopverbundsystem angehören. Dies unterstreicht die herausragende Wertigkeit der hiesigen Natur. Die Mittelwälder leisten hierzu einen wesentlichen Beitrag.“ Die Arterfassung wurde mit Unterstützung der Kreisgruppen Forchheim des LBV und des Bund Naturschutz durch ein vielfältiges Programm für die Öffentlichkeit umrahmt. Bereits am Samstagabend konnten Exkursionsteilnehmer dank technischer Hilfsmittel die Rufe von Fledermäusen identifizieren und beim Lichtfang Nachtfalter beobachten.

Nach diversen Kurzvorträgen folgten am Sonntag weitere geführte Exkursionen, die sowohl Laien als auch fortgeschrittenen Artenkennern die Artenvielfalt in Mittelwäldern näherbrachten.

Quelle: Bayerisches Landesamt für Umwelt (LfU)



*Lassen Sie den Urlaub  
nachklingen...*

*Wir führen die passenden  
Weine und Knabbereien,  
salzig und süß.*



*Mundi-Weine.de*



Briver Allee 1 · 91207 Lauf · Tel.: 09123 / 964397

## HAUPTVEREIN

## Die Birkenhainer Straße und das Kloster Einsiedel im Spessart

Im Mittelalter führte von Gemünden am Main eine Straße durch die heute verlassenen Höhen des Spessarts nach Hanau: die sogenannte Birkenhainer Straße. Auf ihr konnte man die Mainschleifen abschneiden und so den Weg erheblich verkürzen. An dieser Straße lag ein Kloster, das wahrscheinlich schon im 16. Jahrhundert verlassen war und das in den letzten Jahren neu ausgegraben wurde. Dessen Geschichte und die Geschichte einer vielleicht damit eng verbundenen Marienfigur, die heute im Wallfahrtsort Rengersbrunn

ausgestellt ist, wird uns Josef Wintrich in einer Wanderung am Sonntag 15. Oktober näherbringen.

Tageswanderung von Rieneck nach Ruppertshütten, über Kloster Einsiedel, Rengersbrunn und Bayerische Schanz (Einkehr). Abfahrt ab Nürnberg ca. 07:00 Uhr, Deutschland- oder Bayerticket, Ankunft ca. 21:00 Uhr, ca. 20 km Wanderstrecke mit insgesamt 600 m Anstieg.

Anmeldung erforderlich unter [wintrichj@outlook.com](mailto:wintrichj@outlook.com) oder 01522 1549 717

## Führung zum Behaim-Globus am 08.11.2023

1992 hat die UNESCO in Ergänzung des Weltkultur- und Weltnaturerbe-Programms das Weltkulturerbe ins Leben gerufen.

Stand heute sind 494 Eintragungen in dieses Register erfolgt, seit wenigen Monaten jetzt auch der Behaim-Globus.

Die Geschichte dieser ältesten erhaltenen Darstellung der Welt in Kugelform wird Josef Wintrich am Mittwoch 08. November um 18:00 Uhr im Germanischen Nationalmuseum erzählen.

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich unter [wintrichj@outlook.com](mailto:wintrichj@outlook.com) oder 01522 1549 717.

## 25. Gesundheitsmarkt am Jakobsplatz 08.07.2023

Das Motto dieses Gesundheitstags nannte sich; „Begegnung gemeinsam in Nürnberg“. 72 Marktstände von sozialen Einrichtungen und Selbsthilfegruppen füllten den Jakobsmarkt in Nürnberg.

Rainer Frey und Waltraud Bauer beluden schon am Freitag sein Auto mit unseren Infostandutensilien. Rainer brachte noch einen separaten „Mitglieder-gewinnungstisch“ mit, ausgerüstet mit Mitgliedsanträgen und frankierten Briefumschlägen! Jetzt schon vorab, er hatte Erfolg! Zwei Neuaufnahmen stehen zu Buche! Klasse gemacht – Rainer!

Das Zelt bauten Rainer Frey, Waltraud und Siegfried Bauer und ein freiwilliger Helfer vom Nachbarstand auf. Waltraud dekorierte, in gewohnter Souveränität, unsere Fränkische Albverein Infostelle. Unseren Standort über „Das gesunde Wandern“ betreuten Rainer Frey, Waltraud Bauer, Ulrich Reinwald und Siegfried Bauer.

Die Besucher fragten vor allem nach Kurzwanderungen, Wanderungen in Ortsnähe, Fahrradtouren aber auch über unser Wanderheim und zertifizierte Wanderwege nach. Natürlich war unser vielseitiges Wanderprogramm von großem Interesse. Großes Lob bekam unsere Wegemeisterei über die professionelle Wegemarkierungsarbeit.

Am Ende der Veranstaltung bauten wir ab und räumten alles in der Geschäftsstelle wieder ein. Vielen Dank an alle „mehr als Helfer“.

Eure Waltraud Bauer



## HAUPTVEREIN

## Wandern macht Spaß und hält jung



Der fränkische Albverein (FAV) Aisch-Aurachgrund feierte im Juli sein 20-jähriges Bestehen. Fast 80 Mitglieder kamen zur Feier in den Brennereistuben in Wilhelmsdorf. Der Verein hat inzwischen 222 Mitglieder, was zeigt, wieviel Spaß das Wandern macht. Der offizielle Teil wurde durch die 1. Vorsitzende Ursula Wiechert eröffnet und vom Wilhelmsdorfer Bürgermeister

# ALOE VERA

## Ein Wunder der Natur

**Fachberater:**

**Willibald  
Schlesinger  
Mühlstraße 50  
90547 Stein**

[www.w.schlesinger.flpg.de](http://www.w.schlesinger.flpg.de)

**Tel. 0911 - 68 16 83**

Probst, dem Präsidenten des Gesamt-FAV Ulrich Reinwald und dem Kassier Werner Neudecker, der die Festschrift erstellt hat, ergänzt. Dazwischen lockerte der Akkordeonspieler Wigbert Winkler die Wortbeiträge mit div. lustigen Stücken auf. Nach dem offiziellen Teil wurde bei fränkischen Spezialitäten noch gemütlich gefeiert.

*Von links: Werner Neudecker, Kassier, Heidi Pawlitschek, Medienwartin, Ursula Wiechert, 1. Vorsitzende, Ulrich Reinwald, Präsident des Gesamt FAV, Winfried Zeidner, 2. Vorsitzender.*

## Auf in die VGN-Freizeit!

... mit 5 neuen Freizeittipps und  
29 VGN-Freizeitlinien



### Ideal für die Freizeit: TagesTicket Plus

- Tag oder Wochenende gültig
- für bis zu 6 Personen (max. 2 ab 18 J.)
- Fahrräder anstelle von Personen
- Mitnahme ganztags
- 1 Hund

verbundweit  
für  
**22,10 €**

[vgn.de/freizeit](http://vgn.de/freizeit)

📷 [vgn\\_freizeit](https://www.instagram.com/vgn_freizeit)



Verkehrsverbund Großraum Nürnberg

## HAUPTVEREIN

## Tag der Franken in Bad Windsheim am 02. Juli 2023

Wie schon in der Fränkischen Alb beschrieben geht der Tag der Franken auf Beschluss des Landtags aus dem Jahr 2005 zurück. Das Fest stand unter dem Motto: „Jugend und Kindheit“. Unser Präsident Ulrich Reinwald und unsere Vizepräsidentin Waltraud Bauer waren zum Empfang des „Tags der Franken“ mit politischer und kultureller Prominenz, eingeladen. Ca. 70 Vereine, Verbände und Institutionen präsentierten sich im Freilandmuseum und wir waren mit dabei. Ein buntes Veranstaltungsprogramm mit dem Schwerpunkt „Jugend und Kindheit“, wurde auf verschiedenen Bühnen und musikalischen Standorten geboten. Auf dem gesamten Gelände verteilten sich die unterschiedlichsten Mitmachaktionen, Lesungen, Musik- und Theater-einlagen. Abgerundet wurde das Programm mit zahlreichen Handwerkern, Tanzvorführungen, Trachtengruppen und hervorragender Bewirtung. Zwischen zwei Bäumen, gegenüber der Kapelle, schlugen wir unseren Fränkischen Albverein Stand auf. Sigggi lud seinen SUV voll und fuhr, früh morgens, nach Bad Windsheim. Zum Aufbau um 6:30 Uhr halfen mir: Werner Neudecker, Werner Kreitlein, Siegfried und



Waltraud Bauer. Unser Info- und Fühlespiel Stand, besetzten Charlotte Heydemann-Kaphingst, Heidi Pawlitschek von der Gruppe Aisch-Aurachgrund. Sie informierten die Besucher vor allem über unser regionales Wander- und Veranstaltungsprogramm. Waltraud Bauer und Ulrich Reinwald informierten die Besucher über unsere Aktivitäten außerhalb der Aisch – Auracher Region sowie die Struktur unseres Fränkischen Albvereins. Siegfried Bauer und die Kinder hatten „alle Hände voll“ zu tun um, in

den 5 geschlossenen Boxen, deren Inhalt zu ertasten. Unser Fühlespiel wurde von Familien mit Kindern sehr gut besucht und am Infostand herrschte, den ganzen Tag über, reges Treiben. Es informierten sich viele Touristen aus dem Steigerwald und dem Schwäbischen über unsere zertifizierten Wanderwege und unser reichhaltiges Wanderangebot und sogar FAV Mitglieder kamen uns besuchen. Wie immer waren unsere Wanderflyer sehr begehrt und unser Wanderheimflyer vergriff sich im Flug. Siegfried Spiegel und die oben genannten Zeltaufbauer falteten es wieder zusammen und mit vereinten Kräften packten wir unsere sieben Sachen zusammen. Schließlich fuhren Sigggi und Waltraud in die Geschäftsstelle nach Nürnberg zum Aufräumen. Eure Vizepräsidentin Waltraud Bauer



## Zur Totengedenkfeier am Prellstein am Sonntag, den 05.11.2023

Über zahlreiches Erscheinen der FAV-Gruppen würden wir uns wie immer sehr freuen. Ein Pfarrer aus Hirschbach wird auch in diesem Jahr die Gedenkfeier abhalten, der Posaunenchor ist wieder dabei und es wird Glühwein und Lebkuchen geben. Beginn der Gedenkfeier 11:30 Uhr

### Wanderungen zum Prellstein

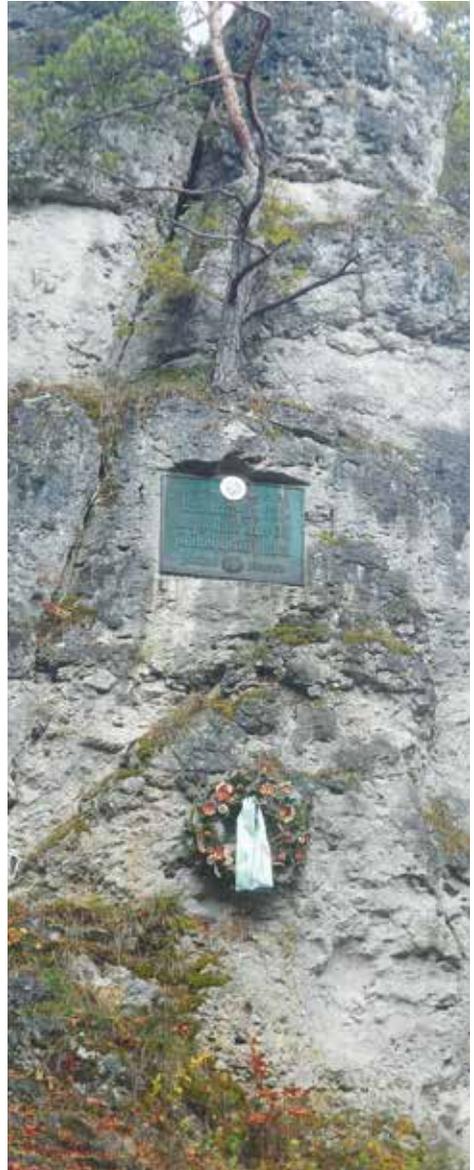
**Og. Fürth: So. 05.11. BV/TW Zum Totengedenken des FAV auf den Prellstein.** Hohenstadt – Fischbrunn – Prellstein – Hirschbach (E Golde-ner Hirsch) – Vorra. **TT plus 10 oder 49€-Ticket.**  
**TP:** FÜ-Hbf. 7:25 (ab 7:33 U1 Richtung Nürnberg, umst. N-Hbf., ab 8:08 RB 30 Gl. 21). I.u.s.G., Gz ca. 4h/14km. **WF:** Frank Gläser 01797629139. **Anmeldung bei WF einen Tag vor Wanderung. Bitte Halstücher mitbringen!**

**Abt. Nürnberg: So. 05.11. Zur Totengedenkfeier am Prellstein.** Wir ehren unsere verstorbenen Mitglieder **TW** Etzelwang – Kirchenreinbach – Prellstein – Hirschbach – Vorra. **TTplus 10**, I.u.s.G., Gz. ca. 4h/16km, **TP:** 08:05 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 08:19 Uhr Gleis 6, S2) umst. Nbg. Hbf. (Abf. 08:43 Uhr Gleis 16, RB 40) **WF:** Siegfried Bauer, Anmeldung bis 02.11. unter 0911/454290

**FAV Hersbruck: So. 05.11. TW Zur Totengedenkfeier am Prellstein.** Vorra – Hirschbach – Prellstein – Hirschbach – Hohenstadt – evtl. Hersbruck, I.u.s.G., 3,5h/12km, **TP:** 8:30 HEB-Bf.re. (Abf.8:08 Nbg.Hbf) **WF:** G.Oehme (Anmelden 09151/905239)

**Og. Reichelsdorf: So .05.11. FAV-Feier am Prellstein bei Hirschbach – EK Gasthaus „Stiegler“ in Alfalter, TP:** 09:00 Uhr Reichelsdorf Bahnhof. Wir fahren mit den Autos, wer fährt? **WF:** Sonnhild Rothe-Gößwein (Anmeldung unter 0911 6492643)

**FAV. Schwabach: So. 05.11. Zur Totengedenkfeier am Prellstein.** Wir ehren unsere verstorbenen Mitglieder. **TW** Etzelwang – Kirchenreinbach – Prellstein – Hirschbach – Vorra. **TTplus 10**, I.u.s.G., Gz. ca. 4h/16km **TP:** 08:05 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 08:19 Uhr Gleis 6, S2) umst. Nbg. Hbf. (Abf. 08:43 Uhr Gleis 16, RB 40). **WF:** Siegfried Bauer, Anmeldung bis 02.11. unter 0911/454290



## HAUPTVEREIN

**Waldweihnacht am Hohenstein  
Samstag, 02.12.2023**

Die Waldweihnacht beginnt um 16:30 Uhr mit einem Fackelzug vom Wanderheim in den Wald zur Waldmesse in Kirchensittenbach.

Der Pfarrer der Gemeinde Kirchensittenbach wird die „Andacht im Wald“, halten. Es werden Weihnachtslieder gesungen. Wir haben auch dieses Jahr den Nikolaus bestellt.

Er bringt eine Überraschung für die Kinder mit! Es sind alle Bürger der Gemeinde Hohenstein zur Waldweihnacht herzlich eingeladen. Bitte kommen Sie recht zahlreich! Gegen eine kleine Spende für unser Wanderheim gibt es Glühwein und Plätzchen.

Das Wanderheim ist schon ab 12:00 Uhr geöffnet. Vorbestellung des Mittagessens im Wanderheim (Nur mit Vorbestellung! Pro Pers. 9,00 €, Fackel 2,00 €). Anmeldung bei Waltraud Bauer bis 28.11.23 Tel. 0911/454290

**Wanderungen zur Waldweihnacht werden vom**

**FAV NÜRNBERG, FAV HERSBRUCK und vom FAV SCHWABACH**

**an diesem Tage zum Hohenstein geführt. Näheres siehe im Wanderplan.**



HAUPTVEREIN

**Spenden FAV-Bund  
01.04. - 30.06.2023**

Datum	Spender	Betrag
<b>Verein</b>		
24.04.2023	Amazon	10,35
17.05.2023	Amazon	10,89
24.06.2023	anonym	1,20
30.06.2023	anonym	250,00
<b>Gesamt Verein</b>		<b>272,44</b>
<b>Wegemeisterei</b>		
26.04.2023	Manuel Müller	25,20
26.04.2023	Karl Trenz	17,40
26.04.2023	Andreas KeutSCH	4,50
26.04.2023	Frank Ott	7,20
26.04.2023	Robert Wirth	4,50
26.04.2023	Frank und Nadine Dilling	9,00
26.04.2023	Walter Schmidt	6,00
26.04.2023	Sabine Weber	4,80
11.04.2023	Andreas Kratzer	2,70
22.04.2023	Maximilian Kahl	22,80
22.04.2023	Uwe Brendler	9,00
22.04.2023	Nina Goehlke	7,80
22.04.2023	Lothar Rapp	12,00
22.04.2023	Werner Hammerl	8,40
22.04.2023	Markus Tröger	39,00
19.04.2023	Kurt Georg Jugl	50,00
02.05.2023	Andreas Kratzer	2,70
<b>Gesamt Wegemeisterei</b>		<b>233,00</b>
<b>Wanderheim</b>		
02.04.2023	FAV Schnaittachtal	17,30
<b>Gesamt Wanderheim</b>		<b>17,30</b>
<b>Gesamtsumme der Spenden</b>		<b>522,74</b>

**Unser neues Rollup  
für Werbemaßnahmen.**



**ZEICHEN SETZEN,  
ENGAGIERT FÜR  
WANDERWEGE.**

Unsere Wegemarkierer kümmern sich um die Wanderinfrastruktur in Mittelfranken ehrenamtlich.

**FRÄNKISCHER ALBVEREIN e.V.**  
Vielfalt ist unsere Stärke.

**WEGE**



  [www.fraenkischer-albverein.de](http://www.fraenkischer-albverein.de)

## ARBEITSKREIS FRÄNKISCHE-ALB BIBLIOTHEK

### Aus dem FAV-Archiv... heute vor 75 Jahren

Im der letzten FA-Ausgabe 3/2023 brachte ich einen Beitrag „Aus dem FAV-Archiv“ - 1948 Neubeginn beim FAV“, den ich mit meinen eigenen Worten und mit eigener Recherche erstellt hatte. Neugierig geworden durch die aktuellen Berichterstattungen über Chat GPT, aber auch durch die Diskussionen dazu, wollte ich wissen, was diese Technologie zu dem Titel „1948 - Neubeginn beim FAV“ mit Hilfe seiner Künstlichen Intelligenz wohl ausspucken würde. Die Anwendungsdatei von ChatGPT konnte ich schnell herunterladen (ChatGPT ist derzeit in der sog. Basis-Version kostenlos), nach der Registrierung bei der Entwicklerfirma OpenAI und einigen Mausclicks und Passwort-Schutz war das Programm eben-so rasch anwendungsbereit. In weniger als einer Minute (!) erschien dann ein fertiger Text auf meinem Bildschirm. Der vorgeschlagene Text wurde verständlich formuliert, geriet aber m. E. etwas allgemein, was möglich-erweise daran lag, dass ich nur wenige Stichworte vorgegeben hatte. Rechtschreibung und Grammatik sind im Übrigen fehlerfrei. Immerhin ist die Arbeit und das Bemühen des FAV im Jahre 1948 einen länge-ren Absatz wert. Da die Entwickler, wie zu lesen war, ChatGPT mit Millionen von Texten bzw. Datensät-zen aus den unterschiedlich-ten Quellen „trainiert“ hatten, lag ihnen vermutlich zum FAV im Jahr 1948 wenig Berichtenswertes vor ...



Der vorgeschlagene ChatGPT-Text:  
Nürnberg im Jahr 1948 - noch immer von den Narben des Zweiten Weltkriegs gezeichnet. Die Kriegsjahre haben tiefe Spuren hinterlassen, und die Bewohner kämpfen mit den Nachwirkungen der Zerstörung. Die Bombardierung Nürnbergs während des Krieges hat große Teile der Stadt in Schutt und Asche gelegt. Die historische Altstadt, einst stolzes Wahrzeichen, liegt größtenteils in Trümmern. Die Straßen sind von zer-

störten Häusern ge-säumt, die Menschen leiden unter Hunger und Armut. Die Bewohner sind gezwungen, in den verbliebenen bewohnbaren Gebäuden oder in provisorischen Unterkünften zu leben. Die Zerstörung der Infrastruktur macht das tägliche Leben schwierig. Es mangelt an Strom, Wasser und sanitären Einrichtungen. Die Bevölkerung leidet zudem unter Hunger. Die Kriegsjahre haben die Nahrungsmittelversorgung stark beeinträchtigt, und die knappen Ressourcen werden durch die zerstörte Infrastruktur noch weiter eingeschränkt. Die Men-schen stehen stundenlang in Schlangen, um sich mit dem Nötigsten zu versorgen. Es fehlt an Lebensmitteln, Brennstoff und medizini-scher Versorgung. Die Not ist allgegenwärtig.

Inmitten dieser schwierigen Zeiten gibt es auch Bemühungen, das gesellschaftliche Leben wieder auf-zubauen und Normalität zurückzuerlangen, wie der Fränkische Albverein zeigt.. Der Verein, der sich dem Wandern, dem Naturschutz und der Erhaltung des fränki-schen Kulturerbes widmet, nimmt seine Arbeit trotz der Zerstörungen wieder auf. Die Mit-glieder sind sich bewusst, dass die Wiederherstellung der Natur und der Kulturlandschaf-ten ein wichtiger Schritt zur Erholung der Gesellschaft ist. Der Fränkische Alb-verein or-ganisiert wieder Wanderungen und Ausflüge in die umliegenden Gebiete, um den Men-schen eine willkommene Ablenkung von den schwierigen Lebensbedingungen zu bieten. Die Mitglieder setzen sich dafür ein, dass Wanderwege wieder in-stand-gesetzt und touristi-sche Attraktionen zugänglich gemacht werden. Durch diese Aktivitäten versucht der Ver-ein, ein Stück Normalität in das Leben der Menschen zurückzubringen und ihnen einen Hauch von Optimismus zu geben. Trotz der Herausforderungen und der immensen Arbeit, die noch vor der Stadt Nürnberg liegt, herrscht eine Atmosphäre des Zu-sammenhalts und des Aufbruchs. Die Menschen sind entschlossen, ihre Stadt wieder aufzubauen und ein besseres Leben für sich und zukünftige Generationen zu schaffen. Der Fränkische Alb-verein steht stellvert-rend für die zahlreichen Organisationen und Einzelpersonen, die sich in dieser Zeit des Wiederaufbaus und der Erholung engagieren.

*Kurt Griesinger (FAV-Archiv)*



# NEUERÖFFNUNG

MIT LIVE-MUSIK (AB 15:00 UHR)

SO, 01.10. AB 10:00 UHR

## SCHÄUFERLE

MIT KLOSS UND SOSS  
(NUR SOLANGE DER VORRAT REICHT,  
REGULÄRE SPEISEKARTE AB 02.10.2023)

AN  
DIESEM TAG  
AB 11:30 UHR  
FÜR NUR  
**9,90 €**



- GASTSTÄTTE
- GROSSER SAAL  
FÜR VERANSTALTUNGEN
- 2 KEGELBAHNEN
- GEMÜTLICHER  
BIERGARTEN
- LIVE-ÜBERTRAGUNG  
1. FC NÜRNBERG

TELEFON: 0911 31109755  
GASTHAUS-HEIDEKRUG-NÜERNBERG.DE  
(ONLINE-RESERVIERUNG AB 20.09.)



GASTHAUS HEIDEKRUG NÜRNBERG · WALDLUSTSTR. 67 · 90480 NÜRNBERG

## MOUNTAINBIKE-GRUPPE IM FRÄNKISCHEN ALBVEREIN

Nachdem das Frühjahr langsam in Gang kam, folgte eine sehr lange Wärme- und Hitzewelle, daher konnten wir im Sommer bereits sehr viele Touren fahren. Neben den Abendtours unter der Woche haben wir bisher auch schon einige schöne längere Touren an den Wochenenden bzw. auch eine Mehrtagestour unternommen. Vom 05. bis 08. Mai war eine Gruppe von sieben Radlern über ein verlängertes Wochenende im Odenwald unterwegs und hat dort jeden Tag schöne Touren unternehmen können. Weitere Tagestouren an den Wochenenden waren die Etzelwangtour und eine in der Fränkischen Schweiz. Weitere Touren sollen folgen (z. B. Thüringer Wald, Zeugenberggrunde). Ein weiteres Highlight in der Saison wird eine 4-tägige Tour nach Samnaun im September werden. Hoffen wir auf gutes Wetter.

