

## Rundweg von der Oberpfalz nach Niederbayern „Nach Oberndorf im Donautal“



*„Von Matting über den Hanselberg nach Oberndorf zur Brauereigaststätte Berghammer und an der Donau retour.*

*Die Wanderung verbindet zwei sehenswerte Dörfer im Donautal.*

*Von Matting mit seinen historischen Bauernhöfen aus geht's über die Jurafelsen mit schönen Donauausblicken zur rundum empfehlenswerten Oberndorfer Brauereiwirtschaft Berghammer mit guten Bieren und bester regionaler Küche. Der entspannende Rückweg führt an der Donau entlang zurück nach Matting.“*

**Anfahrt:** R – Matting ca. 10-15km

**Treffpunkt:** Sonntag, 21.01.2018 10 Uhr in Matting  
P: bei der Kirche St. Wolfgang bzw. Fähre  
Fahrgemeinschaften: nach Absprache

**Gehstrecke:** ca. 10km - 200hm (Gr. 1 über den Berg, Gr. 2 entlang der Donau)

**Einkehr:** Brauereigasthof Berghammer 09405 – 962176  
[www.brauerei-berghammer.de](http://www.brauerei-berghammer.de)

**Besonderes:** Wir wiederholen die 3. „Aus-Gehen“ – Wanderung, die vor 10 Jahren am 20.01.2008 nach Oberndorf (7 Tn.) stattfand!

**Wanderungs-Info:** Aus organisatorischen Gründen ist eine unverbindliche Anmeldung sehr hilfreich. Meldung an [josef.berzl@gehspport.de](mailto:josef.berzl@gehspport.de) - oder Tel. 09 41-8 65 20 (Mobil: +49 176 55 10 66 59) Die Teilnahme ist kostenlos. Zur Unkostendeckung wird eine Spende an den Verein gerne angenommen. Jedes Vereinsmitglied ist über den BLSV bei der ARAG versichert. Für mehr Wandersicherheit und Bewegung für die Arme sind Wander-Stöcke empfehlenswert. Zur Dokumentation werden Fotos gemacht und diese teilweise auf [www.gehspport.de](http://www.gehspport.de) veröffentlicht. Es wird ein eigenverantwortliches Gehen vorausgesetzt.

Was gibt es schöneres als mit offenen Sinnen durch die Natur zu gehen

## Im Schwarzen Labertal – rund um Deuerling



Wir gehen zuerst rechtsseitig an der Schwarzen Laber nach Steinerbrüchl. Dort queren wir die Laber und gehen hinauf über abwechslungsreiche Pfade mit interessanten Felsformationen durch herrliche Wacholderwiesen zur Münchsmühle, dann nach Deuerling zur Brauerei Goss. Zurück gehen wir entlang der Laber zum Ausgangspunkt.

**Anfahrt:** R – Eichhofen – Haus Werdenfels ca. 10-15 km

**Treffpunkt:** Sonntag, 18.02.2018 10 Uhr Haus Werdenfels  
P: beim Haus Werdenfels, Eichhofen, Waldweg 17  
Fahrgemeinschaften: nach Absprache

