



NATURPARK-  
ERLEBNIS



## Naturparke im VGN

Teil 1

Naturparke Haßberge,  
Frankenhöhe und  
Fränkische Schweiz - Frankenjura



Verkehrsverbund Großraum Nürnberg



metropolregion nürnberg

KOMMEN. STAUNEN. BLEIBEN.

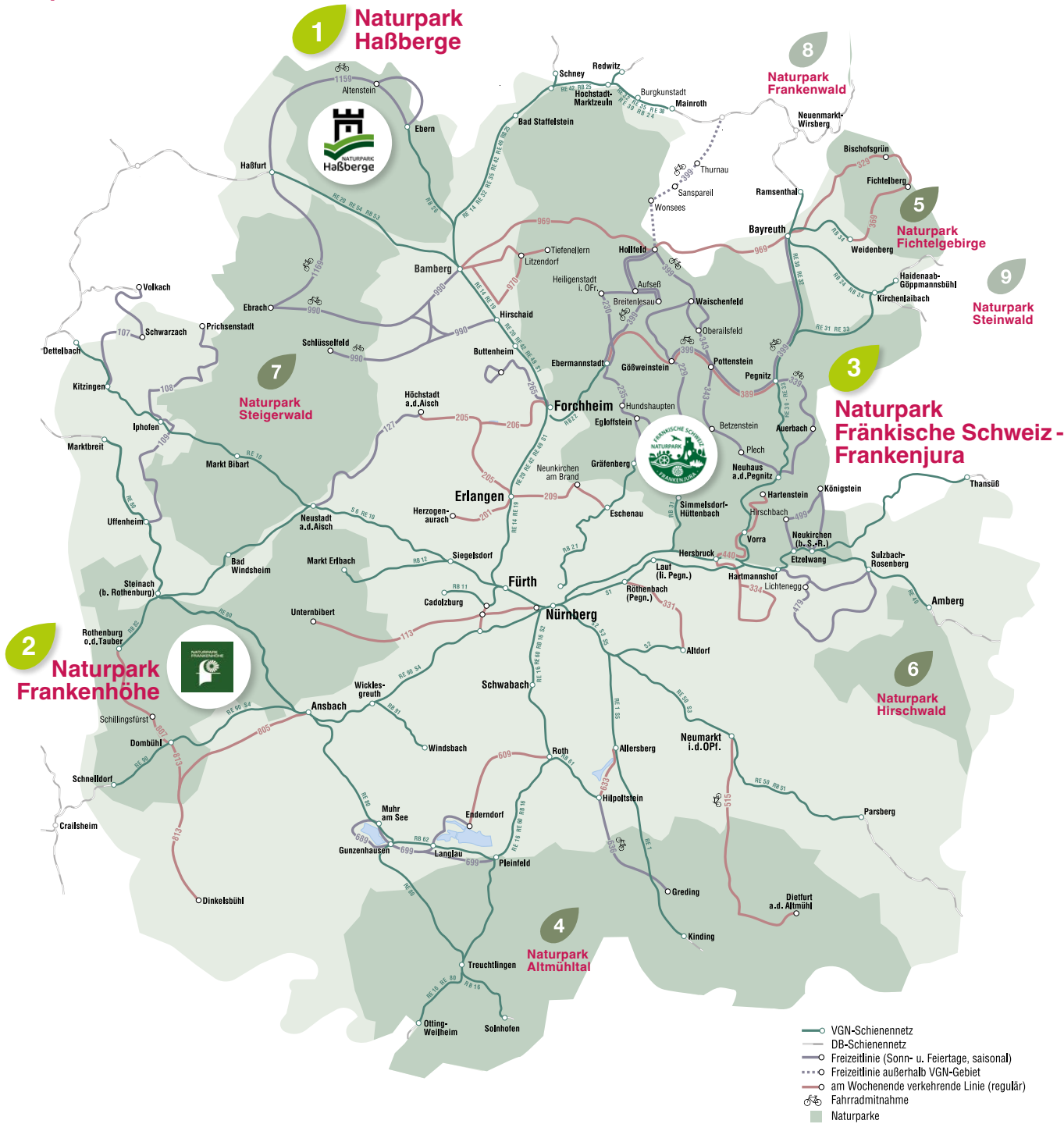


NATURPARK-  
ERLEBNIS



Du willst neue Horizonte sehen?  
Wilde Orchideenwälder entdecken und  
Höhlen erforschen? Du willst raus da in  
die Natur und in dein Outdoor-Erlebnis  
mit allen Sinnen?  
Gut. Wir haben nur auf dich gewartet.

