



Wandern in Postbauer-Heng

ELF GENUSSWANDERUNGEN

www.postbauer-heng.de

Lokale Wanderwege

- Goldkegelweg
- Weg der Poesie
- Keltenrunde
- Große Dillbergrunde
- Kleine Dillbergrunde
- Mühlenweg
- Ebenbühlweg
- Rothenbühlweg
- Fünf-Kirchen-Weg
- Hausheimer Runde
- Kaltenbach-Weg

Regionale Wanderwege

- Zeugenbergrunde
- Eppeleinsweg
- Rangau-Pfalz-Weg
- Velburger Weg
- Beerenschlagweg
- Pyrbaumer Waldrunde

Nordic Walking

- AOM-Runde
- Kemnath-Runde
- Köstlbach-Runde
- Pavelsbach-Runde



Wandern in Markt Postbauer-Heng ... ganz schön lebenswert!

Elf abwechslungsreiche Wanderungen, die zum Entdecken und Verweilen einladen!

Goldkegelweg

Schöne Wanderung vom S-Bahnhof Postbauer-Heng zum S-Bahnhof Oberferrieden. **6,5 km, Dauer ca. 1,5 Stunden**



Aus Richtung Nürnberg kommend geht es zunächst durch die Fußgängerunterführung hinüber auf die andere Seite der Bahntrasse. Dort über die Rampen abwärts und am Fuß- und Radweg auf die B8 zu. Durch die Tunnelröhre weiter an den Skateboardbahnen vorbei bis zu einem Querweg vor dem Sportheim. Rechts nach oben bis zum Waldrand sind bis zum Ortsteil Buch die Wegzeichen **1** **2** unsere Begleiter. Am Waldrand links bieten sich auf dem Wiesenweg oberhalb der Sportplätze weitreichende Ausblicke ins Umland. Bei guter Sicht ist sogar der Nürnberger Fernmeldeturm erkennbar. Rechts in den Wald hinein, steigt der Waldweg weiter an und mündet in einen breiten Forst-

weg. Hier nach links und angenehm abwärts über einen kleinen Parkplatz hinein nach Buch. Immer auf der Hauptstraße bleibend laufen wir im leichten Linksbogen aus dem Ort hinaus und erkennen rechts vor uns im freien Feld schon den Goldkegelplatz (km 2,5). Der original bronzzeitliche Goldhut befindet sich im Germanische Nationalmuseum Nürnberg. Das Denkmal des Goldkegels wurde in der Nähe des Fundortes errichtet. Über einen ebenerdigen Zugang wird man ins Innere des Wiesenhangs geführt, der sich kreisrund in einen Platz mit Sitzgelegenheiten öffnet. Mittelpunkt des „Goldkegelplatz“ ist eine Skulptur im Maßstab 5:1 des im Februar 1953 gefundenen Goldkegels (Goldhutes). Hier erwarten uns ausführliche Informationen über die Geschichte des Goldkegels und eine beruhigende Atmosphäre. Der kürzeste Weg zurück in den Ort führt entlang des Sträßchens – immer den Kirchturm als Anhaltspunkt. Weiter nach Ezelsdorf, dann vom Standort aus rechter Hand weiter, orientieren wir uns an die von rechts zu uns stoßenden dunkelblauen Hinweisschilder des Goldkegelweges. Noch ein Stück auf der kleinen Straße durch den Wald, nach dem Sportgelände dann rechts, führt der Weg dann an zwei Weihern vorbei in der Straße „Zur Schwärz“ vor zur Hauptstraße. Hier links und nach der Bahntrasse rechts bis zum Haltepunkt der S3.

