

DIE FRÄNKISCHE ALB



ZEITSCHRIFT FÜR WANDERN, KULTUR UND NATURSCHUTZ



KREUZWORTRÄTSEL S. 65

Gut geleitet auf markierten Wegen



Wanderreisen 2024



Elbsandsteingebirge Malerweg

01.07. – 04.08.24
22.08. – 25.08.24
4 Tage

ab 550€



Sardinien

Hotel in der Flamingo Bucht!
20.04. – 29.04.24
8 Tage Bus/Schiff

ab 1.399€



Jakobsweg

01.05. – 08.05.24
8 Tage Flugreise

ab 1.599€



Meraner Waalwege

14.05. – 19.05.24
22.09. – 27.09.24
6 Tage

ab 799€



Dolomiten

03.06. – 08.06.24
6 Tage

ab 799€



Lago Maggiore

14.10. – 18.10.24
5 Tage

ab 699€



Liparische Inseln

14.10. – 21.10.24
8 Tage Flugreise

ab 1.799€



Madeira

08.10. – 15.10.24
8 Tage Flug

ab 1.599€



www.klemm-reisen.de info@klemmreisen.com

Telefon 09194/722780

	Seite
VORWORT	4
HAUPTVEREIN	5
	6
	8 - 9
	10 - 11
	12 - 19
ARBEITSKREIS FRÄNKISCHE ALB BIBLIOTHEK	20 - 21
MOUNTAINBIKEGRUPPE IM FAV	22 - 23
NORDIC WALKING IM FAV E.V.	24
WANDERPLAN	25 - 39
DEUTSCHE WANDERJUGEND IM FRÄNKISCHEN ALBVEREIN E.V. BUND	40 - 41
FAV SCHWABACH	42 - 43
ORTSGRUPPE FÜRTH E.V.	44 - 46
FAV FRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF	48 - 51
ORTSGRUPPE ERLANGEN E.V.	52 - 53
ORTSGRUPPE HERSBRUCK E.V.	54 - 57
GRUPPE SCHNAITACHTAL	58 - 59
FRÄNKISCHER ALBVEREIN ABT. NÜRNBERG	60 - 63
MORITZBERGVEREIN	63
TSV 1860 DINKELSBÜHL	64
FAV BUND E.V.	66 - 67
IMPRESSUM	67
GRUPPEN UND VEREINE IM FAV	68, 71
WERBEARTIKEL	69 - 70

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, liebe Wanderfreunde,

das neue Wanderjahr hat nicht nur im Kalender gestartet. Wir kommen endlich wieder in die helle, wanderbare Jahreszeiten. Ihr haltet die neue FA in Euren Händen und könnt Euch wieder informieren, wer, wann, wohin in Gemeinschaft startet und wandernd unsere wunderbare schöne Fränkische Alb in ihrer ganzen Pracht erleben. Ein großer Schatz an begehren Möglichkeiten liegt wieder vor uns und bekanntlich beginnt jede Reise mit dem ersten Schritt. Vertraue und gehe!

Auch die Titelseite weist uns dieses Mal Wege auf. Denn ohne unsere Wegemarkierer*innen – ein besonderes Herzstück des FAVs – würde unser Wegenetz nicht gehegt und gepflegt bleiben, was niemand will. Über diese umfangreiche und ehrenamtliche Betätigung schrieb in der letzten und ersten FA 2024 der Wegemeister Alexander Scheinpflug im Revier Rohr einen spannenden Bericht. Vielen Dank nochmal an dieser Stelle.

In diesem Zusammenhang möchte ich auf unser Projekt „Westen“ für die Wegemarkierenden in Mittelfranken hinweisen. Wir wollen sie mit Westen ausstatten die zum einen eine Art „Arbeitskleidung“ sind, aber auch die Zugehörigkeit zum Fränkischen Albverein zeigen und man somit erkennt, dass die Wegemarkierer offiziell in unserem Auftrag unterwegs sind und Gutes tun.

Um diese finanzieren zu können – wie auch damals schon für den notwendigen Fensteranstrich am Wanderheim Hohenstein – wurde eine digitale Fundraisingaktion gestartet, zu der ich auch gerne an dieser Stelle aufrufen möchte. Spenden kann jeder über www.betterplace.org und die Lupe FAV anklicken und schon kann man sich über den aktuellen Stand und wie man spenden kann informieren. Als ich das letzte Mal geschaut habe, fehlten



noch 990,- €. Eine Weste kostet ca. 7,40 €, das sind pro Weste gute 1,5 Seidla. Es wäre schön, wenn noch Spendenbeiträge für dieses Anliegen zusammenkommen würden. Jeder Euro zählt. Vergelt's Gott!

Am 11. November 2023 veranstaltete der Bund erstmalig einen Ehrenamtstag für Wanderführer*innen des FAVs am Hohenstein, der sehr gut angenommen wurde und super gut vorbereitet war. Eine Zusammenfassung über dieses besondere Ereignis findet Ihr im Heft weiter hinten.

Ich wünsche uns allen eine gute Lektüre und viel Informationen über die vielfältigen Angebote auf den folgenden Seiten, die gewissenhaft vom Redaktionsteam zusammengestellt, auf Richtigkeit geprüft und überarbeitet wurde. Vielen Dank an deren fleißige Mitglieder.

Wir hoffen, dass es sich wieder gelohnt hat, das ist immer das Ziel.

Falls doch ein Fehler unterlaufen sein sollte, tut uns das jetzt schon leid.

Vielen Dank für Eurer Engagement und Eure Verbundenheit zum FAV.

Anne Wieneke
Vizepräsidentin

Einladung zur 110. Jahreshauptversammlung des

Fränkischen Albverein e.V.

Bund für Wandern, Heimatpflege und Naturschutz (Hauptverein)

am Samstag, 06.07.2024 um 14.00 Uhr

Sportverein Reichelsdorf, Schloßleinsgasse 9,
90453 Reichelsdorf, Tel. 091 1/9327463

Tagesordnung

1. Begrüßung und Genehmigung der Tagesordnung
2. Totengedenken
3. Ehrungen
4. Berichte des Präsidiums und der Fachbereiche
5. Bericht des Schatzmeisters 2023
6. Bericht der Rechnungsprüfer
7. Entlastung des Schatzmeisters
8. Entlastung des Präsidiums
9. Genehmigung des Haushaltsplans 2024
10. Satzungsänderung
11. Anträge
12. Verschiedenes
13. Anträge an die Mitgliederversammlung

(bitte bis spätestens 10.06.2024 an das Präsidium oder an die Geschäftsstelle senden)

Anträge an die Mitgliederversammlung (bitte bis spätestens 10.06.2024 an das Präsidium oder an die Geschäftsstelle senden)

Das Präsidium:

Ulrich Reinwald, Waltraud Bauer, Anne Wieneke

Einlass ab 13:00 Uhr. Getränke, Kaffee und Kuchen. Mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichen Sie das Tagungsort mit der S2- Haltestelle Reichelsdorf Bahnhof und dem Bus 62 oder 61, Bus Haltestelle Reichelsdorf Süd. Von da sind es 200 m bis zum Tagungsort.

Antrag des Präsidiums auf Änderung der Satzung		
Bisheriger Text	Neuer Text	Begründung
<p>Fränkischer Albverein e.V. (Bund) - Satzung aus Mitteln des Vereins. Es darf keine Person durch Ausgaben, die dem Zweck des Vereins fremd sind, oder durch unverhältnismäßig hohe Vergütungen begünstigt werden.</p> <p>§ 3 Mitglieder (1) Mitglieder sind: a) die Gruppen des Fränkischen Albvereins b) Ehrenmitglieder c) Einzelmitglieder d) fördernde Mitglieder (z. B. Gebietskörperschaften, Verbände, Vereine mit anderen Satzungszwecken, Gastwirte).</p> <p>(2) Beitritt und Austritt erfolgen durch schriftliche Erklärung. Der Gesamtvorstand entscheidet über die Aufnahme. Der Beitritt kann jederzeit, der Austritt jedoch nur zum Jahresende erfolgen.</p> <p>(3) Bleibt ein Mitglied länger als zwei Jahre nach Fälligkeit (§5Abs. 1 lit. b) mit der Beitragszahlung im Rückstand, so ist der Gesamtvorstand berechtigt, die Streichung in der Mitgliederliste vorzunehmen.</p> <p>(4) Ein Mitglied kann auf Antrag des Gesamtvorstands durch die Mitgliederversammlung ausgeschlossen werden, wenn andere schwerwiegende Gründe für den Ausschluss vorliegen. Notwendig ist 2/3 Mehrheit der an der Mitgliederversammlung teilnehmenden stimmberechtigten Mitglieder. Dem betroffenen Mitglied ist vor der Antragstellung gegenüber dem Gesamtvorstand und gegebenenfalls in der Mitgliederversammlung Gelegenheit zur Äußerung zu geben.</p> <p>§ 5 Beiträge (1) Die Mitgliederversammlung entscheidet a) über die Höhe der an den Verein abzuführenden Beiträge und b) über das Geschäftsjahr, ab welchem sie zum 31. März fällig werden.</p> <p>(2) Ehrenmitglieder sind beitragsfrei. Darüber hinaus kann der Gesamtvorstand in besonders begründeten Fällen den Mitgliedsbeitrag herabsetzen oder erlassen.</p> <p>§ 7 Aufgabe der Mitgliederversammlung Die Mitgliederversammlung entscheidet (1) nach Entgegennahme der Jahresberichte des Präsidiums, des Schatzmeisters und der Rechnungsprüfer über a) die Entlastung des Schatzmeisters b) die Entlastung des Präsidiums c) die Genehmigung des Haushaltplanes d) die Mitgliedsbeiträge (2) in Wahlen über das Präsidium, den Schatzmeister, die Rechnungsprüfer, die Fachreferenten für Naturschutz, Wandern und Kultur sowie den Hauptwegereferenten (3) über Anträge der Mitglieder, über Satzungsänderungen und die Auflösung des Vereins (4) über den Ausschluss von Mitgliedern</p>	<p>§ 3 Mitglieder (2) Beitritt und Austritt erfolgen durch schriftliche Erklärung. Der Gesamtvorstand entscheidet über die Aufnahme; über die Aufnahme der Einzelmitglieder entscheidet jedoch das Präsidium. Der Beitritt kann jederzeit, der Austritt jedoch nur zum Jahresende erfolgen. (5) Der Verein kann Einzelmitgliedern gestatten, sich zu Abteilungen ohne eigene Rechtspersönlichkeit zusammenzuschließen, für die die in § 8 Abs. 4 enthaltenen Bestimmungen über die Vertretung durch Delegierte in der Mitgliederversammlung entsprechend gelten.</p> <p>§ 5 Beiträge a) über die Höhe der an den Verein abzuführenden Beiträge Die Beiträge können für die einzelnen Mitgliedergruppen unterschiedlich hoch sein; bei den Gruppen des Fränkischen Albvereins können sie von der Zahl der Mitglieder der jeweiligen Gruppen abhängen. Der Beitrag der Gruppen bemisst sich nach der Zahl der dem Verband für das Geschäftsjahr ein Jahr zuvor gemeldeten Einzelmitglieder ab 18 Jahren, die zu meldeten Mitglieder der Mitgliedsverbände umfassen alle Mitglieder unabhängig von ihrem Status. Der Beitrag beträgt je Einzelmitglied für das Jahr 2025 15,00 Euro. Der Betrag wird in den 5 Folgejahren jeweils um den gerundeten Rentenanpassungsfaktor (West) des Folgejahres angepasst. Beginn mit dem Jahr 2030 wird der Beitrag durch Beschluss der Mitgliederversammlung neu festgesetzt.</p> <p>§ 7 Aufgabe der Mitgliederversammlung d) die Mitgliedsbeiträge auf der Grundlage von § 5.</p>	<p>Zur nächsten Jahreshauptversammlung soll weiterhin ein Antrag von Hauptverein zur Erhöhung der Umlage an die Ortsgruppen von € 12,- auf € 15,- für Mitglieder bzw. von € 9,- auf € 11,- für Anschlussmitglieder gestellt werden.</p> <p>Der Rentenanpassungsfaktor ist eine Größe, die eine solide Grundlage für die Begründung einer Beitragsanpassung abgibt. Basis für die Anpassung der Renten sind die Daten des Statistischen Bundesamts zur Entwicklung der Bruttolöhne und -gehälter je Arbeitnehmer nach den Volkswirtschaftlichen Gesamtrechnungen (VGR). In diesem Wert sind jedoch auch Entgelte enthalten, aus denen keine Beiträge zur gesetzlichen Rentenversicherung entrichtet werden (beispielsweise Entgelte oberhalb der Beitragsbemessungsgrenze und die Bezüge der Beamten). Um der tatsächlichen Einnahmentwicklung der gesetzlichen Rentenversicherung Rechnung zu tragen, wird zusätzlich neben der Lohnentwicklung nach den VGR die Entwicklung der zur Rentenversicherung beitragspflichtigen Entgelte bei der Ermittlung der für die Rentenanspassung relevanten Lohnentwicklung berücksichtigt. Neben der anpassungsrelevanten Lohnentwicklung werden zwei weitere wichtige Entwicklungen in die Berechnung der Rentenanspassung einbezogen, um die aufgrund des demografischen Wandels entstehenden Belastungen gerecht zwischen Jung und Alt zu verteilen: Zum einen wird die Veränderung der Aufwendungen der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer beim Aufbau ihrer Altersversorgung auf die Anpassung der Renten übertragen (insbesondere des Beitragsatzes in der allgemeinen Rentenversicherung). Zum anderen wird durch den Nachhaltigkeitsfaktor die Entwicklung des zahlenmäßigen Verhältnisses von Rentnerinnen und Rentnern zu Beitragszahlerinnen und Beitragszahlern bei der Anpassung der Renten berücksichtigt. Durch eine „Schutzklausel“ ist ausgeschlossen, dass sich die Rentenwerte bei der Rentenanspassung vermindern können.</p>



UNSERE TAGES-SPECIALS



DIENTAGS

SPARERIBS ALL-YOU-CAN-EAT

mit Fritten
und Cole Slaw
für nur 24,90 €



Hidner Saft für
nur 2,90 €

MITTWOCHS

SCHNITZEL TAG

Schnitzel „Wiener Art“
mit Fritten oder
Kartoffelsalat für
nur 14,90 €



FREITAGS

KARPFFEN FREITAG

Frisches Karpfen-Filet
mit Kartoffelsalat
für nur 14,90 €



SAMSTAGS

SCHLACHTPLATTE SPECIAL

12:00 - 19:00 Uhr:
Schlachtplatte mit
2cl Baue mschnaps
für nur 15,90 €



DONNERSTAGS

BURGER DAY

Jeder Burger* mit
Fritten, Mayonnaise
und Ketchup für
nur 15,50 €



nur solange
der Vorrat reicht

SONNTAGS

SCHÄUFERLE SPECIAL

11:00 - 15:00 Uhr:
Schäuferle mit Kloß,
Soß und Salat
für nur 13,13 €

GASTSTÄTTE

GROSSER SAAL FÜR
VERANSTALTUNGEN

2 KEGELBAHNEN

GEMÜTLICHER
BIERGARTEN

LIVE-ÜBERTRAGUNG DES
1. FC NÜRNBERG UND ALLE
SAMSTAGSSPIELE DER
1. BUNDESLIGA

TELEFON: 0911 31109755
GASTHAUS-HEIDEKRUG-NUERNBERG.DE



Gasthaus Heidekrug Nürnberg
Waldluststr. 67 · 90480 Nürnberg

Alle Preise pro Person und inkl. Mehrwertsteuer. Angebote sind nur im Restaurant und nicht an Feiertagen gültig. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. *Burger Day, Double Rollo Burger ausgenommen.

HAUPTVEREIN

Spenden FAV-Bund 01.10. - 31.12.2023

Datum	Spender	Betrag
Verein		
11.10.2023	Alekander Zimniok	12,34
31.10.2023	Elke Wilhelm	20,36
02.10.2023	Bodo Hahn	200,00
15.11.2023	Spende Finanzamt Fürth	2,00
15.11.2023	Ines Rittinghaus-Nos	100,00
01.12.2023	Dr. Ulrich und Ulrike Walter	100,00
14.12.2023	Anton und Barbara Luber	100,00
18.12.2023	Dr. Stefan Popp	100,00
21.12.2023	Wolfgang Boehm	30,00
21.12.2023	Ralf und Sabine Schumann	100,00
22.12.2023	Werner und Barbara Hebbecke	100,00
22.12.2023	Gottfried Wolf	150,00
27.12.2023	Susanne Petra Schubert	100,00
Gesamt Verein		1.114,70

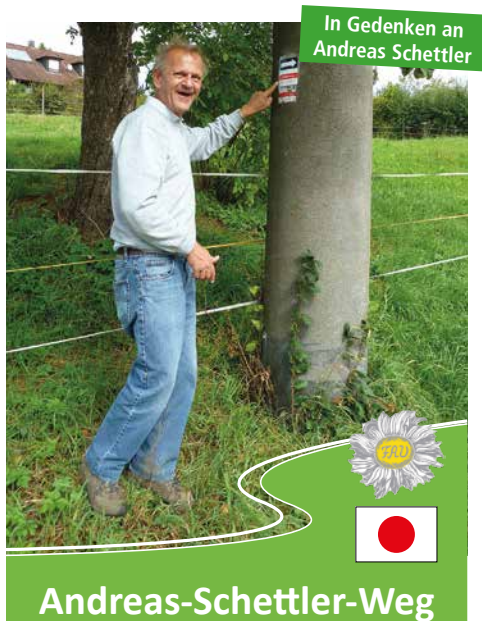
Wegemeisterei

28.11.2023	Lothar Müller	1.000,00
28.12.2023	Edgar Hartberger	120,00
28.12.2023	Dr. Sabine Holicki	200,00
29.12.2023	Gerhard Jugl	50,00
Gesamt Wegemeisterei		1.370,00

Wanderheim

04.10.2023	anonym	1,00
21.10.2023	anonym	5,50
21.10.2023	OG Reichelsdorf	92,10
19.10.2023	Peter Geuder	250,00
05.10.2023	Projekt betterplace (Fenster)	430,12
11.11.2023	Ehrenamtstag	75,00
27.11.2023	LK Nürnberger Land	300,00
02.12.2023	Waldweihnacht	90,00
10.12.2023	Michael Lenz	20,00
12.12.2023	Brigitte Milde	100,00
14.12.2023	anonym	1.717,50
Gesamt Wanderheim		5.565,92


**Wir bedanken uns bei
unseren Spendern**




Andreas-Schettler-Weg

Abwechslungsreiche Tageswanderung über den „Hausberg der Nürnberger“, geeignet für alle Jahreszeiten. Optimal mit dem ÖPNV erreichbar.

Länge: 23 km · **Höhenmeter:** 400 m · **Gehzeit:** 6½ h · **Verlauf:** N.-Fischbach - Brunn - Leinburg - Moritzberg - Weigenhofen - Ottensoos

Markierung: 

Wir starten unsere Tour am Bahnhof von **Nürnberg Fischbach**. Das Wegzeichen  führt uns durch den Lorenzer Reichswald nach **Fischbach**. Wir durchwandern den Ort und gelangen, nach Unterquerung der Autobahn A9, zurück in den Reichswald. Über Pfade und Wirtschaftswege erreichen wir zunächst **Brunn**, tauchen aber bald darauf wieder in den Wald ein. Auf einem wildromantischen Pfad geht es entlang der **Röthenbachklamm**, später über Wirtschafts- und Wiesenwege nach Leinburg. Nun beginnt der schweißtreibende Aufstieg zum Moritzberg. Anfangs ist die Steigung noch moderat, nimmt jedoch nach dem Eintritt in den Wald kontinuierlich zu. Ein steiler Hohlweg führt uns schließlich auf

HAUPTVEREIN

das Gipfelplateau des **Moritzbergs** (604 m), der als „Haus der Nürnberger“ bekannt ist. Hier haben wir uns eine Einkehr im Bergasthof verdient.

Auf dem Zeugenberg befinden sich zudem der **Moritzbergturm** und die **Sankt-Mauritius-Kapelle**. Der Aussichtsturm, der ab 1910 errichtet wurde, wird vom **Verschönerungsverein Moritzberg e.V.** betreut und ist an Sonn- und Feiertagen von Mai bis Oktober für Besucher geöffnet.

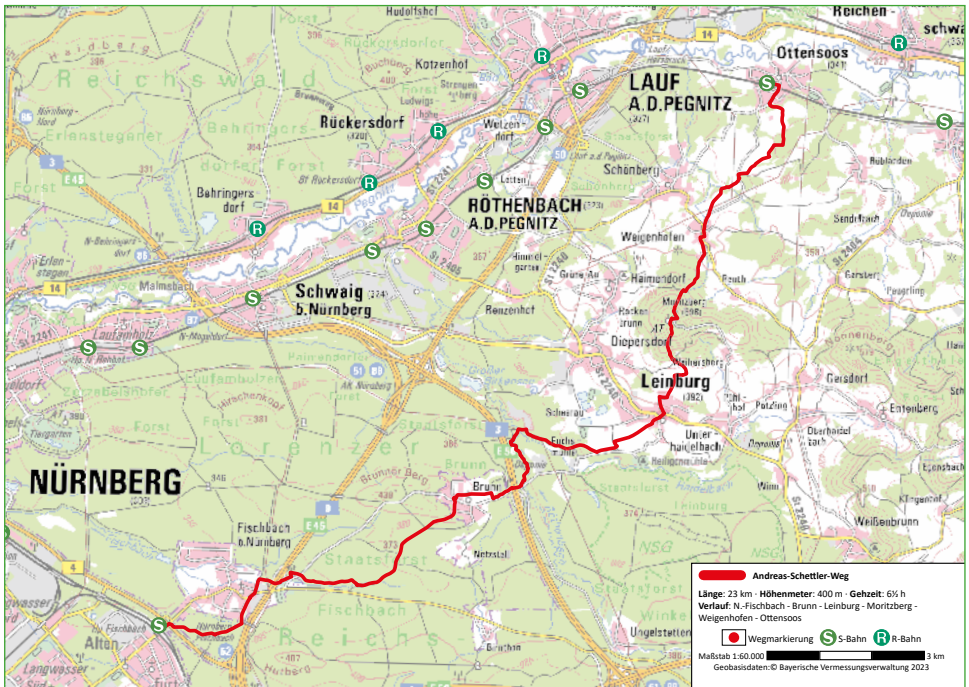
Der Turmschlüssel kann von Mittwoch bis Samstag während der Öffnungszeiten im Bergasthof ausgeliehen werden.

Die sehenswerte Sankt-Mauritius-Kapelle wurde ab 1419 errichtet und dem heiligen Mauritius geweiht. Die Chorturmkirche wurde 1707 nach Westen erweitert und ist heute ein Baudenkmal.

Nach der Rast steigen wir vom Gipfelplateau über einen steilen Wurzelpfad ab, ein Wirtschaftsweg bringt uns bald darauf nach **Weigenhofen**. Nachdem wir den Ort durchquert haben, gelangen wir, ohne

nennenswerte Steigungen, über Wiesen- und Wirtschaftswegen nach **Ottensoo**, wo wir am Bahnhof unsere Tour beenden.

Andreas Schettler (1955-2021) war ab 1990 in der Wegearbeit des **Fränkischen Albvereins** tätig. Von 2008 bis 2021 war er als Hauptwegemeister für das gesamte Wegenetz verantwortlich. Während seiner Amtszeit erweiterte der Verein das Wegenetz und passte es strukturell den Ansprüchen heutiger Wanderer an. Andreas Schettler trug auch maßgeblich dazu bei, ein einheitliches Wanderleitsystem zu entwickeln und flächendeckend aufzubauen. Sein herausragendes Engagement prägte die Entwicklung des Fränkischen Albvereins und trug dazu bei, dass die Region für Wanderfreunde attraktiv und gut erschlossen ist. Der Fränkische Albverein e.V. ist ihm zu großem Dank verpflichtet und wird sein Andenken ehren.



HAUPTVEREIN



Die Knoblauchsrauke



Die Knoblauchsrauke, *lat. Alliaria petiolata*, gehört zur Familie der Kreuzblütengewächse. Der Name bezieht sich darauf, dass die Blätter der Pflanze beim Zerreiben einen knoblauchartigen Duft verströmen.

Die Knoblauchsrauke wächst vor allem in lichten Laubwäldern. Man kann sie aber auch in Gebüschen und Hecken sowie an Mauern und Wegrändern und auch Ruderalflächen beobachten. Und sie bevorzugt Halbschatten. Gerne wächst sie dort, wo Hunde ihr Bein gehoben haben, sie liebt stickstoffhaltigen Boden. Die ersten Blattbüschel sprießen schon ab März aus dem Boden. Die Pflanze ist häufig und wächst in Kolonien, wird jedoch oft übersehen, weil sie auf den ersten Blick nicht sehr spektakulär ist.

Die Knoblauchsrauke blüht weiß, von April bis Juli, sie wird bis zu einem Meter hoch. Die Blütenstände bestehen aus mehreren vierzähligen Einzelblüten. Typisch für sie ist eine lange Pfahlwurzel. Der Stängel ist schwach vierkantig geformt, im unteren Bereich mit einer flaumigen, schwachen Behaarung.

