



Sonja Berndt

WANDERN im BAYERISCHEN WALD

Natur genießen zwischen
Deggendorf, Zwiesel
& Spiegelau



Sonja Berndl

WANDERN

im BAYERISCHEN WALD

Natur genießen zwischen
Deggendorf, Zwiesel
& Spiegelau

SüdOst Verlag

Vorwort

Ich heiße Sonja Berndl, lebe im Bayerischen Wald, bin viel und gern in unserem wunderschönen Bayerischen Wald unterwegs. Das kann einfach vor der Haustür um die Ecke sein oder in der näheren oder weiteren Umgebung. Dabei entdecke ich immer wieder Neues, an dem Sie mit diesem Wanderführer teilhaben können.

In der Wanderregion zwischen Deggendorf, südlichem Zwieseler Winkel und Spiegelau findet man ein dichtes Nebeneinander von Berggipfeln, naturnahen Wäldern, lauschigen Fluss- und Bachtälern sowie sattgrnen Kultur- und Naturlandschaften. Durch die kleinstrukturierte Landschaft des Naturparks ergeben sich dabei oft überraschend schöne Aus- und Weitblicke und viele verschiedene Landschaftseindrcke. Hier gibt es so viel zu sehen, zu bestaunen und zu entdecken! Ich bin von der Vielfalt immer wieder begeistert. Kaum bekannte Wanderwege, auf denen man meist nur Einheimischen begegnet, führen zu versteckten Naturpltzen. Entdecken Sie Kostbarkeiten wie den Stoabergweg, auf dem Sie den Spuren des Teufels nachspüren können. Oder besuchen Sie einen noch unentdeckten Naturschatz: das Naturschutzgebiet der Mitternacher Ohe mit seinen gurgelnden Zuflüssen



um die ursprünglichen Bachtäler Gernbach und Rhrnachmhlbach. Dann wieder geht es auf stillen Wegen mitten ins Herz bewährter Wanderziele wie Geißkopf oder Hennenkobel. Man glaubt gar nicht, dass man nur wenige Meter abseits der Wanderklassiker schon wieder fast alleine unterwegs ist. Die Natur lässt sich in dieser abwechslungsreichen Landschaft bei Wanderungen am Wasser, durch Wälder und über Wiesen, Hügel und Berge in vielen Facetten genießen. Wie schon in meinem ersten Wanderführer „Lallinger Winkel und Sonnenwald“ habe ich auch hier wieder eine Mischung aus kurzen und langen, steilen und bequemen Touren aufgenommen. Damit für jede*n etwas dabei ist, fiel die Wahl auch auf neue Wegfhrungen zu Wanderklassikern und auf Wanderwege und Ziele, die kaum jemand kennt

und die damit oft die ruhigeren Seiten der Wanderregion sind. „Wandern ist eine Tätigkeit der Beine – und ein Zustand der Seele“, sagte der Schriftsteller Josef Hofmiller. Ich hoffe, Sie können mit diesem Wanderführer ein Stück vom glückseligen Zustand der

Seele erleben! Viele schöne Stunden beim Wandern und Unterwegssein wünscht Ihnen

Jouya Zennell

Wandern mit GPS

Dieses 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 von der Autorin erstellt. Es kann aber vorkommen, dass Ihre Position aus technischen Gründen nicht exakt angezeigt werden kann. Mithilfe der Wegbeschreibungen und einer Wander-

karte 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.

