

Stiftland und Steinwald.

Mir eine Pause gönnen.

Von Waldbaden, Wallfahrtskirchen und Wasserfällen.

Mir den Atem rauben.

Sportlich oder entspannt? Inspiration für ein aktives Naturerlebnis.

Mir neue Erfahrungen schenken.

Bio, Brauchtum und Zoiglbiere – wir bitten zu Tisch!





| Burgruine Weißenstein



| Basilika und Kloster Waldsassen



Überraschend vielfältig!

...in einer Region Bayerns, die richtig viel zu bieten hat: Duftende Wälder, eine schier endlose Teichlandschaft und bewegende Aussichten. Du findest romantische, stille Plätze genauso wie pulsierende Lebensfreude in den traditionellen Wirtschaften. Im Stiftland bilden die barocken Kirchen und Bauwerke einen wunderbaren Kontrast zu der immer wieder atemberaubenden Natur. Für Deine Erholung sorgen die Heilquellen in Bayerns jüngstem Heilbad Bad Neualbenreuth. Wenn Du aktiv unterwegs sein möchtest, kommst Du nicht am Naturpark Steinwald vorbei. Die sanft hügelige Mittelgebirgslandschaft ist geprägt von schroffen Felsgebilden, zahlreichen Vulkankegeln und Burganlagen. Radfahren, Wandern und auch Klettern sind hier ein absolutes Muss!

Erfahre in diesem Magazin mehr über unsere Ferienregion und unsere schönsten Ausflugsziele.

Naturpark Steinwald

Der Name des Steinwalds leitet sich nicht von den vielen Felsen ab, sondern vom ehemaligen Herrschaftssitz der Burg Weißenstein. Aus dem Wald der Weißensteiner entwickelte sich im Sprachgebrauch im Laufe der Jahre der „Wald der Steiner“, der Steinwald also.

Der Begriff „Stiftland“ wurde in der Literatur nachweislich schon 1879 zitiert und vor allem im 20. Jahrhundert intensiv verbreitet. Er leitet sich ab aus dem einst zum Kloster beziehungsweise Stift Waldsassen gehörigen Umland und umfasst in etwa das Gebiet des östlichen Landkreises Tirschenreuth.

Stiftland



Glaubt man einer Legende, soll der Name „Stiftland“ durch folgendes Ereignis entstanden sein: Markgraf Diepold III. traf während einer Jagd 1127 auf Mönche, die sich ohne seine Erlaubnis in Köllergrün an der Schirndinger Straße niedergelassen hatten (also im Walde saßen – Waldsassen). Es stellte sich heraus, dass einer dieser Mönche der Edle Gerwig von Wolmundstein war, einst bester Freund des Markgrafen, der glaubte, Diepold in einem Ritterturnier, bei dem sie sich unerkannt gegenüberstanden, tödlich verletzt zu haben. Aus Freude über dieses unerwartete Wiedersehen stiftete nun der Markgraf Gerwig und seinen Brüdern das Land, welches auf einem Esel sitzend in einem Tag umritten werden konnte. Die Grenze wurde in der Natur als Graben markiert und wird bis heute „Eselsgaben“ genannt.

Top Sehenswürdigkeiten

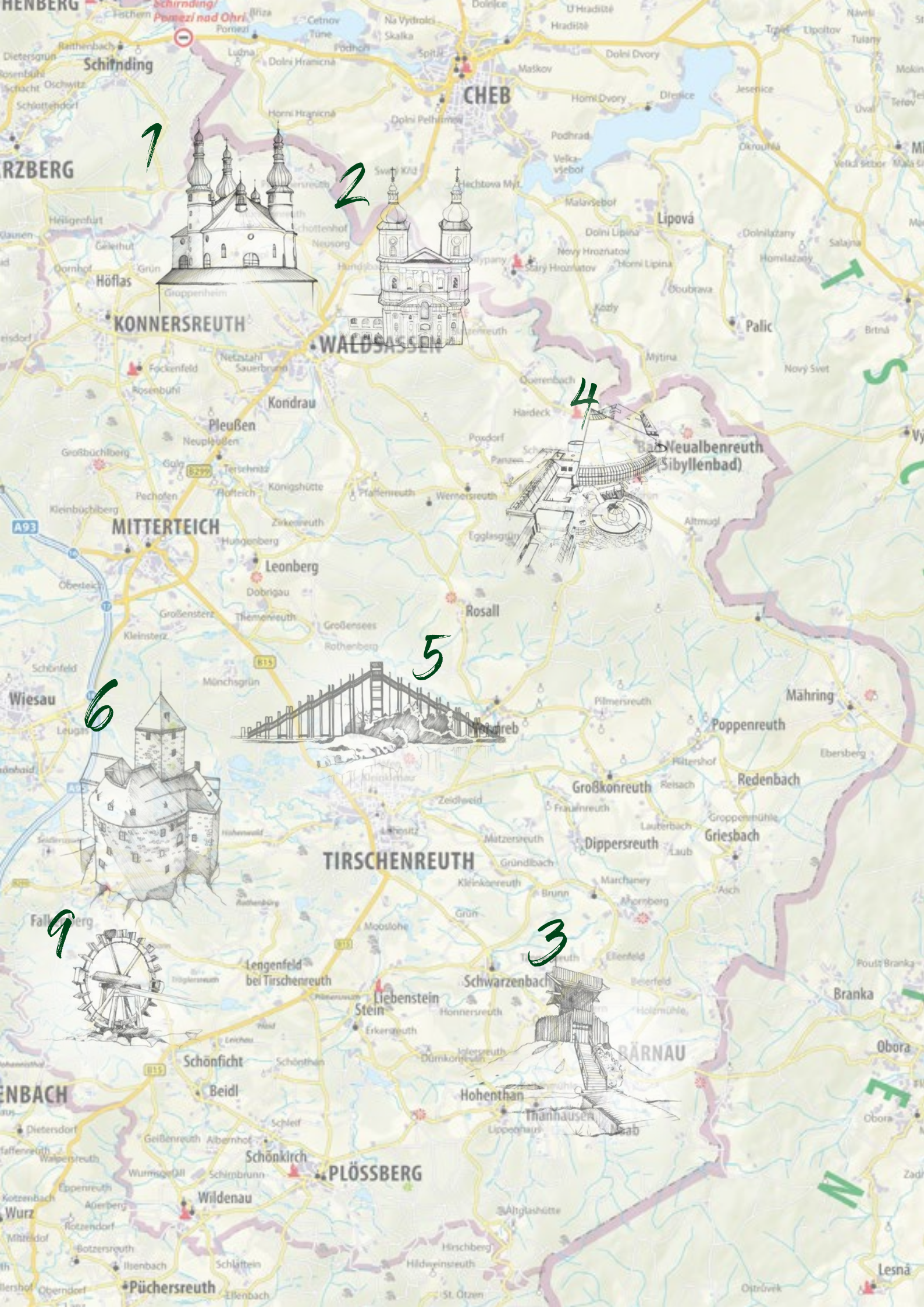
- | | | | |
|---|--|----|---|
| 1 | Wallfahrtskirche Kappl | 7 | Burgruine Weißenstein |
| 2 | Kloster Waldsassen | 8 | Oberpfalzturn |
| 3 | Geschichtspark Bärnau-Tachov | 9 | Naturschutzgebiet Waldnaabtal |
| 4 | Sibyllenbad in Bad Neualbenreuth | 10 | Burgruine Waldeck |
| 5 | Himmelsleiter in der Waldnaabaue Tirschenreuth | 11 | Kontinentale Tiefbohrung Windischeschenbach |
| 6 | Burg Falkenberg | | |



Schon gewusst?

Höchster Punkt: 946 Meter über dem Meeresspiegel an der Platte, der höchsten Erhebung im Naturpark Steinwald.

Tiefster Punkt: 9.101 Meter unter der Erde (bzw. 8.599 Meter unter dem Meeresspiegel) an der kontinentalen Tiefbohrung bei Windischeschenbach. Dies ist aktuell das tiefste offene Loch weltweit.



1



2



4



5



6



9



3



Mir eine Pause gönnen.

Natur

- 10 Schatzkammer Natur**
Schutz und Erholung im Steinwald
- 10 Besonders und steinreich**
Die geologische Vielfalt in der Region
- 11 Waldbaden**
Eine Auszeit im Wald
- 12 Burgenreiche Ecke**
Ein Blick in die Geschichtsbücher
- 13 Essbarer Wildpflanzenpark**
Die Kräuterwelt von Waldeck und Bad Neualbenreuth

Wasser

- 17 Muglbach-Wasserfall**
Idyllische Gewässer
- 18 Land der 1000 Teiche**
Fischzucht von Karpfen & Co.

Glaube

- 14 Kloster Waldsassen**
Zisterzienserinnenabtei
- 15 Dreifaltigkeitskirche Kappl**
Das Wahrzeichen des Stiftlands
- 16 Kloster- und Naturerlebnisgarten**
In Waldsassen
- 16 Konnersreuther Resl**
Berühmte Pilgerstätte

Erholung und Gesundheit

- 20 Sibyllenbad**
Der Heilquellenkurbetrieb



Mir den Atem rauben.

Wandern

- 24 Oberpfalzturn**
Blick in die endlose Ferne
- 25 Burgruine Waldeck**
& Picknick-Service
- 26 Wanderwege**
Im Stiftland und Steinwald
- 29 Waldnaabtal**
Naturschutzgebiet

Radfahren

- 30 Mountainbiken**
Über Stock und Stein
- 32 Radfahren**
Im Stiftland und Steinwald



Familienerlebnisse

- 34 Ausflugstipps**
Für Groß und Klein
- 36 Action erleben**
Klettern, Schwimmen und Golfen

Wintersport

- 39 Langlaufen**
100 Loipenkilometer

Mir neue Erfahrungen schenken.

Kulinarik

- 42 Unsere Zoigl-Tradition**
600 Jahre Biergenuss
- 42 Des Oberpfälzers Dialekt**
Kaum vergleichbar
- 43 Die Kirchweih-Tradition**
Wer houd Kirwa?
- 44 Bio-Erlebnisse**
Vom Bio-Rind bis zum Bio-Käse
- 45 Echte Handwerkstradition**
Brennerei Schraml, Lebkuchen Rosner und Die Kaffeedruckerei Kohl

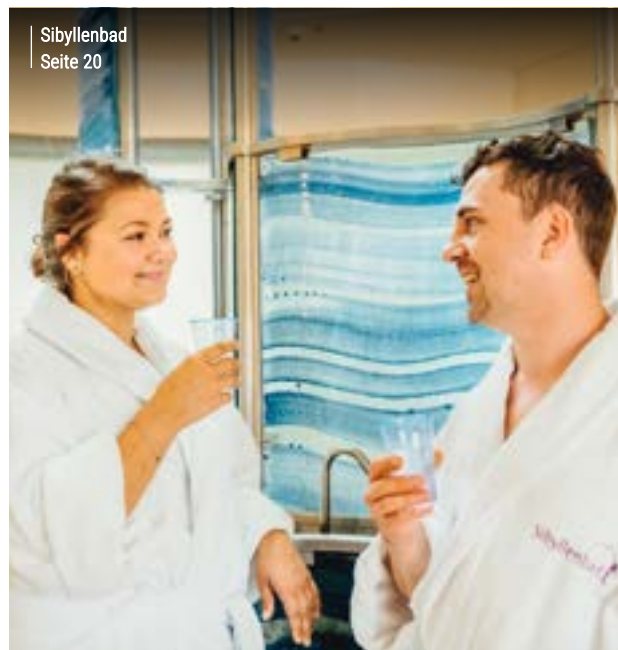
Entdecken

- 46 Geschichtspark Bärnau-Tachov**
Mittelalter zum Anfassen
- 48 Museumsbesuche**
Von Porzellan bis zur bayerischen Mundart
- 50 Ahoj Česká Republika**
Ein Ausflug zu den Nachbarn
- 54 Cisterescapes – Cistercian landscapes connecting Europe**
Auf den Spuren der Zisterzienser
- 55 Camping**
Unsere Campingplätze





Geschichtspark Bärnau
Seite 46



Sibyllenbad
Seite 20



Dreifaltigkeitskirche Kappl – Das Wahrzeichen des Stiftlands
Seite 15

*Keine Events
verpassen!*

S. 52 – 53
Unser Eventkalender



Unsere Zoigl-Tradition – 600 Jahre Biergenuss
Seite 42



Radfahren im Stiftland und Steinwald
Seite 32



| Teichpfanne Tirschenreuth mit Himmelsleiter



Mir eine Pause gönnen.

Den Alltag kurz hinter sich lassen, Kraft tanken und den Moment genießen. Es gibt Orte im Steinwald und im Stiftland, da bleibt die Zeit sprichwörtlich stehen. Oder sie vergeht gerade hier wieder viel zu schnell – Du kannst entscheiden, was Dir lieber ist.



Schatzkammer Natur

Schutz und Erholung im Steinwald

Was auf afrikanischen Safaris gewöhnlich „the big five“ genannt wird, sind im Naturpark Steinwald besondere heimische Tierarten, die einen ebenso besonderen Schutz benötigen.

Mit knapp 23.000 Hektar ist der Steinwald zwar einer der kleinsten Naturparke in Bayern, aber die biologische Vielfalt zwischen Felstürmen, naturnahen Wäldern und einer kleinbäuerlichen Kulturlandschaft ist bemerkenswert. Jede dieser Tierarten steht beispielhaft für einen besonderen Lebensraum – die Kreuzotter für Moore und sonnige Waldränder, die Flussperlmuschel für saubere Fließgewässer und der Luchs für große zusammenhängende Waldgebiete.

„the big five“

Rotwild, Luchs, Habichtskauz,
Kreuzotter und Flussperlmuschel

Im Verein Naturpark Steinwald e.V. haben sich naturschutzbegeisterte Akteure, Jäger, Land- und Forstwirte vereint, um den Steinwald für uns Menschen und die biologische Vielfalt lebenswert zu gestalten. Seit 50 Jahren kümmert sich der Verein um die Besucherlenkung und mehrere Infostellen sowie um Projekte der Artenvielfalt im Naturpark. Seit kurzem trägt der Steinwald auch das Siegel Qualitätsnaturpark. Mit diesem Zertifikat weist ein Naturpark eine hohe Qualität in den Handlungsfeldern Schutz, Erholung, Bildung, Entwicklung sowie Management auf und versucht, diese kontinuierlich zu steigern.



Besonders und steinreich

Die geologische Vielfalt in der Region

Johann Wolfgang von Goethe war nicht nur einer der größten Dichter der deutschen Geschichte, sondern auch ein anerkannter Naturforscher. Mehrmals besuchte er auf seinen Forschungsreisen die Region und beschäftigte sich intensiv mit dem Granitgestein. Granite, für Goethe das „höchste und tiefste“, Gneis und Glimmerschiefer sind die prägenden Gesteine der Mittelgebirge Ostbayerns, Fichtelgebirge, Steinwald und Oberpfälzer Wald (Alter rund 310 Mio. Jahre). Deutlich jünger als dieses „Grundgebirge“, nämlich nur rund 25 Mio. Jahre, sind die zahlreichen Vulkane entlang der Fränkischen Linie, die im Kemnather Land klar erkennbar das Oberpfälzer Becken- und Hügelland abgrenzen. Es hat also einen Grund, warum sich der GEOPARK Bayern-Böhmen über das Stiftland und den Steinwald erstreckt und in Windischeschenbach von 1990 bis 1994 zu geowissenschaftlichen Zwecken 9.901 Meter in die Tiefe gebohrt wurde: Die Region ist ein wahrer Hotspot für alle Geologie-Fans. Auf vielen Wanderwegen und Touren weisen Informationstafeln auf die geologischen Besonderheiten hin. Ein Beispiel ist der GEO-Erlebnispfad, der zu den Basaltkegeln bei Kemnath führt. Die Geologie ist auch sportlich erlebbar. Im südwestlichen Teil des Steinwalds sind unter anderem Räuber-, Vogel- und Ratfelsen für das sportliche Klettern freigegeben.



Informationen rund um die Geologie, Führungen der GEOPARK-Ranger und die „GEO-Touren“ unter www.geopark-bayern.de.

Waldbaden

Eine Auszeit im Wald

Waldspaziergänge tun gut – vor allem dann, wenn man die Natur mit allen Sinnen wahrnimmt. Dabei unterstützt eine bewährte Methode aus Japan: das Waldbaden. Wer regelmäßig in die beruhigende Atmosphäre des Waldes eintaucht, profitiert von dessen heilender Wirkung.

Waldbaden in der Gruppe

In Bad Neualbenreuth gibt es speziell ausgebildete Waldgesundheitstrainer, die im zertifizierten Kurwald Schnupperstunden sowie längere Waldgesundheits-Einheiten anbieten.

 zur Seite



Rund um die Glasschleif Pullenreuth finden mehrmals pro Jahr Entspannungstouren durch den westlichen Steinwald statt.



www.steinwald-urlaub.de/waldbaden



So geht's

1. Auswahl des Waldes

Wähle einen Wald aus, in dem Du Dich wohlfühlst.

2. Entschleunigung

Nimm Dir genügend Zeit für das Waldbad. Optimierte Deine Gehgeschwindigkeit, indem Du langsam durch den Wald schlenderst.

3. Innehalten

Mache Pausen und halte bewusst inne. Versuche den Wald zu erspüren, ein Teil von ihm zu werden. Schau auch nach innen: Was löst der Wald in Dir aus?

4. Sinne öffnen

Nimm den Wald mit all Deinen Sinnen wahr. Sei neugierig und verspielt. Was riechst und hörst Du? Welche Farben und Formen siehst Du? Wie und wo spürst Du den Luftzug?

5. Erleben statt Denken

Lasse den Wald auf Dich wirken und gönne Dir eine Pause!

6. Achtsamkeit

Sei in Kontakt mit dem Wald und mit Dir selbst. Wenn Du merkst, dass Deine Gedanken abschweifen, bringe sie freundlich zurück.

7. Stille, Meditation und Atemübungen

Genieße die Stille. Eine Meditation verstärkt den beruhigenden Effekt des Waldes. Atme tief ein. Waldluft ist Medizin zum Einatmen!