Die Laubblätter sind wechselständig am Stängel angeordnet. Sie sind lang gestielt und ihre Blattspreite ist herzförmig, wobei der Rand gekerbt ist.

Für viele Schmetterlingsarten ist die Knoblauchsrauke im Frühling und Frühsommer ein guter Nektarlieferant. Zu den Tieren, die dort trinken, gehören das Waldbrettspiel (*Pararge aegeria*) und der Aurorafalter (*Anthocharis cardamines*). Für letzteren ist sie außerdem eine wichtige Raupenfutterpflanze.

Verwendung in der Küche:

Die Knoblauchsrauke ist von Blatt bis Samen essbar. Der Name verrät schon, dass dieses Kraut nach Knoblauch duftet, es ist aber milder als der allseits beliebte Bärlauch. Der Geschmack der Blätter erinnert an Knoblauch und Kresse, die Wurzeln schmecken nach Meerrettich, die Samen nach Pfeffer bzw. Senf, auch die Blüten sind leicht würzig. Die Samen der Knoblauchsrauke befinden sich in einer Schote. Sobald sie

HAUPTVEREIN



reif sind, ist die Schote einfach zu öffnen und die Samen leicht zu entnehmen. Am besten erntet man die Blätter von März bis Mai, die Blüten von April bis Juni und die Samen von Ende Juli bis Ende August. Glücklicherweise wächst die Pflanze in Kolonien und bietet damit eine üppige und lange Ernte.

Bei allen Teilen der Knoblauchsrauke ist es enorm wichtig, sie roh und am besten sofort zu verzehren, da sie schnell ihr Aroma und ihre Wirkstoffe verlieren. Deshalb eignet sie sich für die kalte Küche, zum Beispiel zur geschmacklichen Verfeinerung von Kräuterbutter und -quark, in würzigen Smoothies, in einem Wildkräutersalat oder als Knoblauchsrauken-Pesto. Aus der Wurzel und den Samen lässt sich eine köstliche Würzpaste zaubern.

Leider lässt sich die Knoblauchsrauke nicht wirklich lagern. Sie ist nur in Kräuterbutter, Pesto und Öl etwas länger haltbar.



Rezept für Knoblauchsraukenpesto

- zwei bis drei Hände voll Knoblauchsrauke-Blätter
- eine Hand voll glatte Petersilienblätter
- ca. 100 ml Olivenöl
- Parmesankäse, Menge nach Geschmack und Konsistenz des Pestos
- 50 g Pinienkerne
- Salz, Pfeffer
- etwas Zitronensaft
- evtl. Ringe einer kleinen Chilischote

Zubereitung

Die Knoblauchsrauke pflücken und direkt verarbeiten. Dazu die Blätter abzupfen und gründlich waschen, ebenfalls die Petersilienblätter. Dann die Rauken- und Petersilienblätter in der Salatschleuder trockenschleudern. Anschließend alle Blätter zusammen mit dem Olivenöl fein pürieren. Den Parmesankäse fein gerieben dazu geben und nochmals durchmischen. Mit Salz und Pfeffer nach Belieben abschmecken. Wer es schärfer mag, rührt die Chiliringe unter. Zum Schluss gibt man einige Spritzer Zitronensaft dazu.

Die Pinienkerne ohne Fett in der Pfanne anrösten. Einen Teil davon gehackt ins Pesto mischen. Alles einen Moment ziehen lassen und frisch zubereitet essen.

Das Knoblauchsrauken-Pesto eignet sich gut zu Spaghetti. Man mischt das Pesto unter die frisch gekochten Spaghetti und garniert die Portionen auf dem Teller mit Parmesanspänen und den restlichen gerösteten Pinienkernen. Das Pesto eignet sich auch gut als Soßen-Ersatz zu frisch gekochten Kartoffeln.

HAUPTVEREIN

Ehrenamtstag am 11.11.2023 im Wanderheim am Hohenstein



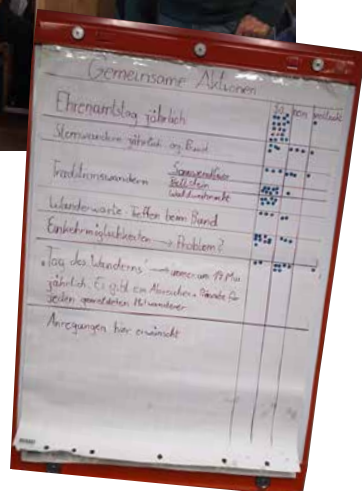
„Wir sollten für unsere ehrenamtlichen Wanderführer was tun, die das ganze Jahr so fleißig sind und ca. 500 Wanderungen anbieten“. So hat unser Präsident Ulrich Reinwald alle 80 Wanderführer schriftlich zum Ehrenamtstag eingeladen und Waltraud organisierte mit der Geschäftsstelle alles für dieses Fest. 33 Wanderführer/innen folgten der Einladung. Es stellte sich Elisabeth, Andrea, Gerald, Jahn, Waltraud und Siggie zur Verfügung, um alles im Wanderheim herzurichten. Die Tische wurden dekoriert, die Getränke aufgefüllt und die Küche lief auf Hochtouren.

Elisabeth und Siggie verloren sich in Schweinebraten mit Klößchen, Sauerkraut und Salat. Als Vorspeise gab es eine Kürbissuppe mit Pumpernickelbrot, gekocht von unserer Waltraud. Die Bäckerinnen waren wieder fleißig und spendierten Kuchen und Torten, sogar die Konditorei Rittinghausen beteiligte sich mit einer Kuchenspende. Nach dem Essen konnte jeder zu den Themen, die auf einem Plakat standen, mit jeweils einem Punkt, seine Meinung kundtun. Die Themen waren: „Soll ein Ehrenamtstag“, „Traditionswanderungen“, „Sternwandern“, der „Tag des Wanderns“ immer am 14.05., die „Sonnwendfeier“, die „Totengedenkfeier am Prellstein“ und die Waldweihnacht regelmäßig stattfinden? Ein Punkt war noch Wan-

derwarte-Treffen einmal im Jahr beim FAV Bund in der GST und sind die Einkehrmöglichkeiten bei den Wanderungen ein Problem?

Das Feld Anregungen ist leer geblieben. Unsere Vizepräsidentin Anne Wieneke regte an, eine Vorstellungsrunde zu machen. Jeder erzählte von sich, wie er Wanderführer wurde und wo er herkam. Derjenige, der mit der Vorstellung fertig war, bekam ein Los. Nach der Vorstellungsrunde wurden die Nummern aufgerufen und jeder bekam einen Preis – es gab keine Nieten. Wir hatten für die Verlosung bei unseren Sponsoren gesammelt, zum Beispiel beim Nürnberger Land Tourismus, Landratsamt Fürth, Landesverband Bayerischen, VGN und so weiter.

Nach dem Kaffeetrinken wurde sich noch gemütlich zusammen gesetzt und Kontakte geknüpft. Es war eine schöne und informative Veranstaltung.



Ein Loblied auf das Wandern

Eine Person fährt frühmorgens mit dem Aufzug von ihrer Wohnung zur Tiefgarage hinab, steigt dann ins Auto und fährt zur Arbeit. Nach kurzer Zeit steht sie im Stau. Endlich am Arbeitsplatz angekommen, sitzt sie viele Stunden vor dem Computer. Nach Arbeitsende die gleiche Prozedur zurück zur Wohnung. Abends dann vor dem Fernseher sitzend, Bewegung an diesem Tag gleich null. Das ist kein Einzelschicksal, sondern dieses Negativbeispiel trifft Millionen von Personen.

Der moderne Mensch ist somit vom Homo erectus zum verbuckelten Computer- und Handy-User mutiert. Wir befinden uns in einer digitalen Knechtschaft, in der wir exzessiv an den Schaltern der sogenannten schönen neuen Welt hantieren. Als die Urmenschen von den Bäumen stiegen und dann Jäger und Sammler wurden, loderte damals noch das Feuer der Evolution in ihnen. Heute sollten wir die noch schwach vorhandene Flamme der Evolution nicht ganz ausgehen lassen und uns, wenn möglich, mehr bewegen.

Adrenalin, das unsere Vorfahren zum Überleben brauchten, ist bei uns auch noch vorhanden. Ohne würde uns der Antrieb fehlen, aber ein zu viel ist auch nicht gut (Stress). Wer den Stress abbauen will, sollte zumindest in seiner Freizeit der Bewegungsarmut entgegenwirken. Schon die Flaneure des 19. Jahrhunderts, Rousseau und Flaubert, entdeckten für sich die Langsamkeit des Gehens, eine Vorstufe des Wanderns. Durch Wandern kann man den Geist von der Knechtschaft der Routine befreien.

Aus der Medizin wissen wir mittlerweile, dass die Kraft des Wanderns depressiven Verstimmungen entgegenwirken kann. Offenbar ist Bewegung eine Strategie unseres Körpers, sich selbst zu heilen. Wer zu Fuß geht, nimmt auch mehr wahr, denn wo man zu Fuß war, war man auch wirklich. Deshalb sollte der moderne Mensch, zumindest in seiner Freizeit, aus dem Hamsterrad von Zeit und Bewegungsarmut entliehen.

Dieser Aufforderung kann man am besten in einem

Wanderverein, wie dem Fränkischen Albverein in Nürnberg, nachkommen. Der FAV ist in der heutigen Zeit praktisch ein Leuchtturm für Wanderer im Meer der Bewegungsarmut. Wandernovizen sind beim FAV genauso willkommen wie Profis, die schon länger wandern.

Doch wie verwandelt man sich von einem bewegungsarmen Zeitgenossen zu einem zünftigen Wanderer? Diese Metamorphose kann man beim Fränkischen Albverein in kleinen Schritten vollziehen. Das Anforderungsprofil des FAV reicht von Kurzwanderungen (2-3h) bis zu mehrstündigen Wanderungen (4-5h). Auch das Gesellige kommt beim Wandern nicht zu kurz. Was gibt es Schöneres als, bei einer Pause im Gasthaus bei einem halben Liter geschäumten Glück, sich in froher Runde zu unterhalten.

Bedenken Sie, dass in unserer heutigen Reizüberflutung das Grün der Natur ein Tonikum für die Seele ist. Man sollte sich den Wahlspruch Johann Gottfried Seume's zu Herzen nehmen.

„Alles ginge besser, wenn man mehr ginge“

Alfred Bachmann



**Hausgemachte Kuchen, Torten und
Flammkuchen, sowie wechselnder
Mittagstisch von Do. bis So. 12-18Uhr**

Hopfenstraße 32
91207 Lauf / Simonshofen
Telefon: 09123-9996424
www.dorfcafe-simonshofen.de

HAUPTVEREIN

Tag des Wanderns am 14.05.2024

Der niedersächsische Ministerpräsident Stephan Weil hat die Schirmherrschaft über den diesjährigen „Tag des Wanderns“ übernommen. Damit würdigt er die Bedeutung des Wanderns als eine der beliebtesten Outdoor-Freizeitbeschäftigungen in Deutschland.

Jedes Jahr zeigt der „Tag des Wanderns“ am 14. Mai mit rund 450 Veranstaltungen in allen 16 Bundesländern die Vielfalt des Wanderns. Feierabendwanderungen, Schulwanderungen, Wanderungen für Hundebesitzer*innen, Sonnenaufgangswanderungen, thematische Aktivitäten etwa zum Naturschutz, der Wegearbeit oder Wanderungen mit physiotherapeutischen Übungen.

Am Tag des Wanderns findet jede und jeder sein passendes Angebot. Wandern ist nicht nur sehr gesund, sondern auch ein erheblicher Wirtschaftsfaktor. Es ist eines der wichtigsten Tourismus- und Freizeit Engagements in Deutschland mit tausenden Beschäftigten. Auch in Niedersachsen, wo die „Zentralveranstaltung“, des vom Deutschen Wanderverband (DWW) veranstalteten Tag des Wanderns, erstmals stattfindet.

Unterstützt wird der „Tag des Wanderns“ durch den Hauptsponsor, die Sparkassen-Finanzgruppe und die Partner Wikinger Reisen, LOWA und dem KOMPASS Verlag. Der Deutsche Wanderverband (DWW) ist eine starke Lobby für das Wandern, die Wege, den Naturschutz und die Kultur.

Seit 1883 vertritt der DWW die Interessen seiner rund 70 landesweiten und regionalen Gebirgs- und Wandervereine mit ihren 3.000 Ortsvereinen. Er ist bundesweit ein anerkannter Fachverband für Nachhaltigkeit, Wegearbeit, Wandern, Ausbildung und bürgerschaftliches Engagement. Als anerkannter Naturschutzverband ist ihm der achtsame Umgang mit der Natur ebenso wichtig, wie das Naturerleben. Vielfalt ist unsere Stärke.

DIENSTAG 14.05.24

Probewanderung zum „Tag des Wanderns“ „Zum Steinbrüchlein“

TW Reichelsdorf Bahnhof – Weiherhaus – **Steinbrüchlein** - Hast. Südfriedhof. **Preisstufe A**, l.G., Gz. ca. 3,5h/10km, **TP:** 09:10 Uhr, Nbg. Hbf. (Abf. 09:21 Uhr, S2 Gl.1), **WF:** Siegfried Bauer Anmeldung bis 10.05., Tel. 0911/454290, erwartet die Gruppe Nbg. Hbf. Gl. 1. Gäste sind herzlich willkommen!

Tag des Wanderns Frühlingszauber der Alb: Gut drei Gewässer, fast drei Höhenzüge!

TW Vorra (Pegnitz) – Fischbrunn (am Hirschbach) – **Hubmersberg (?)** – Heuchling (Hutanger) – Deinsdorf – Oed (Etzelbach) – Hartmannshof (Högenbach), l.u.s.G., Gz. ca. 4h/15km längere Steigungen!

TP: 09:30 Uhr Hersbruck Bf. r. d. P. (Abf. 9:39 Uhr, RB 30) **Preisstufe 3**, Rückf. 15:00 Uhr

TP: 9:00 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 9:08 Uhr, RB 30, Gl. 17)

TTplus 10, **WF:** H. Treuheit. Anmeldung bis 12.04., Tel. 09151/814581. **Bei nicht ausreichender Zahl verbindlicher Anmeldungen** sperrt der Lindenhof in Hubmersberg nicht für uns auf – keine Einkehr!

Tag des Wanderns Wanderung über Fischweierher zum Biergarten nach Rennhofen

TW Neustadt Mitte – Unterstrahlbach – Rennhofen – Neustadt Mitte. **TTplus 7 o. 49 € Ticket**

TP: 09:30 Uhr Fürth Hbf. (Abf. 09:47 Uhr, S6) nach Neustadt an der Aisch, Ankunft Neustadt Mitte (10:13 Uhr), l.u.s.G., Gz. ca. 4h/13km

WF: Heinz Meier, bitte einen Tag vor der Wanderung Teilnahme bei dem Wanderführer melden, Tel. 09107586 o. am Tag der Wanderung Tel. 01602347026, empfängt die Gruppe am Bahnhof Neustadt Mitte.



Jede Landschaft hat ihre eigene, besondere Seele, wie ein Mensch, dem du gegenüber lebst.

Christian Morgenstern

HAUPTVEREIN

Kultur Josef Wintrich

MITTWOCH 10.04.24

bv Führung im Germanischen Nationalmuseum Nürnberg zu „**Unterwegs in Spätmittelalter und früher Neuzeit**“

TP: 18:30 Uhr in der Eingangshalle, Dauer ca. 1 h. Mittwochs ist ab 17:30 h der Eintritt in das Museum frei. Führer: Josef Wintrich

SONNTAG 14.04.24

Kulturweitwanderung über alte Wege durch den Spessart (Deutschland- oder Bayerticket)

Wanderung 30 km, 600 Höhenmeter: Rieneck, Klosterruine Elisabethzell, Wallfahrtsort Rengersbrunn, Waldschänke Bayerische Schanz, Rieneck

TP: 06:00 Uhr Nbg. Hbf. Rückkehr gegen 21:00 h
WF: Josef Wintrich, Anmeldung bis Mittwoch 10.04. bei wintrichj@outlook.com oder 01522 1549 717



Bild: fotocommunity.de

MITTWOCH 08.05.24

bv Führung im Germanischen Nationalmuseum Nürnberg zu „**Trinkkultur**“

TP: 18:30 h in der Eingangshalle, Dauer ca. 1 h. Mittwochs ist ab 17:30 h der Eintritt in das Museum frei. Führer: Josef Wintrich

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.deE-Mail: gerhard.lehmeier@remax.de

HAUPTVEREIN

Totengedenkfeier am Prellstein im Hirschbachtal am 05.11.2023



Der Prellstein ist das Wahrzeichen des Fränkischen Albvereins (FAV). Hier findet jedes Jahr im Herbst die Totengedenkfeier für unsere verstorbenen Mitglieder statt. Eine Gedenktafel erinnert daran. Viele Gäste aus Hirschbach und Mitglieder aus den FAV Ortsgruppen Nürnberg, Reichelsdorf, Fürth, Schwabach und Hersbruck kamen, um ihre Verbundenheit mit den verstorbenen Wanderfreunden zu bekunden. Ca. 60 Personen waren anwesend.

Dieses Jahr hatte uns, nach einer dreijährigen Pause, die Bergwachtbereitschaft Nürnberg wieder versorgt. Die Teilnehmer konnten, in der nahen Diensthütte, wärmendem Glühwein und Nürnberger Lebkuchen kaufen. Nach der Begrüßung unseres Präsidenten Ulrich Reinwald begann die Totengedenkfeier. Die

Andacht wurde von Herrn Pfarrer Durst gehalten. Die musikalische Ausgestaltung oblag, wie immer, dem Hirschbacher Posaunenchor.

Unser Präsident Ulrich Reinwald vom Fränkische Albverein bedankte sich bei allen für ihr Kommen und der Bergwacht für das Anbringen des Kranzes am Prellsteinfelsen. Nach der Feier ging es zum Gasthaus Hirschen danach wanderten die Gruppen zum Bahnhof nach Vorra oder nach Hartmannshof.

Waldweihnacht am Hohenstein

Die Vorbereitungen zu der Waldweihnacht des Fränkischen Albvereins e.V. Bund, liefen schon Wochen

Hackbraten mit Kartoffeln, Kartoffelsalat, Blaukraut und verschiedene Salate. Nebenbei bemerkt: „Das



vorher an. Wir verteilten Plakate in der Ortschaft Hohenstein und Kirchensittenbach, dass die Dorfgemeinschaften mit ihren Kindern zur Waldweihnacht herzlich willkommen sind. Waltraud Bauer stellte den Termin auf die Internetseite vom Nürnberger Land Tourismus und lud Herrn Bürgermeister Albrecht aus der Gemeinde Kirchensittenbach und Herrn Pfarrer Aupperle ein.

Am 18. November wurden im Wanderheim von Doris, Brigitte und Waltraud 14 verschiedene Plätzchensorten gebacken. Elisabeth Albert brachte „Spitzbäum“ an der Waldweihnacht vorbei. Unser Dank geht an Elisabeth Albert vom Hohenstein, Andrea Oehme von der OG. Hersbruck und Doris Cypris, Brigitte Milde von der Og. Schwabach. Am 2.12. war es dann so weit. Um 8:15 Uhr fuhren wir, Sigg, Brigitte und ich, zum Hohenstein um die Päckchen für den Nikolaus zu packen. Andrea, Gerald und Jahn kamen noch dazu. Alle Päckchen legten wir in eine Schubkarre, der schön mit Tannenzweigen ausgelegt war. Es war das zweite Mal, dass es an der Waldweihnacht Schnee gab! Das ist doch mal eine schöne Atmosphäre! Sigg und Brigitte verzog sich in die Küche um das Mittag- und Abendessen für die Wanderer zu kochen. Es gab

Sösschen ist besonders gut gelungen“. Die erste Wandergruppe, geführt vom Wanderführer Horst Wieland, waren um 14:00 Uhr mit 11 Personen, pünktlich zum Mittagessen, da. Gerald richtete in der Zwischenzeit den Glühwein her, den wir vor dem Wanderheim gegen eine Spende, ausschenkten. Dazu schmeckten die Plätzchen besonders gut. Als es langsam Dunkel wurde, gingen Gerald und Jahn in den Wald um die Kerzenpyramide aufzustellen. Derweil kam auch die zweite Wandergruppe von Bernd Schreiner und Martina Schott an. Es fanden sich nach und nach, auch vom FAV die Mitglieder ein, die mit dem Auto zum Wanderheim kamen. Der Gastraum war schnell voll und Brigitte, Jahn, Andrea, Waltraud und Sigg hatten viel zu tun, um die Gäste zu versorgen. Es befanden sich im Wanderheim ca. 40 Personen und vor dem Glühweinstand ca. 20 Personen. Unter ihnen befanden sich Herr Bürgermeister Albrecht, Herr Pfarrer Aupperle, unser Präsident Ulrich Reinwald und die Anwohner vom Hohenstein und der Umgebung. Um 16:30 Uhr setzte sich der Fackelzug zum Fuß der Burg

HAUPTVEREIN

Hohenstein in Bewegung. Der Fackelschein erhellte uns den Weg zur Waldweihnacht. Ich begrüßte alle Gäste und Mitglieder des FAVs. Den Wortgottesdienst eröffnete Herr Pfarrer Aupperle mit zwei Liedern und begann die Andacht. Wir sangen zusammen das Lied „Mach hoch die Tür, die Tor mach weit“ und Herr Pfarrer Aupperle gestaltete den Wortgottesdienst und seine Predigt. Nach dem Segen kam der Nikolaus aus der Dunkelheit. Er läutete kräftig mit der Glocke. Die Kinder wunderten sich, dass der Weihnachtsmann mit einer Schubkarre kam, freuten sich aber sehr über die Plätzchentüten und Stofftiere die er für sie dabei hatte. Danach gingen alle wieder zum Wanderheim, wo es noch Kaffee, Tee, Glühwein und Plätzchen für alle und ein gemütliches Beisammensein gab. Die Zeit ist so schnell vergangen, es wollte keiner nachhause gehen. Es ist für uns das größte Lob, dass es allen ge-



fallen hat. Ich bedanke mich herzlich für die Spenden für unser Wanderheim und versuche im neuen Jahr erneut diese Feier zu veranstalten.

*Euere Vizepräsidentin vom Fränkischen Albverein e.V.
Bund
Waltraud Bauer*

Der Gesundheitstag beim Finanzamt Fürth



Am 15.10.2023 fand der Gesundheitstag beim Finanzamt Fürth statt. Viele Beschäftigte beteiligten sich an dem umfangreichen Programm. Es gab Vorträge über gesunde Ernährung und es wurden Kurse wie „Rückenfit“ und „Yoga“ angeboten.

Bei der Smoothies-Bar gab es dann gesunde Getränke – die grünen Smoothies. Zu Essen gab es verschiedene Gerichte so wie Brotaufstriche. Beim Stand „Wandern macht Spaß und ist gesund“ vom Fränkischen Albverein e.V., wurden die Beschäftigten von unserer Vizepräsidentin Frau Waltraud Bauer kompetent beraten. Es wurde nach kurzen Wanderungen gefragt. Ich verteilte Flyer, frühere Ausgaben unserer Fränkische Alb und gedruckte Faltzettel mit unserem aktuellen



Wanderprogramm.

Wir waren bereits das zweite Mal im Fürther Finanzamt. Dieser Gesundheitstag kam sehr gut bei den Beschäftigten an und viele Anregungen können sie in den Alltag übernehmen.

Die „Consumenta Messe“ am 03.11. 2023



Es kamen 120.000 Besucher zum Treffpunkt der Region. 850 Aussteller präsentierten ihre Waren und Dienstleistungen vor Ort. Damit ist die Consumenta nach den pandemiebedingt schwächeren Jahren nun wieder zurück auf Erfolgskurs. Wir hatten unseren Infostand in der Halle 1 „aus der Region für die Region“ beim „Nürnberger Land“. Wir dekorierten den zugewiesenen Stand und stellten unser neues Rollbanner von der Wegemeisterei auf, dass die Besucher noch mehr einen ein Blick über unsere Aktivitäten bekommen. Wir informierten die Besucher über den Fränkischen Albverein e.V. Der Fränkische Gebirgsweg und der Frankenweg standen im Mittelpunkt des Interesses der Besucher. Es kamen Besucher von ganz Mittelfranken, die den FAV noch nicht kannten. Wir brachten den Interessenten unseren Fränkischen Albverein, mit unserem Infomaterial rund um Nürnberg, näher. Es wurde nach kurzen Wanderungen gefragt und die Flyer wurden gegen eine Spende gerne mitgenommen. Wir konnten neue Kontakte mit den Vermarktern von Bio-Produkten knüpfen. „Euch werden wir bei der Planung unseres neuen Wanderprogramms berücksichtigen, denn viele unserer Wanderer legen auf Bio-Produkte großen Wert.“ Ich möchte mich für die fleißige Hilfe von Brigitte Milde bedanken.

