



Martin Ehrensberger



# WANDERFÜHRER OBERPFÄLZER JURA & TAL DER SCHWARZEN LABER

*Die schönsten Touren zwischen  
Neumarkt und Regensburg*





Martin Ehrensberger

WANDERFÜHRER  
OBERPFÄLZER JURA  
& TAL DER  
SCHWARZEN LABER

*Die schönsten Touren zwischen  
Neumarkt und Regensburg*



BUCHVERLAG

# Vorwort

**A**ls Jugendlicher wollte ich oftmals nur weg. Aufgewachsen auf dem Land in dem wunderschönen Markt Lupburg engte mich dieses Dorfleben, wo jeder jeden kennt, ein. Für die unvergleichliche Schönheit der Landschaft hatte ich kein Verständnis und vor allem noch kein Auge. Vermutlich ist dies aber bei Heranwachsenden nicht abwegig.

Zusammen mit meiner damaligen Freundin und heutiger Frau zogen wir nach dem Abitur in die Großstadt Regensburg, um Lehramt zu studieren. Hier begann eine großartige Zeit, die wir auf keinen Fall missen möchten. Nach dem Abschluss lernten wir die verschiedensten Facetten, Landschaften, Orte und Menschen auf unserer nicht ganz freiwilligen Tour quer durch Bayern kennen, von Landsberg am Ammersee bis hoch in den Norden nach Aschaffenburg. Wenn man offen für Neues und bereit ist, sich auf verschiedene Situationen einzulassen, kann man sich überall heimisch fühlen, neue Freunde finden und großartige Flecken Erde entdecken. Ich bin überzeugt, dass es grundsätzlich von Vorteil ist, die sogenannte Komfortzone, sprich: das heimische Umfeld, für eine Zeit zu verlassen, um anderes zu sehen, zu erleben und kennenzulernen. Erst dann, mit etwas zeitlichem und räumlichem Ab-



stand, erhält man den nötigen Weitblick, der es ermöglicht, den wahren Reiz der eigenen Heimat mit anderen Augen wahrzunehmen. Nach einigen Jahren zogen wir wieder nach Hause in das Golddorf der Oberpfalz, da sich glücklicherweise unsere familiäre Situation nachhaltig geändert hat.

Ich schreibe dieses Vorwort im Mai 2021. Es ist der zweite Frühling, der von der Covid-19-Pandemie geprägt ist. Wandern und E-Bike-Fahren sind der absolute Renner und die langen Wartezeiten auf ein elektrobetriebenes Gefährt wecken nahezu ostdeutsche Gefühle. Lupburg ist überregional bekannt für den Jura-Radmarathon, der in der Regel jährlich etwa 2000 radfahrbegeisterte Menschen allen Alters aus nah und fern anzieht. Früher fuhr ich viel Rad, sowohl rasant mit dem Rennrad als auch offroad mit dem Mountainbike. Es macht Spaß und man kommt viel herum. Dennoch habe ich speziell seit März letzten Jahres, als die Ausmaße des Corona-Virus noch nicht abzuschät-

zen waren und die Bevölkerung das erste Mal zu Hause eingesperrt war, meine große Freude an der Langsamkeit des Wanderns „dahoam“ entdeckt. Während man mit dem Fahrrad eher darauf bedacht ist, möglichst viele Orte zu befahren oder möglichst viele Kilometer auf den Tacho zu bekommen, verliert man meines Erachtens den Blick für wundervolle Kleinigkeiten wie eine Blume am Wegesrand oder einen besonders stimmungsvollen Blick am Fluss über ein Tal, in dem sich die Sonnenstrahlen hell in einer Astgabelung brechen. Oftmals ist man ein Getriebener des Alltags und findet wenig Gelegenheiten, sich im Gegensatz dazu im Alltag entspannt treiben zu lassen.

