

Gerhard Besenhard

# WANDERFÜHRER REGENTAL

*Die schönsten Touren zwischen  
Regenstauf und Nittenau*



Markt Regenstauf

*Lebensraum  
mit Perspektive*

*Alles im Fluss...*

- **Baden**
- **Bootswandern**
- **Angeln**

**Erholung im Regental  
rund um Regenstauf**

Tourismusbüro Regenstauf  
Bahnhofstr. 15, 93128 Regenstauf  
Tel.: 09402-50976  
markt@regenstauf.de  
www.regenstauf.de

# Bitte

Bitte lärm' nicht kreuz und quer,  
auf und ab im Wald umher.  
Wozu gibt es sich're Wege?  
Denk' an's Wild und seine Hege!  
Zugleich bitte ich um's Eine:  
häng' Dein Hündchen an die Leine!  
Furchtbar ist des Feuers Macht,  
darum gib auf's Zündholz acht!  
Speisereste, Glas, Papier –  
bitte laß das doch nicht hier.  
Zu Natur – und Umweltschutz  
paßt kein Abfall und kein Schmutz!

# Danke

Fremdenverkehrsverein Regental

# Vorwort



Ich werde auf meinen Wanderungen oft gefragt: „Wie kommt man auf die Idee, so was zu machen?“ Eine gute Frage, die ich einfach beantworten kann. Zum einen bin ich sehr gerne in der Natur unterwegs und durchstreife mit Leidenschaft meine Heimat. Zum anderen haben wir bei uns viele Fleckchen, zu denen es eine Geschichte, Sage oder etwas Kurioses zu berichten gibt. Schon oft habe ich Freunden oder Bekannten von solchen Örtchen erzählt und war erstaunt, wie wenig Wissen und Ortskenntnis doch unter den Einheimischen herrscht. Eigentlich schade, dachte ich. So begann ich meine Idee in die Tat umzusetzen und fasste einen Entschluss. Ich bringe die Leute dorthin, erzähle, was war oder ist, zeige die Schönheit unserer Heimat, führe sie durch die Wälder ... Einfach so, darf ich das? Was muss ich machen, dass ich es darf? Es muss doch irgendeine Lizenz, einen Erlaubnisschein, ein Dokument oder Sonstiges geben. Nach einigen Recherchen landete ich bei der ANL Bayern und meldete

mich zu einer Ausbildung zum Zertifizierten Natur- und Landschaftsführer an. Der Name ist Programm, der Ablauf der Ausbildung sagte mir zu, es ließ sich mit meiner Arbeitsstätte vereinbaren und das Ganze war von den Kosten her überschaubar.

Genauso überschaubar war die Teilnehmerzahl meiner ersten Führung. Angemeldet haben sich acht Personen, am Start war dann eine nette junge Frau. „Oh je“, dachte ich, das war also doch keine so gute Idee. Bei der zweiten Tour kam – siehe da – ein Pärchen um die Ecke. Das war, wenn man es genau betrachtet, eine Steigerung um 100 %. Kurzum, irgendwann gab es 36 Anmeldungen, alle sind gekommen, um mit mir die Tour 1, rechts des Regens zu wandern. Geht doch! So kam eines zum anderen. Plötzlich war ich in der Zeitung, bekam Anfragen von Städten und Gemeinden, Vereinen, Schulen, Kindergärten und Firmen.