Weg der Poesie

Literarischer Rundweg vom Wanderparkplatz Dillberg, rund um das Dillberg Plateau. **5 km, Dauer ca. 1,5 – 2 Stunden**

Der Weg der Poesie ist ein ca. 5 km langer, markierter Rundweg auf dem Plateau des Dillbergs. Er umfasst 10 literarische Stationen mit zumeist lyrischen, naturbezogenen Texten und Aphorismen. Durch den sensiblen Blick der Dichtkunst möchte der Weg Naturbewusstsein vertiefen und gleichzeitig Literatur durch die sie umgebende Natur zum Leben erwecken. Mit festen Schuhen ist man bequem 1,5 – 2 Stunden unterwegs. In der Nähe befinden sich weitere Sehenswürdigkeiten wie die Kaltenbachquelle,

der Kalkbrandofen, die Bucher Höhlen und der Fundort des berühmten Goldkegels Ezelsdorf Buch. Einkehrmöglichkeiten sind in Buch und Postbauer-Heng gegeben. Im Laufe der Jahre wurde der Weg mit bequemen Sitzmöglichkeiten mit fantastischer Aussicht in das Nürnberger Land und dem Schwarzkiefernmann als „Wächter des Poesiewegs“ ergänzt. Im Sommer begegnet der Besucher immer wieder einer Schaf- oder Ziegenherde, die als vierbeinige Landschaftspfleger am Dillberg gern gesehene Gäste sind. Wunderschön zu jeder Jahreszeit. Ein Spaziergang zum Sonnenaufgang oder Sonnenuntergang im Frühjahr oder Sommer ist ein besonderes Erlebnis. Auch im Winter ist der Weg der Poesie ein schönes Ziel, um die klare Winterluft zu genießen.



Keltenrunde

Rundweg vom Parkplatz der Kirche St. Cäcilia, nördlich von Pavelsbach. **6,8 km, Dauer ca. 2 Stunden**

Man folgt der Markierung **1** kurz auf der Teerstraße. Bei der Wandertafel geradeaus weiter Richtung Wald führt der Weg am Waldrand entlang, an einer Scheune vorbei und biegt nach etwa 250 m rechts in den Wald ab. Sich am Wegzeichen orientierend, erreicht man eine Lichtung,

geht am Waldrand entlang, die Flurstraße kurz links und wieder rechts durch die Wiesen auf das Wäldchen zu. Diesmal am westlichen Waldsaum entlang führt die Keltenrunde nach rechts ca. 250 m durch die Wiesen und wieder nach links zum Wald. Durch diesen erreicht man schließlich das keltische Bodendenkmal, eine Viereckschanze mit einer Seitenlänge von 113 m. Der über 2 m hohe Erdwall ist von einem tiefen äußeren Graben umgeben. Noch ein Stück der Markierung folgend, stößt man auf eine Flurstraße mit herrlichem Blick auf Pavelsbach und die Kirche St. Cäcilia. An der Straßenbiegung befindet sich ein Steinkreuz aus dem 13. - 16. Jahrhundert. Der Wanderweg führt nach Pavelsbach, durch den Ort, vorbei an der St. Leonhard-Kirche und wieder über Flurwege zurück zum Parkplatz.



Große Dillbergunde

Rundweg vom Bahnhof Postbauer-Heng über den Dillberg und Buch zurück zum Bahnhof. **9,7 km, Dauer ca. 2 - 3 Stunden** **1**

Ein Muss für Liebhaber weiter Blicke. Wir beginnen am Bahnhof in Postbauer-Heng. Der Weg mit der Markierung **1** wurde vom OGV Postbauer 2001 angelegt und vom

SV Postbauer erneuert. Nach kurzem Aufstieg erreichen wir das Sportgelände des SV Postbauer. Es geht bergauf. Kurz vor der Einmündung auf die B8 gehen wir links. Nach 200 m geht es rechts bergauf, nach der Überquerung der Zufahrtsstraße zum Dillberg links ab. Nun folgen wir immer der Markierung **1**. Es geht steil bergauf, ein schöner Hohlweg, der uns auf die Hochfläche führt. Wir kommen in die Ortschaft Dillberg. In der Ortsmitte geht es rechts steil abwärts. Nach 300 m führt eine Forststraße nach links oben, hier besteht die Möglichkeit einen alten Kalkbrandofen (Erbaut 1926) zu besichtigen (kleiner Stichweg). Wieder zurück links ab, ein längerer Waldweg erwartet uns, ein weites Blickfeld erscheint. Auf der linken Seite stehen die Sendeanlagen des Bayerischen Rundfunks. Nach einigen Abzweigungen führt uns der Weg bergab. Auf der linken Seite am Waldrand sieht man die Bucher Höhlen, man kann sie auch erkunden (Taschenlampe). Hier wurde früher Quarzsand abgebaut. Diese Höhlen dienten einst als Zufluchtsorte für die Bürger während des Krieges. Durch einen größeren Buchenwald führt der Weg nach Buch. Wir durchqueren den Ort, wandern geradewegs in den Wald und biegen am Ende des Waldes rechts ab Richtung Sportheim. Wir genießen nochmals die Aussicht, um wieder unserem Ausgangsort dem Bahnhof Postbauer-Heng näher zu kommen.



