



Erholung, Bewegung und Natur – Dreiklang für Genießer!

Auf vielfältige Art und Weise beeindruckt das Tal der Schwarzen Laber sowohl Erholungssuchende als auch Sportler. Naturgenuss und Ruhe fernab der Hektik des Alltags machen das Tal zu einem Geheimtipp. Als natürliches, fast unberührtes Flusstal schlingt sich das Tal der Schwarzen Laber durch den Bayerischen Jura. Von der Quelle bei Laaber im Gemeindebereich Pilsach nahe Neumarkt i.d.OPf. bis nach Sinzing bei Regensburg, wo der Fluss in die Donau mündet. Auf den ca. 85 km verzaubern Blütenmeere in den Talwiesen, geheimnisvolle Moore und sonnige Talhänge mit ihren artenreichen Magerrasen. Von großer Bedeutung für den Erholer ist die Schilfbeweidung, denn sonst wachsen die Talhänge zu oder die seltenen typischen Tierarten verschwinden. Nicht nur Wacholderbüsche, Silberdisteln und Orchideen lassen das Herz der Pflanzenliebhaber höher schlagen. Die Kuppeln aus witterungsbeständigem Dolomitmarmor im westlichen Flusstal und imposante, schroffe Felsen ergänzen das einzigartige Ambiente entlang der Rad- und Wanderwege. Idyllische Mühlen, romantische Kirchen und Burgruinen machen das Bild rund um die kleinen Ortschaften perfekt. Dazu verwöhnen Gastgeber ihre Gäste mit regionalen Spezialitäten und laden auch zur Rast im Biergarten ein.



Interessante Radwege

Fünf-Flüsse-Radweg (300 km/Rundtour)
Der Fünf-Flüsse-Radweg gehört zu den beliebtesten Radtouren Bayerns. Der überregionale Rundweg führt durch den Bayerischen Jura entlang der Flüsse Naab, Vils, Pegnitz, Altmühl und Donau sowie entlang des Main-Donau-Kanals und Ludwig-Donau-Main-Kanals. www.fuenf-fluesse-radweg.info

Naab-Altalmühl-Radweg (54 km)
Der Radweg führt vom breiten Naabtal über die Altböschung ins eindrucksvolle Tal der Schwarzen Laber und weiter bis ins Altmühltal. Kombiniert mit dem Schwarze Laber-Radweg oder Fünf-Flüsse-Radweg ist der perfekte Lückenschluss bei ihrer Rundtour durch die Oberpfalz juratäler oder den Bayerischen Jura. www.naab-altmuehl-radweg.de

Pegnitz-Laber-Radweg (40 km)
Mit der ausgeschilderten Wegtrasse wurde eine Verbindung zwischen vorhandenen Fernradwegen des Bayermetz für Radler im Landkreis Nürnberger Land und dem Tal der Schwarzen Laber geschaffen. Der Pegnitz-Laber-Radweg führt von Hersbruck über Berg bei Neumarkt i.d.OPf. bis zur Laaberquelle und ist zudem eine willkommene Abkürzung für weniger geübte Radfahrer, für die der Fünf-Flüsse-Radweg als Radtour zu lang ist.

Schweppermann-Radweg (56 km)
Der Radweg ist die ideale und landschaftlich attraktive Ost-West-Verbindung im Norden des Landkreises Neumarkt i.d.OPf. nach Amberg-Weizbach. Die Tour verbindet Neumarkt mit Amberg, widmet sich dem Ritter Seyfried Schweppermann (um 1257 – 1337) und kann von Amberg sogar bis Schwarzenfeld gefahren werden (78 km).

Vier-Bacher-Weg (30 – 41 km/Rundtour)
Auf diesem Radwanderweg werden Sie begleitet von den vier Bächen „Kerschbach“, „Lupenbach“, „Waldhauser Bach“ (Paschbach) und „Frauenbach“, die diesem Weg auch den Namen gaben. Bei Finsterweiling besteht die Möglichkeit zur Verlängerung (1 km).

Habsberg-Radweg (50 km/Rundtour)
Der Habsberg-Radweg führt durch herrliche Flussläufer. Im Mittelpunkt der Radtour steht der Habsberg mit Wallfahrtskirche und Umweltbildungszentrum.

Obsterlebnisweg (34 km)
Die Kulturlandschaft zwischen den Tangritler Höhen bei Hemau und dem Zusammenfluss von Vils und Naab bei Kallmünz ist als besonders malerisch bekannt. Auf dem Obsterlebnisweg können Sie Geschichten und Fakten rund um einige der ältesten Nutzpflanzen der Menschheit und ihre Bedeutung für die Region im Lauf der Jahrhunderte erfahren.

Naabtal-Radweg (93 km)
Der Naabtal-Radweg führt vom Oberpfälzer Wald bis Kallmünz und Regensburg. Von Luhe-Wildeanu bis Regensburg folgt er meist dem natürlichen Verlauf der Naab, das wohl markanteste Merkmal dieser Tour sind die vielen Burgen entlang der Strecke.