Burgenreiche Ecke

Ein Blick in die Geschichtsbücher

Die Oberpfalz gilt als burgenreichste Gegend in ganz Deutschland. Mehrere Hundert waren es zu Zeiten des „Nordgau“, als Kaiser Karl der Große im 8. Jahrhundert regierte. Heute sind viele davon verwitterte Burgruinen, die einen ganz besonderen Charme ausstrahlen. Die Burgruinen Waldeck bei Kemnath und Liebenstein bei Plößberg wurden durch das Engagement vieler helfender Hände wieder ausgegraben und aufwendig restauriert. Eine Besichtigung lohnt sich schon allein wegen des herrlichen Ausblicks über die Region.

Burgruine Liebenstein

Die Burg ist in den Jahren 1125 bis 1143 entstanden. Als erste Besitzer gelten die Gebrüder „Udalricus und Pilgrimus de Egere“, die sich später „die Liebensteiner“ nannten. Mit dem Tod von Heinrich von Liebenstein verstarb der letzte Ritter aus der Liebenstein-Linie ohne männlichen Nachkommen im Jahre 1292. Über Heinrichs Enkelin Elisabeth kommt der Besitz an Dietrich von Parsberg zu Waldeck, der die Burg 1298 an das Kloster Waldsassen verkauft.

Während der Kriege mit den böhmischen Hussiten lässt Abt Franz von Waldsassen Liebenstein 1340 noch einmal ausbauen. Bis zur Aufhebung des Klosters ist die Burg Sitz eines Richters und dem Amt Tirschenreuth unterstellt. Zum Unterhalt dient der Schwaighof, der direkt unter der Burg im Tal liegt und Schafhaltung betreibt. 1545 bis 1567 ist der Komponist Jobst von Brandt klösterlicher Pfleger auf der Burg, er ist vor allem für seine Lieder und Kirchengesänge bekannt. Von Religionswirren bleibt die Gegend nicht verschont: 1592 tagt auf Liebenstein ein Untersuchungsausschuss aus Amberg: Der neue calvinistische Oberamtmann aus Waldsassen war von aufgebrachten Tirschenreuther Bürgern gelyncht worden, nachdem er sie aufgefordert hatte, ihre katholische Religion aufzugeben. Nach der Rekatholisierung im Jahr 1620 nehmen die Pfleger ihren Sitz unten im Ort, das Schloss verfällt.



Burgruine Weißenstein



Burgruine Liebenstein

Wander- und Radwege

Erreichbar ist die Burgruine Liebenstein für Wanderer über den Oberpfalzweg, per Rad unter anderem auf dem Waldnaabtal-Radweg. Den Schlossberg Waldeck säumen vor allem Wege rund um das Thema Vulkanismus: die Radwege Vulkantour und Oberpfälzer Radl-Welt sowie der Wanderweg „GEO-Erlebnisweg Kemnather Land“.

Nach einem Brand in Tirschenreuth 1814 benutzen die Bürger die Ruine als Steinbruch. Ein Erlass des Königs zum Schutz bleibt wirkungslos. 1937 richtet man unterhalb des Schlossbergs einen Steinbruch ein, in dem bis in die 1970er Jahre Granit abgebaut wird. Dabei wird die Ruine bei den Sprengarbeiten stark beschädigt.

Burgruine Weißenstein

Eine der schönsten und spektakulärsten Burganlagen der Oberpfalz ist die auf 858 Meter hoch gelegene Burgruine Weißenstein im Naturpark Steinwald. Erstmals urkundlich erwähnt wurde sie im Jahre 1279 als „Wissenstein“. Gründer waren die Weißensteiner, ihre Nachfolger um 1300 die Nothaffe, ein einst sehr einflussreiches Adelsgeschlecht. Die Burg dürfte jedoch schon etwa nach dem Jahr 1560 aufgegeben worden sein und verfiel. Die Familie Nothafft wählte komfortablere Sitze in den angrenzenden Ortschaften Poppenreuth und Friedenfels. Das Leben oben im Steinwald war ungemein beschwerlich. Wahrscheinlich gab es hier nicht einmal einen Brunnen. Seit dem Ende des 19. Jahrhunderts gehört die Burgruine Weißenstein der Familie Baron von Gemmingen-Hornberg aus Friedenfels. Vom ca. 7,5 Meter hohen Bergfried bietet sich ein herrlicher Rundblick über den Naturpark Steinwald. Im Zuge der Sanierung wurde der mit einer Höhe von ca. 5,5 Meter im Original-Mauerwerk erhaltene Turm mit Steinquadern aus dem Umfeld um 2 Meter erhöht. Auf der Burgruine soll es übrigens umgehen.



Die Burgruine Weißenstein ist vom Wanderparkplatz in Hohenhard (Kalvarienbergstraße, 95679 Waldershof) binnen 30 Minuten über den Goldsteig Hauptwanderweg fußläufig erreichbar.

www.steinwald-urlaub.de/burgruine-weißenstein

Essbarer Wildpflanzenpark

Die Kräuterwelt von Waldeck und Bad Neualbenreuth

Rund um Bad Neualbenreuth wurde 2025 ein „Essbarer Wildpflanzenpark“ kurz Ewilpa® eingeweiht. Drei kurzweilige Wegevarianten mit 1,9; 6,4 und 10,3 km und Ausgangspunkt am Dorfplatz des Ortsteiles Maiersreuth verbinden unterschiedliche Lebensräume miteinander und führen Sie zu insgesamt 22 verschiedenen Teilflächen und Stationen und weiteren begleitenden Pflanzungen.

Bei geführten Touren durch die essbare Landschaft in und um Bad Neualbenreuth erfährst Du viel Wissenswertes zu Erkennungsmerkmalen, Nährwerten, Anwendungsbereichen und Verarbeitungsmethoden und werden selbst zum Kenner und Liebhaber einer natürlichen und traditionellen Versorgung und Ernährung.

Essbarer Wildpflanzenpark Waldeck: ewilpa.markt-waldeck.de
Kräuterführungen und -kochkurse: www.kraeuterstubb.de
Veranstaltungen am Ewilpa® sowie individuellen Buchungen von Touren 09638-933250 oder badneualbenreuth@sibyllenbad.de
www.neualbenreuth.de/ewilpa



| Lageplan EWILPA Waldeck



3 Fragen über Wildkräuter

Die zertifizierte Kräuterführerin Regina Herrmann ist regelmäßig auf dem EWILPA Waldeck unterwegs. Dort bietet sie geführte Wanderungen rund um das Thema Wildkräuter an. Diese sind ihre Passion und ein wesentlicher Bestandteil in ihrem Speiseplan und der Heilkunde. Im Interview verrät sie uns nützliche Tipps über die versteckten Helden.

1. Welche Wildkräuter sind besonders leicht erkennbar und schnell auffindbar?

Die Brennnessel, weil sie bei der Berührung brennt und der unverkennbare Löwenzahn. Auch der Spitzwegerich, der Blätter wie ein Schwert hat, ist leicht zu erkennen.

2. Den wilden Pflanzen werden heilende und regenerierende Wirkungen zugeschrieben. Nenne bitte ein paar Beispiele für Kräuter, die den Heilungsprozess unterstützen.

Die Brennnessel und der Löwenzahn sind ideale Frühlingbegleiter, weil sie unseren Körper entgiften und viele Mineralien besitzen. Die Schafgarbe ist eine Art Universalkraut für viele Krankheiten, da man ihr nachsagt alle Schüssler-Salze in sich zu vereinen. Wildkräuter besitzen Bitterstoffe, die unser Körper braucht, die aber aus herkömmlichen Nahrungsmitteln herausgezüchtet wurden.

3. Bei welchen Gerichten kommen die Wildkräuter in Deiner Küche zum Einsatz?

Man kann sie sämtlichen Gerichten begeben. So gibt es zum Beispiel die Franzosenkraut-Kürbis-Quiche, Brennnessel-Spätzle, Wildkräuterpizza und -lasagne oder Giersch-Blätterteig-Schnecken. Der Fantasie sind hier keine Grenzen gesetzt!

Kloster Waldsassen

Zisterzienserinnenabtei

Die um 1133 als Männerkloster mit Mönchen aus Volkenroda gegründete Zisterzienserabtei Waldsassen, die im Laufe der Jahrhunderte zweimal aufgehoben wurde, erwies sich als prägend für den Geist und die Kultur im Stiftland und weit darüber hinaus. Seit 1864 wirken nun Zisterzienserinnen an diesem geschichtsträchtigen Ort. Eine Mädchenrealschule sowie das Gästehaus St. Joseph gehören heute zur Abtei. Außerdem führt der Pilgerweg „Via Porta“ (ca. 333 Kilometer lang) vom evangelischen Kloster Volkenroda zum katholischen Kloster Waldsassen.

Die bedeutendsten Kirchenbaumeister der damaligen Zeit, unter anderem Abraham Leuthner, Georg und Christoph Dientzenhofer sowie Bernhard Schießler, waren mit dem Bau und der Ausstattung der Kirche beauftragt. Unter der Basilika befindet sich Deutschlands größte Kirchen- und Klosterkrypta. Die Basilika ist für Besucher täglich geöffnet.

Zehn, kunstvoll von Karl Stilp geschnitzte, lebensgroße Holzfiguren tragen die schmale, umlaufende Galerie in der Klosterbibliothek. Der ursprünglich wertvolle Bücherbestand wurde bei der Säkularisation im Jahre 1803 in staatliche Archive gebracht. Die Bibliothek ist nur im Rahmen einer 25-minütigen Führung zu besichtigen.

Die Zisterzienserinnen-Abtei gehört dem transnationalen Netzwerk Cistercapes an, welches mit dem Europäischen Kulturerbe-Siegel ausgezeichnet wurde.



www.abtei-waldsassen.de

imposante Kirche

Die Stiftsbasilika ist eine imposante Kirche in stilreinem Barock böhmisch-italienisch-süddeutscher Prägung. Errichtet wurde sie von 1682 bis 1704.

„Basilika minor“

Seit 1803 ist das Gotteshaus Pfarrkirche und wurde von Papst Paul VI 1969 zur „Basilika minor“ erhoben, eine Auszeichnung, wovon das päpstliche Wappen über dem Haupteingang kündigt.

vom Hochbarock zum Rokoko

Die Bibliothek im Zisterzienserkloster wurde 1726 im Übergangsstil vom Hochbarock zum Rokoko vollendet und ist eine Kostbarkeit der Schnitzkunst.



Die Äbtissin Laetitia Fech in der Klosterbibliothek.



Dreifaltigkeitskirche Kappl

Das Wahrzeichen des Stiftlands

Der bedeutendste Rundbau des Barocks wurde 1682 bis 1689 von Georg Dientzenhofer unweit von Waldsassen auf dem Glasberg errichtet und gilt als Wahrzeichen des Stiftlands. In der Architektur und Ausstattung der Kirche soll die Dreifaltigkeit symbolisiert werden. Abt Albert Hausner ließ um 1698 auf dem Weg von Waldsassen zur Kappl 15 barocke Stationssäulen mit den Bildmotiven des Rosenkranzes errichten (Stationsweg). Die Kappl ist für Besucher täglich geöffnet. Auch im Steinwald befinden sich imposante Kirchenbauwerke. Seit dem 17. Jahrhundert gehört der 731 Meter hohe Armesberg zu den bekanntesten Wallfahrtsorten der Region. Auf dem bewaldeten Basaltgipfel befindet sich die Kirche „Zur Heiligsten Dreifaltigkeit“, ein Rundbau mit Kuppeldach. Am steilen Treppenaufgang zur Bergkirche sowie um die Kirche stehen Kreuzwegstationen. Über den Dächern von Fuchsmühl erheben sich ferner die beiden Türme der Wallfahrtskirche „Maria Hilf“. Sie wurde im Jahre 1726 eingeweiht und liegt direkt am Ortseingang auf dem Steinwald-Radweg.





Kloster- und Naturerlebnispfad

In Waldsassen

Der Kloster- und Naturerlebnispfad ist eine Oase in der Klosterstadt Waldsassen. Auf dem über 7000 qm großen Gelände sind nicht nur Kräuter, Bäume und Sträucher zu entdecken, sondern auch Wissenswertes zu deren Verwendung und Wirkung nach den Lehren der Hildegard von Bingen und des Pfarrers Sebastian Kneipp. Marienbeet, Bauerngarten und Kräuterspirale, die auch für Rollstuhlfahrer zugänglich sind, laden ein, Heilpflanzen und alte Gemüsesorten neu zu entdecken. Im zugehörigen Gartenladl, das in Wabenform und in Strohhallenbauweise errichtet wurde, sind Honig, Kräutersalz und weitere Leckereien rund um die Natur und aus der Region erhältlich. Seit 2004 ist die Umweltstation Abtei Waldsassen staatlich anerkannt. Ob jung oder alt, ob klein oder groß – die Umweltstation Abtei Waldsassen bietet auch zielgruppenspezifisch Bausteine und Workshops über gesundes Leben mit und aus der Natur für Schulklassen, Kindergruppen und Erwachsene an. Die Teilnehmer/-innen lernen Kräuter und deren Heilwirkung sowie längst vergessene Gemüse- und Obstsorten kennen. Ob mit Hilfe der Ringelblumensalbe, des Stechmonsterrollers mit Spitzwegerich-Tee oder der Erkältungsschrecksalbe – die Besucher lernen die Heilwirkung von Wildkräutern durch die Herstellung von Salben kennen.



www.kubz.de

Konnersreuther Resl

Berühmte Pilgerstätte

In der Nachkriegszeit wurde der kleine Ort Konnersreuth zur weltberühmten Pilgerstätte. Scharen von Menschen strömten in das Dorf, um die Bauernmagd Theres Neumann, auch bekannt als „Konnersreuther Resl“, zu sehen. Ihre Berühmtheit erlangte die 1898 geborene Resl durch die regelmäßig auftretenden Stigmata an Händen und Füßen und ihre wiederkehrenden Visionen. 36 Jahre lang lebte Theres ohne Nahrung – mit Ausnahme der Hostie, die sie täglich zu sich nahm. Und jedes Jahr am Karfreitag zeigten sich die Wundmale Jesu Christi an ihrem Körper. Noch heute pilgern jedes Jahr viele Menschen nach Konnersreuth, um sich auf Spurensuche der Resl zu begeben. Das neu eröffnete Informations- und Begegnungszentrum Schafferhof in der Ortsmitte von Konnersreuth mit dem Theres-Neumann-Museum ist hierzu der ideale Ort. Und auch der Reslgarten in der Nähe des Ortsfriedhofs lädt zu einem Besuch ein.

Ihr einst selbst angelegter Garten wurde vom Gartenbauverein Konnersreuth wiederhergestellt und wird zum Andenken an Resl sorgsam gehegt. „Resl hat geholfen“, davon sind ihre Anhänger aus der ganzen Welt überzeugt. Im Jahr 2005 eröffnete der damalige Regensburger Bischof Dr. Gerhard Ludwig Müller den Seligsprechungsprozess der Therese Neumann. Bis heute ist er nicht abgeschlossen.



www.reslgarten.de | www.theres-neumann-museum.de

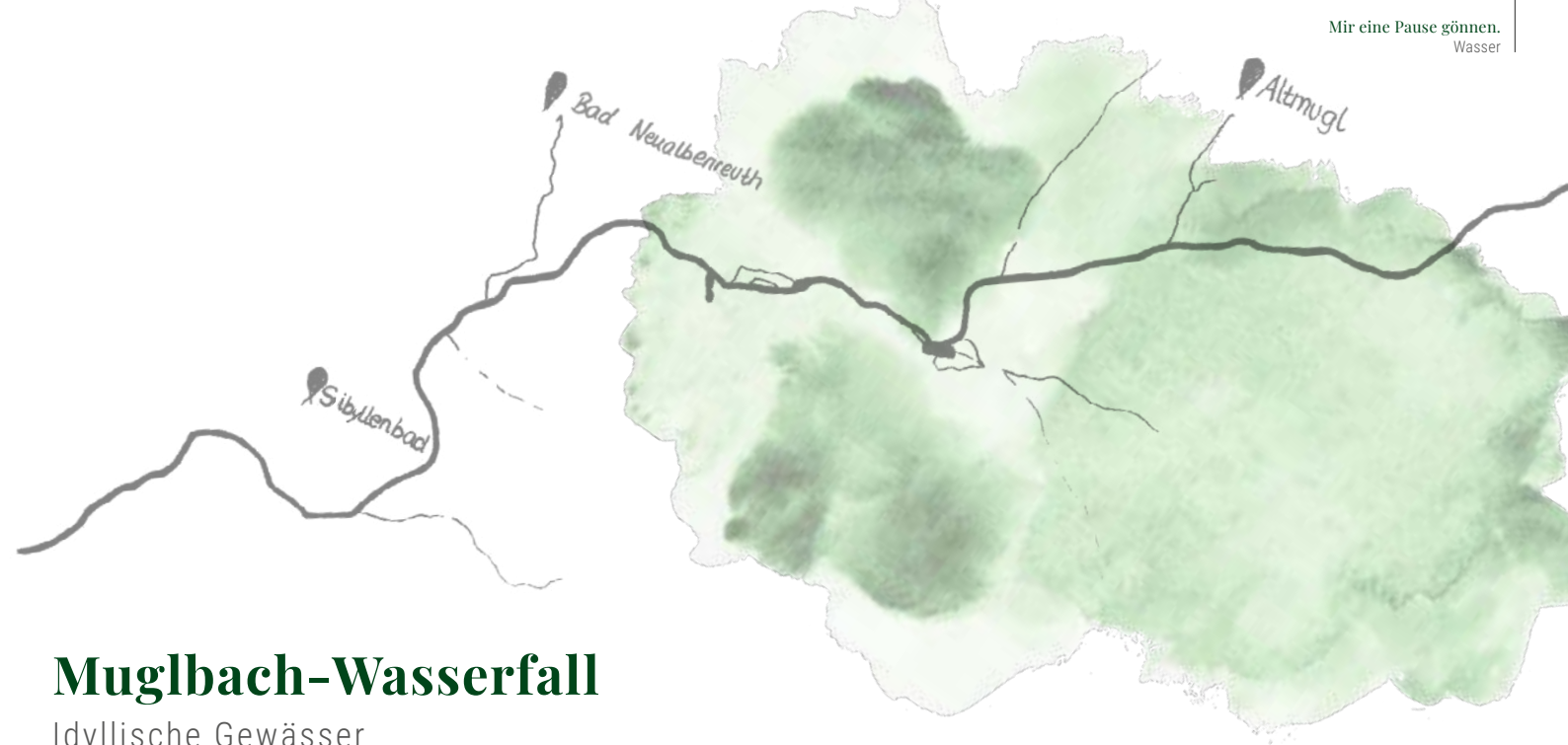


Tourentipp: Waldbesinnungspfad Resl

 zur Tour



„Den Wald mit seiner Schönheit genießen“, das ist das Motto des 3 Kilometer langen Waldbesinnungspfads auf dem Konnsberg bei Konnersreuth. Verschiedene Besinnungsstationen laden dazu ein, in sich zu gehen, die Ruhe des Waldes zu genießen und stimmungsvolle Momente zu erleben. Zusätzlich gibt es noch Informationen über die Region, den Wald und die Menschen.