Durchgeführte Touren im Jahr 2023

### MÄRZ

Mittwoch 29.03. Hainberggrunde

### APRIL

Dienstag, 04.04. Zwieselalrunde  
 Dienstag, 18.04. Hainberggrunde  
 Mittwoch, 26.04. Fürther Stadtwald

### MAI

Dienstag, 02.05. Tiergarten  
 06. – 08.05. Odenwald (Dreitagestour bei Bad König)  
 Dienstag, 16.05. Hainberggrunde  
 Mittwoch, 24.05. Markt Erlbach  
 Dienstag, 30.05. Steinbrüchle

### JUNI

Sonntag, 04.06. Fränkische Schweiz  
 Mittwoch, 07.06. Altdorf  
 Dienstag, 13.06. Heidenberg/Schwabach  
 Mittwoch, 21.06. Kalchreuth/Tennenlohe  
 Dienstag, 27.06. Steinbrüchle

### JULI

Sonntag, 02.07. Etzelwang

Dienstag, 04.07. Fürther Stadtwald  
 Mittwoch, 12.07. Dillberg/Ochenbruck  
 Freitag, 14.07. Forchheim/Kellerwald/YT  
 Mittwoch, 18.07. Altdorf  
 Mittwoch, 26.07. Erlenstegener Forst

### AUGUST

Dienstag, 01.08. Runde Katzwang/Schwabach  
**Weitere Tourenplanung** (nach Redaktionsschluss)  
 Mittwoch, 09.08. Dillberg/Ochenbruck  
 Freitag, 11.08. Forchheim/Kellerwald/YT  
 Dienstag, 15.08. Hainberggrunde  
 Mittwoch, 23.08. Steinbrüchle  
 Samstag, 26.08. Thüringer Wald  
 Dienstag, 29.08. Zwieselalrunde

### SEPTEMBER

Dienstag, 05.09. Hainberggrunde  
 08. – 11.09. Alpenschmankerl (Samnaun)  
 Mittwoch, 13.09. Aurach Trails/Schwabach  
 Freitag, 15.09. Forchheim/Kellerwald/YT  
 Mittwoch, 20.09. Tiergarten  
 Dienstag, 26.09. Heidenberg/Schwabach

### OKTOBER

Mittwoch, 04.10. Fürther Stadtwald  
 Sonntag, 08.10. Zeugenberggrunde Neumarkt  
 Dienstag, 10.10. Steinbrüchle  
 Freitag, 13.10. Forchheim/Kellerwald/YT  
 Mittwoch, 18.10. Zwieselalrunde  
 Dienstag, 24.10. Hainberggrunde

Über alle Termine informieren wir aktuell und zeitnah über unsere Whatsappgruppe und den Mailverteiler. Für Mehrtagesfahrten gib es jeweils Ausschreibungen. Wir wünschen noch eine schöne Restsaison und Herbst, Euer Stefan, Andreas, Bernhard und Markus

Kontaktaten:  
 Mountainbikegruppe im Fränkischen Albverein  
 Stefan Freudhöfer

Email: [MTB-Nuernberg@web.de](mailto:MTB-Nuernberg@web.de)

Tel. 01 57-57 9 57 605

[www.fraenkischer-albverein.de/verein/die-gruppen/mountainbike-gruppe](http://www.fraenkischer-albverein.de/verein/die-gruppen/mountainbike-gruppe)

## NORDIC WALKING IM FRÄNKISCHEN ALBVEREIN BUND E.V.

### Powersport mit Stöcken — Nordic Walking.



Text und Foto: Irene Götz und Hildegard Wunderling

**Fördert die Gesundheit.** Nordic Walking ist ein ideales Ganzkörpertraining. Sportlich flott und dabei nicht zu anstrengend für Körper, Geist, Gelenke und Muskulatur. Schonend trainiert man Bänder, Muskeln und Ihr Herz-Kreislaufsystem. Dynamik, die der Körper genießt. Kondition und Ausdauer, ohne sich dabei allzu sehr anzustrengen. Also nichts wie los zum NordicWalking mit der Ortsgruppe Fürth!

Jeden Montag (Januar bis Dezember) um 9.00 Uhr treffen wir uns – bis zu zehn Lauffreudige – an der Bushaltestelle Eschenau (Bushaltestelle Bus 178). Die Walkingrunde beträgt je nach Wetter 6,3 bis 6,8 km und verläuft im Stadtwald. Diese 90 Minuten vergehen durch gemeinsame Gespräche und Gedankenaustausch wie im Flug. Unterwegs begegnen wir häufig etlichen Gleichgesinnten, ob Jogger, Walker, Hunde-Gassi-Geher oder aber auch die Waldkindergruppe „Moosmäuse“, die - ebenso wie wir - bei Wind und Wetter die Natur erleben und genießen möchten. Wir freuen uns allesamt schon auf jeden Montag, um mit einer sportlichen Einlage in die neue Woche zu starten. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen.  
**Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-72 17 01)**

#### FARBLEGENDE GRUPPEN & WICHTIGE HINWEISE

<ul style="list-style-type: none"> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #ADD8E6; margin-right: 5px;"></span> Moritzberg</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FFD700; margin-right: 5px;"></span> Dinkelsbühl</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #00B0F0; margin-right: 5px;"></span> Nürnberg</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #000080; margin-right: 5px;"></span> Hauptverein</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #006400; margin-right: 5px;"></span> FAV Hersbruck</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FFB6C1; margin-right: 5px;"></span> FAV Schnaittachtal</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #FF0000; margin-right: 5px;"></span> FAV Schwabach</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #8B0000; margin-right: 5px;"></span> OG Erlangen</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #32CD32; margin-right: 5px;"></span> OG Fürth</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #660DAD; margin-right: 5px;"></span> OG Reichelsdorf-Mühlhof</li> <li><span style="display: inline-block; width: 15px; height: 15px; background-color: #A9A9A9; margin-right: 5px;"></span> MTB Gruppe</li> </ul>	<p><b>Liebe Wanderfreunde, bitte beachten Sie folgende Hinweise:</b></p> <p>Jeder ist für das Lösen seiner Fahrkarte selbst verantwortlich. Teilnahme erfolgt stets auf eigene Gefahr. Wir empfehlen Ihnen einen Fahrradhelm zu unseren Radtouren zu tragen und beim Wandern festes Schuhwerk mit Profilsohle. Denken Sie auch an genügend Getränk und einen Regenschutz. Besuchen Sie auch unsere anderen FAV-Gruppen bei ihren Veranstaltungen, und bitte geben Sie dem jeweiligen Wanderführer Bescheid, dass beim Termin dann nichts schief läuft. Besten Dank!</p> <p><a href="http://www.fraenkischer-albverein.de/wanderprogramm">http://www.fraenkischer-albverein.de/wanderprogramm</a>  Nur mit telefonischer Anmeldung beim Wanderführer.  Bitte stets vorher kurz nachhaken, ob und wie der jeweilige Termin stattfindet. — <b>Blieben Sie gesund!</b>—</p>
--	---

## WANDERPLAN vom 01. Oktober 2023 bis 31. Dezember 2023

DONNERSTAG 28.09.2023

**FAV SC: Mindestens 10 Jahre FAV Ortsgruppe Schwabach.** **TW.** Osternohe – Hohenstein – Rupprechtstegen. **TTplus 10 o. Deutschlandticket.** Lasst uns endlich nochmal miteinander feiern!!! Und zwar in unserem Wanderheim am Hohenstein. Nach dem Aufstieg zum Hohenstein (ca. 6 km) werden wir von Waltraud, Brigitte und Siggi zum Mittagessen erwartet (p. P. 9,- €). Danach dürfen wir die denkmalgeschützte Burg und das Burggärtlein besichtigen (€ 2,- p. P.). Herr Maul, ein kompetenter Kenner der Burg und Vorsitzender des dortigen Verschönerungsvereins führt uns durch die Anlage (634 m höchster bewohnter Punkt und Wahrzeichen der Hersbrucker Alb). Abstieg: durch das romantische Treuf-Tal über Gries- und Harnbachmühle nach Rupprechtstegen (ca. 6 km), l.u.s.G., Gz. ca. 3h/12km TP: 08:25 Uhr Schwabach Bf. (Abf.08:44 Uhr ) umst. Nbg. Hbf.(Abf.09:19 Uhr Gleis 21)  
WF: Lisa Rikirsch, Anmeldung bis Mo. 25.09. Tel. 0912272261

SONNTAG 01.10.2023

**FAV HERS: TW Über die Sulzfelder Weilagen nach Marktbreit.** Kitzingen – Sulzfeld – Marktbreit, l.u.s.G., 3,5h/14km. **TP:** 8:30 HEB-Bf-re. Abf.9:05 Nbf.Hbf)  
WF: I.Bauer (Anmelden 09151/8300735)

DONNERSTAG 5.10.2023

**OG ER: TW Die vielleicht schönste Ecke im Birgland (Oberpfalz).** Neukirchen b. SR – Neidstein – Kirchenreinbach - Eitzelwang. **TP** 8:50 ER-Bhf-Halle mit RE14/49 ab 9:01 **TT+10 oder 49 Euro-T.**, Umst. Nbg-Hbf ab 9:43 (vorauss. Gl. 17) an Neukirchen um 10:13, Gz. 3,5 h ca. 12 km SG 3 IWF steigt in Hartmannshof um 10:06 in den 1. Waggon zu. WF: Norbert Buster, Anmeldung erforderlich, Tel. 0911-54 64 55 nur Die. 3. Okt. Zwischen 17-19 Uhr

**OG REICH: KW-Ziel nach Absprache** zwischen 4-7 km, **TP:**10:30 Uhr Bf. Reichelsdorf, Waldstromerstr. 70  
WF: Rudi Lutz (Anmeldung Tel. 0172-8656355)

**FAV SC: Zur Gustav-Adolf-(Gaggalas)-Quelle.** **KW** Fürth – Dambach – Weikershof – Gebersdorf. **TTplus 4.** Bevor wir die Wanderung beginnen, sehen uns den neugestalteten Bahnhof in Fürth an. l.G., Gz. ca. 3h/12km, **TP:** 09:00 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 09:19 Uhr S2) umst. Nbg. Hbf.(Abf. 09:49 S1, Gl.2)  
WF: Siegfried Bauer erwartet die Gruppe am Bahnsteig S2 Nbg. Hbf., **Anmeldung bis 01.10.2023**, Tel. 0911/454290

DONNERSTAG 05. - 08. 10.2023

**FAV SC: „Ins Schwabenländle“.** Mit Fahrgemeinschaften fahren wir zu einem Hotel in Westerheim „Rössle“ [www.Roessle-westerheim.de](http://www.Roessle-westerheim.de). Die Tagestouren, überwiegend auf Löwenpfaden, ([www.loewenpfade.de](http://www.loewenpfade.de)) werden zwischen 10 und 15 Kilometer lang sein und ca. 400 Höhenmeter haben. Infos und Anmeldung bis spätestens 1.Oktober 2023.  
WF: Anja Kress, 0159 0215 3478

SAMSTAG 07.10.2023

**OG ER: TW: Zum Pfaffenstein und Quaken Schloss.** Behringersmühle – Moritz – Muggendorf. **TP:** 9:15 ER-Bf-Halle, ab 9:27 mit RE19 **TT+10**, umst. in Forchheim ab 9:39 mit RB 22, umst. in Ebermannstadt. ab 10:02 mit Bus 389  
WF: Manfred Moser, Tel.:09131 41709

**OG FÜ: TW. Auf Wallensteins Spuren.** Zirndorf-Kneippallee – Alte Veste – Rednitzgrund – Hainberg – Kreutles – Unterasbach. **1x Ticket B/1x Ticket A oder 49€ Ticket.** l.u.s.G., Gz. ca. 3,5h/12km. **TP:** FÜ-Hbf 8:45 (Abf. 09:03 Gl. 7 RB11). Ank. Zirndorf-Kneippallee 9:16. WF erwartet Gruppe in Zirndorf-Kneippallee.  
WF: Gabriele Graf-Kott 09127 9543040 oder am Tag der Wanderung 01573 2470494. **Anmeldung bei WF einen Tag vor Wanderung.**

**NBG: Dolomitromantik im Schwarzen Brand.** **TW:** Hohenstadt – Neutras – Hirschberg – Hohenstadt. **TTplus 7 o. 7+7 Streifen oder Gruppenschein**, l.u.s.G., Gz. ca. 4,5h/19km, **TP:** 07:50 Nürnberg Hbf. (Abf. 08:08 Uhr, RB30, oben direkt am

Gleis 21; Aufgang Mittelhalle links)

WF: Marion Tyrach, bitte um Anmeldung bis 04.10. unter 0176 / 80 04 25 70

SONNTAG 08.10.2023

**Dink:** KW, Rundwanderung über DCC-Campingpark, I.G., Gz 2 h/ 6,5 km, TP 14 Uhr frühere Postfiliale in Dinkelsbühl, (E) „Zum alten Landsknecht“

**FAV SCHNAI:** RW. Hutangerweg Südschleife: Kirchensittenbach – Kühnhofen (E) – Kleedorf – Kirchensittenbach, I.u.s.G., GZ ca. 4 h, ca. 15 km. TP: 10:00 Uhr Parkplatz Grundschule Kirchensittenbach. Anmeldung bis Mittwoch, 04.10.23. WF: Mechthild Zenk (0179-53 60 138). Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt. **Gastwanderer sind herzlich willkommen!**

**FAV SC:** Tag der Regionen: „Kürbiskern-Erntefest am Kürbischof Schnell, Grusel-Spaß beim Kürbisfest“. TW. Schwabach – Neppersreuth – Schwabach. Wir schauen bei der Erntevorführung zu und verkosten die Kürbiskernprodukte. Wir erleben die Kürbiskern-Ernte live am Acker (immer zur vollen Stunde) und uns wird die Herstellung des Kürbiskernöls in der Ölmühle erklärt (immer um halb). Das wird ein Spaß! I.G., Gz. ca. 3,5h/14km, TP1: 8:45 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 09:01 Uhr S2 Gl.1), TP2: 9:45 Uhr Schwabach Bf., TTplus 4. WF: Waltraud Bauer Anmeldung bis 01.10.23 unter Tel.0911/454290

SONNTAG 08.10. - FREITAG 03.11.2023

**FAV SC:** Slowenien: Die Transversale - Der Slovenska Planinska Pot (SPP) Teil 2, von Jesenice nach Ankaran an der Adriaküste. Übernachtung in Hütten des slowenischen AV, Berggasthäusern, oder im Zelt. WF: Roland Stierand, Handy 015737860731, Anmeldeschluss 30.09.2023.

MONTAG 09.10.2023

**NordicWalking FÜ-Eschenau.** TP: 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden Irene Götz (0911-72 17 01)

DIENSTAG 10.10.2023

**FAV HERS:** bV Vereinsabend FAV Hersbruck. FC Gasstätte Bella Vista Hersbruck/Ostbahn 19 Uhr

MITTWOCH 11.10.2023

**OG FÜ:** Vereinsabend. Beginn: 18:00 Uhr, Ort: „Auf der Tulpe“, Tulpenweg 60, 90768 Fürth-Burgfarnbach

DONNERSTAG 12.10.2023

**OG ER:** TW Ins schmucke Roßtal. Anwenden – Roßtal – Anwenden, TP 9:25 ER-Hbf -Halle ab 9:42 mit S1 TT+4 o 49, --€ Ticket, umst. N-Hbf (Abf. 10:21 S4, Gz. 2 o. 3,5 h, 6 o 12 km, LG. WF erwartet die Gruppe in N-Hbf WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

**OG FÜ:** KW. Über den Höhenzug Dillenberg. Cadolzburg – Deberndorf – Cadolzburg. TT+4 oder 2x 3Streifen 10er-Karte oder 49€-Ticket. I.G., ca. 3h/12km. TP: FÜ-Hbf um 9:15 (Abfahrt 9.33 mit RB11, Gl. 7, Ankunft 9:56). WF: Hildegard Wunderling 0911 9790987 oder am Tag der Wanderung 0173 5946532. **Anmeldung bei WF einen Tag vor Wanderung.**

**FAV SC:** Zu Fuß durch den Fürther Stadtwald. TW. Alte Veste – Oberführberg – Hiltmannsdorf – Burgfarnbach. TTplus 4, I.G., Gz. ca. 3h/11km, TP: 9:00 Uhr Schwabach Bahnhof (Abf. 9:19 Uhr S2) umsteigen in Nbg. Hbf. (Abf. 9:49 Uhr S1, Gl. 2) umsteigen in Fürth Hbf. (Abf. 10:03 Uhr R11, Gl. 7) WF: Waltraud Bauer erwartet die Gruppe am Bahnsteig S2 Nbg. Hbf., Anmeldung bis 07.10. Tel. 0911/454290

FREITAG 13.10.2023

**FAV HERS:** KW Wanderziel noch offen. I.G., 2,5-3h/8-10km. TP: 13:00 Uhr Parkplatz Norma Hersbruck/ Altensittenbach. WF: K. Müller (Anmelden 09151/95099)

SAMSTAG 14.10.2023

**OG ER:** TW Zum Quellgebiet der Altmühl. Steinach b. Rothenburg - Hornau - Burgbernheim/ Wildbad. TP 07:50 Bhf.Halle ER mit RE42 ab 8:03, TT+10, umst. Nürnberg Hbf mit RE90 ab 8:37, Gl. 21 vorbehalten. Änd., umst. Ansbach mit RB80, ab

9:10, Gleis gegenüber? Gz. 4 h; 13 km; I.G.. WF sitzt im hinteren Wagen der RB80 und erwartet die Gruppe beim Umstieg in Ansbach

WF: Stephanie Schmid, Anmeldung: Donnerstag, 12.10.2023, 19.00-21.00h, 08434/3350308

**OG FÜ: TW. Durch das Ankatal nach Hohenstein zum Wanderheim des FAV.** Rupprechtstegen – Ankatal – Raitenberg – Kreppling – Hohenstein – Treuf – Rupprechtstegen. **TT+10 oder 49€-Ticket.** I.u.s.G., Gz. ca. 4,5h/15km. **TP:** FÜ-Hbf. 8:30 (ab 8:47 RE10, umst. N-Hbf. 9:08 RB30).

WF: Julia Havlik u. Karl Goepfert 0911 7593683 oder 0911 7419289. Bitte bei der Anmeldung Essenswunsch mit angeben. Es gibt Kesselgulasch mit Brot oder für Vegetarier Spaghetti mit Pesto und Parmesanke. Die **Anmeldegebühr** für das Mittagessen beträgt 9,50€. Bitte bis spätestens 7.10.23 bei WF anmelden und Anmeldegebühr bis 9.10.23 auf folgendes Konto **überweisen:** IBAN: DE67 7625 0000 0000 013193 bei der Sparkasse Fürth. Auch Nichtwanderer sind willkommen. PKW-Fahrer bitte am Ortseingang auf dem Wanderparkplatz parken. **Die Wanderung ist nur für Mitglieder der Ortsgruppe Fürth.**

**OG REICH: BUSFAHRT nach Dettelbach mit Einkehr und Kirchenbesichtigung.** **TP:** 8:45 Uhr SVR Schlössleinsgasse 9 (Abf. 9:00 Uhr) Rückfahrt gegen 17:00 Uhr. Busfahrt pro Mitglied 10,00 € Gäste 30,00 €

WF: Sonnhild Rothe-Gößwein (Anmeldung Tel. 0911 6492643)

SONNTAG 15.10. 2023

**NBG: Wasser, Quell des Lebens.** Vorbei an Quellen, Bächen, Kanälen. Über die Steinerne Rinne und die Kalktuffterrassen in die historische Zwei-Kanäle Stadt Berching. **Mit Mittags(E). TW** Erasbach – Quellenweg - **Berching** – Aussichtsplattform - Erasbach (PKW-Fahrgemeinschaften), I.u.s.G., Gz. ca. 21km/5h., **TP 1:** 09:00 Uhr (PKW-Treff): Katzwang Bhf. P & R Parkplatz. **TP2:** 09:45 Uhr Erasbach Parkpl. Friedhof (Fz. 45min/45 km). Mitfahrgelegenheit bei WF erfragen. Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative. 5,-- € p.P.

WF: Silvia Wolf/Bernd Schreiner, Anmelden: 12.10. bernd-schreiner@freenet.de oder Tel./WhatsApp/Signal 0176-92457152.

[www.fraenkischer-albverein.de](http://www.fraenkischer-albverein.de)

**NBG: Die Birkenhainer Straße und das Kloster Einsiedel im Spessart. Deutschland- oder Bayernticket bv TW** Rieneck nach Ruppertshütten, über Kloster Einsiedel, Rengersbrunn und Bayerische Schanz (Einkehr). Im Mittelalter führte von Gemünden am Main eine Straße durch die heute verlassen Höhen des Spessarts nach Hanau: die sogenannte Birkenhainer Straße. Auf ihr konnte man die Mainschleifen abschneiden und so den Weg erheblich verkürzen. An dieser Straße lag ein Kloster, das wahrscheinlich schon im 16. Jahrhundert verlassen war und das in den letzten Jahren neu ausgegraben wurde. Dessen Geschichte und die Geschichte einer vielleicht damit eng verbundenen Marienfigur, die heute im Wallfahrtsort Rengersbrunn ausgestellt ist. I.u.s.G., Gz. ca. 4h/20km mit 600 m Anstieg. **TP:** 06:50 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 7:00 Uhr)

WF: Josef Wintrich, Anmeldung unter wintrichj@outlook.com oder 01522 1549 717 zurück am Nbg. Hbf ca. Ankunft ca. 21:00 Uhr

**FAV SC: Wasser, Quell des Lebens. TW.** Vorbei an Quellen, Bächen, Kanälen. Über die Steinerne Rinne und die Kalktuffterrassen in die historische Zwei-Kanäle Stadt Berching. Mit **Mittags(E).** Erasbach – Quellenweg - Berching – Aussichtsplattform - Erasbach (PKW-Fahrgemeinschaften), I.u.s.G., Gz. ca. 21km/5h. **TP1:** 09:00 Uhr (PKW-Treff): Katzwang Bhf. P & R Parkplatz. **TP2:** 09:45 Uhr Erasbach Parkpl. Friedhof (Fz. 45min/45 km). Mitfahrgelegenheit bei WF erfragen. Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative. 5,-- € p.P.

WF: Silvia Wolf/Bernd Schreiner, Anmelden: 12.10. bernd-schreiner@freenet.de oder Tel./WhatsApp/Signal 0176-92457152.

MONTAG 16.10.2023

**NordicWalking FÜ-Eschenau.**

**TP:** 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden Irene Götz (0911-72 17 01)

DIENSTAG 17.10.2023

**OG REICH: Vereinsnachmittag.** **TP:** 15:30 Uhr Sportgaststätte SV Reichelsdorf, Schlössleinsgasse 9

DONNERSTAG 19.10.2023

**OG ER: TW Auf anderen Wegen zum „Engel“.** Bad Windsheim – Lenkerheim – Mailheim– **Ipsheim**, **TP** 8:30 ER Bhf-Halle S1 ab 8:42 **TT+10**,

mst. Fürth-Hbf. RE ab 9:12 umst. Neustadt/Aisch 9:38, Gz. 2,5 h 9km, I.G. WF erwartet Gruppe in Fürth-Hbf. **Schlußbekehr**

WF: Klaus Lämmermann, Tel.: 0911-343315

**OG REICH: KW-Ziel nach Absprache** zwischen 4-7 km, **TP:**10:30 Uhr Bf. Reichelsdorf, Waldstroemerstr. 70

WF: Rudi Lutz (Anmeldung Tel. 0172-8656355)

SAMSTAG 21.10.2023

**OG ER: TW Zwischen Aurach und Aisch.** Neustadt/A - **Mosbach** – Markt Erlbach. **TP** 9:05 ER Bhf-Halle ab 9:19 mit S1 **TT+7 o 49,--€ Ticket**, umst. Fü ab 9:47 mit S6, Gz 4,5h, 15 km, mG, WF kommt mit den Zug aus Nürnberg

WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

**NBG: Sportliche FAV-Fortsetzung: Rund ums VGN-Gebiet – rundum glücklich! TW 17.**

**Etappe:** Zum südlichsten Punkt im VGN-Gebiet. Weißenburg – Osterdorf – Pappenheim – Langenaltheim – Bf. Otting-Weilheim. **TTplus 10.** I.u.s.G., Gz. ca. 7h/35km (630 m bergauf, 540 m bergab), **Rucksackverpflegung. TP:** 07:30 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 07:38 Uhr RB16, Gleis 9)

WF: Christian Ehli, Anmelden bis 19.10. fav-sportwanderung@web.de, Neueinsteiger und Gäste sind herzlich willkommen! Ausführliche Infos nach Anmeldung per E-Mail.

**OG FÜ: TW. Durch das Schandtaubertal.** Rothenburg – Schandtaubertal – Obermühle – **Bettenfeld** – Burgstall (Höhenweg) – Rothenburg. **TT+10 oder 49€-Ticket. TP:** FÜ-Hbf. 8:00 (Abf. 8:11 mit RE 10, umst. Neustadt/Aisch, weiter 8:38 mit R 81). I.u.s.G., Gz. 5h/ 17km.