Rund um die Burgruine Ehrenfels (34 km/Rundtour)
Von Beratzhausen aus führt die wenig frequentierte Strecke hinauf nach Hemau und wieder zurück nach Beratzhausen. Die sportliche Tour enthält einige Anstiege bzw. Abfahrten. (Markierung Ra)

Interessante Wanderwege

Jurasteig (237 km/Rundwanderweg in Etappen)
In 13 maßgeschneiderten Etappen führt der Jurasteig durch die herrliche Naturlandschaft des Bayerischen Jura. Als 237 km langer Rundweg im Herzen Bayerns lenkt er über die Höhen und Täler von Donau, Altmühl, Weißer und Schwarzer Laber, Lauterach, Vils und Naab. Darüber hinaus bieten sich 18 Jurasteig-Schlaufen, die von der Haupttrasse abzweigen, als zusätzliche Tagesrundtouren an. Auch im Tal der Schwarzen Laber gibt es Jurasteig-Schlaufen bei Neumarkt – Pilsach – Lauterhofen – Velburg und Sinzing. www.jurasteig.de

Main-Donau-Wanderweg – Juralinie
Die „Juralinie“ (eine von vier Linien des Main-Donau-Wanderwegs) beginnt in Bad Staffelstein und führt auf einer Länge von 242 km von Nord nach Süd durch die Fränkische und Hersbrucker Schweiz, das Altdorfer Land und den Bayerischen Jura bis Regensburg. Der Abschnitt durch das Tal der Schwarzen Laber beginnt bei Oberölsbach (Gemeinde Berg) und führt auf rund 90 km über Neumarkt i.d.OPf. und nach Velburg entlang des Flusslaufes bis zur Mündung bei Sinzing. www.weitwanderweg.de – Main-Donau Weg

Burgensteige im Tal der Schwarzen Laber
Die Oberpfalz gilt nicht zu Unrecht als „bayerisches Burgenland“, auch in den Landkreisen Regensburg und Neumarkt i.d.OPf. gab es einst viele wehrhafte Burgen. Im Tal der Schwarzen Laber nutzten die Burgensteige meist den Main-Donau-Wanderweg als Grundtrasse. Innerhalb der weiten Ebenen des Neumarkter Beckens finden sich mehrere Burgensteige und durch steile An- und Abstiege wird Ihre Wanderung besonders abwechslungsreich. Bei insgesamt über 1.600 Höhenmetern ergeben sich atemberaubende Ausblicke. www.burgensteige.de



Interessante Wanderwege

Jurasteig (237 km/Rundwanderweg in Etappen)
In 13 maßgeschneiderten Etappen führt der Jurasteig durch die herrliche Naturlandschaft des Bayerischen Jura. Als 237 km langer Rundweg im Herzen Bayerns lenkt er über die Höhen und Täler von Donau, Altmühl, Weißer und Schwarzer Laber, Lauterach, Vils und Naab. Darüber hinaus bieten sich 18 Jurasteig-Schlaufen, die von der Haupttrasse abzweigen, als zusätzliche Tagesrundtouren an. Auch im Tal der Schwarzen Laber gibt es Jurasteig-Schlaufen bei Neumarkt – Pilsach – Lauterhofen – Velburg und Sinzing. www.jurasteig.de

Main-Donau-Wanderweg – Juralinie
Die „Juralinie“ (eine von vier Linien des Main-Donau-Wanderwegs) beginnt in Bad Staffelstein und führt auf einer Länge von 242 km von Nord nach Süd durch die Fränkische und Hersbrucker Schweiz, das Altdorfer Land und den Bayerischen Jura bis Regensburg. Der Abschnitt durch das Tal der Schwarzen Laber beginnt bei Oberölsbach (Gemeinde Berg) und führt auf rund 90 km über Neumarkt i.d.OPf. und nach Velburg entlang des Flusslaufes bis zur Mündung bei Sinzing. www.weitwanderweg.de – Main-Donau Weg

Burgensteige im Tal der Schwarzen Laber
Die Oberpfalz gilt nicht zu Unrecht als „bayerisches Burgenland“, auch in den Landkreisen Regensburg und Neumarkt i.d.OPf. gab es einst viele wehrhafte Burgen. Im Tal der Schwarzen Laber nutzten die Burgensteige meist den Main-Donau-Wanderweg als Grundtrasse. Innerhalb der weiten Ebenen des Neumarkter Beckens finden sich mehrere Burgensteige und durch steile An- und Abstiege wird Ihre Wanderung besonders abwechslungsreich. Bei insgesamt über 1.600 Höhenmetern ergeben sich atemberaubende Ausblicke. www.burgensteige.de



Zeugenburgen

Die 48,3 km lange Zeugenburgenroute verläuft als Rundwanderweg um die Stadt Neumarkt i.d.OPf. Der mit dem europäischen Qualitätssiegel „Leading Quality Trail – Best of Europe“ ausgezeichnete Rundwanderweg führt in 3 Tagesetappen über aussichtsreiche Anhöhen. Innerhalb der weiten Ebenen des Neumarkter Beckens finden sich mehrere Zeugenburgen und durch steile An- und Abstiege wird Ihre Wanderung besonders abwechslungsreich. Bei insgesamt über 1.600 Höhenmetern ergeben sich atemberaubende Ausblicke. www.zeugenburgen.de



Tipp

Gastgeber und Einkehrtipps mit Biergärten finden Sie unter: www.schwarze-laber.de (unter Anreise & Service).

Den Erlebnisführer im Tal der Schwarzen Laber können Sie kostenlos bei den beiden Landkreisen Regensburg und Neumarkt i.d.OPf. bestellen.