Ein wertgeschätzter Kollege und Freund hat den wunderschönen Satz gesagt: „Jeder ist sein eigener Mensch.“ Damit hat er recht! Beim Wandern bekommt man die Gelegenheit, ganz bei sich zu sein. Dies kann mithilfe eines Hörbuchs geschehen oder pur, indem man den unterschiedlichen Geräuschen der Natur lauscht. Alternativ bietet sich auch ein gemeinschaftliches Gruppenerlebnis mit den Liebsten oder Freunden an, bei welchen man den Fokus weg von „immer höher, schneller und weiter“ auf näher bei sich und der direkten Umgebung, auf die wundervolle Welt des Kleinen und Unscheinbaren lenkt. Als passionierter Hobbyfotograf bekam ich die Gelegenheit, diesen Wanderführer in und über meine Heimatregion zu schreiben und auch bis dato noch zahlreiche unbekannte Orte, Täler und Wege kennenzulernen, wie etwa den Saugraben bei Lupburg, das Ehtal

bei Breitenbrunn oder den Lupenbach bei Finsterweiling (um nur einige Highlights zu nennen). Ich habe erkannt, dass man gar nicht weit verreisen muss, um abschalten zu können und Neues zu entdecken. Der Oberpfälzer Jura und das faszinierende Tal der Schwarzen Laber zwischen Neumarkt und Regensburg bieten unglaublich viele Möglichkeiten, in den besonderen Zauber dieser Landschaft einzutauchen.

Ich lade Sie mit diesem Wanderführer herzlich dazu ein, diese wundervolle und abwechslungsreiche Landschaft vielleicht mit meinem Blick, aber vor allem mit eigenen Sichtweisen und Perspektiven für sich zu entdecken und schätzen zu lernen. Auf Sie warten auf etwa 230 Kilometern beispielsweise Flüsse und naturbelassene Bäche, steile Hänge, die mit grün-beigem Magerrasen bewachsen und mit schroffen, unwirtlichen Felsen übersät sind, romantische Wege durch malerische Täler und schattige Wälder. Die Landschaft ist einem stetigen Wandel unterzogen, weshalb Sie auf Ihrer Runde sicherlich andere wunderbare Augenblicke erleben als ich auf meiner. Ich habe versucht, meine Touren so genau wie möglich zu beschreiben und sie mit stimmungsvollen und ausdrucksstarken Fotos zu untermalen. Viele der Wanderungen bin ich zwei- oder mehrmals gegangen, um sicherzugehen, dass Wege, die im Frühling noch frei und wenig bewachsen waren, auch noch im Sommer gut begehbar waren. Ich hoffe, Sie können meine Routen gut und ohne Probleme nachvollziehen.



Die Verpflegungshinweise stammen aus den unsicheren Zeiten der Pandemie. Aus diesem Grund habe ich die Öffnungszeiten mit „siehe online“ deklariert. Alle Gastwirtschaften besaßen zum Zeitpunkt der Erstellung dieses Werks eine halbwegs aktuelle Homepage oder wenigstens eine vernünftige Facebook-Seite, weshalb ich davon ausgegangen bin, dass das Lokal auch irgendwann wieder Besucher empfangen wird. Dennoch

rate ich Ihnen, sich vorher zu vergewissern, damit Sie nicht vor einer verschlossenen Tür der jeweiligen Einkehrmöglichkeit stehen. Aus diesem Grund hoffe ich, dass Sie genauso viel Freude und gute Beine dabei haben wie ich, diese einmalige Landschaft, mit Ihren, mit eigenen Augen und Beinen zu entdecken.  
Beste Grüße  
Martin Ehrensberger

## Hinweis zu den Schwierigkeitsgraden:

Die Schwierigkeitsgrade sind subjektiv und von mir frei gewählt. Sie beziehen sich auf die Kriterien: Länge und Anstiege der Wanderung, Beschaffenheit und Markierung der Wege

**Leicht:** Einfache Wanderung. Grundkondition erforderlich. Leicht begehbare Wege. Kein besonderes Können erforderlich.

**Mittel:** Mittelschwere Wanderung mit einer gewissen Länge. Gute Grundkondition erforderlich. Meist leicht begehbare Wege. Trittsicherheit oftmals vorteilhaft.

**Schwer:** Anspruchsvolle Wanderung mit einer gewissen Länge. Gute Grundkondition erforderlich. Überwiegend gut begehbare Wege, aber auch steile Passagen. Trittsicherheit und ggf. Schwindelfreiheit erforderlich. Wanderstöcke können sehr hilfreich sein.