**Gehstrecke:** ca. 10km - 70hm (Vm 7km – Nm 3km)

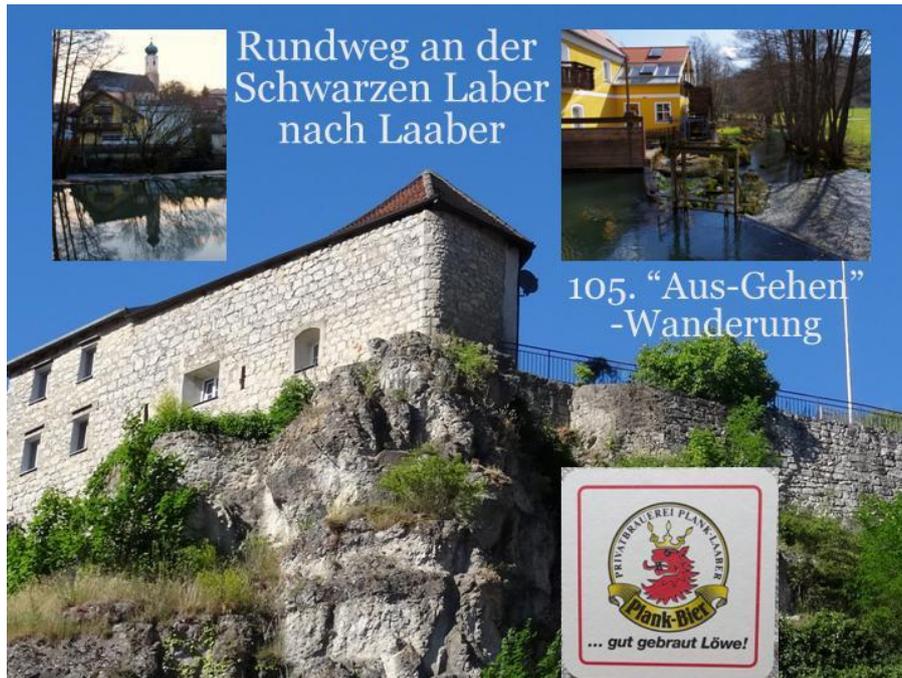
**Einkehr:** Gasthaus Goss [www.brauerei-goss.de](http://www.brauerei-goss.de) 0 94 98 / 15 12  
(Schäuferle, Rehbraten sind vorher - bis zum 15.2. – zu bestellen)

**Besonderes:** Wir wiederholen die 4. „Aus-Gehen“-Wanderung, die vor 10 Jahren am 17.02.2008 nach Deuerling (18 Teilnehmer!) stattfand!

**Wanderungs-Info:** Aus organisatorischen Gründen ist eine unverbindliche Anmeldung sehr hilfreich. Meldung an [josef.berzl@gehspport.de](mailto:josef.berzl@gehspport.de) - oder Tel. 09 41-8 65 20 (Mobil: +49 176 55 10 66 59) Die Teilnahme ist kostenlos. Zur Unkostendeckung wird eine Spende an den Verein gerne angenommen. Jedes Vereinsmitglied ist über den BLSV bei der ARAG versichert. Für mehr Wandersicherheit und Bewegung für die Arme sind Wander-Stöcke empfehlenswert. Zur Dokumentation werden Fotos gemacht und diese teilweise auf [www.gehspport.de](http://www.gehspport.de) veröffentlicht. Es wird ein eigenverantwortliches Gehen vorausgesetzt.

Was gibt es schöneres als mit offenen Sinnen durch die Natur zu gehen

## Rundweg im Schwarzen Labertal nach Laaber



*„Von der Münchsmühle, nahe Deuerling im Labertal, führt diese sehr schöne Wanderung über die Hügel oberhalb des Tales durch Wälder mit interessanter Flora und seltenen Steinformationen zur Weißbierbrauerei Plank nach Laaber. Nach Genuss der mehrfach mit internationalen Gold- und Silber Medaillen ausgezeichneten Biere aus der blitzsauberen, voll automatischen kleinen Privatbrauerei geht es auf interessanten Wegen durch das Tal der Schwarzen Laber zurück zum Ausgangspunkt der heutigen Wanderung.“*

- Anfahrt:** R – Münchsmühle (Gem. Laaber) ca. 10-15 km
- Treffpunkt:** Sonntag, 18.03.2018 10 Uhr  
P: Wanderer-Parkplatz bei Münchsmühle (links der Laber)  
Fahrgemeinschaften: nach Absprache oder  
R, Alte Nürnberger Str. 86 (bei Reifen Euromaster) Abf. 9:30 Uhr
- Gehstrecke:** ca. 11km - 160hm  
Varianten: Vm 5-6km / Nm 4-5km / nur an der Laber 9km
- Einkehr:** Mittag: [www.brauereigasthof-plank.de](http://www.brauereigasthof-plank.de) 09431/60889  
Schluss: Münchsmühle od. Cafe Zeitler in Laaber möglich
- Besonderes:** Wir wiederholen die 5. „Aus-Gehen“-Wanderung, die vor 10 Jahren am 16.03.2008 nach Laaber (14 Teilnehmer!) stattfand!