Muglbach-Wasserfall

Idyllische Gewässer

Der Muglbach, der am Südwesthang des 865 Meter hohen Schopfberges auf tschechischer Seite entspringt, schlängelt sich auf einer Länge von rund 15 Kilometern so ursprünglich wie vor hundert Jahren in vielen Windungen durch die Neualbenreuther Fraisch, ein kleines Gebiet am Fuße des Tillenberges. Früher fanden sich am Bachlauf ein halbes Dutzend Wassermühlen und noch heute wird die Muglmühle von dem Gewässer angetrieben. Die Bezeichnung „Mugl“ leitet sich vom slawischen Wort „mohyla“ für „Hügel“ ab. Demnach ist der 761 Meter hohe Muglberg der namensgebende Hügel. Märchenhaft stürzt der Muglbach-Wasserfall in der Nähe des Örtchens Altmugl im kühlen Schatten des Waldes die Felsstufen aus 480 Millionen Jahre altem Schiefer hinab. Nicht besonders tief, aber umso malerischer. Wer die Fantasie spielen lässt, kann sich hier leicht die Wohn-

stätte eines Wassergeistes oder einer guten Fee vorstellen. Kein Wunder also, dass sich um das idyllische Gewässer zahlreiche Sagen und Mythen ranken. Ehe der Muglbach nach Tschechien und in der Nähe der Wallfahrtskirche Maria Loreto in die Wondreb fließt, passiert er kurz vor der Einöde Muglmühle den zauberhaften Wasserfall. Zu finden ist dieser von Bad Neualbenreuth kommend in Richtung Mähring. Von Altmugl aus führt ein Weg hinab zur Muglmühle, wo der Wasserfall zu Fuß in kurzer Zeit erreichbar ist. Das Wasser ist hier so rein, dass man getrost davon kosten und sich erfrischen kann. Weitere Wanderwege führen zum Wasserfall oder daran vorbei, unter anderem der Rundweg „Von Eisenhämmern, Töpfern und Schindern“. Ab dem Bad Neualbenreuther Marktplatz geht es entlang des Muglbachs und weiter zu den Heilquellen des Sibyllenbades.



Land der 1000 Teiche

Fischzucht von Karpfen & Co.

Der Landkreis Tirschenreuth gilt seit jeher als das „Land der 1000 Teiche“. Tatsächlich sind es aber weit mehr als tausend, nämlich rund 4.700, die sich um Tirschenreuth, Mitterteich, Wiesau und Kemnath säumen. Viele Teiche sind nur durch schmale Dämme getrennt und liegen wie Mosaiksteine aneinander. Insgesamt 2.500 Hektar Teichfläche gibt es im Landkreis. Das entspricht etwa dem Zweieinhalbfachen des Tegernsees. Zu verdanken ist diese Entwicklung in erster Linie dem Zisterzienserkloster Waldsassen, das die Teichwirtschaft bereits im Mittelalter förderte und zu einer bis heute nicht mehr erreichten Blütezeit führte. Die Äbte des Klosters Waldsassen wählten ihren Sommersitz vielleicht auch deshalb in der heutigen Kreisstadt Tirschenreuth.

Der Fischhof

Der Fischhof, der einst als Sommerresidenz der Waldsassener Äbte diente, beherbergt heute das Amtsgericht. Im 18. Jahrhundert wurde die Fischhofbrücke über dem Stadtteich erbaut. Im Zuge der Landesgartenschau „Natur in der Stadt“, die 2013 in Tirschenreuth stattfand, wurde der obere Stadtteich in Teilen renaturiert. Dabei entstand ein herrliches Gelände mit einem 2,2 Kilometer langen Rundweg. Heute fasziniert der Fischhofpark mit einer blühenden Parklandschaft, einem Naturlehrpfad, einer Storchenwiese und einer Spannbandbrücke. Ein großer Wasserspielplatz für Kinder sowie verschiedene Aussichtspunkte laden zum Verweilen ein. Dabei gibt er einen Blick auf die historische Situation der Kreisstadt wider: Früher hatte Tirschenreuth nämlich eine Insellage und war umgeben von zwei riesigen Stadtteichen.



www.erlebnis-fisch.de

Himmelsleiter

Eine besondere Aussicht über das Land der 1000 Teiche bietet die Himmelsleiter am Rande von Tirschenreuth. Die etwa 20 Meter hohe Aussichtsplattform ermöglicht einen Panoramablick in die Weiten der naturnahen Waldnaabau. Als weiteres Highlight auf dem Vizinalbahnrad- und Wanderweg überraschen die Heusterzbrücke und die Waldnaabkapelle mit Architektur in der Natur.

Flora & Fauna

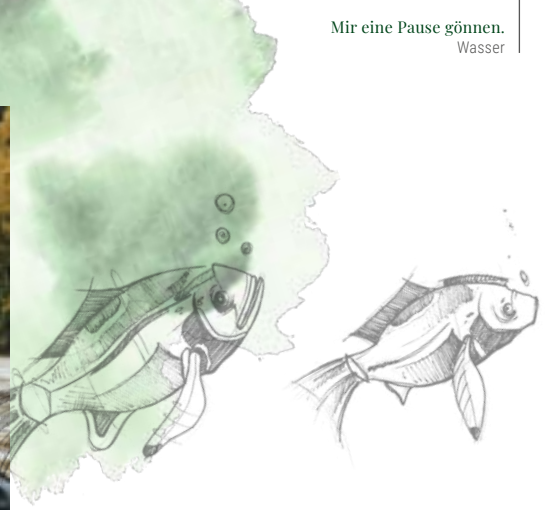
Die Bewirtschaftung der Gewässer in der Teichlandschaft wird bis zum heutigen Tag von circa 900 Teichwirten betrieben. Seltene Tier- und Pflanzenarten haben sich hier niedergelassen. In den sumpfigen Uferzonen begegnet man schon mal einer Kreuzotter oder einem Moorfrosch. Auch Wollgras und die Glänzende Seerose sind hier zu finden. In erster Linie sind Teiche aber kein Biotop, sondern Fischzuchtanlagen, in denen mit Karpfen & Co. ein gesundes und nachhaltig erzeugtes Lebensmittel heranwächst. Der Landkreis Tirschenreuth bietet durch seinen großen Fischreichtum auch Anglern optimale Bedingungen. Es gibt hier einiges herauszuholen. So sind in fließenden und stehenden Gewässern unter anderem Hechte, Forellen, Karpfen und Zander zuhause. Dem Symbolfisch Karpfen wurde sogar eine ganze Skulpturenreihe gewidmet, die im gesamten Landkreis zu finden ist. Besonders viele davon aber in Kemnath entlang des Phantastischen Karpfenwegs rund um die Altstadt.



Aussichtsturm Himmelsleiter



Fischhofbrücke Tirschenreuth



Erlebniswochen Fisch

Ganz im Zeichen des Fisches steht der Herbst während der „Erlebniswochen Fisch“. Höhepunkt ist die Eröffnungsfeier am letzten Septembersonntag. Während der Fischwochen finden viele weitere Veranstaltungen rund um das Thema Fisch statt. Die Teichnixe bzw. der Wassermann repräsentiert die Oberpfälzer Teichwirtschaft in ganz Deutschland und darüber hinaus. Sie bringt den Menschen die einzigartige Kulturlandschaft und die traditionsreiche Fischzucht näher. Und das auch schon rein optisch: Neben Fisch-Zepter zieren Schärpe und Mieder mit Karpfenleder das Kleid der Teichnixe.



Gebackener Karpfen im Zoiglbiernmantel [Bachana Zoigl(Karpfn)]

- 1 Karpfen
- Salz, Pfeffer
- 100 g Mehl
- 1-2 EL Öl
- 1-2 TL Paprika
- 1 Glas Oberpfälzer Zoiglbiere
- 1 Ei, Fett
- Zitrone
- Petersilie



Portionen
1-2



Minuten
25



Schwierigkeit
5/10



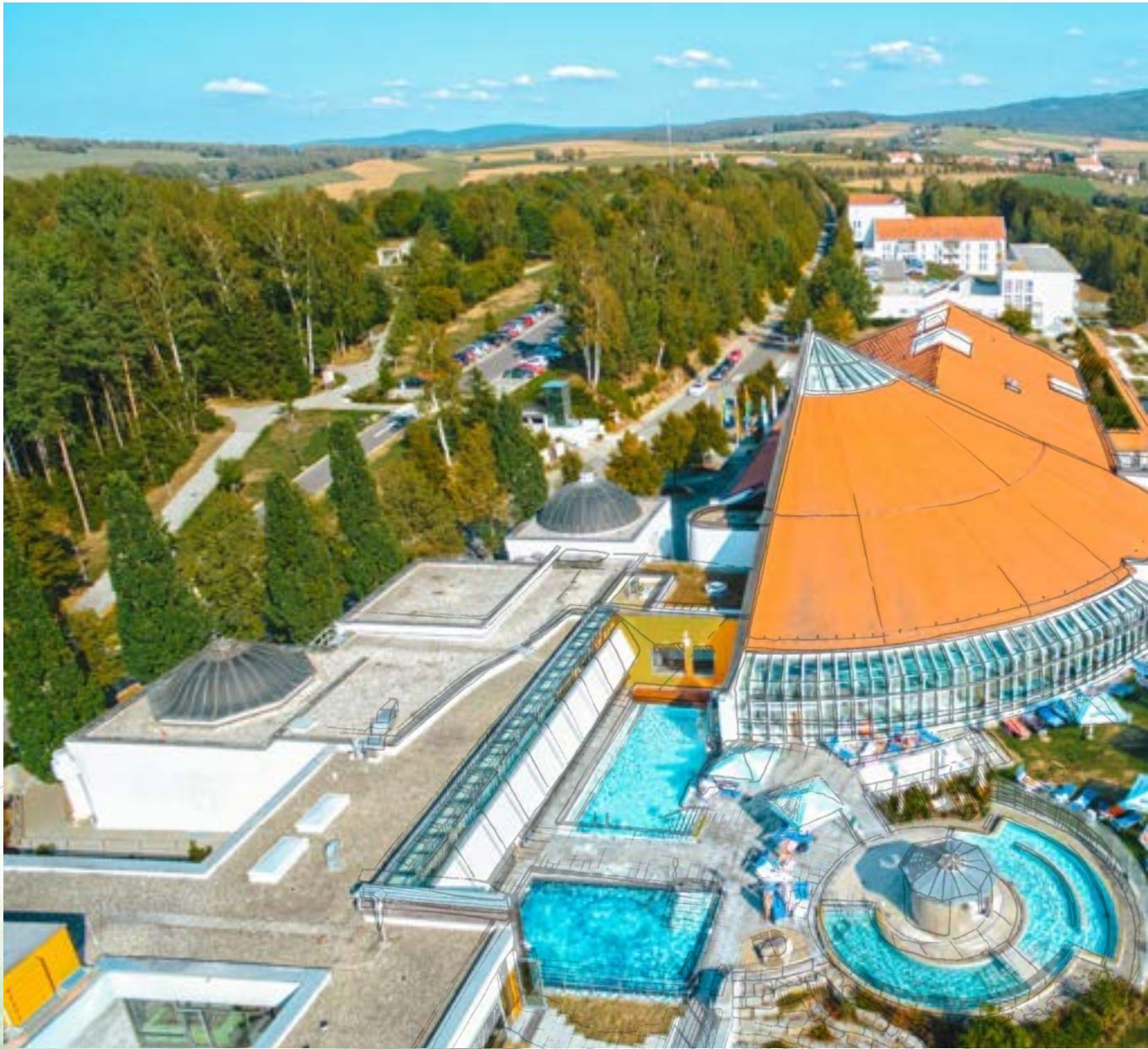
Kategorie
Fisch

Den Karpfen mit Salz und Pfeffer einreiben und eine Weile stehen lassen, damit er durchsäuert.

Mehl, Öl, Salz, Paprika, Bier und Eidotter für den Backteig vermengen. Am Schluss

den steifen Eischnee unterrühren und ebenfalls einige Minuten stehen lassen. Den Karpfen filetieren und im Bierteig wenden. Anschließend die Stücke in heißem Fett goldgelb backen und mit Zitrone und Petersilie garnieren. Mit Kartoffelsalat servieren.

Tipp: Als i-Tüpfelchen empfiehlt sich, eine Mayonnaise mit Kräutern (viel Dill) abzuschmecken und mit Rahm und Zitronensaft verdünnt zu servieren.



Sibyllenbad

Radon – und Physiotherapie, Bade- und Saunalandschaft, Hamam
Heilquellenkurbetrieb mit Radon- und Kohlenäuremineral-Heilwasser

Seit über 35 Jahren werden im Sibyllenbad Radon-Kohlensäure-Kombinationsbäder zur langanhaltenden Schmerzlinderung bei rheumatischen und Wirbelsäulenerkrankungen abgegeben. Gäste aus ganz Deutschland schätzen die Linderung ihrer Schmerzen, die auch nach der Therapie etwa ein halbes Jahr anhalten kann. Die Therapie wird je nach Indikation in einer Serie von sechs bis zwölf Einzelwannenbädern abgegeben. Angezeigt ist die Radon-Kohlensäure-Kombinationstherapie bei allen Formen rheumatischer Erkrankungen, Fibromyalgie, Wirbelsäulenerkrankungen wie Morbus Bechterew, Arthrose sowie Nervenschädigungen.

Ergänzend bietet die medizinische Abteilung Krankengymnastik, Massagen, Naturfango im Wasserbett, physikalische Therapie und Bewegungstherapie trocken und auch an Geräten sowie im Heilwasser an. Die Praxis des leitenden Badearztes befindet sich ebenfalls im Haus.

Erholung finden die Gäste in den 34 – 36° C warmen Becken mit kohlenäuremineralhaltigem Heilwasser im Innen- und Außenbereich oder sie genießen die wohltuende Wärme des irischn-römischen Dampfbades. Einen kleinen Kurzurlaub zwischendurch erleben die Gäste in der weitläufigen Wellnesslandschaft mit weiteren acht Saunen, individuellen Ruhebereichen und herrlich angelegtem Saunagarten mit Heilwasser-Whirlpool.

Nach Komplett-Erneuerung und Erweiterung können Sie ab Sommer 2026 wieder in die Badekultur wie in 1001er Nacht eintauchen: die Jahrtausende alte Hamam-Zeremonie mit Leih-Pestemal (türkisches Badetuch), Seidenwaschhandschuh zum Ausleihen sowie Lorbeerseife mit Olivenöl; Hamam-Massagen, hauterneuernde Rasulbädern, pflegende Packungen im Wasserbett, entspannende Massagen sowie Verwöhn-Angebote für zwei.



Bei herrlichem Wetter lockt der acht Hektar große Kurpark mit Themengärten direkt beim Sibyllenbad. Im Kurpark befindet sich auch der Startpunkt für ausgeschilderte Routen zum Wandern, Laufen und Nordic Walking sowie der kostenfreie Motorik-Fun Park mit 54 Geräten auf 26 Stationen.