Inhaltsverzeichnis

- 2** → Vorwort
- 3** → Wandern mit GPS
- 6** → Übersichtskarte
- 8** → Wandern zwischen Deggendorf,
Zwiesel und Spiegelau
- 10** → Tour 1 · **Verschlungene Wege um Schaufling**
Leicht | 8,0 km | 142 Hm | 2½ Std.
- 18** → Tour 2 · **Felsenmeer am Plattenstein**
Leicht/Mittel | 9,6 km | 177 Hm | 2¾ Std.
- 26** → Tour 3 · **Naturschutzgebiet Mitternacher Ohe
und Rossschwemme**
Leicht | 11,2 km | 99 Hm | 3½ Std.
- 34** → Tour 4 · **Stoaberglweg und Pfaffenberg**
Leicht | 7,5 km | 118 Hm | 2¼ Std.
- 40** → Tour 5 · **Felstürme am Habichtstein**
Leicht | 3,5 km | 166 Hm | 1¼ Std.
- 46** → Tour 6 · **Auf den Hessenstein**
Mittel | 9,8 km | 250 Hm | 3 Std.
- 52** → Tour 7 · **Bienstand, Moorgeflüster und Goldwaschplatz**
Leicht | 9,5 km | 122 Hm | 2¾ Std.
- 58** → Tour 8 · **Ochsenklavier und Rachelsee**
Mittel | 16,7 km | 253 Hm | 5 Std.
- 64** → Tour 9 · **Riedstein und Wallfahrtskirche Frauenbrünnl**
Leicht | 7,2 km | 203 Hm | 2 Std.

- 70** Tour 10 · Rastplatz- und Panoramarunde um Frauenau
Leicht | 6,7 km | 99 Hm | 2 Std.
- 76** Tour 11 · Trinkwassertalsperre Frauenau
Leicht | 6,6 km | 139 Hm | 2 Std.
- 82** Tour 12 · Wasserwege: Großer Regen und Schachtenbach
Mittel | 15,9 km | 356 Hm | 3½ Std.
- 90** Tour 13 · Hennenkobel und Ablegbachl
Mittel | 9,2 km | 264 Hm | 3 Std.
- 96** Tour 14 · Aussichtsturm am Oberberg und schönes Eck
Leicht | 3,2 km | 114 Hm | 1 Std.
- 100** Tour 15 · Landschafts- und Naturgenuss um Zwiesel
Mittel | 13,2 km | 116 Hm | 3¾ Std.
- 108** Tour 16 · Burgruine Weißenstein und Pfahl
Leicht | 12,5 km | 129 Hm | 3½ Std.
- 116** Tour 17 · Einsame Wanderung um Zell
Leicht | 8,5 km | 141 Hm | 2½ Std.
- 122** Tour 18 · Bizarre Felsen am Teufelstisch
Mittel | 7,6 km | 296 Hm | 2 Std.
- 128** Tour 19 · Über das Landshuter Haus zum Geißkopf
Mittel | 9,9 km | 396 Hm | 3½ Std.
- 136** Tour 20 · Hochmoor und verlassenes Dorf auf der Oberbreitenau
Leicht | 10,5 km | 225 Hm | 3 Std.
- 144** Impressum





- 1 Verschlungene Wege um Schauffing
- 2 Felsenmeer am Plattenstein
- 3 Naturschutzgebiet Mitternacher Ohe und Rossschwemme
- 4 Stoaberglweg und Pfaffenberg
- 5 Felsstürme am Habichtstein
- 6 Auf den Hessenstein
- 7 Bienstand, Moorgeflüster und Goldwaschplatz
- 8 Ochsenklavier und Rachelsee
- 9 Riedstein und Wallfahrtskirche Frauenbrünnl
- 10 Rastplatz- und Panoramarunde um Frauenau
- 11 Trinkwassertalsperre Frauenau
- 12 Wasserwege: Großer Regen und Schachtenbach
- 13 Hennenkobel und Ablegbachtl
- 14 Aussichtsturm am Oberberg und schönes Eck
- 15 Landschafts- und Naturgenuss um Zwiesel
- 16 Burgruine Weißenstein und Pfahl
- 17 Einsame Wanderung um Zell
- 18 Bizarre Felsen am Teufelstisch
- 19 Über das Landshuter Haus zum Geißkopf
- 20 Hochmoor und verlassenes Dorf auf der Oberbreitenau



Wandern zwischen Deggendorf, Zwiesel und Spiegelau

Die Wanderregion zwischen Deggendorf, südlichem Zwieseler Winkel und Spiegelau befindet sich mitten im Naturpark Bayerischer Wald und grenzt im Osten an den Nationalpark Bayerischer Wald, dem die Tour zum Rachelsee gewidmet ist.