**Wanderungs-Info:** Aus organisatorischen Gründen ist eine unverbindliche Anmeldung sehr hilfreich. Meldung an [josef.berzl@gehspport.de](mailto:josef.berzl@gehspport.de) - oder Tel. 09 41-8 65 20 (Mobil: +49 176 55 10 66 59) Die Teilnahme ist kostenlos. Zur Unkostendeckung wird eine Spende an den Verein gerne angenommen. Jedes Vereinsmitglied ist über den BLSV bei der ARAG versichert. Für mehr Wandersicherheit und Bewegung für die Arme sind Wander-Stöcke empfehlenswert. Zur Dokumentation werden Fotos gemacht und diese teilweise auf [www.gehspport.de](http://www.gehspport.de) veröffentlicht. Es wird ein eigenverantwortliches Gehen vorausgesetzt.

Was gibt es schöneres als mit offenen Sinnen durch die Natur zu gehen

## Rundweg im Schwarzen Labertal nach Laaber



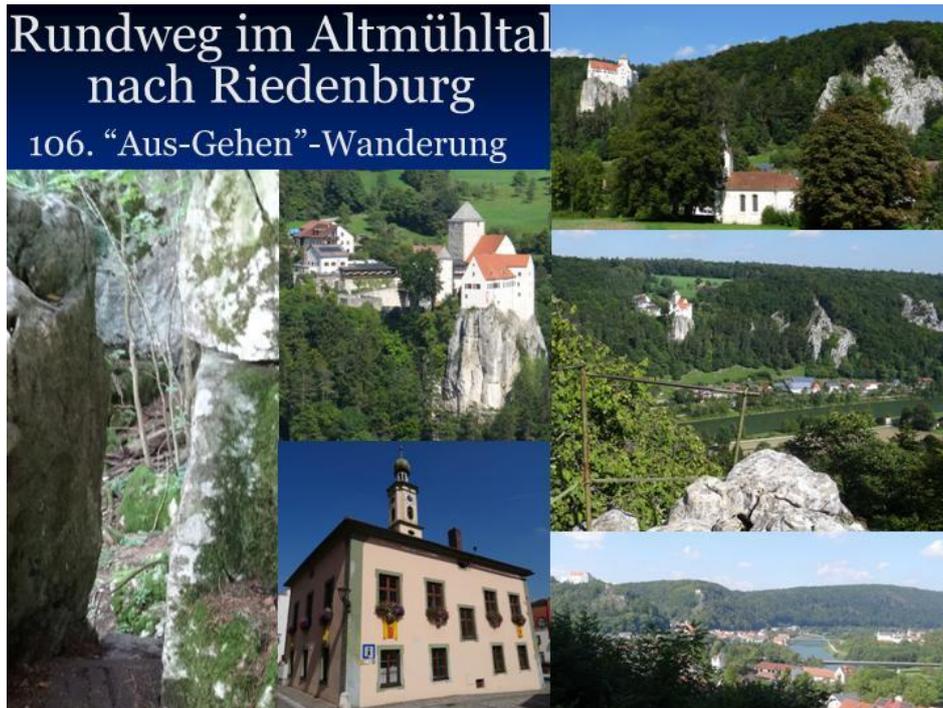
*„Von der Münchsmühle, nahe Deuerling im Labertal, führt diese sehr schöne Wanderung über die Hügel oberhalb des Tales durch Wälder mit interessanter Flora und seltenen Steinformationen zur Weißbierbrauerei Plank nach Laaber. Nach Genuss der mehrfach mit internationalen Gold- und Silber Medaillen ausgezeichneten Biere aus der blitzsauberen, voll automatischen kleinen Privatbrauerei geht es auf interessanten Wegen durch das Tal der Schwarzen Laber zurück zum Ausgangspunkt der heutigen Wanderung.“*

- Anfahrt:** R – Münchsmühle (Gem. Laaber) ca. 10-15 km
- Treffpunkt:** Sonntag, 18.03.2018 10 Uhr  
P: Wanderer-Parkplatz bei Münchsmühle (links der Laber)  
Fahrgemeinschaften: nach Absprache oder  
R, Alte Nürnberger Str. 86 (bei Reifen Euromaster) Abf. 9:30 Uhr
- Gehstrecke:** ca. 11km - 160hm  
Varianten: Vm 5-6km / Nm 4-5km / nur an der Laber 9km
- Einkehr:** Mittag: [www.brauereigasthof-plank.de](http://www.brauereigasthof-plank.de) 09431/60889  
Schluss: Münchsmühle od. Cafe Zeitler in Laaber möglich
- Besonderes:** Wir wiederholen die 5. „Aus-Gehen“-Wanderung, die vor 10 Jahren am 16.03.2008 nach Laaber (14 Teilnehmer!) stattfand!