Visualisierung des BadeTempels nach Modernisierung der Dampfkuppel



www.sibyllenbad.de

Badelandschaft

- Drei Innenbecken
mit 34 -36° C warmem Kohlensäure-Mineralheilwasser, Whirlpool,
Massagedüsen, Bodensprudler und Schwanenhäule
- irisch-römisches Dampfbad
- Infrarotkabine und Ruhegalerie
- Fitnessraum mit Synchro-Gerätezkkel
- Restaurant mit Terrasse

Außenbadebereich

- Außenbecken mit Sprudelliege
Gegenstromanlage
Heilwasserparcours mit Kalt- und
Warmlaufbahn
Wärmeraum (Caldarium)
Liegewiese

Saunalandschaft

- acht unterschiedliche Saunen
Saunabistro mit Terrasse
individuelle Ruhebereiche wie Kaminzimmer
Ruhebereich mit Wasserbetten
herrlich angelegter Saunagarten mit
Heilwasser-Außenwhirlpool

Wellnessbereich

- Wohlfühl- und Energiemassagen
Badetage mit Wohlfühlmenü
Verwöhnangebote für zwei
Medizinische Abteilung/Physiotherapie
Radon-Kohlensäure-Kombinationsbäder
Naturfango im Wasserbett
Physiotherapie
Bewegungstherapie Einzelanwendung oder in der
Gruppe (im Heilwasser, trocken oder an den Geräten)
Physikalische Therapie
Präventionskurse
Badarztpraxis

Orientalischer Hamam (ab Sommer 2026)

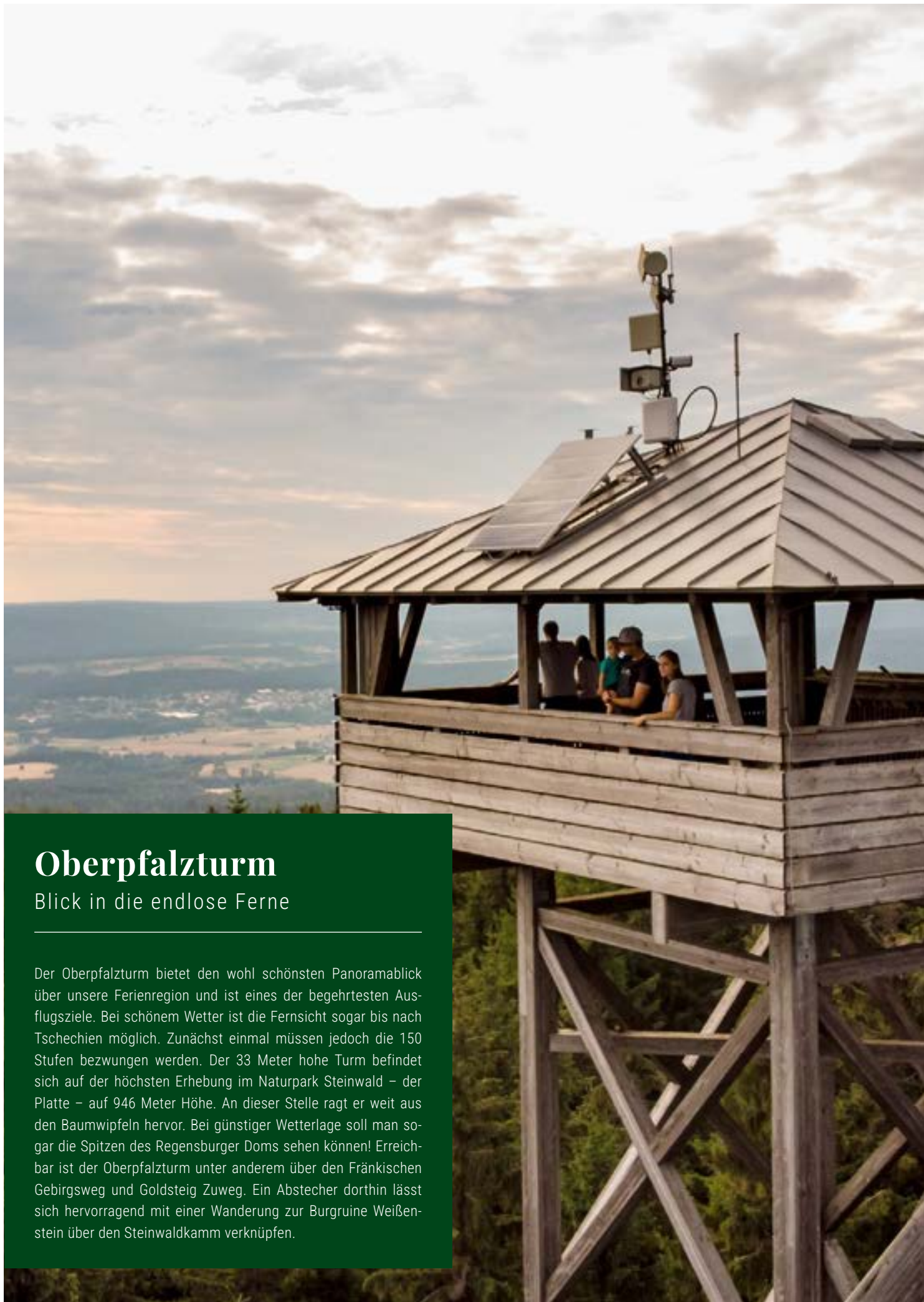
- Hamam-Zeremonie
Hamam-Massagen
Rasulbad
pflegende Packungen im Wasserbett
maurischer Ruheraum mit türkischem Tee und
frischem Obst



Mir den Atem rauben.

Wir sitzen zu viel. Sollten mit dem Rad zur Arbeit fahren. Und mindestens 10.000 Schritte am Tag gehen. Bei manchen Ratschlägen hört der Spaß schon auf, wo er auf unseren Pfaden erst beginnt. Nimm Dir bewusst Zeit, aktiv zu sein – gemütlich oder sportlich. Es bleibt ein gutes Gefühl, versprochen!





Oberpfalzturm

Blick in die endlose Ferne

Der Oberpfalzturm bietet den wohl schönsten Panoramablick über unsere Ferienregion und ist eines der begehrtesten Ausflugsziele. Bei schönem Wetter ist die Fernsicht sogar bis nach Tschechien möglich. Zunächst einmal müssen jedoch die 150 Stufen bezwungen werden. Der 33 Meter hohe Turm befindet sich auf der höchsten Erhebung im Naturpark Steinwald – der Platte – auf 946 Meter Höhe. An dieser Stelle ragt er weit aus den Baumwipfeln hervor. Bei günstiger Wetterlage soll man sogar die Spitzen des Regensburger Doms sehen können! Erreichbar ist der Oberpfalzturm unter anderem über den Fränkischen Gebirgsweg und Goldsteig Zuweg. Ein Abstecher dorthin lässt sich hervorragend mit einer Wanderung zur Burgruine Weißenstein über den Steinwaldkamm verknüpfen.

Burgruine Waldeck

Auf dem Gipfel des Schlossberges, ein etwa 641 Meter hoher Basaltkegel rund fünf Kilometer östlich von Kemnath, befand sich eine der ältesten Burgen der Oberpfalz. Im Jahre 1124 wird die Burg erstmals urkundlich als Sitz der Landgrafen von Leuchtenberg genannt. Sie wurde im 15. Jahrhundert zur Festung ausgebaut und war bis 1698 Sitz des Landrichteramtes Waldeck-Kemnath. Das Anwesen bildete den landesherrschaftlichen und militärischen Mittelpunkt des Kemnather Landes. Als solcher war die Burg Waldeck im Laufe der Geschichte Ziel kriegsgerischer Heimsuchungen.

Vor allem im Dreißigjährigen Krieg und während des Spanischen Erbfolgekrieges erlebte die Bevölkerung Folterungen und Nöte militärischer Kämpfe und Belagerungen, die sie letztendlich nicht überstehen sollte. Auf Befehl Kaiser Josephs I. wurde die Burg 1705 „geschleift“. Daran beteiligten sich Handwerker und Fachleute aus Nürnberg, Amberg, Kemnath und Waldeck.

Die restlichen Burganlagen, Wirtschaftsgebäude und Stallungen wurden erst 1707 beschädigt. Zwar wurde die Burg wieder aufgebaut, sie brannte jedoch 1794 aus und ist seither eine Ruine. Auch der „alte“ Markt Waldeck, am Südhang des Berges gelegen, wurde während dieses Feuers vollständig zerstört und danach an heutiger Stelle wieder errichtet. Vom Schlossberg aus ist die am Reißbrett geplante Anordnung der Gebäude nach dem verheerenden Brand am besten nachvollziehbar.



| Picknick-Station Schusterberg Schwammerl



Picknick-Service

Wir packen für Dich den Picknickkorb! So wird Dein Ausflug zum leckeren Erlebnis und frische Luft macht bekanntlich hungrig. Der Genuss im Grünen ist buchbar auf vielen Wander- und Radwegen:

Stiftland



Im Stiftland rund um
Mitterteich, Falkenberg und
Bad Neualbenreuth

Steinwald



Im Steinwald und Waldnaabtal
u. a. am Zipfeltannenfelsen
und in Windischeschenbach

Fränkischer Gebirgsweg

Untereichenstein – Hersbruck

Der Fränkische Gebirgsweg verläuft nicht nur durch Franken, sondern legt einen Abstecher durch die nördliche Oberpfalz ein, genauer gesagt durch das Stiftland und den Naturpark Steinwald. Hier verändert sich auch der fränkische Dialekt in unsere oberpfälzische Mundart. Der Fernwanderweg verbindet auf 428 Kilometern fünf beliebte Wandergebiete: Frankenwald, Fichtelgebirge, Steinwald, Fränkische Schweiz und das Nürnberger Land – von Untereichenstein bis Hersbruck. Der Weg trägt das Prädikat „Qualitätsweg Wanderbares Deutschland“ des Deutschen Wanderverbands.



www.fraenkischer-gebirgsweg.de

Goldsteig

Markttredwitz – Passau

Wir sind Teil des längsten Fernwanderwegs Deutschlands. Nach dem Start in Markttredwitz erleben Wanderer auf den ersten drei Etappen die stillen Wälder des Steinwalds, das Land der 1000 Teiche und das wildromantische Waldnaabtal. Der Goldsteig umfasst fünf Naturparke sowie die Nationalparke Bayerischer Wald und Šumava. Somit ist auch das grenzenlose Wandern im Böhmerwald – von Chodová Planá in der Region Pilsen bis zum Grenzübergang Marchhäuser/ České Žleby in Südböhmen – möglich. Insgesamt steht ein 2.000 Kilometer langes Wanderwegenetz zur Verfügung. Trotz dieser beachtlichen Länge ist der Goldsteig nicht ausschließlich für Fernwanderer interessant. Auf der Haupttrasse und den zahlreichen Alternativrouten und Zuwegen sind Tageswanderungen ebenso attraktiv.



www.goldsteig-wandern.de



Beschilderung Goldsteig

Fränkischer Gebirgsweg

Etappe 2: Münchberg – Neusorg

125 km durch das nördliche Fichtelgebirge nach Waldsassen hinein in den Steinwald zum Hackelstein, der Burgruine Weißenstein und dem Oberpfalzturn

Etappe 3: Neusorg – Bayreuth

75 km ab Neusorg über Ebnath zum Gipfel der Kösseine durch das südliche Fichtelgebirge bis zur Festspielstadt Bayreuth

Goldsteig

Etappe 1: Markttredwitz – Friedenfels

17,5 Kilometer über Walbenreuth hinein in den Steinwald

Etappe 2: Friedenfels – Falkenberg

16,5 Kilometer über Muttergottesbühl, die Haferdeckmühle, die Kornthener Teichlandschaft nach Seidlersreuth

Etappe 3: Falkenberg – Neuhaus

14 Kilometer durch das einzigartige Waldnaabtal

Nurtschnweg

Etappe 1: Kappl – Bad Neualbenreuth

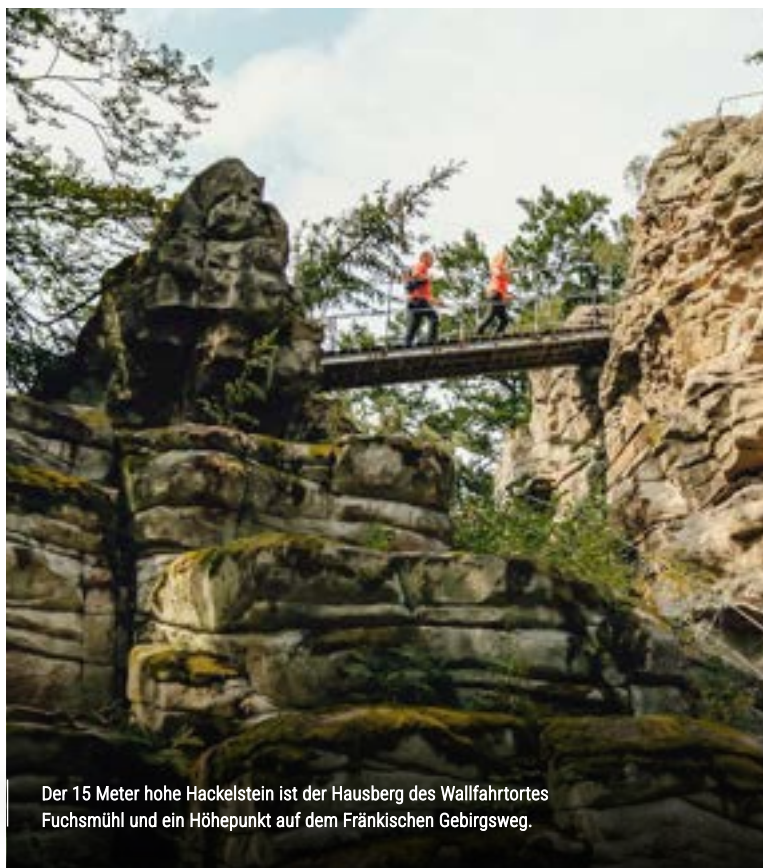
19 Kilometer über die Klosterstadt Waldsassen

Etappe 2: Bad Neualbenreuth – Mähring

18 Kilometer über den Muglbach-Wasserfall bei Altmugl

Etappe 3: Mähring – Bärnau

17 Kilometer über Griesbach und Herrmannsreuth



Der 15 Meter hohe Hackelstein ist der Hausberg des Wallfahrortes Fuchsmühl und ein Höhepunkt auf dem Fränkischen Gebirgsweg.

Nurtschweg Waldsassen – Waldmünchen

Der 133 Kilometer lange Fernwanderweg Nurtschweg gilt als Alternativ-Route des Goldsteigs und ist zugleich ein wichtiges Teilstück des Europa-Wanderweges E6 von der Ostsee bis zur Adriaküste. Die Tour führt entlang der bayerisch-tschechischen Grenze durch das „Grüne Dach Europas“, wie das größte zusammenhängende Waldgebiet Mitteleuropas genannt wird. Benannt ist der Weg nach dem Postbeamten Johann Baptist Nurtsch (geboren 1872), einem Naturliebhaber und Heimatkundler aus Weiden. Nurtsch machte die uralten und versteckten Wege von Paschern, Kriegsvolk, Händlern und Pilgern mit gelb-rot-gelben Markierungen wegsam. Dank ihm können wir heute auf sieben Etappen auf den Spuren all dieser Grenzgänger wandeln, die lange vor uns und über viele Jahrhunderte hinweg das bayerisch-böhmische Grenzgebiet durchstreiften.

Mittelpunkt Europas Gipfel des Tillenbergs

Der Mittelpunkt Europas wurde von einem österreichischen Landvermesser der k.u.k. Monarchie 1865 auf dem Gipfel des Tillenbergs als trigonometrischer Fixpunkt erster Ordnung errichtet. Die geschichtlichen Zusammenhänge zeichnen wohl entscheidend dafür, dass der Tillenberg bis in die heutige Zeit das Attribut „Mittelpunkt Europas“ behalten hat. Eine Europaspinne neben dem Mittelpunktstein macht die zentrale Lage des Tillenbergs deutlich. Eine Wanderung, beginnend am Marktplatz in Bad Neualbenreuth, vorbei an Fachwerkhäusern, über den Grenzlandturm, bis zum Fuß des Tillenberges, auf dem alten Schmugglerweg ins Böhmisches hinein, bringt eine geheimnisvolle Atmosphäre mit sich. Mit 939 Meter ist der Tillenberg – Dyleň die zweithöchste Erhebung des Oberpfälzer Waldes und mit dem markanten Turm der früheren Ra-

darstation weithin sichtbar und erkennbar. Der Gipfel befindet sich schon in Tschechien, die Grenze verläuft rund 100 Meter unterhalb des Tillengipfels. Vom Granatbrunnen aus führt ein markierter Wanderweg durch idyllische Wälder hoch zum Gipfel. Zahlreiche Sagen ranken sich um den Tillenberg, von der immens reichen, wegen der verfallenden Moral der Bewohner verfluchten Tillengstadt über die Frau ohne Kopf bis hin zu den Tillenzwergen, die fleißig Edelsteine und Granate suchten.



Ein reicher Italiener aus Venedig kam vor vielen hundert Jahren auf den Tillen, um nach Edelsteinen zu suchen. Bald hatte er einen großen Granatschatz beisammen. Wie nun am Oster-sonntag die Neualbenreuther Glocken anfangen zu läuten, erbebt und erzittert der Tillen und verschlang den Italiener samt dem Schatz. Die Einheimischen waren überzeugt, dass die Habgier des Italieners das Missfallen der Tillengeister erregt hatte und der Schatz für immer im Innern des Berges bleiben sollte.

Wanderer, die um Mitternacht über den Tillen gehen, stoßen mitunter auf einen schwarzgekleideten Mann mit einem Spitzhut, der geschäftig von Fels zu Fels hüpf und Granate aus dem Gestein hämmert. Hat er seine Taschen voll, hastet er zum Granatbrunnen, wo er die Steine einzeln hineinwirft. Anschließend beginnt er seine Arbeit von neuem, bis zum ersten Hahnenschrei in der Früh. Als „Steinklopfer“ muss er so lange Granate sammeln und in den Brunnen werfen, bis er keine Edelsteine mehr auf dem Tillen findet und somit erlöst ist. Seither aber haben die Granate ihren rubinroten Glanz verloren.



Tipp:
Unser  entdecken!

zur Tour



Entdecke das Natur-Navi! Auf dem Goldsteig im Oberpfälzer Wald weisen Informationsstelen auf Naturschätze mit Geschichte hin. Solche, die am Wegesrand leicht zu übersehen sind oder erst bei genauer Betrachtung ins Auge stechen.



Waldhistorischer Lehrpfad

Im südlichen Steinwald

 zur Tour



Auf dem Waldhistorischen Lehrpfad werden Wanderer von jung bis alt mit den Naturschönheiten, der Geschichte und dem Leben im Steinwald vertraut gemacht.

Der 5,5 Kilometer lange Rundweg wird von Informationstafeln zu den Themen Wald, Wild, Geologie, Forstwirtschaft und Geschichte begleitet. Dabei führt ein Wurzelpfad ab dem Wanderparkplatz in Pfaben bei Erbdorf zu einer mächtigen Gesteinsformation: der Zipfeltanne, dem Wahrzeichen des Naturparks. Einen Hauch von Ägypten erleben Besucher an diesem Felsen, der aufgrund seines Aussehens den Beinamen „Steinwald-Sphinx“ trägt. Die imposante Felsenburg des Saubadfelsens bietet einen wunderbaren Rundumblick über ein Granit-Blockmeer. Weiter führt der Weg zu einem Rotwildgehege und der Wandergaststätte Waldhaus mit Einkehrmöglichkeit. Im Obergeschoss befindet sich eine Infostelle über den Wald und die Region, dessen interaktive Module auch für Kinder geeignet sind. Das ehemalige Forsthaus machte durch die dortige Verfilmung der Novelle „Krambambuli“ von Marie von Ebner-Eschenbach mit Tobias Moretti in der Hauptrolle von sich Reden.

Waldnaabtal

Naturschutzgebiet

Mystisch, unbändig und wildromantisch: Das Waldnaabtal zwischen Falkenberg und Windischeschenbach ist ein Energietal der Superlative. Das Flusstal des rund zwölf Kilometer langen Canyons säumt eine außergewöhnliche Flora und Fauna mit bis zu 50 Meter hohen Granitfelsen. Bizarre Steinriesen hemmen den Flussverlauf der Waldnaab. Die markanteste Stromschnelle ist das („Teufels-)Butterfass“. Aus einem einst kompakten Felsbrocken bildeten sich viele kleine aufeinandergetürmte Steine heraus. Die Erosion verursacht hier kleine Wasserwirbel, die den Stein schleifen. Diese Wirbel lassen Hohlformen im Granit entstehen, sogenannte Strudellöcher. In den sechziger Jahren ertrank an dieser Stelle ein Kind. Auch heute noch besteht am Butterfass Lebensgefahr bei Überquerung! Das „Teufels-Butterfass“ soll Ritter Kuno und seine Kumpane darstellen, die bei der Verfolgung einer Frau versteinert wurden.