Legende

- RADWEGE** (durchgezogene Linie)
 - Schwarze Laber-Radweg
 - Schweppermann-Radweg
 - Fünf-Flüsse-Radweg
 - Pegnitz-Laber-Radweg
 - Habsberg-Radweg
 - Lauterachtal-Radweg
 - Naab-Altalmühl-Radweg
 - Naabtal-Radweg
 - Vier-Bacher-Radweg
- WANDERWEGE** (gestrichelte Linie)
 - Jurasteig
 - Main-Donau-Wanderweg
 - Burgensteige/Burgensteigrunden
 - Zeugenburgenroute
- Achtung!** Steigung/Gefälle
- K** Künstlerische Rastpausplätze
- F** Freizeittipp
- WC** Öffentliche Toilette
- Bhf** Bahnhof/Bahnhaltepunkt
- G** Golfplatz
- C** Campingplatz

Maßstab ca. 1:90.000
Geobasisdaten © Bayerische Vermessungsverwaltung 2022
Kartographie: DPL-Geograph Martin Gabriel

Weitere Informationen

Siehe Sie unter: www.schwarze-laber.de

Auskünfte zu den jeweiligen Ortschaften, weiteren Sehenswürdigkeiten und Freizeitmöglichkeiten sowie Gastgeber erhalten Sie auch von den Gemeinden oder den Tourismusbüros der Landkreise Neumarkt i.d.OPf. und Regensburg. **Touristinformation der Oberpfalz (juratäler/Bayerischer Jura)**
Nürnberg, Straße 1 - 92318 Neumarkt i.d.OPf. - Tel. 09181 4701253
tourismus@landkreis-neumarkt.de - www.tourismus-landkreis-neumarkt.de
Ferieregion Regensburger Land - Tourismusbüro
Altmühlstraße 3 - 93059 Regensburg - Tel. 0941 409495
tourismus@landkreis-regensburg.de - www.landkreis-regensburg.de

Lage · Anfahrt · ÖPNV

Mit dem Auto: Das Tal der Schwarzen Laber liegt verkehrsgünstig an der Autobahn A3: Frankfurt – Würzburg – Nürnberg – Neumarkt – Regensburg – Passau.

Mit der Bahn: In der Mitte Bayerns ist das Tal der Schwarzen Laber gut mit der Bahn erreichbar. Über die Bahnstrecke Nürnberg – Neumarkt – Regensburg erreichen Sie verschiedene Haltepunkte bzw. Bahnhöfe: Neumarkt, Batzhausen, Seubersdorf, Parsberg, Beratzhausen, Laaber, Deuring, Undorf, Eterzhausen und Regensburg. Aus Richtung Ingolstadt ist der Bahnhofpunkt Sinzing ein idealer Ein- bzw. Ausstieg für Ihre Tour. Bei der Deutschen Bahn und bei Agilis ist die Mitnahme von Rädern möglich.

Kontakt:
Deutsche Bahn - Tel. 030 2970 - www.bahn.de (Bahn-App)
Bahnhof Bayern - www.bayern-fahrplan.de (Bayern-Fahrplan-App)
Verkehrsunternehmen Agilis - Tel. 0800 582840 - www.agilis.de
VGN – Verkehrsverbund Großraum Nürnberg - Tel. 0911 207759 - www.vgn.de
RVV – RVV Kundenzentrum - Tel. 0941 2049555 - www.rvv.de



Rad-Wander-Karte Tal der Schwarzen Laber

Erholung, Bewegung und Natur zwischen Neumarkt i.d.OPf. und Regensburg



www.schwarze-laber.de **Bayern**

Sehenswürdigkeiten

- 1 Klosterruine Gnadenberg
- 2 Historisches Rathaus
- 3 Wallfahrtskirche Mariä Namen
- 4 Quelle der Laber
- 5 Geotop Doggerfelsen
- 6 Rosenfriedhof
- 7 Wallfahrtskirche Habsberg Maria Heil d. Kranken
- 8 Ruine Helfenberg
- 9 König-Otto-Tropfsteinhöhle
- 10 Ruine Velburg
- 11 Ruine Adelburg
- 12 Wallfahrtskirche Maria Hilf
- 13 Wallfahrtskirche Peter & Paul
- 14 Burg Parsberg mit Burgmuseum
- 15 Burg Lupburg
- 16 Ruine Hohenfels
- 17 Skulpturenpark an der Schwarzen Laber
- 18 Ruine Ehrenfels
- 19 Spielzeugmuseum
- 20 Ruine Laaber
- 21 Wallfahrtskirche Mariä Geburt
- 22 Ruine Loch (nicht zugänglich)
- 23 Ruine Niederwiehhausen (nicht zugänglich)
- 24 Wallfahrtskirche Mariator mit Kalvarienbergkirche
- 25 Räuberhöhle Eterzhausen

Impressum

Herausgeber: Landkreis Regensburg
Altmühlstraße 3 - 93059 Regensburg
Landkreis Neumarkt i.d.OPf.
Nürnberg, Straße 1 - 92318 Neumarkt i.d.OPf.
15 beteiligte Gemeinden im Rahmen des Leader-Kooperationsprojektes „Tal der Schwarzen Laber“
Inhaltliches Konzept: Christine Riel - Susanne Kammerer
Texte und Touren: Beteiligte Gemeinden und Landkreise Medlitz, Plettenhofen
Fotos: Stefanie Göb - Stefan Gruber - Susanne Kammerer
Clemens Mayer/Julia Knorr - Reinhard Mederer iW-Berufsfotografie - Anita Wolff
Gestaltung: grafique, Yvonne Geyer
Kartographie: Geobasisdaten © Bayerische Vermessungsverwaltung 2022
Kartographie: Martin Gabriel
Druck: Ehrhardt Druck - Regensburg - 10/22/60
Für die Richtigkeit der angegebenen Daten und Inhalte kann der Herausgeber keine Garantie übernehmen. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung der Herausgeber. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