**Wanderungs-Info:** Aus organisatorischen Gründen ist eine unverbindliche Anmeldung sehr hilfreich. Meldung an [josef.berzl@gehspport.de](mailto:josef.berzl@gehspport.de) - oder Tel. 09 41-8 65 20 (Mobil: +49 176 55 10 66 59) Die Teilnahme ist kostenlos. Zur Unkostendeckung wird eine Spende an den Verein gerne angenommen. Jedes Vereinsmitglied ist über den BLSV bei der ARAG versichert. Für mehr Wandersicherheit und Bewegung für die Arme sind Wander-Stöcke empfehlenswert. Zur Dokumentation werden Fotos gemacht und diese teilweise auf [www.gehspport.de](http://www.gehspport.de) veröffentlicht. Es wird ein eigenverantwortliches Gehen vorausgesetzt.

Was gibt es schöneres als mit offenen Sinnen durch die Natur zu gehen

## Rundweg im Altmühltal nach Riedenburg



*„Diese Wanderung führt von Einthal im Altmühltal durch Schluchtwälder, eine Klamm mit sehenswerten Felsformationen und durch abwechslungsreiche Wälder nach Riedenburg zum ökologischem Riedenburger Brauhaus. Der Rückweg bringt uns nördlich der Altmühl zu den Weidegründen des berühmten Altmühltaler Distellamms.“*

- Anfahrt:** R – Einthal (Riedenburg) ca. 40 km
- Treffpunkt:** Sonntag, 15.04.2018 10 Uhr  
Navi: Riedenburg, Einthal 1a - Parken bei der Kirche  
Fahrgemeinschaften: nach Absprache oder  
R, Alte Nürnberger Str. 86 (bei Reifen Euromaster) Abf. 9:15 Uhr
- Gehstrecke:** ca. 12km - 390hm Varianten: Vm 6km – Nm 6km
- Einkehr:** Gasthaus Schwan in Riedenburg [www.schwan-riedenburg.de](http://www.schwan-riedenburg.de)
- Besonderes:** NSG „Klamm und Kastlhäng“  
Wir wiederholen die 6. „Aus-Gehen“-Wanderung,  
die am 13.04.2008 nach Riedenburg (17 Tn) stattfand!

**Wanderungs-Info:** Aus organisatorischen Gründen ist eine unverbindliche Anmeldung sehr hilfreich.  
Meldung an [josef.berzl@gehspport.de](mailto:josef.berzl@gehspport.de) - oder Tel. 09 41-8 65 20 (Mobil: +49 176 55 10 66 59)  
Die Teilnahme ist kostenlos. Zur Unkostendeckung wird eine Spende an den Verein gerne angenommen. Jedes Vereinsmitglied ist über den BLSV bei der ARAG versichert.  
Für mehr Wandersicherheit und Bewegung für die Arme sind Wander-Stöcke empfehlenswert.  
Zur Dokumentation werden Fotos gemacht und diese teilweise auf [www.gehspport.de](http://www.gehspport.de) veröffentlicht.  
Es wird ein eigenverantwortliches Gehen vorausgesetzt.