**Komm' jetzt mit in dein  
Naturpark-Erlebnis im VGN!**



Inhalt

<b>1</b>	<b>Naturpark Haßberge</b> .....	10–15
<b>2</b>	<b>Naturpark Frankenhöhe</b> .....	16–21
<b>3</b>	<b>Naturpark Fränkische Schweiz-Frankenjura</b> .....	22–27
	Naturparkzentren .....	28–29
	Die Europäische Metropolregion Nürnberg .....	30–31
	Die VGN-Freizeit Tipps – Abenteuer direkt vor der Haustür .....	32–33

Weitere Naturparke im Verbundgebiet

- 4** Naturpark Altmühltal
- 5** Naturpark Fichtelgebirge
- 6** Naturpark Hirschwald
- 7** Naturpark Steigerwald
- 8** Naturpark Frankenstein (vgl. ab 2024 im VGN)
- 9** Naturpark Steinwald (vgl. ab 2024 im VGN)

## Natur erleben mit allen Sinnen, für alle Menschen



### **Mel, 8 Jahre, die in Zukunft berühmteste Höhlenforscherin der Welt:**

*Mel träumt nachts oft von Höhlen.  
Höhlen sind ihre Lieblingssorte, Orte  
ihrer geballten Fantasie. Sie will mal*

*Höhlenforscherin werden. Papa hat ihr deswegen eine  
Stirnlampe geschenkt. Mit der sitzt sie jetzt jeden Abend  
im Zelt in ihrem Kinderzimmer und träumt sich in die  
Dunkelheit. In die flüsternden Tiefen des Tropfsteins.  
In die Mysterien unter Tage.*

*Was sie noch nicht weiß: Direkt bei ihr um die Ecke, kaum  
eine Zugstunde entfernt, wird ihr Traum Wirklichkeit!  
Im Naturpark Fränkische Schweiz - Frankenjura nämlich.  
Da gibt es über 2.000 Höhlen – das höhlenreichste  
Gebiet in ganz Deutschland. Papa hat das TagesTicket  
Plus für das Wochenende schon gekauft. Und der VGN  
hat genau die passende Naturparktour für die angehende  
Höhlenforscherin.*



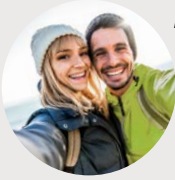
### **Helmut, 63, genussverliebt und urgemächlich:**

*Helmut wandert gerne. Noch lieber  
setzt er sich aber hin. Auf Bänke am  
Waldrand etwa. Oder an Tische im*

*Schatten alter Linden in Biergärten. Er setzt sich dann  
hin und guckt einfach. Genießt. Am liebsten mit Bier und  
Brotzeit vor der Nase. Helmut lässt sich von der Outdoor-  
Geschäftigkeit anderer nicht beeindrucken.  
Er ist nämlich der Meinung, dass es ganz zentral fürs  
Wandern im Speziellen und fürs Leben im Allgemeinen  
ist, zu genießen.*

*Und Helmut hat für seine Genuss-Philosophie genau das  
Richtige gefunden: die VGN-Naturparktouren.  
Feinste Landschaften, genussvolle Rundumblicke und vor  
allem: Köstliches am Wegrand – regionale Spezialitäten,  
kühles Bier, vollmundige Weine. Ausführlich beschrieben,  
einfach abzulaufen, bequem zu genießen!*





**Lisa & Jesse, 32 & 33, outdoor-begeisterte Sportskanonen (immer atemlos, immer auf dem Sprung):**

*Alright, wir müssen weiter. Gleich fährt der Bus. Der bringt uns an den Felsen.*

*Dann Nature-Spot-Hopping mit der VGN-Freizeitlinie. Und morgen mit den Bikes rauf auf den Berg, danach Kanufahrt! Wird mega! Und – haben wir alles dabei? TagesTicket Plus – Check. Trinkflaschen – Check. VGN-App runtergeladen? Done! Also, auf nach draußen!*

*Für mehr haben Lisa und Jesse auch schon keine Zeit mehr, denn: Sie sind auf dem Sprung in die VGN-Freizeitlinie, die sie direkt ins Outdoor-Paradies in den Naturpark Fränkische Schweiz - Frankenjura bringt. Na dann, auf ins Abenteuer mit dem VGN!*

## **Nachhaltige Natur-Erlebnisse: die VGN-Naturparktouren**

*Der VGN bringt die Menschen nach draußen. Bequem, flexibel und nachhaltig. Und was könnte mehr Outdoor sein als die Naturparke, wovon sich ganze 9\* im VGN-Gebiet und innerhalb der Metropolregion Nürnberg befinden – von insgesamt 19 in Bayern!*

*Gemeinsam mit den Naturparks und deren Rangerinnen und Rangern schicken wir dich in dein ganz persönliches Naturpark-Erlebnis im VGN. In den Jahren 2023 bis 2025 stellen wir jeweils drei bis vier der Naturparke inklusive der VGN-Naturparktouren exklusiv vor. Die erste dieser Broschüren hältst du in diesem Moment in den Händen – Glückwunsch, viel Freude beim Stöbern und natürlich beim Erforschen und Erleben der Naturparke!*