Ein paar Gehminuten vom Butterfass entfernt befindet sich der Sauerbrunnen. Dabei handelt es sich um eine Quelle, die Eisen und Kohlensäure enthält. Die Kohlensäure treibt als Gas aus der Tiefe. Dem Wasser des Brunnens wird eine gewisse Heilwirkung nachgesagt. Um Tirschenreuth gibt es eine Reihe solcher Säuerlinge, die mit einer vulkanischen Aktivität in Verbindung gebracht werden. Erdbeben und eine anschließende Förderung von heißem, schwefelhaltigem Wasser aus Quellen im Steinwald sind historisch belegt. Auf ausgeschilderten Wander- und Radrouten kann man den Oberpfälzer „Grand Canyon“ erkunden. Wer möchte, kann am Uferpfad über die Granitblöcke klettern, über kleine Wasserläufe hüpfen oder sich auf schmalen Brücken über die Waldnaab wagen – ein Abenteuerplatz für Kinder und Junggebliebene. Ungefähr in der Mitte dieser Natur-Wunderwelt liegt die bewirtschaftete und für ihre gute Küche bekannte Blockhütte. Besonders schön ist im Sommer der zur Blockhütte gehörige Biergarten mit altem Baumbestand und das nahe gelegene Wasserrad.



Einstiegspunkte

- Wanderparkplatz Hammermühle, Hammermühlweg, 95685 Falkenberg
- Pendler- und Wanderparkplatz A93/Tannenlohe an der A93 – Ausfahrt 19 Falkenberg Richtung Tirschenreuth (Geokoordinaten: 49.85901, 12.18271)
- Wanderparkplatz Jugendherberge Tannenlohe, Tannenlohe 1, 95685 Falkenberg
- Wanderparkplatz Ödwalpersreuth, 92670 Windischeschenbach (Geokoordinaten: 49.84016, 12.18033)
- Uferparkplatz bei Windischeschenbach an der A93 – Ausfahrt 20 Windischeschenbach Richtung Erbdorf bzw. Bernstein (Geokoordinaten: 49.82612, 12.17570)
- Parkplatz Sandgrube an der A93 – Ausfahrt 20 Windischeschenbach Richtung Tirschenreuth (Geokoordinaten: 49.81632, 12.19957)
- Parkplatz Haus Johannisthal, Johannisthal 1, 92670 Windischeschenbach

Wander- und Radwege

- Waldnaabtal-Rundwanderweg, Uferpfad-Runde, Goldsteig-Etappe N 03 (Falkenberg – Neuhaus), Waldnaabtal-Radweg, Zoigl-Radweg, Leuchtenberger Tour, Oberpfälzer Radl-Welt

Durch das Waldnaabtal mit der Geopark-Rangerin

Gästeführerin Angela Scharnagl aus Falkenberg führt Interessierte durch das Naturschutzgebiet Waldnaabtal. Entdecke die Pflanzen- und Tierwelt im Schutzgebiet. Lasse Dich auf eine Sagentour ein oder erfahre alles Wissenswerte über die Geologie sowie mittelalterliche Burgen in der Region.



www.geopark-bayern.de



Mountainbiken

Über Stock und Stein

Bewegung an der frischen Luft, den Fahrtwind spüren und die Suche nach dem Adrenalinkick – das ist Mountainbiken! In der unberührten Mittelgebirgslandschaft des Steinwalds und Stiftlands ist das Biken schon lange kein Geheimtipp mehr. Neu angelegte Trails sorgen für besondere Flow-Erlebnisse. Damit beweisen das Stiftland und der Steinwald, dass sich Mittelgebirgsregionen hervorragend zum Biken eignen.

Steinwald-Trailrunde

Steinwald

 zur Tour



Diese 25,6 km lange Trailrunde eignet sich nur für erfahrene Mountainbiker. Die Markierung führt zu den schönsten Ecken im Naturpark: zu riesigen Felsformationen aus Granit, Aussichtspunkten mit malerischen Panoramablicken, sowie zur märchenhaften Burgruine Weißenstein. Dafür müssen 630 Höhenmeter bezwungen werden. Singletrails wechseln sich mit breiten Forstwegen ab.

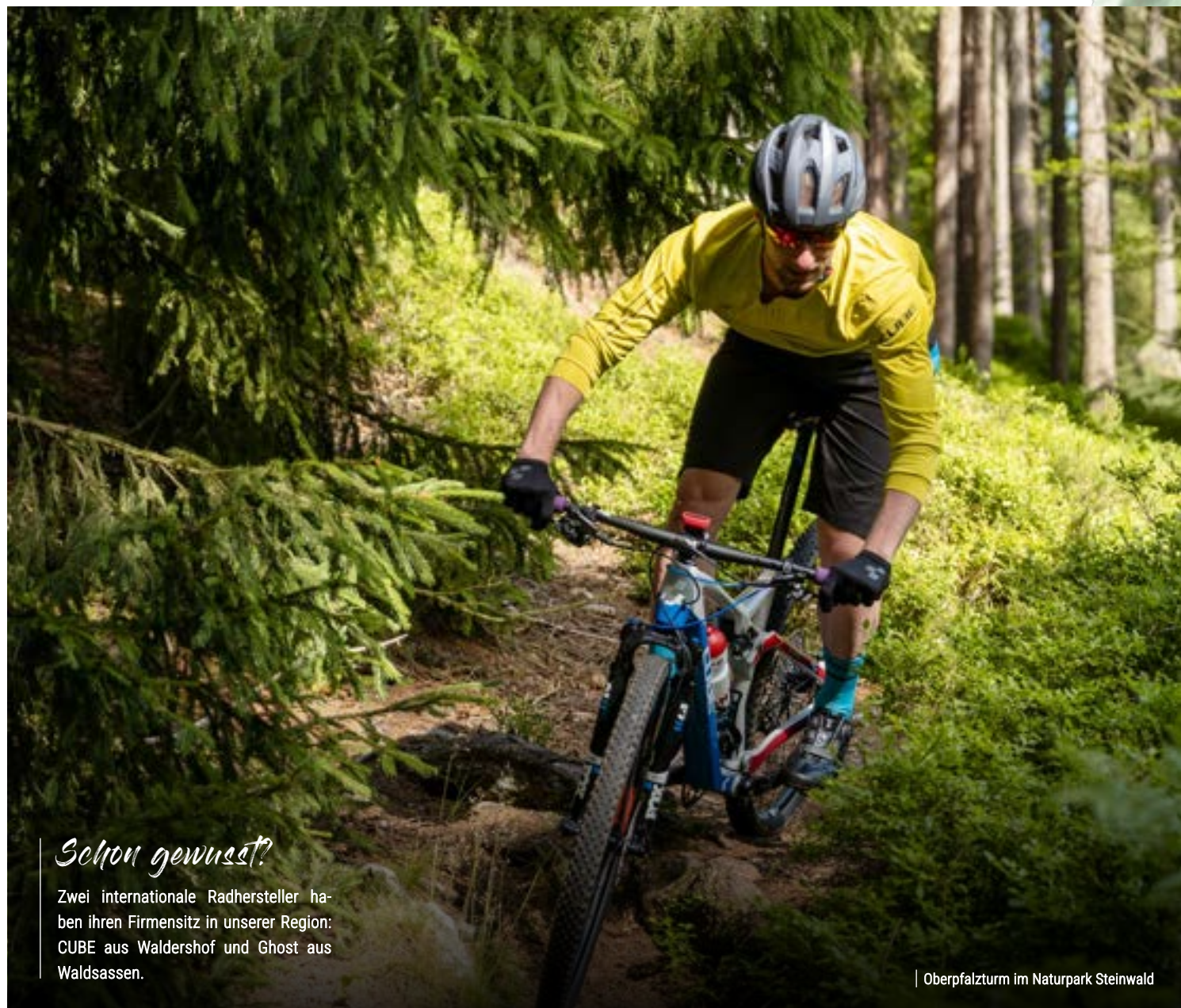
WASA-Trails

Waldsassen

 zur Tour



In Waldsassen gibt es was Cooles – die WASA-Trails. Die fünf Trails eignen sich aufgrund ihrer unterschiedlichen Längen, Höhenmeter und Schwierigkeitsgrade sowohl für geübte Biker als auch Neulinge im MTB-Sport. Es besteht die Möglichkeit, die Routen als eine Gesamtstrecke abzufahren. Der Start ist am Bikepark Waldsassen. Am Ende der Tour erwartet Dich ein Flowtrail, bei dem Anfänger und Köhner ihren Spaß haben.



Schon gewusst?

Zwei internationale Radhersteller haben ihren Firmensitz in unserer Region: CUBE aus Waldershof und Ghost aus Waldsassen.

| Oberpfalzturm im Naturpark Steinwald



4 Fragen an den MTB-Guide

Mountainbike-Guide und Trainer Matthias Lenk aus Warmensteinach zeigt Outdoor-Fans auf dem Rad seit vielen Jahren die schönsten Plätze unserer wertvollen Natur.

1. Matthias, Du bist seit Jahren begeisterter Mountainbiker. Seit wann agierst Du als Mountainbike-Guide und wie kam es dazu?

Freunde und Bekannte fuhren bei Radtouren schon immer hinter mir her. 2003 gründete ich meine eigene Homepage mit Bereitstellung kostenloser GPX-Daten für Touren in der Region, da es diese Funktion in unserer Ecke bislang nicht gab. Im Jahr 2015 absolvierte ich eine Ausbildung zum geprüften Mountainbiker über die Deutsche Initiative Mountainbike e.V. (DIMB) bis hin zur Mountainbike Trainer-Lizenz des Deutschen Olympischen Sportbunds. Mein eigenes Kleingewerbe gründete ich 2019, seitdem mache ich fortlaufend Weiterbildungen und biete verschiedene geführte Mountainbike-Touren und -Kurse an, welche man unter www.mtboberpfalz.de einsehen kann.

2. Du bietest neben geführten Touren auch Fahrtechnik-Kurse an. Wie wichtig ist die richtige Fahrtechnik im Hinblick auf den stetig wachsenden Trend des E-Mountainbikes?

Fahrtechnik-Kurse sind sehr wichtig. Beim Fahren von E-Bikes steigt automatisch die Geschwindigkeit, dabei treten bereits beim Bremsen große Probleme auf. Stürze werden auch durch eine falsch gewählte Fahrstufe verursacht. Zu weiteren Konflikten führt die steigende Mobilisierung der E-Bike Fahrer gegenüber Fußgängern und Wanderern, da diese mit mindestens 10 km/h mehr Geschwindigkeit unterwegs sind.

3. Was sind Deine Lieblingsplätze in unserer Region?

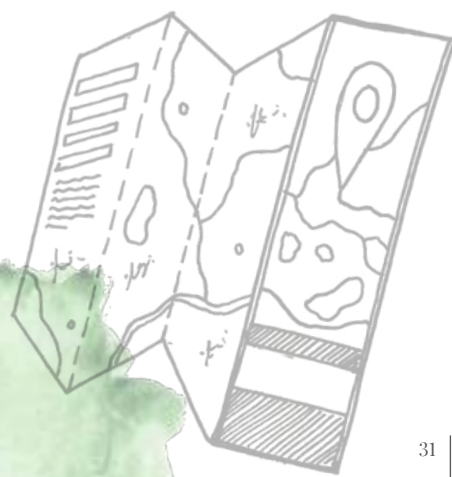
Das Waldnaabtal, der Steinwald, aber auch das Gebiet entlang des ehemaligen Eisernen Vorhangs mit seiner Geschichte am Rande der Grenze bei Bad Neualbenreuth und Silberhütte gehören zu meinen Lieblingsplätzen. Sommer wie Winter wird außerdem seit vielen Jahren die Kösseine unter die Stollen genommen.

4. Welche Mountainbike-Tour empfiehlst Du weiter?

Grenzüberschreitende Tour



zwischen zwei Ländern rund
um Bad Neualbenreuth (32 km)



Radwege

Die schönsten Tourentipps

Egal ob mit dem Rennrad, Mountainbike oder per E-Bike – das Stiftland und der Steinwald wird Dir Kilometer um Kilometer ans Herz wachsen! Zahlreiche Rund- und Fernradwege laden zu einer Entdeckungsreise bis ins Nachbarland Tschechien ein. Radl auf ehemaligen Bahntrassen, durch flache Teichlandschaften oder anspruchsvolle bergige Wälder.



| Vizinalbahn-Radweg bei Tirschenreuth

Wallenstein-Radweg

Grenzenloser Radlspaß

Von Marktredwitz geht es zur tschechischen Stadt Cheb. Die Südroute auf der ehemaligen Bahnlinie Waldsassen-Cheb lässt förmlich die Lokspuren noch erahnen und ist auch eine perfekte Anbindung des „6er“, einem beliebten Radweg, der über das berühmte und wunderschöne Karlsbad 200 Kilometer entlang des Flusses Eger verläuft.

 zur Tour



Tourdaten auf einen Blick

 Gesamtkilometer: 44 km
 Höhenmeter: 478 hm

Fichtelnaab-Radweg

Fichtelberg – Windischeschenbach

Dieser Radweg verbindet das Fichtelgebirge mit dem Oberpfälzer Wald (44 Kilometer). Von Fichtelberg aus kommend geht es vorbei an Brand in der Oberpfalz, dem Geburtsort des Komponisten Max Reger und durch eines von Bayerns schönsten Geotopen, dem „Grünland“ bis nach Erbendorf. Ab hier verläuft der Weg bis nach Windischeschenbach.

 zur Tour



Tourdaten auf einen Blick

 Gesamtkilometer: 45 km
 Höhenmeter: 303 hm

Wondreb-Radweg

Waldsassen – Falkenberg

Von der tschechischen Grenze bei Waldsassen folgt der Weg im wesentlichen dem Verlauf des kleinen und ursprünglichen Flüsschens Wondreb über die Zoiglstadt Mitterteich bis zur Burg Falkenberg.

 zur Tour



Tourdaten auf einen Blick

 Gesamtkilometer: 30 km
 Höhenmeter: 233 hm

Vizinalbahn-Radweg

Wiesau – Bärnau

Der Weg führt die Radler entspannt und ohne Steigung durch die herrliche Teichlandschaft bei Wiesau und Tirschenreuth in die kleine Stadt Bärnau, wo der Geschichtspark als Deutschlands größtes archäologisches Freilandmuseum Mittelalter zum Anfassen bietet.

 zur Tour



Tourdaten auf einen Blick

 Gesamtkilometer: 30 km
 Höhenmeter: 111 hm



Vulkantour um den Schlossberg Waldeck

Schon gewusst?



Oberpfälzer
Radl-Welt

Kennst Du die Oberpfälzer Radl-Welt?

Sechs Erlebniswel-

ten mit 85 bis 155 Kilometer Länge verbinden das Radstreckennetz des gesamten Oberpfälzer Waldes miteinander. Durch das Stiftland und den Steinwald verlaufen die Welten „Wald & Täler“, „Zoigl & Fisch“ sowie „Vulkane und Erdgeschichte“. Im Süden geht es weiter mit den Touren „Genuss & Kultur“, „Sagen & Geschichte“ und Wasserwelten.

zur Tour



Vulkantour

Im Kemnather Land

Feuerspeiende Berge? Keine Sorge, bei uns sind die Vulkankegel längst erloschen. Dafür bieten die Berge atemberaubende Fernsichten über unsere Region. Der Rundradweg beginnt im Zentrum von Kemnath und verbindet die herrlichen Vulkane im Kemnather Land, von denen es mehr als 20 in dieser Ecke gibt. Auf der Tour kommen Radfahrer unter anderem vorbei am Rauhen Kulm, dem Waldecker Schlossberg und dem Zinster Steinbruch.

zur Tour



Tourdaten auf einen Blick

88 Gesamtkilometer: 58,8 km

↕ Höhenmeter: 787 hm

Steinwald-Radweg

Einmal um den Naturpark

Auf diesem Weg kann der gesamte Naturpark umrundet werden. Der Radweg führt auf abwechslungsreichen Berg- und Talfahrten durch die umliegenden Ortschaften des Steinwalds. Radler passieren unter anderem den Wallfahrtsort Fuchsmühl oder den Haferdeckfelsen bei Friedenfels.

zur Tour



Tourdaten auf einen Blick

88 Gesamtkilometer: 63 km

↕ Höhenmeter: 672 hm

Tourentipp: Stiftland-Steinwald-Tour

zur Tour



Auf der „Stiftland-Steinwald-Tour“ kann der gesamte Landkreis Tirschenreuth per Rad erkundet werden. Die 106 km lange Tour ist ideal für eine 2-Tages-Fahrt mit Übernachtung. Die Strecke verläuft auf dem Steinwald- und Stiftländer Karpfen-Radweg und führt durch die Teichpfannen von Kemnath, Wiesau, Mitterteich und Tirschenreuth sowie durch einige Zoiglortschaften.

Rad- und Ausflugsbusse

Zwischen 1. Mai und 31. Oktober fährt der Rad- und Ausflugsbus der Linie Naabtal-Express mehrmals pro Tag an den Wochenenden und Feiertagen durch die Region. Auf dem Anhänger können bis zu 16 Räder transportiert werden. Für Gruppen ist eine Reservierung erforderlich. An das Streckennetz sind die Bahnhöfe Wiesau, Neusorg und Eger (Cheb) angeschlossen.



www.oberpfaelzerwald.de/rad-und-freizeitbus-tir



Geisterwald

Geisterwald Pullenreuth

Der verwunschene Geisterwald beginnt am Wanderparkplatz Harlachberg bei Pullenreuth, wo bereits ein stacheliger Drache wartet. Auf dem einen Kilometer langen Geisterpfad stoßen die Entdecker auf verschiedene Wesen aus Sagen und Bräuchen. Auch Spinnen hinterlassen überall ihre Netzfallen und eine hungrige Schlange sowie lustige Baumgestalten verstecken sich hier an vielen Ecken. Die Tour lässt sich hervorragend mit einem Besuch in der Glasschleif Pullenreuth und einem Spaziergang auf dem Schleifererpfad verbinden.