Was gibt es schöneres als mit offenen Sinnen durch die Natur zu gehen

**Rundweg im Altmühltal nach Essing  
Von Einthal über Prunn und Randeck nach Essing**



*„Von Nußhausen im Altmühltal führt diese Wanderung erst über einen steilen Steig hoch zur Burg Prunn und dann durch schöne Wälder und Felder zur Burg Randeck oberhalb von Essing. Von dort geht es über einen abschüssigen Pfad hinunter in den Markt und zu Josef Schneider's Kleinem Brauhaus. Der Rückweg führt erst über die Essinger Fußgängerhängebrücke und dann immer am Europa-Kanal entlang.“*

- Anfahrt:** R – Einthal (Riedenburg) ca. 40 km
- Treffpunkt:** Samstag, 12.05.2018 9 Uhr  
Navi: Riedenburg, Einthal 1a - Parken bei der Kirche  
Fahrgemeinschaften: nach Absprache oder  
R, Alte Nürnberger Str. 86 (bei Reifen Euromaster) Abf. 8:15 Uhr
- Gehstrecke:** ca. 13km - 360hm Varianten: Vm 8km – Nm 5km
- Einkehr:** Gasthaus Schneider in Essing [www.brauereigasthof-schneider.de](http://www.brauereigasthof-schneider.de)  
(für uns der Nebenraum reserviert mit max. 24 Plätze!)
- Besonderes:** Wir wiederholen die 7. „Aus-Gehen“-Wanderung,  
die am 18.05.2008 nach Essing (15 Tn) stattfand!

**Wanderungs-Info:** Aus organisatorischen Gründen ist eine unverbindliche Anmeldung sehr hilfreich.  
Meldung an [josef.berzl@gehspport.de](mailto:josef.berzl@gehspport.de) - oder Tel. 09 41-8 65 20 (Mobil: +49 176 55 10 66 59)  
Die Teilnahme ist kostenlos. Zur Unkostendeckung wird eine Spende an den Verein gerne angenommen. Jedes Vereinsmitglied ist über den BLSV bei der ARAG versichert.  
Für mehr Wandersicherheit und Bewegung für die Arme sind Wander-Stöcke empfehlenswert.  
Zur Dokumentation werden Fotos gemacht und diese teilweise auf [www.gehspport.de](http://www.gehspport.de) veröffentlicht.  
Es wird ein eigenverantwortliches Gehen vorausgesetzt.

Was gibt es schöneres als mit offenen Sinnen durch die Natur zu gehen

## Rundweg um den Hammer-, Weichselbrunner- und Warbrucker-Weiher (Bodenwöhr)

### Rund um den Hammer-Weiher, Weichselbrunner-Weiher, Warbrucker-Weiher und zum Brauerei-Gasthof Jacobs in Bodenwöhr

13km / 20hm

Samstag 16.06.20018



108. „Aus-Gehen“ - Wanderung

- Anfahrt:** R – Bodenwöhr ca. 45 km
- Treffpunkt:** Samstag, 16.06.2018 10 Uhr  
Navi: Boderwöhr/Blechhammer, Ladestr. 1  
Fahrgemeinschaften: nach Absprache oder  
Pendlerparkplatz Lappersdorfer Kreisel Abf. 9:30 Uhr
- Gehstrecke:** ca. 13km (Vm 8km / Nm 5km) - 20hm Variante: 7km
- Einkehr:** Gasthaus Jacob in Bodenwöhr [www.gasthof.brauerei-jacob.de](http://www.gasthof.brauerei-jacob.de)
- Hinweis:** wir gehen immer am Wasser - Mückenmittel empfehlenswert!
- Besonderes:** Wir wiederholen die 8. „Aus-Gehen“ - Wanderung,  
die am 15.06.2008 nach Bodenwöhr (19 Tn) stattfand!

**Wanderungs-Info:** Aus organisatorischen Gründen ist eine unverbindliche Anmeldung sehr hilfreich.  
Meldung an [josef.berzl@gehspport.de](mailto:josef.berzl@gehspport.de) - oder Tel. 09 41-8 65 20 (Mobil: +49 176 55 10 66 59)  
Die Teilnahme ist kostenlos. Zur Unkostendeckung wird eine Spende an den Verein gerne  
angenommen. Jedes Vereinsmitglied ist über den BLSV bei der ARAG versichert.  
Für mehr Wandersicherheit und Bewegung für die Arme sind Wander-Stöcke empfehlenswert.  
Zur Dokumentation werden Fotos gemacht und diese teilweise auf [www.gehspport.de](http://www.gehspport.de) veröffentlicht.  
Es wird ein eigenverantwortliches Gehen vorausgesetzt.