***Komm' mit auf deine VGN-Naturparktour!***

\* vorbehaltlich Verbundraumerweiterung 2024





## 1 Naturpark Haßberge

Sonnige Weinhänge für sommerliche Sundowner, farbenfrohe Wildblumenwiesen und -Weiden mit knallbunt gefärbten Orchideen. Daneben: uralte Weinbergterrassen und Streuobstbestände voller versteckter Lebensräume für seltene Tier- und Pflanzenarten. Wildkatze, Schwarzstorch und Feuersalamander bewohnen die vielfältigen Mischwälder. Im zertifizierten „**Qualitäts-Naturpark**“ **Haßberge** findet sich ein einzigartiges Mosaik verschiedenster Landschaftsstrukturen und Lebensräume. Deren Zusammenspiel macht die Vielfalt des Naturparks aus. Mehr als die Hälfte seiner Fläche ist mit Wald bedeckt. Durch den ziehen sich zahlreiche Naturerlebnispfade, die Groß wie Klein auf Expedition schicken. Dazwischen: malerische Fachwerkdörfer, historische Städte und Panorama-Blicke satt – zwischen Königsberg in Bayern und Zeil am Main. Das Markenzeichen „**Deutscher Burgenwinkel**“ tragen die Haßberge nicht umsonst. Um die alten Gemäuer und mystischen Sandsteinfelsformationen tief im Wald versteckt ranken sich allerlei Mythen und Sagen. Und davon gibt es zuhauf: Zahlreiche vorgeschichtliche Fliehburgen, faszinierende Burgruinen und vielgestaltige Schlösser wollen erkundet, erforscht und erlebt werden. Fazit: Der Naturpark Haßberge ist (noch) ein Geheimtipp zwischen Naturerlebnis, kulinarischem Genuss und historischen Höhepunkten.



*Die Haßberge sind eine wunderschöne, mystische, faszinierend vielfältige Region mit zahlreichen Natur- und Kulturschätzen – die es gleichzeitig zu bewahren und achtsam zu entdecken gilt. Wir sind das „Land der Burgen, Schlösser und Ruinen“ ebenso wie das „Land der Vielfalt“, in dem es für jede und jeden etwas Besonderes zu erleben gibt.“*

Rangerin Katja Winter



### Naturpark Haßberge

Robert-Koch-Straße 2, 97461 Hofheim i. Ufr.

E-Mail: [info@naturpark-hassberge.de](mailto:info@naturpark-hassberge.de)

[naturpark-hassberge.de](http://naturpark-hassberge.de)

*Info: Das Naturparkzentrum für Königsberg in Bayern befindet sich derzeit in der Ausarbeitung; geplante Eröffnung ist 2025.*



Auf geht's!

## VGN-Naturparktour: Mit dem Burgenwinkel-Express in die Haßberge

- **Länge:** ca. 14 km
- **Dauer:** ca. 5 Std.
- **VGN-Linien:** **1152** **1159** **1186**



vgn.de/wandern/burgenwinkel-hassberge

Weite Wiesentäler, sanft-grüne Hügel und Wälder satt, dazwischen Ruinen und Burgen – und ganz viel Horizont. Diese VGN-Naturparktour basiert auf dem VGN-Freizeitipp „Mit dem Burgenwinkel-Express in die Haßberge“ und führt auf verwünschten Pfaden quer durch die landschaftlichen Highlights des Naturparks. Los geht es auf dem Hochplateau der Haßberge, im Örtchen **Manau**. Das ist von Haßfurt **R** oder Ebern **R** aus bequem mit der VGN-Freizeitlinie **1159** Burgenwinkel-Express zu erreichen (werktags normaler Linienverkehr).

Mit der **Bettenburg** wartet ein historisches Highlight und **das Wahrzeichen der Haßberge** gleich zu Beginn der Tour auf. Hier rief der „letzte Ritter des Frankenlandes“ die Geistesgrößen des 19. Jahrhunderts zur Tafelrunde zusammen und schuf einen Landschaftspark nach englischem Vorbild – zum Flanieren und Sinnieren. Der steht heute allen offen und versprüht Ritter-Romantik.

Auf Jägerpfaden geht es anschließend hinauf auf die Haßberghöhen mit ihren artenreichen Mischwäldern. Umgeben von Grün führen knorrige Waldwurzelpfade immer bergan – bis hinauf zur **Schwedenschanze mit Aussichtsturm** und Weitblickgarantie. Immer wieder tun sich Blickachsen auf, streckenweise wird der Weg zum echten Panoramapfad.

### Schon gewusst?

- *Viele der pittoresken Schlösser in den Tälern sind noch heute bewohnt.*
- *Im Naturpark Haßberge treffen sich Bier- und Weinfranken (Prost darauf!)*

- *Artenvielfalt, aber wie!*

*Die zahlreichen Streuobstwiesen im Naturpark Haßberge sind die „Korallenriffe“ Bayerns – so viel geballte Lebensvielfalt ist dort zu finden.*

Je nach Jahreszeit steht der Raps saftig tiefgelb in der hügeligen Landschaft bei Eichelsdorf.

Jenseits des Bergtrails, oben auf der Schwedenschanze auf 487 Meter Höhe, lohnt sich eine Brotzeit an einem der Tische der Dr.-Krahmer-Hütte.

Entlang steiler Wiesenhänge und wilder Hohlwege geht es weiter zum nächsten Highlight: dem **Burgstall Rottenstein**. Die ehemalige Veste, heute eine abgegangene Spornburg, wurde nach ihrer Zerstörung im Bauernkrieg nicht wieder aufgebaut und ist heute bis auf wenige Geländespuren verschwunden. Unbedingt lohnenswert: der Weitblick nach Südwesten bis ins Haßberge-Vorland. Dafür zum Brotzeitisch links des Weges hochsteigen!



An uralten Eichen und abwechslungsreichen Weideflächen entlang führt die Tour schließlich hinab ins historische **Hofheim**. Mit seiner mittelalterlichen Stadtmauer, den Wehrtürmen und den restaurierten Fachwerkhäusern ein feiner kulturhistorischer Abschluss dieser VGN-Naturparktour.