Eure Vizepräsidentin Waltraud Bauer

Spendenaktion: Westen für die Wegemarkierenden des Fränkischen Albvereins



Liebe Spenderinnen, liebe Spender, wir haben in Mittelfranken etwa 250 ehrenamtlich markierende Wegepaten, die die Wanderwege (9300 km Wanderwegenetz) des Fränkischen Albvereins e.V. zum Nutzen der Allgemeinheit markieren. Sie halten die Wanderwege in Ordnung und schneiden gegebenenfalls die Botanik so frei, damit die Wegezeichen beim Wandern gut zu sehen sind. Wir möchten gerne die Leute mit entsprechenden Westen ausstatten, die zum einen eine Art „Arbeitskleidung“ sind, aber auch die Zugehörigkeit zum Fränkischen Albverein zeigen und man somit erkennt, dass die Markierer offiziell in unserem Auftrag unterwegs sind.

Eine Weste kostet ca. 7,40 Euro, dazu kommen Zuschläge für Übergrößen. **Bitte unterstützen Sie uns bei der Anschaffung der Westen mit einer Geldspende.**

https://www.betterplace.org/de/projects/130922-westen-fuer-die-wegemarkierenden-des-fraenkischen-albvereins?utm_source=project_widget&utm_medium=project_130922&utm_campaign=widget



ARBEITSKREIS FRÄNKISCHE-ALB BIBLIOTHEK

- Neuerscheinungen - ab sofort in unserer Bibliothek erhältlich**111 Orte rund um Nürnberg, die man gesehen haben muss**

von Jo Seuß

Jo Seuß ist seit 1984 journalistisch tätig, mehr als 30 Jahre war er Redakteur für die „Nürnberger Nachrichten“ und heute als selbstständiger Autor und Publizist tätig. In derselben Reihe, die inzwischen weit über 100 Ziele umfasst, hat der Autor auch „111 Orte in Nürnberg“ und „111 Orte in Fürth und Erlangen“ verfasst. Seuß nimmt seine Leser mit auf eine Entdeckungsreise rund um Nürnberg – von „A“ wie Altdorf bis „Z“ wie Zirndorf. Dazu hat er Spannendes und Überraschendes, aber auch Unbekanntes in 111 Fundstücken zusammengetragen, z. B. Blattgold in Schwabach, Sklavensee bei Kalchreuth, Teufelstisch bei Gräfenberg oder die Kartel-Akademie in Weinzierlein, um nur einige Stichworte zu nennen. Auf jeweils einer Buchseite erzählt der Autor die Geschichte und alles Wissenswertes der Orte und auch der Menschen, die hier leben oder gelebt haben, ergänzt mit einem ebenfalls ganzseitigen Farbfoto sowie nützlichen Infos. Fazit: Ein Reiseführer, der nicht nur Touristen anspricht, sondern auch neugierige Einheimische, die Lust zu Erkundungstouren und Streifzügen haben.

240 Seiten, zahlr. Farbfotos, Broschur, Übersichtskarten, Format 13,5 x 20,5 cm, ISBN 978-3-7408-1730-5, Erstauflage April 2023. Emons-Verlag Köln; 18,00 €

**Das Geschenk des Wassers** von Jörg Henninger

Das Buch beleuchtet auf anschauliche Weise die faszinierende Geschichte der bewässerten Wiesen des Regnitztals. Diese Wiesen werden seit Jahrhunderten auf traditionelle Weise von den Landwirten dieser Gegend in Gemeinschaften bewirtschaftet und erhalten, sie sind nun sogar als immaterielles Kulturerbe der UNESCO anerkannt. Der Autor (*Anmerk.: von ihm haben wir bereits sein Buch „Reichelsdorfer Rednitz-Auwald“ in unserem*

Bibliotheksbestand) beschreibt in seinem Buch nicht nur die traditionelle Bewässerungsmethode, sondern auch die reiche Geschichte der Menschen, die sich um die Landschaftspflege kümmern, sowie der Industrie entlang der Rednitz. Für Leser, die sich für die regionale Geschichte interessieren, gibt dieses reich bebilderte Buch einen guten Überblick über die Bedeutung des Wassers für die Menschen dieser Region in Vergangenheit und Gegenwart, immer auch verbunden mit einem klaren Aufruf zu einem verantwortungsvollen Umgang mit der Natur.

282 Seiten, zahlr. Farbfotos, gebund., Übersichtskarten, Format 22 x 26,5 cm, ISBN 978-3-94225-1-761, Erstauflage Dez. 2023; Hans Fahnner-Verlag Lauf; 29,80 €



Das Geheimnis des Vorwärtkommens besteht darin, den ersten Schritt zu tun. Mark Twain

ARBEITSKREIS FRÄNKISCHE-ALB BIBLIOTHEK

**Altensittenbach** (Band 54 der Schriftenreihe „Altnürnberger Landschaft“)

von *Christopher Nienemann*

Der Verein Altnürnberger Landschaft, eine Arbeitsgemeinschaft für Geschichte, Heimatpflege und Heimatforschung im Nürnberger Umland, hat im Rahmen seiner Schriftenreihen (frühere Ausgaben sind unter der Signatur Aa ANL in der FAV-Bibliothek eingestellt) eine neue zweibändige Ausgabe zum Hersbrucker Ortsteil Altensittenbach vorgelegt – verfasst von Christopher Nienemann, einem anerkannten Kenner der Geschichte seines Heimatortes. Schon sein Großvater Hans Zitzmann legte bereits in den 1980ern die Grundlagen für die Erforschung der Ortsgeschichte.

Der Autor hat sich in seinen beiden aufwändig recherchierten Bänden nicht nur auf ein Häuserbuch beschränkt, sondern auch eine umfassende Beschreibung der Chronik Altensittenbachs und dessen historische Entwicklung gegeben. Sehr anschaulich ist im ersten Band die räumliche Entwicklung einer kleinen Ansiedlung von dessen Anfängen bis in die Gegenwart aufgezeigt. Dargestellt wird dies durch zahlreiche farbige Abbildungen, Skizzen und Lageplänen. Der zweite Band enthält dann auf nicht weniger als 473 Seiten eine akribisch zusammengestellte Übersicht aller (!) Altensittenbacher Häuser mit den Namen seiner Eigentümer und Bewohner, zum Teil über Jahrhunderte hinweg, und zusätzlich ergänzt durch viele Detailangaben.

Fazit: eine bibliophile Rarität für alle regionalgeschichtlich Interessierte.

237 Seiten (Bd. I) + 473 Seiten (Bd. II), zahlr. Farbfotos u. Abb., Übersichtskarte, Format 29,5 x 21 cm, brosch., ISBN 978-3-932411-20-5; im Eigenverlag; Erstauflage 2023

Wandern mit dem



– das ist meins!

Mitglieder
werben!

... und
beim FAV
mitwandern!

SCHELTER

Schlüsseldienst • Metallarbeiten

IST IHR HAUS SICHER?

Der Sicherheits-Spezialist bietet Ihnen eine unbegrenzte Auswahl.

METALLARBEITEN?

Treppengeländer, Handläufe, Fenstergitter vom Fachmann.

Schelter ■ Laufamholzstraße 75 ■ 90482 Nürnberg
Tel.: 0911/5441733 Fax: 0911/5441744

www.schlosserei-schelter.de

MOUNTAINBIKE-GRUPPE IM FRÄNKISCHEN ALBVEREIN



Nachfolgend möchten wir unser Programm für das Mountainbike-Jahr 2024 vorstellen.

Unsere Truppe ist hauptsächlich von Ende März bis in den Oktober hinein unterwegs. Im Anschluss an unsere Touren gehen wir gelegentlich auch etwas essen oder trinken. Im Winter gibt es zudem Stammtische oder andere Gemeinschaftsaktionen.

Gefahren wird bei uns mit Hardtails und Fullys, sowohl mit Körperkraft (wir sagen auch Bio-Bikes dazu), aber ca. die Hälfte fährt auch bereits mit E-Mountainbikes. Dies ist alles möglich und größtenteils auch kompatibel. Crossräder sind eher nicht zu empfehlen, da es auch mal über „Stock und Stein“ geht, da kommen diese Räder relativ schnell an Ihre Grenzen.

Die uns bekannten Touren fahren wir aus dem Kopf der Guides heraus, unbekannte oder nicht oft gefahrene Touren fahren und führen wir unter Einsatz von Navi/GPS-Geräten durch.

Unser Einsatzgebiet ist größtenteils der Großraum Nürnberg/Fürth/Erlangen/Schwabach, wo wir für fast jedes Gebiet Leute haben, die sich dort auskennen.

Zusätzlich zu den Touren unter der Woche gibt es auch Halbtages-, Tages- oder sogar Mehrtagestouren in den Mittelgebirgen oder Alpen.

Wir denken, dass wir wieder ein super Programm auf die Beine gestellt haben. Da sollte für jeden etwas dabei sein. Nachfolgend können die Touren der Tourenplanung entnommen werden und jeder kann sich auf „seine“ Touren schon mal freuen.

Tourenplanung für das Jahr 2024

MÄRZ

Mittwoch 27.03. Hainbergrunde

APRIL

Dienstag, 02.04. Katzwang/Limbach Runde

Mittwoch, 10.04. Zwieseltalrunde

Dienstag, 16.04. Heidenberg/Schwabach

Mittwoch, 24.04. Steinbrüchle

Dienstag, 30.04. Erlangen Ratsberg/Marloffstein

MAI

Sonntag, 05.05. Altmühltal Parorama Weg

Dienstag, 07.05. Tiergarten

Mittwoch, 15.05. Schmausenbuck/Röthenbachklamm

Dienstag, 21.05. 13-Wässerle Tour Markt Erlbach

Freitag, 24.05. Forchheim Kellerwald/Lange Meile/ YT-Trail

Sonntag 26.05. Etzelwang Tagestour

Mittwoch, 29.05. Altdorf Trails

JUNI

Dienstag, 04.06. Aurachtrails

Donnerstag, 06.06. Erlangen Ratsberg/Marloffstein

Mittwoch, 12.06. Zwieseltalrunde

Dienstag, 18.06. Fürther Stadtwald

Sonntag, 23.06. Fränkische Schweiz Höhenrunde

MOUNTAINBIKE-GRUPPE IM FRÄNKISCHEN ALBVEREIN

Mittwoch, 26.06. Erlenstegen/Kalchruth/Tennenlohe
4 - Tage Livigno Trails und
Touren 29.06. – 02.07.23

JULI

Mittwoch, 03.07. Tiergartentrails
Sonntag, 07.07. Markt Erlbach/Oberzenner See 600
hm, 55 km
Dienstag, 09.07. Heidenberg/Schwabach
Mittwoch, 17.07. Forchheim Kellerwald/Lange Meile/YT-Trail

Mittwoch, 24.07. Schwabach/Limbach Runde
Dienstag, 30.07. Aurachtrails

AUGUST

Freitag, 02.08. Forchheim Kellerwald/Lange Meile/YT-Trail
Mittwoch, 07.08. Altdorf Trails
Dienstag, 13.08. Hainbergrunde
Sonntag, 18.08. Schnaittach, Osternohe Tagestour
Mittwoch, 21.08. Fürther Stadtwald
Dienstag, 27.08. Aurachtrails

SEPTEMBER

Mittwoch, 04.09. Altdorf Trails
03. – 07.09. Jurasteig
Dienstag, 10.09. Katzwang/Limbach Runde
Mittwoch 18.09. Steinbrühle
Dienstag, 24.09. Heidenberg/Schwabach
Donnerstag, 26.09. Erlangen Ratsberg/Marloffstein

OKTOBER

Mittwoch, 02.10. Altdorf Trails
Sonntag, 06.10. Nbg.-Nonnenberg, Buchberg, Moritzberg-Nbg.
Dienstag, 08.10. Steinbrühle
Mittwoch, 16.10. Zwieselaltrunde
Dienstag, 22.10. Schwabach/Limbach Runde
Mittwoch, 30.10. Hainbergrunde

Tierhilfe Franken e.V.
Wir suchen Helfer unterschiedlichster Bereiche.
Sie müssen kein Tier bei sich aufnehmen.

Tierhilfe Franken e.V.
Wir erhalten Leben - drauß!

Tel.: 09244-9823166
0911-7540438
www.tierhilfe-franken.de

Über alle Termine informieren wir aktuell und zeitnah über unsere Whatsappgruppe und den Mailverteiler. Für Mehrtagesfahrten gib es Ausschreibungen, danach ist eine Anmeldung möglich.

Radfahren macht Spaß, ist gesund und sehr gut für die Umwelt. Aus diesem Grund ist das Interesse, in der Gruppe mit dem Mountainbike unterwegs zu sein, in den vergangenen Jahren sehr gestiegen und wir fahren nach dem Motto, lieber in der Gruppe Spaß haben, als alleine zu fahren.

Neue Radler sind immer herzlich willkommen, eine gewisse Grundkondition sowie Technikenkenntnisse sollen jedoch vorhanden sein.

Wer über alle Termine aktuell informiert werden möchte, kann gerne in den Mail- und/oder Whatsapp-Verteiler aufgenommen werden. Bei Interesse einfach melden.

Wir freuen uns auf eine schöne, verletzungs- und pannenarme Saison 2024,

Euer Stefan, Andreas, Bernhard und Markus

Kontaktdaten:

**Mountainbikegruppe
im Fränkischen Albverein**

Stefan Freudhöfer

E-mail: MTB-Nuernberg@web.de

Tel. 0157-57 9 57 605

www.fraenkischer-albverein.de/verein/die-gruppen/mountainbike-gruppe

NORDIC WALKING IM FRÄNKISCHEN ALBVEREIN BUND E. V.

Powersport mit Stöcken – Nordic Walking fördert die Gesundheit














Text und Foto: Irene Götz und Hildegard Wunderling

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 Nordic Walking 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

	Moritzberg	<p>Liebe Wanderfreunde, bitte beachten Sie folgende Hinweise:</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>http://www.fraenkischer-albverein.de/wanderprogramm Nur mit telefonischer Anmeldung beim Wanderführer. Bitte stets vorher kurz nachhaken, ob und wie der jeweilige Termin stattfindet. — Bleiben Sie gesund! —</p>
	Dinkelsbühl	
	Nürnberg	
	Hauptverein	
	FAV Hersbruck	
	FAV Schnaittachal	
	FAV Schwabach	
	OG Erlangen	
	OG Fürth	
	OG Reichelsdorf-Mühlhof	
	MTB Gruppe	



Bilder: AdobeStock

WANDERPLAN vom 01. April 2024 bis 30. Juni 2024

MONTAG 01. APRIL 2024

NBG: Ostermontagswanderung zum Drei-Burgen-Blick nach Oberfranken. Rauf auf und rund um den Zeugenberg Korches.

TW Weismain – Korches (535m) – Baiersdorf – Weismain – I.u.s.G., Gz. ca. 4h/15km mit Mittags (**E**). (FZ ~1:30h) **TP1:** 08:00 Uhr Katzwang Bf. (PKW-Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative) **TP2:** 09:30 Uhr Weismain Kirchenplatz (Parkpl. Kastenhof) WF: S. Wolf/B. Schreiner, Anmelden 28.03., Tel. 0176-92457152, bernd-schreiner@freenet.de, Mitfahrgelegenheit u. ggf. weitere **TP** bei WF erfragen (€ 5,- p.P.).

NordicWalking FÜ-Eschenau

TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

FAV SC: **TW** Ostermontagswanderung zum Drei-Burgen-Blick nach Oberfranken.

Rauf auf und rundum den Zeugenberg Korches. Weismain – Korches (535m) – Baiersdorf – Weismain (PKW-Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative).

L.u.s.G., 15km/4h. Mit Mittags(E). (Fz ~1:30h).

TP1: Katzwang Bhf. 8:00 Uhr. **TP2:** Weismain Kirchenplatz (Parkpl. Kastenhof) 9:30 Uhr. Mitfahrgelegenheit u. ggf. weitere **TP** bei WF erfragen (€ 5,- p.P.). Anmelden **28.3.**, WF: S. Wolf/B. Schreiner 0176-92457152, bernd-schreiner@freenet.de

DONNERSTAG 04. APRIL 2024

NBG: Fasten- und Passionskrippen, Ostereier aus aller Welt. **bV** Wunderschöne Exponate aus

der Passionswoche und Fastenskrippen. Mittelpunkt ist ein Heiliges Grab aus der Pfarrkirche St. Vitus. Wunderschöne verzierte Ostereier der Sorben aus der Lausitz um Bautzen. **Ttplus 10**

TP: 12:55 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 13:10 Uhr R19 Gl.18)

TP: 13:44 Uhr Autofahrer Hirschaid Bf.

WF: Waltraud Bauer, Anmeldung bis Montag **01.04.** Tel. 0911/454290, Gäste sind herzlich willkommen

FAV SC: **TW** Wandere mit und lach dich kaputt – Witzewanderweg

Auf Deutschlands erstem Witzewanderweg trainieren wir unsere Beinmuskeln und gleichzeitig auch unsere Lachmuskeln. Rohr – Limbachtal – Prünst - Rohr,

I. u. s. G. ca. 9 km – ca. 3 Std. plus Stodlbesuch

TP: 10:15 Uhr am Feuerwehrhaus in Rohr
Von Rohr wandern wir an mehreren Vollpfosten entlang nach Prünst. Nach dem Mittagessen in Prünst blicken wir kurz in die ländliche Vergangenheit und besuchen den Museums-Stodl Prünst (kein Eintritt – Bitte um Spenden)

Auf ihrem ehemaligen Heuboden erinnert Babette Betz mit ihrer Sammlung an alte vergangene Zeiten des Lebens auf dem Land, den oft mühevollen und harten Alltag, den unsere Vorfahren im 19. und auch noch in den ersten Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts zu bewältigen hatten.

WF: Lisa Rikirsch, bitte anmelden wegen Fahrgemeinschaften bis zum 02.04.2024, Tel.-Nr.: 09122 72261

SAMSTAG 06. APRIL 2024

NBG: unter Vorbehalt: Zu Wanderhochburgen der Vergangenheit – Die schönen Wege sind geblieben

TW Hegnenberg - Klingenhof - **Egensbach** – Engelthal. **TTplus 10.** L.u.s.G., Gz. ca. 3,5h/12km - Henfenfeld (16km) **TP:** 08:00 Uhr Nbg. Hbf. Mh. (Abf. 08:14 Uhr) WF: Jürgen Lange-Tropper, Anmeldung bis 03.04. (Bitte die gewünschte Strecke angeben) 01523 1767131, j.lange-tropper@web.de

OG FÜ: Auf zur 1. Etappe der Gottesackerrund

1. Etappe v. 4 Etappen der Landschaft am Obermainbogen an, die v. Victor v. Scheffel als Weg direkt ins Paradies beschrieben wurde.

TW Klosterlangheim - Ising - Kordigast - Weismal. **TT +10 od. 49 € Ticket, TP:** (8:30 Uhr) Hbf. Fürth Abf. (8:44 Uhr) RE14 Saalfeld Gl. 2, umst. i. Lichtenfels (9:55 Uhr) Bus 1213 Ankunft (10:13 Uhr), GZ 5 h, 15 km, l.u.s.g

WF: Angelika Roßmeißl 0151 27595828, WF steigt i. Fo zu; Bitte zwei Tage vor der Wanderung Teilnahme bei dem WF anmelden (Anrufbus) Rucksackverpflegung

OG REICH: TW-Rundwanderweg Lillachquelle – EK „Gasthaus zum Lillachtal“, TTplus 7

Gz. ca. 10 km 3 Std. l.u.s.G.

TP1: 8:30 Uhr Bf. Reichelsdorf (Abf. 8:48 Uhr S2)
TP2: Hbf. Nbg. U-Bahn U2 Gl.3 (Abf. 9:06 Uhr)

TP3: 9:15 Uhr Nordostbahnhof (Abf. 9:30 Uhr RB 21 Gl.1), WF: Jutta Vogt (Anmeldung Tel. 0911-9839680)

FAV HERS: TW Von Etzelwang über Berg und Tal nach Vorra. Etzelwang – Neutras – Hegendorf – Fischbrunn – Vorra, l.u.s.G., 3.5h/11km.

TP: 10:45 Uhr, HEB-Bf-re. (Abf. 10:43 Uhr Nbg. Hbf.) WF: G. Oehme, (Anmeldung bis Mi. 03.04./09151/905239)

SONNTAG 07. APRIL 2024

NBG: Fröhliche FAV-Fortsetzungswanderung für alle (TW): 2. Etappe: Über den Moritzberg. TW Röthenbach - Seespitze – Moritzberg –

Ottensoos – Reichenschwand. **TTplus 7 oder D-Ticket.** L.u.s.G., Gz. ca. 4,5h/17km (330 m bergauf, 330 m bergab).

TP: 08:35 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 08:43, S2, Gleis 3) WF: Christian Ehli, anmelden bis 05.04.: fav-christian@web.de, Rucksackverpflegung. Neueinsteiger und Gäste sind herzlich willkommen! Ausführliche Infos nach Anmeldung per E-Mail.

MONTAG 08. APRIL 2024

NordicWalking FÜ-Eschenau

TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

MITTWOCH 10. APRIL 2024

NBG: bv Führung im Germanischen Nationalmuseum Nürnberg zu „Unterwegs in Spätmittelalter und früher Neuzeit“

TP: 18:30 Uhr in der Eingangshalle, Dauer ca. 1 h. Mittwochs ist ab 17:30 h der Eintritt in das Museum frei. Führer: Josef Wintrich

OG FÜ: Vereinsabend Beginn ab 18 Uhr

Ort: „Auf der Tulpe“ Tulpenweg 60, 90768 Fürth-Burgfarrnbach. Gäste sind herzlich willkommen!

DONNERSTAG 11. APRIL 2024

NBG: 2. Etappe Erlebnisweg Wallensteins Lager. TW Unterasbach - Kneipp Allee - Alte Feste. **Preisstufe A.** L.G., Gz. ca. 3,5h/13km

TP: 09:15 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 09:21 Uhr, S4, Gl. 22) WF: Waltraud Bauer erwartet die Gruppe auf Gl. 22,

Anmeldung bis 08.04. Tel. 0911/454290, Gäste sind herzlich willkommen

OG FÜ: Über Kammerholz nach Rossendorf
KW Langenzenn - **Rossendorf** - Cadolzburg, **TT plus 4 od. 49 € Ticket.**

TP: Fürth Hbf. (9:45 Uhr) Abf. (9:57 Uhr) RB18 Ankunft Langenzenn (10:18 Uhr) GZ 3 Std. 9 km I.G., WF: Julia Havlik u. Karl Goepfert (0911-7593683 o. 0911-7419289) Bitte zwei Tage vor der Wanderung Teilnahme bei dem Wanderführer melden, Teilnehmerzahl ist auf 20 begrenzt.

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

FAV HERS:

bV Vereinsabend FAV Hersbruck.

Gasthaus am Plärrer Hersbruck 19 Uhr.

FAV SC: TW Du möchtest rund um Schwabach wandern gehen und mehr von dieser Ecke in Mittelfranken entdecken? Näheres zur Wanderstrecke und Einkehr werden am Treffpunkt zu Beginn der Wanderung bekanntgegeben. I.u.s.G.

Gz.ca.4 h/ca.15km.
TP: 10:00 Uhr Schwabach Bf., WF: Krimhilde Kuhse, Anmeldung bis 09.04.2024, Tel.: 09122 634103

SAMSTAG 13. APRIL 2024

NBG: FAV Nürnberg: Weite Blicke auf der Frankenhöhe. TW Eschenbach (b. Mkt Erlbach)

– Vockenroth – **Merzbach** – Altziegenrück – Eschenbach. **TTplus 7 o. Gruppenfahrchein**, I.u.s.G., Gz. ca. 5h/21km.

TP: 07:40 Uhr Fürth Hbf. (Abf. 07:57 Uhr, RB12, Gl. 4) WF: Marion Tyrach, Bitte um Anmeldung bis 11.04. unter 0176 / 80 04 25 70

FAV HERS: TW Zum Ausbuttern auf den Hohenstein. Vorra – Langen Stein – **Hohenstein** – Rupprechtstegen, I.u.s.G., 4,5h/13,5km.

TP: 9:30 Uhr, HEB-Bf-re. (Abf. 9:39 Uhr, Nbg. Hbf.) WF: P. Layritz, (Anmeldung bis Mi. 10.04./0151/11512153). Für das Essen anmelden bei Andrea. (09151/905239)

OG ER: TW Im Rangau. Markt Erlbach – Eichenmühle – **Adelsdorf** – Wilhermsdof. **TP:** 8:15 Uhr ER-Bhf-Halle, Abf. 8:29 RE 14 **TT+10 o. DT**, umst. FÜ-Hbf. 8:57 Uhr, RB 12. Gz.3,5h o. 4,5h. 12 o. 16 km, I.G. WF erwartet Gruppe FÜ-Hbf, WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

FAV SC: TW Durchs Rednitztal nach Gerasmühle I.G. ca. 4 ½ Std, ca. 15 km, feste Schuhe

TP: vor 9:00 Uhr Bhf. Schwabach, 13:30 Uhr Einkehr in **Gerasmühle**, danach noch 20 min zum Bus 63 nach Schwabach.