Rad-Wander-Weg im Tal der Schwarzen Laber



Die rund 85 km lange Tour durchs Tal der Schwarzen Laber beginnt am Bahnhof Neumarkt i.d.OPf. Je nach Kondition und Informationsdurst können Sie die Strecke in verschiedenen Etappen erfahren. Die folgende Einteilung in drei Etappen ist ein Vorschlag, bei dem Sie genügend Zeit haben, die Schönheiten des Talraumes zu entdecken und sich von der Gastfreundlichkeit der Betriebe überzeugen können. Bitte achten Sie unterwegs besonders auf die künstlerisch gestalteten Pavillons, die Ihnen an fünf Standorten verschiedene Aspekte des Themas „Fluss – Tal der Schwarzen Laber“ näherbringen. Zwischen den Pavillons weisen Ihnen auch „Blaue Lesesteine“ den Weg und Informationsstafeln begleiten Sie im Verlauf der Strecke! Aufgrund naturbelassener Abschnitte bei Lupburg, Beratzhausen und Laaber sowie des Anstieges auf naturnahem geschottertem Weg nach Hardt ist der Radweg nicht für Rennräder geeignet!

Etappe 1: Bahnhof Neumarkt i.d.OPf. – Lengelfeld/Velburg (ca. 25 km)

Vom Bahnhofsvorplatz Neumarkt i.d.OPf. aus starten wir durch die Stadtmitte in Richtung Pilsach. Nach den ersten 7 km beginnt am Ortsende Pilsach mit dem Pfeifershofen Berg die erste obenverserte Steigung (Länge ca. 2 km). Wenn angekommen sind es noch 3 km bis Laaber, woher erreichen Sie auch den ersten Pavillon an der Route. In der Ortsmitte Laaber befindet sich die Quelle des Flusses, diese wurde vom Landschaftspflegeverband Neumarkt i.d.OPf. eingefasst und mit einer Infotafel versehen. Über Anzenhofen und Eschershofen geht es weiter nach Niederhofen, vorbei an den sehenswerten Doggerfelsen, die vom Bayerischen Umweltministerium 2008 prämiert wurden und damit zu den 100 bedeutendsten geologischen Naturwundern Bayern gehören. Nach ca. 4 km gelangen Sie nach Dietkirchen. Hier befindet sich der Rosenfriedhof, der mit seinen ausschließlich schwebelernen Grabkreuzen und Rosenpflanzungen einen Halt wertlich ist. Es geht nun etwas aus dem Tal hinaus und von den Anhöhen hat man einen tollen Ausblick auf das noch sehr weite Tal und den noch jungen Fluss. Wieder in Richtung Tal fahren Sie nach Unterveikenhof, das knapp 2 km nach Dietkirchen erreicht ist. Bei Unterveikenhof beginnt rechts der handliches Naturparkgebiet, das über 7 km lange Deusmauer Moor. Dieses Moor ist wegen seiner wertvollen Feuchtlebensräume für seltene Pflanzen und Tiere von bayernweiter Bedeutung. Sie durchqueren nach weiteren 3 km die gleichnamige Ortschaft Deusmauer und radeln noch 2 km bis nach Lengelfeld. Unterwegs bieten gut erhaltene Felsenkeller eine weitere Möglichkeit zu einem informativen Stopp. In Lengelfeld ist das Ziel der ersten Etappe erreicht. Auch das 3 km entfernte Städtchen Velburg lädt Sie mit seinem historischen Marktplatz und der mächtigen Burgruine ein. Mit der König-Otto-Tropfsteinhöhle liegt eine weitere Attraktion unweit von Velburg.



Etappe 2: Lengelfeld/Velburg – Beratzhausen (ca. 28 km)

Von Velburg oder Lengelfeld aus führt die 2. Etappe zur Ostermühle. Die zahlreichen Mühlen zeugen von der ehemals großen wirtschaftlichen Bedeutung der Schwarzen Laber über Jahrhunderte hinweg. An Vogelbrunn vorbei erreichen wir den zweiten Pavillon noch vor Oberwelling, das nach 4 km erreicht ist. Hier wird die Schwarze Laber „erwachsen“, d.h. der Fluss breiter und das Tal schmäler. Aus Oberwelling heraus führt der Rad-Wander-Weg in Richtung Hollersteinen (Einkeh), das Sie passieren, bevor die Humühle erreicht wird. An der nächsten Mühle, der Poistermühle, vorbeifahrend gelangen Sie nach knapp 4 km in den idyllischen Ort Klaffenberg. Für die nächsten 3 km durchfahren Sie einen besonderen Talabschnitt, der mit Trockensteinhängen, Kalkfelsen und Wacholdersträuchern charakteristisch für den Bayerischen Jura ist. Bei Darshofen liegt über dem Tal ein wunderbarer Aussichtspunkt, an dem eine Bank zum Genießen einlädt. Nach rund 3,5 km haben Sie die Hammermühle und den dritten Pavillon erreicht. Nun haben Sie auch die Möglichkeit in das nur 1,5 km entfernte Parsberg zu radeln, um die Burg mit Burg-Museum zu besichtigen oder einfach um eine Pause zu machen. Wenn Sie die Tour in nur zwei Etappen radeln, bietet sich das auf halber Strecke gelegene Parsberg für eine Übernachtung an. Weiter geht es auf ca. 4,5 km in unmittelbarer Nähe zur Schwarzen Laber durch eine malerische Landschaft nach Degerndorf. Ebenfalls bis Wieselbruck 1 km nach Wieselbruck gelangen Sie in eine Kreuzung, von der aus Sie ein Waldweg für knapp 2 km nach Hardt hinaufführt. Von Hardt aus sind es noch 7 km vorbei an Schwarzenothausen (ab hier ca. 3 km Abfahrt), bis Beratzhausen als Zielort der Etappe 2 erreicht ist. In Beratzhausen nehmen Sie sich Zeit und flanieren Sie in den ensemblegeschützten Marktplatz oder besichtigen Sie den Skulpturenpark direkt am Ufer der Schwarzen Laber.