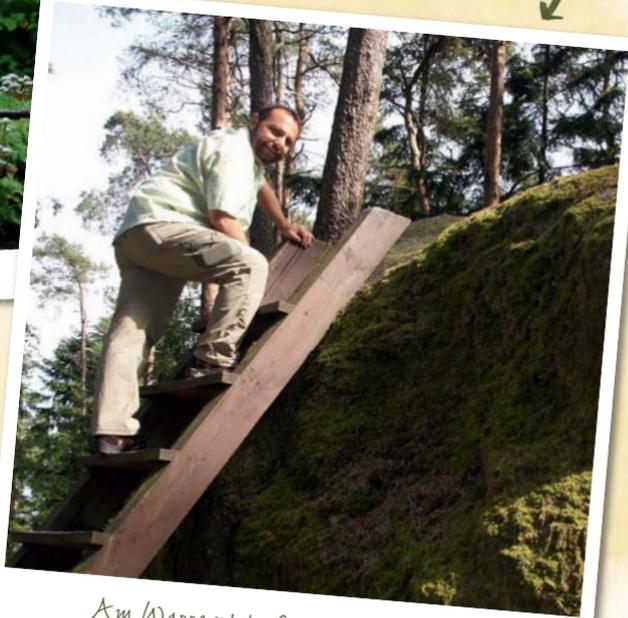
Im Frühjahr 2016 meldete sich auch Frau Bonfissuto vom Battenberg Gietl Verlag aus Regenstauf bei mir. „Es geht um einen Wan-



Der Autor Gerhard  
Besenhard in Action



Es herbstlt scho!



Am Wasserstein (siehe Seite 20)



derführer“. Gut, dachte ich, die wollen eine Führung als Firmenausflug buchen. „Nein“, sagt sie. Sie meinte, es gäbe Nachfragen von Buchhandlungen nach einem ordentlichen Regental-Wanderführer, und wann der Verlag endlich mal einen herausgibt. Ob ich Lust hätte, so etwas zu machen. Also einen schreiben, so als Autor und so. Die Frage kam ein bisschen plötzlich, sodass ich, ehrlich gesagt, verunsichert war. Wir vereinbarten einen Termin im Verlag und es fand ein nettes Gespräch mit Frau Bonfissuto und dem Verlagsleiter Herrn Roidl statt.

Das Endprodukt aus diesem Gespräch halten Sie jetzt in Ihren Händen. Eins kann ich Ihnen sagen, es steckt eine Menge Arbeit in dem kleinen Büchlein, aber es hat sich gelohnt! Ich wünsche Ihnen mit dem „Regental-Wanderführer“ schöne und erholsame Wanderungen.

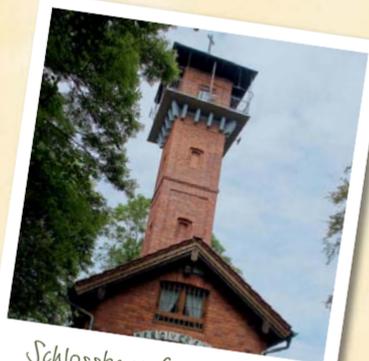
Bleim's fit und gsund!

*Gerhard Besenhard*

# Inhaltsverzeichnis



Dreikreuz (siehe Seite 8)



Schlossberg (siehe Seite 40)

007

## Das Regental

zwischen Regenstauf und Nittenau

008

### Tour 1 · Alte Kreuze, Mord und Natur pur

mittel/schwer | 15 km | 4 Std.

020

### Tour 2 · Auf dem Keltenweg durchs Regental

mittel | 10,5 km | 3 Std.

030

### Tour 3 · Auf den Spuren der Riesen

leicht | 8 km | 2 Std.

040

### Tour 4 · Der Schlossberg von Regenstauf

leicht | 2 km |  $\frac{3}{4}$  Std.

052

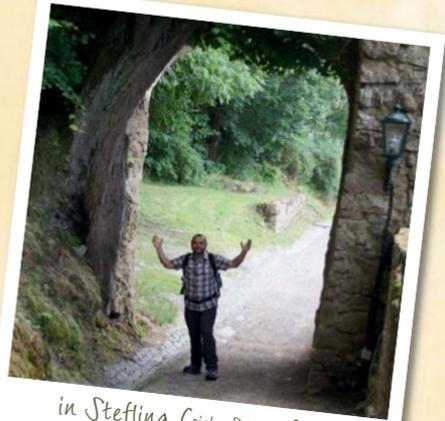
### Tour 5 · Geisterburg Stockenfels – die Bierpanscherwalhalla

leicht | 4 km | 1 Std.