# Informationen zum Autor

**M**ein Name ist Martin Ehrensberger. Ich arbeite als Realschullehrer in Neumarkt in der Oberpfalz. In meiner Freizeit verwirkliche ich sehr gerne kreative Ideen und Projekte. So macht mir zum einen das Fotografieren und Erstellen von Mundart-Kalendern, das Wandern und Verfassen von Wanderführern, zum anderen

auch das Komponieren, Texten und Produzieren von Musikstücken große Freude. Zudem veröffentliche ich Erklärvideos und Übungen zu Themen der englischen Grammatik auf meiner Internetseite: [www.grammarbox.de](http://www.grammarbox.de).

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



# Inhaltsverzeichnis

- 2** ▶ Vorwort
- 8** ▶ Übersichtskarte
- 10** ▶ Oberpfälzer Jura und Schwarze Laber
- 11** ▶ Wandern mit GPS
- 12** ▶ Tour 1 · Dietkirchen: Zwischen Wegekreuzen und Golfplätzen zur Laberquelle  
Mittel | 14,2 km | 135 Hm | 4 Std.
- 20** ▶ Tour 2 · Pelchenhofen: Ruhe vor dem Sturm auf die Burg  
Mittel/Schwer | 10,0 km | 210 Hm | 3½ Std.
- 26** ▶ Tour 3 · Voggenthal: Auf und ab rund um und durchs Lengenbachtal  
Leicht | 10,6 km | 130 Hm | 3 Std.
- 32** ▶ Tour 4 · Deusmauer: Rund um den Eichelberg, Haselnussberg und Plankenstein  
Mittel | 11,0 km | 130 Hm | 3 Std.
- 38** ▶ Tour 5 · Großalfalterbach: Durch nahezu unberührte Natur entlang der Weißen Laber, Abschnitt Unterbürger Laber  
Mittel | 10,0 km | 165 Hm | 3 Std.
- 44** ▶ Tour 6 · Finsterweiling: Zwischen Schwarzer Laber und Lupenbach  
Leicht | 10,6 km | 135 Hm | 3 Std.
- 50** ▶ Tour 7 · Darshofen: Luftige Höhen, malerische Täler und ein Bach  
Mittel | 13,6 km | 115 Hm | 3½ Std.
- 58** ▶ Tour 8 · Hohenfels: 6 Einöden, 5 Mühlen und ein Forellenbach  
Mittel | 15,4 km | 160 Hm | 4 Std.
- 66** ▶ Tour 9 · Parsberg: Rundherum und einmal darüber und durch die Stadt  
Mittel | 16,5 km | 300 Hm | 4½–5 Std.



- 74** Tour 10 · Lupburg: Zwischen Burgfried und Saugraben  
Mittel | 14,3 km | 140 Hm | 3–4 Std.
- 82** Tour 11 · Breitenbrunn: Die 3-fache Laber und idyllische Täler  
Schwer | 15,7 km | 250 Hm | 4–5 Std.
- 90** Tour 12 · Hardt: Drei Mühlen entlang der Schwarzen Laber  
Leicht | 10,4 km | 120 Hm | 2½–3 Std.
- 96** Tour 13 · Eichlberg: Auf Wallfahrt  
Leicht | 5,1 km | 90 Hm | 1½ Std.
- 102** Tour 14 · Friesenmühle: Viel Wasser, einige Mühlen und ein wenig Höhenluft  
Mittel | 10,8 km | 120 Hm | 3 Std.
- 108** Tour 15 · Papiermühle: Zwischen Mühlen und schattigen Wäldern  
Leicht | 9,8 km | 150 Hm | 2½–3 Std.
- 114** Tour 16 · Deuerling: 9 Stationen, 3 Hügel und ein Fluss  
Mittel | 10,2 km | 155 Hm | 3 Std.
- 120** Tour 17 · Eichhofen: Auf Entdeckungstour entlang der Schwarzen Laber  
Mittel | 9,8 km | 130 Hm | 3½ Std.
- 126** Tour 18 · Eilsbrunn: Steige, Höhlen, fantastische Ausblicke und ein Schuss Abenteuer  
Schwer | 11,8 km | 320 Hm | 4 Std.
- 132** Tour 19 · Sinzing: Spiel, Spaß und Spannung bis zum Ende der Schwarzen Laber  
Leicht | 10,2 km | 135 Hm | 3½ Std.
- 138** Tour 20 · Pentling: Das Panorama ganz nah ans Wasser gebaut  
Mittel | 8,9 km | 140 Hm | 2½ Std.