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

**schau an!**

## Naturpark Haßberge



- i** • 804 Quadratkilometer groß
- Gelegen im nördlichsten Teil des fränkischen Keuperlandes
- Eine der vielfältigsten Mittelgebirgslandschaften Deutschlands
- ★** • Über 20 vorgeschichtliche Fliehburgen, 15 Burgen und 26 Schlösser
- Malerische Stadtbilder im Fachwerkstädtchen Königsberg in Bayern u. a.
- Naturerlebnispfade für Groß und Klein
- Wildorchideen auf bunten Wildblumenwiesen und Streuobstlagen
- Bier- und Weingenuß



Naturparkzentrum Haßberge, Königsberg i. Bay.

*Das Naturparkzentrum für Königsberg in Bayern befindet sich derzeit in der Ausarbeitung; geplante Eröffnung ist 2025.*



### Original Regional – Genussstipps aus der Metropolregion Nürnberg

- Auenland Beef  
Aurachsmühle 1, 97461 Hofheim i. UFr.
- Brauerei Michael Raab  
Johannisstraße 11, 97461 Hofheim i. UFr.
- Obstkellerei Ehrlinger  
Eichelsdorfer Str. 8, 97461 Hofheim i. UFr.



**R** Haßfurt, Ebern, Zeil am Main, Ebelsbach

**Bus** Königsberg i. Bay., Hofheim i. UFr., Altenstein



### Weitere VGN-Freizeitstipps im Naturpark, z. B.:

**Burgenwinkel-Bike-Tour in den Haßbergen**

Ebern – Königsberg i. Bay. – Haßfurt

**Von Ebern in den Burgenwinkel Haßberge**

Ebern – Ruine Rotenhan – Ruine Lichtenstein – Sagenpfad – Ebern





## 2 Naturpark Frankenhöhe

Schäfchen zählen geht im Naturpark Frankenhöhe ganz hervorragend. Zwischen der Hügellandschaft des Rangau im Osten des Naturparks und den waldreichen Berggrücken der namensgebenden Frankenhöhe im Westen und Norden blitzen die weißen Wollknäuel immer wieder hervor. Die weiten Grünlandflächen wurden traditionell beweidet und sind heute reich an seltenen Arten. Eine Kulturlandschaft – aber im Einklang mit der Natur.

Ökologisch wertvolle Landnutzungsformen wie **Streuobstwiesen**, **Hutewälder** oder eben die **Schafbeweidung** lassen sich noch heute im Naturpark erleben. Charakteristisch ist das **abwechslungsreiche Landschaftsbild** mit Mischwäldern, Flüssen und Bächen sowie Trockenbiotopen. Am besten lassen sich diese Vielfalt und Fülle zu Fuß auf einem der vielen Wanderpfade und Wald- und Wiesenwege entdecken. Und das in einer Ruhe und Stille, die ihresgleichen sucht. Denn: Der Naturpark Frankenhöhe gehört zu den am dünnsten besiedelten Gebieten Bayerns. Wildromantische Naturlandschaften gefällig? Dann ab ins Taubertal. Instagramable Panoramablicke gesucht? Dann hoch auf die Höhe – Richtung Windsheimer Bucht und Hohenloher Ebene fallen die Bergflanken teils steil ab.

Und geben den Blick frei auf dieses pastorale Gemälde à la Naturpark Frankenhöhe. Kurzum: eine echte Outdoor-Schatzkiste – nicht nur für Schaf-Fans und Stille-Suchende!

„

*Unsere Streuobstwiesen zeigen deutlich, dass die Bedürfnisse des Menschen nach leckerem Saft und der Schutz der ökologischen Vielfalt manchmal überraschend deckungsgleich sind.“*

Ranger  
Benjamin Krauthahn

**RANGER** Naturparks  
in Bayern



**Naturpark-Ranger**

**Naturpark Frankenhöhe**

Am Kirchberg 4, 91598 Colmburg




E-Mail: [info@naturpark-frankenhoehe.de](mailto:info@naturpark-frankenhoehe.de)

[naturpark-frankenhoehe.de](http://naturpark-frankenhoehe.de)



Auf geht's!



## VGN-Naturparktour: Über die Gumbertushütte nach Leutershausen

- **Länge:** ca. 18 km
- **Dauer:** ca. 4,5 Std.
- **VGN-Linien:**   RE 90 



vgn.de/wandern/  
gumbertushuette\_leutershausen

Weite Himmel über buntem Land. Safrangelbe Äcker, tiefgrüne Waldstücke, idyllische Weiher und Wiesen im Wind. Und das in rascher Abfolge, kleinteilig und abwechslungsreich. Diese Tour führt hinein ins Herz der Stille des **Naturparks Frankenhöhe**.

In **Ansbach**, das mit dem VGN bequem und schnell zu erreichen ist, nimmt man in der Nähe des Bahnhofes den Bus  bis zum Startpunkt, der  **Bocksberg-siedlung Ost**.

In Serpentin, zuerst auf Stufen, dann entlang einer gepflasterten Straße, windet sich der Weg den Hang hinauf. Auf dem Bergrücken geht es immer bergan, bis zum Höhenweg. Durch bunten Mischwald unter schattenspendenden Baumkronen, unterbrochen von lichten Öffnungen mit Blick hinaus ins weite Land, führt die Wanderung gen **Gumbertushütte**.