Wanderparkplatz
Harlachberg
95704 Pullenreuth

Straußenfarm Mitterhof

Der ehemalige Crangienhof des Klosters Waldsassen ist aus seinem Dornröschenschlaf erwacht – Kerstin und Matthias Frank und deren Familie betreiben seit geraumer Zeit auf dem Mitterhof eine Straußenfarm und halten auch viele andere Tiere wie Wollschweine, Ziegen und Alpakas. Ein Hofladen mit regionalen und eigenen Produkten sowie ein Hofcafé und regelmäßige Straußen- und Urschweindinner gehören ebenso zum Konzept des Mitterhofs wie Lama- und Alpaka-wanderungen. Auf dem Mitterhof ist der Weg das Ziel und es finden stets neue Ideen Eingang auf dem schmucken Anwesen.

Motorik-Fun Park Sibyllenbad

Besuche das individuell gestaltete Bewegungsparadies im Kurpark des Sibyllenbades mit 54 Einzelgeräten auf 26 Stationen. Der Motorik-Fun Park ist für alle Gäste aus Nah und Fern, für Jung und Alt frei zugänglich, um Freude an der Bewegung zu vermitteln. Dieses Angebot ergänzt den attraktiven Kurpark mit zertifiziertem Vitalparcours.

Phantastischer Karpfenweg Kemnath

Rund um den Fisch dreht sich alles auf dem Phantastischen Karpfenweg in Kemnath. Auf ca. zweieinhalb Kilometern wird die tausend-jährige Geschichte der Karpfenzucht in der Region erläutert. Die farbenfrohen Fischskulpturen von einheimischen Künstlern lassen den Weg zu einem Erlebnis werden. Auf dem Spielplatz im Seeleitenpark können sich die Kleinen so richtig austoben.



Mitterhof 1
95652 Waldsassen



Kurallee 1
95698 Bad Neualbenreuth



Primianusplatz
95478 Kemnath



Freizeithugl Großbüchlberg

Der Freizeithugl in Großbüchlberg bei Mitterteich sorgt für reichlich Unterhaltung für die gesamte Familie. Eine Runde Minigolf oder Pit Pat, eine rasante Fahrt auf der Sommerrodelbahn mit ihrer 760 Meter langen Bergabfahrt und 14 Riesenkurven oder Jumpen auf einem der Bungee- und Netztrampolins – hier stehen Spaß und Action an erster Stelle. Im Restaurant kann man nach einem gelungenen Tag eine leckere Mahlzeit genießen.

Erlebnisswelt Waldnaabaue

Der Walderlebnispfad am Sterzer Rundweg ist eine gelungene Erlebnisswelt rund um das Thema Wald. Zwölf Stationen, wie zum Beispiel Fußfühlpfad, Pilze und Höhlen, Family-Bikeparcours, Moosweiher, Kletterparcours und Fitness-Treffpunkt warten auf die Besucher. Entlang des Weges sind einzigartige mit der Kettensäge gefertigte Holzfiguren aufgestellt.

WaldErlebnispfad Fuchsmühl

Der Parcours des WaldErlebnispfads führt ab dem Forsthaus in Fuchsmühl durch eine besonders reizvolle Landschaft. Die Waldbesucher haben bei allen elf Stationen Aufgaben zu bewältigen: Kinder können beim Tierweitsprung herausfinden, welchem Tier sie ähneln oder einen eigenen Wasserlauf mithilfe der archimedischen Schraube in Gang setzen. Hier werden Neugierde und Wissensdrang definitiv geweckt.



Großbüchlberg
95666 Mitterteich



Parkplatz
Waldnaabaue
Großensterz
95666 Mitterteich



Parkplatz Forsthaus
Hackelsteinstraße
95689 Fuchsmühl

Camping- und Trekkingplatz

Finde Deine passende Übernachtungsmöglichkeiten im Steinwald. Du hast die Wahl zwischen Hotels, Ferienwohnungen, Appartements, Urlaub auf dem Bauernhof oder Camping.

 zur Seite



www.steinwald-urlaub.de/uebernachten

Outdoor

- Im Naturpark Steinwald an bestehenden Routen (entspricht Zone 2) und an folgenden Felsen erlaubt:

Vogelfelsen
Räuberfelsen
Ratsfelsen-Massiv
Augsburger Felsen
Burgfelsen Neuhaus (bei Windischeschenbach)

- Anfrage Kletterbetreuung und weitere Informationen:

Sektion Regensburg des Deutschen Alpenvereins
www.alpenverein-regensburg.de

Indoor

- Steinwaldhalle Friedenfels
- DAV-Kletterzentrum Tirschenreuth

Klettern



| DAV-Kletterzentrum Tirschenreuth

Schwimmen

- Naturbadeweiher und -seen: Badesee Kipp in den Wiesauer Waldseen, Rothenbürger Weiher bei Tirschenreuth, Naturerlebnisbad Kemnather Land in Immenreuth, Kösseinebad Waldershof, Erlenweiher Thumsenreuth bei Krummenaab, Moorweiher Bärnau, Badeweiher in Fuchsmühl, Konnersreuth und Pechbrunn, Großer Weiher in Plößberg
- Freibäder: Mitterteich, Tirschenreuth, Friedenfels, Waldsassen, Erbdorf, Windischeschenbach, Altglashütte bei Bärnau
- Hallenbäder: Erbdorf, Kemnath, Mitterteich, Tirschenreuth, Waldsassen



| Badeweiher Fuchsmühl

Golfen

- 18-Loch-Golfplatz
Golfclub Stiftland e.V.
Ottengrün 50, 95698 Bad Neualbenreuth
www.gc-stiftland.de





Langlauf Loipe Marktredwitzer Haus



Langlaufen

100 Loipenkilometer

Genieße die verschneite Winterlandschaft auf 100 Kilometer präparierten Loipen in verschiedenen Schwierigkeitsgraden für Klassik und Skating. Von ebenen Anfänger-Loipen, über sonnige Strecken für Genuss-Gleiter, bis hin zu Biathlon ist alles dabei. Das Langlaufen durch unsere Wiesen und Wälder macht den Kopf frei und fordert den ganzen Körper. Wir haben Deine Lust geweckt? Nichts wie los, die Loipe lockt!

Skilanglaufzentrum Silberhütte

— Weit über die Region hinaus bekannt ist die Silberhütte als Skilanglaufzentrum mit professionell präparierten Strecken. Auch der international bekannte Spitzensportler Eric Frenzel nutzt das Loipennetz für Trainingszwecke. Es umfasst rund 50 Kilometer mit unterschiedlichen Profilen und eignet sich für Anfänger und sportbegeisterte Familien ebenso wie für Fortgeschrittene und Leistungssportler. Eine Besonderheit ist die moderne Laser-Biathlonanlage, die sich für alle Altersgruppen eignet. Gewalzte Wege führen den Wanderer auf Rundtouren durch das bayerisch-böhmische Grenzgebiet. Den internationalen Charakter des Sportzentrums unterstreicht eine zehn Kilometer lange Loipe mit Einkehrmöglichkeiten auf tschechischer Seite in Zlatý potok (Goldbach).



Förderkreis SLZ Silberhütte e.V.
Dorfstr. 1, 95703 Plößberg
E-Mail: slz.silberhuette@t-online.de

Steinwald-Loipe

— Bei guter Schneelage stehen den Skiläufern 50 Kilometer gespürte Loipen in einer Höhenlage von 600 bis 900 m zur Verfügung. Sie sind gleichermaßen geeignet für Einsteiger und geübte Skiläufer. Egal, ob im klassischen Stil oder im Skating. Der Skihauptweg erstreckt sich auf 28 Kilometern vom Waldhaus im Steinwald bis nach Pechbrunn. Die Zubringerloipen verlaufen zwischen Harlachberg bei Pullenreuth und Bärnhöhe bei Friedenfels. Rundkurse gibt es in Pfaben (Saubadloipe, 5 Kilometer), ab Fuchsmühl (Hackelsteinloipe, 8 Kilometer) und bei Pechbrunn (Teichelbergloipe, 6 Kilometer). Weitere Zustiege in den Ski-Hauptwanderweg sind ab dem Wanderparkplatz in Hohenhard bei Waldershof, in Herzogöd bei Fuchsmühl sowie an den beiden Wanderparkplätzen in Fuchsmühl bei der Kapelle Maria Frieden und am Alten Forsthaus möglich. Eine Nachtlaufloipe mit Flutlicht startet direkt am Parkplatz in Pfaben bei Erbdorf.



Abfrage Loipenzustandsbericht
Steinwald-Loipe: www.steinwald-urlaub.de/langlauf
Skilanglaufzentrum Silberhütte:
www.slz-silberhuette.org/de/loipenstatus





Mir neue Erfahrungen schenken.

Ab und an sollte man den berühmten „Blick über den Tellerrand“ wagen! Um neue Eindrücke zu sammeln, seinen Horizont zu erweitern oder – um beim Teller zu bleiben – neue kulinarische Genüsse zu erfahren. Guten Appetit!

Unsere Zoigl-Tradition

600 Jahre Biergenuss

Wer den Oberpfälzer in seiner natürlichen Umgebung beobachten will, sucht am besten eine Zoiglstube auf. An mehreren Tagen der Woche ist er dort mit seinen Artgenossen zu finden. Zweck der Zusammenkunft ist der Genuss des sogenannten Zoigl-Bieres, begleitende Nahrungsaufnahme und vor allem eine der Lieblingsbeschäftigungen des Oberpfälzers: Gemütliches Beisammensein. Unter Zoigl versteht man ein untergäriges Bier, das nach althergebrachter Weise im nördlichen Oberpfälzer Wald gebraut wird. Dabei hat jeder Brauer sein eigenes Rezept, sodass der Geschmack von Stube zu Stube und manchmal auch von Monat zu Monat leicht variiert. Gebraut wird im Kommunbrauhaus, das von den brauberechtigten Bürgern gemeinsam genutzt und unterhalten wird. Das Braurecht ist fest mit Haus und Hof verbunden und meist seit Jahrhunderten im Grundbuch eingetragen. Seit einiger Zeit ist der Zoigl aus den fünf unten genannten Ortschaften durch das Markenzeichen „Echter Zoigl vom Kommunbrauer“ erkennbar. Dieses garantiert, dass der Zoigl tatsächlich im Kommunbrau-

haus vom Zoiglwirt mit eingetragenem Braurecht hergestellt wurde. Heutzutage gibt es aber auch Brauereien, die Zoiglbier im Angebot haben.

Früher wurde der Zoigl in der guten Stube, sozusagen dem Wohnzimmer der Brauer, ausgeschenkt. Heute ähneln die Zoiglstuben schon eher klassischen Wirtshäusern. Reservierungen gibt es hier nicht. Wer in die Zoiglstube kommt, egal ob Einheimischer oder Besucher, setzt sich einfach dazu, wo noch Platz ist. Was es auch nicht gibt, ist die Sie-Form. „Am Zoigl“ wird sich grundsätzlich geduzt. Neue Bekanntschaften sind dank der Oberpfälzer Gastfreundschaft schnell geschlossen und auch so manches Liebespaar hat sich schon auf der Eckbank gefunden. Immer gern gesehen sind auch Musikanten. Wer mag, darf sein Instrument mitbringen und aufspielen – im Sommer auch gerne draußen. Dann sitzen die Gäste am liebsten in den lauschigen Gärten und Innenhöfen beisammen.

5

Der „echte“ Zoigl wird nur in fünf Orten in der Oberpfalz gebraut, nämlich Falkenberg, Mitterteich, Neuhaus, Windischeschenbach und Eslarn.

2018

Seit 2018 ist der Zoigl im bundesweiten Verzeichnis des immateriellen Kulturerbes zu finden.



Hawadere

Stodldouadiadl

Tona

Tschitzschenbooch

Guggan

huzagäi

Begrüßung, Verabschiedung

Scheunentörtchen

Jahr

Windischeschenbach

Tüte

zu Bekannten gehen

zum Gesprächsaustausch

Des Oberpfälzers Dialekt

Kaum vergleichbar

Der Oberpfälzer Dialekt ist ohnehin kaum vergleichbar mit den anderen bayerischen Dialekten. Berühmt ist die Oberpfalz vor allem für ihr schönes, rundes „ou“, das aus tiefster Kehle kommt und für Auswärtige in seiner Reinform kaum zu imitieren ist. Etwa in dem Paradesatz „A Bou mou dou, was a Bou dou mou.“ („Ein Bub muss tun, was ein Bub tun muss.“). Wer seine Tischnachbarn in der Zoiglstube mit Fachwissen beeindrucken will, kann schon mal ein bisschen üben.



Die Kirchweih-Tradition

Wer houd Kirwa?

„Wer houd Kirwa? Mir hom Kirwa!“ Keine Frage, der Oberpfälzer wäre nicht denkbar ohne seine Feste. Von Frühjahr bis Herbst vergeht kaum ein Wochenende, an dem nicht irgendein Ort Kirchweih oder Kirwa, wie es in der Oberpfalz heißt, feiert. Meist am Jahrestag der Kirchenweihe oder am Namenstag des Schutzheiligen der Kirche. Wer keine eigene Kirchweih hat, der feiert einfach die „Landkirwa“ oder „Allerweltskirwa“ am dritten Sonntag im Oktober. Ein Termin, der ursprünglich im Jahr 1866 von der Obrigkeit festgelegt wurde, um die Überhand nehmende Feierwut der Landbevölkerung einzudämmen. Die Oberpfälzer widersetzten sich dieser Anordnung und feiern seitdem die Landkirwa einfach zusätzlich.

Historische Fassbinderei

Handwerker-Tradition

In der Handwerkerscheune in Matzersreuth wird das Inventar einer ehemaligen Tirschenreuther Fassbinderei bewahrt und 2021 als Immaterielles Kulturerbe in Bayern ausgezeichnet. Der Arbeitskreis Historisches Handwerk vermittelt alte Handwerkstechniken und erhält wertvolles Kulturgut.



www.museumsquartier-tirschenreuth.de



Küchel [Anzogne Köchln]



Portionen
80



Minuten
180



Schwierigkeit
8/10



Kategorie
Gebäck

Zum Rezept geht's hier entlang!
Viel Spaß beim Backen.



Bio-Erlebnisse

Vom Bio-Rind bis zum Bio-Käse

Abenteuer, Natur, Lebensqualität – und alles bio! Im Steinwald dreht sich jährlich im Sommer alles um Bio-Erlebnisse. Verschiedene Veranstaltungen laden zum Genießen und Entdecken von Bio ein. Das Programm „Bio-Erlebnisse“ vereint unter anderem gemütliche Wanderungen, sportliche Radtouren und Ausritte, informative Betriebsführungen und kulinarische Kochkurse. Ob Jung oder Alt, ob Einheimischer oder Urlauber – die „Bio-Erlebnisse“ bieten für jeden einen Mix aus spannenden Abenteuern und Wissenswertes über den Ökolandbau und Bio in der Region. Im Stiftland wird der Sommer mit den Stiflandtagen und Bio-Erlebnistagen attraktiv für die Bevölkerung gestaltet. Die Bio-Bewusstseinsbildung wird in den bayesischen Öko-Modellregionen großgeschrieben, denn sie sind Teil des Landesprogramms „BioRegio Bayern 2030“ der Bayerischen Staatsregierung. Ziel dabei ist 30 % Bio bis 2030 und die Stärkung der Nachfrage nach ökologischen Lebensmitteln aus regionaler Produktion.

Steigerung um 90 %

Der Steinwald ist seit 2014 dabei und hat bereits beeindruckende Erfolge vorzuweisen: Die Anzahl der Bio-Betriebe und der Anteil biologisch bewirtschafteter Fläche ist bereits um 90 % angestiegen.



www.steinwald-allianz.de/bio-erlebnisse

34 staatlich anerkannte Öko-Modellregionen

Als zwei von derzeit 34 staatlich anerkannten Öko-Modellregionen in Bayern zählen Steinwald und Stiftland damit zu den Vorreitern in Sachen Bio und regionaler Vermarktung.

Ökolandwirte und an der Umstellung interessierte Landwirte können sich außerdem bei regelmäßig stattfindenden Bio-Bauernstammtischen über die Projekte der Öko-Modellregionen Steinwald und Stiftland informieren. Für Verbraucher bieten Bio-Direktvermarkter-Verzeichnisse Informationen zu Einkaufsmöglichkeiten in der Region. Backwaren, Kartoffeln, Gemüse und auch Rindfleischprodukte werden ökologisch produziert und meist direkt ab Hof verkauft. Einen Vorgeschmack auf die regionalen Produkte bekommt man unter anderem im Herbst auf der Bio-Meile der Steinwald-Allianz oder an den Menüabenden von „Bio-Genießen“. Das Konzept: Ausgewählte Restaurants servieren mehrere Gänge aus regionalen Bio-Zutaten. Im „mobilen Dorfladen“ – ein fahrender Supermarkt für ländliche Orte ohne Nahversorgung – erfreuen sich Kunden über die regionalen Erzeugnisse und kulinarischen Köstlichkeiten.