Etappe 3: Beratzhausen – Sinzing (ca. 32 km)

Von Beratzhausen aus führt Sie die Radtour zunächst knapp 3,5 km über die Friesenmühle (Einkeh) nach Beinstein (sonntags: Einkeh). Von hier aus geht es nach der Gleismühle über die Schwarze Laber. Auf der anderen Seite des Flusses erreicht Sie ein sehr natürlicher Talabschnitt. Sie fahren idyllisch unter Bäumen am Waldrand entlang, immer in Sichtweite zum Fluss. Bei Schafbrückmühle wird die Schwarze Laber erneut überquert und auf der anderen Seite können Sie Ihre Fahrt zwischen Flusslauf und Wald in Richtung Papiermühle, die schon vom weitem durch einen großen Schornstein zu erkennen ist, fortsetzen. Gut 6,5 km nach Beinstein erreichen Sie den Markt Laaber. Durch den sanierten Ortskern mit gepflastertem Marktplatz und typischen Jurahäuschen am Fuße der beeindruckenden Burganlage fahren Sie über den Talweg und eine Holzbrücke rund 2,5 km bis zur Hartmühle, die heute als Campingplatz genutzt wird (Einkeh). Weiter führt die Tour vorbei an beeindruckenden Jurafelsen bis zur Münchsmühle (Einkeh). Sie passieren das Sägewerk, queren die Straße und haben die Möglichkeit, beim vierten Pavillon linker Hand zu rasten. Nun fahren Sie am Waldrand entlang, gegenüber einer beeindruckenden Karstlandschaft bei Stegenhof, nach Deuerling, das nach 3,5 km erreicht ist. In Deuerling grüßt Sie der Schmid und bei Steinerbrückl passieren Sie das Nepomukmartelr bevor in Eichhofen das sehenswerte Schloss mit Brauereigasthof auf Sie wartet. Durch Loch hinaus schlängelt sich der Weg zwischen Schwarzen Laber und einzigen Felspartien 6,5 km bis nach Schönfen. Auf halber Strecke passiert man ein beliebtes Klettergebiet, um so schönen Tagen Sportbegeisterte die Jurlafeln erklimmen. Ein Rastplatz am Fuße der Felsformationen bietet Ihnen die Möglichkeit die Sportler zu beobachten. Die nächsten 4,5 km führen Sie durch eine wunderschöne Juralandschaft bis Alling. Sie passieren als nächstes mit der Peschmieder Mühle bei Bruckdorf die letzte, noch in Betrieb befindlichen Mühlen. In Sinzing haben Sie die letzten 5 km geschafft und den fünften Pavillon erreicht. Wenn Sie noch Zeit haben, sind die Wallfahrtskirche Mariarot, das Walderlebniszentrum oder der Kletterwald in Riegling weitere beliebte Ziele.



Streckenführung und Streckenqualität

Der Großteil der Radtour im Tal der Schwarzen Laber verläuft auf Rad- und Fußwegen (teilweise straßenbegleitend) bzw. über nicht öffentliche, gut befestigte Wirtschaftswege. In einigen Teilstücken sind Sie aber auch auf wenig befahrenen Gemeindeverbindungsstraßen unterwegs. Trotz des wenigen Verkehrs und der notwendigen Querungen von Straßen achten Sie bitte auf den öffentlichen Straßenraum. Die Streckenführung orientiert sich überwiegend am Flusslauf, daher sind die meisten Abschnitte relativ flach und einfach zu befahren. In einigen Bereichen muss sich der Rad-Wander-Weg aber vom Flusslauf entfernen, daher sind vereinzelt kurze Anstiege und Abfahrten nötig. Neben meist asphaltierten, gut befestigten oder geschotterten Wegen sind vor allem die Anstiege aus dem Flussal nach Hardt unbefestigt und auf dem Abschnitt zwischen Gleismühle (Beratzhausen) und Schafbrückmühle vereinzelt naturbelassene Bereiche zu finden. Fahren Sie in diesen Bereichen aufmerksam, besonders auf schlechtem Wetter. Da es sich bei Teilen der Strecke um Wirtschaftswege handelt, ist mit land- und forstwirtschaftlichem Verkehr und Verschmutzungen zu rechnen. Zur Befahrung eignen sich deshalb ein Trekkingrad oder Mountainbike am besten.