Schon gewusst? St. Gumbertus war ein fränkischer Edelfreier, der um 748 am Zusammenfluss der Rezat und des Onoldsbaches ein Marienkloster errichten ließ, dessen Mönche der benediktinischen Ordensregel „ora et labora“ („bete und arbeite“) folgten.

### Schon gewusst?

- *Wo die Sonne lacht – der Naturpark Frankenhöhe gehört zu den sonnenreichsten Gebieten Bayerns.*
- *Auszeit vom Trubel – das Gebiet des Naturparks gehört zu den am dünnsten besiedelten Regionen Bayerns.*
- *Invictus à la Frankenhöhe: Die Burg Colmburg, zwischen Ansbach und Rothenburg ob der Tauber, wurde niemals erobert.*

Die Gumbertushütte ist übrigens die einzige Einkehrmöglichkeit auf der Tour. An Wochenenden und Feiertagen, wenn die Hütte geöffnet hat, sollte man sich hier also ordentlich stärken. Oder Vesper und Getränke selbst mitnehmen!

Es ist aber gerade diese karge Besiedelung, die den Reiz der Gegend ausmacht. Wer Stille im Naturerlebnis sucht, der wird hier mehr als fündig. Weiter geht es zum **Naturdenkmal Kreuzeiche**: durch Wälder, Wiesenschneisen und winzige Weiler bis zum pittoresken **Schloss Rammersdorf**.

Die barocke Wasserschlossanlage wird seit 1571 von den Freiherren von Eyb bewohnt und bewirtschaftet.

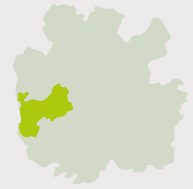


Zwischen Weihern führt der Weg schließlich hinein ins historische **Leutershausen**. Im **Ortsteil Wiedersbach** wartet die **S R**-Station mit Anbindung Richtung Nürnberg schon und bringt die Wandernden bequem und nachhaltig zurück in den Verbundraum.

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

schau an!

## Naturpark Frankenhöhe



- i** • 1100 Quadratkilometer groß
- Gelegen südlich, östlich und nord-östlich von Rothenburg ob der Tauber
- Der Bogen um das obere Altmühltal ist Teil der Europäischen Hauptwasserscheide
- ★** • Charakteristische Flusstäler wechseln sich ab mit bewaldeten Höhen
- Bunt: Die Streuobstwiesen an den Hängen des Rangau und der Frankenhöhe
- Der Qualitätswanderweg „Europäische Wasserscheide“ – die VGN-Naturparktour folgt diesem in Teilen!
- Archaisch: Überbleibsel der historischen Waldnutzungsform des Hutewaldes
- Imposante Riesen: Uralte Eichen als Wächter der Artenvielfalt
- 👑** • **Original Regional – Genussstipps aus der Metropolregion Nürnberg**
- Gasthaus „Zum Mohren“  
Pfarrstraße 9, 91522 Ansbach
- Hotel & Restaurant Schwarzer Bock  
Pfarrstraße 31, 91522 Ansbach
- ➔** **S** Ansbach, Dombühl
- R** Burgbernheim, Dombühl, Dietersheim, Rothenburg o. d. T., Oberdachstetten, Markt Erlbach
- Bus** Colmberg, Dietershofen



### Weitere VGN-Freizeitipps im Naturpark, z. B.:

**Über die Europäische Wasserscheide zum Langskeller**  
Oberdachstetten – Wildbad

**Durch den Naturpark Frankenhöhe**  
Dombühl – Schillingsfürst – Rothenburg o. d. T.



### 3 Naturpark Fränkische Schweiz - Frankenjura

Heute vor 140 Millionen Jahren. Ein flaches, warmes Meer bedeckt das heutige Gebiet des Naturparks Fränkische Schweiz - Frankenjura. Und schafft schon damals die Grundlage für die **bizarren Felsformationen und mystischen Landschaften** des Landstrichs. Ein paar Millionen Jahre später: Der Naturpark liegt mitten im Karstgebiet. Und damit im Mekka für kleine und große Höhlenforscherinnen und -forscher, Kletter-Ambitionierte und überhaupt Outdoor-Fans mit Vorliebe für naturrustikale Optik, urige Gaststätten und unberührte Natur. Die biologische Vielfalt ist enorm: **Halbmagerrasen, über 40 (!) Orchideenarten, endemische Mehlbeerenarten, Wälder bis zum Horizont.** Das Abenteuer-Potential ebenso: Mit über **2.000 Höhlen** ist der Naturpark das höhlenreichste Gebiet in ganz Deutschland.

Hier lohnt es sich, Zeit mitzubringen, um all die Ecken, Nischen, Grotten, Höhlen, Felskanten und Waldlichtungen auch gebührend entdecken zu können. Mit der felsigen Vielfalt ist der Naturpark Fränkische Schweiz - Frankenjura außerdem ein Mekka mit internationalem Ruf für Kletterinnen und Kletterer.

Aber es lässt sich ebenso gut wandern, Rad fahren oder einfach nur bei regionalen Köstlichkeiten und kühlem Bier in einem der vielen Naturparkhöfen in die Landschaft gucken. Fazit: Naturparkgenuss für alle!



*Zeit in der Fränkischen ist für mich in aller Stille staunen und die faszinierende Natur genießen.“*

*Rangerin Christine Berner*




**Naturpark Fränkische Schweiz - Frankenjura**  
Lohweg 2, 91278 Pottenstein/Kirchenbirkg  
E-Mail: [poststelle@naturpark.info](mailto:poststelle@naturpark.info)  
[naturparkinfo.de](http://naturparkinfo.de)



Auf geht's!