Stockenfels (siehe Seite 52)



in Stefling (siehe Seite 68)



- 060** → Tour 6 · **Rund um das Golddorf Ramspau**  
leicht | 6 km | 1,5 Std.
- 068** → Tour 7 · **Über den Jugenberg zu den Hofern**  
schwer | 13 km | 4 Std.
- 078** → Tour 8 · **Von Marienthal zum Peilstein**  
mittel | 7,5 km | 2,5 Std.
- 086** → Tour 9 · **Zum Bayerwaldblick**  
leicht | 10 km | 2,5 Std.
- 092** → Tour 10 · **Zum Lanzlhof**  
mittel | 10 km | 3 Std.
- 100** → Tour 11 · **Zum Wackelstein**  
mittel | 8,5 km | 2,5 Std.





# Das Regental



## *zwischen Regenstauf und Nittenu*

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

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



# Alte Kreuze, Mord und Natur pur

Mittel/Schwer

15 km

4 Std.

Streckenbeschreibung:

**HIRSCHLING - DREIKREUZ - WEISSES KREUZ - VÖLKL-MARTERL -  
AM REGEN - HIRSCHLING**

Eine gewisse Grundkondition aufgrund der zum Teil anspruchsvollen Steigungen sollte vorhanden sein. Unbedingt festes Schuhwerk (Wanderschuhe/-stiefel) tragen.





- 1 | **Burgstall und Schloss Hirschling:** Vom ehemaligen Burgstall (erbaut um 1200) ist eine fast 15 m breite Mauer erhalten.
- 2 | **Beim Dreikreuz (Scheyerer Kreuz):** Missionare aus dem Kloster Scheyern überbrachten ein sogenanntes Dreikreuz mit drei Querbalken.
- 3 | **Beim Weißen Kreuz:** Das stark verwitterte Kreuz ersetzte Forstmeister Albert Hepp 1966 durch ein neues Kreuz.
- 4 | **Aussichtspunkt zur Burg Stockenfels.**
- 5 | **Das Vökl Marter:** Am 25.08.1944 fand hier eine Bluttat statt.
- 6 | **Alter Steinbruch:** Man kann hier noch die Überreste von einem alten Steinbruch sehen.

Der sehr schön angelegte Dorfplatz von Hirschling liegt zwischen Regen und dem Schloss. Er dient uns als Parkplatz und ist zugleich unser Ausgangspunkt. Wir machen uns auf den Weg. Rechts liegt das Schloss Hirschling ①. Vom ehemaligen Burgstall (erbaut um 1200) ist eine fast 15 m breite Mauer aus zwei Schichten großer Quaderfelsen auf der Nordseite des Schlosses erhalten. Der Umbau zum spätmittelalterlichen Schloss folgte 1697. 1950 folgte eine grundlegende Renovierung und von 1925 bis 1972 wurde das Schloss als Dorfschule genutzt. Links liegt der Gasthof Hartl, der Silbergwend (Straßenname) führt uns durchs Dorf. Angekommen beim Wegkreuz am Burgweg, gehen wir links

und nach einem kurzen Stück geht es rechts in den Kesselweg. Nach dem letzten Haus endet die Asphaltdecke. Die gut begehbbare Forststraße führt uns leicht bergauf bis zu einer Gabelung. Links halten und nach einer kleinen Kuppe kommt auf der linken Seite der letzte von einigen Weihern. Ein Idyll für viele Tiere inmitten des Waldes. Hier lebt der Baumeister der Natur, dessen Spuren rund um den Weiher deutlich sichtbar sind. Der Biber war in Bayern über 100 Jahre ausgerottet. Seit seiner Wiederansiedelung im Jahre 1966 hat er unsere heimischen Gewässer, egal ob Flüsse, Seen oder Weiher, zurückerobert. Weiter dem Weg folgend, bis zur nächsten Gabelung, die 180°-Kurve links bergauf. Jetzt kommt eine weitere Gabelung