WF: Erik Schmauser Anmeldung bis **11.04.2024** an: erik.schmauser@humidity-and-power.de oder Telefon Nr.: 09122 888580

SONNTAG 14. APRIL 2024

NBG: Entlang des „Bethang-Weg“ Teil 8

TW Neunhof – Nürnberg – Nordostpark. **Preisstufe A.** I.u.s.G., Gz. ca. 4h/12km

TP: 08:00 Uhr Nbg. Hbf. Mh. (Abf. 08:13 Uhr U2 -> Plärrer) WF: Roland Beck, Anmeldung bis 07.04.2023 erbeten, Tel. 0176-71969980; Rucksackverpflegung erbeten, da keine Einkehr gewährleistet werden kann. Gäste sind herzlich willkommen

NBG: Kulturweitwanderung über alte Wege durch den Spessart (Deutschland- oder Bayernticket) Wanderung 30 km, 600 Höhenmeter: Rieneck, Klosterruine Elisabethzell, Wallfahrtsort Rengersbrunn, Waldschänke Bayerische Schanz, Rieneck

TP: 06:00 Uhr Nbg. Hbf. Rückkehr gegen 21:00 h WF: Josef Wintrich, Anmeldung bis Mittwoch 10.04. bei wintrichj@outlook.com oder 01522 1549 717

FAV SCHNAI: RW Ziegenweg Hirschbach,

I.u.s.G., GZ 3,5 h (einschl. Erklärungen), ca. 6,5 km, mit (E), **TP:** 10:30 Uhr Wander-Parkplatz Hirschbach (von Hersbruck kommend in Hirschbach links Ri Loch, ca. 400 m). Fahrgemeinschaften möglich. **Anmeldung bis Do, 11.04.24 bei WF Barbara Schuster** (0170-9332956). Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt. **Gastwanderer sind herzlich willkommen!**

Mitglieder werben!
... und beim FAV mitwandern!

DINK: KW, Rundwanderung durch das Wörnitztal, I.G., Gz 2h/ 6 km, TP: 14 Uhr Parkplatz Stadtmühle, (E) Lieb's Cafe

MONTAG 15. APRIL 2024

NordicWalking FÜ-Eschenau

TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

DONNERSTAG 18. APRIL 2024

OG ER: Auf dem Jean Müller Weg am Norissteig vorbei.

Fischbrunn – Hegendorf – Heuchling – Deinsdorf – Hartmannshof

TP: 8:50 Uhr, ER-Bhf-Halle mit RE 14/28 Abfahrt 9:03 Uhr, TT 10 o. DT, Umst. Nbg.-Hbf mit RE 40/41 ab 9:43 Uhr (voraus. Gl. 19), Umst. Hersbruck mit Bus 446 ab 10:11 Uhr nach Fischbrunn, Gz. ca. 3,5 h; ca. 13 km; s.G. WF wartet in Nbg. am Gleis. WF: Norbert Buster, Anmeldung erforderlich. Tel. 0911- 54 64 55 nur Dienstag, 16. April zwischen 17-19 Uhr

FAV SC: TW Lillachquelle und Leichenlinde.

Weißenohe – Dorfhaus – Lillachquelle – Leichenlinde – Dorfhaus – Burgstall Hainburg – Igensdorf
TP: Bhf Schwabach 9:00 Uhr, Abf.: Schwabach 9:19 Uhr Ank.: Nbg Hbf 9:38 Uhr, U-Bahn nach Nbg Nordost, Abf.: Nbg Nordost 10:23 Uhr Ank.: Weißenohe 11:00 Uhr, TT plus 10, I.u.s.G. 10 km – ca. 3 1/2 Std WF: Lisa Rikirsch, bitte anmelden bis zum 16.04.2024. Tel.-Nr.: 09122 72261

SAMSTAG 20. APRIL 2024

NBG: unter Vorbehalt: Zur Blütenpracht am Walberla und ins Trubachta

TW Kirchehrenbach – Schlaifhausen – Leutenbach – Hetzelsdorf – Hagenbach – Pretzfeld. TTplus 10 L.u.s.G., Gz. ca. 4,5h/14,5km, TP: 08:55 Uhr Nbg. Hbf. Mh. (Abf. 09:10 Uhr) WF: Jürgen Lange-Tropper, Anmeldung bis 17.04., Tel. 01523 1767131, j.lange-tropper@web.de

OG FÜ: Hoch über dem Maintal

Nach einer Brotzeit in d. Weinbergen machen wir zum Abschluss eine kl. Stadtführung i. Karstadt.
TW Retzbach - Karlstadt. 49 € Ticket od. Bayernti-

cket, TP: (8:00 Uhr) Hbf. Fürth Abf. (8:11 Uhr) RE10 Würzburg, umst. (9:37 Uhr) RE55, Fahrzeit für Autofahrer 130 km, TP f. Autofahrer (9:40 Uhr) Bhf. Retzbach-Zellingen Gz. 4 h / 14 km, SG 3, WF: Angelika Roßmeißl 015127595828; WF steigt i. FO zu. Bitte einen Tag vor der Wanderung Teilnahme bei dem WF anmelden; Rucksackverpflegung, u. U. Schlußeinkehr

OG REICH: TW-Stadtbesichtigung Roth mit Museumsbesuch – EK „Gasthaus Goldener Schwan“ TTPlus5+D

Führung durch Schloss Ratibor, TP1: Hbf. Nbg. 8:20 Uhr (Abf. 8:41 Uhr Gl. 1) TP2: Bf. Reichelsdorf 8:30 Uhr (Abf. 8:51 Uhr) TP3: Bf. Roth 9:10 Uhr. WF: Sonnhild Rothe-Göbwein (Anmeldung Tel. 0911-6492643 bis 13.04.24) Änderung vorbehalten

FAV HERS: TW Zur Blütenpracht am Walberla und ins Trubachtal (unter Vorbehalt).

Kirchehrenbach – Schlaifhausen – Leutenbach – Hetzelsdorf – Hagenbach – Pretzfeld, I.u.s.G., 4,4h/14,5km. TP: 8:10 Uhr, HEB-Bf-re. (Abf. 9:10 Uhr, Nbg.Hbf.) WF: J. Lange-Tropper, (Anmeldung bis Mi. 17.04./ 01523 1767131)

SONNTAG 21. APRIL 2024

OG ER: TW Im Veldensteiner Forst.

Rupprechtstegen – Stöppach – Hersbruck.
TP: 8:15 Uhr, ER-Bhf-Halle, Abf. 8:29 Uhr, R2 TT+10 o. DT, umst. N-Hbf. 9:08 Uhr RE 30, Gz 4,5 h, 15 km m.G, WF erwartet Gruppe N-Hbf. WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

MONTAG 22. APRIL 2024

NordicWalking FÜ-Eschenau

TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

DIENSTAG 23. APRIL 2024

OG REICH: Vereinsnachmittag

TP: 15:30 Uhr Sportgaststätte SV Reichelsdorf, Schloßleinsgasse 9

Mitglieder werben!
... und beim FAV mitwandern!

DONNERSTAG 25. APRIL 2024

OG FÜ: Durch den Gräfwald nach Oberntief

KW Bad Windsheim – **Oberntief** – Erkenbrechtshofen – Bad Windsheim, **TT+ 10 od. 49 € Ticket**
TP: Fürth Hbf (8:25 Uhr) Abf. (8:47 Uhr) S6 nach Neustadt Bahnhof umsteigen (9:38Uhr) RB81 Richtung Steinach Ankunft Bad Windsheim (9:58 Uhr) GZ 13 Km 4 Std. lusG. WF: Michael Rojahn 09117530274 steigt in Burgfarnbach zu. Bitte einen Tag vor der Wanderung Teilnahme bei dem WF anmelden

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)

OG ER: **TW Ins Kirschenland.** Heroldsberg – Stettenbergschlucht – Teufelsbadstube – **Kalchreuth. TP:** 8:15 Uhr, ER Bhf-Halle mit RE14 ab 8:29 Uhr, **TT+7 o. DT**, umst. Nbg.-Hbf. mit U2 ab 9:02 Uhr, umst. N-NO mitRB 21 ab 9:23 Uhr, Gz. 3h 10km, s.G. Rucksackverpflegung, Schlußeinkehr WF erwartet Gruppe in Nbg.Hbf., WF: Burgl Hübner, Tel.: 0911-897109

FAV SC: **TW Immer an der Pegnitz lang - von Fürth nach Nürnberg**, Fürth Bhf. – Schniegling – Johannis - **Nürnberg Hauptmarkt**, I. G. Gz 2,5 Std., 11 km, **TP:** 9.00 Uhr Bhf Schwabach, Abf: 9.19 Uhr S2, Nürnberg Hbf, Abf. 9:49 Uhr S1 Gleis 1, Fürth Bhf Ank. 9:56 Uh, **TT plus Preisstufe 3**, WF: Roman Niethammer, Anmeldung bis **23.04.2024**, Tel.: 09170/938082

FREITAG 26. APRIL 2024

FAV HERS: **KW Wanderziel noch offen.** L.G., 2h/8Km. **TP:** 13:00 Uhr, Parkplatz Norma Hersbruck/Altensittenbach. Fahrgemeinschaften! WF: K. Müller, (Anm. bis Di, 23.04./ 09151/95099)

SAMSTAG 27. APRIL 2024

NBG: **Sportliche FAV-Fortsetzung Rund ums VGN-Gebiet – rundum glücklich! 23. Etappe: Zur Spitze des Mairdreiecks**
TW Uffenheim – Ruine Hohenlandsberg – Bullenheimer Berg – Marktbreit. **TTplus 10 oder D-Ticket**

L.u.s.G., Gz. ca. 5,5h/29km (400 m bergauf, 530 m bergab), **TP:** 07:15 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 07:21 Uhr S4, Gleis 22) WF: Christian Ehli, anmelden bis 25.04. fav-sportwanderung@web.de, Rucksackverpflegung. Neueinsteiger und Gäste sind herzlich willkommen! Ausführliche Infos nach Anmeldung per E-Mail.

MONTAG 29. APRIL 2024

NordicWalking FÜ-Eschenau

TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

DIENSTAG 30. APRIL 2024

OG ER: **Ausserordentliche Mitgliederversammlung.** Beginn 18:45 Uhr (siehe Einladung getrennte Einladung) im Vereinslokal „Blaue Traube“, Spardorfer Str. 79, **nur für Mitglieder.**

Ab 17:30 Uhr, vor der ausserordentliche Mitgliederversammlung: **Vereinsabend** im Vereinslokal „Blaue Traube“, Spardorfer Str. 79

FAV SC: **Wandertrefftermin für „Wander-Interessierte“** um 18:00 Uhr im Restaurant „Das Laumer“, Kappadocia 1, 91126 Schwabach. Gäste sind willkommen.

DONNERSTAG 02. MAI 2024

FAV SC: **TW Entlang des Talgrundes zum Wöhrder See.** Schwaig – Malmsbach – Oberbürg – Wöhrder See – **Nürnberg Altstadt.** I. G. Gz 3 Std., 11 km, **TP:** 9:00 Uhr Bahnhof Schwabach, Abf: 9:19 Uhr S2, Schwaig an 9:55 Uhr, **TT plus Preisstufe 3**, WF: Roman Niethammer, Anmeldung bis **30.04.24**, Tel.: 09170/938082

SAMSTAG 04. MAI 2024

NBG: **Über einen grandiosen Blick zum Walberla und dem Hetzleser Berg, vorbei an den letzten Kirschblüten.** **TW** Weingarts – Regensberg – **Haidhof** – Schlossberg – Thuisbrunn. **TTplus 10.** L.u.s.G., Gz. ca. 4h/14,5km, **TP:** 08:55 Uhr Nbg. Hbf. Mh. (Abf. 09:10 Uhr) WF: Jürgen Lange-Tropfer Anmeldung bis 01.05., Tel. 01523 1767131, j.lange-tropfer@web.de

OG REICH: TW-Zur Kirschblüte nach Kalchreuth – EK in Röckendorf / Preisstufe 4

Kalchreuth-Röckendorf-Kalchreuth – EK Röckendorf – Gz. ca. 10 km 3 Stunden I.G., **TP1:** Bf. Reichelsdorf. 9:00 Uhr, **TP2:** Nordostbahnhof TP 8.15 Uhr (Abf. 8:28 Uhr) S2, **TP3:** Bf. Kalchreuth 9.45 Uhr (für PKW-Mitfahrer Unkostenbeitrag 7,00€/pro Pers.), WF: Elsbeth und Friedrich Krauß (Anm. Tel. 0911-353682)

OG FÜ: Auf Wiesen und Wälder um das Kirschendorf Kalchreuth

TW Großgescheidt - Kalchreuth - Felsenkeller - Heroldsberg, **TT +4 od. 49 € Ticket**

TP: (8:45 Uhr) Hbf. Fürth (Abf. 9:00 Uhr) S1 Neumarkt, umst. i. Nbg. Rothenburger Str i. U2 Nbg. Flughafen, umst. i. Nbg. Nordost i. Abf.(9:30 Uhr) RB 21 Gräfenberg Ankunft (9:49 Uhr) Großgescheid Gz. 4 h / 12,5 km, SG 3, WF: Angelika Roßmeißl 015127595828; Bitte einen Tag vor der Wanderung Teilnahme bei dem WF anmelden

OG ER: TW Durch den Mönchswald. Windsbach – Mittleschenbach – Windsbach. **TP:** 8:25 Uhr, ER-Bhf-Halle, Abf. 8:41 Uhr, S1 **TT+10 o. DT**, umst. N-Hbf. 9:21 Uhr S4, umst. Wicklesgreuth 10:05 Uhr RB 91, Gz 4,5 h, 15 km m.G, WF erwartet Gruppe N-Hbf. WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

SONNTAG 05. MAI 2024

FAV SCHNAI: RW Benzendorf-Dachstadt-Benzendorf – Frühlingwanderung durch Hopfen- und Kirschgärten, I.u.s.G., GZ 4,5 h,

ca. 16 km, mit (E). **TP:** 9:30 Uhr **Feuerwehrhaus Benzendorf** (Zwischeneinstieg möglich, Igensdorf - Dachstadt – Igensdorf ca.7 km)

Anmeldung bis 01.05.24 bei WF Hans-Peter Bauer (0177-625 1983 od. 09153-4545, pedro-bauer@gmx.de).

Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt.

Gastwanderer sind herzlich willkommen!

FAV HERS: TW Auf dem Korbmachersteig. Velden – Hartenstein – Großmeinfeld –

Eschenbach – Hohenstadt, I.u.s.G., 4h/14km. **TP:** 8:30 Uhr, HEB-Bf-re. (Abf. 8:08 Uhr, Nbg. Hbf.) WF: G. Oehme, (Anmeldung bis Mi. 01.05./09151/905239)

MONTAG 06. MAI 2024

NordicWalking FÜ-Eschenau

TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

DIENSTAG 07. MAI 2024

FAV HERS: KW Wanderziel noch offen.

L.G., 2h/8km. **TP:** 13:00 Uhr, Parkplatz Norma Hersbruck/Altensittenbach. Fahrgemeinschaften! WF: K. Müller, (Anmeldung bis Sa. 04.05./09151/95099)

MITTWOCH 08. MAI 2024

NBG: bv Führung im Germanischen Nationalmuseum Nürnberg zu „Trinkkultur“

TP: 18:30 h in der Eingangshalle, Dauer ca. 1 h. Mittwochs ist ab 17:30 h der Eintritt in das Museum frei. Führer: Josef Wintrich

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)

DONNERSTAG 09. MAI 2024

NBG: Am Vatertag „Araunerskeller“

TW Weißenburg -Bergwaldtheater- Willibalds Denkmal – **Araunerskeller** – Weißenburg.

TTplus 10. L.u.s.G., Gz. ca. 3,5h/11km

TP: 08:30 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 08:38 Uhr R16 Gl.5) WF: Siegfried Bauer, Anmeldung bis 06.05.

Tel. 0911/454290 erwartet die Gruppe Nbg. Hbf. Gl. 5, Gäste sind herzlich willkommen

OG FÜ: Über dem Hienberg

KW Simmeldorf – Hienberg - **Osternohe-** Hendersdorf, **TT plus 7 od. 49 € Ticket, TP:** Fürth Hbf. (8:30 Uhr) Abf. (8:47 Uhr) RE10 nach Nürnberg

umsteigen (9:08 Uhr) RB30 nach Neunkirchen am Sand unsteigen (9:37 Uhr) RB31 Ankunft Simmeldorf (9:54 Uhr) GZ 3 Std., 9 km IusG. WF: Julia Havlik u. Karl Goepfert (0911-7593683 o. 0911-7419289). Bitte einen Tag vor der Wanderung Teilnahme bei dem Wanderführer melden

OG ER: (Himmelfahrtstag) TW Auf zum „Flinderer“ (Bierfest) Pegnitz/Weidlwang – Horlach – Pegnitz. TP 8:15 Uhr, ER-Bhf-Halle mit RE 14 Abfahrt 8:29 Uhr, **TT 10 o. DT**, Umst. Nbg-Hbf mit RE 32 ab 9:05 Uhr (vorauss. Gl. 21). Umst. Pegnitz mit Bus 339 ab 10:05 Uhr Richtung Neuhaus/Peg., Gz. ca. 2,5 h; ca. 10 km; l.u.s.G. WF wartet in Nbg. am Gleis. WF: Norbert Buster, Anmeldung erforderlich, Tel. 0911- 54 64 55 nur Dienstag, 7. Mai zwischen 17-19 Uhr

FAV SC: TW In und um Schwabach l.G., Gz. ca. 3h/10km mit Einkehr. **TP:** 10:30 Uhr Schwabach Bhf. WF: Sieglinde. **Achtung:** Die Durchführung dieser Wanderung ist noch nicht gewährleistet. Bitte informiere dich bei Interesse kurzfristig über den Newsletter (nur für Mitglieder des FAV Schwabach möglich), die Homepage <http://www.fav-schwabach.de/>, oder Tel.: 09122 72261, ob sie stattfinden kann!

SAMSTAG 11. MAI 2024

OG ER: TW Über den Knappenberg. Neukirchen/ SuRo - Oed - Hartmannshof – Pommelsbrunn. **TP:** 8:45 Uhr, ER-Bhf-Halle, Abf. 9:03 Uhr, RE 14, **TT+10 o. DT**, umst. N-Hbf. 9:43 Uhr RE 40, Gz.4,5 o. 5,5 h, 12 o16 km, m.G. WF erwartet Gruppe N-Hbf. WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

MONTAG 13. MAI 2024

NordicWalking FÜ-Eschenau. **TP:** 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

DIENSTAG 14. MAI 2024

Gründung des Deutschen Wanderverbands am 14. Mai 1883

NBG: Probewanderung zum „Tag des Wanderns“ „Zum Steinbrüchlein“. **TW** Reichelsdorf Bahnhof – Weierhaus – **Steinbrüchlein** - Hast. Südfriedhof. **Preisstufe A.** l.G., Gz. ca. 3,5h/10km. **TP:** 09:10 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 09:21 Uhr, S2 Gl.1) WF: Siegfried Bauer Anmeldung bis 10.05., Tel. 0911/454290, erwartet die Gruppe Nbg. Hbf. Gl. 1 Gäste sind herzlich willkommen

OG FÜ: „Tag des Wanderns“ Wanderung über Fischweiher zum Biergarten nach Rennhofen **TW** Neustadt Mitte - Unterstrahlbach - Rennhofen - Neustadt Mitte, **TT + 7 od. 49 € Ticket** **TP:** Fürth Hbf. (9:30 Uhr) Abf. (9:47 Uhr) S6 nach Neustadt an der Aisch Ankunft Neustadt Mitte (10:13 Uhr) GZ 4 Std. 13 km lusG. WF: Heinz Meier (09107586 o. am Tag der Wanderung 01602347026) empfängt die Gruppe am Bahnhof Neustadt Mitte. **Bitte einen Tag vor der Wanderung beim Wanderführer anmelden.**

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

FAV HERS: „Tag des Wanderns“ TW Frühlingszauber der Alb: Gut drei Gewässer, fast drei Höhenzüge! Vorra (Pegnitz) – Fischbrunn (am Hirschbach) – Hubmersberg (?) – Heuchling (Hutanger) – Deinsdorf – Oed (Etzelbach) – Hartmannshof (Högenbach); 15 km/4 Std., längere Steigungen! **TP:** Bf. Hersbruck r.d. P. 9:30 Uhr (von Nbg. Hbf kommende RB nach Vorra, Abf. 9:39 Uhr, Preisstufe 3); Rückf. 15 Uhr. Anmeldung (09151/814581) bei WF H. Treuheit. Bei nicht ausreichender Zahl verbindlicher Anmeldungen bis zum 12. April sperrt der Lindenhof in Hubmersberg nicht für uns auf – keine Einkehr!

MITTWOCH 15. MAI 2024

OG FÜ: Vereinsabend Beginn ab 18 Uhr Ort: „Auf der Tulpe“ Tulpenweg 60, 90768 Fürth-Burgfarnbach. Gäste sind herzlich willkommen!

DONNERSTAG 16. MAI 2024

NBG: Wernsbacher Steinbrüche **TW** Georgensgmünd – Wernsbach – **Georgensgmünd.** **TTplus 7**, l.G., Gz. ca. 3h/11,5km **TP:** 08:55 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 09:08 Uhr, R60, Gl. 5) WF: Waltraud Bauer erwartet die Gruppe auf Gl. 5, Rucksackverpflegung für unterwegs, Schlusseinkehr. Anmeldung bis 13.05., Tel. 0911/454290, Autofahrer Georgensgmünd, Bahnhof 09:30 Uhr

FAV HERS:**bV Vereinsabend FAV Hersbruck.**

Gasthaus am Plärrer Hersbruck 19 Uhr.

OG ER: TW Auf dem Luther-Weg. Georgensgmünd – **Mosbach** – Georgensgmünd. **TP:** 8:50 Uhr, ER-Bhf-Halle mit RE 14/28, Abfahrt 9:03 Uhr, **TT 10 o. DT.** Umst. Nbg-Hbf mit RB 16 ab 9:39 Uhr (vorauss. Gl. 5) Gz. ca. 3,5 h; ca. 12 km; I.G. WF wartet in Nbg. am Gleis, WF: Norbert Buster Anmeldung erforderlich, Tel. 0911- 54 64 55 nur Dienstag, 14. Mai zwischen 17-19 Uhr

FAV SC: TW Du möchtest rund um Schwabach wandern gehen und mehr von dieser Ecke in Mittelfranken entdecken? Näheres zur Wanderstrecke und Einkehr werden am Treffpunkt zu Beginn der Wanderung bekanntgegeben. I.u.s.G. Gz.ca. 4 h/ca.15km **TP:** 10:00 Uhr Schwabach Bf. WF: Krimhilde Kuhse, Anmeldung bis **14.05.24**, Tel.: 09122 634103

SAMSTAG 18. MAI 2024

OG REICH: TW-Burghthann-Postbauer-Heng – EK „Goldene Krone“ TTplus 7 Burghthann – Ezelsdorf – Goldkegel-Buch–Postbauer-Heng, Gz. 3,5 h 10 km I.G., **TP1:** Bf. Reichelsdorf (Abf. 8.28 Uhr S3) – Nbg. Hbf. an 8.38 Uhr Gleis 3 umsteigen, **TP2:** Hbf. Nbg. Abf. 8.51 Uhr Gleis 3 mit S1, WF: Jürgen Krebs (Anmelden b. Sonnhild 0911-6492643) Änderungen vorbehalten

FAV SC: TW Vom Karlsgraben zum Keller. Treuchtlingen – Karlsgraben – **Wettelsheimer Keller** – Treuchtlingen. **TTplus 10 od. DT**, I. u. s. G., Gz 4,5h/18 km, **TP:** SC-Bf 09:30, RB 16 um 09:49 n Treuchtln, WF: Ralf Bresa wartet um 10.30 Uhr am Bf-Trl. **Anmelden!** 0152-33820844

SONNTAG 19. MAI 2024

NBG: Entlang der Hassberge in die schöne Fachwerkstadt Königsberg i. Bay.
TW Haßfurt - Königsberg; **TTplus 10**, I.u.s.G., Gz. ca. 3,5h/13km, **TP:** 07:30 Uhr Nbg. Hbf. Gl. 4 C-F (Abf. 07:38 Uhr RE 20 - >Würzburg Hbf) WF: Roland Beck, Anmeldung bis 12.05., Tel. 0176-71969980, Rucksackverpflegung erbeten, da keine Einkehr gewähr-

leistet werden kann. Gäste sind herzlich willkommen!

OG FÜ: Durch's Paradiestal zur Wiesentquell
TW Treunitz - Schederndorf - **Steinfeld. TT +10 od. 49 € Ticket, TP:** (10:30 Uhr) Hbf. Fürth Abf. (10:46 Uhr) RE14 Saalfeld, umst. i. Bamberg (11:30 Uhr) i. Bus 969 Langasse/Hollfeld bis Treunitz Ankunft (12:18 Uhr) Treunitz Gz 3,5 h / 13 km I. G. WF: Angelika Roßmeißl 015127595828; WF steigt i. FO zu. Bitte einen Tag vor der Wanderung bei dem WF anmelden.

MONTAG 20. MAI 2024

NBG: Pfingstmontagswanderung über den alten Kanal rauf zur Höhenburgruine Wolfstein. Eine Tour mit tollen Aussichten und Oberpfälzer Küche. **TW** Neumarkt Oberpfalz – Alter Kanal – Ruine Wolfstein – Wallfahrtskirche Mariahilf – Neumarkt. **TTplus 10 oder PKW-Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative**, I.u.s.G., Gz. ca. 5h/16km. Mit Mittags(E). **TP1:** 08:00 Uhr Schwabach Bf. (Abf. 08:04 Uhr, RB16, Gl. 3) umst. Nbg. Hbf. (Abf. 08:41 Uhr, S3, Gl. 2), an NM Bf. 09:14 Uhr. **TP2:** 09:15 Uhr NM Bf. PKW-Parkplatz Rückseite, Hans-Dehn-Str. (Fz. 45 Min./47 km). WF warten NM Bhf. Rückseite. PKW-Mitfahrmöglichkeit bei WF erfragen (€ 3,-p.P.) WF: S. Wolf/B. Schreiner, Anmelden 16.5., Tel.0176-92457152, bernd-schreiner@freenet.de.