Was gibt es schöneres als mit offenen Sinnen durch die Natur zu gehen

## Rundweg im Gillamoos nach Abensberg



- Anfahrt:** R – Wallfahrtskirche Frauenberg ca. 40 km
- Treffpunkt:** Sonntag, 15.07.2018 10 Uhr  
Navi: Abensberg, Allersdorf 11  
(Kirche neben der B16, 2. Ausfahrt Abensberg nehmen)  
Fahrgemeinschaften: nach Absprache oder  
R, Alte Nürnberger Str. 86 (bei Reifen Euromaster) Abf. 9:30 Uhr
- Gehstrecke:** ca. 10km (Vm 7km / Nm 3km) - 40hm
- Einkehr:** Wirtshaus beim Laubenberger (Ottenbräu) in Abensberg
- Besonderes:** Wir wiederholen die 9. „Aus-Gehen“-Wanderung,  
die am 20.07.2008 nach Abensberg (17 Tn) stattfand!  
Bitte das Mittag-Essen vorher auswählen.

**Wanderungs-Info:** Aus organisatorischen Gründen ist eine unverbindliche Anmeldung sehr hilfreich.  
Meldung an [josef.berzl@gehspport.de](mailto:josef.berzl@gehspport.de) - oder Tel. 09 41-8 65 20 (Mobil: +49 176 55 10 66 59)  
Die Teilnahme ist kostenlos. Zur Unkostendeckung wird eine Spende an den Verein gerne  
angenommen. Jedes Vereinsmitglied ist über den BLSV bei der ARAG versichert.  
Für mehr Wandersicherheit und Bewegung für die Arme sind Wander-Stöcke empfehlenswert.  
Zur Dokumentation werden Fotos gemacht und diese teilweise auf [www.gehspport.de](http://www.gehspport.de) veröffentlicht.  
Es wird ein eigenverantwortliches Gehen vorausgesetzt.

Was gibt es schöneres als mit offenen Sinnen durch die Natur zu gehen

## Rundweg im Lauterachtal - nach Stettkirchen



- Anfahrt:** R – Adertshausen (Hohenburg) ca. 45 km
- Treffpunkt:** Sonntag, 07.10.2018 10 Uhr  
Navi: Adertshausen 21 – P bei der Kirche  
Fahrgemeinschaften: nach Absprache oder  
R, Alte Nürnberger Str. 86 (bei Reifen Euromaster) Abf. 9:15 Uhr
- Gehstrecke:** ca. 10km (Vm 7km / Nm 3km) - 40hm
- Einkehr:** GH Burggarten (Stettkirchen) - [www.burggarten-stettkirchen.de](http://www.burggarten-stettkirchen.de)  
(ein Forellen-Essen müsste vorbestellt werden)
- Besonderes:** Bei unserer 10. „Aus-Gehen“-Wanderung,  
die am 18./19.10.2008 stattfand, sind wir die Lauterach von der  
Quelle bis zur Mündung gegangen!

**Wanderungs-Info:** Aus organisatorischen Gründen ist eine unverbindliche Anmeldung sehr hilfreich.  
Meldung an [josef.berzl@gehspport.de](mailto:josef.berzl@gehspport.de) - oder Tel. 09 41-8 65 20 (Mobil: +49 176 55 10 66 59)  
Die Teilnahme ist kostenlos. Zur Unkostendeckung wird eine Spende an den Verein gerne  
angenommen. Jedes Vereinsmitglied ist über den BLSV bei der ARAG versichert.  
Für mehr Wandersicherheit und Bewegung für die Arme sind Wander-Stöcke empfehlenswert.  
Zur Dokumentation werden Fotos gemacht und diese teilweise auf [www.gehspport.de](http://www.gehspport.de) veröffentlicht.  
Es wird ein eigenverantwortliches Gehen vorausgesetzt.