## VGN-Naturparktour: Der Birglandtrail



- **Länge:** ca. 18 km
- **Dauer:** ca. 5 Std.
- **VGN-Linien:** 



vgn.de/wandern/birglandtrail

Rauf und runter. Das ist hier Programm.

Die **VGN-Naturparktour „Der Birglandtrail“** führt an moosbewachsenen Felsen und uralten Gemäuern und Burgruinen entlang, durch Zauberwälder und auf Orchideenpfaden. Ein Outdoor-Juwel direkt vor Nürnbergs Haustüre, das durchs ursprüngliche Högenbachtal und wildromantische Schottental tief hineinführt ins Herz des Frankenjuras. Besonders (er)wandernswert: die Variante durch das Schottental mit seinen idyllischen Mühlen-Szenarien.

Dazu mit der **VGN-Freizeitlinie ** (Happurger-Stausee-Express) bis zum Ausstieg  **Regelsmühle** fahren. An der **Claramühle** vorbei geht es an einem plätschernenden Bächlein entlang, zunächst tief in den Wald hinein, dann hinaus auf weite Flur und auf ins bildhübsche **Schottental**. Durch das Örtchen **Wüllersdorf** führt der Weg auf Waldpfaden und Wiesentrassen bis nach **Fürnried**, wo er auf den Birglandtrail-Hauptweg stößt.

Für Hobby-Historikerinnen und -Historiker und Geschichtsfans lohnt sich hier ein Abstecher in das **Johann-Flierl-Museum**. Die Route führt weiter – erst steil bergab, dann bergan. An Pappeln entlang und aus dem Ort hinaus, kommt bald das rustikal-feinste Stück der Wandertour. Wurzelig-knorrig geht es bergauf, bergan auf schmalen Pfaden. Oben auf dem Bergkamm trifft der Pfad auf den „**Zauberwald-Orchideen-Weg**“.

### Schon gewusst?

- *Der Naturpark ist Lebensraum für 43 Orchideenarten – und damit für mehr als die Hälfte des gesamtdeutschen Arteninventars.*
- *Mit mehr als 2.000 Höhlen ist der Naturpark das höhlenreichste Gebiet Deutschlands.*
- *Die seltenste Baumart der Welt wächst bei uns im Naturpark: die Leutenbacher Mehlbeere (*Sorbus hohenesteri*).*

Der Name ist Programm: Von Mai bis Juni blüht hier der **Gelbe Frauenschuh** – eine seltene botanische Schönheit. Und das in einem Farbenmeer zauberhafter Begleitpflanzen: die Blaue Akelei, das Schwarzfruchtige Christophskraut und viele andere Orchideenarten. An Felsformationen vorbei, passiert der Trail den **Kronberg** – ab hier geht es nur noch bergab.

Auf dem Weg: die rund 700 Jahre alte **Burgruine Lichtenegg** – inklusive Einkehrmöglichkeit. Auf Wiesenpfaden entlang Lama- und Alpaca-Weiden folgt ein Panorama-Abstieg vom Feinsten. Und unten erwartet die Wandernden schon das kulinarische Finale der Tour: das Gasthaus „Zum Alten Fritz“ mit regionalen und mehrfach ausgezeichneten Spezialitäten, flankiert vom namensgebenden Dolomit- und beliebten **Aussichtsfelsen „Alter Fritz“**. Benannt nach seiner – unterstellten – Ähnlichkeit zum Preußenkönig Friedrich dem Großen.

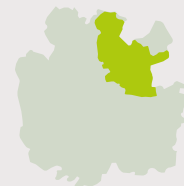




Die letzten Kilometer führen auf ebenen Graswegen durch das idyllische **Högenbachtal**, gesäumt von halbversteckten Ruinen und rauschenden Karstquellen. Am Ziel, im Bahnhofsgebäude **Hartmannshof**, lädt das **Vorgeschichtsmuseum Urzeitbahnhof** zu einem finalen Abstecher.

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

schau an!

## Naturpark Fränkische Schweiz - Frankenjura





-  • 2310 Quadratkilometer groß
- Der gesamte Naturraum „Nördlicher Frankenjura“ vom Obermaintal bei Lichtenfels bis zum Pegnitztal bei Hersbruck ist abgedeckt
- Der Naturpark liegt mitten im Karstgebiet mit seinen bizarren Felsformationen und Höhlen
-  • Regionale Spezialitäten der Naturparkhöfe ([naturparkhoefe.de](http://naturparkhoefe.de))
- Auf dem Gebiet des Naturparks befinden sich rund 70 Brauereien
- Mekka für Outdoor-Sport: vom Klettern übers Kanufahren bis hin zum Mountainbiken
- Einzigartige Biosphären
- Tipp: ein Spaziergang über Streuobstwiesen in Europas größtem Süßkirschen-Anbaugebiet



### Original Regional – Genussstipps aus der Metropolregion Nürnberg

- Gasthof und Metzgerei „Zum Alten Fritz“ Hauptstraße 39-41, 91249 Weigendorf
- Biolandhof und Obstpresse Heldrich Frechetsfeld 15, 92262 Birgland
- Kaffeerösterei Janzen Bergstr. 11, 92278 Illschwang



-  Gräfenberg, Ebermannstadt, Forchheim, Neukirchen b. S.R., Neuhaus a. d. Peg., Pegnitz
-  Pottenstein, Tiefenellern, Hirschbach i. d. Opf.