WF: Rainer Pohl 0911 753763 oder 0160 6871255. WF steigt in Siegelsdorf zu. **Anmeldung bei WF zwei Tage vor Wanderung**

**OG REICH: TW. Rupprechtstegen – Wanderheim Hohenstein. TT plus 10, TP1:** 8:30 Uhr Bf. Reichelsdorf (Abfahrt 8:48 Uhr) 10 Min. Gehzeit zu Gl. 17, **TP2:** Hbf. Nbg. Gl 17 Abf. 9:08 Uhr mit RB 30, **TP3:** Bf. Rupprechtstegen 9:52 Uhr (für PKW- Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative, Mitfahrgelegenheit 7,00 €/p. P.). Hausschuhe nicht vergessen.

WF: Jutta Vogt (Anmeldung bei Gudrun Tel. 0911-

[www.fraenkischer-albverein.de](http://www.fraenkischer-albverein.de)

637709)

SONNTAG 22.10.2023

**FAV HERS: TW „Neukirchens heiterer Süden“.** Neukirchen – Ermhof – Büchelberg – Haid – Truisdorf – Schönlintd – Neukirchen, I.u.s.G., 4h/14km. **TP:** 9:45 HEB-Bf-re. (Abf.9:43 Nbg.Hbf) **Rucksackverpflegung evtl. Schlußbekehr.**

WF: U. Hoffmann wartet am Bhf. Neukirchen. (Anmelden bis Do. 19.10. 0160/3077989)

**FAV SC: 1. Teil. Entlang des „Bethang“ Wegs.**

**TW.** Stein-Schloß – Weikershof – (Alte-Veste) – Weiherhof-Hp. **TTplus 7**, I.u.s.G., Gz. ca. 4h/13km, **TP1:** 08:00 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 08:19 Uhr S2), umst. Nbg. Hbf. Mittelhalle, **TP2:** 08:15 Uhr Nbg. Hbf. Mittelhalle (Abf. 08:49 Uhr U2) umst. Nbg. Röthenbach, TP: 3. 09:10 Uhr Haltestelle Stein-Schloß kleiner Park an Wegtafel

WF: Roland Beck erwartet die Gruppe in Nbg. Hbf. Mittelhalle, Anmeldung bis 11.10. Tel.: 0176-71969980, Gäste sind willkommen.

MONTAG 23.10.2023

**NordicWalking FÜ-Eschenau.**

**TP:** 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden Irene Götz (0911-72 17 01)

DONNERSTAG 26.10.2023

**OG ER: TW Auf neuen Wegen „ Zum Alten Fritz“.** Neukirchen b. SR – Ermhof – **Hau-ritz** - Hartmannshof. **TP** 8:50 ER-Bhf-Halle mit RE14/49 ab 9:01, **TT+10 oder 49 Euro-T.** Umst.

Nbg-Hbf ab 9:43 (vorauss. Gl. 17) an Neukirchen um 10:13, Gz. 4,5 h 15-16 km SG 2. WF steigt in Hartmannshof um 10:06 in den 1. Waggon zu. WF: Norbert Buster, Anmeldung erforderlich, Tel. 0911-54 64 55 nur Die. 24. Okt. Zwischen 17-19 Uhr

**OG FÜ: KW. Schöner Blick ins Wiesenttal.**

Effeltrich – Gaiganz – **Pinzberg** – Hp. Pinzberg. **TT+7 oder 49€-Ticket. TP:** 9:00 FÜ-Hbf (Abf 9:18 S1, umst. Baiersdorf Bus 208 9:50). I.G., Gz. ca. 3 h/9km.

WF: Kurt Frischholz 0160 94843453. WF kommt mit der S Bahn. **Anmeldung bei WF einen Tag vor Wanderung**

**Mitglieder werben!**

**... und beim FAV mitwandern!**

**FAV SC: Du möchtest rund um Schwabach wandern gehen und mehr von dieser Ecke in Mittelfranken entdecken? TW.** Schwabach - Wolkersdorf – Schwabach. I.G., Gz. ca. 3,5h/15km, **TP:**10:00 Uhr Schwabach Bf.  
WF: Krimhilde Kuhse

SAMSTAG 28.10.2023

**OG ER: TW Durch den Kellerwald.** Forchheim – Kellerwald – **Rettern** - Forchheim. **TP** 8:40 ER Bhf-Halle RE ab 8:54 **TT+4**, Gz. 4:30h 14km, I.G. WF erwartet Gruppe in Fo.Hbf  
WF: Irene Blichke, Tel.: 09191-80494

**FAV HERS: TW. Zu wilden Felslandschaften beim Tal der Teufelhöhle.** Körbeldorf – Holenberg – Elbersberg – Schüttermühle – Schöngrundsee – Pottenstein, I.u.s.G., 4,5h/15,5km.**TP:** 8:30 HEB-Bf-re. (Abf.8:39 nach Neuhaus/umst. Abf.n.Pegnitz 9:06/umst. Abf.n.Körbeldorf 9:25)  
WF: J.Lange-Tropper (Anmelden bis Mi.25.10.2023 01523/1767131)-33820844

MONTAG 30.10.2023

**NordicWalking FÜ-Eschenau.**  
**TP:** 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden Irene Götz (0911-72 17 01)

DONNERSTAG 02.11.2023

**OG ER: TW Zum Karpfen.** Kirchkarmbach – **Deberndorf** – Zauterdorf. **TP** 10:15 ER Bhf-Halle RE ab 10: 92 **TT+7**, umst. Fürth-Hbf. RB ab 10:57 umst. Wilhelmsdorf Bus122 ab 11:44, Gz. 2,5 h 9km, I.G. WF erwartet Gruppe in Fürth.Hbf  
WF: Klaus Lämmermann, Tel.: 0911-343315

**OG REICH: KW-Ziel nach Absprache** zwischen 4-7 km, **TP:**13:00 Uhr Bf. Reichelsdorf, Waldstroemerstr. 70  
WF: Rudi Lutz (Anmeldung Tel. 0172-8656355)

**FAV SC: Wander Treff Termin für „Wander – Interessierte“.** **TP:** 8:30 Uhr im Restaurant „Das Laumer“, Kappadocia 1, 91126 Schwabach. Gäste sind willkommen.

SAMSTAG 04.11.2023

**OG ER: TW Flure, Wälder, Sand und Seen.** Mühlstetten – **Stirn** - Infozentrum Seenland-Pleinfeld. **TP** 08:50 Bhf.Halle ER mit RE49 ab 09:01h

**TT+10 od. 49€**, umst. Nürnberg Hbf mit RB16 ab 9:38 voraussichtl. Gl. 5, Gz. 3,5 h; 13 km, I.u.s.G.WF erwartet die Gruppe am Bahnhof Mühlstetten, **Frühe Mittagseinkehr**  
WF: Stephanie Schmid, Anmeldung: Donnerstag, 02.11.2023, 19.00-21.00h, 08434/3350308

**NBG: Dort hat der Teufel gegessen?** Felsen, Aussichten und mehr in der Fränkischen Schweiz.  
**TW** Igensdorf – Finger – Teufelstisch – Kasberger Linde – Hohenschwärz – Gräfenberg – Igensdorf **Mit Mittags(E). TTplus 7** oder PKW-Fahrgemeinschaften). I.u.s.G., Gz. ca. 5h/20 km. **TP1:** 08:30 Uhr (Zugfahrer): Schwabach Bf. (Abf. 8:39 Uhr, S2, Gl.6), umst. Nbg.Hbf U2 Richtung Flughafen (Abf. 09:09 Uhr), umst. Nbg-Nordost RB21 Gräfenberg (Abf. 09:30 Uhr). **TP 2:** 09:00 Uhr (PKW-Treff): Katzwang Bf. (Fz. 45 Min., 55km). **TP 3:**10:10 Uhr Igensdorf Parkplatz Rathaus (180 m v. Bahnhof entfernt). PKW-Fahrer: Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative. PKW-Mitfahrmöglichkeit bei erfragen. 3,-€ p.P.  
WF: WF Silvia Wolf/Bernd Schreiner anmeldung: 02.11. bernd-schreiner@freenet.de Tel./WhatsApp/Signal, 0176-92457152.

**OG FÜ: TW. Rund ums Walberla.** Kirchehrenbach – Schlaifhausen – Dietzhof – Moritzquelle – **Leutenbach** – Kirchehrenbach. **TT+10 oder 49€-Ticket.** I.u.s.G., Gz. ca. 4h/13km. **TP:** FÜ-Hbf um 8.40 (Abfahrt 8:57 S1, Gl. 20, umst. FO in RB22 9:39, Gl. 8, Ankunft 9.50).  
WF: Hildegard Wunderling 0911 9790987 oder am Tag der Wanderung 0173 5946532. **Anmeldung bei WF einen Tag vor Wanderung.**

**FAV SC: Dort hat der Teufel gegessen?** Felsen, Aussichten und mehr in der Fränkischen Schweiz.  
**TW** Igensdorf – Finger – Teufelstisch – Kasberger Linde – Hohenschwärz – Gräfenberg – Igensdorf **Mit Mittags(E). TTplus 7** oder PKW-Fahrgemeinschaften). I.u.s.G., Gz. ca. 5h/20 km. **TP1:** 08:30 Uhr (Zugfahrer): Schwabach Bf. (Abf. 8:39 Uhr, S2, Gl.6), umst. Nbg.Hbf U2 Richtung Flughafen (Abf. 09:09 Uhr), umst. Nbg-Nordost RB21 Gräfenberg (Abf. 09:30 Uhr). **TP 2:** 09:00 Uhr (PKW-Treff): Katzwang Bf. (Fz. 45 Min., 55km). **TP 3:**10:10 Uhr Igensdorf Parkplatz Rathaus (180 m v. Bahnhof entfernt). PKW-Fahrer: Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative. PKW-Mitfahrmöglichkeit bei erfragen. 3,-€ p.P.  
WF: WF Silvia Wolf/Bernd Schreiner anmeldung:

02.11. bernd-schreiner@freenet.de Tel./WhatsApp/  
Signal, 0176-92457152.

### SONNTAG 05.11.2023

**FAV HERS: TW Zur Totengedenkfeier am Prellstein.** Vorra – Hirschbach – Prellstein – Hirschbach – Hohenstadt – evtl. Hersbruck, l.u.s.G., 3,5h/12km, **TP:** 8:30 HEB-Bf.re. (Abf.8:08 Nbg.Hbf) WF: G.Oehme (Anmelden 09151/905239)

**OG FÜ: BV/TW Zum Totengedenken des FAV auf den Prellstein.** Hohenstadt – Fischbrunn – Prellstein – Hirschbach (**E Goldener Hirsch**) – Vorra. **TT plus 10 oder 49€-Ticket.** **TP:** FÜ-Hbf. 7:25 (ab 7:33 U1 Richtung Nürnberg, umst. N-Hbf., ab 8:08 RB 30 Gl. 21). l.u.s.G., Gz ca. 4h/14km. WF: Frank Gläser 01797629139. Anmeldung bei WF einen Tag vor Wanderung. Bitte Halstücher mitbringen

**OG REICH: FAV-Feier am Prellstein bei Hirschbach – EK Gasthaus „Stiegler“ in Altfalter.** **TP:** 9:00 Uhr Reichelsdorf Bahnhof. Wir fahren mit den Autos, wer fährt? WF: Sonnhild Rothe-Göbwein (Anmeldung unter 0911 6492643)

**FAV SC: Zur Totengedenkfeier am Prellstein. TW.** Wir ehren unsere verstorbenen Mitglieder. Etzelwang – Kirchenreinbach – Prellstein – Hirschbach – Vorra. **TTplus 10**, l.u.s.G., Gz. ca. 4h/16km, **TP:** 08:05 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 08:19 Uhr S2, Gl. 6) umst. Nbg. Hbf. (Abf. 08:43 Uhr RB 40 Gl. 16) WF: Siegfried Bauer, Anmeldung bis 01.11. unter 0911/454290

### MONTAG 06.11.2023

**NordicWalking FÜ-Eschenau.** **TP:** 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden Irene Götz (0911-72 17 01)

### DIENSTAG 07.11.2023

**FAV HERS: KW Wanderziel noch offen.** L.G., 2,5-3h/8-10km. **TP:** 13:00 Uhr Parkplatz Norma Hersbruck/Altensittenbach. WF: K. Müller (Anmelden 09151/95099)

**Mitglieder werben!  
... und beim FAV mitwandern!**

### MITTWOCH 08.11.2023

**NBG: Führung zum Behaim-Globus bV.** 1992 hat die UNESCO in Ergänzung des Weltkultur- und Weltnaturerbe-Programms das Weltokumentenerbe ins Leben gerufen. Stand heute sind 494 Eintragungen in dieses Register erfolgt, seit wenigen Monaten jetzt auch der Behaim-Globus. Die Geschichte dieser ältesten erhaltenen Darstellung der Welt in Kugelform. **TP:** 18:00 Uhr im Germanischen Nationalmuseum. Eintritt frei, WF: Josef Wintrich, Anmeldung unter wintrichj@outlook.com oder 01522 1549 717

**OG FÜ: Vereinsabend.** Beginn: 18:00 Uhr, Ort: „Auf der Tulpe“, Tulpenweg 60, 90768 Fürth-Burgfarnbach

### DONNERSTAG 09.11.2023

**OG ER: TW Im Rangau.** Egersdorf - Roßendorf - Cadolzburg – Egersdorf. **TP** 9:05 ER Bhf-Halle ab 9:19 S1 **TT+7 o 49,-€ Ticket**, umst. Fürth, ab 10:03 mit R11 nach Cadolzburg, Gz 4 h, 10 o 12 km, LG, WF erwartet die Gruppe in Fürth WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

**OG FÜ: KW. Zum Löwen von Buttenheim.** Eggolsheim – Unterstürmig – Buttenheim. **TT +10 oder 49€-Ticket.** l.u.s.G., Gz. 3h/12km. **TP:** FÜ-Hbf Mittelhalle 9:40 (Abf. 9:56 mit S1 nach Eggolsheim, Ankunft 10:36) WF: Michael Rojahn 0911 7530274. WF steigt am Bahnhof Fürth Klinikum zu. **Anmeldung bei WF einen Tag vor Wanderung**

### SAMSTAG 11.11.2023

**NBG: Einmal quer über den schönsten Felsengrat von Franken zwischen Betzenstein und Spies TW.** Betzenstein - Reuthof - Spies – Großengsee. **TTplus 10**, **TP:** 08:50 Uhr Nbg. Hbf. Mh. (Abf. 09:05 Uhr), l.u.s.G., Gz. ca. 4h/15km, WF: Jürgen Lange-Tropper Anmeldung bis Mittwoch 08.11. Tel. 01523 1767131 j.lange-tropper@web.de

**FAV HERS: TW. Einmal quer über den schönsten Felsengrat von Franken zwischen Betzenstein und Spieß.** Betzenstein – Reuthof – Spieß – Großengsee, l.u.s.G., 4h/15km. **TP:** 9:10 HEB-Bf.re. (Abf. 9:05 Nbg.Hbf) WF: J. Lange-Tropper (Anmelden bis Mi. 08.11.2023)

01523/1767131)

**Ehrenamtstag für unsere Wanderführer.** TP: 12:00 Uhr im Wanderheim am Hohenstein. Es folgt dazu noch eine persönliche Einladung von unserem Präsidenten Ulrich Reinwald. Autofahrer bitte am Wanderparkplatz parken.

SONNTAG 12.11.2023

**Dink:** KW, Rundwanderung über Unterwinstetten, I.G., Gz 2,5 h/ 8km, TP 14 Uhr Christoph-von-Schmid-Denkmal, (E) Gaststätte „Zur Waldesruh“

**FAV SC:** 2. Teil. Entlang des „Bethang“ Wegs. TW. Weiherhof-Hp. - Burgfarnbach – Untermichelbach – Frauenaarach. TTplus 7, I.u.s.G., Gz. ca. 5h/18km, TP1: 08:00 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 08:19 Uhr S2), umst. Nbg. Hbf., TP2: 08:30 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 08:49 Uhr S1, Gl.2) ums. Fürth-Hbf. TP3: 08:56 Uhr Fürth Hbf. (Abf. 09:03 Uhr R11, Gl.7) WF: Roland Beck steigt in Nbg. Hbf. um 08:49 Uhr S1 Gl.2 zu. Anmeldung bis 08.11. Tel.: 0176-71969980 Gäste sind willkommen.

**FAV SCHNAI:** RW. Zum Heuchlinger Vogellehrpfad. Wolfshöhe – Kuhnshof – Simonshofen (E) – Wolfshöhe, I.u.s.G., GZ ca. 4 h, ca. 16 km. TP: 10:00 Uhr Wanderparkplatz Wolfshöhe (NICHT Autobahnparkplatz!). Anmeldung bis Donnerstag, 09.11.23. WF: Barbara Schuster (barbara.schuster71@gmail.com oder 01709332956). Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt. Bei gutem Wetter sind zwei Esel dabei! **Gastwanderer sind herzlich willkommen!**

**NordicWalking FÜ-Eschenau.** TP: 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden Irene Götz (0911-72 17 01)

DIENSTAG 14.11.2023

**FAV HERS:** bV Vereinsabend FAV Hersbruck. FC Gasstätte Bella Vista Hersbruck/Ostbahn 19 Uhr

**OG REICH: Vereinsnachmittag.** TP: 15:30 Uhr Sportgaststätte SV Reichelsdorf, Schloßleinsgasse 9

DONNERSTAG 16.11.2023

**OG REICH: KW-Ziel nach Absprache** zwischen 4-7 km, TP:13:00 Uhr Bf. Reichelsdorf, Waldstromerstr. 70  
WF: Rudi Lutz (Anmeldung Tel. 0172-8656355)

SAMSTAG 18.11.2023

**OG ER: TW Nach Weilersbach zu Gans, Karpfen und mehr.** Forchheim – Kellerwald – Weilersbach - Forchheim. TP 9:00 ER Bhf-Halle S1 ab 9:14 TT+4, Gz. 4:30h 16km, m.G., WF erwartet Gruppe in Fo.Hbf  
WF: Irene Blischke, **Gans bitte bei WF bis 11.11. vorbestellen,** Tel.: 09191-80494

**NBG: Sagenumwobene Wälder, ein Druidenstein und die Zollern Burg.** TW: Cadolzburg – Dillenberg – Waldhaus – Cadolzburg (Schlusseinkehr). TTplus 4 o. 3+3 Streifen oder Gruppenschein, I.u.s.G., Gz. ca. 4,5h/13km, TP: 07:45 Fürth Hbf. (Abf. 08:03 Uhr, RB11; oben direkt am Gleis 7)  
WF: Marion Tyrach, Bitte um Anmeldung bis 16.11. unter 0176 / 80 04 25 70

**OG FÜ: TW. Durch die Talauen und die Ipsheimer Weinberge.** Dottenheim – Burg Hohenheck – Ipsheim – Neudorfer Mühle – Dottenheim. TT +10 oder 49€-Ticket, I.G., Gz. ca. 3,5h/14km. TP: FÜ-Hbf. 9:00 (ab 9:12 RE10, ab NEA 9:38 RB81). WF: Julia Havlik u. Karl Goepfert (0911 7593683 o. 0911 7419289). **Anmeldung bei WF einen Tag vor Wanderung.**

**NBG: Sportliche FAV-Fortsetzung: Rund ums VGN-Gebiet – rundum glücklich! TW 18. Etappe.** Herbststimmung am Hahnenkammsee. Bf. Otting - Weilheim – Wolferstadt – Ursheim – Hahnenkammsee – Westheim. TTplus 10, I.u.s.G., Gz. ca. 6h/29km (490 m bergauf, 550 m bergab), Rucksackverpflegung, TP: 06:55 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 07:01 Uhr, S4, Gleis 22)

WF: Christian Ehli, Anmelden bis 16.11.: fav-sportwanderung@web.de, Neueinsteiger und Gäste sind herzlich willkommen! Ausführliche Infos nach Anmeldung per E-Mail.

**Mitglieder werben!**  
**... und beim FAV mitwandern!**

**FAV SC: Plätzchen backen im Wanderheim am Hohenstein.** Autoanfahrt zum Wanderheim am Hohenstein. Nach der Ankunft werden wir verschiedene Plätzchen backen und Rezepte austauschen. Die Plätzchen werden wir an der Waldweihnacht anbieten. **TP:** 9:00 Uhr im Wanderheim am Hohenstein mit dem Auto oder Fahrgemeinschaft. Parken am Wanderparkplatz.

Anmelden bei Waltraud Bauer Tel. 0911/454290 bis 14.11. mit Rezeptvorschlägen wegen des Einkaufs der Zutaten.

SONNTAG 19.11.2023

**OG REICH: Volkstrauertag. TP1:** 10:50 Kriegerdenkmal am Reichelsdorfer Bahnhof, **TP2:** 12:00 Sportheim - Wegen Essen gehen. (Anmeldung bei Sonnhild Tel. 0911 6492643)

**FAV HERS: TW. Übern Berg nach Morsbrunn.** Kirchensittenbach – Morsbrunn – Kirchensittenbach, l.u.s.G., 4h/13km. **TP1:** 9:15 HEB-Bf-re. (P&R Seite) Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative bilden! (Abf.9:05 Nbg.Hbf) **TP2:** Parkplatz Grundschule Kisi-ba 9:45 Uhr. WF: K. Müller (Anmelden 09151/95099)

**FAV SC: Pappenheim nach Treuchtlingen. TW.** Pappenheim – Dietfurt – Schambach – Treuchtlingen. **TTplus 10**, l.u.s.G., Gz., ca. 4h/16km, **TP:** 09:30 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 09:49 RB 16, Gl. 2) WF: Ralf Bresa steigt in Treuchtlingen um 10:35 Uhr zu. Anmelden unter 0152-33820844

MONTAG 20.11.2023

**NordicWalking FÜ-Eschenau.** **TP:** 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden Irene Götz (0911-72 17 01)

DONNERSTAG 23.11.23

**OG ER: TW Links und rechts der Regnitz.** Eltersdorf – Hüttendorf – FÜ-Vach. **TP** 9:35 ER Bhf-Halle ab 9:42 S1 **Zone C + 3Str. o 49,--€ Ticket**, Gz 2 o 3,5 h, 6 o.11 km, LG, WF wartet in Bf Eltersdorf WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

**FAV SC: Rund um Schwabach. KW.** l.G., Gz. ca. 3h/10km mit **Einkehr. TP:** 10:00 Uhr Schwabach Bf. WF: S. Galitzki

SAMSTAG 25.11.2023

**OG REICH: TW. Worzeldorf – EK „Ambiente bei Emmi“.** **TP1:** 10:45 Bf Reichelsdorf, mit dem Auto zum weißen Häusle. **TP2:** 11:00 Uhr Weißes Häusle Alter Kanal. ca 9 km, WF: Sonnhild Rothe-Gößwein (Anmeldung Tel. 0911 6492643)

MONTAG 27.11.2023

**NordicWalking FÜ-Eschenau.** **TP:** 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden Irene Götz (0911-72 17 01)

DIENSTAG 28.11.2023

**FAV SC: Wander Treff Termin: Für „Wander – Interessierte“.** **TP:** 18:30 Uhr im Restaurant „Das Laumer“, Kappadocia 1, 91126 Schwabach. Gäste sind willkommen.

DONNERSTAG 30.11.2023

**OG ER: TW Durch die Weiherlandschaft.** Röttenbach/Gewerbering – **Dechsendorf** – Er/Heiligenlohstr., **TP:** 9:40 ER-Bf-Halle ab 9:50 mit Bus 205 **TT+4 (Tarifstufe 3)**, Gz. 4 h 11 km l.G. WF: Manfred Moser, Tel.:09131 41709

**OG REICH: KW-Ziel nach Absprache** zwischen 4-7 km, **TP:** 13:00 Uhr Bf. Reichelsdorf, Waldstomerstr. 70 WF: Rudi Lutz (Anmeldung Tel. 0172-8656355)

SAMSTAG 02.12.2023

**NBG: Kommet zuhauf. Plätzchen & Co. erwandern wir uns! Zur traditionellen Waldweihnacht ins Wanderheim auf dem Hohenstein.** **TW** Schnaittach Bhf. – Festung Rothenberg – Enzenreuth – Algersdorf – Burg Hohenstein – Wanderheim – Rupprechtstegen. **TTplus 10**. l.u.s.G., Gz. ca. 3,5h/15km, **TP:** 10:30 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 10:39 Uhr, S2 Richt. Altdorf, Gl.6) umst. Nbg. Hbf. (Abf. 11:08 Uhr, RB30, Gl. 17) umst. Neunkirchen (Abf. 11:37 Uhr, Gl. 1; an Schnaittach 11:46 Uhr.) Taschenlampe mitnehmen! WF: Bernd Schreiner/Martina Scott, anmelden wg. Essen im Wanderheim bis: 27.11.23. bernd-schreiner@freenet.de oder Tel./WhatsApp/Signal 0176-92457152.