Kleine Dillbergunde

Rundweg vom Bahnhof Postbauer-Heng in Richtung Dillberg, durch Buch und zurück zum Bahnhof. **6,5 km, Dauer ca. 1,5 - 2 Stunden** **2**

Wir beginnen am Bahnhof Postbauer-Heng und folgen der Route **1** und **2** bis zum Hohlweg. Auf halber Höhe des Hohlweges geht es links ab. Kurz vor der Bergschulter rechts, sprudelt die Steinhausquelle aus einem alten Buchenstock. Auf Höhe des Wanderweges **2** biegen wir rechts ab, nach 200 m links, sehr steil und holprig. Nach einer Linkskurve sind wir an der Kaltenbachquelle. Wir gehen den gleichen Weg zurück zur **2**. Der Steg wurde 2001 vom OGV Postbauer errichtet und von der Gemeinde Berg erneuert. Weiter nach oben, nach dem Wald auf dem Feldweg die Ortsverbindungsstraße Dillberg überqueren, ganz toller Rundblick ins Nürnberger Land. Danach abwärts durch den mit Büschen und Bäumen gesäumten Feldweg am Bucher Wirt vorbei. Wir durchqueren den Ort Buch, in der Ortsmitte treffen wir auf die Markierung **1**. Weiter Richtung Ortsende geradeaus wandern wir durch Hochwald. Kurz vor der B8 rechts ab, dem Ausgangspunkt Bahnhof Postbauer-Heng entgegen.



Mühlenweg

13,7 km, Dauer ca. 3,5 Stunden (einfache Wegstrecke) **4**

Er beginnt am Waldrand von Kemnath an der Forststraße nach Unterferrieden und führt zunächst entlang der Henger Straße und dem Kothmühlweg bis zur Brandmühle. Von dort geht es weiter durch den Wald. Man kreuzt den Moosgraben und geht weiter bis zur Verbindungsstraße nach Dennenlohe. Ab hier läuft man ein Stück in Richtung Dennenlohe, kurz vor Erreichen der Dennenloher Weiher zweigt man rechts ab nach Dürrnhof. Der Weg führt zwischen den Pferdekoppeln durch weiter nach Pyrbaum

Ebenbühlweg

14 km, Dauer ca. 3,5 Stunden (einfache Wegstrecke) **5**

Der Weg startet an der Abzweigung der Zeugenbergunde südlich der Solaranlage, führt quer durch Köstlbach über den Ebenbühl vorbei am Funkmast weiter in westlicher Richtung und quert die Staatsstraße nach Seligenporten. Dort geht es im Wald weiter nach Dennenlohe, ein kurzes Stück auf dem Radweg entlang der Straße und durch den Ort zur Abzweigung nach Dürrnhof und Rengersicht.



Rothenbühlweg

5 km, Dauer ca. 1,5 Stunden (einfache Wegstrecke) **6**

Dieser Weg verbindet Seligenporten mit der Keltenschanze. Er beginnt am Ortsausgang von Seligenporten in Richtung Heng. Er kreuzt den Hengerbach und führt um den Rothenbühl herum nach Pavelsbach. Quer durch den Ort, an der Kirche vorbei steigt der Weg am Ortsende leicht an und biegt dann wieder in den Wald zur Keltenschanze.