Der Schwarze Laber-Radweg ist einheitlich mit weiß-grünen Wegweisern in beide Richtungen markiert, Entfernungen- und Ortsangaben ergänzen die Beschilderung. Zur Unterstützung der Wegführung finden sich auch an unübersichtlichen Kreuzungspunkten „Blaue Lesesteine“ (Dolomitsteine), Infotafeln und Pavillons ergänzen das Angebot. Selbstverständlich können Sie als Wanderer auch der Radwegbeschilderung folgen, jedoch bevorzugen Wanderer meist sehr naturnahe Pfade. Im gesamten Labertal führen deshalb auch die markierten Burgensteige und der blau-weiß markierte Main-Donau-Weg zu den Anhöhen der Ruinen und Burgen. Siehe auch Rückseite („Interessante Wanderwege“).

Fahrradservice

Parsberg
■ **NO LIMIT**-Bikehaus Parsberg UG · Rot-Kreuz-Straße 2 · 92331 Parsberg
Telefon: 09492 6214 · info@nolimit-parsberg.de · www.nolimit-parsberg.de
Montag Ruhetag
■ **Juraspeed** · Adalbert-Stifter-Straße 4 · 92331 Parsberg
Telefon 0171 6380452 · knier@juraspeed.com · www.juraspeed.com
Montag Ruhetag

Laaber
■ **Fa. Radmühle** · Papiermühle 1 · 93164 Laaber · Telefon 09498 906307
radmuehle@web.de · www.radmuehle.jimdo.com · Mittwoch Ruhetag
Nittendorf
■ **Radwerk – Fahrrad-Fachgeschäft** · Zur Dreierschleife 9
93152 Schönhofen · Telefon 09404 4248 · radwerk@gmx.de
www.radwerk.info · Montag Ruhetag

Natürlich gibt es an Ihrem Start-/Zielpunkt in Neumarkt und Regensburg auch Servicestationen.

Wichtige Hinweise

Der Rad-Wander-Weg durchs Tal der Schwarzen Laber ist für Radfahrer und Wanderer gleichermaßen gedacht. Ein vernünftiges Miteinander und gegenseitige Rücksichtnahme erleichtern die gemeinsame Nutzung und machen das Erlebnis Schwarze Laber für alle erholsam. Auf land- und forstwirtschaftlich genutzten Wirtschaftswegen können Ihnen Fahrzeuge begegnen – bitte lassen Sie diese Fahrzeuge zügig passieren und vermeiden Sie gefährliche Situationen. Schützen Sie Natur und fremdes Eigentum! Nehmen Sie Ihren Müll wieder mit nach Hause. Bleiben Sie auf dem Weg und betreten Sie keine Schutzbereiche und sensible Naturräume. Das Rauchen ist im Wald grundsätzlich verboten. Eine Gewähr und Haftung für den Streckenverlauf, die Befahrbarkeit sowie die Qualität und Sicherheit des Weges wird nicht übernommen.
www.ostbayern-tourismus.de/informieren/respektvoll-unterwegs

Öffentliche Toiletten

Berg Seubersdorf
Hohenfels
Parsberg
Hemau
■ Altes Rathaus Berg · Herrnsstraße 1
■ Bahnhof · Bahnhofstraße · behindertengerecht (8.00 – 20.00 Uhr)
■ Am Rathaus · Pfarrer-Ertl-Platz 3 · behindertengerecht (8.00 – 20.00 Uhr)
■ Altes Rathaus · Stadtplatz 4 · (8.00 – 20.00 Uhr)
■ Volksfestplatz · Bodenhofer Weg 3 · behindertengerecht (8.00 – 20.00 Uhr)
■ Friedhof St. Salvator · Regensburger Straße 17 (8.00 – 20.00 Uhr)
■ Waldfriedhof · Dietfurter Straße 45 · (8.00 – 20.00 Uhr)
■ am Waldbad · (6.00 – 21.00 Uhr von April – Oktober)

Beratzhausen
Laaber
■ Rathaus (Rückseite) · Jakobstraße 9
behindertengerecht · (8.00 – 20.00 Uhr)
■ auf dem öffentlichen Parkplatz und auf der Burg
■ im Funktionshaus an der Mühliwiese (8.00 – 20.00 Uhr von April – Ende November)

Sinzing
■ Gelände des Jugend- und Kulturhauses · Fahrenweg 9 (8.00 – 20.00 Uhr)

Gemeinde Pilsach

Sehenswertes
■ Rosenfriedhof Dietkirchen
■ Geotop Doggerfelsen
■ Quelle der Schwarzen Laber

Bernthal-Spaziergang
Der angenehme Rundweg startet in der Dorfmitte mit einem kurzen, steilen Aufstieg in Richtung Waldrain. An der Kapelle und am Schlossgarten vorbei führt die markierte Route mit mäßigen Steigungen und schönen Aussichten dann zurück in die Pilsacher Dorfmitte.

Pilsach ist ein ruhiger Ort, malerisch gelegen unweit der Kreisstadt Neumarkt, umrandet von großen Waldgebieten mit stillen Tälern. Im Bereich Pilsach waren zwei Adelsgeschlechter ansässig: die Pilsacher (ca. 1112 bis 1343) und die Senti von Pilsach (ca. 1323 bis 1688). Bekannt geworden ist Pilsach aber vor allem durch das Fideleinkel Kaspar Hauser. Er soll u.a. im sogenannten „Hause-Loch“, das sich im Wasserschloss Pilsach befindet, gefangen gehalten worden sein. Im Gemeindeteil Laaber liegt mit der Quelle der natürliche Beginn des Tals der Schwarzen Laber. Daneben können Sie auf den örtlichen Wanderwegen und einer schönen Radrunde Pilsach und sein attraktives Umland zu Fuß oder auf Rädern entdecken.