**FAV SC: Kommet zuhauf. Plätzchen & Co. erwandern wir uns! Zur traditionellen Waldweihnacht ins Wanderheim auf dem Hohenstein.** TW Schnaittach Bhf. – Festung Rothenberg – Enzenreuth – Algersdorf – Burg Hohenstein – Wanderheim – Rupprechtstegen. **TTplus 10.** I.u.s.G., Gz. ca. 3,5h/15km, **TP:** 10:30 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 10:39 Uhr, S2 Richt. Altdorf, Gl.6) umst. Nbg. Hbf. (Abf. 11:08 Uhr, RB30, Gl. 17) umst. Neunkirchen (Abf. 11:37 Uhr, Gl. 1; an Schnaittach 11:46 Uhr.) Taschenlampe mitnehmen!  
WF: Bernd Schreiner/Martina Scott, anmelden wg. Essen im Wanderheim bis: 27.11.23.  
bernd-schreiner@freenet.de oder Tel./WhatsApp/Signal 0176-92457152.

**FAV HERS: TW. Zur Waldweihnacht auf den Hohensein.** Betzenstein – Reuthof – Spies – Hohenstein – Griesmühle – Rupprechtstegen, I.u.s.G., 5h/19,5km. **TP:** 8:30 HEB-Bf-re., Abf. Neuhaus Bus 343 Uhr 9:10, (Abf. 8:08 Nbg. Hbf)  
WF: H. Wieland (Anmelden 09151/96787)

**OG FÜ: TW. Über den Hirschberg zum Kripfenweg Neuhof an der Zenn.** Adelsdorf/Mittelfranken – Hirschberg – Hirschneuses – Neuhof – Grippenweg – Adelsdorf. **TT+7 oder 49€-Ticket**, I.u.s.G., Gz. 4h/15km. **TP:** FÜ-Hbf. 8:40 Mittelhalle des Hauptbahnhofs (Abf. 8:57 mit R12, Ankunft in Adelsdorf/Mittelfr. 9:36)  
WF: Heinz Meier (09107 586 oder am Tag der Wanderung 01602347026). WF erwartet die Gruppe am Bahnhof in Adelsdorf Mittelfranken um 9:36. **Anmeldung bei WF einen Tag vor Wanderung.**

SONNTAG 03.12.2023

**OG REICH: SVR Schlössleinsgasse 9 - Weihnachtsfeier.** **TP:** 14:30 h SVR Reichelsdorf es gibt Kaffee und Kuchen und es spielt das Duo Spätlese. (Anmelden bei Sonnhild Tel. 0911 6492643)

MONTAG 04.12.2023

**NordicWalking FÜ-Eschenau.**  
**TP:** 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden Irene Götz (0911-72 17 01)

DONNERSTAG 07.12.23

**OG ER: TW Im Veldensteiner Forst.** Speikern – Leuzenberg – Reichenschwand – Ottensoos. **TP** 9:25 ER Bhf-Halle ab 9:42 S1 **TT+7 o 49,-€ Ticket**, umst N-Hbf. ab 10:19 RB31, Gz. 2 o 3 h, 7 o 11 km, LG  
WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

**OG FÜ: Zum Weihnachtsmarkt nach Neumarkt.** Postbauer-Heng – Neumarkt Weihnachtsmarkt. **TT+7 oder 49€-Ticket.** I.u. s.G., Gz 3h/11km **TP:** Fürth-Hbf 8:05 Abfahrt 8:20 S1 Gl.1, umst. Nürnberg-Hbf Ankunft 8:28 Gl.3, Abfahrt 8:41 S3 Gl.2 Ankunft Postbauer-Heng 9:06. **EK Neumarkt.**  
WF: Frank Gläser 0179 7629139. **Anmeldung bei WF einen Tag vor Wanderung.**

FREITAG 08.12.2023

**FAV HERS: KW Wanderziel noch offen.** L.G., 2,5-3h/8-10km. **TP:** 13:00 Uhr Parkplatz Norma Hersbruck/ Altensittenbach.  
WF: K. Müller (Anmelden 09151/95099)

SAMSTAG 09.12.2023

**NBG: Sportliche FAV-Fortsetzung: Rund ums VGN-Gebiet – rundum glücklich! TW 19.** **Etappe:** Über den höchsten Gipfel Mittelfrankens. Westheim – Wassertrüdingen – Hesselberg – Wittelschhofen – Sinbronn – Dinkelsbühl. **TTplus 10**, I.u.s.G., Gz. ca. 7h/35km (410 m bergauf, 480 m bergab), **Rucksackverpflegung und evtl. Schlusseinkehr.** **TP:** 06:55 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 07:01 Uhr, S4, Gleis 22)  
WF: Christian Ehli, Anmelden (bis 07.12.): fav-sportwanderung@web.de, Neueinsteiger und Gäste sind herzlich willkommen! Ausführliche Infos nach Anmeldung per E-Mail.

**FAV SC: Weihnachtsfeier mit einer Tombola.** **TP:** 18:00 Uhr im Restaurant „Das Laumer“, Kappadocia 1, 91126 Schwabach.  
Nur für Mitglieder.

**OG FÜ: Weihnachtsfeier der Ortsgruppe Fürth im Vereinslokal.** Beginn: 12:00 Uhr. Anmeldung bitte bis spätestens **02.12.2023** bitte bei Heinz Meier 09107-586. **Die Veranstaltung ist nur für Mitglieder der Ortsgruppe Fürth.**

## SONNTAG 10.12.2023

**Dink:** KW, Rundwanderung durch den **Mutschachwald**, l.G., Gz 2h/ 6km, **TP** 14 Uhr Diakoniestation DKB, (E) Waldgaststätte Mutschach

**FAV SC: 3. Teil. Entlang des „Bethang“ Wegs.**

**TW.** Frauenaarach – **Steudach** – Kosbach – Dechsendorf. **TTplus** 7, l.u.s.G., Gz. ca. 3h/11km, **TP1:** 08:00 Uhr Schwabach Bf. ( Abf. 08:19 Uhr S2), umst. Nbg. Hbf. **TP2:** 08:30 Uhr Nbg .Hbf. (Abf. 08:51 Uhr S1 Gl.1 ) umst. Erl. Paul-Gossen-Straße, **TP3:** 09:31 Uhr Erl. Paul-Gossen-Straße (Abf. 09:31 Uhr 281 Hüttendorf ü. Gerätewerk)

WF: Roland Beck steigt in Nbg. Hbf. um 08:51 Uhr S1 Gl.1 zu. Anmeldung bis 06.12. Tel.: 0176-71969980  
Gäste sind willkommen

## MONTAG 11.12.2023

**NordicWalking FÜ-Eschenau.**

**TP:** 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden Irene Götz (0911-72 17 01)

## DIENSTAG 12.12.23

**FAV HERS: bV Vereinsabend** FAV Hersbruck. FC Gasstätte Bella Vista Hersbruck/Ostbahn 19 Uhr

## DONNERSTAG 14.12.2023

**OG REICH: KW-Ziel nach Absprache** zwischen 4-7 km, **TP:**13:00 Uhr Bf. Reichelsdorf, Waldstromerstr. 70

WF: Rudi Lutz (Anmeldung Tel. 0172-8656355)

**FAV SC: 1. Etappe Erlebnisweg Wallensteins Lager.**

**TW.** Stein – Unterasbach – Oberasbach. **TTplus** 4, l.G., Gz. ca. 3h/12km, **TP:** 09:00 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 09:19 Uhr S2) umst. Eibach (Abf. 09:43 Uhr Bus 67)

WF: Waltraud Bauer, Anmeldung bis 09.12.20.

Tel.0911-454290, WF erwartet die Gruppe in Stein Bus 67

## SAMSTAG 16.12.2023

**FAV HERS: TW. Schief an der Windburg vorbei.** Kirchensittenbach (Cafe?) - Morsbrunn (Getränk?) - Windburg (Besteigung?) - Osternohe – Hedersdorf, l.u.s.G., 4h/15km. **TP:** 8:50 HEB-Bf-re., Abf.9:02 Bus 338 (Abf.8:43 Nbg.Hbf)

WF: H. Treuheit (Anmelden 09151/814581)

**OG REICH: TW. Brunn-Ungelstetten-zurück nach Winkelhaid - Gansessen „Gasthaus am Wiesengrund“.**

**TP1:** Reicheldorf BF um 9.35 Uhr mit der S-Bahn. Abfahrt nach Fischbach 9:48, weiter mit Bus Nr.54 (Brunn). **TP2:**11:45 h Gasthaus am Wiesengrund in Ungelstetten

WF: Jutta Vogt – **WICHTIG bis 09.12.2023** muss die Anmeldung wegen Ganzessen erfolgen!! (Anmelden wegen der Ganzschlegel oder -brust bei Sonnhild Tel. 0911 6492643)

## SONNTAG 17.12.2023

**OG FÜ: TW. Zum Gansessen am 3. Advent ins winterliche Wiesental.**

Hotel Behringers – Schweigelberg – **Köttweinsdorf** – Wiesental – Hotel Behringers. **TT+10 oder 49€-Ticket. TP:** 8:25 N-Hbf MH (Abf. 8:47 RE10 nach N-Hbf., umst. N-Hbf. 9:05 RE 32 Richtung Bayreuth, umst. Pegnitz 9:43 Bus 398), Gz. 4 h/14 km, SG4.

WF: Angelika Roßmeißl 0151-27595828. **Anmeldung bei WF wegen Gansbestellung bis spätestens 10.12.23**

**FAV SC: Zum Weihnachtsmarkt auf der Burg Hoheneck. KW.**

Ipsheim – **Burg Hoheneck** – Ipsheim. **TTplus** 10, l.u.s.G., Gz. ca. 2,5h/8km, **TP:** 13:15 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 13:39 Uhr S2) umst. in Nbg. Hbf. (Abf. 14:05 Uhr R10, Gleis 17) umst. in Neustadt a.d.Aisch Bf. (Abf. 14:38 Uhr R81) Taschenlampe für den Heimweg mitbringen.

WF: Siegfried Bauer, erwartet die Gruppe am Bahnsteig Gl. 3 Nbg. Hbf., Autofahrer Ipsheim Bf. 14:51 Uhr, Anmeldung bis Mittwoch, 11.12. Tel. 0911/454290

## MONTAG 18.12.2023

**NordicWalking FÜ-Eschenau.**

**TP:** 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden Irene Götz (0911-72 17 01)

## DONNERSTAG 21.12.23

**OG ER: TW In der Hersbrucker Alb.** Happurg – **Kainsbach** – Happurg – Hersbruck. **TP** 9:25 ER Bhf-Halle ab 9:42 S1, **TT+10 o 49,- € Ticket**, Gz

**Mitglieder werben!  
... und beim FAV mitwandern!**

2 o 3,5 h, 6 o.11 km, LG, WF steigt in Nürnberg zu.  
WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

MONTAG 25.12.2023

### NordicWalking FÜ-Eschenau.

**TP:** 9:00. BusHst. 178 FÜ-Eschenau, Anmelden  
Irene Götz (0911-72 17 01)

DONNERSTAG 28.12.2023

**FAV SC: Jahresabschluss. TW. In und um Schwabach.** I.G., Gz. ca. 3h/10km mit **Einkehr**,  
**TP:** 10:30 Uhr Schwabach Bf.

WF: S. Galitzki

FREITAG 29.12.2023

**NBG: Immer ist der Teufel schuld! Jahresabschlusswanderung zum Geotop-Graben Teufelsloch mit Einkehrschwenk ins Bayreuther Winterdorf. TW.** Bayreuth Heinersreuth – Waldhütte – Teufelslochgraben – Bayreuth. **Mit Mittags- oder Schluss(E). TTplus 10 oder Deutschland-Ticket,** I.u.s.G., Gz. ca. 3,5h/15km, **TP:** 09:30 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 09:38 Uhr, RE30, Gl.21), umst. Bayreuth ZOH, (Abf. 11:06 Uhr, Bus 378). Nach Wanderung Einkehrmöglichkeit ins Bayreuther Winterdorf mit Glühwein

& Co. Flexible Rückfahrt, da zwei Express-Verbindungen/Stunde nach Nbg!

WF: Silvia Wolf/Bernd Schreiner, anmelden 26.12.23  
bernd-schreiner@freenet.de, Tel./WhatsApp/Signal  
0176-92457152.

**FAV HERS: TW. Jahresabschlusswanderung zur Edelweißhütte.** HEB-Bf-li. - Weiher – Edelweißhütte – HEB-Bf-li., I.u.s.G., 3h/11km.

**TP:** 11:20 HEB-Bf-li.(Abf.10:53 Nbg.Hbf.S1)  
WF: I.Bauer (Anmelden 09151/8300735)

**FAV SC: Immer ist der Teufel schuld! Jahresabschlusswanderung zum Geotop-Graben Teufelsloch mit Einkehrschwenk ins Bayreuther Winterdorf. TW.** Bayreuth Heinersreuth – Waldhütte – Teufelslochgraben – Bayreuth. **Mit Mittags- oder Schluss(E). TTplus 10 oder Deutschland-Ticket,**

I.u.s.G., Gz. ca. 3,5h/15km, **TP:** 09:30 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 09:38 Uhr, RE30, Gl.21), umst. Bayreuth ZOH, (Abf. 11:06 Uhr, Bus 378). Nach Wanderung Einkehrmöglichkeit ins Bayreuther Winterdorf mit Glühwein & Co. Flexible Rückfahrt, da zwei Express-Verbindungen/Stunde nach Nbg!

## Blockadefreiheit durch Cell-Re-Active-Training (CRT)

(nach dem Theralogy Konzept - das logisch aufgebaute Konzept)

Was glauben Sie, wie alt ist Ihre älteste Zelle ? ... 7 Jahre (das sind Ihre Knochen-Zellen). Jede Sekunde sterben in Ihrem Körper ca.10-20 Millionen Zellen ab, ... , auch jetzt in der Zeit, in der Sie gerade diesen Artikel lesen. Spüren Sie schon den körperlichen Zerfall?

Nein, natürlich nicht, denn normalerweise erneuern sich diese Zellen im selben Zeitraum auch wieder in der gleichen Anzahl. Dieses Prinzip nennt man Selbstheilungskräfte.

Aber warum haben dann so viele Menschen gesundheitliche Probleme? Folglich scheint da doch etwas nicht ganz im Lot zu sein, oder?

Das bedeutet, wenn Ihre Selbstheilungskräfte optimal funktionieren würden, dann hätten Sie logischerweise keine Probleme, denn Ihr Körper wäre in der Lage, alles selbst zu regulieren.

Leider gibt es aufgrund vieler Ereignisse im Leben bei diesem Prozess immer wieder Einschränkungen.

Machen Sie sich stark für Ihr Leben und testen Sie doch einmal mit dem ‚1A Test‘ aus, wo sich Ihre Blockaden befinden, die einige Tätigkeiten Ihrer Selbstheilungskräfte blockieren. Sie steigern damit wieder Ihre Fähigkeit zur Selbstheilung und Ihre Leistungsfähigkeit.

Vereinbaren Sie einen Termin in meiner Praxis, damit Sie sich selbst überzeugen können, denn was Sie selbst spüren, hilft Ihnen bei Ihrer Entscheidungsfindung.



## IHRE NATURHEILPRAXIS

Elke Lintl-Schweiger

Augentherapie, Sehtraining  
Cell-Reactive-Training  
Posturologie, Osteopathie  
Schmerztherapie  
Altersheilkunde u. Sturzvorsorge

[www.ihre-naturheilpraxis.com](http://www.ihre-naturheilpraxis.com)

Hüttenbacher Straße 7  
90482 Nürnberg

Tel. +49 179 11 53 169  
info@ihre-naturheilpraxis.com

WF: Silvia Wolf/Bernd Schreiner, anmelden 26.12.23  
bernd-schreiner@freenet.de, Tel./WhatsApp/Signal  
0176-92457152.

DONNERSTAG 28.12.2023

**OG REICH: Jahresabschlusswanderung. TW. Mühlhof-Dietersdorf Gasthaus „Hufer“.**  
**TP:**11:00 Uhr Wendeschleife, Bushaltestelle Mühlhof.

WF:Sonnhild Rothe-Gößwein und Jürgen Krebs (Anmeldung Tel. 0911 6492643)

SAMSTAG 30.12.2023

**OG FÜ: TW. Wanderung im Rangau zum Jahresabschluss.** Egersdorf – Steinbach – Vogtsreichenbach – Zautendorf – Cadolzburg. **TTplus4 oder 10er Karte je 3 Streifen oder 49€-Ticket.** I.G., ca. 3,5h/13km. **TP** 8:45 FÜ-Hbf (ab 9.03 Gl.7 RB11, Ankunft Egersdorf 9:23)

WF: Hildegard Wunderling 0911/9790987 oder am Tag der Wanderung 0173 5946532. **Anmeldung bei WF einen Tag vor Wanderung.**

# VORSCHAU auf 2024

SAMSTAG 27.01.2024

**OG REICH:** Hier findet eine Wanderung der etwas anderen Art statt. Wir wollen eine Entdecker Tour (Rundgang mit Rätselspaß) in Nürnberg veranstalten, es wird wie folgt sein: Es werden Gruppen mit jeweils 3-5 Personen im Losverfahren ermittelt. Dann geht es gruppenweise mit Unterlagen durch die Stadt. Am Ende wird ausgelost, welche Gruppe sich am besten in Nürnberg auskennt. Ich wünsche euch viel Spaß dabei.

**Mitglieder werben!  
... und beim FAV mitwandern!**

Liebe Mitglieder,  
bitte beachten Sie auch unsere  
Werbepartner,  
die uns wieder gerne in dieser Ausgabe  
unterstützt haben, um ein erfolgreiches Heft für Euch zu gestalten!

Erklärung der Abkürzungen im Wanderprogramm:

<b>KW</b>	Kurzwanderung	<b>bV</b>	besondere Veranstaltung	<b>umst.</b>	Umsteigen
<b>FW</b>	Familienwanderung mit Kindern	<b>WF</b>	Wanderführer	<b>Fz.</b>	Fahrzeit
<b>FRW</b>	Familienradwanderung mit Kindern	<b>ORT</b>	(in Fettdruck) Einkehr geplant	<b>Gz.</b>	Gehzeit
<b>MTW</b>	Mehrtageswanderung	<b>(E)</b>	Einkehr geplant	<b>N-HBF MH</b>	Bahnhofsmittelhalle (Nürnberg)
<b>NW</b>	Nachtwanderung	<b>KG</b>	Kinderwagen geeignet	<b>TP</b>	Treffpunkt
<b>AW</b>	Abendwanderung	<b>KS</b>	Kurzstrecke	<b>I. G.</b>	ebenes oder nicht zu stark ansteigendes Gelände
<b>VWF</b>	Vormittagswanderung für Frühaufsteher	<b>TT plus</b>	Familienkarte für 2 Erwachsene, Kinder bis 17 Jahre und 1 Vierbeiner	<b>s. G.</b>	schwieriges und stark ansteigendes Gelände
<b>RW</b>	Radwanderung	<b>STR.</b>	VGN-Streifenkarte (KS = Kurzstrecke)	<b>I.u.s.G</b>	ebenes und steiles Gelände im Wechsel
<b>MTB</b>	Mountainbike - Ausfahrt	<b>BT</b>	Bayerticket	<b>s.s.G</b>	sehr steiles und schwieriges Gelände

# Ich weiß, wo es langgeht: Zum Wohnstift Vitalis



ganz in deiner Nähe:  
Wir sind das Wohnstift Vitalis  
Fahrradstraße 19 - 90429 Nürnberg

Tel. 0911-32020  
[www.wohnstift-vitalis.de](http://www.wohnstift-vitalis.de)

## DEUTSCHE WANDERJUGEND IM FRÄNKISCHEN ALBVEREIN E. V.

### Jugendwart / Jugendwartin dringend gesucht!

Die Ortsgruppen der Deutschen Wanderjugend im Fränkischen Albverein e. V. sucht einen **Jugendwart / Jugendwartin** der dieses Amt ehrenamtlich ausüben will. Die durch das Amt entstehenden Kosten werden bezahlt und für die Ausbildung zum Jugendwart sorgen wir. Nach dem Lehrgang bekommen Sie den Jugendleiterausweis „JULEICA“ (Jugendleitercard). Wer Freude am Umgang mit Kindern und Jugendlichen, am GPS –Wandern (Geocaching )Basteln, Wandern und Radfahren, Freizeiten hat erfährt näheres bei mir. Bitte bei Waltraud Bauer unter Tel. 0911/454290 melden.

### ...und das ist für unsere Jugend

11. – 12.11.2023

#### Juleica-kongress

Ein Bildungsangebot für Mitarbeiterinnen der Kinder- und Jugendarbeit, bestens geeignet für die Verlängerung der Juleica (Jugendleiter/in-Card) ein vielfältiges Angebot an Themen mit erfahrenen Referentinnen ein tolles Rahmenprogramm Juleica-Service für die Verlängerung der Juleica. Schon gespannt auf viele spannende Workshops beim Kongress 2023? Die Anmeldung ist ab sofort möglich! Übrigens: Der Kongress 2022 kann 100% stattfinden. Wir freuen uns schon! Kreisjugendring Erlangen Höchstadt, Telefon: 09131 – 8032511 E-Mail: info@kjr-erh.de Web: www.kjr-erh.de

SAMSTAG. 18.11.2023

#### Plätzchen backen im Wanderheim am Hohenstein.

Autoanfahrt zum Wanderheim am Hohenstein. Nach der Ankunft werden wir verschiedene Plätzchen backen und Rezepte austauschen. Die Plätzchen werden wir für Weihnachtsmarkt auf Burg Hohen-eck anbieten. TP: 9:00 Uhr im Wanderheim am Hohenstein mit dem Auto oder Fahrgemeinschaft, am Wanderparkplatz parken! Anmelden bei Waltraud Bauer Tel. 0911/454290 bis 15.11.2020 mit Rezeptvorschlägen wegen des Einkaufs der Zutaten.

SAMSTAG. 02.12.2023

#### Waldweihnacht am Hohenstein

Wir singen Weihnachtslieder und der Pfarrer aus Kirchensittenbach wird die Waldmesse halten. Der Nikolaus kommt auch vorbei und bringt noch eine Überraschung für die Kinder mit. Für die Vereinskinder ist im Wanderheim ein Mittag- oder Abendessen und die Weihnachtsbescherung geplant. TP: 12:00 Uhr Autofahrer zum Wanderheim am Hohenstein, bitte am Wan-

derparkplatz Parken.

Anmelden bis 22.11.2023, Mittag- oder Abendessen pro Pers. 9,00 €, Fackel 2,00 €

SONNTAG. 17.12.2023

#### Weihnachtsterne - Verkauf auf der Burg Hohen-eck.

Weihnachtsmarkt im Burghof, Kunsthandwerk im romantischen Ambiente. Sie laden zu einem Weihnachtsmarkt auf die Burg Hohen-eck ein. Die Burg Hohen-eck öffnet ihre Pforten für die ganze Familie von 15 bis 19 Uhr. Wir bieten Ihnen Plätzchen, Punsch und eine Auswahl lokaler Künstlerinnen und Künstler, die sich mit ihren Werken und kleinen Mitmachaktionen präsentieren. Feuertonnen und Punsch bieten Wärme von innen

#### Das haben wir erlebt:

DIENSTAG 06.06.2023

#### Schwämme Druck

Ich zeigte den Kindern die Muster. Der eine Schwamm hatte die Form eines Herzens, einer anderer die eines Fisches und einer in Form einer Blume. Sie überlegten sich, was sie aus den Schwämmen zuschneiden könnten. Sie malten ihre Motive erst auf dem Schwamm auf, griffen zur Schere und legten ihr Stempelmotive frei. Jeder bekam ein weißes Blatt und legten los. Es entstanden bunte Blumen mit einer Wiese, Tim stempelte einen Hund auf dem Weg der einen Wegweiser folgte und Nikola bedruckte ein Tuch mit einer Kaffeetasche und Herzen. Luisa angelte sich eine Stofftasche und malte einen Schlittschuh mit Stofffarben darauf. Die Eltern waren begeistert von der Kreativität ihrer Kinder und nahmen die schönen Drucke mit nach Hause.