Das Schloss Hirschling





## » Ein Idyll für viele Tiere inmitten des Waldes «

wo wir der scharfen Rechtskurve folgen. Es folgt ein sportlicher Anstieg auf der Forststraße, bis wir auf eine Kreuzung stoßen. Links und rechts am Wegesrand begleitet uns von Mai bis August der Fingerhut in den unterschiedlichsten Farbvariationen. Fingerhut enthält vorwiegend in ihren Blättern die hochgiftigen Digitalisglycoside. Es sind besonders Kinder gefährdet, die mit den Blüten oder Blättern spielen und sie dabei in den Mund stecken. Am rechten Wegesrand finden wir einige Hinweisschilder, die uns auf den Urwald „Teufelsgesperr“ aufmerksam machen. Ein 37,2 Hektar großes Waldgebiet, das seit 1978 sich selbst überlassen wird. Die Entwicklung umkehren, hier dürfen Bäume wieder alt werden. Bei der Kreuzung nehmen wir den rechten Weg zum „Dreikreuz“. Beeindruckend ist es schon, das seltsam wirkende Kreuz mit seinen drei Querbalken. Missionare aus dem Kloster Scheyern überbrachten dieses sogenannte „Dreikreuz“. Es wurde damals in der Waldabteilung Starzloh aufgestellt. 1946 fand eine gründliche Renovierung statt. Im Frühjahr 1988 waren das Bodenstück und die Balken derart verrottet, dass es umzufallen drohte.



↪ Biberspuren

Von Mai bis August  
begleitet uns der Fingerhut  
in den unterschiedlichsten  
Farbvariationen. ↘





Das Dreikreuz ↗

Förster Anton Greiler ließ ein gleiches Kreuz herstellen und setzte es auf ein Betonfundament. Nur noch eine der mächtigen Buchen steht neben dem hölzernen Christensymbol, die andere musste wohl wegen Altersschwäche gefällt werden. Links den kur-

zen Waldweg weitergehen, bis wir wieder auf die Forststraße kommen. Es geht bergab, ca. 600 Meter, dann kommt eine scharfe Linkskurve, der wir nicht folgen. Geradeaus geht ein Waldweg weiter, den wir bis zum „Weißen Kreuz“ ☺ gehen. Auch dies galt früher als

## Tourismusverein Regental e.V.



Auf unserer Homepage möchten wir Ihnen die ungewöhnlich **schöne Naturlandschaft des Regentals** in und um Regenstauf zeigen und das Herz dieser Region den Markt Regenstauf vorstellen.

Außerdem finden Sie **viele nützliche Informationen** für schöne Urlaubstage und abwechslungsreiche Unterhaltung.

- **Unterkünfte für Ihren Urlaub in Regenstauf**
- **Örtlichkeiten für ein ausgiebiges Essen**
- **Veranstaltungskalender**
- **Sport- und Freizeitangebote**

Hier kommen Sie  
direkt zur Homepage



[www.tmv-regental.de](http://www.tmv-regental.de)

Orientierungspunkt und lud zu einem Gebet ein. Das stark verwitterte Kreuz ersetzte Forstmeister Albert Hepp 1966 durch ein neues Kreuz. Herr Kienzl aus Maxhütte-Haidhof baute 1987 das zwischenzeitlich erneut verfallene „Weiße Kreuz“ nach und stellte es wieder an der gleichen Stelle auf. Er übernahm dabei die metallene Jahreszahl von 1966. Das „Dreikreuz“ und „Weiße Kreuz“ sind bereits in historischen Karten aus dem Jahre 1830 vermerkt. Jetzt sind wir erneut auf der Forststraße unterwegs, welcher wir vom Kreuz aus links leicht bergab folgen. Wir kommen an einem Funkmasten vorbei. Nicht mehr weit, dann macht der geschotterte Weg eine Linkskurve. Achtung: Halb-

rechts geht ein kleiner Wanderweg (blau markiert) ins Holz und führt uns über eine den Weg querende Forststraße. Sobald wir die beiden kurzen Trampelpfade durch sind, einfach weitermarschieren bis zu einem großen Platz, an dem sich vier Forststraßen treffen. Dieser Platz wird oft zur Holzlagerung und für Verladearbeiten genutzt. Wer nun einen der wenig möglichen Blicke auf die „Burg Stockenfels“ haben möchte, nimmt den rechten Weg, Richtung Südost. Nach ca. 400 Meter macht der Weg einen Rechtsknick. Von hier kann man die im Volksmund als Bierpantsherwalhalla bezeichnete Burg sehr gut sehen ④. Das kurze Stück gehen wir zurück zum großen Platz. Jetzt den ganz