Weitere Informationen
Gemeinde Pilsach – VG Neumarkt i.d.OPf. · Telefon: 09181 29120
Bahnhofstraße 12 · 92318 Neumarkt i.d.OPf. · Telefon: 09181 29120
E-Mail: info@vg-neumarkt.de · Internet: www.pilsach.de

Wanderung am Gstanzweg
Der Gstanzweg verbindet das längste bayerische Industriedenkmal mit unseren blau-weißen Wurzeln sowie den Perlen unserer Kulturlandschaft. Singen Sie mit an 6 Stationen, die von Innehalten einladen.

Wanderung im Rohrensdöder Tal
Start und Ziel des beschilderten Rundwegs befindet sich Oberhornrestadt. Tief in den Albtalrauf des Jura eingeschritten, liegt das Rohrenstädter Tal mit seinen Denkmälern sowie bedeutsamen Biotopen und seltenen Tieren und Pflanzen. Auf rund 6 km erläutern Thementafeln des Landschaftspflegeverbandes Geschichte, Landschaftsentwicklung und den „Widder“.

Sehenswertes
■ Klosterkirche Gnadenberg
■ Schloss in Regensburg
■ Kunst am Kanal
■ Gstanzl- und Brotzeltweg am Ludwigskanal

www.kloster-gnadenberg.de
www.kunst-am-kanal.de
www.innenarchitektur-region.de
/roadweg/gstanzl-radweg

Weitere Informationen
Gemeinde Berg b. Neumarkt i.d.OPf.
Herrnsstraße 1 · 92348 Berg · Telefon: 09189 44310
E-Mail: gemeinde@berg-opf.de · Internet: www.berg-opf.de

Markt Lauterhofen

Sehenswertes
■ Wallfahrtskirche „Mariä Namen“ Troutmannshofen
■ Historisches Rathaus
■ Industriekulturler „Alter Bahnhof“

Der Markt Lauterhofen liegt auf den Höhen des reizvollen Bayerischen Jura. Hier beginnt mit dem Waldriedhof 1 Dietfurter Kapelle, auch einer der ältesten Orte in Bayern. Somit darf sich Lauterhofen auch als historisch bedeutsamster Ort vor der ersten Jahrtausendwende im Gebiet des jetzigen Landkreis Neumarkt i.d.OPf. rühmen. Wer in der Natur nach Entspannung sucht, findet

Weitere Informationen
Markt Lauterhofen · Marktplatz 11 · 92283 Lauterhofen
Telefon: 09186 93100 · E-Mail: info@lauterhofen.de
Internet: www.lauterhofen.de

Stadt Velburg

Sehenswertes
■ Rathaus Velburg und historischer Marktplatz
■ König-Otto-Tropfsteinhöhle

Das kleine historische Städtchen Velburg liegt mitten im Bayerischen Jura, umgeben von bewaldeten Kuppen in einer abwechslungsreichen, fast unberührten Landschaft der mittleren Frankenalb. Vorläufersiedlung von Velburg ist das Dorf Altenveoldorf. Die Stadt Velburg selbst entstand erst im 13. Jahrhundert, etwa zwischen 1231 und 1285. Von großer Bedeutung dabei war wohl auch die ehemalige Burg Velburg, in deren Schutz sich die Neugründung vollzog. Die Gemeinde bietet zahlreiche Freizeitaktivitäten und -attraktionen. Sportliche Gäste können die zahlreichen Rad- und Wanderwege erkunden, die im gesamten Gemeindegebiet gut ausgeschildert sind. Ein Golfplatz und der 2012 eröffnete Waldhofsiegarten runden das Angebot ab.

Weitere Informationen
Stadt Velburg · Hinterer Markt 1 · 92355 Velburg
Telefon: 09182 93020 · E-Mail: stadt-velburg@velburg.de
Internet: www.velburg.de

Seubersdorf liegt auf einem Höhenrücken zwischen der Schwarzen und der Weißen Laber, der zur „Mittleren Frankenalb“ gehört. Eine dominierende Rolle für die Entstehung der Dörfer im Gemeindebereich spielte die Adelburg, ein Reichslehen, das erstmals Ende des 12. Jahrhunderts urkundlich erwähnt wurde. Der Ortsname Seubersdorf wird erstmals im Jahre 1350 als „Seiferdorf“ in einer schriftlichen Quelle genannt. Im Land der Schwarzen Laber und des Naturparks Altmühltal bietet die Gemeinde Wandermöglichkeiten zur Erholung. Die Petersberg-Schlaufe (Jurasteige/Schlaufe Nr. 18) führt vom Tal der Weißen Laber zur Wisinger Laber und der Burgensteige der Raubritter vom Bahnhof Seubersdorf ins Tal der Schwarzen Laber.