**Das Programm ist für alle Kinder, Jugendliche und Familiengruppen der Ortsgruppen des Fränkischen Albverein e. V Bund, Hauptjugendwart Martin Tropper Mobil 01529549354 E-Mail: martin\_tropper@gmx.de**

## WANDERTIPP

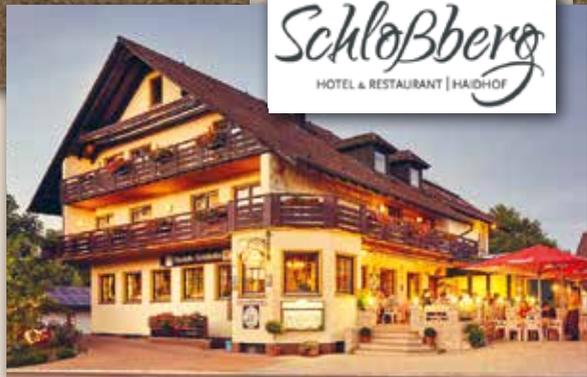
### Rundwanderung von Gräfenberg zur tausendjährigen Linde und zum Teufelstisch zurück nach Gräfenberg,

**Strecke: 16km, Dauer: 4:30h, Aufstieg: 328hm, Abstieg: 327hm.**

Vom Bahnhof Gräfenberg aus geht es die lange **Friedenstreppe** hinauf („Hans-Oßmann-Weg“). Oben angekommen, empfängt uns eine wahrhaft grandiose Aussicht! Danach geht's **nach links** weiter. Der **grüne Pavillon**, ein paar Meter **vorne links (treppauf gesehen)**, weist uns den Weg. Er steht zur Erinnerung an der Stelle, wo einst die älteste Kirche Gräfenbergs und ein Wachturm standen (Infotafel). Wir spazieren geradeaus, erst am Ortsrand, dann teils auf einem schattigem Waldpfad oberhalb des Ortes. Nach 600 m spitzt durch die Äste links unter uns das ehemalige Gräfenberger Schwimmbad hervor. Unser Weg führt ein Stück weiter vorne hinunter zur Straße und an ihr entlang bis zur nächsten Straßeneinmündung. Wir biegen links ab (Straßenverkehrsschild: „Gräfenbergerhüll, 1 km“). An der **Reitbahn** am Eck vorbei, weiter bis zur Kasberger Linde, unserem nächsten Ziel. Wir biegen nun, ca. 500 m nach der Einmündung, dort, wo es in der Kurve rechts nach Gräfenbergerhüll geht, links ab (grüner-weißer Rad-WW). Der geteerte Abzweig mündet nach den Garagen in einen Schotterweg, das als Anhaltspunkt. Immer geradeaus weiter, stoßen wir auf die geteerte Verbindungsstraße nach Kasberg. Diese queren wir, gehen nur wenige Meter nach rechts, dann gleich wieder links. Weiter geht es zunächst an einem Zaun entlang und schließlich im Bogen an Kirschbaumwiesen vorbei nach **Kasberg**. Am Ortszugang verlassen wir den Wegweiser **„blaues Kreuz“**. Er zweigt an der Straße links schon wieder ab: Wir überqueren die Straße und gehen lieber – weil auch schöner – geradewegs in den Ort hinein. Am **alten Bauernhaus** links. An der **Weggabelung, bei der Haltestelle Feuerwehrhaus**, links ab – und kurz danach taucht sie unvermittelt auf: Von Fachwerkscheunen eingerahmt auf grünen Stelzen grüßt uns die **Tausendjährige!** Weiter geht es mit der Markierung **„gelber Strich“** zum Eberhardsberg und zum Teufelstisch. Kurz danach geht es links, mit dem Wegezeichen **„blauer Strich“** und **„Jakobsweg“** nach Gräfenberg. Nach einer Schlußeinkehr geht es erholt und zufrieden zum Bahnhof Gräfenberg.

## Wandern rund ums Hotel Schloßberg in Haidhof

Ob ein Spaziergang, eine Jogging-Runde oder eine Tageswanderung – das idyllisch gelegene Haidhof ist der ideale Startpunkt für Wanderer, Jogger, Radfahrer, Mountainbiker..., auch Tourentipps und Wandervorschläge bekommen Sie von uns.



### Unsere Küche für Genießer:

Mit heimischem Wild, fränkischem Schäufele, saftigen Steaks und vegetarischen Speisen bis hin zu Torten und Kuchen aus eigener Herstellung werden Sie bei uns verwöhnt. Gerne auch Vegan, Gluten- und Lactosefrei.

### Öffnungszeiten

Montag + Dienstag Ruhetag, Sonntags ab 17.00 geschlossen.

### HOTEL SCHLOSSBERG

Familie Hoffmann & Weisel

Haidhof 5

91322 Gräfenberg

Tel.: 09197 / 6284-0

info@hotel-schlossberg.com

[www.hotel-schlossberg.com](http://www.hotel-schlossberg.com)

## DEUTSCHE WANDERJUGEND IM FAV SCHWABACH E. V.

SONNTAG 08.10.2023

**Tag der Regionen: „Kürbiskern-Erntefest am Kürbishof Schnell, Grusel-Spaß beim Kürbiskernfest“.** TW. Schwabach – Neppersreuth – Schwabach.

Wir schauen bei der Erntevorführung zu und verkosten die Kürbiskernprodukte. Wir erleben die Kürbiskern-Ernte live am Acker, (immer zur vollen Stunde) und uns wird die Herstellung des Kürbiskernöls in der Ölmühle erklärt, (immer um halb). Das wird ein Spaß! I. G., Gz. ca. 3,5 Std., ca. 14 km

**TP:** 9:45 Uhr Schwabach Bf.

WF: Waltraud Bauer

SAMSTAG 18.11.2023

**Plätzchen backen im Wanderheim am Hohenstein.**

Autoanfahrt zum Wanderheim am Hohenstein. Nach der Ankunft werden wir verschiedene Plätzchen backen und Rezepte austauschen. Die Plätzchen werden wir für den Weihnachtsmarkt auf Burg Hoheneck anbieten. **TP:** 09:00 Uhr im Wanderheim am Hohenstein mit dem Auto oder Fahrgemeinschaft. Nur mit Anmeldung bei Waltraud Bauer, Tel. 0911/454290 bis 15.11.2022 mit Rezeptvorschlägen wegen des Einkaufs der Zutaten. Mundschutz mitbringen.

SAMSTAG 02.12.2023

**Dezember Waldweihnacht am Hohenstein**

Wir singen Weihnachtslieder und der Pfarrer aus Kirchensittenbach wird die Waldmesse halten. Der Nikolaus kommt vorbei und bringt eine Überraschung für die Kinder mit. Ab 12:00 Uhr ist das Wanderheim geöffnet und für die Familien ist im Wanderheim ein Mittag- oder Abendessen geplant. **TP:** 12:00 Uhr Autofahrer zum Wanderheim am Hohenstein (bitte am Wanderparkplatz parken), anmelden unter 0911/454290 bis 25.11.2023, Mittag- oder Abendessen pro Pers. 9,00 €, Fackel 2,00 €

SONNTAG 17.12.2023

**Weihnachtsterne - Verkauf auf der Burg Hoheneck.** Weihnachtsmarkt im Burghof, Kunsthandwerk im romantischen Ambiente

Zum 11. Mal laden wir 2023 zu einem Weihnachtsmarkt auf die Burg Hoheneck ein. Die Burg Hoheneck öffnet ihre Pforten für die ganze Familie von 15

bis 19 Uhr. Wir bieten Ihnen Plätzchen, Punsch und eine Auswahl lokaler Künstlerinnen und Künstler, die sich mit ihren Werken und kleinen Mitmachaktionen präsentieren. Feuertonnen und Punsch bieten Wärme von innen und außen.

**Das haben wir erlebt:**

DONNERSTAG 01.05.2023

**Fröhliche Marienkäfer**

„Was basteln wir heute?“ - wurde ich zu Anfang gefragt. Ich erklärte, anhand der Muster die ich vorgebastelt hatte, die jeweiligen Bastelschritte. Jeder suchte sich ein Glas oder eine Schachtel aus. „Ich male das Glas an, dann sieht man nicht was darin ist.“ – sagte Felina. Felina bemalte es blau. „Meine Oma hat Geburtstag - das ist Ihre Lieblingsfarbe.“ Die anderen Gläser wurden grün bemalt. Florabelle schnitt sich eine Marienkäferschablone aus, sie arbeitete sehr genau, dass ja nichts verrutscht! „Jetzt brauchen wir aber noch eine halbe Styroporkugel für den Deckel“ - sagten alle. Die Hälften wurden rot mit schwarzen Punkten angemalt. Die Fühler wurden mit schwarzen Pfeifenputzern aufgesteckt ebenso die Füße - fertig ist der Marienkäfer. Johanna, die schon öfter zum Basteln bei uns war, entwarf noch eine Geburtstagskarte. Da sitzt der Marienkäfer auf einem Kleeblatt.



SONNTAG 11.06.2023

**„Die mystischen Höhlen und Geschichten“**

Es fanden sich alle in Nürnberg am Bahnhof ein, da sich keiner aus Schwabach angemeldet hatte. Wir wanderden an der Bahn entlang auf einem schmalen Pfad der uns zum Stadtpark von Ebermannstadt

## DEUTSCHE WANDERJUGEND IM FAV SCHWABACH E. V.



fürte. Hier steht ein Kneippbecken und die Kapelle. Ein schattiger Weg führte uns nach Rothenbühl zum landwirtschaftlichen Betrieb der Familie Bauer. Hier machten wir, vor dem Einkaufsstand, Halt. Es gab Erdbeeren, Radieschen und kleine Rettiche und vieles mehr, so dass wir zu unserer Rucksackverpflegung noch einiges dazu kauften. Weiter geht es ein Stück auf der Straße bis zum Parkplatz. Da staunte

ich nicht schlecht. „Da war doch ein Rastplatz - jetzt gibt es diesen nicht mehr!“ – also, weiter ging es den Berg hinauf, immer im Schatten, bis Grotte. Die Kinder tobten sich aus, sie untersuchten alle Löcher und Nischen in den Felsen. Wir beschlossen hier Rast zu machen, auf der Bank mit schönem Ausblick zur Ruine Neideck. Zur Ruine stiegen wir alle Stufen wieder herunter und den steilen Abstieg rüber zur Ruine Neideck. Auf einem schmalen Pfad erreichten wir die Ruine Neideck, auf der wir die Aussicht nach Streitberg genossen. Vom weiten hörten wir immer wieder die Fränkische Museumsbahn pfeifen, die heute mit Dampf fuhr. Wir brachen auf um nach Muggendorf zu kommen wo uns an der Wiesent ein Biergarten erwartete und wir konnten auch die Füße in die Wiesent halten, das war sehr erfrischend. Wir fuhren mit dem Bus nach Ebermannstadt zurück. Unterwegs sahen wir die Fränkische Museumsbahn dieses Mal als Diesellock. Alle schwärmten von der Wanderung, da der Weg immer im Schatten verlief.

SAMSTAG 15.07. 2023

### Tag der Verbände.

Um 10:00 Uhr fing der „Tag der Verbände“, im Schwabach am Marktplatz an. Er wurde von ca. 320 Personen jeder Altersgruppe besucht. Vorher stellten wir das Zelt auf, bestückten den Werbetisch und das Fühlespiel. Da kamen schon die ersten Kinder: „Was kann man bei Euch machen?“ Doris zeigte Ihnen, mit unendlich viel Geduld, das Fühlespiel und schon waren sie bei der Sache. „Bekomme ich bei Euch einen Stempel auf dem Laufzettel für die Tombola?“ – „Ja, aber nur wenn du errätst und auf den Zettel schreibst was in den 5 Boxe ist.“ Die Erwachsenen informierten sich bei mir, denn Waltraud und ich betreuten den Infostand, über unseren Schwabacher Verein und nahmen das Programm von Schwabach mit. Um 15:00 Uhr lautete unser Resümee: „Das war ein toller Tag. Es waren viele Leute zur Info am Stand. Einige kannten uns schon aber waren noch nie dabei. Beim Fühlespiel hatten wir über 30 Kinder da, die unser Angebot wahrnahmen. Es war ein sehr erfolgreicher Tag.“ Jetzt mussten wir alles abbauen und ins Auto verladen. Es halfen, beim Auf- und Abbauen, Doris Cypris, Bernhard Ittner, Siggie und Waltraud Bauer. Zurück nach Nürnberg und in der Geschäftsstelle des FAV's alles wieder einräumen. Euer Siggie

Gasthof - Pension

## Alte Post

Trubachtalstraße 1  
familie@postritter.de

91286 Obertrubach  
www.postritter.de

Tel. 09245 / 322



- \* Parkplatz am Haus
- \* Gasträume bis zu 70 Personen
- \* Zimmer mit Dusche/Bad, WC, TV und Wlan
- \* Frühstücksbüffet
- \* Einheimische Küche

Unsere Kern- (und Küchen-) Öffnungszeiten:  
Mai bis einschließlich 15. September:  
Donnerstag bis Montag: 11-14 Uhr und 17-21 Uhr  
Dienstag und Mittwoch: 17-21 Uhr

Unsere Kern- (und Küchen-) Öffnungszeiten:  
16. September bis einschließlich April:  
Donnerstag bis Montag: 11-14 Uhr und 17-20 Uhr  
Dienstag und Mittwoch: Ruhetag

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN SCHWABACH

## Spenden

Div. Spenden bei den Wandertreffs beim LAUMER  
25.4.2023 € 17.-- und 30.05.2023 € 19,30

**Gesamt € 36,30**

Wir heißen unsere neuen Mitglieder

**Sabine Mittelmeyer**  
**Stefan Leick**  
**Margareta Bösl**  
**Silvia Barthel**

herzlich willkommen und wünschen Ihnen viel Spaß bei unseren Wanderungen!

## Genuss-Wanderung mit Silvia und Bernd am 27.07.2023



Eine der wohl heißesten Wanderungen des Jahres führten Silvia und Bernd am 23. Juli 2023 an. Versprochen wurden „Doppelter Genuss: Erst Wander-

vergnügen, dann Fränkisches genießen“.

Die beiden Wanderführer überraschten die Teilnehmer mit ihrem Outfit: Silvia im chicen blau-weißen Dirndl und Bernd in der krachernen Lederhose mit rot-weiß kariertem Hemd.

Das war standesgemäß, denn schließlich war die Schlusseinkehr bei der Königin der Fränkischen Feste, beim Annafest in Forchheim, geplant. Los ging es in Ebermannstadt und dort überraschte uns Bernd mit seiner Spezialität: Verlängerung! Man könnte doch – wegen der Hitze – besser im Wald gehen und über Pretzfeld nach Forchheim laufen – nur schlappe 3,5 Km mehr, so lautete der spontane Vorschlag.

Natürlich waren alle 14 Teilnehmer einverstanden. Und so wurden aus den geplanten 18 Km schon 22 km.

Es ging auch um doppelten Genuss: Stärkung im Pretzfelder Biergarten und später in den Forchheimer Kellern.

Eine herrliche Aussicht mit Fernsicht wurde uns unterwegs an der Vexierkapelle auf's stolze Walberla und die ganze Fränkische Schweiz geboten.

Der Wind vertrieb die hohen Temperaturen, so dass alle glücklich und zufrieden in Forchheim beim Annafest ankamen. Respekt: alle Versprechen eingehalten! Eine echte Spitzenwanderung!

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN SCHWABACH

## Probewanderung zum „Tag des Wanderns“ 14.05.2023 am Muttertag.



Am Bahnhof Rednitzhembach trafen sich 11 Wanderer/innen zu der Jubiläumswanderung. Waltraud erzählte die Geschichte vom Deutschen Wanderverband, der jetzt 140 jähriges Bestehen feiert. Das Jubiläum wird an diesem Tag in Fulda unter dem Motto „Engagiert für die Gesellschaft“ vollzogen. Nun verteilte sie die Päckchen, die der Wanderverband, zu diesem Jubiläumstag, den Wanderern/innen schenken. Wir bedanken uns bei den Sponsoren für Ihre Spenden. „Da haben wir gleich süße Waffeln bei unserer Wanderung dabei“ und die Pins wurden gleich an den Hut oder Jacke gesteckt. Der Weg führte uns die Straße entlang zum „Kunstweg“.

Zuerst zu den „Vier Elementen“. Diese wurde im Jahr 2000 von Anja Löbel, Fritz DesRoches, Reinhard Bierner und Sven Hegenwald gestaltet. Die Malereien an den vier Seiten des Turms stellen Erde, Luft, Wasser und Feuer dar. Besonders gelungen ist das Feuerbild. Es stellt den „Phoenix aus der Asche“ dar. Dann weiter zu den Monsterschafen. Eines davon ist schwarz und sie glotzten uns mit großen Augen an. Zudem verschönert die gemalte Herde die Betonwand an der Straße. Das Gemälde wurden im Jahr 2000 von Patrick Preller erschaffen. Wir gingen auf dem gleichen Weg zurück, wo uns noch andere Kunstwerke erwarteten. An dem Weiher steht das „Sternentor“. Es wurde von Klaus LEO Drechsel im Jahr 2000 erbaut und besteht aus Edelstahl und blauen Glaselementen. Es ist eine begehbbare Sternbilduhr die man drehen

kann und bei einer klaren Nacht, am Firmament, die Sternzeichen zuordnen kann. Gleich noch ein Bild. Im „Bilderrahmen“ mit den vielen Pustebäumen. Jeder hatte eine in die Hand genommen und feste gepusht, sodass Waltraud ein schönes Bild mit den Teilnehmern und der Kirche im Hintergrund knipsen konnte. Unterschiedlichen Stilrichtungen und Materialien, aus Stein, Holz, Eisen, Stahl säumten den Weg. Wir legten beim „Tausendfüßler“ auf dem Spielplatz eine Pause ein. Wir kamen an der „Welle“, an den „Wasserträgern“, der „Sonnenuhr“, dem „Gedankenflug“ und der „Waldkolonie“ vorbei. Es ist eine Begegnung mit der Kunst in der Natur und im öffentlichen Raum. Darüber hinaus führt der Kunstweg durch die schönsten Gebiete in der Umgebung der Gemeinde, vor allem durch das schöne Regnitztal, mit schönem Blick auf die beiden Kirchen, durch schattigen Wald und aus dem Wald kommend hat man einen weiten Blick über Felder, Wiesen und Hügel. Beim „Durchbruch“, gestaltet von Christoph Geiger aus Bucher Sandstein der Region Eltmann/Haßberge aus dem Jahr 2003 stellt den persönlichen Durchbruch im Leben dar. Hier bogt der Weg in den Wald ab. Dem Wanderzeichen „Rednitzweg“ entlang kamen wir zu einer Unterführung die von grünen Graffiti Vögeln gesäumt wurde. Wir wanderten links, immer an der Bahn entlang mit schöner Aussicht in den Wiesengrund, bis nach Büchenbach. Am Weg zur Gaststätte begegneten wir einem Pärchen aus Bronzeguss. „Der Mann sieht aus wie Charlie Chaplin, wenn man sich den Kopf weg denken kann“ witzelte Silvia. Unten, an der Tafel, steht Angekommen, wahrscheinlich weil wir am Bahnhof waren. Nun ging es zum Gasthaus Hayder - noch 1,5 km, bis wir da waren. Unser Tisch war noch besetzt, sodass wir im Biergarten Platz nahmen. Da es Muttertag war ging es nicht so schnell wie sonst, aber alle waren am Schluss, mit dem reichhaltige Essen und erfrischenden Getränken, zufrieden. Unser Rückweg lenkte uns, entlang der „Markierung Roter Punkt“, in den Wald hinein bis zum Bahnhof Roth an dem unsere Wanderung endete und die S-Bahn stand schon da. Alle Wanderer/innen strahlten mich an: „Es war eine schön gestaltete Wanderung und eines „Tags des Wanderns“ würdig“. Euer Sigg

## Entlang der „Schiefen Ebene“ zum 175 jährigen Bestehen.

Die Mitwanderer fanden sich rechtzeitig am Sonntag den 28.05.2023 am Bahnhof ein, da Neuenmarkt-Wirsberg außerhalb des VGN Verbunds liegt und wir das Bayern Ticket lösen mussten. Die Schiefe Ebene ist ein Abschnitt der Ludwig-Süd-Nord-Bahn von Bamberg nach Hof (Saale), eine Steilstrecke mit der maximalen Neigung von 1:40. Die Eisenbahnfans waren schon neugierig darauf, welche Dampfloks auf den Schienen stehen würden. Unser Wanderführer Roland Beck erklärte uns alles über das Museum und über die Wanderung die uns erwartete. Als wir aus dem Zug in Neuenmarkt -Wirsberg ausstiegen, standen auf dem anderen Gleisen Dampfloks verschiedener Typen und die Dampfloks 35 1097-1 der ehemaligen Deutschen Reichsbahn der DDR zum Einsatz bereit. Die Schaulustigen warteten neben den Gleisen und auf der Brücke auf die Lok, denn sie dampfte schon. Es wurden Bilder von allen Seiten der Lokomotiven geknipst. Als die Dampfloks sich in Bewegung setzten Pfiff sie und dampfte aus dem Kessel und dem Schlot. Der Heizer musste viel Kohle schaufeln. Die Lok schnaufte, stieß weißen Dampf aus und fuhr, mit rußig schwarzem Rauch ausstoßend, los. Die Schaulustigen auf der Brücke wurden regelgerecht eingequalmt! Helmut bemerkte ganz trocken: „Dampfloks auf Lunge“. Nach diesem Schauspiel machten wir uns auf den Wanderweg, immer an den „Stelzen“ entlang als Wegemarkierung (gelb/schwarz mit Pfeilrichtung). An historischen Stätten und Aussichtstellen erklärten Schilder die Begebenheiten und Roland Beck ergänzte die Beschreibungen mit seinem immensen Wissen über die Eisenbahn. Wir befanden uns im Gebiet des Franken Walds Vereins der hier die Wanderwege markiert. Von einer Brücke aus beobachteten wir wie sich ein rotes Fahrzeug, eine Eisenbahn Draisine, näherte und stehen blieb. Es handelte sich um ein Bahndienstfahrzeug zur Inspektion der Eisenbahnstrecke ohne Rückwärtsgang! Um auf der Schiene wenden zu können kurbelte der Fahrer das Chassis hoch, drehte es über den Unterbau und kurbelte es wieder herunter. Die Mitfahrer mussten aussteigen und warten, danach konnten sie einsteigen und die Rückfahrt konnte los gehen. Wir wanderten weiter, bis wir an eine blühende Wiese direkt an den Gleisen kamen

und fieberten ganz aufgeregt dem Dampfzug entgegen, der jeden Moment kommen musste, um ihn fotografieren zu können. Es fanden sich immer mehr Leute ein, das war ein gutes Zeichen, dass Rolands Timing stimmte und schon ächzte der Dampfzug, auf der Steigung, an uns vorbei. Auf unserem Weg, der immer wieder, der Bahnstrecke entlang auf schmalen Pfaden führte, ging es sanft aufwärts. Uns begegneten immer wieder Infotafeln zur Schiefen Ebene wie die Tafel vom Steigungszeichner, eine waagerechte Linie in einem Fenster um sie mit der Schienensteigung zu vergleichen, die Trassenverlegung um 1892 der Schiefen Ebene und Schienen und Schwellenteile, die uns die Befestigung der Eisenstränge am Untergrund erklärten. Wir erreichten eine Anhöhe mit herrlichem Blick über das Tal und auf die Schiefe Ebene. Nach kurzer Wartezeit hörten wir das typisch rhythmische Stampfen der Lokomotive. Wir sahen den Qualm durch den Wald näher kommen und schossen Fotos des Zuges aus der Vogelperspektive. Nun bestaunten wir die ehemalige Bahnüberführung mit seiner „Zwischenblockstelle Steitmühle“, ein ehemalige Wärterhäuschen mit damals handbetätigten Signalen. 100 Meter weiter erreichten wir einen überdachten Rastplatz mit Tischen und Bänken, wo wir unsere Rucksackverpflegung auspackten. Weiter ging's zum Steindamm, ein technische Meisterleistung nicht nur zu jener Zeit. Ein, mit Natursteinen errichteter Damm, ca. 20 Meter hoch und ca. 1 Kilometer lang, auf dem heute noch die Züge fahren! Jetzt wurde es alpin. Steil nach unten, durch einen Tunnel durch den ein Bächlein floss. Dies erinnerte mich an die Lewadas auf Madeira. Wir wanderten am Fuß des Bahndamms entlang, erneut durch einen „Wassertunnel“ steil den Berg hinauf. Oben erwartete uns ein Fundament einer ehemaligen Brücke über das Tal. Auch hier erklärte uns Roland den geschichtlichen Hintergrund. Nach einem erneuten schwierigen Abstieg wanderten wir den Brandschutzgraben entlang, eine Schneise neben den Schienen, der den Wald vor der Brandgefahr durch gefährlichen Funkenflug schützte. Um nicht erneut steile Trampelpfade meistern zu müssen entschied sich Roland uns auf einem leicht zu gehenden Forstweg zu führen. Auf diesem Weg zum

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN SCHWABACH

Bahnhof Marktschorgast wurden wir von der Polizei geblitzt! Wir waren einfach zu schnell unterwegs! Nein – wirklich. Uns kam eine Polizeistreife entgegen und hielt an. Der Polizist stieg aus und sagte: „Ihr seid so eine bunte Wandergruppe soll ich euch fotografieren damit ihr mal alle auf einem Foto seid?“ Henry willigte ein und gab dem Polizist seine Kamera

– und so wurden wir geblitzt! Als wir am Bahnhof Marktschorgast ankamen hatten wir noch eine halbe Stunde Zeit bis der Zug kam, der uns nach Nürnberg fuhr. Wir nutzten diese um in der Gaststätte gegenüber unseren Durst zu stillen. Es war ein sonniger und warmer Tag. Danke Roland Beck für diese sagenhafte Dampfeisenbahnwanderung. Euer Sigg

## Schöpfräder - einmalige Kulturdenkmäler

In Bubenreuth, mit der S1 angekommen, warteten bereits die Autofahrer auf uns. Nach einer kleinen Einführung über unsere Wanderung zu den schönen Kulturdenkmälern, den Schöpfrädern, wanderten wir los.