NordicWalking FÜ-Eschenau

TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

FAV HERS: TW Kirchen, Kalköfen und noch mehr. Schnaittach – Kersbach – **Weißbach** – Glatzenstein – Leuzenberg – Reichenschwand, I.u.s.G., 3,5h/11km. **TP:** 9:10 HEB-Bf-re. (Abf. 9:08 Uhr, Nbg.Hbf.) WF: H. Wieland (Anmeldung bis Mi.15.05./ 09151/96787)

FAV SC: TW Pfingstmontagswanderung über den alten Kanal rauf zur Höhenburgruine Wolfstein. Eine Tour mit tollen Aussichten auf die Zeugenberge und Oberpfälzer Küche. Neumarkt Oberpfalz – Alter Kanal – Ruine Wolfstein – Wallfahrtskirche Mariahilf – Neumarkt, **TTplus8 oder PKW-Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative**. I.u.s.G., 16km/5h. Mit Mittags(E). Zugfahrer-**TP:**

8:00 Uhr Schwabach Bhf. (Abf. 8:04 Uhr, RB16, Gl.3), umst. Nbg-Hbf. (Abf. 8:41 Uhr, S3, Gl.2), an NM Bhf. 9:14 Uhr. PKW-**TP2**: 9:15 Uhr NM Bhf. Parkplatz Rückseite, Hans-Dehn-Str. (Fz. 45 Min./47 km). WF warten NM Bhf. Rückseite. PKW-Mitfahrmöglich bei WF erfragen (€ 3,-p.P.). Anmelden **16.5.**, WF: S. Wolf/B. Schreiner 0176-92457152 bernd-schreiner@freenet.de.

DONNERSTAG 23. MAI 2024

OG FÜ: Zur Rhododendronblüte in den Botanischen Garten München. **bV** München, **49€ Ticket oder Bayern-Ticket, TP: FÜ-Hbf.** 8:30 Uhr (Abf. 8:39 Uhr mit S1, umstg. N-Hbf.) Abf. 9:07 Uhr mit RE1, Ank. Mü/Hbf. 11:00, weiter mit Tram 17 zum Bot.Garten). Besichtigung des Botanischen Gartens (Gewächshäuser u. Freiland). Mittagspause im Cafe oder Selbstverpflegung. Weiter mit Rundgang. Danach mit Tram zum Viktualienmarkt, Schlußeinkehr im Biergarten, Bummel durch die Fußgängerzone zum Hbf. WF: Hannelore u. Rainer Pohl, Tel. 0911 753763 oder 0160 6871255. Fahrt findet nur bei trockenem Wetter statt. Anmeldung 2 Tage vorher (begrenzte Teilnehmerzahl)

OG REICH: **KW-Ziel nach Absprache zwischen 4-7 km, TP:** 10:30 Uhr Bf. Reichelsdorf, Waldstromerstr. 70, WF: Gudrun Paul (Anmeldung Tel. 0911 637709)

FAV SC: **TW Wilde Natur vor den Toren der Großstadt.** Vom Schmausenbuck zum Valznerweiher. **TP:** Bhf Schwabach 9:00 Uhr, Abf.: Schwabach 9:19 Uhr S2. Ank.: Tiergarten 9:58 Uhr Haupteingang, Straßenbahn Wendeschleife. **TT plus Preisstufe 3**, evtl. Gruppenfahrchein, l. u. s. G. ca. 11,5 km – ca. 4 1/2 Std. Tiergarten – historische Steinbrüche am Schmausenbuck – Aussichtsturm – Buchenklinge – alte Steinbrüche – Samenplantage Europäische Lärche – ehem. Strafgefangenenlager am Holzweiher – Feuchtgebiet Hutgraben – Valznerweiher – Tiergarten

Evtl. Rucksackverpflegung, Einkehr im Gasthaus erst gegen 14:00 Uhr, WF: Lisa Rikirsch. Bitte anmelden bis zum 20.05.24. **Tel.-Nr.: 09122 72261**

www.fraenkischer-albverein.de

SAMSTAG 25. MAI 2024

NBG: Über einen der schönsten Aussichtspunkte unserer Heimat in das Felsental von Waischenfeld. TW Püttlach - Hohenmirsberg - Kirchahorn - Hannberg – Waischenfeld. **TTplus 10**, l.u.s.G., Gz. ca. 5h/16,5km, TP: 08:20 Uhr Nbg. Hbf. Mh. (Abf. 08:37 Uhr) WF: Jürgen Lange-Tropper, Anmeldung bis 22.05., Tel. 01523 1767131, j.lange-tropper@web.de

NBG: Sportliche FAV-Fortsetzung Rund ums VGN-Gebiet – rundum glücklich! 24. Etappe: Aussichtsreich und steinig durch Mainfranken **TW** Marktbreit – Eibelstadt – historischer Steinbruch Lindelbach – Dettelbach Bf. **TTplus 10 oder D-Ticket**, l.u.s.G., Gz. ca. 7h/35km (380 m bergauf, 300 m bergab), **TP:** 07:15 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 07:21 Uhr S4, Gleis 22) WF: Christian Ehli, anmelden bis 23.05.: fav-sportwanderung@web.de, Rucksackverpflegung Neueinsteiger und Gäste sind herzlich willkommen! Ausführliche Infos nach Anmeldung per E-Mail.

FAV HERS: TW Über einen der schönsten Aussichtspunkte unserer Heimat in das Felsental von Waischenfeld. Püttlach – Hohenmirsberg – Kirchahorn – Hannberg – Waischenfeld, l.u.s.G., 5h/16,5km. **TP:** 7:50 Uhr HEB-Bf-re. (Abf. 8:37 Uhr Nbg. Hbf.) WF: J. Lange-Tropper, (Anmeldung bis Mi. 22.05./01523 1767131)

FAV SC: Wanderung Riesengebirge vom 25.5.24 bis 1.6.24. Sa. 25.5.2024, 8:37 Uhr ab Nbg über Hof und Dresden nach Liberec (Reichenberg). Ank. 15:27 Uhr. Übernachtung im Hotel im Stadtzentrum. So. 26.6.24 mit dem Zug gehts nach Harrachow (Harrachsdorf) und Aufstieg zur Vosecka Bouda (Wossecker Baude), einem gemütlichen Berggasthof. Von dort gehts zur Quelle der Elbe und über die Snezka (Schneekoppe) 1602 m nach Trutnov (Trautenau) dort werden wir am Do 30.5.24 ankommen. Der Streckenverlauf ist auf dieser Strecke sehr stark dem Wetter ausgesetzt und wird kurzfristig vor Ort festgelegt. Bis 15 KM und 600 HM pro Tag. Für den Fr 31.5.24 steht die Adrspasske Skaly (Adersbacher Felsenstadt) auf dem Programm. Am Sa. 1.6.24 gehts mit dem Zug über Prag und Cheb (Eger) zurück nach Nürnberg. Bitte bis **5.5.24** anmelden. WF: Roland Stierand (015737860731).

SONNTAG 26. MAI 2024

DINK: KW, Rundwanderung durch den Mutschachwald, I.G., Gz 2 h/ 6km, TP: 14 Uhr Diakoniestation DKB, (E) Gaststätte „Waldgaststätte Mutschach“

MONTAG 27. MAI 2024

NordicWalking FÜ-Eschenau

TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

DIENSTAG 28. MAI 2024

OG ER: ab 18 Uhr Vereinsabend im Vereinslokal „Blaue Traube“, Spardorfer Str. 79, Gäste sind herzlich willkommen!

FAV SC: Wandertrefftermin für „Wander-Interessierte“ um 18:00 Uhr im Restaurant „Das Laumer“, Kappadocia 1, 91126 Schwabach. Gäste sind willkommen.

DONNERSTAG 30. MAI 2024

OG ER: TW Zur Lillachquelle und zum Burgstall Hainburg. Weißenhohe – Dorfhaus – Oberrüsselbach – Weißenhohe. TP: 8:45 Uhr, ER Busbhf. mit Bus 209 ab 8:55 Uhr, TT+7 o. DT, umst. Bhf Eschenau. mit RB 21 ab 9:47 Uhr. Gz. 3:30 h 11km, s.G. Rucksackverpflegung, Schlußeinkehr. WF sitzt in Bhf Eschenau bereits im Zug aus Nürnberg kommend. WF: Burgl Hübner, Tel.: 0911-897109

SAMSTAG 01. JUNI 2024

NBG: Auf Felsensteigen zu unzähligen Torbögen und Höhlen des Muggendorfer Gebirgs. TW Stadelhofen - Hartenreuth - Sachsenmühle - Moritz - Oswaldhöhle – Muggendorf, TTplus 10 L.u.s.G., Gz. ca. 5,5h/16km, TP: 07:55 Nbg. Hbf. Mh. (Abf. 08:10 Uhr) WF: Jürgen Lange-Tropper Anmeldung bis 29.05., Tel. 01523 1767131, j.lange-trop-per@web.de

OG FÜ: Durch den Klingengraben

TW Reichelsdorf - Gersmühle - Bertelsdorf - Gutzb erg - Unterbüchlein - Anwenden, TT+ A od. 49 € Ticket. TP: Fürth Hauptbahnhof (9:00 Uhr) Abf. (9:14 Uhr) S6 nach Nürnberg umsteigen (9:41Uhr) S2 Richtung RothAnkunft Reichelsdorf (9:51 Uhr) GZ 14 Km 4 Std. lusG. WF: Robert Schütz 01737300864 sitzt in S 6. Bitte einen Tag vor der Wanderung Teilnahme bei dem WF anmelden

OG REICH: TW Gemütliche Wanderung von Velden zur Frauenschuhwiese EK „Gasthaus Frankenalb“ am Ende der Wanderung TTplus10. Wir gehen am Scheunenviertel vorbei, hinauf zur Frauenschuhwiese dann hinunter nach Neuhaus/Pegnitz. Gz. 10 km / 3 Stunden I.G. TP1: Bf. Reichelsdorf 8:15 Uhr (Abf. 8:28 Uhr) S2 TP2: Hbf. Nbg. Gleis 17 (Abf. 9:08), WF: Waltraud Kostka (Anmeldung Tel. 0911 473878)

SONNTAG 02. JUNI 2024

NBG: 3. Etappe Erlebnisweg Wallensteins Lager. TW Alte Feste – Oberasbach. Preisstufe A L.u.s.G., Gz. ca. 3,5h/13km.

TP: 08:35 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 08:49 Uhr, S1, Gl.2) umst. Fürth Hbf. (09:03 Uhr, RB11, Gl. 7) WF: Waltraud Bauer erwartet die Gruppe auf Gl. 2, Rucksackverpflegung für unterwegs, Schlusseinkehr. Anmeldung bis 28.05., Tel. 0911/454290. Gäste sind herzlich willkommen

FAV HERS: TW Über den Bärenstein nach Hartmannshof. Alfeld – Bärenstein – Fürnried – Guntersried – Hartmannshof, I.u.s.G., 4,15h/14,5km. TP: 8:50 Uhr HEB-Bf-re., Abf. Bus 334/ 9:00 Uhr. (Abf. 8:43 Uhr, Nbg. Hbf.) WF: H. Meixner, (Anmeldung bis Mi. 29.05./ 09154/9145308)

OG ER: TW Auf dem Seenländer, Etappe 1. Petersgmünd – Wallesau – Eckersmühlen.

TP: 7:45 Uhr, Bhf. Halle ER mit RE14 ab 08:03 Uhr, TT+10 o. DT, umst. Nürnberg Hbf mit RE16 ab 8:39 Uhr) Gl.5 (gegenüber?) Gz. 4 h; 15 km; I. G. Späte Einkehr, kleine Karte. WFIn erwartet die Gruppe am Bahnhof in Georgensgmünd, WFIn: Stephanie Schmid. **Anmeldung: eine Woche vorher Freitag, 24. Mai, wegen Meldung ans Lokal, 19.00-21.00 Uhr, 08434/3350308**

FAV SC: TW Solnhofen nach Dollnstein

Solnhofen – Mörsnheim – **Hammermühle** – Dollnstein, l. u. s. G., Gz 4,5h/19 km, **TP:** SC-Bf 09.30, (**BT od. DT** auch mögl.: **TT plus 10 zuzügl. EF Dollnst. - Solnhofen**), RB 16 um 09.49 n Dollnstein, ohne Umst., **TP:** Solnhofen Bf 10.45 Uhr
WF: Ralf Bresa steigt in Treuchtl. um 10.30 Uhr zu, **Anmelden!** 0152-33820844

MONTAG 03. JUNI 2024**NordicWalking FÜ-Eschenau**

TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

DONNERSTAG 06. JUNI 2024**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)

OG ER: TW Durch die Thannbachschlucht.

Altenthann – **Moosbach** – Birnthon, **TP:** 8:25 Uhr ER-Bhf-Halle, Abf. 8:41 Uhr S1, **TT+4 o. DT**, umst. Ochenbruck 9:30 Uhr, Bus 553. Gz 3,5 h, 13 km l.G., WF erwartet Gruppe N-Hbf, WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

SAMSTAG 08./09. JUNI 2024**FAV HERS: MTW Über den Ruckowitzschachten zum Falkenstein.**

Bayerisch Eisenstein – **Schwellhäusl** – Zwieslerwaldhaus – Ruckowitzschachten – **Falkensteinschutzhaus** – Wildschutzgebiet Ahornschachten – Ludwigsthal – Theresiental – Zwiesel, l.u.s.G., 9h/25km, ca. 750 Höhenmeter. **TP:** 6:25 Uhr HEB-Bf-re. (Abf. 7:10 Uhr, Nbg.Hbf.) WF: Inge und Franz (Anmelden 09151/8300735)

SONNTAG 09. JUNI 2024

NBG: Auf den Spuren des Jurameers. Vorbei an zahllosen Felsen und Höhlen. Wohl eine der landschaftlich reizvollsten Touren in der Hersbrucker Schweiz. TW Hirschbach – Neutras – Hirschbach. Mit Mittags(E). **TTplus 10**, s.G., Gz.

ca. 5h/11km mit gut Höhenmetern. **TP1:** 08:00 Uhr Katzwang Bf.

TP2: 09:00 Uhr Hirschbach PKW-Wanderparkplatz Im Reichental. Fz. 50 min. Gute Trittsicherheit Voraussetzung! (Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative). PKW Mitfahrmöglichkeit (€ 3,- p.P.) u. weitere **TP** bei WF erfragen. WF: S. Wolf/B. Schreiner, Anmelden bis 06.06., Tel. 0176-92457152, bernd-schreiner@free-net.de

FAV SCHNAI: Gemütliche RW für Jung und Alt um Pegnitz mit Schlossberg und Voitshöhle, GZ 2 Std., ca. 7,5 km, l.u.s.G., Rucksackverpflegung, **TP:** 11:00 Uhr Parkplatz Bhf. Pegnitz. Am Ende Café-Besuch in Pegnitz möglich. **Anmeldung erbeten bis Freitag, 07.06.24, bei Annegret Kemper** (annegretkemper@gmx.de). Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt. **Gastwandlerer sind herzlich willkommen!**

FAV SC: TW Auf den Spuren des Jurameers.

Vorbei an zahllosen Felsen und Höhlen. Wohl eine der landschaftlich reizvollsten Touren in der Hersbrucker Schweiz. Hirschbach – Neutras – Hirschbach. S.G., 11 km / 5 h mit gut Höhenmetern (PKW-Fahrgemeinschaften in Eigeninitiative). Mit Mittags(E). **PKW-TP1:** Katzwang Bhf. 8:00 Uhr. **PKW-TP2:** 9:00 Uhr Hirschbach Wanderparkplatz Im Reichental. Fz. 50 Min. Gute Trittsicherheit Voraussetzung. Mitfahrmöglichkeit (€ 3,- p.P.) u. weitere **TP** bei WF erfragen. Anmelden Do., **06.06.**, S.Wolf/B. Schreiner, bernd-schreiner@free-net.de, 0176-92457152.

MONTAG 10. JUNI 2024**NordicWalking FÜ-Eschenau**

TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

DIENSTAG 11. JUNI 2024**OG REICH: Vereinsnachmittag**

TP: 15:30 Uhr Sportgaststätte SV Reichelsdorf, Schloßleinsgasse 9

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

FAV HERS: KW Wanderziel noch offen.

L.G., 2h/8km. TP: 13:00 Uhr Parkplatz Norma Hersbruck/Altensittenbach. Fahrgemeinschaften!
WF: K. Müller, (Anmeldung bis Sa. 08.06./09151/95099)

FAV SC: Etappenwanderung Deutscherrenweg (Franken) Dienstag 11.06.2024 bis Freitag,

14.06.2024. Von Nürnberg-Eibach nach Neustadt an der Aisch 79 KM in 4 Etappen mit Übernachtung zu Hause. Rucksackverpflegung. **Di 11.6.24** Nürnberg-Eibach - Roßtal 17 KM, ab Schwabach 8:19 S2, an Eibach 8:30, WF steigt in Reichelsdorf zu. Rückfahrt von Roßtal kein Problem. **Mi 12.6.24** Roßtal - Ebersdorf 22 KM. Ab Schwabach 7:19 S2, an Roßtal 8:01, WF steigt in Reichelsdorf zu. Ab Ebersdorf 18:00 Bus 113, an Schwabach 19:40. (letzte Verbindung) **Do 13.6.24** Ebersdorf - Unteraltenbernheim 20 KM, ab Schwabach 6:20 S2, an Ebersdorf 8:15, WF steigt in Reichelsdorf zu. Ab Unteraltenbernheim 18:09 Bus 131, an Schwabach 20:00. (letzte Verbindung) **Fr 14.6.24** Unteraltenbernheim - Neustadt an der Aisch 20 KM, ab Schwabach 7:39 S2, an Unteraltenbernheim 9:54, WF steigt in Reichelsdorf zu. Rückfahrt von Neustadt an der Aisch kein Problem. Es können auch nur einzelne Etappen gewandert werden. Bitte spätestens am Abend vor der Wanderung anmelden. **WF: Roland Stierand, 0157 37860731**

MITTWOCH 12. JUNI 2024**OG FÜ: Vereinsabend Beginn ab 18 Uhr**

Ort: „Auf der Tulpe“ Tulpenweg 60, 90768 Fürth-Burgfarrnbach. Gäste sind herzlich willkommen!

DONNERSTAG 13. JUNI 2024**FAV HERS:****bV Vereinsabend FAV Hersbruck.**

Gasthaus am Plärrer Hersbruck 19 Uhr.

OG ER: TW Von der Ruine Lichtenstein zum Aussichtspunkt „Windburg“. Pommelsbrunn – Hubmersberg – Hohenstadt. TP: 8:45 Uhr, ER

Bhf-Halle mit RE 14 ab 9:03 Uhr, **TT+10 o. DT**, umst. Nbg.-Hbf. mit S2 ab 9:43 Uhr, Gz. 3:30 h 12km, s.G. WF erwartet Gruppe in Nbg.Hbf. WF: Burgl Hübner, Tel.: 0911-897109

FAV SC: TW Du möchtest rund um Schwabach wandern gehen und mehr von dieser Ecke in Mittelfranken entdecken?

Näheres zur Wanderstrecke und Einkehr werden am Treffpunkt zu Beginn der Wanderung bekanntgegeben. I.u.s.G. Gz.ca.4 h/ca.15km **TP: 10:00 Uhr Schwabach Bf.** WF: Krimhilde Kuhse, Anmeldung bis 11.06.2024 Tel.: 09122 634103

SAMSTAG 15. JUNI 2024**NBG: Auf den Hochebenen von Plech in eine der schönsten Nicht-Schauhöhlen der Fränkischen. TW Höfen - Plech - Eichenstruth - Geislochhöhle – Rupprechtstegen. TTplus 10, I.u.s.G.,**

Gz. ca. 5h/17km, **TP: 08:20 Uhr Nbg. Hbf. Mh. (Abf. 08:37 Uhr)** WF: Jürgen Lange-Tropper, Anmeldung bis 12.06., Tel. 01523 1767131, j.lange-tropper@web.de. Unbedingt Taschenlampen mitnehmen.

OG FÜ: Auf zum Pretzfelder Biergarten**TW Pretzfeld - Judenfriedhof - Wannbach - Pretzfeld (Schlußeinkehr im Pretzfelder Keller)**

TT +10 od. 49 € Ticket, TP: (9:00 Uhr) N-Hbf- Abf. (9:16 Uhr) RE19 Sonneberg, umst. i. FO (9:40 Uhr) RB22 Ankunft Pretzfeld (09:55 Uhr) Gz. 3 1/2 h / 12 km, SG 3, WF: Angelika Roßmeißl 015127595828; WF steigt i. FO zu. Bitte einen Tag vor der Wanderung Teilnahme bei dem WF anmelden

OG REICH: TW-Rundwanderung Kornburg-Wendelstein-Kornburg - EK „Schnitzelparadies“ Gz. 10,5 km / 3 Stunden I.G.

TP1: Bf. Reichelsdorf 09:45 Uhr mit PKW
TP2: 10:15 Uhr am Wasserturm in Kornburg (Mitfahrgelegenheit bitte selbst suchen, Mitfahrer 5,00 €)
WF: Christl und Rudi Lutz (Anmeldung Tel. 0172-8656355)

FAV HERS: TW Auf den Hochebenen von Plech in eine der schönsten Nicht-Schauhöhlen der Fränkischen. Höfen – Plech – Eichenstruth –

Geislochhöhle – Rupprechtstegen, I.u.s.G., 5h/17km. **TP: 7:50 Uhr HEB-Bf-re. (Abf. 8:37 Uhr, Nbg. Hbf.)** WF: J. Lange-Tropper, (Anmeldung bis Mi. 12.06./ 01523 1767131) Unbedingt Taschenlampen mitnehmen!

SONNTAG 16. JUNI 2024

NBG: Entlang des „Bethang-Weg“ Teil 9
TW Nürnberg-Nordostpark-Tiergarten. **Preisstufe A**, I.u.s.G., Gz. ca. 4h/12km, **TP:** 08:30 Uhr Nbg. Hbf. Mh. (Abf. 08:49 Uhr U2 -> Flughafen) WF: Roland Beck, (Anm. bis 09.06., Tel. 0176-71969980, Rucksackverpflegung erbeten, da keine Einkehr gewährleistet werden kann. Gäste sind herzlich willkommen!

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“

MONTAG 17. JUNI 2024

NordicWalking FÜ-Eschenau
TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

DONNERSTAG 20. JUNI 2024

OG FÜ: Zur Schlachtschüssel ins „Wiesental“
KW Egersdorf - **Steinbach** - Cadolzburg.
2x3 Streifen 10er-Karte oder 49 €-Ticket
TP: FÜ Hbf (9:45 Uhr) Abf. (10:03 Uhr) RB11 nach Egersdorf, Ankunft Egersdorf (10:23 Uhr). GZ 8 Km 2,5 Std. IG. WF: Hildegard Wunderling (Tel 0911/9790987 oder am Tag der Wanderung 0173/5946532). Bitte zwei Tage vor der Wanderung Teilnahme bei der Wanderführerin anmelden.

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)

SAMSTAG 22. JUNI 2024

NBG: Auf den Spuren der Kelten – Ringwallanlage Houbirg & Badesee
TW Hersbruck – Kainsbach – Hoher Fels – **Happurg** – Badeweiherr – Hersbruck. **TTplus 7 o. Gruppenschein**, I.u.s.G., Gz. ca. 6h/22km. **TP:** 07:25 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 07:43 Uhr, S2, Gl. 3, Aufgang Mittelhalle links) WF: Marion Tyrach, Bitte um Anmeldung bis 20.06. unter 0176 / 80 04 25 70. Bei schönem

Wetter besteht die Möglichkeit im Baggersee (am Ende der Wanderung) zu schwimmen.

NBG: Sportliche FAV-Fortsetzung TW: Rund ums VGN-Gebiet – rundum glücklich! 25. Etappe: Zu den Dettelbacher Muskatzinen
TW Dettelbach Bf. - Münsterschwarzach – Oberschwarzach – Ebrach, **TTplus 10 oder D-Ticket** L.u.s.G., Gz. ca. 7h/36km (400 m bergauf, 290 m bergab) **TP:** 07:00 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 07:04, RE10, Gleis 13) WF: Christian Ehli, anmelden bis 20.06.: fav-sportwanderung@web.de, Rucksackverpflegung, Neueinsteiger und Gäste sind herzlich willkommen! Ausführliche Infos nach Anmeldung per E-Mail.

OG FÜ: mit dem roten Flieger nach Walddachsbach. **TW** Neustadt (Aisch) - **Walddachsbach** - Dottenheim, **Deutschland-Ticket**
TP: Fürth Hbf (8:25 Uhr) Abf. (8:47 Uhr) mit S6 nach Neustadt Bahnhof Ankunft (9:15 Uhr); GZ 15 Km 5 Std. IusG. WF: Michael Rojahn 09117530274 steigt in Burgfarnbach zu. Bitte einen Tag vor der Wanderung Teilnahme bei dem WF anmelden.