### Weitere VGN-Freizeittipps im Naturpark, z. B.:

**Vom Pegnitz- ins Hirschbachtal**  
Geißkirche – Windloch – Hirschbach – Etzelwang

**Zum Staffelberg – dem Berg der Franken**  
Bad Staffelstein – Staffelberg – Lichtenfels

## Naturparkzentren

### 1 Naturpark Haßberge

Robert-Koch-Straße 2, 97461 Hofheim i. Ufr.  
E-Mail: [info@naturpark-hassberge.de](mailto:info@naturpark-hassberge.de)  
[naturpark-hassberge.de](http://naturpark-hassberge.de)



Das Naturparkzentrum für Königsberg in Bayern befindet sich derzeit in der Ausarbeitung; geplante Eröffnung ist 2025.

**R** Haßfurt, weiter mit **1152**

### 2 Naturpark Frankenhöhe

Am Kirchberg 4, 91598 Colmberg  
E-Mail: [info@naturpark-frankenhoehe.de](mailto:info@naturpark-frankenhoehe.de)  
[naturpark-frankenhoehe.de](http://naturpark-frankenhoehe.de)



**S** **R** RE 90 bis Ansbach, weiter mit **731** **732**

### 3 Naturpark Fränkische Schweiz - Frankenjura

Muggendorf am alten Bahnhof  
E-Mail: [poststelle@naturparkinfo.de](mailto:poststelle@naturparkinfo.de)  
[naturparkinfo.de](http://naturparkinfo.de)



**R** RB 22 bis Ebermannstadt,  
weiter mit **389** (Wiesenttal-Express)

### 4 Naturpark Altmühltal

Notre Dame 1, 85072 Eichstätt  
E-Mail: [info@naturpark-altmuehltal.de](mailto:info@naturpark-altmuehltal.de)  
[naturpark-altmuehltal.de](http://naturpark-altmuehltal.de)



### 5 Naturpark Fichtelgebirge

Jean-Paul-Straße 9, 95632 Wunsiedel  
E-Mail: [info@naturpark-fichtelgebirge.org](mailto:info@naturpark-fichtelgebirge.org)  
[naturpark-fichtelgebirge.org](http://naturpark-fichtelgebirge.org)



### 6 Naturpark Hirschwald

Hauptstr. 4, 92266 Ensford  
E-Mail: [info@naturparkhirschwald.de](mailto:info@naturparkhirschwald.de)  
[naturparkhirschwald.de](http://naturparkhirschwald.de)



Das Naturparkzentrum Hohenburg befindet sich derzeit in Planung; geplante Eröffnung ist 2026.

**R** bis Amberg, weiter mit **454**

### 7 Naturpark Steigerwald

Hauptstraße 7  
91443 Scheinfeld  
E-Mail: [info@steigerwald-naturpark.de](mailto:info@steigerwald-naturpark.de)  
[steigerwald-naturpark.de](http://steigerwald-naturpark.de)



**R** RE 10 bis Markt Bibart, weiter mit **141**

### 8 Naturpark Frankenwald

Blechtschmidtenhammer 1  
95192 Lichtenberg  
E-Mail: [naturpark.frankenwald@lra-kc.bayern.de](mailto:naturpark.frankenwald@lra-kc.bayern.de)  
[naturpark-frankenwald.de](http://naturpark-frankenwald.de)



### 9 Naturpark Steinwald

Marienstraße 41  
95689 Fuchsmühl  
E-Mail: [info@naturpark-steinwald.de](mailto:info@naturpark-steinwald.de)  
[naturpark-steinwald.de](http://naturpark-steinwald.de)





## Die Naturparke – grüne Juwelen in der Metropolregion Nürnberg

Wirtschaftlich stark, kulinarisch bunt, landschaftlich vielfältig. Die Metropolregion Nürnberg umfasst 23 Landkreise und 11 kreisfreie Städte in Mittelfranken, Oberfranken sowie in Teilregionen Unterfrankens, der Oberpfalz und Thüringens. Insgesamt leben rund 3,6 Millionen Menschen in der Metropolregion. Mit einem Bruttoinlandsprodukt von 148 Milliarden Euro zählt sie zu den wirtschaftsstärksten Räumen Deutschlands.

Aber nicht nur wirtschaftlich hat die Metropolregion Nürnberg einiges zu bieten, sondern sie besticht auch durch die Vielfalt ihrer Landschaften. Außer Meer und Hochgebirge gibt es eigentlich alles: Mittelgebirge und Bergwälder, sanfte Hügellandschaften und Flusstäler bis zu Seen- und Teichlandschaften. Herrliche Wanderungen durch urwüchsige Natur oder Kanutouren auf idyllischen Flüssen, Kräutererlebnisse in Bauerngärten, Radwege, Genusstouren oder kulturelle Highlights sind nur einige Highlights der Region, die gleich zehn Naturparke beheimatet.