Angekommen am ersten Schöpfrad wurden gleich Fotos geknipst und die erste Pause eingelegt. Alle wollten das Rad schneller drehen als es die Strömung ohnehin tat und wurden von den Schöpfrögen nassgespritzt! Was für eine angenehme Erfrischung bei der Hitze! Alexander ertastete das Schöpfrad und wusch sich die Hände in der hölzernen Wasserrinne, die zum Bewässern der Wiesen angelegt ist.

Wir durchquerten Möhrendorf bis zum Neuen Kanal und freuten uns über den schattigen Weg und die idyllische Ruhe. Einige sahen sich die Erlanger Schleuse an, während die anderen Wanderer sich eine Ruhepause auf einer schattigen Bank gönnten. Wir wanderten an den Feldern und Wiesen entlang, teilweise im Schatten, bis wir in Oberdorf unserer Gastwirtschaft erreichten, wo Sigg für 10 Personen reserviert hatte. Er überredete am Eingang vom Biergarten, charmant – wie immer, die Einweiserin, ob wir

nicht zu vierzehnt an dem Tisch sitzen könnten.

So rutschten wir zusammen und konnten alle das delikate warme Essen und das gute Storchen-Bier genießen. Selbstgemachte Gurken-, Rosmarin- und Ingwerlimonade erfrischte unsere Nichtbiertrinker!

Wir machten uns auf den Weg zu den anderen Schöpfrädern und schupsten diese an. Eines war so schwergängig, dass es der Kraft von Alexander, Roland und Sigg bedurfte um es zu drehen.

Da fehlt die Schmierung! Auf dem Rückweg wurde es schon ein wenig heiß, da es, bis zum Bahnhof, keinen Schatten mehr gab. Mit Strohhut und guter Laune überwandern wir diese „Durststrecke“ und alle lobten Sigg für die schöne Wanderung zu den Schöpfrädern. Eure Waltraud

### Wissenswertes über die Schöpfräder

Die „Wasserradgemeinschaft Möhrendorf e.V.“ wurde 1995 als gemeinnütziger Verein gegründet. Sie ist die Lobby für die Wasserschöpfräder gegenüber Behörden und Spendern, macht Öffentlichkeitsarbeit und wirbt und verwaltet Zuschüsse und Spendengelder zum Unterhalt der Wasserschöpfräder. Mitglieder sind je zwei Vertreter jedes der zehn Räder. Ein Ob-



## Wildtiere hautnah erleben!



WILDGEHEGE HUFEEISEN  
Veldensteiner Forst

Im Veldensteiner Forst in der Nähe von Pegnitz gelegen ist das Wildgehege Hufeisen ein Natuterlebnis der besonderen Art. Ein Besuch lohnt sich das ganze Jahr über.

**Eintritt: Erwachsene 2 Euro  
Kinder und Jugendliche bis  
18 Jahre frei**

Bitte beachten Sie die Infos  
auf unserer Homepage!

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN SCHWABACH



den Kümpfen (Eimern) des Schöpfrads in eine hölzerne Rinne und dann in ein ausgedehntes Grabensystem. Da ein Rad durchaus 8 ha Wiesen verschiedener Eigentümer bewässern konnte, waren die Wässerungszeiten der einzelnen Grundstücke minutiös festgelegt. Die Möhrendorfer Wasserschöpfräder sind bereits für den Anfang des 15. Jahrhunderts belegt. Im Jahre 1805 waren an der Regnitz zwischen Fürth und Forchheim

mann und sein Vertreter führen die Geschäfte.

Jedes Wasserschöpfrad hat einen Sponsor, der mit seinem Team das Rad im Frühjahr aufbaut, während der Saison prüft und wartet, im Herbst wieder abbaut und im Winter auseinanderbaut, trocknet, einlagert und vor allem beschädigte Holzteile repariert oder erneuert.

Die Räder sind flussaufwärts nummeriert also in Richtung der wachsenden Flusskilometrierung. Diese beginnt an der Mündung der Regnitz in den Main-Donau-Kanal. Sieben Räder stehen am linken Flussufer, drei am rechten Ufer. Nur das Vierzigmannrad ist als Doppelrad mit Kümpfen an beiden Radkränzen in Betrieb. Eine Besonderheit in Möhrendorf sind die etwa zehn Wasserschöpfräder an der Regnitz, die zu den letzten ihrer Art in Mitteleuropa gehören. Sie schöpfen mit am Rad befestigten Holzmeiern das wärmere und sauerstoffreiche Oberwasser aus dem Fluss in ein Rinnen-System zur Bewässerung der Felder und machen dadurch die anliegenden Wiesen besonders ertragreich. Die Bewässerung ermöglichte statt einer drei Mahden (Ernten) von Heu und Grummet im Jahr. Das Wasser floss aus

auf einer Länge von ca. 25 Flusskilometern noch etwa 190 solche Wasserräder in Betrieb, so viele wie an keinem anderen Fluss in Mitteleuropa. Gemäß der in Teilen heute noch gültigen Baiersdorfer Wasserordnung aus dem Jahre 1693 dürfen diese nur von 1. Mai bis 30. September betrieben werden. Die wuchtigen Holzkonstruktionen, die an Mühlräder erinnern, werden heutzutage von ehrenamtlichen Helfern zu Beginn der Sommersaison aufgestellt und am Ende der Saison abgebaut und eingelagert.

Ein stilisiertes Wasserschöpfrad befindet sich im Gemeindewappen von Möhrendorf, ebenso im Wappen des Landkreises Erlangen-Höchstadt.

Tierhilfe Franken e.V.

Treue Wegbegleiter  
suchen ein Zuhause.

Wir haben keine  
Zwingerhaltung!





Tierhilfe Franken e.V.

Wir erhalten Leben – drauf!

Tel.: 09244-9823168  
0911-7540438  
[www.tierhilfe-franken.de](http://www.tierhilfe-franken.de)

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN ORTSGRUPPE FÜRTH E.V.

**Für Spenden bedanken wir uns herzlich bei:**

**diversen ungenannten Spendern beim Kids' Marathon in Fürth im Juni (€25)**



Ihre letzte Wanderung angetreten haben:

**Helga Kanzinger  
Irmgard Porst**



Wir werden ihnen ein ehrendes Gedenken bewahren.

Wir heißen unsere neues Mitglied

**Frau Heidi Mitterer-Gajewski**

herzlich willkommen und wünschen Ihr viel Spaß bei unseren Wanderungen!

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF

### TAG DER FRANKEN

Jürgen und Ich besuchten am 2.7.2023 in Bad Windsheim Tag der Franken. Gefeiert wurde im Freilandmuseum, der Eintritt war frei. Ein wunderschönes großes Gelände mit sehr vielen Gehöften und Bauten wie Badehaus oder Schulhaus aus früheren Zeiten konnte man besichtigen. Aus allen Regionen kamen Musikgruppen sowie Tanzgruppen. Auch verschiedene Produktezeuger stellten ihre Waren aus. Vertreten waren auch die Vereine welche Ihre Arbeiten den Besuchern erzählten und darboten. Jürgen und ich waren mit Freunden unterwegs und kamen dann des Fränkische Albverein welcher mit seinen Präsidenten Uli Reinwald sowie die Vizepräsidentin Waltraud Bauer und Mitarbeiter in einem Ausstellungspavillon vertreten war. Ich konnte ein kurzes Gespräch mit beiden führen und Uli lud mich zu einem Kaffee ein. Der Pavillon war gut besucht von interessierten Wandernern. Wie schlenderten dann weiter, denn der Gaumen verlangte auch Kulinarisches und es gab sehr viel und gutes zu Essen und Trinken,

Kaffee und Kuchen, alles was das Herz begehrt. Um 17 Uhr machten wir uns auf den Rückweg. Bevor wir am Bahnhof waren haben wir noch einen Abstecher durch das Bad Windsheimer Altstadtfest gemacht. Somit ging ein erlebnisreicher warmer, sonniger Tag seinem Ende zu. *Bericht und Bild: Sonnhild Rothe Gößwein*



## FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF

## 17.6.2023 Wicklesgreuth – Sachsen – Wicklesgreuth.



Zum Teil mit der S -Bahn, zum Teil mit dem Auto trafen 29 Teilnehmer zu dieser Wanderung am Treffpunkt Wicklesgreuth Bahnhof ein.

Es war schon sehr warm und wir starteten in fröhlicher Runde los. Erhard Wenk war unser Wanderführer, er kennt diese Gegend sehr gut.

Ein ganzes Stück ging es noch der Straße entlang, bevor wir durch Wiesen in den Wald kamen. Bergab war es angenehm zu laufen. Nach ca. 6 Km erreichten wir das Ende des Waldes und unser Blick fiel zum ersten Mal auf die Ortschaft Sachsen.

Wir mussten noch ein ganzes Stück durch die Ort-

schaft gehen um unser Ziel das „Gasthaus Landisch“ zu erreichen.

Schon hatten verschiedene Wanderer Hunger und vor allem hatten wir großen Durst.

Vor dem Gasthaus war für uns schon eingedeckt. Ein herrliches Essen konnten wir uns schmecken lassen. Nach 2 Stunden ging es frisch gestärkt wieder los, doch diesmal ging es fast immer nur bergauf. Es war inzwischen so heiß, die Sonne meinte es sehr gut mit uns.

Die Hälfte der Gruppe fuhr mit der S-Bahn von Sachsen aus zurück, die andere Hälfte wanderte durch den Wald eine Schlucht entlang.

Eine Trinkpause nutzten wir, um schöne Lieder zu singen, welche Walter anstimmte.

Es war eine fröhliche Runde. Oben am Berg angekommen führte uns Erhard über ein stillgelegtes Bahngleis über die Holzbohlen entlang bis nach Wicklesgreuth. Nach insgesamt 14 Km haben wir uns erschöpft in die S-Bahn gesetzt um in Stein, Schweinau und Nürnberg ausgeruht anzukommen.

Eine wirkliche schöne, aber anstrengende Wanderung fand einen tollen Abschluss und unser Dank gilt Wanderführer Erhard.

*Bericht und Bilder: Sonnhild Rothe-Gößwein.*

## 3.6.23 Stadtführung Altdorf mit anschließender kleiner Wanderung

Wir waren zweiundzwanzig Wissbegierige und mit der S-Bahn nach Altdorf angereist. Zuerst brachte ich eine kurze Information über die Stadt Altdorf dar.

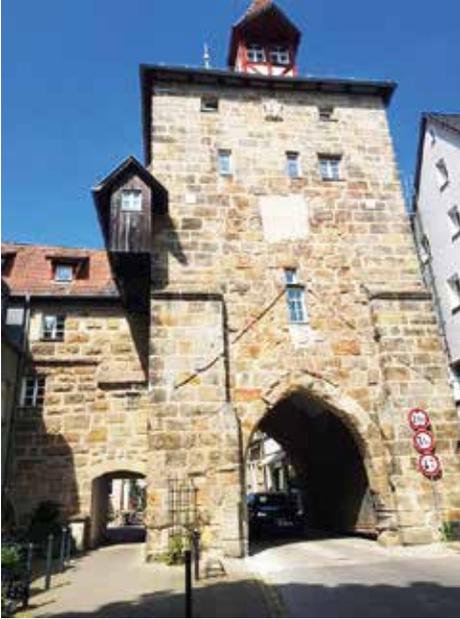
Danach marschierten wir in Richtung Stadt zum Waschweiher und ich erzählte einiges über diesen. Anschließend ging es hinüber zum Roßweiher und dem Oberen Torturm. Unsere nächste Station war der Feilturm, einem Turm der ehemaligen Stadtmauer. Hier gewährte uns ein freundlicher Anwohner Zugang zu seinem Garten, so dass wir den Turm noch besser betrachten konnten.

Hiernach führte ich zum Schlossplatz mit dem Wallensteinbrunnen. Im Schloss residiert jetzt die Polizeiinspektion. Bevor wir am Universitätsmuseum kurz ver-

weilten, besichtigten wir noch den Dokterlesgarten. Hier kann man verschiedene Pflanzenarten ansehen.



## FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF



Leider nicht mehr so viele wie in der Vergangenheit. Der Hof der ehemaligen Universität, dem jetzigen Wichernhaus, war leider verschlossen und konnte nicht besichtigt werden. Vorbei an der Himmelsleiter, einer

ehemaligen Brauerei, jetzt Musikkneipe und Irish-Pub gelangten wir zum Unteren Torturm, ehemals Pfälzertor. Nach kurzem Stopp ging es weiter zum alten Stadtfriedhof mit der Magdalenenkirche.

Schon am Eingang gab ich hierüber Informationen, denn auch hier war einiges Interessantes zum Ansehen. Anschließend liefen wir zurück in die Innenstadt, verweilten kurz am Kulturrathaus und sahen anschließend die kühle Stadtkirche Sankt Laurentius an. Zum Abschluss der Kirchenbesichtigung stimmte Walter noch zwei sehr schöne Lieder an und wir sangen mit. Der Hunger hatte uns jetzt im Griff und wir schritten zur letzten Station dem historischen Gasthaus „Zur Sonne“. Hier hatte ich für uns reserviert.

Nach dem Essen verließen uns hier einige Teilnehmerinnen in Richtung Bahnhof und das Gros der Gruppe machte sich auf den Weg zu Fuß zur Bahnstation Ludersheim.

Hier angekommen mussten wir lesen, dass leider unsere geplante S-Bahn nach Nürnberg ausfällt. Nun teilte sich die Gruppe. Einige blieben an der Bahnstation. Der andere Teil fuhr mit der nächsten S-Bahn zum Kaffeetrinken in die Gegenrichtung nach Altdorf zurück.

*Wanderführer und Bericht: Jürgen Krebs*

*Bilder: Sonnhild Rothe-Göbwein*

## Rundwanderung am 6.5.23 von Henfenfeld nach Engelthal

Mit dem Zug fuhren 12 Wanderer von Nürnberg nach Henfenfeld. Vielen Dank fürs Warten auf die drei „Nachzügler“. Frohen Mutes ging es los, das Wetter war uns hold, gerade richtig zum Laufen. Eine kurze Strecke durch den Ort und schon ging es in den Wald hinein. Am Wegesrand spitzten der Aronstab und weiter schöne Orchideen aus dem Laub. Auch eine Erdkröte und eine Weinbergschnecke kreuzten unseren Weg.

Es war eine Bilderbuchwanderung durch die herrliche Natur und wir erreichten gegen zwölf Uhr unser Lokal „Weißes Lamm“. Ein sehr schönes Gasthaus, liebevoll eingerichtet, höfliches, freundliches Personal und ein sehr, sehr gutes Essen, luden uns die nächsten 90 Minuten zum Verweilen ein.

Die Zeit verging viel zu schnell und wir machten uns auf den Heimweg. Er war ein bisschen anstrengender als der Hinweg, aber diese wunderschöne Landschaft,



## FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF

Berg und Tal mit weiter Aussicht entschädigte uns. Wir kamen durch ein Waldstück, das mit lauter uralten Eichenbäumen bestückt war. Herrlich solche Riesen die Jahrhunderte alt sind, zu bestaunen. Nach kurzer Rast ging es wieder weiter und weil es so schön war, haben wir am Waldesrand zusammen das bekannte Frühlingslied „Der Mai ist gekommen“ gesungen.

Durch die Ortschaft Henfenfeld pilgerten wir wieder zum Bahnhof und zu unseren Autos.

Unser Dank für diese 11 km lange wunderschöne Wanderung gilt Achim Gran, er war unser Wanderführer.

*Bericht: Sonnhild Rothe-Göbwein, Bilder auch und Doris Straub, sowie Jürgen Krebs.*

## 20.05.2023 Lichtenegg Wanderung zum Frauenschuh

Samstag den 20.5.23 fuhr der Fränkische Albverein OG Reichelsdorf-Mühlhof mit den Autos nach Lichtenegg. Jutta unsere Wanderführerin ging gleich einen Weg nach oben an.

Es war ein steiler Weg und so manche stieß dabei an seine Grenzen. Langsam aber stetig ging es vorwärts und mir persönlich fiel es ganz schön schwer. Aber mit mehreren Verschnaufpausen hatten es unser zwölf Teilnehmer geschafft.

Oben angekommen ging es am Kamm entlang und der Blick in die Freie Natur entschädigte uns für die Anstrengung welche hinter uns lag. Leider war es noch etwas zu kühl für diese Jahreszeit, sodass wir nur wenige aufgeblühte Frauenschuh Orchideen betrachten konnten. Doch die wir sehen durften erfreuten uns sehr, so dass wir Anstrengung vergessen konnten. Ein Stück des Weges entlang und schon

ging es wieder bergab. Es war sehr rutschig und man mußte sehr aufpassen, dass man nicht fiel. Wir folgten Jutta noch den Rundweg entlang und kamen alsbald schon zu unseren Autos.

Nach dieser Anstrengung hatten wir uns eine Stärkung verdient und wir fuhrten mit dem Auto zum Gasthaus „Alten Fritz“ dort wurden wir schon erwartet.

Das Essen bekamen wir ganz flott und es schmeckte uns allen gut. Gesättigt ging es wieder mit den Autos nach Hause zurück. Unser Dank gilt unserer

Jutta welche diese Wanderung wieder einmal zu einem tollen Erlebnis werde lies.

*Bericht und Bilder: Sonnhild Rothe-Göbwein*



**Wir backen das  
echte Holzofenbrot**

Jetzt wieder im Sortiment:

Unser **Osterbrot**



Buchauer Holzofenbäckerei · Lehm 6 · Pegnitz-Buchau

Tel. 092 41/ 8121 · [www.holzofenbrot.de](http://www.holzofenbrot.de)

**Unsere Standplätze:**

**Lauf:** Heldenwiese (Kunigundenfest-Platz) · Wiesenstr. 4 · Jeden Di.: 14:50 – 16:40 Uhr

**Nürnberg:** Am Wochenmarkt · Fritz-Munckert-Platz · Jeden Mi.: 11 – 15 Uhr  
Am Wochenmarkt · Palmplatz (St. Johannis) · Jeden Sa.: 7 – 12 Uhr

**Röthenbach a. d. Pegnitz:** Am Wochenmarkt · Jeden Sa.: 8 – 11 Uhr

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF

## 1.7.2023 Etzelwang-Deinsdorf-Hartmannshof.

Am ersten Samstag im Juli machten wir mit Jutta unserer Wanderführerin eine wunderschöne Wanderung. Das Wetter war herrlich, es lachte die Sonne prächtig vom Himmel und der Wind kühlte uns wieder



etwas ab. Mit dem Zug fuhren 15 fröhliche Wanderer nach Etzelwang. Von hier ging es zu Fuß durch eine herrliche Wald und Wiesen Landschaft, manchmal etwas steil Bergauf und natürlich wieder Bergab bis nach Deinsdorf. In Deinsdorf, ein kleiner, aber sehr gepflegter sauber Ort, gingen wir zum sehr schönen



gepflegten Gasthaus mit dem Namen „Zum Fritzen Wirt“. Ein schöner Biergarten erwartete uns, sowie ein netter Wirt empfing uns. Es gab drei Speisen zur Auswahl, Cordon Bleu, Bratwürste und eine selbstgemachte Fleischsulze. Es war ja sehr heiß darum hat die Hälfte unserer Gruppe die Sulze mit Bratkartoffeln gegessen, welche hervorragend schmeckten. Bratwurst und Cordon Bleu mit selbst gemachten Kartoffelsalat waren ebenfalls sehr schmackhaft. Es wurde viel gelacht und erzählt, doch auch die schönsten Stunden sind einmal zu Ende und wir sind wieder aufgebrochen, um nach Hartmannshof zu wandern. Auch dieser Weg führte so schön durch die Natur, so dass „Jung und Alt“ über diese herrliche Wanderung sehr erfreut waren. Mit dem Zug ging es ab Hartmannshof zurück. Jutta hatte wieder einmal eine gute Idee und uns das Wandern schmackhaft gemacht. Alle lobten Sie ausgiebig. Danke.

*Bericht: Sonnhild Rothe-Gößwein*

*Bilder: Jürgen Krebs und S. Rothe-Gößwein*

### Gaststätte „Zur Friedenseiche“

Metzgerei Gaststätte Partyservice

Inhaber Georg List

Nürnberger Straße 15 - 90558 Cadolzburg

Tel: 09103-8260

Mail: metzgerei.list@gmx.de

Web: www.list-cadolzburg.de

**Öffnungszeiten:** werden auf Anfrage schriftlich geändert

Montag, Dienstag, Freitag und Samstag von 8.00 Uhr bis 20.00 Uhr

Mittwoch und Sonntag bis 14.00 Uhr geöffnet! Donnerstag Ruhetag

### Wir bieten in unserer Gaststätte:

- Saalvermietung
- typisch fränkisches Wirtshaus
- Küche wie zu Omas Zeiten
- bietet alles von Brotzeit bis Buffet
- Gaststätte und Hobbymetzgerei
- gemütlicher Innenhof

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF

## 09.07.2023 - Epelein Festspiele in Burgthann



Die Anreise erfolgte je nach Belieben mit der S-Bahn oder mit dem PKW nach Burgthann. Gemeldet waren bei Sonnhild fünfzehn Personen. Wegen der großen Hitze hatten davon bereits fünf Personen ihre Teilnahme vorzeitig abgesagt. So dann waren wir nur noch zehn Teilnehmer am Tag der Aufführung. Vier Teilnehmer kamen direkt mit dem Auto nach Burgthann. Sonnhild und ich auch. Jedoch holten wir vier Damen an der Bahnstation Burgthann ab und fuhren diese als Shuttle zur Burg. Die Lufttemperatur betrug 34 Grad im Schatten. Da es zwei Damen von unserer Gruppe zu heiß war, wollten sie nicht an der Vorstellung teilnehmen. Deshalb fuhr ich sie mit dem PKW zur Bahnstation Burgthann. Gerade rechtzeitig war ich zum Vorstellungsbeginn um 15 Uhr in der Burg zurück. Ein sehr interessantes und lustiges Theaterstück um den Raubritter Epelein mit seinen Spießgesellen, mit Bauern, den Nürnberger Patriziern, dem

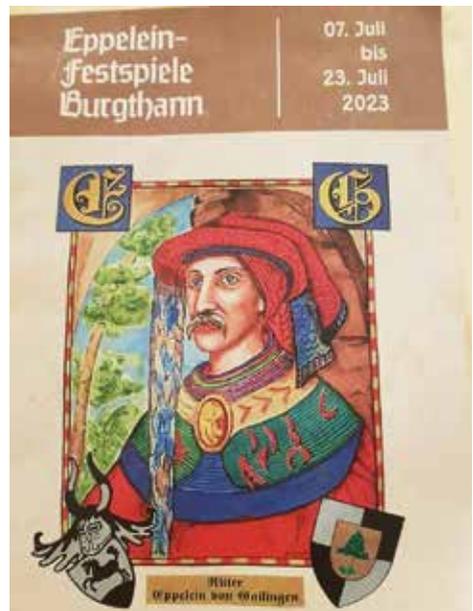


Kaiser u.a. Zeitgenossen wurde uns geboten.

In der Pause spendete der Bürgermeister von Burgthann Mineralwasser für die Besucher. Da meist ein leichter Windzug über die Zuschauertribüne strich empfand man es gar nicht so heiß. Unter langem, anhaltenden Beifall endete die sehr schöne Theateraufführung der Laiendarsteller um 17.30 Uhr und wir fuhren alle mit den Autos zurück nach Nürnberg. Sonnhild hatte eine sehr gute Idee zur Teilnahme an den Festspielen gehabt.

WF: Sonnhild-Rothe Gößwein Bericht: Jürgen Krebs

Bilder: Sonnhild Rothe-Gößwein und Jürgen Krebs



## FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF

### Sommerfest am 22.07.2023

Zu unserem Sommerfest hatten sich zweiunddreißig Wanderfreundinnen und Wanderfreunde um 14 .30 Uhr auf dem schönen Gelände des ARV in Reichelsdorf eingefunden. Der Nachmittag begann gemütlich mit Kaffee und Kuchen. Gudrun hatte den Kaffee und Claudia den Kuchen spendiert. Nach dem Kaffeepausch war die Zeit reif für Musik.

Hierfür hatte Sonnhild gesorgt und Clemens Schellenberger mit seiner Quetschn organisiert. Herr Schellenberger verteilte an den Tischen Liederbücher zum Mitsingen. Er unterhielt uns mit allerlei fränkischer Volksmusik und Wanderliedern. Das Singen machte hungrig und danach gab es Schweinesteaks, fränkische Bratwürste, Kartoffelsalat, Brezen und Brötchen. Langsam neigte sich der Tag und das sehr schöne Sommerfest ging zu Ende.