OG ER: TW 2 auf einen Streich. Bayreuth/Röhrensee mit Tierpark, Wanderung bis zum Botanischen Garten, Besichtigung. **TP:** 8:15 Uhr ER-Bhf-Halle, Abf. 8:29 Uhr, RE 19, **TT+10 o. DT**, umst. N-Hbf. 9:05 Uhr RE 32, umst. Bayreuth ZOH 10:22 Uhr, Bus 312 91. Gz 3 h, 8 km I.G, WF erwartet Gruppe N-Hbf. WF: Kurt Frischholz, Tel.: 0911-3000381

SONNTAG 23. JUNI 2024

FAV SC: TW: Ins Birgland Hartmannshof – Guntersrieth – **Fürnried** – Lichtenegg – Hauritz – Hartmannshof, I.u.s.G. Gz 3,5 Std., 14 km.
TP: 8.50 Uhr Bahnhof Schwabach, Abf: 9.06 Uhr RE 16. Nbg Hbf Abf: 9:43 Uhr RE 40 Gleis 19. Hartmannshof An:10:05 Uhr. **TT plus 10.**
 WF: Roman Niethammer, Anmeldung bis **21.06.24**, Tel.: 09170/938082.

MONTAG 24. JUNI 2024

NordicWalking FÜ-Eschenau
TP: 9:00 Uhr. BusHst 178, FÜ-Eschenau. Neuzugänge mit Vorkenntnissen sind herzlich willkommen. Ansprechpartnerin Irene Götz (0911-721701)

DIENSTAG 25. JUNI 2024

FAV SC: Wandertrefftermin für „Wander-Interessierte“ um 18:00 Uhr im Restaurant „Das Laumer“, Kappadocia 1, 91126 Schwabach. Gäste sind willkommen.

OG ER: ab 18 Uhr Vereinsabend im Vereinslokal „Blaue Traube“, Spardorfer Str. 79, Gäste sind herzlich willkommen!

DONNERSTAG 27. JUNI 2024

FAV SC: TW In und um Schwabach l.G., Gz. ca. 3h/10km mit Einkehr **TP:** 10:30 Uhr Schwabach Bf. **WF:** Sieglinde. **Achtung:** Die Durchführung dieser Wanderung ist noch nicht gewährleistet. Bitte informiere dich bei Interesse kurzfristig über den Newsletter (nur Mitglieder des FAV Schwabach) oder die Homepage <http://www.fav-schwabach.de/>, oder Tel.: 09122 72261, ob sie stattfinden kann!

SAMSTAG 29. JUNI 2024

NBG: Zu unendlichen Auf- und Abstiegen mit traumhaften Felslandschaften und Schluchten. **TW** Leutenbach - Seidmar - Egloffsteinerhüll - Mostviel – Egloffstein **TT plus 10, TP:** 09:00 Uhr Nbg. Hbf. Mh. (Abf. 09:10 Uhr) l.u.s.G. Gz. ca. 5,5 h/15,5 km, **WF:** Jürgen Lange-Tropper, Handy 01523 1767131 j.lange-tropper@web.de, Anmeldung bis Mittwoch 26.06.

OG FÜ: Auf dem Gräfenbergbahnweg.

TW Heroldsberg - Kalchreuth - Heroldsberg **TT+4 oder 49 €-Ticket, TP:** FÜ Hbf (8:30 Uhr) Abf. (8:43 Uhr) U1 - Umstieg Plärrer U2 - Umstieg (09:30 Uhr) Nordostbahnhof RB21 - Ankunft Heroldsberg (9:38 Uhr). GZ 15km / 4 Std. lusG **WF:** Hildegard Wunderling (Tel. 0911/9790987 oder am Tag der Wanderung 0173/5946532). Bitte einen Tag vor der Wanderung Teilnahme bei der Wanderführerin anmelden.

OG REICH: TW Brunn-Ungelstetten-Birnton – EK „Cafe zur alten Scheune“ Gz. ca. 9 km 3 Stunden l.G., **TP1:** Bf Reichelsdorf 9:15 Uhr (Abfahrt 9:28 Uhr) S2 Preisstufe A **TP2:** Dürrenhof S3 (Abfahrt 9:56)

TP3: Bf. Fischbach (Abfahrt 10:14 Uhr) Bus 54 **WF:** Jutta Vogt (Anmeldung Tel. 0911-9839680)

SONNTAG 30. JUNI 2024

NBG: Der Erlebnispfad in Bad Windsheim

TW Bad Windsheim – **Oberntief** – Bad Windsheim. **TTplus 10, l.G, Gz. ca. 3h/12km**

TP: 9:50 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 10:05 Uhr, RE10, Gl. 17) umst. Neustadt Aisch. (Abf. 10:38 Uhr, RB 81, Gl.5) **WF:** Siegfried Bauer, erwartet die Gruppe am Nbg. Hbf. Gl.17, Handtuch mitbringen! Wir werden Wasstretzen und Salzlufte in einem Gradienwerk schnupfern. **Autofahrer 10:58 Uhr** Bahnhof Bad Windsheim. **Anmeldung bis 25.06.** Tel. 0911/454290

FAV HERS: TW In den Norden von Neukirchen. Neukirchen – Mittelreinbach – Steinbach

– Holstein – Neukirchen, l.u.s.G., 4h/14km. **TP1:** 9:50 Uhr HEB-Bf-re. (**TP2:** 10:15 Uhr, Bhf.Neuk.)

WF: U. Hofmann wartet am Bhf. Neukirchen. (Anmeldung bis Mi. 26.06./ 0160 3077989) Rucksackverpflegung!

Vorschau Wanderplan 3. Quartal 2024

FR. 09.08. - SO. 11.08.2024

FAV SC: Wanderung vom Spitzingsee über Blecksteinhaus, Valepp, Erzherzog-Johann-Klause, Kaiserklamm, Kaiserhaus, Tiefenbachklamm nach Rattenberg-Kramsach. **Feinplanung kommt noch.** **WF:** Roland Stierand

DO. 26.09. - SO. 29.09.24

FAV SC: Verlängertes Wanderwochenende im Bayerwald mit dem FAV Schwabach

Unterkunft: Gasthof Stöberl in Lam www.gasthof-stoeberl-lam.de, DZ incl. Frühstück zwischen 96,- u. 100,- Euro pro Nacht, einige Zimmer sind vorreserviert (max. bis zum Anmeldetermin). **Verbindliche Reservierung muss durch den Teilnehmer selbst im Gasthof erfolgen.**

Anmeldung: Ab 06.03.2024 bis spätestens 15.04.2024 bei Beate und Gerd Wöhl, **Telefon 09122 6906120 oder gerd.woehl@t-online.de**

Vorgesehenes Programm: WF: Beate und Gerd Wöhl. Donnerstag: Individuelle Anreise ca. 13:00 bis

14:00 Uhr, Nachmittags Kurzwanderung ca. 7 – 8 km, Kaffeepause. Freitag: Tageswanderung von Brennes – Kl. Arbersee – Lam, ca. 10 -12 km, Einkehr. Samstag: Tageswanderung von Eck – Einödhöfe – Lam, ca. 12 km, Einkehr. Sonntag: Heimreise, evtl. individuell noch vorher mit der Gondelbahn auf den Arber. Stöcke für alle Wanderungen empfohlen.

Bitte den Anmeldetermin unbedingt beachten, da eine längere Vorreservierung für die Unterkunft nicht möglich ist (Hauptwandersaison). Wer sich selbst eine Unterkunft suchen möchte, bitte unbedingt vorher mit den Wanderführern abstimmen.



ERKLÄRUNG DER ABKÜRZUNGEN IM WANDERPROGRAMM:

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

www.fraenkischer-albverein.de



Gasthof • Pension • Metzgerei Schwarzer Adler



Osternohe, Haidlingerstr. 16 (Richtung Hormersdorf)
Telefon: 09153/75 93 • Fax 83 62

- Gemütliches Restaurant mit Kachelofen
- Gute Küche: Schaufele - 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

↑ Blaustrich nach Simmelsdorf

↓ Blaustrich nach Schloßberg

Haidlingerstraße

nach Hormersdorf

Schwarzer Adler

DEUTSCHE WANDERJUGEND IM FRÄNKISCHEN ALBVEREIN E. V.

Jugendprogramm für das 2. Quartal

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

SONNTAG 26.05.2024

Der Sandbocckelweg in Pleinfeld

Teste deine Sinne, Hören, Sehen, Fühlen und spiele bei den Spielstationen. Wir erleben bei der Wanderung die Sandgeschichte und den Sandabbau.

TP: 9:20 Uhr Nbg. Hbf. (Abf. 9:39 Uhr R6 Gl.5,)

Autofahrer Pleinfeld Bahnhof, **TP:** 10:11 Uhr

WF: Waltraud Bauer

Nur mit Anmeldung bis 23.05., Tel.0911/454290
Rucksackverpflegung

Kreatives Basten in den Räumen der Geschäftsstelle:

Heynestr.41

90443 Nürnberg

Von 15:00- 17:00 Uhr

DONNERSTAG 23.05.2024

Eine tuffige Idee:

Frühling „flauschige“ Kugeln.

Wir basteln mit Watte Pads eine weich Kugel, verzieren sie mit Farbe und Blüten und hängen sie in unser Kinderzimmer.

SAMSTAG 25.05.2024

Dekorativer Schmuck aus Kork.

Aus dünnen Korkscheiben, die wir bunt bemalen oder besticken, entstehen, ganz einfach, wunderschöne Schmuckstücke. Zwischen den Ketten, Armbändern und Schlüsselanhängern werden Perlen aufgefädelt.

Sie verzieren zusätzlich unseren dekorativen Korkschmuck.

Und das haben wir erlebt:

SO. 17.12.2023

Weihnachtsmarkt auf der Burg Hoheneck

Wir waren wieder, bereits zum 10. Mal, am Weihnachtsmarkt auf Burg Hoheneck mit unserem Weihnachtsstand vertreten. Unser Verkaufsstand hatte abermals denselben Platz unter den Arkaden des



Burghofs. Brigitte und ich fuhren um 10:00 Uhr los und kamen rechtzeitig an.

Der Aufbau und die Dekoration unserer Verkaufsecke dauerte 3 Stunden. Meine selbstgebastelten Zwirbelsterne, selbst genähte Einkaufstaschen, gehäkelte Nikoläuse als Flaschenüberzieher, da braucht man kein Geschenkpapier und 40 Päckchen Plätzchen, die wir von der Waldweihnacht übrig hatten, bestückten unseren Weihnachtsstand. Um 15:00 Uhr gings los.

Unser Nachbarstand kaufte vor dem Beginn des Marktes eine Tüte Plätzchen und so schnell konnten wir nicht schauen waren diese aufgeessen. Sogleich kam er nochmal: "Die sind ja so gut!" – und kaufte noch eine Tüte. Wir verteilten, an die Besucher, Besucherle der Plätzchen, verkauften 33 Plätzchentüten und 2 Tüten spendeten wir den Mitarbeitern der Burg

DEUTSCHE WANDERJUGEND IM FRÄNKISCHEN ALBVEREIN E. V.

Hoheneck für ihre Tombola. Wir waren der einzige Stand, der diese Weihnachtsnascherei anbot. Abends kam die Wandergruppe vom FAV Schwabach bei uns am Stand vorbei, kauften Plätzchen und gönnten sich neuen Christbaumschmuck. Ein Besucher fragte: „Was kostet denn der Karlheinz?“ Brigitte und ich schauten uns verblüfft an: „Wen meint denn der Be-



sucher mit Karlheinz?“ Er deutete auf unseren großen Elch vor der Tür, den wir als Deko aufgestellt hatten. Wir lachten alle herzlich, denn er hatte bis jetzt keinen Namen.

Die Abendstimmung mit den Feuertonnen, Feuerschalen und Kerzen an jedem Fenster im Innenhof – auf der Burg Hoheneck herrscht immer ein romantisches Weihnachtsmarktambiente. Wir werben bei dieser Gelegenheit immer für unseren Verein. Da sehr viele Leute von Neustadt a. d. Aisch kamen, machten wir sie auf unsere FAV Gruppe Neustadt a. d. Aisch aufmerksam und verteilten, exemplarisch, die Fränkische Alb aus vergangenen Quartalen. Um 19:00 Uhr war Schluss. Wir packten die nicht verkauften Exponate ein, fuhren nachhause und freuen uns auf nächstes Weihnachten auf der Burg Hoheneck.

Eure Waltraud



Gasthof · Pension
Alte Post

Trubachtalstraße 1 91286 Obertrubach
familie@postritter.de Tel. 09245/322
www.postritter.de



- * 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

Als neue Mitglieder heißen wir
herzlich willkommen:

Heinz Spinner
Karin Braun
Günter Schaller

Wir wünschen viel Freude bei unseren gemeinsa-
men Wanderungen und Veranstaltungen.

Liebe Wanderfreunde!

Sendet bitte Eure Wandervorschläge für den FAV
Schwabach e.V. für das 2. Quartal 2024 bis zum

20. April 2024

per E-Mail an unseren kommissarischen Wanderwart

Roland Rikirsch: wanderwart@fav.schwabach.de
oder persönlich an unseren Wanderstammtischen.

Spenden für den FAV Schwabach:

€ 12,00 beim Vereinstreff am 31.10.2023

€ 8,76 Walter Müller – im Dezember 2023

Gesamt € 20,76

Unsere Geburtstagsjubilare im
ersten Halbjahr 2024

Marianne Böhm	85 Jahre
Fritz Fleischmann	85 Jahre
Ursula Pascual	70 Jahre
Hannelore Denk	70 Jahre
Hannelore Höfig	65 Jahre
Christa Edelmann	65 Jahre

Wir wünschen allen unseren Jubilaren viel
Gesundheit und Schaffenskraft.

Klein-Roßtal in der St.-Laurentius-Kirche Donnerstag, 04.01.2024

Wanderführer: Roland Rikirsch, 5 km

Kurzfristig als Kurzwanderung über den neuen News-
letter publiziert finden sich mehr als zwanzig Wande-
rer bei miserabilem Wetter am Marktplatz in Roßtal
ein. Dicht gedrängt suchen wir unter dem Dach vom
unteren Brunnenhaus Schutz vor dem immer noch
heftigen Regen. Die Bereitschaft, bei diesen Bedin-
gungen mit der Wanderung zu beginnen, wo doch die
vorgezogene Besichtigung der Kirche mit Krippe auch
eine Option wäre, ist nicht gerade berauschend. Ge-
sagt, getan! Wir gehen in die Kirche und erfreuen uns
an der wundervoll gestalteten Weihnachtskrippe. Sie
wurde vom ehemaligen Mesner, Herrn Bauer, in mü-
hevoller Kleinarbeit zu Hause an seinem Küchentisch
erschaffen. Neben der mächtigen St.-Laurentius-Kir-
che sind etliche ebenso maß getreu erbaute Häuser
vom oberen Markt, wie Pfarrhaus, altes Schloss,

Mesnerhaus, Torturm, Heimatmuseum, Wirtshaus und
Brunnenhäuser, auf etwa 15 m² unter der Empore
angeordnet.

Die unzähligen Figuren, welche das ganze Dorf mit
Leben erfüllen, hat die Hobby-Künstlerin Imelda
Schulz beigesteuert. Sie sind alle gekommen. Der Bä-
cker und der Metzger, der Optiker und der Fischer, die
Magd und die Schulkinder. Und wer glaubt, das eine
oder andere Roßtaler Original unter ihnen zu entde-
cken, der wird wohl Recht behalten.

Es gäbe noch so viel zu entdecken, wir müssen uns
aber losreißen, um nach der Wanderung noch recht-
zeitig zum Essen ins Wirtshaus zu kommen. Immer
noch leichter Regen begleitet uns durch den Holz-
graben, wo wir in einem Garten eine ehemalige
Gondel der Stubaier Eisgratbahn entdecken. Ob wir
in der wohl auch schon über den Stubaier Gletscher

FRÄNKISCHER ALBVEREIN SCHWABACH

zum Skifahren geschwebt sind? Vorbei an der Mittelschule gelangen wir über den etwas rutschigen Galgengraben hinauf zum Galgenberg. Der Regen hat mittlerweile ein Erbarmen mit uns. Eindrucksvoll ist die Schlucht mit den „Sieben Quellen“. Tief unter uns können wir einige Felsspalten erkennen, aus denen das Wasser hervorquillt. Der Abstieg ist zu steil und extrem schmierig, darauf können wir heute gut verzichten. Durch die Eichenwaldsiedlung, mit herrlicher Aussicht auf den oberen Markt gelangen wir wieder zu unserem Ausgangspunkt und ins Wirtshaus „Weißes Lamm“. Wir kennen es schon von der Krippe, ebenso den Wirt, der offensichtlich etwas misslaunig ist, weil wir die vereinbarte Zeit um ca. 20 bis 25 Minuten überschritten haben. Er führt das Gasthaus, welches sich seit 233 Jahren in Familienbesitz befindet, in siebter Generation. Darauf kann man schon stolz sein. Wenigstens sind unsere noch Kulturwartin Lisa, sowie drei weitere Wanderfreunde mit Handicap, guter Dinge. Die leckeren Bratwürste auf ihren Tellern laden geradezu zum Mundraub ein.

Nach dem Essen treffen wir uns wieder unter dem Dach vom Brunnenhaus. Gerlinde hat ihren Keller durchforstet und kredenzt leckeren Quitten-, Zwetschgen- und Birnenbrand. Ob der antike Brunnen das schon einmal erlebt hat?

Abschließend führt uns Lisa noch durch die St-Laurentius-Kirche. Ältester Teil, vermutlich von 1020, ist die Krypta unter der Kirche. Ihre zwölf Pfeiler deuten auf die 12 Apostel hin. Der Rest der Kirche ist verschiedenen Stilepochen zuzuordnen. Auffallend sind die doppelgeschossige Empore und das riesige Tonnengewölbe.

Text und Bilder Roland Rikirsch



Mitglieder werben!
und beim FAV mitwandern!



BADELIX

**WANNE ZUR DUSCHE
in 24 Stunden**

Zuschuss durch die Pflegekasse.
Komfortabler Badumbau zum Festpreis.

Jetzt kostenfrei informieren:

09127 - 9055431

FRÄNKISCHEN ALBVEREIN ORTSGRUPPE FÜRTH E.V.**Geplante Events im Jahr 2024**

Juli/August – Grillabend
Herbst 2024 - Weinwanderung
September 2024 – Wanderreise
Dezember 2024 – Weihnachtsfeier

**Neueintritte bei FAV Fürth – Herzlich begrüßen wir folgende
Neumitglieder in der Ortsgruppe Fürth:**

Ute Amon
Christa Riedel
Michaela Weber
Heidi Mitterer-Gajewski
Heidelinde Jablonski
Ursula Rott
Angelika Roßmeißl

Ehrungen Für langjährige Mitgliedschaft im Verein OG Fürth

Für 50 Jahre im Verein bedanken wir uns bei:

Werner Porsch

Für 25 Jahre im Verein bedanken wir uns bei:

Gerhard Albert
Konrad Althammer
Hildegard Feldner
Theresia Loos
Marcel Rojahn
Renate und Michael Rojahn

Wir bedanken uns für die Spende bei Monika Höcherl (50 €)

**In stiller Trauer gedenken wir den Verstorbenen im Jahr 2023
Helga Kanzinger im März**

FRÄNKISCHEN ALBVEREIN ORTSGRUPPE FÜRTH E.V.

Wanderbericht zur Wanderung am 07.12.2023 von Postbauer-Heng nach Neumarkt i.d. Oberpfalz.



Nach meiner Wanderung zum Prellstein im Herbst 2023, ist dies meine zweite geführte Wanderung, es war mir etwas mulmig zumute, da ich mir sehr viel Gedanken gemacht habe bei dieser Wanderung, ob ich wohl das richtige Gelände ausgesucht habe, und ob es alle schaffen. Nachdem ich diese Tour 3-mal abgelaufen und zum Schluss die Hildegard Wunderling mitgenommen habe, hat mir Hildegard Mut gemacht, dass ich es ohne Bedenken angehen kann.

Am Tag der Wanderung war das Wetter durchwachsen und trocken. Am Bahnhof in Postbauer-Heng angekommen sind wir gleich losgelaufen in Richtung Sportplatz, um danach in den Wald einzubiegen, womit ich nicht gerechnet habe war, dass an diesen Tag auf unseren Weg einige Zentimeter Schnee lagen, ich hatte schon wieder Bedenken, dass es nichts wird mit der Wanderung und wir der Straße entlanglaufen müssen, aber meine Wanderfreunde waren sehr glücklich mit dem Schnee und sie machten mir Mut weiterzulaufen. Der weitere Weg war sehr abwechslungsreich, wir mussten mehrmals über umgestürzte Bäume drumherum laufen und mehrmals sind wir

auch einfach darüber gestiegen, es war sehr anstrengend aber von aufgeben oder gar umkehren war nichts zu spüren im Gegenteil – die meisten Wanderfreunde waren voller Elan und Begeisterung. Auf der Hälfte des Weges machten wir eine längere Pause, um etwas auszuruhen und frische Luft zu tanken. Weiter ging es dann noch ein ganzes Stück durch den Wald bis zur Straße nach Neumarkt, bis in die Stadt sind wir am Kanal entlanggelaufen. Angekommen auf dem Marktplatz sind wir erst einmal eingekehrt und haben zu Mittag gegessen. Nach dem Mittagessen waren wir auf den Weihnachtsmarkt in Neumarkt, wo wir zum Abschluss Glühwein und Punsch getrunken haben. Nachdem wir fertig waren, mit Ausflug auf den Weihnachtsmarkt, sind wir wieder mit dem Zug nach Hause gefahren. Alle waren glücklich und zufrieden und haben sich ganz herzlich bedankt bei mir für die schöne Wanderung. Einige Wanderfreunde waren mit mir noch auf dem Weihnachtsmarkt in Fürth und wir haben dort noch Feuerzangenbowle getrunken. Ich war sehr glücklich und zufrieden am Ende des Tages. Es war eine rundum gelungene Wanderung.

Verfasser: Frank Gläser

“ **Wandern ist eine Tätigkeit der Beine und ein Zustand der Seele.** Josef Hofmiller, Schriftsteller und Lehrer

FRÄNKISCHEN ALBVEREIN ORTSGRUPPE FÜRTH E.V.

Tageswanderung „Rund ums Walberla“



Unsere Tageswanderung „Rund ums Walberla“ startete mit 18 Wanderfreudigen in Kirchehrenbach bergauf Richtung Walberla. Die Überraschung folgte auf halbem Anstieg: seit 2021 gibt es dort den Skulpturenweg – 10 Skulpturen von 10 Künstlern – am Westhang zwischen Kirchehrenbach und Schlaifhausen.

Von Schlaifhausen wanderten wir weiter nach Dietzhof, dann an den Sinderterrassen/Kalktuffbach vorbei zum Orakelbrunnen St. Moritz. Der Sage nach kamen Kranke zur Quelle, um zu erfahren, ob Hoffnung auf Heilung besteht. Zu diesem Zweck wurde ein Eichen- oder Buchenholzstäbchen in das Wasser der Quelle geworfen. Sinkt das Stäbchen zu Boden, bedeutet es Tod noch im selben Jahr, schwimmt es an der Oberfläche, so kann der Kranke auf Heilung hoffen und sich noch eines längeren Lebens erfreuen.

Wir hatten natürlich kein Holzstäbchen dabei und überlassen es dem Schicksal, was es mit uns noch vorhat. Nach der Quelle gab es einen kleinen Aufstieg – vorbei an einigen Stationen des Kreuzwegs, um dann auf einem wunderschönen Waldweg nach



Leutenbach zu gelangen. Hier kehrten wir bei der Brauerei Drummer ein, bekannt durch gutes Essen und Bier. Verkürzt wurde die Wartezeit mit einigen süßen Einlagen, da uns eine vorzeitig eingetroffene Wandergruppe etwas ausbremste.

Nach entsprechender Stärkung verließen wir die Ortschaft und traten den Rückweg nach Kirchehrenbach an. Eine Wanderung mit herrlichem Herbstwetter und toller Laubfärbung – der gemeldete Regen traf uns erst bei Verlassen der Züge – was wollen wir noch mehr.

Nanga sucht dringend ein Zuhause

Unser Shar-Pei-Mix Nanga gehört trotz seiner 9 Jahre noch lange nicht zum alten Eisen. Er ist ein freundlicher Hund, der aktiv die Nähe zu seinen Menschen sucht und genießt, gerne spazieren geht und auch Freude am Spielen hat.

Jedoch hat der karamelfarbene Nanga auch eine sehr sensible Seite und ist mit plötzlich auftretenden oder lauten Außenreizen schnell überfordert. Nanga braucht daher einen souveränen Menschen an seiner Seite, der ihm in solchen Situationen einen sicheren Hafen bieten kann. Menschen, die ruhig und gelassen bleiben - auch wenn Nanga selbst aufgeregt ist - und ihn selbstsicher führen, schließt er sich gerne an.