Der Naturpark liegt im Südosten von Deutschland, befindet sich zwischen der Donau und der bayerisch-tschechischen Grenze und reicht teilweise bis an die österreichische Grenze.



Der Naturpark Bayerischer Wald besteht seit 1967, ist ein großräumiger Kultur- und Landschaftsraum und verfügt aktuell über eine Fläche von 278.000 ha, was knapp 390.000 Fußballfeldern entspricht. Damit gehört er zu einem der größten Naturparks in Deutschland, dessen Waldanteil etwa die Hälfte der Fläche beträgt. Er gliedert sich in Vorderer Bayerischer Wald, Donautal, Täler von Ilz und Regen sowie Innerer Bayerischer Wald.

Der Schwerpunkt dieses Wanderführers liegt in Teilen des Vorderen und Inneren Bayerischen Waldes sowie in den Tälern des Großen und Schwarzen Regen. Im Naturpark

existiert eine hohe Arten- und Biotop-Vielfalt, leben noch seltene Tiere wie Auerhuhn, Luchs und Fischotter. Durch besondere Pflegemaßnahmen gedeihen auf Bergwiesen bunte Blumen. Naturparks fördern den Erhalt oder die Wiederherstellung dieser Tier- und Pflanzenwelt sowie die historisch gewachsene, vielfältig genutzte Natur- und Kulturlandschaft. Darum ändert sich in der genannten Wanderregion oft das Landschaftsbild, offene, aussichtsreiche Wiesenflächen wechseln sich mit Wäldern und munter sprudelnden Gewässern ab. Diese kleinteiligen Landschaftsstrukturen ergeben vielgestaltige, interessante Wanderungen.





Leicht

8,0 km

↕ 142 m

2½ Std.

Schaufling - Böhaming - Ensbach - Schaufling

Faszinierende Fernblicke, malerische Hohlwege, leise gurgelnde Bäche und eine sanft geschwungene Landschaft sind der besondere Reiz dieser idyllischen Runde.

Zusatz-Info:

Wer unterwegs einkehren will, biegt bei der einsamen Scheune 2 mit dem blauen Goldsteig links zum Düllhof in Ensmannsberg ab (kurzer Abstecher).

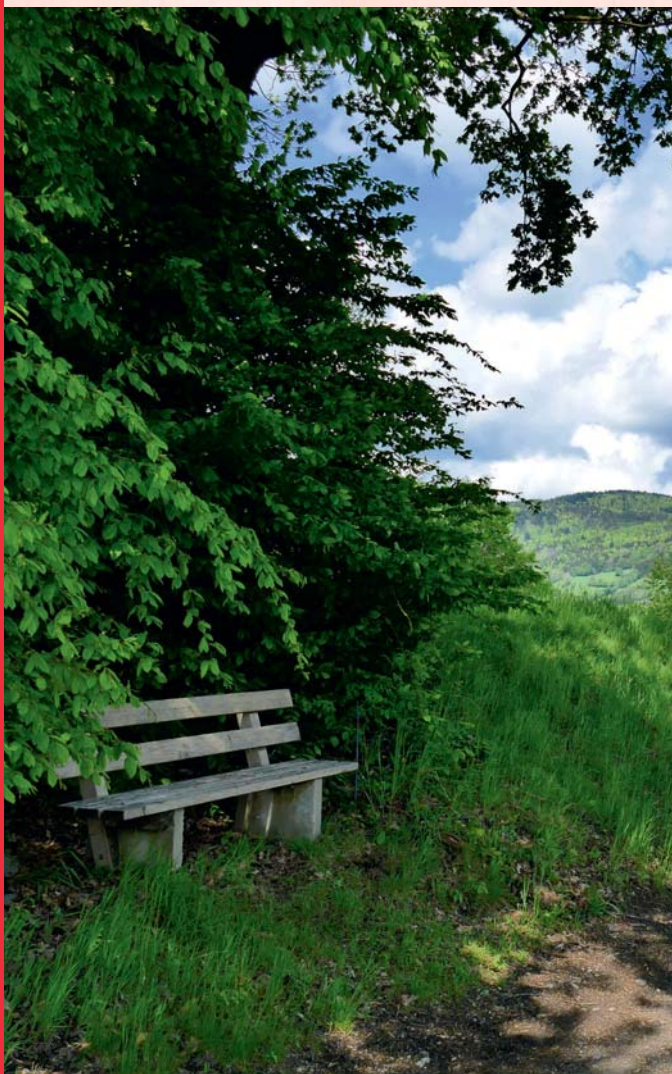
Parken:

In der Dorfmitte von Schaufling gibt es viele Parkplätze. (Navi: Hauptstraße, 94571 Schaufling)

Tourist-Information:

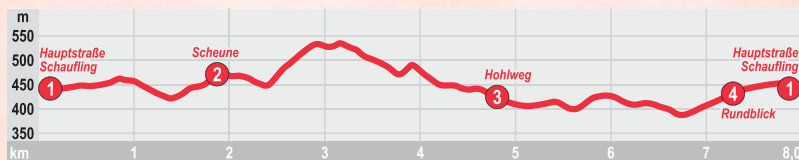
Hauptstr. 10
94551 Lalling
Tel. 09904 374

Verschlungene Wege um Schaufling





- 1 Start Schauffling / Parkplatz Hauptstr.
- 3 Hohlweg
- 2 Einsame Scheune
- 4 Rundblick





In Schauffling

In Schauffling ① gehen wir auf der Hauptstraße links zur alten Linde bei der Kirche. Die Straße überqueren wir und biegen neben dem Dorfladen mit dem blauen Goldsteig und der roten 17 Richtung Ensbach in die Dorfstraße rechts ab. Die Markierung lotst durch das Dorf auf eine größere Straße, der wir links folgen. Beim Ortsschild wechseln wir auf die rechte Straßenseite auf den ansteigenden Fußweg.

Blick zum Büchelstein



Zwischen Schauffling und Ensmannsberg

Oben geht es rechts auf einem Feldweg mit herrlicher Aussicht auf Brotjacklriegel und Büchelstein weiter. Mit schönem Blick auf





Rastplatz bei Schauffling

den Hausstein kommen wir in der Senke an einem kleinen Wasserlauf mit Biberspuren vorbei. Ein kräftiger Anstieg bringt uns zu einer einzeln stehenden Scheune ②, wo wir mit der roten 17 Richtung Ensbach rechts abbiegen. Nach 60 m beginnt links ein Wald. Gleich vor dem Wald zweigen wir links auf

den unmarkierten Wiesenweg am Waldrand ab. Nach weiteren 60 m biegt im hinteren Bereich der „Wiesenecke“ rechts ein Waldweg ab. Dieser lotst zuerst eben und dann abfallend durch schattigen Mischwald in ein bezauberndes Tal. Wir stoßen wieder auf den blauen Goldsteig und halten uns links. An

Biberspuren





Bach kurz vor Böhaming

der Weggabel mit der roten 7 und dem blauen Goldsteig rechts den rauschenden Bach überqueren und durch Wald und dann über Wiesen bergauf gehen. Auf der Kuppe mit Rastbank und Scheune folgen wir dem Goldsteig Richtung Datting geradeaus. Nach dem

letzten Haus in Böhaming halten wir uns an der Weggabel rechts. Die Markierung ist vorne bei den Feldgehölzen und lotst bergab über sanft geschwungene Wiesen in den Wald. Bei der Linkskurve zweigt auf der rechten Seite im rechten Winkel ein ansteigen-

Hinter Böhaming





Wald nach Böhaming

der, unmarkierter, aber deutlicher Weg ab. Diesem folgen wir. Oben macht er eine Rechtskurve und wird etwas flacher. Kurz vor einer Futterkrippe zweigt links im spitzen Winkel ein Weg ab. Er kommt von rechts oben und zieht nach links unten. Wir folgen

dem schönen, etwas tiefer eingeschnittenen Weg links abwärts durch herrlichen Mischwald. Kurz danach zieht er nach einer kleinen, ebenen Fläche rechts hinab in eine überraschend idyllische Senke. Ein kurzes Stück begleitet uns ein Bächlein, das wir

Ausblick vor dem Hohlweg





Ehrenpreis

bald auf dem kleinen Waldweg rechts überqueren.