- 1 Dietkirchen: Zwischen Wegekreuzen und Golfplätzen zur Laberquelle
- 2 Pelchenhofen: Ruhe vor dem Sturm auf die Burg
- 3 Voggenthal: Auf und ab rund um und durchs Lungenbachtal
- 4 Deusmauer: Rund um den Eichelberg, Haselnussberg und Plankenstein
- 5 Großalfalterbach: Durch nahezu unberührte Natur entlang der Weißen Laber, Abschnitt Unterbürger Laber
- 6 Finsterweiling: Zwischen Schwarzer Laber und Lupenbach
- 7 Darshofen: Luftige Höhen, malerische Täler und ein Bach
- 8 Hohenfels: 6 Einöden, 5 Mühlen und ein Forellenbach
- 9 Parsberg: Rundherum und einmal darüber und durch die Stadt
- 10 Lupburg: Zwischen Burgfried und Saugraben
- 11 Breitenbrunn: Die 3-fache Laber und idyllische Täler
- 12 Hardt: Drei Mühlen entlang der Schwarzen Laber
- 13 Eichlberg: Auf Wallfahrt
- 14 Friesenmühle: Viel Wasser, einige Mühlen und ein wenig Höhenluft
- 15 Papiermühle: Zwischen Mühlen und schattigen Wäldern
- 16 Deuerling: 9 Stationen, 3 Hügel und ein Fluss
- 17 Eichhofen: Auf Entdeckungstour entlang der Schwarzen Laber
- 18 Eilsbrunn: Steige, Höhlen, fantastische Ausblicke und ein Schuss Abenteuer
- 19 Sinzing: Spiel, Spaß und Spannung bis zum Ende der Schwarzen Laber
- 20 Pentling: Das Panorama ganz nah ans Wasser gebaut

# Oberpfälzer Jura & Schwarze Laber

**D**er Oberpfälzer Jura befindet sich unter anderem im Landkreis Neumarkt in der Oberpfalz und im nordwestlichen Landkreis Regensburg. Er ist der oberpfälzische Teil des Fränkischen Jura. Hochflächen mit Magerrasen, Wiesen, Äckern und Wäldern prägen diese Landschaft. Dazwischen findet man schroffe, massive Felsformationen sowie zahlreiche Gräben, Höhlen, Grotten und Dolinen. Die Wiesentäler werden oftmals geprägt von kleinen Bächen und Wasserläufen und umrahmt von waldbedeckten Inselbergen.

Die Gegend gilt eher als wasserarm. Ein bedeutsamer Fluss ist die Schwarze Laber, ein 77 Kilometer langer linker Zufluss der Donau, in die sie in Sinzing bei Regensburg mündet. Diese besondere Stelle kann man bei den Touren „Sinzing“ und „Pentling“ aus nächster Nähe erleben. Die Schwarze Laber entspringt nordöstlich von Neumarkt in der Oberpfalz in Laaber, einem Ortsteil von Pilsach an der Europäischen Hauptwasserscheide, aus einer Karstquelle. Das Quellwasser hat ganzjährig eine Temperatur von 8 bis 10 °C. Diesen Ort besuchen wir in der Tour „Dietkirchen“.

Der Name Laber stammt höchstwahrscheinlich von „labara“, was in der Sprache der

mitteleuropäischen Kelten so viel wie „die Schwatzende, Rauschende“ bedeutete. Eine andere Herkunft des Namens könnte auch auf den bairischen Begriff „lap“ (träge, langsam, faul) zurückgehen, dies in Bezug auf die langsame Strömung des Gewässers. Das Beiwort „schwarz“ bekam die Laber durch ihr geringes Gefälle. Dadurch fließt sie oft sehr langsam, weshalb ihr Wasser dunkel erscheint.