Wir sehen Nanga bei 1-2 erwachsenen Personen oder auch einer Familie mit größeren Kindern. Ein gut und hoch eingezäunter Garten in ruhiger, ländlicher Umgebung, in dem Nanga flitzen und einfach mal Hund sein kann, wäre toll, da Freilauf beim Spaziergang aufgrund seiner situativen Unsicherheit und seines ausgeprägten Jagdtriebs derzeit nicht möglich ist. Autofahren macht Nanga noch etwas nervös, hier können ihm eine Box und etwas Routine helfen um in dieser Situation entspannter zu bleiben. Nach etwas Eingewöhnungszeit kann er sicherlich auch für ein paar Stunden alleine zuhause bleiben. Mit Kleintieren und anderen Hunden möchte er nicht zusammenleben.

Mit Nanga gewinnt man einen angenehmen und ruhigen Mitbewohner, der sich gerne in der Nähe seiner Menschen aufhält, Streicheleinheiten genießt und sich unter entsprechender Führung auch draußen als netter Begleiter zeigt. Wenn Sie mehr von Nanga wissen oder ihn kennenlernen möchten, melden sie sich gerne bei uns im Tierheim Hersbruck.



Hersbrucker Tierheim • Hopfau 2a • 91217 Hersbruck • Tel.: 09151/6095923

Bürozeit: Mo. bis Fr. 8:00-17:00 Öffnungszeiten: Nach Terminvereinbarung

www.hersbrucker-tierheim.com

Bitte unterstützen Sie uns mit einer Spende und/oder Ihrer Mitgliedschaft.

Sparkasse Nürnberg

IBAN: DE85760501010190034017 · BIC: SSKNDE77xxx

PayPal: hersbrucker-tierheim@web.de

Ihre Spende ist steuerlich absetzbar! Vielen herzlichen Dank.



Scannen. Zahlen. Fertig!

“ Die erhabene Sprache der Natur, die Töne der bedürftigen Menschheit lernt nur der Wanderer kennen.
Johann Wolfgang von Goethe

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!

FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF

Wanderung von Langwasser zur Rundkapelle Altenfurt und zurück nach Langwasser am 13.01.2024

Um 10 Uhr trafen wir uns an der U-Bahnstation Langwasser Süd. Jutta führte uns zehn Wanderer zu erst mal über die Liegnitzer Straße in Richtung Süden in den Wald.

Dort folgte ein Schwenk nach Osten, welcher an der Gleiwitzer Straße endete, wo wir das Moorenbrunnfeld diagonal querten und alsbald vor der Altenfurter Rundkapelle standen. In der Kapelle war es angenehm warm und wir bestaunten das Innere des kleinen Gotteshauses. Die Kapelle wurde der Sage nach im Jahr 793 von Kaiser Karl dem Großen errichtet und lag an der Handelsstraße von Nürnberg über Regensburg nach Wien. Nachdem wir uns umgesehen hatten, machten wir uns auf den Rückweg.



Nördlich der Liegnitzer Straße wanderten wir Langwasser zu, welches wir auch bald erreichten. Nun strebten wir dem Restaurant Esskultur zu. Hier hatte Jutta für uns reservieren lassen. Die Bestellungen wurden zügig aufgenommen und alsbald folgten muntere Gespräche. Jetzt erwarteten wir unsere bestellten Speisen und ließen uns diese anschließend schmecken. Gut gesättigt beendeten wir die Mittagspause und gleichzeitig die schöne Wanderung.

Wanderführerin: Jutta Vogt
Bilder: Sonnhild Rothe-Gößwein
Bericht: Jürgen Krebs



ZU BEACHTEN:

Kurzwanderungen beginnen wieder um 10:30 Uhr.

Stadtführung Roth mit Museumsbesuch am 24.06. bei Sonnhild Rothe-Gößwein Tel. 0911-6492643 bis spätestens 13.04.2024 anmelden.

VORANZEIGE SOMMERFEST: Unser diesjähriges Sommerfest findet am 13.07. auf dem Siedlergrundstück des „SV Selbsthilfe“ in der Walter-Flex-Str. gegenüber der Hausnr. 144 (Vorstadtrolche statt)

MITGLIEDER: Folgende neue Mitglieder dürfen wir bei uns begrüßen Joachim Zurek, Susanne Behrens, Christa Gerdewitz und Reiner Zierlein. Viel Spaß in einer netten Gemeinschaft und gute Unterhaltung bei unseren Veranstaltungen.

SONSTIGES: Alle Wanderungen sind auf eigene Gefahr zu gehen. Bei Fahrten mit Tagesticket bitte immer einen Mitfahrer suchen, Einzelfahrer melden sich beim Wanderführer.

FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF

28.12.23 Jahresabschluss Wanderung des FAV von Mühlhof nach Dietersdorf und zurück.



Um 11 Uhr trafen wir uns, achtzehn Wanderleute, an der Buschleife Mühlhof. Bei bedecktem Himmel ging es unter der Führung von Sonnhild erst-

mal ein Stück bergauf durch den Wald.

Bald hatten wir das freie Feld erreicht und in Richtung Norden bot sich uns ein herrlicher Weitblick auf Nürnberg und das Umland dar. Wir marschierten den Rotenberg hoch und hatten nach kurzer Zeit die Siedlung erreicht. Jetzt ging es ein Stück abwärts und weg von der Siedlung durch ein kurzes Waldstück.

Am Ende dessen machten wir einen Halt und Sonnhild schenkte ihren selbstgemachten Apfellok an uns aus. Gestärkt schritten wir die letzten hundert Meter zu den ersten Häusern von Dietersdorf.

Dort querten wir die Krottenbacher Straße, kamen an der Kirche St. Hedwig vorbei und hatten in kurzer Zeit den Gasthof Hufer erreicht. Hier wurden wir schon von fünf Wanderfreundinnen, welche mit dem Auto angereist waren, erwartet.

Sonnhild hatte für uns Tische reservieren lassen und innerhalb kurzer Zeit wurden unsere Bestellungen aufgenommen. Zügig wurden die Getränke serviert und wenig später folgten die Speisen. Nachdem es uns gut gemundet hatte, sowie der Plausch nicht zu kurz gekommen, war machten wir uns auf den Rückweg nach Mühlhof. Anfangs ging es bergauf und wir hatten wieder einen sehr schönen Fernblick nach Norden.

Abseits der Straße erreichten wir ein landwirtschaftliches Anwesen, wo Sonnhild wieder einen Trinkstopp verordnete. Diesmal wurde uns von Christine Rieger zusätzlich ein Willi serviert. Gestärkt liefen wir unterhalb der Schanz die restliche Strecke bis zur Halteschleife von Mühlhof und beendeten unser Wanderprogramm 2023.

WF: Sonnhild Rothe-Göbwein, Bericht und Bilder: Jürgen Krebs



FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF

Alljährliches Gansessen des FAV Fränkischen Alb Verein OG Reichelsdorf Mühlhof

Am 16.12.23 wurde die Tageswanderung zum Gansessen in das Gasthaus „Zum Wiesengrund“ nach Ungelstetten unternommen.

Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln fuhren wir nach Nürnberg Brunn, von hier ging es auf den Dünen Weg nach Ungelstetten. Unser Weg führte durch einen wunderschönen Wald, wir stellten wieder fest wie schön doch unsere Heimat ist.

Bei angenehmen Temperaturen, jedoch trüben Wetter war es gut zu laufen, später zeigte sich die Sonne durch die Bäume, was der Natur einen etwas mystischen Ausdruck verlieh. Im Gasthaus angekommen, waren schon die Autofahrer anwesend. Insgesamt waren wir 22 Personen, welche sich mit den Köstlichkeiten von Gänseschlegel und Gänsebrust so wie Essen von der Karte verwöhnen ließen.

Die Wirtin hatte sich wieder selbst übertroffen. Mit Blaukraut, Knödeln und natürlich die Gans. Es ist jedes Mal ein Gaumenschmaus. Der Wirt hatte den schönen großen Kachelofen an geschürt und so war es mollig warm in der Gaststube.

Die Unterhaltung war fröhlich. Doch auch die schönste Zeit geht einmal zu Ende und die Stunde des Aufbruchs für den Rückweg nahte. Nach dem Gansessen ging es nach Winkelhaid, zur S-Bahn. Zufrieden, glücklich uns satt ging es wieder zurück nach Reichelsdorf.

Bericht und Bilder: Gudrun Paul und Sonnhild Rothe-Göbwein



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

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

“ Der Weg
ist das Ziel.
Konfuzius

FRÄNKISCHER ALBVEREIN GRUPPE REICHELSDORF/MÜHLHOF

Schnitzeljagt

Am 27.01. veranstalten wir eine außergewöhnliche Tageswanderung, 25 Personen auf 6 Gruppen aufgeteilt unternehmen eine Stadttour durch Nürnberg.

Hier sollte man 38 Fragen beantworten. Es war schwer, die beste Gruppe schnitt mit 87 % ab. Die Schnitzeljagt hat großen Spaß gemacht und wir waren uns einig, man sollte öfter ganz bewusst und mit offenen Augen durch seine Heimatstadt gehen, es gibt so viele tolle Sachen zu erkunden.

Es war ein gelungener Tag mit herrlichem Sonnenschein, guten Essen und viel Spaß. Unser aller Dank gilt unserer Gudrun Paul, für die Idee, die Arbeit und die Ausführung.

Bericht und Bilder:
Gudrun Paul



Mitglieder werben!
... und beim FAV mitwandern!

Wir backen das echte Holzofenbrot

- nur mit reinem Natursauerteig
- im Holzbackofen
- ohne Zusatzstoffe
- aus spritzmittel-freiem Jurakorn® Brotgetreide

Buchauer Holzofenbäckerei · Lehm 6 · Pegnitz-Buchau
Tel. 0 92 41 / 8121 · www.holzofenbrot.de

Unsere Standplätze:

Nürnberg: **NEU** Am Wochenmarkt · Kopernikusplatz · Jeden Fr.: 8.00 - 13.00 Uhr
Am Wochenmarkt · Fritz-Munckert-Platz · Jeden Mi.: 11.00 - 14.30 Uhr
Am Wochenmarkt · Palmplatz (St. Johannis) · Jeden Sa.: 7.00 - 12.00 Uhr

Lauf: Heldenwiese (Kunigundenfest-Platz) · Wiesenstr. 4 · Jeden Di.: 14.50 - 16.40 Uhr

Röthenbach a. d. Pegnitz: Am Wochenmarkt · Jeden Sa.: 8.00 - 11.00 Uhr

FRÄNKISCHEN ALBVEREIN ORTSGRUPPE ERLANGEN E.V.



Wir trauern um unsere Mitglieder
Irmela Niedner, verstorben am 30.12.2023 und **Heinz Becker**, verstorben am 6.1.2024.
 Wir werden Ihr Andenken in Ehren halten.

Vereinsprogramm für das 2. Quartal 2024

20. April 2024: WF bitte Wandervorschläge für das 3. Quartal 2024 an die E-mail-Adresse:

fvw.erlangen@gmail.com oder an Klaus Helgert. Bitte benutzt dabei das neue Formular für die Wandervorschläge!

- Dienstag, 30. April 2023: Außerordentliche Mitgliederversammlung Beginn 18:45 Uhr (siehe Einladung getrennte Einladung) im Vereinslokal „Blaue Traube“, Spardorfer Str. 79, Nur für Mitglieder
- Dienstag, 30. April: ab 17:30 Uhr vor der außerordentliche Mitgliederversammlung: Vereinsabend im Vereinslokal „Blaue Traube“, Spardorfer Str. 79
- Dienstag, 28. Mai: ab 18 Uhr Vereinsabend im Vereinslokal „Blaue Traube“, Spardorfer Str. 79, Gäste sind herzlich willkommen!
- Dienstag, 25. Juni: ab 18 Uhr Vereinsabend im Vereinslokal „Blaue Traube“, Spardorfer Str. 79, Gäste sind herzlich willkommen!

Hinweise in eigener Sache

Wer rettet unseren Verein?

Bei der letzten Vorstandswahl konnten die wichtigsten Ämter (1. und 2. Vorsitzender, Kassenwart) nun nicht besetzt werden. Damit steht unser Verein vor dem Aus!

Am 30.4. ist eine außerordentliche Mitgliederversammlung. Auf ihr wird entschieden, ob der Verein weiter besteht wird oder nicht.

Sollte sich niemand zur Wahl für die Vorstandschaft stellen, ist es vorbei mit der Ortsgruppe des Fränkischen Wandervereins in Erlangen!

Ich möchte daher an alle Mitglieder unseres Wandervereins appellieren, sich dem ehrenamtlichen Engagement zu stellen und zu kandidieren, gerne würde ich einem neuen Vorstand am Anfang mit Rat und Tat zur Seite stehen.

Klaus Helgert, bisheriger 1. Vorstand des FAV Erlangen

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

(nach dem Theralogy Konzept - das logisch aufgebaute Konzept)

CRT ist eine Methode, die sich darauf konzentriert, die Funktion und Zusammenarbeit der Körperzellen zu optimieren. Alle Körperfunktionen – wie Organfunktion, Bewegung, Denken und Fühlen - sind nur durch aktiv arbeitende Zellen möglich. Beim CRT wird daran gearbeitet, dieses richtige Miteinander der Zellen zu reaktivieren, wenn dieses durch verschiedene Arten von Einflüssen aus dem ‚Tritt‘ gekommen ist; z. B. durch mechanische Schläge (Unfall), chemische Einflüsse (Toxine aller Art) oder emotionale Schläge (traumatische Erlebnisse). Aufgrund solcher Ereignisse fallen die Zellen dann in eine Art ‚Standby‘-Modus, wodurch deren physiologische Zusammenarbeit beeinträchtigt wird. Eine derartige Beeinträchtigung empfinden Sie dann als Dysfunktionen oder Schmerzen.

Möchten Sie erfahren, wo Ihre Blockaden sind, die eine optimale Zusammenarbeit Ihrer Zellen verhindern? Testen Sie es doch einfach mal aus, alles ist immer wieder reproduzierbar, sodass Sie alles gut nachvollziehen können. Ich freue mich auf Ihre Kontaktaufnahme,

Ihre Heilpraktikerin für Jung und Alt



IHRE NATURHEILPRAXIS

Elke Lintl-Schweiger

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

www.ihre-naturheilpraxis.com

Hüttenbacher Straße 7

90482 Nürnberg

Tel. +49 179 11 53 169

info@ihre-naturheilpraxis.com

FRÄNKISCHEN ALBVEREIN ORTSGRUPPE ERLANGEN E.V.

Einladung zur außerordentlichen Jahreshauptversammlung am Dienstag, dem 30. April 2024, um 18:45 Uhr

im Vereinslokal „Blaue Traube im Turnerbund“, Erl, Spardorfer Str. 79

Tagesordnung

1. Begrüßung
2. Bericht der Kassenprüfer
3. Entlastung des Schatzmeisters
4. Beratung Fortbestand des Vereins sowohl Heidi Müller als auch Klaus Helgert stehen als Vorstandsmitglieder nicht mehr zur Verfügung. Aktuell gibt es keine Nachfolge und damit ist der Fortbestand des Vereins akut gefährdet. Es muss eine Lösung gefunden werden, sonst steht die Auflösung des Vereins bevor!
5. Neuwahl der Vorstandschaft und der Kassenprüfer. Wenn ein neuer Vorstand gewählt wird, entfallen die weiter 6. und 7.
6. Beratung und Beschluss über Fusion unserer Ortsgruppe mit dem FAV Bund. Wenn kein neuer Vorstand sich zur Wahl stellt, beraten wir über eine Fusion mit dem FAV Bund und wollen dies auch beschließen. Wird eine Fusion beschlossen, entfällt der Top 7
7. Beratung und Beschluss über die Auflösung unserer Ortsgruppe. Wenn kein Vorstand gewählt werden konnte und auch eine Fusion mit dem FAV Bund nicht beschlossen wurde, sollten wir den Verein ordnungsgemäß beenden.
8. Vorlage und Genehmigung des Haushaltsplanes 2024
9. Weitere Anträge
10. Verschiedenes

Wir bitten um rege Teilnahme. Anträge gem. Punkt 11 der Tagesordnung sind entsprechend unserer Satzung bis spätestens zwei Wochen vor der Veranstaltung schriftlich beim Vorstand einzureichen.

Klaus Helgert

1. Vorsitzender

Heidemarie Müller

2. Vorsitzende



Unser Öffnungszeiten:

- Mo. für Hausgäste oder mit Reservierung ab 18.00 Uhr
 Di. ab 18 Uhr
 Mi. 11.30 - 14.00 Uhr und ab 17.30 Uhr
 Do. ganztägig geschlossen
 Fr. ab 17.30 Uhr
 Sa. ganztägig geöffnet, (Küche von 11.30 - 14.00 Uhr und von 17.00 - 21.00 Uhr)
 So. ganztägig geöffnet, (Küche von 11.30 - 14.00 Uhr und von 17.00 - 20.00 Uhr)

Landgasthof „Weißes Lamm“
 Jochen Schwab | Hauptstraße 24
 91238 Engelthal | Tel. 0 91 58 - 92 99 90

Wir freuen uns auf Ihren Besuch. Familie Schwab und das Lamm Team

Mitglieder werben!

... und
beim FAV
mitwandern!

FRÄNKISCHER ALBVEREIN HERSBRUCK E.V.

Einen besonderen Geburtstag feiern im 2. Quartal 2024:

Hannelore Warning, Reinhold Michel, Katharina Höpfner, Walter Lange, Angela Groer, Peter Krings, Jutha Zichner und Karl-Heinz Funk

Wir wünschen alles Gute, Gesundheit und noch schöne Erlebnisse.

Wir bedanken uns bei den Spendern des Jahres 2023

Karin Müller	260,00 €	Stadt Hersbruck	125,00 €
Karl Westphal	50,00 €	20-Jahr-Feier	255,00 €
Horst Wieland	100,00 €	Wanderführerpauschalen	260,00 €
Horst Wild	70,00 €	Gastwanderer	85,00 €

Hilfeschrei: Verlässlich und rechtzeitig anmelden!

Liebe Wanderfreundinnen*, es wird seit einiger Zeit immer schwieriger, in Gaststätten für Gruppen zu reservieren. Oft ist wochentags geschlossen, sonntags fast immer überfüllt! Selten kann man punktgenau die Ankunftszeit, zudem nur grob die Anzahl der Wanderer angeben. Merkt Ihr vielleicht, worauf der Wanderführer hinaus will? Aha! – Bei meinen Wander-Ankündigungen wird künftig zu lesen sein:

Wenn eine gute Woche vor der Wanderung die Anmeldezahl zu gering ist, kann eine Einkehr nicht garantiert werden. Bitte Rückfrage!

Mit herzlichen Grüßen, ein leicht frustrierter WF (namens H.T.)

**Nein, ich meine keineswegs nur die Frauen! Der Kürze halber verwende ich die weibliche Form (als Ausgleich, weil Jahrhunderte lang nur die männliche verwendet wurde ;-)*

Übern Berg nach Morsbunn

Am 19.11.2023 starteten 20 Wanderer ab Aspertsshofen, nicht wie geplant bei gutem Wanderwetter, sondern bei Gussregen, sodass die Motivation nicht sehr hoch war. Aber wir hatten Glück und es hörte nach einer Stunde auf und die Stimmung wurde besser.

Aber kurz vor Ende der Wanderung legte es nochmal richtig los. Nichtsdestotrotz war es eine sehr schöne, gelungene Wanderung.

K.M.



FRÄNKISCHER ALBVEREIN HERSBRUCK E.V.

Walking in a Winter Wonderland

Wie in dem berühmten amerikanischen Weihnachtslied: „Walking in a Winter Wonderland“ kamen sich die sieben Wanderer, vor, als sie

am 02.12.2023 zu einer Wanderung zur Waldweihnacht des FAV Nürnberg auf den Hohenstein aufbrachen. Eigentlich stand dieser Tag unter keinem guten Stern. Die geplante Wanderung von Betzenstein nach Hohenstein musste mangels passender Busverbindung abgesagt werden.

Auch die Wettervorhersage verhiess nichts Gutes. Aber keine Hersbrucker bei der Waldweihnacht? Das war auch keine Option. Deshalb wurde kurzfristig beschlossen, von Hersbruck aus zu laufen und gegebenenfalls dem schlechten Wetter zu trotzen.

Beim Start am Samstagmorgen hatte es aufgehört zu schneien, die Bäume und Büsche waren mit Schnee überzuckert und die Wege teilweise frei, teilweise mit bis zu 50 cm tiefen Schnee bedeckt. Wie gemalt lagen die Dörfer in ihrer winterlichen Pracht den Wanderern zu Füßen. Über Kleedorf und Stöppach erreichte man

nach ca. vier Stunden das Ziel Hohenstein. Am dortigen Wanderheim erwartete Gerald Oehme schon die müden, aber glücklichen Hersbrucker und zur Belohnung gab es einen kräftigen Schluck Glühwein. Im Wanderheim selbst wurde dann dem guten Essen, den diversen Getränken und den selbstgebackenen Plätzchen kräftig zugesprochen. Die Familien Bauer und Oehme hatten sich mal wieder selbst übertroffen.



Als es dunkel wurde, brach die ganze Gesellschaft auf, um an der von Pfarrer Aupperle gehaltenen kleinen, aber feinen, Weihnachtsfeier teilzunehmen. Am Ende der Feier überbrachte der Nikolaus (Präsident Uli Reinwald) kleine Geschenke und dankte damit denjenigen, die sich im Laufe des Jahres um das Wanderheim verdient gemacht hatten.

Obwohl dies als ganz unspektakuläre Wanderung geplant war, entpuppte sie sich doch als ein fantastischer Walk durch ein fränkisches Winter Wonderland.

Horst Wieland

Mit dem FAV Hersbruck auf stolze Gipfel, sanfte Höhen...

Als Themen-Wanderungen steuern wir dieses Jahr „Höhepunkte unserer Heimat“ an! Dabei wird es auf Genussberge und die dort stattfindenden Feste gehen (Anna-, Keil-, Zant-Berg ...), aber wir erwandern auch anspruchsvolle Höhen in der Oberpfalz, im Fichtelgebirge, im Bayerischen Wald...



FRÄNKISCHER ALBVEREIN HERSBRUCK E.V.

Wanderung Edelweißhütte – eine gelungene Art, das Jahr abzuschließen und gemeinsame Erlebnisse zu teilen

Am 29.12.23 versammelten sich die Teilnehmer am Bhf., links in Hersbruck, um miteinander eine erlebnisreiche Jahresabschluss-Wandertour zu starten. Die Route führte von Hersbruck nach Weiher, dort entlang des Trimm-Dich-Pfads, vorbei am Reschenberg zur Edelweißhütte. Nach einer zweistündigen Wanderung wurde in der Edelweißhütte eine wohlverdiente Essenspause eingelegt, bei der die Teilnehmer sich stärkten und die Geselligkeit genossen. Nach ein paar Stunden machten sich die Wanderer auf den Rückweg nach Hersbruck wo diese Jahresabschluss-Wandertour ihr Ende fand.



Zenntalwanderung

Am 7. Januar 2024 unternahm der Verein eine 11 km lange Wanderung ins Zenntal zum Karpfenessen. Die Gruppe startete am Bahnhof Wilhermsdorf und durchquerte Unterulsenbach, Eschenbach bis nach Adelsdorf, wo das Mittagessen stattfand. Wilhermsdorf, mit etwa 5500



Einwohnern, beherbergt eine evangelisch-lutherische Kirche aus dem Jahr 1714. Im Inneren befindet sich die Gruft mit dem Prunksarg der Gräfin Franziska Barbara von Hohenlohe (1666-1718). Die Zenngrundbahn erreichte Wilhermsdorf 1895, und seit

2009 steht dort die größte Windkraftanlage Bayerns, was einen bedeutenden Fortschritt in der Nutzung erneuerbarer Energie darstellt. Nach der Mittagspause führte der Rückweg auf befestigten Wegen entlang der Zenn zurück zum

Bahnhof in Wilhermsdorf. Die Rückfahrt erfolgte mit zufriedenen, jedoch so manchem müden Wanderer. Der Zenngrund ist immer wieder schön und definitiv eine Wanderung wert.

FRÄNKISCHER ALBVEREIN HERSBRUCK E.V.

Kurzwanderung rund um Kauer- heim (Alfeld) am 16.01.2024

Herrliches Winterwanderwetter
mit schöner Schlusseinkehr im
Dorfcave in Kauerheim
K.M.



Tag des Wanderns, Di. 14. Mai: Im Frühlingszauber der Alb unterwegs - gut drei Gewässer, fast drei Höhenzüge!

Von Vorra (besuchenswerte Pegnitz-Insel!) über die Höhe nach Fischbrunn, das am Hirschbach liegt. Dort wieder hoch nach Hubmersberg – vielleicht Einkehr. Über den Kreuzberg nach Heuchling, am wunderschönen Naturdenkmal Hutanger entlang und nach Deinsdorf. Beim Abstieg nach Oed sind die Felszinnen von Ries-Turm und Brosin-Nadel sichtbar. In Oed zieht die stattliche alte Mühle am Etzelbach die Blicke auf sich. Zum Schluss mit dem Högenbach auf die Steinbrücke von Hartmannshof zu.