Wir entfernen uns vom Bach, der links von uns fließt. Nach einem kurzen, abwärts führenden Hohlweg erreichen wir eine Senke vor einer Lichtung und eine Wegspinne. Hier rechts halten, den ebenen, deutlichen Weg nehmen. Kurz darauf steigt er wieder an. Von rechts oben kommen weitere Wege dazu, die wir ignorieren. Wir treten aus dem Wald und haben links einen schönen Blick auf den

breiten Rücken des Büchelstein. Geradeaus dem Weg zwischen Feldgehölzen abwärts folgen, der kurz darauf in einen tollen Hohlweg 3 übergeht. Auf der Ebene stoßen wir zwischen den Wiesen auf einen Querweg, folgen diesem rechts. Über einen Bach erreichen wir eine Straße in Ensbach. Wir gehen rechts, treffen an der nächsten Straßenabzweigung auf die rote 17 und folgen dieser rechts durch das Dorf Richtung Ensmannsborg. Dabei kommen wir an sehenswerten, unter Denkmalschutz stehenden Bauernhäusern vorbei. Im Dorf zweigen in der scharfen Rechtskurve beim Wasserhydranten der Reitweg und der blaue Goldsteig links ab (die Markierung ist nur von oben kommend zu sehen). Direkt am Haus vorbei leitet der Wanderweg einige Meter links von der Scheune auf die Wiese, führt links neben Gehölzen in die Senke hinab. Am Wassergraben und Waldrand entlang steigen wir geradeaus hinauf in den Wald. Nach einem kleinen Hohlweg treffen wir auf eine Ebene. An der ersten Weggabel halten wir uns mit dem Goldsteig links, wenige Meter weiter noch einmal links. 80 m danach gehen wir auf eine Y-Gabel zu, in deren Mitte zur Zeit der Recherche das blaue Goldsteigzeichen an einem Baum befestigt ist. Wir folgen dem unmarkierten Weg rechts. Nach ein paar Schritten fällt er ab, macht eine Rechtskurve und führt in eine schöne Senke hinab. Dort macht er eine Linkskurve und überquert einen kleinen Bach. An der unscheinbaren Weggabel nach 20 m auf dem rechten, geradeaus führenden Weg bleiben. Er steigt



Blick zum Hausstein

kurz danach mit einer Rechtskurve an. An einer T-Kreuzung vor dem Waldrand kommt von rechts ein Hohlweg herunter. Hier links gehen. Der Weg mündet abwärts in einen tiefen Hohlweg und führt aus dem Wald hinaus. Über einen Wiesengrund schlängelt sich der Weg auf die andere Seite des Tales, zieht links hinauf zu den Häusern von Wulreiching. An der T-Kreuzung beim ersten Haus biegen wir rechts ab und sind wieder auf dem blauen Goldsteig. Schnell sind wir aus dem Dorf hinaus. Am Wegrand wachsen gelegentlich bunte Blumen. Leicht ansteigend geht es aussichtsreich über Wiesen und Felder. Kurz vor den ersten Häusern auf der linken Seite hat man einen schönen Rundblick **4** auf die Berge, die den Talkes-

sel des Lallinger Winkels umgeben. Wir erreichen Schaufling, überqueren die Straße und gehen geradeaus zur Hauptstraße, wo wir wieder am Parkplatz ankommen.

Essen/Einkehren:

Direkt am Weg keine Einkehr möglich. Über einen Abstecher siehe Zusatz-Info. Die nächsten Gasthäuser im Anschluss an die Wanderung sind in Ensmannsborg und Lalling.