Im Wanderführer begegnen wir mehrmals der Weißen Laber, welche bei Voggenthal, ebenfalls in der Nähe von Neumarkt, entspringt. Wir passieren diesen Ort zu Beginn der gleichnamigen Wanderung. Sie ist ein 45 Kilometer langer Nebenfluss der Altmühl. Eine andere Bezeichnung für die „Weiße Laber“ ist „Unterbürger Laber“, vor allem im Bereich Deining. Sie fließt dann zusammen mit der Breitenbrunner Laber, welcher wir bei der Tour „Breitenbrunn“ einen Besuch abstatten, in die Altmühl bei Dietfurt.

## Quellen:

[https://de.wikipedia.org/wiki/Oberpfälzer\\_Jura](https://de.wikipedia.org/wiki/Oberpfälzer_Jura)  
[https://de.wikipedia.org/wiki/Schwarze\\_Laber](https://de.wikipedia.org/wiki/Schwarze_Laber)  
[https://de.wikipedia.org/wiki/Weiße\\_Laber](https://de.wikipedia.org/wiki/Weiße_Laber)

# Wandern mit GPS

**D**ieses Buch ist so aufgebaut, dass Sie die Wege mithilfe der Tourbeschreibungen und der abgebildeten Karte auch ohne moderne Technik finden können. Es kann aber sicher nicht schaden, wenn man im Zweifelsfall auf technische Hilfsmittel zurückgreifen kann; besonders nützlich ist die elektronische Unterstützung auf unmarkierten Streckenabschnitten. Deshalb bieten wir unseren Lesern auf der Webseite des Verlags die GPS-Daten zu diesem Wanderführer kostenlos zum Download an. Die Adresse der Webseite lautet: <https://gps.battenberg-gietl.de/>. Geben Sie zuerst das Passwort \_\_\_\_\_ in das entsprechende Feld ein und klicken Sie dann bei der Tour Ihrer Wahl auf den Download-Button.

Die GPS-Daten wurden sorgfältig vom Autor erstellt. Es kann aber vorkommen, dass Ihre Position aus technischen Gründen nicht exakt angezeigt werden kann. Mithilfe der Wegbeschreibungen und einer Wanderkarte

sollten Sie sich aber stets orientieren können.

Die Touren sind im gängigen GPX-Format gespeichert. Sie können einzelne Touren direkt herunterladen oder gleich alle auf einmal; in dem Fall erhalten Sie eine ZIP-Datei, die Sie erst einmal „entpacken“ müssen.

Um die GPS-Daten benutzen zu können, benötigen Sie ein Smartphone (iPhone oder Android) mit GPS-Empfänger und eine App, die GPX-Dateien darstellen kann (z. B. Komoot, Bergfex, Outdooractive o. ä.). Sie sollten nach Möglichkeit die Dateien so speichern, dass Sie sie offline nutzen können, da häufig Wälder und Berge beim Netzausbau nicht vorrangig behandelt werden und es im Online-Betrieb bei schlechtem Netz zu lästigen Verzögerungen kommen kann.

Navigationsaufgaben verursachen meist einen höheren Energieverbrauch auf dem Smartphone. Achten Sie daher besonders bei längeren Touren darauf, dass der Akku ausreichend aufgeladen ist.

Mittel

14,2 km

↑↓ 135 m

ca. 4 Std.

**Dietkirchen – Haberts-  
hofen – Hilzhofen –  
Eschertshofen – Anzen-  
hofen – Laaber – Nieder-  
hofen**

Eine herrliche Panorama-  
runde entlang von Wegkreuz-  
en und Golfplätzen am  
Kuppenalb-Wanderweg bis  
zur idyllischen Laberquelle.