Ein Highlight ist dabei der saftig leckere Bio-Rinderburger, der die Herzen der Fleisch-Fans höherschlagen lässt. Um die regionale Bio-Rindfleisch-Vermarktung anzukurbeln, haben sich 2019 zehn Öko-Rinderhalter zur „Erzeugergemeinschaft Öko-Rinder aus dem Steinwald“ zusammengeschlossen. Die Öko-Modellregion Stiftland hat mit dem Aufbau einer mobilen Käserei die Wertschöpfung der Bio-Milch nicht nur im Landkreis stark vorangebracht. Das Sortiment führt sowohl Schnitt- als auch Weichkäsesorten. Im Stiftland gibt es aber noch andere bio-regionale Gaumenfreuden. So werden Heidelbeeren in Neudorf bei Konnersreuth mit Biozertifikat produziert und in Griesbach bei Mähring wachsen und gedeihen neben dem Dinkel, der nach der Ernte zu Dinkelreis weiterverarbeitet wird, auch ein bio-regionaler Eiweißträger. Linsen. In Bärnau gibt es sogar edles Bio-Wagyu-Rindfleisch. Das Rinderfett ist sogar Träger des Bayerischen Bio-Siegels.



www.oekomodellregionen.bayern



Brennerei Schraml

Idyllisch mutet die Alte Propstei in Erbdorf, mit der efeubewachsenen Fassade und den knorrigen Bäumen im Obstgarten, an. Im Inneren der alten Gewölbe schlummern wahre Schätze – zumindest in den Augen der Liebhaber edler Tropfen. Im ehemaligen Kloster und Pfarrhof ist die Steinwald-Brennerei Schraml zu Hause, die in der sechsten Generation feine Brände, Liköre und andere Spezialitäten herstellt. Wer sich nicht entscheiden kann, darf im Warehouse II auch gerne ein Gläschen verkosten. Beim „Zierderbeck“ erfährt man auch, dass guter Whisky nicht unbedingt aus Schottland oder Tennessee kommen muss. Bereits seit über hundert Jahren stellt die Brennerei Schraml nach der gleichen Rezeptur die preisgekrönten bayerischen Whiskys aus regionalen Rohstoffen her. Die Traditions-Brennerei ist damit laut Whisky Guide die älteste Whisky-Destillerie Deutschlands. Nach drei bis zehn Jahren im Eichenfass gelangt der Whisky schließlich zur Reife und entfaltet – je nach Sorte – seinen vollen Geschmack. Dieser wird seit neuestem im Stonewood Warehouse II erlebbar gemacht. Zwischen alten Fässern, Eventbar und Showroom bietet das neue Besucherhaus der Schramls dem Gast die sinnliche Erfahrung schöner Dinge. Neben den exklusiven Stonewood Whiskys sind dies auch die Schraml Edelbrände und natürlich die Glühweine aus der Steinwälder Punschwerkstatt.



www.brennerei-schraml.de

Lebkuchen Rosner

Die Klosterstadt Waldsassen zählt seit 2018 zu den „100 Genussorten Bayerns“, eine Auszeichnung vom Bayerischen Staatsministerium für Ernährung und Landwirtschaft. Hier kommen Naschkatzen aller Art auf ihre Kosten. Feine Pralinen, leckere Torten und andere Gebäcke zaubert die Bäckerei und Lebkuchenmanufaktur Rosner. Auch Fürstin Gloria von Thurn und Taxis hat die Waldsassener Lebkuchen für sich entdeckt. Sie lobte sie in einer Fernsehsendung als „die besten der Welt“, was einen wahren Ansturm auf den kleinen Familienbetrieb auslöste.



www.lebkuchen-rosner.de



Die Kaffeedruckerei Kohl

Die kleine, 2018 gegründete Kaffeerösterei liegt mitten im Herzen von Tirschenreuth. Neben einer Druckerei in dritter Generation geht das Familienunternehmen seitdem auch ihrer Leidenschaft für Kaffee nach. Sie rösten Bohnen aus über 8 Ländern, darunter direkt gehandelte Projekt- und Spezialitätenkaffees sowie biozertifizierte Rohkaffees.



www.diekaffeedruckerei.de



Geschichtspark Bärnau-Tachov

Mittelalter zum Anfassen

Der Geschichtspark ist mit rund 30 rekonstruierten Gebäuden aus dem 9. – 13. Jahrhundert n. Chr. das größte mittelalterliche Freilichtmuseum im deutschsprachigen Raum. Bei einem Rundgang durchstreifen Besucher ein frühmittelalterliches slawisches Dorf, erklimmen die imposante Turmhügelburg des 11. Jahrhunderts und gelangen schließlich in eine hochmittelalterliche Siedlung. Damit zeigt der Geschichtspark in einzigartiger Weise die historische Entwicklung einer Region, die vom Zusammenwachsen der bayerischen Bevölkerung mit den slawischen Siedlern geprägt ist. Die Darsteller vermitteln besonders während der Veranstaltungen einen lebendigen Eindruck vom damaligen Alltag. Geschichte wird zum Greifen nah – im wahrsten Sinne des Wortes.

Neueste Attraktion ist eine mittelalterliche Schaubaustelle des 14. Jahrhunderts. Die Handwerker rekonstruieren in einem zwanzigjährigen Projekt eine Reisestation von Kaiser Karl IV. Regionale Bauweisen und historisches, nahezu in Vergessenheit geratenes Handwerk werden hier wieder lebendig. Die Weiterverarbeitung von Granitbrocken zu Mauersteinen und von Baumstämmen zu Balken kann hier hautnah miterlebt werden. Das Handwerkerteam freut sich allen Besuchern ihr Handwerk näher zu bringen.



Aktuelle Veranstaltungen, Workshops und Seminare
unter www.geschichtspark.de



3 Fragen an den wissenschaftlichen Leiter Stefan Wötters

1. Wie kam es zur Idee, einen Geschichtspark zu gründen?

Geboren wurde die Idee im Umfeld der 650 Jahr-Feier der Stadt Bärnau. Man wollte zeigen, wie geschichtsträchtig die ganze Region ist und diese Geschichte sichtbar und erfahrbar machen. Bis zum Geschichtspark war es dann aber noch ein weiter Weg und das Konzept wandelte sich vom Freizeitpark zum archäologischen Freilandmuseum mit lebendiger Geschichtsdarstellung und Mitmach-Programmen.

2. Wie viel Bedeutung hat die Zusammenarbeit mit den tschechischen Partnern, gerade im Hinblick auf die Grenznähe des Stiftlandes?

Von Anfang an war es ein „Versöhnungsprojekt“ für die Nachbarn an der Grenze. Was eignet sich besser als die gemeinsame Geschichte, um einen gemeinsamen Kulturraum zu definieren? Plötzlich merkt man, dass einen mehr verbindet als einen trennt. Die vermeintliche Randlage an der Grenze wurde im zusammenwachsenden Europa in einen Standortvorteil umgewandelt, ohne Zusammenarbeit wäre unser Geschichtspark nicht denkbar.

3. Auf der einen Seite Digitalisierung, auf der anderen Seite Mittelalter – Wie passt das zusammen?

Das passt prima zusammen, denn beides sind Punkte auf unserer Entwicklungslinie. Sich selbst als Teil einer immer fortschreitenden Entwicklung zu sehen, fällt dem Menschen eher schwer und er betrachtet sich stets als „der Weisheit letzten Schluss“. In 20 Jahren ist die heutige Diskussion auch Geschichte und wird aus anderer Perspektive bewertet werden. Romantisch wird Geschichte immer erst in der Rückschau, jede Zeit hat ihre Herausforderungen und Probleme und die passenden Antworten – darum bemühen wir uns, diese ferne Zeit so exakt wie möglich darzustellen, um aus ihr auch etwas über uns heute zu lernen.



Neu 2026: Naturdorf Bärnau

Das Naturdorf Bärnau ist ein ökologisches Bauprojekt, das aus Erkenntnissen, die beim Bau der Reisesation im Geschichtspark gewonnen wurden, entstanden ist.

Übernachtungsmöglichkeiten gibt es auf dem Mittelalterzeltplatz, dem Wohnmobilstellplatz und dem Naturdorf Bärnau.



www.naturdorfbaernau.de

das zwöelfer

Museen im Landkreis Tirschenreuth



www.daszwoelfer.de

Museumsbesuche

Von Porzellan bis zur bayerischen Mundart

Die Museen in Stiftland und Steinwald sind genauso vielfältig, wie die Regionen. Von Fisch über Porzellan und Krippen bis hin zu archäologischen Funden aus der Steinzeit ist für jeden etwas dabei. Sie bilden gemeinsam „das zwöelfer“. Das steht für zwölf Monate vielfältiges Programm mit Sonderausstellungen, Aktionstagen, Workshops und mehr. Buche eine Führung für einen tieferen Einblick in eines unserer Museen. Oder Du kommst einfach einmal vorbei und lässt Dich überraschen, welche Schätze es zu entdecken gibt!

Burg Falkenberg

Die Burg Falkenberg steht für ein Jahrtausend wechselvolle Geschichte und beherbergt heute ein Hotel, Tagungszentrum und Museum. Während der Burgführungen (an allen Sonn- und Feiertagen um 14:30 Uhr) werden den Besuchern Einblicke in die Architektur, die wechselvolle Burrgeschichte und das bewegte Leben des ehemaligen Burggrafen von der Schulenburg gewährt.

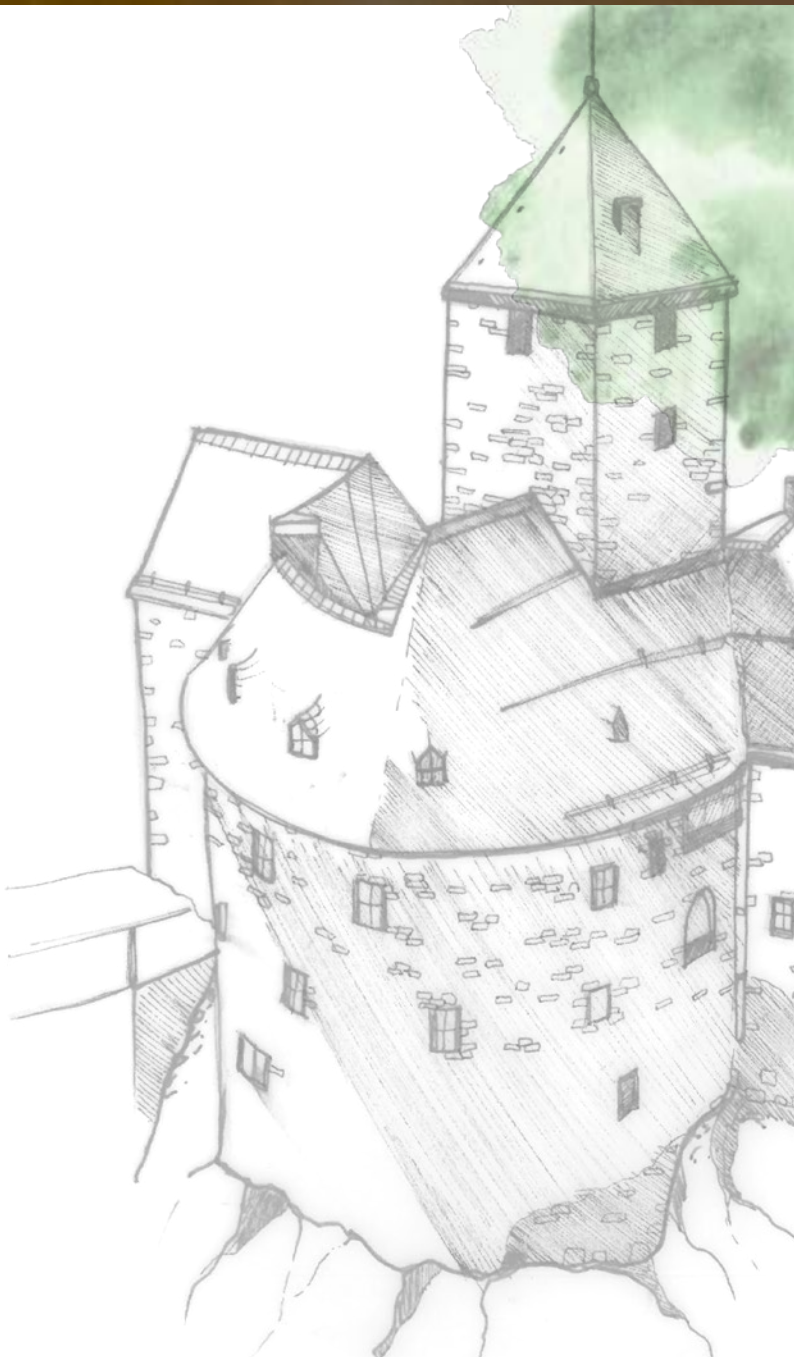
Schon gewusst?

Früher wurde die geschorene Wolle in Jutesäcke gefüllt und aufeinander gestapelt. Diese Wollsäcke sahen aus wie die rundlichen Granitblöcke, die in Falkenberg besonders schön ausgeprägt sind. Das fand auch 1868 ein bedeutender bayerischer Geologe, nämlich Carl Wilhelm von Gümbel und nannte die Felsblöcke Wollsäcke. Er wandte den Begriff, der heute allgemein gebräuchlich in der Geologie ist, in Falkenberg das erste Mal an. Damit ist der Burgfelsen eine wissenschaftliche Typlokalität und gehört zudem zur Liste der 100 schönsten Geotope Bayerns. Diese Wollsackfelsen sind in der Region öfter zu finden, unter anderem an der Burgruine Weißenstein im Steinwald.

Der Rundgang beinhaltet auch einen Besuch im Museum, dessen Schwerpunkt auf Schulenburg und der Zeitgeschichte des Kaiserreichs, der Weimarer Republik und des Dritten Reichs liegt. Friedrich-Werner Graf von der Schulenburg restaurierte die Anlage zwischen 1934 – 1941 denkmalgerecht. Die Zeit als Burgherr war ihm jedoch nicht lange vergönnt. Er wurde 1944 hingerichtet, da er in das Attentat vom 20. Juli 1944 auf Adolf Hitler verwickelt war.



Burg 1
95685 Falkenberg



MuseumsQuartier Tirschenreuth

Im MuseumsQuartier gibt es für Jung und Alt viel zu sehen. In großen Aquarien schwimmen Karpfen und Co. und erzählen sogar persönlich von ihrem Leben in der Natur. Beeindruckende Krippen und raffiniertes Porzellan zeigen das handwerkliche Geschick der Tirschenreuther. Aber auch die Geschichte der Vertriebenen aus dem Kreis Plan-Weseritz wird anschaulich erzählt. Oder begib Dich auf die Spuren des berühmtesten Sohnes der Stadt, Johann Andreas Schmeller, der das erste „Bayerische Wörterbuch“ verfasste. Für Kinder bietet die Museumsrallye einen spannenden Einstieg ins Museum und interessante Begegnungen beim Fische beobachten in den Großaquarien im Haus am Teich.



Regensburger Straße 6
95643 Tirschenreuth

Museum Mitterteich

Wo früher Porzellan für den Weltmarkt produziert wurde, ist heute ein kulturelles Zentrum der Stadt entstanden. Originale Arbeitsplätze und Maschinen geben einen Einblick in die Arbeit eines „Porzelliners“. Ehemalige Mitarbeiter erzählen von ihrer Arbeit in der Fabrik. Kostbare Stücke verdeutlichen die hohe Qualität der Mitterteicher Produktion. In der Abteilung „Handwerk“ leben alte Berufe der Stadt wieder auf. Regelmäßig wechselnde Sonderausstellung zeigen Kunst, Ortsgeschichte und vieles mehr.



Tirschenreuther Straße 10
95666 Mitterteich

Deutsches Knopfmuseum Bärnau

Wie kann ein kleiner Alltagsgegenstand wie ein Knopf eine ganze Stadt für sich einnehmen? In Bärnau lebten in den 1950er und 60er Jahren die meisten Einwohner von der Knopfindustrie. Über 30 Betriebe waren es zu Hochzeiten und sogar eine Knopffachschule gab es. Das Deutsche Knopfmuseum lässt diese Zeit wiederaufleben. Neben historischen Arbeitsgeräten zeigt sich die Vielseitigkeit des Knopfes. Vom kleinsten Knopf der Welt bis zum aufwändigen Kunstwerk – hier gibt es viel zu entdecken!



Tachauer Straße 2
95671 Bärnau

Stiftlandmuseum Waldsassen

Das Stiftland ist vielfältig und voller Traditionen. Da ist es nicht verwunderlich, dass das Stiftlandmuseum eine große Bandbreite an Alltagskultur, Religion und Handwerk präsentiert. Auf 4 Etagen findest Du liebevoll eingerichtete Geschäfte aus Waldsassen und der Umgebung. Die alte Schule, der Kramerladen und Wohnstuben erlauben einen Blick in eine längst vergangene Zeit. Originale Werkstätten von Schuster, Zimmerer, Sattler und Schlosser zeigen, wie sich die Arbeitswelt verändert hat.



Museumsstraße 1
95652 Waldsassen



weitere Museen

- Museum Flucht - Vertreibung - Ankommen Erbendorf
- Heimat- und Bergbaumuseum Erbendorf
- Heimat- und Handfeuerwaffenmuseum Kemnath
- Sengerhof und Grenzlandheimatstuben Bad Neualbenreuth
- Gelebtes Museum Mähring
- Glas-, Glasschmelzofen- und Krippenmuseum Plößberg
- Waldnaabtal-Museum Windischeschenbach
- GEO-Zentrum an der KTB Windischeschenbach
- Theres-Neumann-Museum Konnersreuth



www.daszwoelfer.de/de/die-museen



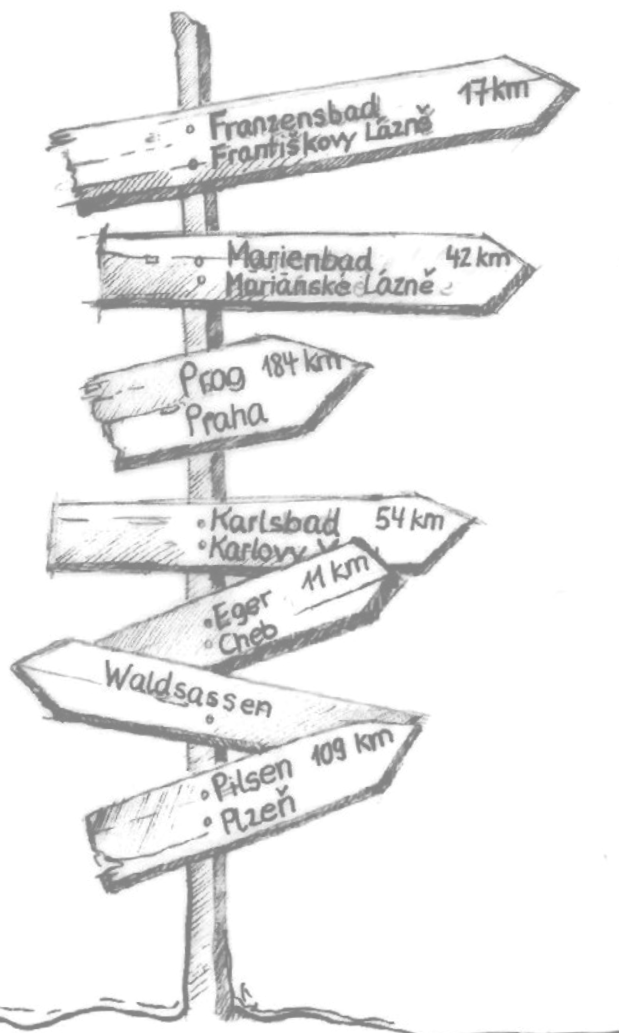
Burg Elbogen im malerischen Loket

Ahoj Česká Republika

Ein Ausflug zu den Nachbarn

Ganz nah liegt das Nachbarland Tschechien mit seinen barocken Kirchen, alten Städten und eindrucksvollen Kulturdenkmälern. Die Karlsbader Region mit dem böhmischen Bäderdreieck Franzensbad, Marienbad und Karlsbad besticht mit tollen Ausflugszielen und einem sehr gut ausgebauten Radwegenetz. Nicht zu vergessen die Leidenschaft der Tschechen für gutes Bier, ihre traditionelle böhmische Küche und das große Kulturangebot. Die goldene Stadt Prag ist gar nicht so weit weg und kann per Ausflugsbus oder Zug auf einem Kurztrip gut erkundet werden.