Das Weiße Kreuz →

← Ausblick vom Aussichtspunkt zur Burg Stockenfels





## » Ein alter Wanderweg geht hier rechts in einen märchenhaft wirkenden Wald ... «

linken Weg hinauf bis zur Kuppe, sind so um die 300 Meter. Ein alter Wanderweg geht hier rechts in einen märchenhaft wirkenden Wald, dessen Boden mit Laub bedeckt ist. Inmitten des verträumten Stückchens Erde steht es da, das „Vökl-Marterl“ . Am 25.08.1944 fand hier eine Bluttat statt. Die Inschrift lautet wie folgt: „Sein Blut hat er vergossen, in des Waldes Sand. Er wurde hier erschossen, von feiger Wilderer Hand.“ Unter dem Volke wird gemunkelt, das war ganz anders, als es hier geschrieben steht. Es kann halt nicht sein, was nicht sein darf. So langsam, scheint es, wird es vergessen. Ab und zu liegen ein paar Blümchen, Zapfen, Steine oder andere Funde hier beim Marterl. Hinter dem Gedenkstein stehend, nehmen wir den halbbrechten, unscheinbar wirkenden Weg. Er ist zum Teil nur noch zu erahnen, nicht weit, dann treffen wir auf die geschotterte Straße, welche wir überqueren und den blauen Wanderweg abwärts bis zum Regen wandern. Un-



↪ Das Vökl-Marterl

Märchenhafter Wald ↪





Felswand am Regen ↗



↪ Der alte Steinbruch

Herrlicher Blick auf den Regen





## »Die Natur hat's drauf!«

ten angekommen, kann man links die letzten Häuser von Marienthal sehen. Wir jedoch gehen rechts, sozusagen am rechten Regenufer, zurück nach Hirschling. Einer der schönsten Abschnitte am Regen, was mir schon einige Male von so manchen Mitwanderern meiner geführten Touren bestätigt wurde. Bäume, die auf der Suche nach Licht über den Weg wachsen, und man glaubt, in einen Tunnel zu gehen. Verschnörkelt wachsende Buchen, die wohl durch Angeschwemmtes bei Hochwasser verletzt wurden und erneut ausgetrieben haben. Rechts massive Felswände ⑥. Ihre Farben gehen von Grau bis Rot, von Grün bis Weiß. Man kann hier noch die Überreste von einem alten Steinbruch sehen. Ein großer Betonblock und die glatt abgeschlagenen Felswände sind Zeitzeugen. Bis ca. 1950 wurde hier der Fels abgetragen und zu Schotter für den Straßenbau verarbeitet. Sodann mit einem Seilzugsystem über den Regen ans andere Ufer befördert. Links der Regen, mal sanft dahinschleichend, mal ein reißender Strom, je nach Wasserstand. Die rund geschliffenen Felsen im Fluss wirken, als ob sie jemand

genau platziert hat. Die Natur hat's drauf. In Hirschling kommen wir auf den Burgweg, den wir bis zur Silbergwend folgen, dann links bis zu unserem Ausgangspunkt. Ich bleib meistens noch bei der Anja hängen, die nette und immer gut gelaunte Wirtin vom Gasthaus Hartl. Der kleine, aber feine Biergarten hat auch für die kleinen Gäste eine Ecke zum Spielen parat.