#### **Markierung:**

Bayernnetz für Radler;  
Tal der Schwarzen Laber,  
Schwarze-Laber-Radweg,  
Kuppenalb-Wanderweg 1  
und 2, Main-Donau-Radweg,  
Juradistl-Radweg

#### **Parken:**

Direkt auf dem Parkplatz  
unterhalb des Rosenfried-  
hofs der Kirche St.  
Stephanus in Dietkirchen

**NAVIGATION:** Rosenfriedhof  
Dietkirchen, Dietkirchen 12,  
92367 Pilsach

## DIETKIRCHEN

# Zwischen Wegekreuzen und Golfplätzen zur Laberquelle





- |                                     |                                     |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1 Kirche St. Stephanus - Start/Ziel | 5 Weg 2                             |
| 2 Durchfahrt-verboten-Schild rechts | 6 Quelle                            |
| 3 Weg 1                             | 7 Geradeaus bleiben auf Schotterweg |
| 4 Stodl                             | 8 Abzweigung rechts                 |



## Startrichtung



**W**ir starten unsere mit Highlights gespickte Tour unmittelbar an einem sehr sehenswerten Ort: dem Rosenfriedhof von Dietkirchen bei der Kirche St. Stephanus ①.

**TIPP:** Sehen Sie sich den Ort an, denn neben den Rosen sind die etwa 200 geschmie-

deten Kreuze eine Besonderheit dieses Ortes. Jedes Grab ist gleich geschmückt: Rote Rosen auf den Gräbern der Erwachsenen, weiße Rosen auf den Kindergräbern. Vom Parkplatz aus gehen wir nach rechts an der Kirche vorbei bergauf und orientieren uns an dem Wegweiser in Richtung Haberts-

### Rosenfriedhof





*Bank mit Panorama*

hofen. Wir durchqueren den Ort nach etwa einem Kilometer in östlicher Richtung. Nun bleiben wir für etwa 1,5 Kilometer auf der schmalen Straße, die zwischen dem Jura Golf Park Hiltzhofen und dem Golf Club am

Habsberg hindurchführt. Dabei genießen wir wunderbare Ausblicke auf die typische Umgebung des Kuppenalb-Wanderwegs sowie auf die bekannte Wallfahrtskirche am Habsberg. Nach einem Kilometer kommen wir an

*Habsberg mit Golfplatz*





### Rastplatz mit Eisenkreuz

eine Kreuzung. Wir bleiben noch für 600 Meter auf der Straße nach Engelsberg und biegen nach einem kurzen Waldstück scharf nach rechts ab **2**.

Die Straße schlängelt sich entlang der Golfanlage und verwandelt sich schließlich in einen Schotterweg. Gegen Ende der Grünanlagen verlassen wir nach etwa 550 Metern den Pfad und nehmen den Forstweg nach links in den Wald. Unser Wegweiser ist eine schwarze „1“ auf einer rot-gelb-roten Spanienflagge **3**.



Während der folgenden zwei Kilometer durch den Eichelberg und entlang des Pfaffenbergs und Freihölzels kann man sich dank der hervorragenden Beschilderung kaum verirren. Unser Ziel ist das Landschaftskino bei Hilzhofen. Zwischen schattigen Waldabschnitten erleben wir großartige Panoramen. Schließlich erreichen wir eine kleine Anhöhe über Hilzhofen, an der sich ein paar Meter weiter am Wald ein großes eisernes Kreuz und ein schöner Rastplatz befinden. Der Schotterweg führt uns weiter bergab.

**TIPP:** Wenden Sie sich an der Straße nach links und genießen Sie die faszinierende Atmosphäre des Juradistl-Landschaftskinos. Unser nächstes Ziel ist das kleine Dorf Hilzhofen. Der Ort ist auch wegen des hoch prämierten Landgasthofs Meier überregional bekannt. Auf Höhe des „Stodl“ **4** wenden



### Das Juradistl-Landschaftskino

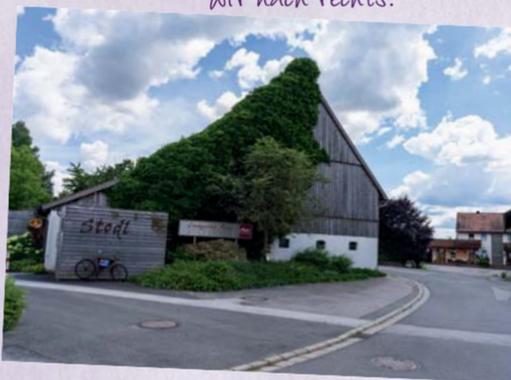
wir uns nach rechts und halten uns an die rot-gelb-rote Markierung „2“. Diese führt uns nach Westen zum Ortsausgang, wo sich der Jura Golf Park befindet.