Mit der Regionalkampagne **Original Regional** werden regionale Produkte durch ein starkes Netzwerk aus 32 Regionalinitiativen, in denen rund 1.500 Anbieter aus der Metropolregion Nürnberg organisiert sind, gefördert. So wurden im Spezialitätenwettbewerb besondere kulinarische Kleinode prämiert und zieren als **Unsere Originale** die Kulinarische Landkarte der Metropolregion Nürnberg. Mehr zu Original Regional, zur Kulinarischen Landkarte und regionalen Produkten unter [original-regional.de](http://original-regional.de).



## Die Metropolregion Nürnberg entdecken!

Grotten in der Fränkischen Schweiz, Streuobstwiesen rund um Burgbernheim, auf den Spuren der alten Römer und stets Tipps für die Rast unterwegs – [heimatlotse.de](http://heimatlotse.de) lädt zum Entdecken der Metropolregion ein. Der **Heimatlotse** liefert Inspiration für Ausflüge zu allen Jahreszeiten und bündelt die Vielfalt an Naherholungs- und Ausflugszielen. Dort gibt es Programmvorschläge für Tagesausflüge mit allen wichtigen Informationen, Heimat-Insidern, gastronomischen Tipps und Wissenswertem zur Region. Mit diesem Rundum-Sorglos-Paket lassen sich kleine Heimatreisen durch die 15 Tourismusregionen der Metropolregion Nürnberg unternehmen.

Unter [metropolregionnuernberg.de](http://metropolregionnuernberg.de) gibt es alle Infos zur Metropolregion Nürnberg.







## Die VGN-Freizeit-Tipps: Abenteuer vor der Haustür

Über 15.800 Quadratkilometer Outdoor-Abenteuer-Potential. Das hat der VGN zu bieten. Wiesen, Wälder, Felder, Felsen, Flüsse, Seen, Städtchen, Berge, Biergärten, Auen, Aussichten – Natur und Draußen-Erlebnis in allen vier Himmelsrichtungen. Zertifiziert und geschützt, denn: 9\* der 19 bayerischen Naturparke liegen im Verbundraum. Und der VGN bringt dich direkt hinein in dein Naturpark-Erlebnis! Wir erbringen den Beweis, dass Abenteuer-Expeditionen nicht ans andere Ende der Welt führen müssen – sondern direkt vor der Haustür warten. Bequem, flexibel – und vor allem nachhaltig!

Dein Schlüssel ins Freizeit-Erlebnis: die **VGN-Freizeitipps**.

Über **350** gibt es mittlerweile davon. Sie führen mitten hinein in die Naturparke, aber auch in Städte, auf Mountainbike-Trails oder auf Familien- oder Genusstouren.

\* vorbehaltlich Verbundraumerweiterung 2024



Alle Touren finden sich online unter [vgn.de/freizeit](https://vgn.de/freizeit) und enthalten Wegbeschreibungen, Kartenmaterial, Infos zu historischen Sehenswürdigkeiten, interessanten Wegpunkten und Einkehrmöglichkeiten. Wer sich inspirieren lassen will: Einfach mal auf dem **YouTube-Kanal** des VGN und auf **Instagram @vgn\_freizeit** vorbeischaun und am besten gleich abonnieren!

Unkompliziert an dein Ticket kommst du übrigens im VGN-Onlineshop [shop.vgn.de](https://shop.vgn.de) oder mit der App **VGN Fahrplan & Tickets**.



**Worauf wartest du noch?**

**VGN-Naturparktour oder -Freizeitipp aussuchen, Ticket lösen und los geht's in dein Abenteuer mit dem VGN!**

### Impressum

**Herausgeber:** Verkehrsverbund Großraum Nürnberg  
**Konzeption, Text, Ausarbeitung:** Nora Beyer, VGN/U. Büscher  
**Konzeption & Gestaltung:** WerbeAtelier Kolvenbach-Post, Nürnberg  
**Bilder:** VGN/U. Büscher, A. Gaspar-Klein, J. Nelhiebel; Naturpark Haßberge/ A. Hub, K. Winter, S. Dörr; Naturpark Frankenhöhe/K. Krauthahn, Romantisches Franken; Naturpark Fränkische Schweiz - Frankenjura/ M. Christé; Metropolregion Nürnberg/ PALUHA Studios, stock.adobe.com/D. Angelini, M. Hoffmann  
**Druck:** PuK Krämmer GmbH, **Auflage:** 29.000 Stück  
**Stand:** 3/2023



# TagesTicket Plus – ... und die Freizeit gehört uns!



**Wochenend-Bonus**  
Am Samstag  
gekauft, ist der  
Sonntag mit drin!

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

Auch online erhältlich mit der App  
**VGN Fahrplan & Tickets** und unter [shop.vgn.de](http://shop.vgn.de)

[tagesticketplus.de](http://tagesticketplus.de)

## Info-Service



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

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



**0911 27075-99**



App für iPhone & Android  
**VGN Fahrplan & Tickets**



### Verkehrsverbund Großraum Nürnberg

Rothenburger Str. 9 • 90443 Nürnberg • Tel. 0911 27075-0

<b>VAG</b>	<b>DB</b> Regio Bayern	<b>ESTW</b> ERLANGEN STADTVERKEHR	<b>Infra</b> fürth	<b>DB</b> OVF
<b>STWB</b> Bayreuth	<b>STADTWERKE</b> Bayreuth	<b>STADTVERKEHR</b> SCHWABACH	<b>GPV</b>	<b>GKV</b>

Partner im VGN