Die Gehzeit beträgt 4 Std. bei knapp 15 Kilometern Weglänge mit Steigungen. Treffen am Bf. Hersbruck r.d. P. um 9:30 Uhr (RB Vorra um 9:39 Uhr, Preisstufe 3). Rückf. von H'hof (RE, Preisst. 3) gegen 15 Uhr. Anmeldung unter 09151/814581 bei WF H. Treuheit. Achtung: **Bei nicht ausreichender Zahl verbindlicher Anmeldungen bis zum 12. April** sperrt der Lindenhof in Hubmersberg nicht für uns auf – d.h. es gibt keine Einkehr.



FRÄNKISCHEN ALBVEREIN GRUPPE SCHNAITTACTHAL

1. Wanderung im neuen Jahr

Die erste Wanderung des neuen Jahres führte eine 20-köpfige Gruppe des FAV Schnaittachtal nach Lauf. Vom rechten Bahnhof ging es zunächst Richtung Kunigundenberg, von dort über Kuhnhof und Rudolphshof weiter Richtung Bitterbachschlucht und schließlich zurück Richtung Altstadt. Unterwegs erfuhren die Wanderer einiges über die jeweiligen Örtlichkeiten und Sehenswürdigkeiten (u.a. Johanniskirche, Rei-



chel'sche Schleif, Wenzelburg und Altes Rathaus) sowie hintergründiges in Gedichtform über das „Bimberla vo Laff“.

Nach einer Stärkung im „Weißen Lamm“ stand nachmittags noch eine Führung im Industriemuseum auf dem Plan, bei der die Besucher viel Wissenswertes über die ausgestellten Mühlen, das ehemalige Hammerwerk sowie über die in den 90er Jahren stillgelegte Ventilkegelfabrik Dietz und Pfriem erfuhren.

Michael Kothe, FAV Schnaittachtal

Bilder: Tinka, Kothe

Die auf den Fotos abgebildeten Personen haben sich mit der Veröffentlichung einverstanden erklärt.



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

*weil wir das
Leben lieben.*



FRÄNKISCHEN ALBVEREIN GRUPPE SCHNAITTACHTAL

Hersbruck stand auf dem Programm der Wandergruppe des FAV Schnaittachtal

Zunächst ging es durch die Altstadt, wobei die Teilnehmer neben Geschichtlichem auch Anekdoten und Sagen über die jeweiligen Örtlichkeiten erfuhren.

Über den Rosengarten ging es in der Nordstadt schließlich quer durch den Wald am Bachbrünnlein und dem Teufelsgraben vorbei Richtung ehemaliger Steinbruch.

Von hier, aber auch vom Michelsberg aus genossen die Wanderer trotz des eher bedeckten (aber zum Glück überwiegend trockenen) Wetters einen schönen Fernblick unter anderem Richtung Arzberg, Deckersberg bzw. Großer und Kleiner Hansgögl.

Nach der Mittagseinkehr im Cafe Bauer stand schließlich Nachmittags noch eine kurzweilige Hausführung im Hirtenmuseum auf dem Programm.



Mitglieder werben!
... und beim FAV mitwandern!

PKW ANHÄNGER UND ZUBEHÖR
ANHAENGERVERLEIH-NUERNBERG.DE

ANHÄNGER, DACHBOXEN UND FAHRAD-
TRÄGER IM VERLEIH UND VERKAUF



TELEFON ZUR TERMINVEREINBARUNG:

0911 / 54 082 54

HAPPURGERSTRASSE 66B
90482 NÜRNBERG



FRÄNKISCHEN ALBVEREIN ABT. NÜRNBERG

Dem „Fränkischen Albverein ABT. Nürnberg“ ein Gesicht geben

Unsere Wanderabteilung Nürnberg existiert bereits seit sechs Jahren! Die Leitung oblag dem Präsidium des Hauptvereines – bis jetzt. Ab 1. Januar 2024 wurde ich kommissarisch als Abteilungsleiter der Wanderabteilung eingesetzt. Darf ich mich Euch vorstellen: Ich heiße Siegfried „Siggi“ Bauer und bin seit 29 Jahren Vereinsmitglied. In diesen Jahren bekleidete ich verschiedene Ehrenämter als Jugendwart, Wanderwart, Schriftführer, 1. Vorstand und ich bin seit dem ununterbrochen Wanderführer. Für unsere Wanderabteilung führen folgende Wanderführer/innen durch die Wandertage:



◀ **Jürgen Lange-Tropper** ist viel in der Fränkischen Schweiz unterwegs. Wer einige Höhenmeter nicht scheut, ist bei seinen, bis 20 km weiten Wanderungen, sehr gut aufgehoben. Mehrtageswanderungen in deutschen Wandergebieten stehen ebenfalls in seinem Angebot.



▼ **Siegfried Bauer.** Ich führe kürzere Wanderungen, auch für ungeübte Wanderer/innen, die den Einstieg in unseren Verein wagen wollen. Im meist leichteren Gelände sind die Wanderungen um die 10 km lang.



◀ **Waltraud Bauer**
Sie gestaltet als „Wanderwartin“ den Wanderplan unserer Abteilung. Ihr Wanderangebot ist vielseitig. Jugend/Familienwanderungen, Kooperationswanderungen, Kulturwanderungen und schöne Wanderungen im gesamten FAV Gebiet bis 15 km Länge laden zum Mitwandern ein.



◀ **Silvia Wolf und Bernd Schreiner**, unser Wanderduo, sind ebenfalls sehr zügig unterwegs und führen Wanderungen um die 20 km bis 30 km Länge.



▶ **Christian Ehli**
Er führt sportliche FAV Wanderungen im zügigen Tempo mit mehr als 20 km, sogar bis 40 km Länge sind keine Seltenheit.



▶ **Marion Tyrach**
führt Wanderungen für normal geübte Wanderer/innen, im leichten und schwereren Gelände um die 20 km Länge.



◀ **Roland Beck** hat sich aktuell dem Bethang-Weg verschrieben. Seine Wanderungen sind, im moderaten Tempo bis zu 15 km lang und auch für ungeübte Wanderer, schön zu bewältigen.

Ich denke, in unserem Wanderangebot ist für jede Alters- und Leistungsklasse etwas dabei und die Geselligkeit und das freundliche Miteinander steht immer im Vordergrund. Mir ist wichtig, „grenzenlos“ zu sein. Jede/r Wanderer/in ist willkommen, ob Außenstehende oder Vereinsmitglieder – wir mögen alle. Unser Ziel ist es, den Fränkischen Albverein durch Mitglieder zu stärken und somit, auf lange Zeit, unseren Verein zu erhalten.

FRÄNKISCHEN ALBVEREIN ABT. NÜRNBERG

Zum Krippenmuseum in Hirschaid

Neun neugierige Kulturinteressenten/innen trafen sich am Nürnberger Hauptbahnhof zum Kulturspaziergang in Hirschaid. Der Spaziergang begann am Bf. Hirschaid und führte und durch einen kleinen Park zum Rathaus. Große Überraschung! Am Rathausplatz standen 3

Sternsinger mit Ihrem Sternträger, einer Begleitperson, einem Gitarrenspieler und Herrn Pfarrer Eckhard Matke. Liederzettel wurden verteilt und Herr Pfarrer Matke eröffnete den Wortgottesdienst. Mit kräftiger Stimme sangen wir die Weihnachtslieder und lauschten dem Evangelium der „Drei Könige“. Die Sternsinger rezitierten die Bitte um Spenden für den Erhalt des Regenwalds und der Segen begleitete uns in die Kirche. Hier stand eine Krippe mit großen geschnitzten Figuren, die das Heilige Paar, das Jesuskind, die drei Könige und Hirten/innen mit ihren Schafen und Hunden darstellten. Rechts, in einer verglasten Mauernische unter der Empore, war eine weitere Krippe beleuchtet. Sie stellte ebenso das „Dreikönigsszenario“ dar. Direkt neben der Kirche befindet sich die Krippenausstellung im 2. Stock. Dort werden Krippen aus aller Welt ausgestellt.

Schwerpunkt waren Krippen aus Afrika. Unzählige Exponate aus Holz, Ton, Keramik, Papier, sogar aus Cellophan Folie waren zu bestaunen. Der Vielfältigkeit waren keine Grenzen



gesetzt, zum Beispiel wurde ein altes Standuhrengehäuse mit einer Krippe bestückt in deren Rechtem Flügel eine Tischlerwerkstatt und im linken Flügel ein Stall mit Ochs und Esel steckten. Man konnte sie aber nur sehen, wenn man die Nasenspitze in die Uhr hält! Krippen afrikani-

schen Ursprungs, osteuropäischen Ursprungs und natürlich die Schnitzkunst aus Südtirol und viele mehr versetzten uns in Staunen. Eine kleine dreidimensionale „Papier Box“, brachte mich zum Schmunzeln. Die Burg, Sebalduskirche, Rathaus, Schöner Brunnen und christkindlesmarktstände veranlassten mich ein kurzes fränkisches Gedicht in das Besucherbuch zu schreiben.

Wir kehrten in der Schräg gegenüberliegender Wirtschaft ein, genossen fränkische Küche und das dort eigene gebraute Bier. Der Zug war dann schnell erreicht und die Begeisterung für diesen Tag fand kein Ende.

Euer Sigg



FRÄNKISCHEN ALBVEREIN ABT. NÜRNBERG

Wie werde ich eigentlich DWV-Wanderführer®?

Es ist Anfang August 2023. Zwölf komplett unterschiedliche Leute treffen sich auf der Festung Rosenberg in Kronach. Eines haben sie jedoch gemeinsam: Die Leidenschaft in der Natur wandern zu gehen und sie möchten jetzt die Ausbildung zum DWV-Wanderführer® machen. Der Kurs wird zwei mal sechs Tage dauern und beinhaltet auch die Zertifizierung als Natur- und Landschaftsführer (ZNL) für den jeweiligen Regierungsbezirk der Ausbildung. Bereits im Vorfeld hat jeder an einem Erste-Hilfe-Kurs teilgenommen.



Die sog. „Technische Woche“ ist der erste Teil der Ausbildung. Hierbei lernen wir alles zu den Themen Planung, Ausschreibung und Durchführung einer Wanderung mit einer Gruppe. Die theoretischen Blöcke werden ergänzt durch praktische Exkursionen, bei denen jeder immer wieder selbst ein Stück die restliche Gruppe möglichst sicher durch unbekanntes und auch weitestgehend unmarkiertes Gelände führen muss. Lediglich eine Papier-Wanderkarte und ein Kompass dienen als Hilfsmittel zur Orientierung. Hinzu kommen immer wieder Überraschungsaufgaben der Ausbilder wie z.B. ein simulierter Herzinfarkt eines Teilnehmers oder eine Begegnung mit einer Wildschweinrotte. Abgerundet wird die erste Woche durch Wetter- und Rechtskunde für Wanderführer sowie Kommunikations- und Führungsdidaktik in Theorie und Praxis. Am Ende der ersten Woche erhalten wir auch alle Informationen zur schriftlichen Hausarbeit, die wir bis zur nächsten Ausbildungswoche selbstständig erstellen müssen. Hierfür soll jeder eine eigene Wanderung ausarbeiten und dabei alles zeigen, was er in der ersten Ausbildungswoche gelernt hat. Neben der thematischen Beschreibung der Wanderung muss auch die korrekte Gehzeitberechnung durchgeführt werden. Passend zur Zielgruppe und zum Thema der Wanderung müssen zusätzlich mindestens drei Phänomene (d.h. besondere Punkte)

auf der Wanderung örtlich und inhaltlich beschrieben werden sowie die didaktische Umsetzung sowie die eingesetzten Materialien erörtert werden. Abgerundet wird die Hausarbeit durch eine schriftliche An- und Abreiseplanung, einer offiziellen Ausschreibung, der Versorgungs- und Verpflegungsplanung sowie dem Notfall-Management.

Anfang September geht es weiter mit dem zweiten Teil des Kurses, der sog. „grünen Woche“. Nun lernen wir vieles zur Geologie, Geschichte, Ökologie, Natur- und Landschaftspflege, Baustile und Bauwerke sowie Natur- und Erlebnispädagogik. Ein Ausbildungstag dauert jeweils von 8.30 Uhr bis spät in den Abend, wobei es zwischendurch nur sehr kleine Pausen gibt. So Mancher nutzt die späten Abend- und sogar Nachtstunden, um sich nochmals mit dem Erlernten zu beschäftigen und das Wissen zu verinnerlichen. Schließlich steht am Ende des Kurses noch die große Abschlussprüfung an, welche aus mehreren Teilen besteht. In einer schriftlichen Prüfung wird zunächst das erworbene theoretische Wissen der Teilnehmenden geprüft. Anschließend findet die praktische Prüfung statt. Jeder Teilnehmer bzw. jede Teilnehmerin wird hier ein Stück einer vorher bekanntgegebenen Wanderstrecke führen und dabei an einer Stelle auch ein vorher zugewiesenes Phänomen der Gruppe mög-

licht kreativ und didaktisch durchdacht vorstellen und in maximal zehn Minuten möglichst spannend erlebbar machen. Fazit: Auch für erfahrene Wanderer bietet die Ausbildung zahlreiche weiterführende Informationen und Tipps. Die Ausbildung lohnt sich auf jeden Fall und bereitet auch Wanderführer auf Notfallsituationen vor, die hoffentlich nie eintreffen werden. Die gute Nachricht: Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer, die bis zum Ende des Kurses eisern durchgehalten haben, konnten schließlich auch ihre Zertifikate glücklich in Empfang nehmen.

Foto: Frisch gebackene DWV-Wanderführer® auf der Festung Rosenberg in Kronach

(Foto: Julia Rubsch, Frankenwaldverein)
Text: Christian Ehli



Bekannt für
Fischspezialitäten
aus dem Aischgrund
und fränkisch,
regionale Gerichte.
Mi + Do Ruhetag!

**Wir freuen uns,
wenn wir Sie als Gäste
begrüßen dürfen!**

Fischküche Fuchs
Hauptstr. 62 · 91341 Röttenbach
09195 - 8924 oder -7865
www.fischkueche-fuchs.de

VERSCHÖNERUNGSVEREIN MORITZBERG E.V.

Liebe Mitglieder des Verschönerungsverein Moritzberg, liebe Äbler,

Die 125. Hauptversammlung des Verschönerungsvereins findet am Samstag, 16. März 2024, um 15 Uhr in der Gaststätte auf dem Moritzberg statt. Alle Mitglieder haben rechtzeitig eine Einladung erhalten.

Dieses Jahr stehen keine Wahlen an. Ein wichtiges Thema wird jedoch die Anpassung der Mitgliedsbeiträge ab 2025 sein. Die gestiegenen Kosten für die Fränkische Alb und die Erhöhung der Umlage für den Fränkischen Albverein und die Landesverbände müssen zumindest teilweise weitergegeben werden, sonst bleiben nur noch etwa 30 % der Beitragseinnahmen bei uns.

Ab 1. Mai bis 27. Oktober 2024 werden wie üblich Turmdienste an den Wochenenden stattfinden. Wir suchen daher für die Wochenenden und Feiertage ab 1. Mai bis 27. Oktober 2024 Turmdienstteilnehmer. Wie immer ist unser Wunsch und die dringende Bitte, den Turmdienst tatkräftig zu unterstützen. Auch wenn Sie nur einzelne Sonntage dabei sind, reduziert das

die Belastung der restlichen Mannschaft. Wir freuen uns über jede Unterstützung!

Und wie jedes Jahr: Bitte beteiligen Sie sich an der Vereins- und Vorstandsarbeit. Wir haben zwar in 2023 einen neuen 2. Vorstand wählen können. Jedoch werden auch der Schatzmeister und der Schriftführer in den nächsten Jahren Nachfolger benötigen. Auch ich werde in nicht allzu langer Zeit einen Nachfolger benötigen. Je frühzeitiger sich Interessenten mit einarbeiten, desto reibungsloser funktioniert der Übergang.

Die Moritzbergkirchweih 2024 wird am 17. / 18. August stattfinden.

Wahrscheinlich wird es im September eine kleine Feier zum 125. Jubiläum der Gründung des Verschönerungsvereins geben. Details und Termine werden noch ausgearbeitet. (Stand Februar)

Der Vorstand des Verschönerungsvereins wünscht allen Mitgliedern und Freunden einen guten Start in die Wandersaison 2024!

Klaus-Peter Kreuzer

TSV 1860 DINKELSBÜHL WANDERGRUPPE DER TURNABTEILUNG

Eisheilig

Pankratius – Servatius –
Mamertus und Bonifatius -

diese Eisheiligen, von der Schafskälte eingesponnen,
keine Nutznießer der warmen Sonnen,
begegneten nach einer spät -kalten Nacht,
dem jungen Frühling in all seiner Pracht.

Nein, sie sahen sich kaum ins Gesicht
und grüßten sich auch nicht!

Naja, die wollen jede Freundschaft vermeiden,
und können sich nicht leiden,
denn die Eisheiligen, von der Kälte bockel - hart,
hindern den Frühling oft am zeitigen Start,
und der Frühling, man weiß es genau,
stiehlt diesen Herren auch oft die Schau.

Drum sitzen die Herren, eiszapfisch allein,
mit der Kalten Sophie und kaltem Gebein,
und schimpfen gemeinsam,
ins eisige Gestein gezwängt,
auf den Frühling, der sie ins Abseits drängt.
Manchmal träumen auch sie- nicht ohne Frust,
von der Hundshitze im August,
doch erleben- mitsamt dem Hitzegeflimmer-
erleben werden sie die nie und nimmer!

(Heinrich Ludwig; aus: Dinkelsbühler Heimatkalender 1988)

Im Frühling 2024 planen wir folgende Wanderungen:

SONNTAG 14. APRIL

Wir wandern ab Parkplatz Stadtmühle vorbei am Friedhof Richtung Mönchsroth und nehmen unseren Weg durch das Wörnitztal zum Stadtteil Grillenbuck. Vor der Rückkehr in die Stadt stärken wir uns in Liebi's Cafe.

SONNTAG 26. MAI

Unsere Wanderung führt uns in den Mutschachwald mit Einkehr in der Waldgaststätte.

SONNTAG 16. JUNI

Ein landschaftlich reizvoller Weg führt uns vorbei an Büschen und Bäumen, auf Schusters Rappen zum Aralsee mit Einkehr in die am See liegende Gastwirtschaft.

Ankündigung der Veranstaltungen erfolgt in der FLZ und im Schaukasten am „Goldenen Hirsch“.

Änderungen vorbehalten.

Gäste sind willkommen!

Gruppenleiter der Wanderer: Gerhard Schneider

Unser Gewinnspiel!

Die glückliche Gewinnerin
des letzten Gewinnspiels war:

Frau Bettina Bittel OG ERLANGEN



Annette Kanis – **Meine Auszeiten - Bergisches Land, Durchatmen & Kraft schöpfen**

Ich-Zeit und Selbstfürsorge – das Bergische Land ist der perfekte Ort, um innezuhalten und zur Ruhe zu kommen. Zwischen Wäldern und viel Wasser sorgen Fuß-Chakren-Massage, Bienenstocktherapie und Yoga für Abstand vom Alltag und für jede Menge guter Laune. Ob zu Fuß, per Rad, auf der Draisine oder in Begleitung von Alpakas: Aktive Auszeiten geben neue Energie und tun Körper und Seele einfach gut. ISBN 978-3-7700-2546-6, 16,- €



WIR VERLOSEN:

3 x „Meine Auszeiten – Bergisches Land“ von Annette Kanis
Senden Sie das „LÖSUNGSWORT AUS DEM KREUZWORTRÄTSEL VON SEITE 65“
bis zum 14.05.2024 an verlosung@verlag-hopfner.de.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen! Ihre Daten werden ausschließlich zur Gewinnermittlung verwendet und nach der Ziehung vernichtet.

Nennwert im Bankwesen	EDV-Programmier-sprache	Sekt mit geringem Zucker-gehalt	botani-sche Anlage	nordam. Urbevöl-kerung	Schiffs-zubehör	Auto-mobil-welt-verband	Gefäß für Blumen	Abk.: Minute
beruhi-gen	2				Landgut in den USA			
grob, un-gehobelt			Nord-polar-gebiet		10			Musik-halle
						Weltalter, Ewigkeit	11	
Weltge-schichte	aus d. Augenblick heraus (lat., 2W.)	Kfz.-Z.: Hanse-stadt Wismar	Glied einer math. Formel			Pflanzen-krankheit	eng be-messen, dürftig	Währung in Sierra Leone
			Stadt in Schweden	ital. Tonsilbe (G)	Nach-komme			
aufge-weckt, munter	Begierde, Verlangen	1				ugs.: nein	12	
				Schlitten-gleit-schiene	baumar-me Ebene in den Tropen			
veraltet: Onkel	span. Grußwort	Aufsehen er-re-gendes Ereignis				7	Vorsilbe: vor (lat.)	Abk.: Leibes-übungen
				Busen-freund, Vertrauter	Beiname New Yorks (Big ...)			5
klug, clever	US-Schau-spielerin (Mia)	ostfranz. Grenzland	Körper-form				hell-haarige Frau	gekrönter Herrscher
in-ständiges Bitten					Schlager-sänger-sizilian. Herkunft	Einwand, Ein-schrän-kung		
			Schwert-wal	größere Platte				Stadt in NW-Spanien
sehr großer innen-raum	fest, haltbar					4	Vorname von Schweiger	Abk.: Ober-landes-gericht
	6			Vor-mittags-veran-staltung			8	
er-schließ-bar, nutz-bar		Spitzname v. Michael Schu-macher						
							span. gehoben: Herr	3
schwedi-sches Kö-nigsge-schlecht				zahlungs-fähig				

Die Lösung lautet:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

**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, 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

Präsident Ulrich Reinwald, Wimpfener Straße 11, 90441 Nürnberg, Tel. 0176-22384729, uli.reinwald@gmx.de

Vizepräsidentin Waltraud Bauer, Dallingerstrasse 41, 90459 Nürnberg, Tel.0911-454290
waltraud.stumpf@t-online.de

Vizepräsidentin Anne Wieneke, Nürnberg, vize.annewieneke@fraenkischer-albverein.de

Vizepräsident zurzeit nicht besetzt

Ehrenpräsident Karlheinz Schuster, Wieseler Str. 18, 90489 Nürnberg, Tel. 0911-565268,
Karlheinz.Schuster@magenta.de

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

Schatzmeister zurzeit nicht besetzt

Schriftführer Bernhard Ittner, Heynestr. 41, 90443 Nürnberg, Tel.0911-429582 (AB+Wltg.),
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

Redaktion Arbeitskreis Redaktion@fraenkischer-albverein.de

Hauptnaturschutzwart zurzeit nicht besetzt

Kulturreferent Josef Wintrich, Pirkheimerstr. 134, 90409 Nürnberg

Rechtsreferent zurzeit nicht besetzt

Pressereferent Ralf Bothe, Dortmunder Str.20, 90425 Nürnberg, RalfBothe@t-online.de

Hausreferentin Andrea Oehme, Obere Grabenstr.7, 91217 Hersbruck, Tel. 09151-905239,
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, www.fraenkischer-albverein.de
Bücherecke Arbeitskreis Bibliothek,	Heynestr. 41, 90443 Nürnberg, Bibliothek@fraenkischer-albverein.de
Redaktion	Redaktion Arbeitskreis Fränkischer Albverein e. V., Redaktion@fraenkischer-albverein.de
Verlag, Grafik & Satz	Verlag Wolfgang Hopfner, Geisse Str.13, 90439 Nürnberg, Tel.0911-941508-17, www.verlag-hopfner.de
Druck	Onlineprinters GmbH, Dr.-Mack-Straße 83, 90762 Fürth

Der Abdruck und die Vervielfältigung von Beiträgen ist auch auszugsweise nur mit schriftlicher Zustimmung des Fränkischen Albvereins erlaubt. 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.

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. Vorsitzender: 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, Weingasse 10, 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, heidmueller@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, Bachstr. 25, 90613 Großhabersdorf, Tel. 09111-7395541, 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 Rohjahn, 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





Werbeartikel

in der Geschäftsstelle

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

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, Wiesenweg 13, 90571 Schwaig, A.Gehrt@moritzberg.info
 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, 90453 Nürnberg, 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 SV Nürnberg Reichelsdorf, Schlößleinsgasse 9, 90453 Nürnberg, Tel. 0911-96449667

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

Ehrenvorstände: Adolf Dremel

Postanschrift: Geschäftsstelle Reichelsdorfer Haupstr. 131, 90453 Nürnberg

Bankverbindung: auf Anfrage



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

1. Vorsitzende: Christine Karl-Peters, Hahnenweg16, 91220 Schnaittath, 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 Schnaittath, 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: zur Zeit nicht besetzt

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

Vorstand@fav-schwabach.de

Schriftführerin (komm.): Esther Segitz-Fäte

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

Wanderwart (komm.): Roland Rikirsch, wanderwart@fav-schwabach.de

Naturschutzwart: zur Zeit nicht besetzt

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

Jugendwartin: zur Zeit nicht besetzt

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



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

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

Belegungsplan auf unserer Website:

www.fraenkischer-albverein.de/wanderheim-hohenstein
Anmeldeformular • Flyer Wanderheim • PanoramaansichtGastraum

Geschäftsstelle Fränkischer Albverein e.V. Bund, Heynstr. 41
90443 Nürnberg, 0911-42 95 82, Fax-42 95 92
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