Wir wandern weiter in Richtung Eschertshofen. Nach etwa 350 Metern verlassen wir auf Höhe eines schwarzen, filigranen Wegkreuzes die Straße und biegen links talwärts auf einen breiten Feldweg (kleines Bild links). An einer Weggabelung ⑤ (kleines Bild rechts) bringt uns die Markierung „2“ in nordwestlicher Richtung nach Eschertshofen.



Nach wenigen Minuten endet der idyllische Feldweg und mündet in eine Straße, die uns links in die Ortschaft und ins Labertal bringt.

Beim „Stodl“ gehen wir nach rechts.



Ab jetzt lassen wir die rot-gelb-rote 2 hinter uns und bleiben auf dem Radweg bis zur Ortschaft Laaber. Kurz vorher passieren wir Anzenhofen. Hier treffen wir zum ersten Mal auf die idyllische Schwarze Laber, die beschaulich durch das Tal mäandert. Schließlich erreichen wir die Ortschaft Laaber. Hier überqueren wir die Straße und biegen links



in die Gasse „An der Laberquelle“. Unser Ziel befindet sich nur wenige Meter weiter unterhalb der Kirche „St. Johannes Evangelist“. An dieser Stelle entspringt der 78 Kilometer lange Fluss **6**.

Wir folgen der Dorfstraße und biegen wenig weiter östlich ab in die Bergstraße bzw. den

Grottenweg, welcher sich etwa 500 Meter über die Kuppe schlängelt. Mit erhöhter Vorsicht wandern wir auf der Hauptstraße NM 25 rechts den Anstieg hoch und überqueren sie glücklicherweise an der ersten Abzweigung links (kleines Bild links). Nach 550 Metern halten wir uns an einer T-Kreuzung links talwärts und nehmen wenig später die erste Abzweigung rechts in südöstlicher Richtung. Hier müssen wir uns nach wenigen Metern geradeaus halten, nicht auf den brüchigen Betonplatten, sondern auf dem Schotterweg **7** (kleines Bild rechts).



### Die Quelle der Schwarzen Laber





## Doggerfelsen

Auf dem nächsten Kilometer auf der schmalen Straße südöstlich erleben wir erneut ein herrliches Panorama. Schließlich nehmen wir rechts an einer abschüssigen Stelle ein weiteres Mal eine Abzweigung nach rechts **8** (kleines Bild links). Am Ende des Weges halten wir uns links und sehen vor uns im Tal die Ortschaft Niederhofen (kleines Bild rechts).



In der Ortschaft verabschieden wir uns von der „Schwarzen Laber“, die parallel zur Straße führt. Auf dem Weg zum Zielort passieren wir die Doggerfelsen am Ortsausgang. Hierbei handelt es sich um Felsenkeller in einer etwa 200 Meter langen und 10 Meter hohen

Sandsteinwand. Unsere Runde findet nach wenigen Minuten ihr Ende am Parkplatz unterhalb der Kirche in Dietkirchen **1**.

## Essen/Einkehren:

### Landgasthof Meier

Hilzhofen 18  
92367 Hilzhofen  
Tel. 09186 237  
[www.landgasthof-meier.de](http://www.landgasthof-meier.de)  
Öffnungszeiten: siehe online

### Landgasthof Feihl

Kirchenweg 13  
92355 Oberwiesenacker  
Tel. 09182 396  
[www.landgasthof-feihl.de](http://www.landgasthof-feihl.de)  
Öffnungszeiten: siehe online

# Impressum

**Kartographie:**

Kartographie Muggenthaler, Heinz Muggenthaler, Stadtplatz 19, 94209 Regen

**Texte:**

Martin Ehrensberger

**Abbildungen:**

Alle Fotos von Martin Ehrensberger

Hintergrund: Bastetamon, fotolia.com; Wanderschuh: VRD, fotolia.com

**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.dnb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-95587-407-0



**MIX**  
Papier aus verantwortungsvollen Quellen  
**FSC® C014138**

Für uns, die Battenberg Gietl Verlag GmbH mit all ihren Imprint-Verlagen, ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Teil unserer Unternehmensphilosophie. Daher achten wir bei allen unseren Produkten auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien. Dieses Buch wurde auf FSC®-zertifiziertem Papier gedruckt. FSC (Forest Stewardship Council®) ist eine nicht staatliche, gemeinnützige Organisation, die sich für die verantwortungsvolle und ökologische Nutzung der Wälder unserer Erde einsetzt.