Bericht: Jürgen Krebs, Bilder: Sonnhild Rothe-Göbwein

### 29.7.23. und 30.7.23 Reichelsdorfer Kirchweih

Am Samstag fanden sich um 13 Uhr 10 Personen am Treffpunkt Reichelsdorfer Bahnhof ein. Wir warteten auf unsere Pferdekutsche welche auch um 13:30 vor Ort war. Rudi befestigte noch unsere Banner vom Fränkischen Albverein an den Wagen fest. So ging es auch schon los. Weil das Wetter zuvor so unzuverlässig war, ist der Kärwaumzug etwas kürzer ausgefallen. Es blieben viele Gruppen zu Hause. Es

hatten sich aber auch einige Zuschauer am Straßenrand eingefunden und die Kinder erfreuten sich über die Bonbons welche ausgeworfen wurden. Nach 1 ½ Stunden war der Festzug am Festplatz angekommen und das Baumaufstellen begann. Darüber kann ich nicht berichten, denn ich ging nach Hause. Am Sonntag 30.7.23 trafen sich zum Tag der Vereine auch unser Fränkischer Albverein um 17:30 im Festzelt.

Es sind nach und nach einige Mitglieder gekommen. Unsere Vorsitzende Claudia Bälz hatte zwei Tischreihen reservieren lassen welche einen guten Standort nahe am Ausgang hatten, es waren 14 Personen anwesend. Die Stimmung war gut und die Musik fing um 19 Uhr zu spielen an. Nach ein paar Stunden verabschiedeten sich nach und nach unsere Mitglieder. Man kann sagen, zwei erfolgreiche Tage neigten sich dem Ende zu.

## Ihr Bäcker aus der Region



**Bäckerei • Konditorei • Café**

info@backhaus-wirth.de • www.backhaus-wirth.de

Bäckerei Wirth • Bärenthal 6 • 91349 Egloffstein • ☎ 09197/8601

Bericht über die Kirchweih:

Sonnhild Rothe-Göbwein

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN ORTSGRUPPE ERLANGEN e.V.



Wir trauern um

**Hermine Rath**, verstorben am 30.5.2023.  
**Barbara Herdegen**, verstorben am 27.7.2023.



Wir werden ihr Andenken in Ehren halten.

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN HERSBRUCK E.V.

## 20 Jahre FAV Ortsgruppe Hersbruck

Am 10.06.2023 feierte die Ortsgruppe Hersbruck ihr 20 jähriges Bestehen als eingetragener Verein. Passend zu einem Wanderverein wurde die Jubiläumsfeier mit einer Wanderung von Rupprechtstegen über die Griesmühle den Quellenweg und Treuf auf den Hohenstein begonnen, um dann stilecht im dortigen Wanderheim weiter zu feiern. Dort wurde die Wandergruppe von Familie Oehme empfangen, die in schon bewährter Weise für das leibliche Wohl der Wanderer und der übrigen Gäste sorgte.

Der Vorstand der Ortsgruppe begrüßte die Besucher des Festes sowie die anwesenden Ehrengäste, den

zweiten Bürgermeister der Stadt Hersbruck, Peter Uschalt, und den Bürgermeister der Gemeinde Kirchensittenbach, Klaus Albrecht. Nachdem sich alle durch Speis und Trank gestärkt hatten, nahm der 1. Vorsitzende der Ortsgruppe, Paul Layritz, die Ehrung der anwesenden Jubilare vor.

Für 20 Jahre Mitgliedschaft wurden **Luise und Hans Treuheit** sowie **Andrea, Gerald und Jan Oehme** geehrt Neben den von Inge Bauer liebevoll gestalteten Urkunden erhielten die Jubilare auch ein gutes Tröpfchen fränkischen Weins.

*H.W.*



## FRÄNKISCHER ALBVEREIN HERSBRUCK E.V.

### TW Jubiläumsweg – 20 Jahre FAV Hersbruck – 16.07.23

Pommelsbrunn – Appelsberg – Heuchling – Bürtel – Neutras – Deinsdorf - Pommelsbrunn. Gehzeit ca. 4 Std., ca. 13 km- WF G.u.A., Oehme. Die erste Wanderung welche die neu gegründete Ortsgruppe Hersbruck vor 20 Jahren angeboten hatte, wurde aufgrund des Jubiläums am 16.07.23 angeboten.

An dieser nahmen 15 Personen teil. Abmarsch war ca. 10 Uhr am S-Bahnhof Pommelsbrunn. Nachdem der steile Anstieg hinauf nach Appelsberg nicht lange auf sich warten ließ, war die erste kleine Verschnaufpause gleich als alle oben angekommen waren.

Weiter ging es über Heuchling und Bürtel nach Neutras zu unserer Einkehr beim „Zum Resn“, wo wir

gemütlich auf der Terrasse saßen und es uns schmecken ließen. Danach der längere Abschnitt. Über Deinsdorf wieder zurück nach Pommelsbrunn war hin und wieder mit kürzeren Anstiegen relativ bequem, bis wir kurz vor Appelsberg einen steilen Abstieg nach Pommelsbrunn hatten. Die Wanderung endete um ca. 15.30 Uhr am S-Bahnhof in Pommelsbrunn. Wanderführer Gerald und Andrea Oehme hatten sich die Mühe gemacht, im Archiv des FAV (Hauptverein) schlau zu machen und haben tatsächlich diese erste Gründungswanderung gefunden. Besten Dank für die Mühe.

G.u.A.O

### Wanderung auf dem Oberpfälzer Jakobsweg

Sieben Mitglieder des Fränkischen Albvereins Hersbruck nebst einem Gastwanderer nahmen die Gelegenheit wahr, einmal „Jakobswegluft“ zu schnuppern. Jakobspilger Horst Wieland führte die Gruppe vom 29.-30.07.2023 auf dem Oberpfälzer Jakobsweg von Markt Kastl nach Feucht. Die zwei Tagesetappen waren jeweils ca. 24km lang.

Nach der Begrüßung mit Erläuterungen zum Jakobsweg startete die Gruppe bei regnerischem Wetter ihre



Jakobusfigur in der Kirche von Sindlbach



Die Wandergruppe vor der Wallfahrtskirche in Trautmannshofen

Wanderung. Der Weg führte durch hügeliges Gelände mit vielen An- und Abstiegen. Es war bedeckt, aber es herrschten angenehme Wandertemperaturen. Auch manchen kurzen Regenschauer mussten die Pilger über sich ergehen lassen. Das bedeutete oft Rucksack absetzen, Regenkleidung anziehen, Rucksack aufsetzen und am Ende des Schauers das ganze wieder in umgekehrter Reihenfolge.

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN HERSBRUCK E.V.

In Trautmannshofen wurde im Gasthaus Schraml das Mittagessen eingenommen. Nach Besichtigung der dortigen barocken Wallfahrtskirche „Mariä Namen“ wanderte die Gruppe bei besserem Wetter ca. 13 km weiter bis zum Tagesziel Sindelbach. Natürlich wurde auch dort die Kirche besichtigt. Besonders beeindruckend war für die Pilger die mannshohe Jakobusfigur. Im Gasthof „Geier“ wurde zunächst hervorragend gespeist und danach die müden Glieder zur

Ruhe gebettet. Am zweiten Tag startete die Etappe bei besserem Wetter um 09:00 Uhr. Die Wanderung führte über Gnadenberg, Rasch, Prackenfels nach Grünsberg. Im dortigen Eiscafé „Postmeister“ wurde zur Mittagszeit eingekehrt. Weiter ging der Weg dann über Altenthann und Rummelsberg zum Endziel Feucht. Mit S- und Regionalbahn fuhr man müde aber stolz, die doch anstrengende Wanderung gemeistert zu haben, zurück ins heimische Hersbruck. *H.W.*

## Tag des Wanderns

Zum Tag des Wanderns am 14.05.23 trafen sich 22 Wanderfreunde zu einer 15km kurzweiligen Tour durch den Fantaisiewald im westlichen Teil des Landkreises Bayreuth.

Nach einem Spaziergang im Schloßpark folgten wir den Spuren der Prinzessin Friederike durch den Fantaisiewald zu weiteren Sehenswürdigkeiten. Über den Markgrafentisch und das Arzloch erreichten wir Mistelbach.

Im Gasthaus Grossmann machten wir unsere Mittagseinkehr mit Oberfränkischen-Schmankerln. Danach wanderten wir über den 411m hohen Buchstein mit seinen beeindruckenden Felsformationen auf Verkehrsberuhigten Wegen zum idyllischen Tierpark Röhrensee. Im dortigen Biergarten konnte noch einmal unser Durst gelöscht werden, bevor es in die Innenstadt Bayreuths und zum Bahnhof Richtung Heimat ging. *I.B.*



**POLSTEREI HEIM + BIRKE**  
Meisterbetrieb

**Kontakt:**

Mögeldorfer Hauptstraße 36  
90482 Nürnberg

Telefon: 0911 / 546 03 40

Fax: 0911 / 760 82 67

Web: [www.heimundbirke.de](http://www.heimundbirke.de)

Email: [info@heimundbirke.de](mailto:info@heimundbirke.de)

**Öffnungszeiten:**

Mo. - Do. : 8.00 - 17.00 Uhr

Fr.: 8.00 - 14.00 Uhr



Neubezüge · Reparaturen · Sonderanfertigungen

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN HERSBRUCK E.V.

### KW zum Kneippbecken

Am 15.06. trafen sich die Wanderer zur Kurzwanderung entlang des Happurger-Stausees, Ziel war das Kneippbecken in Förrenbach.

Dort gab es erst eine deftige Brotzeit und anschließend folgte das Wassertreten. Nach ein paar Stunden Aufenthalt machte sich die Gruppe auf den Heimweg, und mit einer kurzen Einkehr in der Glücksmühle in Happurg beendeten sie diesen schönen Tag.



### KW nach Vorderhaslach

Das Wetter sah nicht vielversprechend aus als wir uns am vereinbarten Treffpunkt zur Kurzwanderung am 28.07.23 zusammen fanden. Aber wir hatten richtig Glück, der Regen machte eine große Pause. Es ging zum sehr idyllisch gelegenen Örtchen Vorderhaslach. Eine Demeter-Hof-Gemeinschaft, welche 1990 von 3 Familien gegründet wurde. Heute leben z. Teil 4 Familien dort und halten Mutterkuhherden u. Coburger Fuchsschafe. Es wird Klee gras, Ackerbohnen, Dinkel, Emmer ( ist zusammen mit Einkorn eine der ältesten Getreidesorten der Welt – eine Weizenart), Roggen, Hafer u Buchweizen angebaut. Für die Erntegemeinschaft baut man Gemüse u Kartoffeln an. Hier kann man Mitglied werden. Im großen Bogen umrundeten wir das Örtchen und genossen schließlich die Schlusseinkehr auf der Edelweißhütte. *K.M.*



Diakoneo

WOHNSTIFT HALLERWIESE



**LEBEN SIE SELBSTBESTIMMT!  
UND WENN SIE UNS BRAUCHEN  
SIND WIR 24/7 FÜR SIE DA.**

### Mein Niveau. Meine Wahl. Wohnstift Hallerwiese

Wir laden Sie herzlich zu einer Hausführung ein, rufen Sie uns an unter 0911 272 143-0.

**Wohnstift Hallerwiese**  
Praterstraße 3,  
90429 Nürnberg  
Tel.: 0911 272 143-0  
[www.wohnstift-hallerwiese.de](http://www.wohnstift-hallerwiese.de)

*weil wir das  
Leben lieben.*

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE SCHNAITTACHTAL

## Quer durch den Eichelberg von Schnaittach nach Neuhof

Anfang Juli machten sich die Mitglieder der FAV-Wandergruppe Schnaittachtal von Schnaittach aus über das weitläufige Gebiet des Eichelberges und Stiftungswaldes mit Zwischenstation Simonshofen auf nach Neuhof.

Im Gasthof Wiethaler machte die Gruppe Rast und ließ sich bei sonnigem Wetter die fränkischen Spezialitäten und das kühle Bier schmecken.

Nach einem Abstecher zur Johanniskirche ging es auf einer Alternativroute erneut über herrliche Waldwege zunächst nach Simonshofen (Einkehr zu Kaffee und Kuchen im Dorfcäfe), ehe man wieder nach Schnaittach zurückkehrte.

Text & Foto:  
Michael Kothe



### Gasthaus Heißmann Morsbrunn 3

91241 Kirchensittenbach  
Tel. 09151 - 95 167

*gute fränkische Küche  
- Freitags Schlachtschüssel -  
hausgem. Wurstwaren:  
geräuchert od. im Glas,  
original Bauernschinken.*

## FRÄNKISCHER ALBVEREIN ABT. NÜRNBERG

Bitte unter Abteilung Wandergruppe Nürnberg (WhatsAPP-Gruppe) anmelden, zwecks Austausch Wanderinfo (Tickets/Änderungen) - Kontakt: Waltraud Bauer (0911- 45 42 90 , waltraud.stumpf@t-online.de)

**„Nur wo Du zu Fuß warst, bist Du auch wirklich gewesen.“** (nach Johann Wolfgang Goethe).

..lautet das Motto unserer Wanderungen und Aktivitäten im kulturellen und gesellschaftlichen Bereich.

### Wir suchen.....

Mitarbeiter (m/w/d) für unsere Abt. Wandergruppe Nürnberg im FAV in ehrenamtlicher Position

**ABTEILUNGSLEITER / IN & WANDERWART /IN** und mehrere **WANDERFÜHRER/INNEN.**

Ansprechpartnerin: Waltraud Bauer (0911- 45 42 90 ,waltraud.stumpf@t-online.de

Wanderprogramm siehe Wanderplan 1. Quartal. Änderungen vorbehalten.

**Mitglieder  
werben!  
... und beim FAV  
mitwandern!**

### Gasthaus „Zur Linde“ · Wollner-Saal Neunkirchener Str. 14 · 91207 Lauf-Heuchling · Tel. 09123 - 28 00

- Täglich gutbürgerlicher Mittags- und Abendtisch
- Nebenzimmer und Saal für: Tagungen, Betriebs-, Vereins-, Familien- und Hochzeitsfeiern von 15 - 450 Personen
- **Fremdenzimmer mit Dusche und WC (für Ihre auswärtigen Gäste)**
- **Dienstag Ruhetag!**

## VERSCHÖNERUNGSVEREIN MORITZBERG E.V.

### Jahr 1 nach Corona mit Start der Vorstandsverjüngung

Liebe Mitglieder des Verschönerungsverein Moritzberg, liebe Äbler und Moritzbergfreunde, Das Jahr 2023 hat erstmals nach 2019 wieder einen normalen Ablauf. Die Jahresmitgliederversammlung hat wie früher im März auf dem Moritzberg stattgefunden.

Der Turm konnte den ganzen Sommer über vom 1. Mai bis 29. Oktober ohne jede Einschränkung geöffnet werden. Und es war für fast jeden Öffnungstag auch ein Turmdienst bereit.

Auch die Moritzbergkirchweih und die umliegenden Kirchweihen haben im gewohnten Umfang stattgefunden, sowie auch einige Veranstaltungen in der Gaststätte und der Moritzbergkapelle.

Es sind leider wieder nur 7 Turmdienstteilnehmer dabei gewesen, was dazu führt, dass wenige davon vie-

le Dienste machen müssen. Glücklicherweise hat das dieses Jahr geklappt. Es ist dennoch unser Wunsch, dass wieder mehr Mitglieder sich zum Turmdienst bereit erklären.

Auch wenn es nur ein oder zwei Dienste sind, entlastet das doch die Anderen. Wenn wir 10 Teilnehmer hätten, würde jeder im Schnitt nur 3 Dienste in 6 Monaten haben.

Wir merken jedoch auch, dass wieder viel mehr geistert wird und mehr Veranstaltungen stattfinden. Im Vergleich zu den Vorjahren sind die Besucherzahlen und damit die Einnahmen merklich zurückgegangen. Wir hoffen, dass sich das wieder verbessern wird.

Angesichts der steigenden Inflation und der sinkenden Einnahmen, sowie der deutlich steigen Beiträge des FAV an Dachorganisationen werden wir nach 7

bzw. 8 Jahren wohl über eine Beitragserhöhung für 2025 sprechen müssen. Und bitte nicht vergessen: Wir benötigen dringend eine weitere Verjüngung im Vorstand.

Das betrifft speziell den Schatzmeister und weiterhin auch den Schriftführer, die beide schon deutlich über 70 Jahre erreicht haben.

Heuer ist der Start der Verjüngung ja gelungen und Andreas Gehrt als neuer 2. Vorsitzender gewählt worden.

Der Übergang ist gut angelaufen, Andreas arbeitet schon aktiv mit und Vorgänger Helmut Günther sorgt bei Bedarf beratend für einen reibungslosen Verlauf. Beiden herzlichen Dank dafür.

Wir wünschen allen Äblern eine schöne und gesunde Wanderzeit im Herbst!

*Klaus-Peter Kreuzer*

## Ihr neuer Schrank

Wir fertigen Einbauschränke nach Ihren Maßen, Ihren Wünschen in bester Schreiner-Qualität.



### Schreinerei · Küchenstudio

Beerbacher Weg 16  
91207 Lauf-Neunhof  
Telefon 09126/2944-0  
[www.woelfel-gmbh.de](http://www.woelfel-gmbh.de)

## TSV 1860 DINKELSBÜHL WANDERGRUPPE DER TURNABTEILUNG

### Ein kostbares Kräutlein

Zwei Mägde, Brigitte und Walpurga, gingen der Stadt zu und jede trug einen schweren Korb voll Obst auf dem Kopfe. Brigitte murkte und seufzte beständig. Walpurga aber lachte und scherzte. – Brigitte sagte: Wie

magst du doch lachen? Dein Korb ist ja so schwer wie der meinige, und du bist um nichts stärker als ich. – Walpurga sprach: Ich habe ein gewisses Kräutlein zur Bürde gelegt; daher fühle ich sie kaum. – Ei, rief Brigitte, das muß ein kostbares Kräutlein sein. Ich möchte mir meine Last damit auch erleichtern. Sage mir doch, wie es heißt. – Walpurga antwortete: Das kostbare Kräutlein,



das alle Beschwerden leichter macht, heißt – Geduld.

Leichter trägt, was er auch trägt,  
Wer Geduld zur Bürde legt.

*(Quelle: 190 Geschichten für die Jugend von Christoph von Schmid; <https://www.projekt-gutenberg.org/schmid/erzjugen/chap032.html>)*

*Bilder: Sonnhild Rothe Göbwein)*

## WIR VERLOSEN...

**3 x „Wanderführer HOCHRHÖNER® – Fernwanderweg“**

von Julian Gick.

**Senden Sie die „LÖSUNG AUS DEM KREUZWORT  
RÄTSEL VON SEITE 64“**

**mit Ihrer Adresse und Mitgliedsnummer**

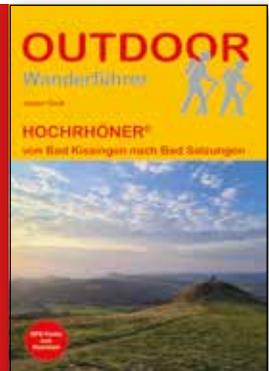
**bis zum 23.10.2023**

**an [verlosung@verlag-hopfner.de](mailto:verlosung@verlag-hopfner.de).**

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen!

Ihre Daten werden ausschließlich zur Gewinnermittlung  
verwendet und nach der Ziehung vernichtet.

**Die Redaktion und die Vorstandschaft  
sind von der Verlosung ausgeschlossen!**



Ursache, Grund (lat.)	↘	Lärm, Ulk	Währung auf Samoa	↘	zweigliedr. Summe	Verkehrssignalanlagen	plötzlich, unerwartet	↘	Erschütterung	↘	altgriech. Grabsäule	Bruder von Kain
Vermögenswerte	→						europ. TV-Satellit	↻ 11				
Lanzenreiter	→	↻ 16			Wohnzins	→					Mutter des Perseus (griech. Myth.)	
lässig, ungezwungen	→						Geliebte, Angehraute	→			↻ 1	
↖					Entstehung, Entwicklung		niederl. Käsestadt	↻ 12	Fell der Bärenrobbe			
türkisches Bad	folglich		eh. Maßinh. des Luftdrucks	Schienstrang	↻ 6					Sprache des Internets		Zweifingerfaulier
zwölf Stück	→							↻ 10	Gaststättenart	Ort für die Holzung (Forstw.)		
↖	↻ 15			Hochruf		respektieren, schätzen	→					
Vorsilbe: naturnah, -belassen		schmerzhaftes Gliederreißen	↻ 3						Inskrift am Kreuze Jesu		Kose-name der Großmutter	
↖						Flugzeugbesatzung	durchtriebener Mensch	→				
Refrain (engl.)		nicht rund	Garten-garät, Harke	→						unpas-sender Augenblick		mit Namen erwähnen
ohne Inhalt	→	↻ 2			Schrecken, Entsetzen		Sinnesorgan (Wz.)	Verfall, Zusammenbruch	→		↻ 7	
↖			Spionin	→							altes Längenmaß	
kurz für: Alphabet	Nieder-schlags-art		Männer-kurzname	Kfz.-Z.: Ruanda	→	↻ 4		einheitlicher Farbton	japan. Richtung des Buddhismus	↻ 13		
Papstkrone	↻ 9					unsauber schreiben	→					
↖				foppen, hänseln	→				franz.: Insel	→		↻ 5
Weidwerk		kurz für: in das			↻ 8	Lose ohne Gewinn	→	↻ 14				

© RateFLUX, 2023-443-002

Die Lösung heißt:

1 2 3

4 5 6

7 8 9

10 11 12

13 14 15 16



**Fränkischer Albverein e.V Bund, Sitz in Nürnberg**

Geschäftsstelle: **Heynestr. 41, 90443 Nürnberg, Tel. 0911- 429582 (AB), Fax. 0911-429592  
E-Mail [info@fraenkischer-albverein.de](mailto:info@fraenkischer-albverein.de), [www.fraenkischer-albverein.de](http://www.fraenkischer-albverein.de)**

Öffnungszeiten Mittwoch 14:00-17:00 Uhr, außerhalb der Geschäftszeiten Tel.-& E-Mail-Weiterleitung. Bitte wenden Sie sich an die Vizepräsidentin Waltraud Bauer, Tel. 0911-454290).