Westböhmen ist über die Grenzübergänge Waldsassen, Mähring und Bärnau oder mit dem Regionalzug ab Bahnhof Marktredwitz, Arzberg oder Schirnding erreichbar. Keine Angst vor der Sprachbarriere – die tschechischen Nachbarn verstehen uns sehr gut! Unsere Region pflegt seit vielen Jahren den Kontakt zu den tschechischen Nachbarn durch grenzüberschreitende Projekte mit den beiden Mikroregionen Marienbad und Konstantinsbad. Die Mikroregion Marienbad ist ein Verbund ländlicher Gemeinden im Umkreis von Marienbad. Die Mikroregion Konstantinsbad liegt zwischen Marienbad und Pilsen. Sie ähnelt mit vielen Burgen, Ruinen, Türmen, ihren Seenlandschaften und Wäldern dem Naturpark Steinwald und bietet ihren Gästen Natur pur. Der jährliche Fest-Höhepunkt ist das Apfelfest auf dem Schwanberg / Krasník in Kokašice am ersten Samstag im Oktober. Ein Markt mit regionalen Produkten sowie ein Apfelstrudel-Wettbewerb sind fester Bestandteil des Spektakels.





Sehenswürdigkeiten

- Bäderdreieck Franzensbad, Marienbad und Karlsbad
- Stadt Eger / Cheb mit Burganlage und ehemaligem Gartenschaugelände
- Burg Elbogen im malerischen Loket
- Dylen / Tillenberg in der Nähe des Mittelpunkts Europas
- Freilichtmuseum Doubrava
- Brauerei und Bierkeller in Chodova / Plana
- Metternich Schloss Königswart bei Marienbad
- Kammerbühl, erloschener Vulkan des böhmischen Massivs zwischen Eger und Franzensbad
- Naturschutzgebiet Soos; intaktes Hochmoor mit Gasmofetten (ca. 2 Kilometer langer Rundweg auf Stegen) bei Franzensbad
- Wallfahrtskirche Maria Loreto in Stary Hroznavov
- Burg Ostroh (Seeberg)
- Kloster und Bibliothek Tepl
- Wallfahrtskirche Maria Kulm in Chlum Svaté Maří



Marktplatz von Eger



Eventkalender

Frühling

Europassion 2027

Osterzeit • Tirschenreuther Kettlerhaus

Frühlingsfest

Ostermontag • Geschichtspark Bärnau

Kleines Kapplfest

Christi Himmelfahrt • Waldsassen

Radlersonntag

letzter Sonntag im April • auf den Bahntrassen-Radwegen
(Vizinalbahn-, Bockl- und Freundschaftsradweg)

Fischerfeste

Ende Mai/Anfang Juni • verschiedene Orte

Sommer

Großes Kapplfest

Sonntag nach Pfingsten • Waldsassen

Oberpfälzer Kulturtage

04. - 06. Juni 2027 • Kemnath

Panoramatour Oberpfälzer Wald

Radrennen • letzter Junisonntag • Windischeschenbach

Tag der offenen Gartentür und Kräuterfestival

letzter Junisonntag • Waldsassen

Bio-Meile und Waldhausfest

wechseln sich jährlich ab

Slawentage

1. Juli-Wochenende • Geschichtspark Bärnau

Fischerfest

3. Juli-Wochenende • Tirschenreuth

Radwallfahrt zur Wallfahrtskirche Maria Hilf

Mitte / Ende Juli (Sonntag) • Fuchsmühl

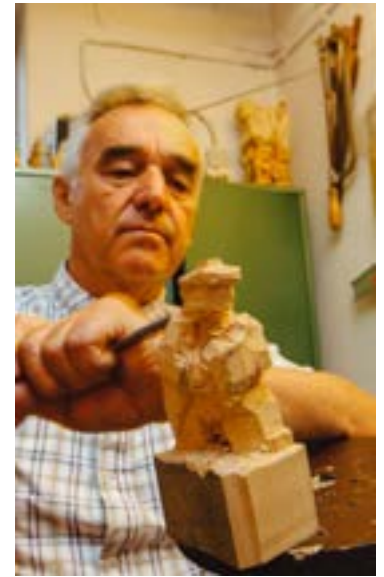
24 Stunden Steinwald erleben

Naturpark Steinwald

Wiesenfest

2. Donnerstag bis 3. Dienstag im August • Festplatz Kemnath





Herbst

Schlemmermeile

1. Septembersamstag • Waldershof

Herbstfest mit Bierwanderung

2. September-Wochenende • Friedenfels

Chilifest

3. Septembersonntag • Neusorg

Eröffnung Erlebniswochen Fisch

letzter Septembersonntag • wechselnde Orte

Obstbörse

letzter Septembersonntag • Klostergarten Waldsassen

Kartoffelfest

1. Oktobersonntag • Bad Neualbenreuth

Landkirchweih

3. Oktober-Wochenende • verschiedene Orte

Herbstmarkt

Landkirchweih-Sonntag • Schafferhof Konnersreuth

Winter

Advents- und Weihnachtskonzerte

1. und 2. Advent • Stiftsbasilika Waldsassen

Weihnachtsmärkte

Adventszeit • verschiedene Orte

Waldweihnacht

25. Dezember • Hackelstein Fuchsmühl

Sagenhafte Rauhacht

29. Dezember • Glasschleif Pullenreuth

Bergfeuer

30. Dezember • Schusterberg Friedenfels

Krippenwege

Weihnachtszeit • Marktrechwitz und Plößberg

Starkbierfeste

nach Fasching, meistens Februar - März • verschiedene Orte

Faschingsbälle

verschiedene Orte

Theater- & Konzertreihe

mehrere Veranstaltungen • Tirschenreuth

Cisterscapes – Cistercian landscapes connecting Europe

Auf den Spuren der Zisterzienser – Europäisches Kulturerbe entdecken

Ausgehend von Burgund prägte der Orden der Zisterzienser seit dem 11. Jahrhundert in ganz Europa die Umgebung der jeweiligen Klöster. Die Mönche agierten als Landschaftsgestalter. Sie errichteten Klöster in wenig besiedelten Tälern, kultivierten und besiedelten Land. Die Kloster- und Kulturlandschaften weisen noch heute zahlreiche Merkmale auf, die an die Prägung durch die Zisterzienser erinnern, so auch im Stiftland:

Wer Land sät, wird Stiftland ernten.

Im April 2024 wurde das transnationale LEADER-Kooperationsprojekt aus 17 zisterziensischen Klosterlandschaften in fünf europäischen Ländern mit dem „Europäischen Kulturerbe-Siegel“ (EKS) ausgezeichnet. Mit den drei bayerischen Klosterlandschaften Ebrach, Klosterlangheim und Waldsassen verlieh man das EKS-Siegel erstmals an Stätten im Freistaat. Gelebte Ordenstradition ist in der Zisterzienserinnen-Abtei Waldsassen erfahrbar. Daneben laden vielfältige Angebote ein, den historischen Spuren der Mönche im Stiftland zu folgen.



www.cisterscapes.eu

Weg der Zisterzienser



Zu den Ursprüngen des Zisterzienserordens in Cîteaux, gelegen im französischen Burgund, führt der Weg der Zisterzienser. Er verbindet zudem 17 zisterziensische Kloster- und Kulturlandschaften aus fünf europäischen Ländern, die gemeinsam das Europäische Kulturerbe-Siegel erhalten haben. Die in Waldsassen startende Teiletappe führt in das 138 Kilometer entfernte Klosterlangheim. Kurz nach dem Start lädt die Dreifaltigkeitskirche Kappl zum Verweilen ein, wenige Kilometer später erreicht man Schloss Fockefeld, eine ehemalige Sommerresidenz der Waldsassener Äbte.

Wer aus der Zisterzienser-Klosterlandschaft Plasy nach Waldsassen kommt, erfährt mehr über die Teichwirtschaft der Zisterzienser und deren weltliches Leben in Tirschenreuth.

Klosterlandschaftsweg



Des Weiteren gibt es den etwas mehr als zehn Kilometer langen Klosterlandschaftsweg, der über den Rosenkranzstationsweg auf den Glasberg zur Dreifaltigkeitskirche Kappl führt.

Von dort kommt man über die Ortschaft Münchenreuth zur Köllergrün, der legendären Gründungsstätte des Klosters. Nach wenigen Kilometern ist man zurück am Ausgangspunkt.

Im Land der 1000 Teiche



Die dreitägige Route lässt auf rund 65 km das Stiftland entdecken. Zunächst wandert man entlang der Wondreb in die Tirschenreuther Teichpfanne. Die erste Etappe endet in Tirschenreuth. Der dortige Fischhof war das weltliche Verwaltungszentrum des Stiftlandes und später auch

Sommerresidenz der Äbte.

Am Folgetag gelangt man über das Dorf Wondreb mit der berühmten Totentanzdarstellung an der Decke der Friedhofskapelle nach Bad Neualbenreuth. Am dritten Tag führt der Weg über den tschechischen Wallfahrtsort Maria Loreto zurück nach Waldsassen.

Interaktives Landschaftsmodell

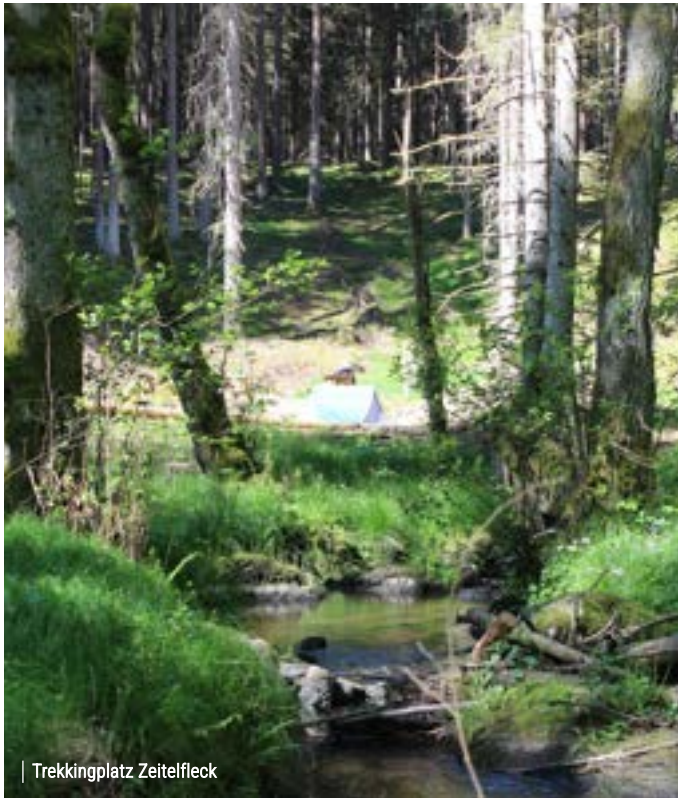
Im Pavillon des Abteischlosses, nahe der Waldsassener Stiftsbasilika, steht ein großer Kartentisch, der in Kombination mit der kostenlosen App *cisterscapes* die vielseitige Prägung des Stiftlandes durch das Wirken der Zisterziensermönche sichtbar macht. Staunen lassen die 3D-Ansichten architektonischer Highlights, beispielsweise des Waldsassener Klosterkomplexes, der Dreifaltigkeitskirche Kappl und des Fischhofes. Zudem lädt die App ein, sich über das Erbe der Zisterzienser in unseren EKS-Partnerstätten zu informieren.

Audioguide Zisterzienser im Stiftland



Rund 70 Minuten wird in 29 Kapiteln im kostenlosen Audioguide „Zisterzienser prägen das Stiftland – auf den Spuren des Ordens im Landkreis Tirschenreuth“ über das Wirken der Zisterzienser von 1133 – 1803 und das der Zisterzienserinnen ab 1864 erzählt. Über die App *hearonymus* kann der Guide auf jedes Smartphone heruntergeladen werden und eine Kartenfunktion erleichtert das Finden der Standorte, die sich zu einer rund 60km langen Rundtour verbinden lassen. Die beiden Zentren klösterlichen Lebens im Stiftland, Waldsassen als geistliches sowie Tirschenreuth als weltliches, können auch gut zu Fuß erkundet werden.





| Trekkingplatz Zeitefleck

Gastgeber, Camping & Wohnmobilstellplätze

Bist Du auf der Suche nach einer geeigneten Unterkunft? Wie wäre es mit Urlaub auf dem Bauernhof, einer Ferienwohnung in ländlicher Idylle oder einem Hotel im Ortskern? Unsere Gastgeber, Wohnmobilstellplätze & Trekkingplätze findest Du auf den beiden Webseiten: www.ferienregion-stiftland.de und www.steinwald-urlaub.de.

Großbüchlberg bei Mittenteich
www.freizeithugl.de

Platzermühle in Bad Neualbenreuth
www.camping-sibyllenbad.de

Reisemobilhafen Sibyllenbad in Bad Neualbenreuth
www.sibyllenbad.de/reisemobilhafen-sibyllenbad

NaturCamp Steinwald in Thunnsenreuth bei Krummhennau
www.naturcamp.net

Innenreuth
www.naturerlebnisbad-kemnather-land.de

Schweinemühle bei Windischeschenbach
www.schweinemuehle.de

Wohnmobilstellplatz Fischhofpark Tirschenreuth
www.stadt-tirschenreuth.de/wohnmobile

Naturdorf Bärrau
www.naturdorfbaernau.de

Impressum

6. Auflage - Sommer 2026
10.000 Exemplare

Herausgeber

Zweckverband Steinwald-Allianz
Bräugasse 6, 92681 Erbendorf
Tel.: 09682 / 1822190
E-Mail: info@steinwald-allianz.de
www.steinwald-urlaub.de
Verantwortliche: Jasmin Stautner

Zweckverband IKom Stiftland –
Ferienregion Stiftland
Basilikaplatz 3, 95652 Waldsassen
Tel.: 09632 / 88160
E-Mail: info@ferienregion-stiftland.de
www.ferienregion-stiftland.de
Verantwortliche: Belinda Hoyer

Gestaltung und Illustrationen

advance.media – Die Ideenküche
GmbH, 92681 Erbendorf
Gestaltung: Nina Armann
Illustrationen: Marlena Haberkorn
www.advance-media.de

Druck

Louis Hofmann Druck- und
Verlagshaus GmbH & Co. KG,
96242 Sonnefeld

Bildnachweise

Zweckverband IKom Stiftland – Ferienregion Stiftland, Steinwald-Allianz, Georg Neumann, Tourismuszentrum Oberpfälzer Wald, Bayern Tourismus Marketing GmbH – Peter von Felbert, Öko-Modellregionen Bayern – Daniel Delang, Kurmittelhaus Sibyllenbad, Dr. Siegfried Steinkohl, Helmut Greger, Bernhard Eckstein, ARGE Fisch, Gäste-Info Bad Neualbenreuth, Stefan Gruber, Tourist-Information Cheb, Tourist-Information Waldsassen, Tourist-Information Tirschenreuth, Landesstelle für die nicht-staatlichen Museen in Bayern – Annette Kradisch, Thomas Sporrer, Andreas Renner, Robert Reith, Brennerlei Schraml, Thomas Kujat, Arbeitskreis Historisches Handwerk, DIE KAFFEEDRUCKEREI Kohl, Doris Köhler, Felix Meyer, Lauer und Lebok

Rezeptnachweise

Roswitha Scheidler: Spouzn, Schoppala und Schwammerbröih – Althergebrachte und neue Oberpfälzer Küchegeheimnisse; Battenberg Gietl-Verlag, 2016

Kartennachweise

Wittmann Druck & Werbung,
95652 Waldsassen

Titelbild

Naturschutzgebiet Waldnaabtal

Die Angaben wurden sorgfältig erhoben und bearbeitet. Änderungen und Irrtum vorbehalten. Dieser Prospekt dient lediglich zur Absatzförderung und Ihrer Information. Aus unzutreffenden Angaben oder nicht erfüllten Leistungszusagen des jeweiligen Leistungsträger kann keine Schadensersatzpflicht geltend gemacht werden. Nachdruck, auch auszugsweise nur mit vorheriger Genehmigung des Herausgebers.

Du willst unser Stiftland & den Steinwald besser kennenlernen?

Jetzt Infomaterial anfordern!



steinwald-urlaub.de/prospektbestellung

Prospektbestellung

IKom
Stiftland



Ferienregion Stiftland
stiftland_in_bayern
www.ferienregion-stiftland.de



NATURPARK
STEINWALD
im südlichen Fichtelgebirge

Naturpark Steinwald
naturpark_steinwald
www.steinwald-urlaub.de



—— Ferienregion Stiftland
Basilikaplatz 3, 95652 Waldsassen
Tel.: 09632 / 88160
E-Mail: info@ferienregion-stiftland.de
www.ferienregion-stiftland.de



—— Steinwald-Allianz
Bräugasse 6, 92681 Erbandorf
Tel.: 09682 / 1822190
E-Mail: info@steinwald-allianz.de
www.steinwald-urlaub.de