Unsere Partnerdruckerei kann zudem für den gesamten Herstellungsprozess nachfolgende Zertifikate vorweisen:

- Zertifizierung für FOGRA PSO
- Zertifizierungssystem FSC®
- Leitlinien zur klimaneutralen Produktion (Carbon Footprint)
- Zertifizierung EcoVadis (die Methodik besteht aus 21 Kriterien in den Bereichen Umwelt, Einhaltung menschlicher Rechte und Ethik)
- Zertifikat zum Energieverbrauch aus 100 % erneuerbaren Quellen
- Teilnahme am Projekt „Grünes Unternehmen“ zum Schutz von Naturressourcen und der menschlichen Gesundheit

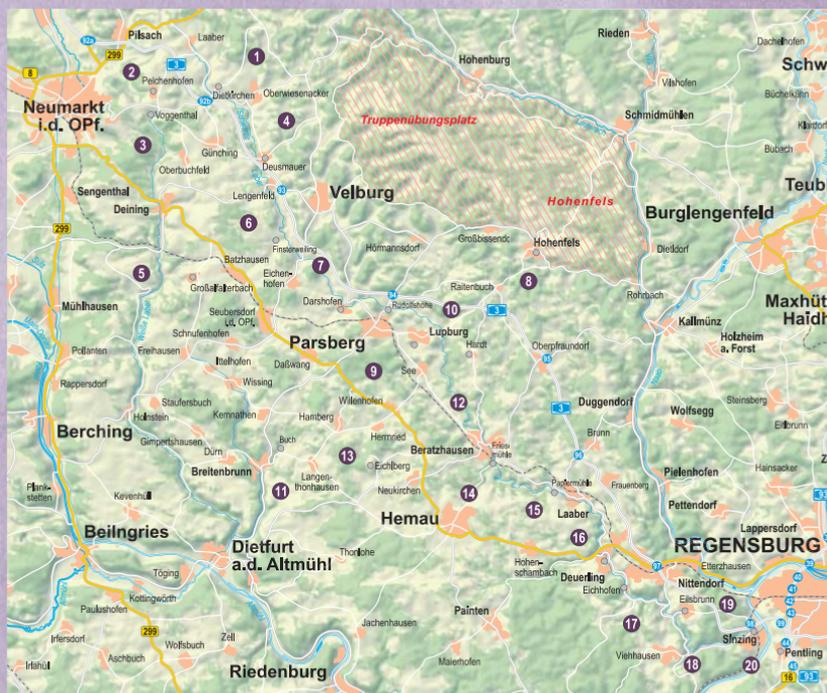
1. Auflage 2022

ISBN 978-3-95587-407-0

Alle Rechte vorbehalten

© 2022 SüdOst-Verlag in der Battenberg Gietl Verlag GmbH, Regenstauf

[www.battenberg-gietl.de](http://www.battenberg-gietl.de)



**A**uf malerischen Pfaden entlang der Schwarzen Laber – von der Quelle bei Neu-  
markt durch den Oberpfälzer Jura bis zur Mündung bei Regensburg!

Viele wunderschöne Orte entlang des Wassers warten darauf, entdeckt zu werden. Kennen Sie etwa den „Saugraben“ bei Lupburg, das „Ehtal“ bei Breitenbrunn oder den „Lupenbach“ bei Finsterweiling? Auf etwa 230 Kilometern können Sie den Oberpfälzer Jura und das faszinierende Tal der Schwarzen Laber erkunden – und entdecken, wie wundervoll unsere schöne Oberpfälzer Heimat ist!

Neben exakten Wegbeschreibungen und inspirierenden Bildern aller Rundtouren finden Sie in diesem Wanderführer außerdem tolle Einkehrtipps – für die verdiente kulinarische Stärkung danach!

Heimat  
battenberg  
gietl verlag

  
**BUCHVERLAG**  
ist eine Marke der  
Battenberg Gietl Verlag GmbH



17,90 € [D]