**Fränkische-Alb-Bibliothek, Heynestr. 41, 90443 Nürnberg**

Öffnungszeiten Mittwoch 14:00 -17:00 Uhr  
Betreuung durch den Bibliothek-Arbeitskreis, [Bibliothek@fraenkischer-albverein.de](mailto:Bibliothek@fraenkischer-albverein.de)

Präsident Ulrich Reinwald, Wimpfener Straße 11, 90441 Nürnberg, Tel. 0176-22384729, [uli.reinwald@gmx.de](mailto:uli.reinwald@gmx.de)

Vizepräsidentin Waltraud Bauer, Dallingerstrasse 41, 90459 Nürnberg, Tel.0911-454290  
[waltraud.stumpf@t-online.de](mailto:waltraud.stumpf@t-online.de)

Vizepräsidentin Anne Wieneke, Nürnberg, [vize.annewieneke@fraenkischer-albverein.de](mailto:vize.annewieneke@fraenkischer-albverein.de)

Vizepräsident zurzeit nicht besetzt

Ehrenpräsident Karlheinz Schuster, Wieseler Str.18, 90489 Nürnberg, Tel. 0911-565268, [Karlheinz.Schuster@magenta.de](mailto:Karlheinz.Schuster@magenta.de)

Geschäftsführer Gerdi Nowack, Heynestr. 41, 90443 Nürnberg, Tel. 0911-429582 (AB+Wltg.), [info@fraenkischer-albverein.de](mailto:info@fraenkischer-albverein.de)

Schatzmeister zurzeit nicht besetzt

Schriftführer Bernhard Ittner, Heynestr. 41, 90443 Nürnberg, Tel.0911-429582 (AB+Wltg.), [info@fraenkischer-albverein.de](mailto:info@fraenkischer-albverein.de)

Wegereferent zurzeit nicht besetzt

Hauptwanderwart zurzeit nicht besetzt

Projektarbeit Jürgen Lange Tropper, Waechterstrasse 4, 90489 Nürnberg, Tel. 0911-34020924  
mobil 01523-1767131, [j.Lange-Tropper@web.de](mailto:j.Lange-Tropper@web.de)

Redaktion Arbeitskreis [Redaktion@fraenkischer-albverein.de](mailto:Redaktion@fraenkischer-albverein.de)

Hauptnaturschutzwart zur Zeit nicht besetzt

Kulturreferent Josef Wintrich, Pirckheimerstr. 134, 90409 Nürnberg

Rechtsreferent zurzeit nicht besetzt

Pressereferent Ralf Bothe, Dortmunder Str.20, 90425 Nürnberg, [RalfBothe@t-online.de](mailto:RalfBothe@t-online.de)

Hausreferentin Andrea Oehme, Obere Grabenstr.7, 91217 Hersbruck, Tel. 09151-905239, [Angeraja@web.de](mailto:Angeraja@web.de)

Webmaster	Andreas Schmidt, Am Ebersbach 7, 90518 Altdorf, Webmaster@fraenkischer-albverein.de	
Kartenwart	Andreas Schmidt, Am Ebersbach 7, 90518 Altdorf, Webmaster@fraenkischer-albverein.de	
Archiv	Kurt Griesinger, Mühlfeldstr.10, 90451 Nürnberg, Tel. 0911-644367, KGriesinger@t-online.de	
Datenschutzbeauftragter	Kurt Griesinger, Mühlfeldstr.10, 90451 Nürnberg, Tel. 0911-644367 KGriesinger@t-online.de	
Konto Hauptverein	Sparkasse Nürnberg IBAN: DE05 7605 0101 0001 3507 66 BIC: SSKNDE77XXX	

## **Deutsche Wanderjugend im Fränkischen Albverein e.V Bund (DWJ. im FAV-BUND)**

Hauptjugendwart Martin Tropper, Kobergerstr. 68,90408 Nürnberg,  
mobil 0176-76679901, Martin\_Tropper@gmx.de



Stellv. Hauptjugendwart zurzeit nicht besetzt

Kassier DWJ im FAV zurzeit nicht besetzt

Konto DWJ im FAV Sparkasse Nürnberg IBAN: DE 95 7605 0101 0005 1896 67 BIC: SSKNDE77XXX

### **Impressum**

Herausgeber Fränkischer Albverein e.V Bund (gegr.1914), Heynestr.41, 90443 Nürnberg,  
Tel. 0911-429582(AB) Fax. 0911-429592  
E.-Mail [info@fraenkischer-albverein.de](mailto:info@fraenkischer-albverein.de) , [www.fraenkischer-albverein.de](http://www.fraenkischer-albverein.de)

Bücherecke Arbeitskreis Bibliothek, Heynestr.41, 90443 Nürnberg, [Bibliothek@fraenkischer-albverein.de](mailto:Bibliothek@fraenkischer-albverein.de)

Redaktion Redaktion Arbeitskreis Fränkischer Albverein e. V.,  
[Redaktion@fraenkischer-albverein.de](mailto:Redaktion@fraenkischer-albverein.de)

Verlag & Grafik Verlag Wolfgang Hopfner, Geissee Str.13, 90439 Nürnberg,  
Tel.0911-941508-17, [www.verlag-hopfner.de](http://www.verlag-hopfner.de)

Satz & Druck PRIWEDA Inh. Thomas Harald Schmid, Hopfengartenweg 11, 90451 Nürnberg  
Tel.011-98 95 300, [info@priweda.de](mailto:info@priweda.de)

Der Abdruck von Beiträgen ist auch auszugsweise nur mit Angaben der Quelle erlaubt. Um Zusendung eines Belegexemplares wird in diesem Falle gebeten. Unaufgefordert eingereichte Manuskripte und Bilder werden nur zurückgesendet, wenn Rückporto beigefügt wurde. Für den Inhalt der Beiträge ist der Autor verantwortlich. Die Beiträge entsprechen dabei nicht unbedingt der Auffassung von Herausgeber und Schriftleitung. Redaktionsschluss ist jeweils der 10. der Monate Februar, Mai, August und der 1. November. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten. Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier.

Hier finden Sie alle Ortsgruppen mit Adressen und Ansprechpartner

**FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE AISCH-AURACHGRUND e.V., SITZ: NEUSTADT a.d. AISCH**

1. Vorsitzende: Ursula Wiechert, Brunn, Schafleite 12, 91448 Emskirchen, Tel. 09104-2585, wiechertursula@outlook.de  
 2. Vorsitzende: Winfried Zeidner, Ullstadt, Galgenstraße 11, 91484 Sugenheim, Tel. 09164-696,  
 Winni-Zeidner@t-online.de  
 Kasse: Werner Neudecker, Löblerinweg 28, 91413 Neustadt/Aisch, Tel. 09161-873656, Neudecker.W@t-online.de  
 Schrift + Wanderwart: Charlotte Heydemann-Kaphingst, Weingasse10, 91468 Gutenstetten, Tel.09163-7718,  
 ChKaphingst@t-online.de  
 Medienwart: Heidi Pawlitschek, Am Pfalzbach 3, 91413 Neustadt/Aisch, Tel. 09161-875406,  
 HeidiPawlitschek@kabelmail.de  
 Bankverbindung: Sparkasse Neustadt, IBAN: DE31 7625 1020 0225 0777 75 BIC:BYLADEM1NEA



**BÄRNHOF BÄRNHÜTT'N**

1. Vorsitzende: Günther Tuchbreiter, Bärnhof 8, 91284 Neuhaus, Tel. 09156-571, Tuchbreiter@web.de  
 2. Vorsitzender: Michael Wilhelm, Krottensee 77, 91284 Neuhaus, Tel. 09156-1590



**TSV 1860 DINKELSBÜHL WANDERGRUPPE DER TURNABTEILUNG**

Wanderführer: Gerhard Schneider, Sonnenstr. 10, 91550 Dinkelsbühl, Tel. 09851-29 01  
 Kassier: Gerhard Schneider, Sonnenstr. 10, 91550 Dinkelsbühl, Tel. 09851-29 01  
 Bankverbindung VR-Bank Dinkelsbühl, IBAN: DE17 76591000 0000003255



**FRÄNKISCHER ALBVEREIN ORTSGRUPPE ERLANGEN e.V.**

1. Vorsitzender: Klaus Helgert, Heiligenlohstr. 1, 91056 Erlangen, Tel. 01520-19 72 804,  
 Klaus.Helgert.KH@googlemail.com  
 2. Vorsitzende: Heidemarie Müller, Waldstr.26, 91054 Erlangen, Tel. 09131-28776, heidimueller@magenta.de  
 Wanderwart: kommissarisch Klaus Helgert  
 Kassier: Dirk Engl, Schubertstraße 8, 91207 Lauf, Tel. 0151 61038869  
 Medienwartin+Schriftführerin: Ingeborg Meusel, Hutweide 57, 91054 Buckenhof, Tel. 09131-54122,  
 Ingeborg.Meusel@t-online.de  
 Kultur: Peter Stamminger, Atzelsberger Steige 15b, 91054 Erlangen, Tel. 09131-207241, Peter.Stamminger@t-online.de  
 Naturschutz: Klaus Helgert, Heiligenlohstr. 1, 91056 Erlangen, Tel. 01520-19 72 804,  
 Klaus.Helgert.KH@googlemail.com  
 Bankverbindung: Sparkasse Erlangen, IBAN: DE95 7635 0000 0050 0062 50, BIC: BYLADEM1ERH



**FRÄNKISCHER ALBVEREIN ORTSGRUPPE FÜRTH e.V.**

1. Vorsitzender: Frank Gläser, Grillparzerstr. 1, 90765 Fürth, Tel. 0911-7395541, Mobil 0179-7629139  
 frank\_schulze@t-online.de  
 2. Vorsitzender: Norbert Eichler, Allensteinerstr. 3, 90766 Fürth, Tel. 0911-9711013  
 Kassier: Christian Popp, Nelkenweg 27, 90768 Fürth, Tel. 0176-80434114  
 fav-fuerth-kassierer@magenta.de  
 Schriftführerin: Gabriele Graf-Kott, Heinrichstr. 4, 90574 Rosstal, Tel. 09127- 9543040  
 Mobil: 0157-32470494  
 Wanderwart: Heinz Meier, Sudetenstraße 2a, 90616 Neuhof an der Zenn, Tel. 09107-586  
 Naturschutzwart : zur Zeit nicht besetzt  
 Medienwart: Marcel Rojahn, Nedlitzerstr. 22D, 14469 Potsdam, fav-fuerth-medienwart@magenta.de  
 Bankverbindung: Sparkasse Fürth, IBAN: DE67 7625 0000 0000 0131 93 BIC: BYLADEM1SFU



**FRÄNKISCHER ALBVEREIN HERSBRUCK e.V.**

1. Vorsitzender: Paul Layritz, Poststraße 18, 91217 Hersbruck, Tel. 0151-11512153, paul.layritz@t-online.de  
 2. Vorsitzender: Horst Wieland, An der Schwärz 3, 91241 Kirchensittenbach, Tel. 09151-96787  
 Rita-Wieland@web.de  
 Ehrenvorsitzender: Reinhold Michl, Hufelandstr.222, 90419 Nürnberg, Tel. 0911-344047  
 Schriftführerin: Hildegard Loos, Poststraße 18, 91217 Hersbruck, Tel. 09151- 7209589,, Hilde.Loos@hotmail.de  
 Wanderwartin: Inge Bauer, Ellenbacher Str.16, 91217 Hersbruck, Tel. 09151-8300735, Mobil 01590-3835286,  
 IngeBauer51@web.de  
 2. Wanderwart: Jan Oehme, Obere Grabenstr.7, 91217 Hersbruck, Mobil 0178-6837610  
 Kassier: Horst Wild, Seidelbaststr.1, 91217 Hersbruck, Tel. 09151-5418, HorstWild@web.de  
 Bankverbindung: Sparkasse Nürnberg-Hersbruck IBAN DE16 7605 0101 0005 2008 86



## GRUPPEN & VEREINE IM FAV

### LEHENTALER HEIMATVEREIN e.V.

1. Vorsitzender: Josef Lutter, Lehendorf 12, 92268 Etzelwang, Tel. 09154-46 79, Josef.Lutter@partner.helvetia.de  
Vereinslokal: Gasthof „Peterhof“ Lehendorf 19, 92268 Etzelwang, Tel. 09154-4703  
Bankverbindung: Sparkasse Sulzbach Rosenberg, Kto: 380 340 000 BLZ: 752 500 00



### VERSCHÖNERUNGSVEREIN MORITZBERG e.V.

Kontakt: info@verschoenerungsverein-moritzberg.de, www.verschoenerungsverein-moritzberg.de  
1. Vorsitzender: Klaus-Peter Kreuzer, Oleanderweg 18, 90768 Fürth, Tel. 0911-75 300 99, Fax: 75 300 95, K-P.Kreuzer@moritzberg.info  
2. Vorsitzender: Andreas Gehrt  
Schrift+Webmaster: Friedrich Kalb, Erlenstegenstr.124, 90491 Nürnberg, Tel. 0911-591373. Fax. 032221162900, F.Kalb@moritzberg.info  
Bankverbindung: Sparkasse Nürnberg, IBAN: DE57 7605 0101 0240 3010 85



### FRÄNKISCHER ALBVEREIN e.V. BUND ABTEILUNG WANDERGRUPPE NÜRNBERG

**Heynstraße 41, 90443 Nürnberg Tel. 0911-42 95 82 (AB), Fax 0911-42 95 92**

Abteilungsleiter: zurzeit nicht besetzt

Wanderwart: zurzeit nicht besetzt

Ansprechpartner: Waltraud Bauer, Dallingerstr. 41, 90459 Nürnberg, Tel. 0911-454290,

Waltraud.stumpf@t-online.de

Bankverbindung: Sparkasse Nürnberg, IBAN: DE05 7605 0101 0001 3507 66 BIC.SSKNDE77XXX



### FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF

**Postanschrift: Geschäftsstelle FAV-Gruppe Reichelsdorf/Mühlhof,**

**Reichelsdorfer Hauptstr.131,90453Nürnberg, Tel. 0911-630298**

1. Vorsitzende: Claudia Bälz, Leuterhauser Straße 56A, 90453 Nürnberg, Tel. 0911-6312122, Baelz.Claudia@gmx.de

2. Vorsitzende: Christine Ellmann, Mannheimer Straße 17, 90443 Nürnberg

Kasse: Rudi Lutz, Reichelsdorfer Hauptstraße 131, 90453 Nürnberg, Tel. 0911-630298

Schriftführerin: Gudrun Paul, Walter-Flex-Str. 96, 90453 Nürnberg, Tel. 0911-637709, G.Paul@gmx.net.

Wanderwarte: unbesetzt ab Juli 2020

Vereinslokal: Sportgaststätte des SVNürnberg Reichelsdorf, Schloßleinsgasse 9, 90453 Nürnberg, Tel. 0911-96449667

Vereinsnachmittag: Die Vereinsnachmittage finden regelmäßig am dritten Dienstag eines jeden Monats statt

Ehrenvorstände: Adolf Dremel

Postanschrift: Geschäftsstelle Reichelsdorfer Hauptstr. 131, 90453 Nürnberg

Bankverbindung: auf Anfrage



### FRÄNKISCHER ALBVEREINGRUPPE SCHNAITTACTHAL FAV-Gruppe-Schnaittachtal@web.de

1. Vorsitzende: Christine Karl-Peters, Hahnenweg16, 91220 Schnaittach, Tine-Karl@web.de

2. Vorsitzender: Joachim Schwarz, Joachim.Schwarz@j-s-online.de

Wanderwartin: Mechthild Zenk, YinundYang@t-onlinde.de

Kassier: Michael Kothe, Michael\_Kothe@freenet.de

Schriftführer: Detlef Dornauer

Sonderaufg. Datenschutz: Joachim Schwarz, Joachim.Schwarz@j-s-online.de

Wegereferent: Udo Schuster, Michael-Doser-Str.24, 91220 Schnaittach, Udo\_Schuster@t-online.de

Medienreferent: Michael Kothe, Michael\_Kothe@freenet.de kommissarisch

Jugendwartin: Annegret Kemper

Bankverbindung: Sparkasse Nürnberg, IBAN: DE45 7605 0101 0013 2707 64



### FRÄNKISCHER ALBVEREIN SCHWABACH e.V.

1. Vorsitzender: Siegfried Bauer, Dallingerstr.41, 90459Nürnberg, Tel. 0911-454290, Bauer.Siggi@web.de

2. Vorsitzender: Dr. Henry Siggelkow, Wildbirnenweg 49, 91126 Schwabach, Tel. 09122-839644

Vorstand@fav-schwabach.de

Schriftführer: Bernhard Ittner, bernhard.ittner@web.de

Kassier: Richard Haussner, Ringstr. 38, 91126 Retnitzhembach, Tel. 09122-78524,Fam.Haussner@web.de

Wanderwartin: Waltraud Bauer, Dallingerstr. 41, 90459 Nürnberg, Tel. 0911-454290, Waltraud.stumpf@t-online.de

Naturschutzwart: Roland Beck, An den Rampen 9, 90443 Nürnberg, Tel. 0911-92339019, Roland.McBeck@gmx.de

Medienwart: Walter Müller, medien.presse@fav-schwabach.de

Jugendwartin: Waltraud Bauer. kommissarisch

Kulturwartin: Lisa Rikirsch, Schwabacher Straße 28, 91126 Rednitzhembach, Tel. 09122-72261, Roland.Rikirsch@t-online.de

Bankverbindung: Sparkasse Mittelfranken-Süd, IBAN: DE80 7645 0000 0231 4265 45, BIC: BYLADEM1SRSS





# Werbeartikel

in der Geschäftsstelle

Fränkischer Albverein e.V. Bund  
Heynestr. 41, 90443 Nürnberg  
Tel: 0911/ 42 95 82- Fax: 0911/ 42 95 92  
info@fraenkischer-albverein.de

bestickte FAV-Aufnäher

silbergrün: 1,30 € • silbergrün/Schriftzug: 2,- € • goldsilbergrün: 6,25 €



## Beitrittserklärung Tel. (mittwochs 14-17 Uhr): 0911- 42 95 82

zum Fränkischen Albverein e.V. Bund / Gruppe(n) - bitte entsprechend ankreuzen-

Fränkischer Albverein e.V. Bund (Hauptverein)	
Fränkischer Albverein GRUPPE Aisch-Aurachgrunk e.V. Sitz: Neustadt a.d.Aisch	
Bärnhof Bärnhütt'n	Verschönerungsverein Moritzberg e.V.
TSV 1860 Dinkelsbühl Wanderabteilung	Fränkischer Albverein Abt. Wandergruppe Nürnberg
Fränkischer Albverein Ortsgruppe Erlangen e.V.	Fränkischer Albverein Gruppe Reichelsorf-Mühlhof
Fränkischer Albverein Ortsgruppe Fürth e.V.	Fränkischer Albverein Gruppe Schnaittachtal
Fränkischer Albverein Hersbruck e.V.	Fränkischer Albverein Schwabach e.V.
Lehentaler Heimatverein e.V.	
Fränkischer Albverein GRUPPE:	

**Ich erkläre hiermit meinen Beitritt zum FAV e.V. Bund / Gruppe(n) ab 01. Januar:**

→ → → rückwirkend auszufüllen für das laufende Jahr

### Vollmitglied:

Nachname: ..... Vorname: .....

Geburtsdatum: ..... Beruf (falls Rentner, auch früheren Beruf): .....

Straße, Hausnr.: ..... PLZ, Wohnort: .....

Tel.- Nr.: ..... E-Mail .....

### Anschlussmitglied:

Nachname: ..... Vorname: .....

Geburtsdatum: ..... Beruf (falls Rentner, auch früheren Beruf): .....

Straße, Hausnr.: ..... PLZ, Wohnort: .....

Tel.- Nr.: ..... E-Mail .....

### Familienmitglieder:

Nachname: ..... Vorname: ..... Geburtsdatum: .....

Nachname: ..... Vorname: ..... Geburtsdatum: .....

Nachname: ..... Vorname: ..... Geburtsdatum: .....

Datum ..... Unterschrift .....

Bitte beachten Sie die Rückseite! Sie müssen die Beitrittserklärung auch auf der Rückseite ausfüllen und unterschreiben.



# DAS SPORTSCHECK VORTEILS- PROGRAMM

Als Mitglied beim Fränkischen Albverein profitierst du vom kostenlosen Vorteilsprogramm in den Filialen und im Onlineshop



QR-Code mit der Handykamera scannen und registrieren

## RABATTE · BONUSPUNKTE · CASHBACK

- ◆ **10% Nachlass** auf das komplette SportScheck Sortiment\*
- ◆ **30%** auf alle Filialservices und Testequipment
- ◆ **6-Wochen-Zufriedenheitsgarantie\*\***
- ◆ **Bonuspunkte** sammeln und Gutscheine sichern\*\*\*
- ◆ **SportScheck unterstützt den Fränkischen Albverein mit 3-5% Cashback** vom gesamten Umsatz der Mitglieder\*\*\*\*

## SportScheck

SPORTSCHECK.COM

\* 10% auf das gesamte Sortiment von SportScheck (auch auf bereits reduzierte Artikel), gültig in allen SportScheck Filialen (ausgenommen Outlets) und auf sportscheck.com. Ausgenommen sind Elektronikartikel, SUP-Artikel und Artikel mit Direktversand durch Partner. Nicht mit anderen Sonderaktionen oder Vorteilscoupons kombinierbar. Nicht einlösbar beim Kauf von Geschenkgutscheinen und Event-Tickets.

\*\* Umtausch gegen Artikel oder Gutscheine innerhalb 6 Wochen nach Kauf möglich. Ausgenommen personalisierte Artikel sowie Gesundheits- oder Hygieneartikel nach Entsiegelung.

\*\*\* Für jeden Einkauf bei SportScheck erhältst du Bonuspunkte in Höhe von 3% des Einkaufswertes. Ein Punkt entspricht 0,01€.

\*\*\*\* 3-5% Cashback auf den gesamten Umsatz nach Retouren aller Mitglieder. Auszahlung erfolgt jährlich.

## Stammgäste erhalten die Kataloge automatisch ab 20.09. per Post

### Mehrtagesreisen im Advent 2023

**Wien 2 Tage 220 €**  
18.-11.12.23 **Wien** 2 Tage  
Schöne Hofweitere / Schönbrunn

**Magdeburg + Halle 2T 220 €**  
18.-12.23 1 x HP **Magdeburg**

**Dresden 10.-11.12. 2 Tage 240 €**  
Doppelzimmer **Dresden** - Hellweg  
18.-12.23 1 x HP **Dresden**

**Advent in den Höhen 199 €**  
18.12.-11.12.23 2 Tage  
Harz **Waldgärten** - **Quellberg** - **Goar**

**Elsaß 03.-04.12.23 2 Tage 280 €**  
Colmar - **Freiburg** - **Östertal** - **St. Blasien**

**Ravennaschlucht 03.-04.12. 220 €**  
1-tägig **Ravennaschlucht** - **Baden** - **Baden** 2 Tage

**Mosel 10.-12.12.23 3 Tage 359 €**  
Trier - **Lutzerath** - **Welsch** - **Schöps** - **Altrath**

**Lüneburg 29.11.-01.12. 3Tage 360 €**  
1-tägig **„Jule Markt“** - **U Lüneburg**

**Spreealdweihnacht 3 T 360 €**  
01.-03.12.23 **Brandenburg** - **Calitz**

**Aachen 24.-26.11.23 3 Tage 399 €**  
1-tägig **„Jule Markt“** - **Lüttich** - **Flüssing** - **Wittlich**

**Salzburg im Advent 2 oder 3 Tage**  
01.-02.12.23 2 Tage **Pr. - Sa** ab 199 €  
18.-11.12.23 3 Tage **So - Mo** ab 204 €  
8 in Salzburg in Kombination zur Alpbachtal

**Wolfgangsee 08.-10.12.3T 390 €**  
1-tägig **Wolfgangsee** - **Salzburg** - **Obertauern** - **„Silber Nacht Kapelle“**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Prag 03.-04.12.23 2 Tage 220 €**  
Adventsmärkte 4-Sterne-H. in **Altstadt**  
Besichtigung **Prag** mit **Heurade** am See

**Matterhorn 01.-04.12.23 5T 599 €**  
Zermatt - **St. Moritz** - **Tignes** - **Eviter** - **Les**  
Matterhorn **St. Moritz** - **Tignes** - **Eviter** - **Les**  
3-Sterne-Hotel **Eviter** - **Les** - **Eviter** - **Les**  
Wanderwege **Wolfgangsee** - **Salzburg**

**Adventsmärkte 4-Sterne-H. in Altstadt**  
Besichtigung **Prag** mit **Heurade** am See

**Matterhorn 01.-04.12.23 5T 599 €**  
Zermatt - **St. Moritz** - **Tignes** - **Eviter** - **Les**  
Matterhorn **St. Moritz** - **Tignes** - **Eviter** - **Les**  
3-Sterne-Hotel **Eviter** - **Les** - **Eviter** - **Les**  
Wanderwege **Wolfgangsee** - **Salzburg**

**Weihnachten 2023**

**Weihnachten am Gardasee ab 599 €**  
23.-24.12.23 2 Tage **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Südtiroler Bergweihnacht ab 660 €**  
23.-24.12.23 2 Tage **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Traditionelle Weihnachten Alpenwelt**  
Brixen - **Wengen** - **Wengen** - **Krippen**  
1-tägig **Wengen** - **Wengen** - **Krippen**  
3 x HP **Hotel** **Wengen**\*\*\*\*

**Weihnachten im 5\*-Hotel ab 750 €**  
23.-24.12.23 2 Tage **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Traditionelle Weihnachten Alpenwelt**  
Brixen - **Wengen** - **Wengen** - **Krippen**  
1-tägig **Wengen** - **Wengen** - **Krippen**  
3 x HP **Hotel** **Wengen**\*\*\*\*

**Weihnachten im 5\*-Hotel ab 750 €**  
23.-24.12.23 2 Tage **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Traditionelle Weihnachten Alpenwelt**  
Brixen - **Wengen** - **Wengen** - **Krippen**  
1-tägig **Wengen** - **Wengen** - **Krippen**  
3 x HP **Hotel** **Wengen**\*\*\*\*

### Silvester 2023

**Gardasee 5 Tage ab 599 €**  
21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Piemont 5 Tage ab 699 €**  
21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Lago Maggiore 5 Tage ab 660 €**  
21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Comer See 5 Tage ab 799 €**  
21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Allgäu 12 Tenöre 3 Tage ab 570 €**  
20.12.23 - 01.01.24 4-Gang-Silvester-Menu  
1-tägig **Wengen** - **Wengen** - **Krippen**  
3 x HP **Hotel** **Wengen**\*\*\*\*

**Leipzig Gewandhaus 3T ab 550 €**  
1-tägig **Wengen** - **Wengen** - **Krippen**  
3 x HP **Hotel** **Wengen**\*\*\*\*

**Baden-Baden 4 Tage ab 660 €**  
20.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Salzburger Land 5 Tage ab 699 €**  
21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Südtirol 5 Tage ab 699 €**  
21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Zermatt 4 Tage ab 770 €**  
20.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Vierwaldstätter See ab 599 €**  
20.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg**  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**Prag 30.12.23 - 02.01.24 4T ab 660 €**  
Silvesterfest **Prag** - **Prag** - **Prag** - **Prag**  
3 x HP **Hotel** **Prag**\*\*\*\*

**Tagesfahrten Advent**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**

**21.12.23 - 01.01.24 **Wolfgangsee** - **Salzburg****  
3-Sterne-Hotel **Erlebnis am See**