Fünf-Kirchen-Weg

8,8 km, Dauer ca. 2 Stunden (einfache Wegstrecke) **7**

Start ist an der Bushaltestelle hinter der St. Jakobuskirche in Heng. Es geht kurz durch die Talwiese bevor der Weg ansteigt über den Ebenbühl. Danach ein Stück entlang des Hengerbaches vorbei am Modellflugplatz. Rechtsliegend die Friedhofskirche St. Cäcilia. Dort führt der Weg weiter über die Felder bis hin zur Ortskirche St. Leonhard in Pavelsbach. Anschließend geht man nach Süden aus dem Ort heraus, an einem Aussiedlerhof vorbei über die Auwiesen nach Mönning zur Kirche St. Willibald. Die letzte Kirche ist die Wallfahrtskirche zu den 14 hl. Nothelfern auf dem Möninger Berg.



Hausheimer Runde

Schöner, fast überall naturbelassener Rundweg hinüber nach Dillberg und über die Hochstraße zurück nach Hausheim. Gutes Schuhwerk erforderlich. **8,6 km, Dauer ca. 2,5 Stunden** **1**

Wir starten unsere Runde in der Ortschaft Hausheim und folgen der Beschilderung **1** rechtst in Richtung Westen. Der Weg führt uns entlang des Hennenbaches in den Wald. Über einen Anstieg durch den Wald über den Hangrücken Rosaleiten kommen wir hinüber zum Ort Dillberg. Den Ort lassen wir rechts liegen und wandern vorbei am Wanderparkplatz, bis wir auf den von rechts kommenden Velburger Weg **1** stoßen. Diesem folgen wir in Richtung Süden, bis wir links in den Wald hinein abbiegen. Nun geht es leicht bergab, bis wir auf der sogenannten Hochstraße wandern. Dieser Abschnitt des Weges führt uns auf dem Bergrücken entlang. Er ist sehr waldbereich und besonders an heißen Sommertagen zu empfehlen. Am Heinrichsberg biegt unsere Runde wieder links ab und wir verlassen den Velburger Weg, um nach einem Abstieg über die offene Feldflur, vorbei am Kaltenbach, wieder in Hausheim anzukommen.



Kaltenbach-Weg

Erlebnisreiche schöne Waldwanderung, die für Familien geeignet aber nicht kinderwagentauglich ist. **3,8 km, Dauer ca. 1 Stunde (einfache Wegstrecke)** **2**

Wir beginnen die Wanderung auf dem Wanderparkplatz am Ortseingang Dillberg und gehen Richtung Osten ca. 100 m, bis uns die Markierung **2** den Weg nach links weist. Nach weiteren 50 m folgen wir dem Schotterweg rechts und genießen den Blick über die satten Wiesen und Felder. Im Wald biegen wir nach der ersten Kurve in einen kleinen unebenen Weg links ein und folgen nach etwa 150 m links wieder der Beschilderung **2**. Der schmale mit Wurzeln überdeckte Weg ist teilweise steil und am Wegesrand säumen sich die Blaubeersträucher. Nach ca. 500 m erreichen wir zur rechten Hand die Kaltenbachquelle. Die über einen neu erbauten Steg erreichbare Höhlenquelle lädt zum Kneipen oder Erholen ein. Wir laufen wieder zurück zum Weg und folgen diesem rechts. Der nun gut ausgebaute Schotterweg führt weiter nach Hausheim. An der nächstgrößeren Gabelung biegen wir links ab und wandern bis zum Ende des Schotterwegs. An der Kreuzung laufen wir nun den asphaltierten Weg links und kommen in den Ort Hausheim. In der dortigen Gaststätte „Zum Roß“ könnte man einkehren oder am Ortseingang an der dortigen Sitzgruppe unter dem Rauschen des Baches picknicken und den Rückweg über die Markierung **1** links zurück zum Wanderparkplatz antreten.

Herausgeber:

Markt Postbauer-Heng | Centrum 3 | 92353 Postbauer-Heng

Telefon: 09188/9406-0

Telefax: 09188/9406-10

E-Mail: markt@postbauer-heng.de

Homepage: www.postbauer-heng.de

Bilder: Markt Postbauer-Heng, Stephan Gröschler

Konzept, Layout: Markt Postbauer-Heng, landimpuls GmbH

Kartengrundlage: D T K 25 - DatenGeobasisdaten:

Bayerische Vermessungsverwaltung

Februar 2020

Markt Postbauer-Heng

...ganz schön lebenswert!