Sehenswertes
■ Wallfahrtskirche „St. Peter und Paul“ (Waldkirchen)
■ Ruine Adelburg bei Eichhofen
■ Adian-Grabsteine in „St. Jakob“ Ittelhofen
■ Kneippanlage Ittelhofen

Weitere Informationen
Gemeinde Seubersdorf i.d.OPf.
Schulstraße 4 · 92358 Seubersdorf i.d.OPf. · Telefon: 09497 94960
E-Mail: info@seubersdorf.de · Internet: www.seubersdorf.de

Markt Hohenfels

Sehenswertes
■ Bergfried als Rest der Burganlage
■ Pfarrkirche „St. Ulrich-Kirche“
■ Kommunbrunnhaus

Panoramaweg
Die verhältnismäßig sportliche Tour ist mit der Nr. 1 beschildert und beginnt am Marktplatz. Es geht vorbei am Burg-Turm, der als Wahrzeichen von Hohenfels steht, zum Schiefstadelkapelle. Gehen Sie weiter über die Kreuzwegstation zur Hummelkapelle und über die bayerische Kapelle und den Galgenberg erreichen Sie nach knapp 6 km wieder den Ausgangspunkt Marktplatz.

Abseits des großen Verkehrs, aber auf guten Straßen von Regensburg, Amberg und Neumarkt liegt schnell zu erreichenden, liegt in einem stillen, romantischen Tal in der südwestlichen Oberpfalz der Markt Hohenfels. Die älteste Geschichte des Marktes spiegelt sich in der Geschichte des alten Adelsschlosses der „Hohenfelser“. Diese errichteten zu Beginn des 12. Jahrhunderts auf dem Felsrücken über den Quellen des Forellenbaches (hier damals „Lohbach“) eine feste Burg als Stammsitz. Die Burg beherrscht den ganzen Ort, der sich hüfelsenförmig um den „Schlossberg“ schmiegt. Die naturbelassene Landschaft und die Anlage der historischen

Weitere Informationen
Markt Hohenfels · Pfarrer-Ertl-Platz 3 · 92366 Hohenfels
Telefon: 09493 94010 · E-Mail: info@markt-hohenfels.de
Internet: www.markt-hohenfels.de

Stadt Parsberg

Sehenswertes
■ Burg und Schloss Parsberg mit Burggärten und Parkanlage
■ Burg-Museum
■ Kath. Pfarrkirche „St. Andreas“ (mit Taufbecken)

Die Stadt Parsberg liegt auf 550 m Höhe, inmitten des Bayerischen Jura, wurde lange Zeit vom gleichnamigen Adelsgeschlecht geprägt, das mit Heinrich von Parsberg erstmals in einer Urkunde von 1274 genannt wird. Die Burg- und Schlossanlage ist heute wachsend und historisches bzw. kulturelles Highlight und beheimatet das Burg-Museum. Bei sorgfältig ausgesuchten Tourenvorschlägen für Wanderer

Weitere Informationen
Stadt Parsberg · Alte Seer Straße 2 · 92331 Parsberg
Telefon: 09492 94180 · E-Mail: tourismus@parsberg.de
Internet: www.parsberg.de

Auf einem Jurakegel über dem Tal der Schwarzen Laber liegen Markt und Burganlage von Lupburg. Geschult durch die Festung konnte sich ein lebhafter Markt aus Ackerbürgern, Handwerkern und Händlern entwickeln. Zweiteifreil urkundlich belegt ist Lupburg erstmals 1129 mit einem Ludwig von Lupburg. Rund um den Burgberg und im malerischen, historischen Ortskern liegt eine Ruhe, die man andernorts so nicht findet. Das Lupburger Umland hält auch einiges an Freizeitaktivitäten für Sie bereit – egal ob zu Fuß oder mit dem Fahrrad, sportlich oder beschaulich. Verschiedene gut beschilderte Wander- und Radwege gehen Ihnen dabei in die Richtung vor.

Sehenswertes
■ Vollständig sanierte Burganlage
■ Historischer Ortskern (Goldlof)
■ Urkirche See

Labertalweg
Mit einem gelben Schild markiert führt der als seniorengerecht eingestufte 10 km lange Wanderweg durch die faszinierende Landschaft der Schwarzen Laber. Sie gehen zwischen Fischhaus und der Hammermühle in einem noch weitgehend unberührtem Talabschnitt nach Parsberg. Von dort aus geht es zurück zu Ihrem Ausgangspunkt im Goldlof Lupburg.

Markt Beratzhausen

Sehenswertes
■ Ensemblegeschützter historischer Marktplatz
■ Skulpturenpark, u.a. direkt an der Schwarzen Laber
■ Burgruine Ehrenfels

Literaturwanderweg
Der rund 5 km lange Rundwanderweg führt von Beratzhausen am Ufer der Schwarzen Laber, bis zur Kohlühle und auf der anderen Flussseite zurück. Sie wandern durch die idyllische Juralandschaft, umrahmt mit ein. Die einzigartige Landschaft mit wacholderbewachsenen, grünen Hängen und grasenden

Weitere Informationen
Markt Beratzhausen · Marktstraße 33 · 93176 Beratzhausen
Telefon: 09498 94010 · E-Mail: info@markt-beratzhausen.de
Internet: www.beratzhausen.com

Stadt Hemau

Sehenswertes
■ Rathaus und Historischer Zehentstadel
■ Spielzeugmuseum
■ Wallfahrtskirche Eichberg

Die Stadt Hemau liegt auf dem bewaldeten Bergücken zwischen den Tälern der Altmühl und der Schwarzen Laber, im Zentrum des historischen „Distrikts Tangirmühl“ und an der seit dem 12. Jahrhundert bestehenden Handelsstraße Frankfurt – Würzburg – Nürnberg – Regensburg – Passau, der heutigen Bundes