Impressum

Über die Autorin:

Sonja Berndl, geb. 1965, ist eine waschechte „Waidlerin“ und lebt im Bayerischen Wald. Sie ist Diplom-Sozialpädagogin (FH) und geht gerne wandern. Von ihr stammt auch der Wanderführer „Lallinger Winkel und Sonnenwald“. Noch mehr über sie gibt es auf ihrer Webseite: www.bayerischer-wald-wandern.blog.de

Kartographie:

Kartographie Muggenthaler, Heinz Muggenthaler, Stadtplatz 19, 94209 Regen

Bildnachweis:

Alle Fotos stammen von Sonja Berndl, außer das Porträt Seite 2, Seite 64, Seite 67 unten und Seite 125: Dr. Peter Schloth. Hintergrund: Bastetamon, fotolia.com; Wanderschuh: VRD, fotolia.com

Haftungsausschluss:

Alle Wanderungen in diesem Wanderführer wurden nach bestem Wissen sorgfältig recherchiert und geprüft. Die Benutzung dieses Buches erfolgt auf eigene Gefahr. Soweit gesetzlich zulässig, wird für Schäden und die Richtigkeit der Angaben keine Haftung übernommen.

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 978-3-95587-783-5



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

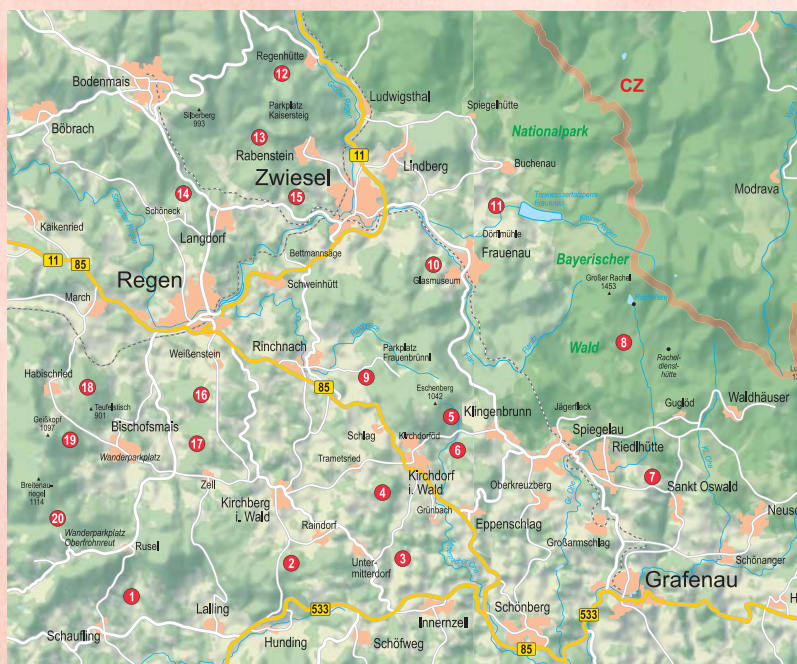
1. Auflage 2022

ISBN 978-3-95587-783-5

Alle Rechte vorbehalten

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

www.battenberg-gietl.de



Der Wanderführer nimmt Sie mit in ursprüngliche Bach- und Flusstäler, zu bizarren Felsen, stillen Naturplätzen und herrlichen Ausblicken über sattgrüne Wiesen und Wälder. Erleben Sie die reizvolle Ausstrahlung der Gegend zwischen Deggendorf, südlichem Zwiesseler Winkel und Spiegelau. Auf ruhigen Wegen geht es zum Hennenkobel, Hessenstein oder Rachelsee. Neben diesen Wanderklassikern überraschen unbekannte Seiten der Region mit attraktiven Landschaften. Genießen Sie das verträumte Bachtal am Gernbach und die sanft geschwungenen Hügel um Zell. Entdecken Sie am Stoaberglweg Spuren des Teufels oder erklimmen Sie ein Felsenmeer im Miniformat. Auf langen Holzbohlenwegen werfen Sie einen Blick in ein verwünschtes Hochmoor und lauschen dabei dem Plätschern des Wassers. Der Wanderführer liefert beste Aussichten für Wanderungen durch eine erstaunlich abwechslungsreiche Landschaft!

Heimat
battenberg
gietl verlag

SüdOst Verlag

ist eine Marke der
Battenberg Gietl Verlag GmbH



9 783955 877835

17,90 € [D]