Was gibt es schöneres als mit offenen Sinnen durch die Natur zu gehen

## Rundweg im Vils- und Naabtal



- Anfahrt:** R – Kallmünz ca. 20-30 km
- Treffpunkt:** Sonntag, 11.11.2018 10:30 Uhr  
Parken: Kallmünz, am Schmidwöhr (TP beim Rathaus)  
Fahrgemeinschaften: nach Absprache oder  
R, Alte Nürnberger Str. 86 (bei Reifen Euromaster) Abf. 10 Uhr
- Gehstrecke:** Vormittag:  
Kallmünz – Traidendorf – Rohrbach – Eich (ca. 8km)  
Nachmittag:  
NSG Eichenberg – Burgruine Kallmünz – Kallmünz (ca. 3km)
- Einkehr:** Gasthaus Eicherberg – Eich (2. Essenschicht ca. 13 Uhr)  
Das Essen müssen wir vorbestellen!
- Besonderes:** Wir wiederholen die 11. „Aus-Gehen“-Wanderung  
(mit Änderungen wegen der Mittagseinkehr),  
die am 16.11.2008 nach Kallmünz (16 Tn) stattfand!
- Wanderungs-Info:** Aus organisatorischen Gründen ist eine unverbindliche Anmeldung sehr hilfreich.  
Meldung an [josef.berzl@gehspport.de](mailto:josef.berzl@gehspport.de) - oder Tel. 09 41-8 65 20 (Mobil: +49 176 55 10 66 59)  
Die Teilnahme ist kostenlos. Zur Unkostendeckung wird eine Spende an den Verein gerne  
angenommen. Jedes Vereinsmitglied ist über den BLSV bei der ARAG versichert.  
Für mehr Wandersicherheit und Bewegung für die Arme sind Wander-Stöcke empfehlenswert.  
Zur Dokumentation werden Fotos gemacht und diese teilweise auf [www.gehspport.de](http://www.gehspport.de) veröffentlicht.  
Es wird ein eigenverantwortliches Gehen vorausgesetzt.

Was gibt es schöneres als mit offenen Sinnen durch die Natur zu gehen

## Rundweg zur Klosterbrauerei in Mallersdorf



- Anfahrt:** R – Scharn (nördlich Mallersdorf) ca. 36 km  
B15 – kurz nach Buchhausen links Richtung Laberweinting,  
Kreisel bei Scharn, 1. Ausfahrt nach Mallersdorf, P in 100m links
- Treffpunkt:** Sonntag, 02.12.2018 10:15 Uhr  
Fahrgemeinschaften: nach Absprache oder  
R, Alte Nürnberger Str. 86 (bei Reifen Euromaster) Abf. 9:30 Uhr
- Gehstrecke:** ca. 10km (Vm 7km / Nm 3km) - 140hm
- Einkehr:** Klosterbräustüberl in Mallersdorf  
[www.klosterbraeustueberl-mallersdorf.de](http://www.klosterbraeustueberl-mallersdorf.de)
- Besonderes:** Wir wiederholen die 12. „Aus-Gehen“ - Wanderung,  
die am 14.12.2008 nach Mallersdorf (20 Tn) stattfand und  
bekommen auch wieder eine Klosterführung!  
Bitte für die Klosterführung Wechselschuhe mitnehmen.  
In Mallersdorf ist an diesem WE der Weihnachtsmarkt.  
Beim Rückmarsch könnten wir in die Dunkelheit kommen,  
bitte eine Beleuchtung mitnehmen!

**Wanderungs-Info:** Aus organisatorischen Gründen ist eine unverbindliche Anmeldung sehr hilfreich.  
Meldung an [josef.berzl@gehspport.de](mailto:josef.berzl@gehspport.de) - oder Tel. 09 41-8 65 20 (Mobil: +49 176 55 10 66 59)  
Die Teilnahme ist kostenlos. Zur Unkostendeckung wird eine Spende an den Verein gerne  
angenommen. Jedes Vereinsmitglied ist über den BLSV bei der ARAG versichert.  
Für mehr Wandersicherheit und Bewegung für die Arme sind Wander-Stöcke empfehlenswert.  
Zur Dokumentation werden Fotos gemacht und diese teilweise auf [www.gehspport.de](http://www.gehspport.de) veröffentlicht.  
Es wird ein eigenverantwortliches Gehen vorausgesetzt.

Was gibt es schöneres als mit offenen Sinnen durch die Natur zu gehen