### Essen/Einkehren:

#### **Gasthaus Hartl**

Silbergwend 12

93128 Regenstauf/Hirschling

Telefon: 0 94 02 / 33 50

Öffnungszeiten: Freitagabend, Samstag ab Mittag und Sonntag und feiertags ab 10:00 Uhr, werktags auf vorherige Anmeldung

#### **Rampauer Hof**

Dorfstraße 5

93128 Regenstauf/Rampau

Telefon: 0 94 02 / 45 60

Telefax: 0 94 02 / 38 37

E-Mail: rampauerhof@web.de

Öffnungszeiten: Täglich 10:00 bis 01:00 Uhr, Montag Ruhetag

#### **Gasthof Krieger**

Alte Leonberger Str. 1

93128 Regenstauf/Rampau

Telefon: 0 94 02 / 46 05

Öffnungszeiten: Bitte erfragen



Herzlich willkommen in

# Nittenau

Die schicke Kleinstadt liegt in einer reizvollen Lage im Regental, wo der Fluss seinen höchsten Punkt erreicht, bevor er eingeengt zwischen den Ausläufern des Bayerischen Waldes und des Oberpfälzer Jura seinen Weg zur Donau fortsetzt.



Der Regenfluss bestimmt das Leben hier seit Anbeginn. Er formte die weiche Hügellandschaft, das mal enge, mal weite Tal von der böhmischen Grenze bis nach Regensburg. Jahrhundertlang war der Regen für die Fischer und die Flößer hier der wichtigste Erwerbszweig. Der Regen mit seinem sanft nutzbaren touristischen Profil lädt ein zum **Radeln** und **Wandern**, zum **Bootswandern** und **Angeln**, sogar zum **Baden**.

Reizvolle Blickachsen bieten sich bei den vielfältigen Wanderwegen an, z.B. auf das Schloss Stefling.



Eine der berühmtesten Burgen überhaupt ist die sagenumwobene Burg Stockenfels. Eine Vielzahl der Sagen bezieht sich auf die Bierpanscher, die gezwungen sind, all das Wasser, das



sie im Laufe ihres Lebens dem Bier zugesetzt haben, in die Burg hinaufzutragen.



## Geisterwanderung

Heute bieten diese und andere Sagen die Grundlage für das Festspiel „die Geisterwanderung zu Nittenau“, die seit über 30 Jahren jährlich bis zu 1500 Besucher auf die Wanderung zwischen der Burg Hof am Regen, dem Schloss Stefling und der Burgruine Stockenfels mitnimmt.

## Kultur

In Nittenau finden Sie viele Möglichkeiten, aus dem Alltag auszusteigen und Natur/ Kultur zu genießen. Auch eine kleine Stadt kann ihre Gäste verwöhnen:

Sowohl kulinarisch aber auch musikalisch. Ein besonderer Genuss erwartet die Freunde der klassischen Musik z.B. beim Festival Nittenau Vocal, den sommerlichen Rathauskonzerten oder den Hofer Konzerten.



**Kontakt:** Touristikbüro, Hauptstraße 14,  
93149 Nittenau, Tel.: 09436 – 902733  
[touristik@nittenau.de](mailto:touristik@nittenau.de)  
[www.nittenau.de](http://www.nittenau.de)



» Nur wo du zu Fuß  
warst, bist du auch  
wirklich gewesen. «

... sagte einst schon Johann Wolfgang von Goethe. Wie Recht er doch hat. Die Gegend im Regental zwischen Regenstauf und Nittenau zu erwandern, ist ein wahres Naturerlebnis. Auch die Geschichte der Landschaft erzählt sich fast schon von selbst. Burgen und Schlösser sind Zeitzeugen vergangener Tage. Die besten Tipps und Anregungen für die schönsten Wanderungen finden Sie im übersichtlichen Regental-Wanderführer. Die unterschiedlichen Touren sind abwechslungsreich und bieten für jeden Anspruch das Passende. Einige der Touren lassen sich auch verbinden, sodass längere Strecken entstehen. Zu allen Strecken gibt es eine detaillierte Karte und zahlreiche Bilder vom Autor. Starten kann man die Rundtouren natürlich auch an anderen Punkten der Etappen. Also dann, pack mas, auf geht's!

Heimat  
battenberg  
gietl verlag

BUCH- UND KUNSTVERLAG  
OBERPFALZ

ist eine Marke der  
Battenberg Gietl Verlag GmbH



14,90 € [D]