

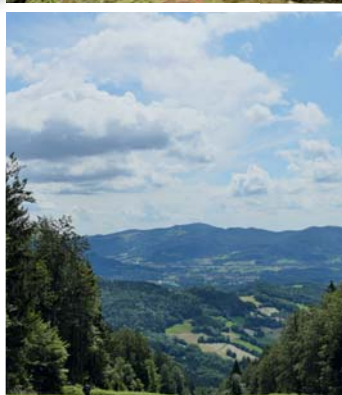


Sonja Berndl



WANDERFÜHRER LALLINGER WINKEL UND SONNENWALD

*Die schönsten Touren zwischen
Deggendorf und Schönberg*



Vorwort

Ich heiße Sonja Berndl, lebe im Bayerischen Wald und bin von der Natur begeistert. Neben meinem Beruf als Diplom-Sozialpädagogin habe ich deshalb Ausbildungen zur Waldfhrerin im Nationalpark Bayerischer Wald und zur Fachberaterin für essbare Wildpflanzen absolviert. Beides ist mit dem Aufenthalt in der Natur verbunden und kommt meiner Begeisterung für das Wandern entgegen.

Leidenschaftlich gern schnre ich die Wanderstiefel und durchstreife den Bayerischen Wald auch abseits bekannter Wege. Die Region zwischen Deggendorf und Schönberg ist dafür ideal. Die abwechslungsreiche Landschaft hat alles zu bieten, was das Wander*innenherz höherschlagen lässt: hohe und niedrige Berge, ein vielfältiges Landschaftsrelief, bunte Blumenwiesen, naturnahe Wälder und idyllische Täler mit pltschernden Bchen. Herrliche Aussichten, die bei entsprechendem Wetter sogar bis zu den Alpen reichen, machen die Wanderungen zu einem besonderen Erlebnis. Viele Gebiete sind ruhig und abgeschieden.

Da die Region so schön ist, kam ich auf die Idee, einen Wanderführer über die Gegend zu schreiben. Beim Verlag Battenberg-Gietl bin ich damit sofort auf offene Ohren gesto-

en. Als das geklärt war, ging es an die Umsetzung. Wie gehe ich vor?

Zuerst tftle ich auf den Wanderkarten eine Tour aus. Es gibt viele reizvolle Routen. Da fällt die Auswahl nicht leicht. Dann nehme ich sie unter die Füße, werfe die Tour während der Wanderung schon mal um, weil ein anderer Weg oder Blick attraktiver ist.

Nachdem die Tour steht und geschrieben ist, prüfe ich sie erneut. Stimmen alle Richtungen? Sind markante Punkte richtig bezeichnet und an der richtigen Stelle? Ist die Beschreibung plausibel, einleuchtend und nachvollziehbar? Es gibt viele weitere Fragen zu klären: Wie soll der Titel der Tour lauten? Wie die Kurzbeschreibung?

Es folgt das Fotoshooting und die schwierige Auswahl der Fotos. Welche Bilder vermitteln am besten einen Eindruck von der Wanderung? Passt der Himmel? Soll dieser oder jener Weg in den Wanderführer, dieser Blick oder jener Felsen, dieser Totholzbaum oder jene Blume? Nun werden die Bilder beschriftet und so weiter. Sie sehen, da hängt eine Menge „Arbeit“ dran. Sie allerdings brauchen jetzt nur noch losgehen.

Entdecken Sie mit dem Wanderführer das Besondere dieser Landschaft. Es gibt kurze und lange Touren, Touren mit steilen Auf- und



Abstiegen oder flachere Rundwege, Touren durch schattigen Wald oder über offene, sonnige Wiesen. Natürlich finden Sie Klassiker wie Wanderungen auf die Berge Büchelstein, Brotjacklriegel und Geßingerstein. Gleichwohl finden Sie auch Touren abseits ausgetretener Wege. Egal, für welche Wan-

derung Sie sich entscheiden, hier können Sie die schöne Natur in Ruhe genießen. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Wandern und Entdecken.

Jouja Berndt

Inhaltsverzeichnis

6

Übersichtskarte

8

Die Regionen Lallinger Winkel und Sonnenwald
im Bayerischen Wald

12

Infos rund um das Wandern

14

Tour 1 · **Zauberhafter alter Schul- und Kirchenweg**
Mittel | 8,5 km | 256 Höhenmeter | 3½ Std.

22

Tour 2 · **Auf und ab zu historischen Bauernhäusern**
Mittel | 9,7 km | 238 Höhenmeter | 3½ Std.

30

Tour 3 · **Königlich: Königstein und Geßingerstein**
Leicht | 3,6 km | 64 Höhenmeter | 1½ Std.

38

Tour 4 · **Um den Leopoldshochwald**
Leicht | 12 km | 110 Höhenmeter | 4 Std.

46

Tour 5 · **Naturjuwel Todtenauer Hochmoor**
Leicht | 7,8 km | 69 Höhenmeter | 2½ Std.

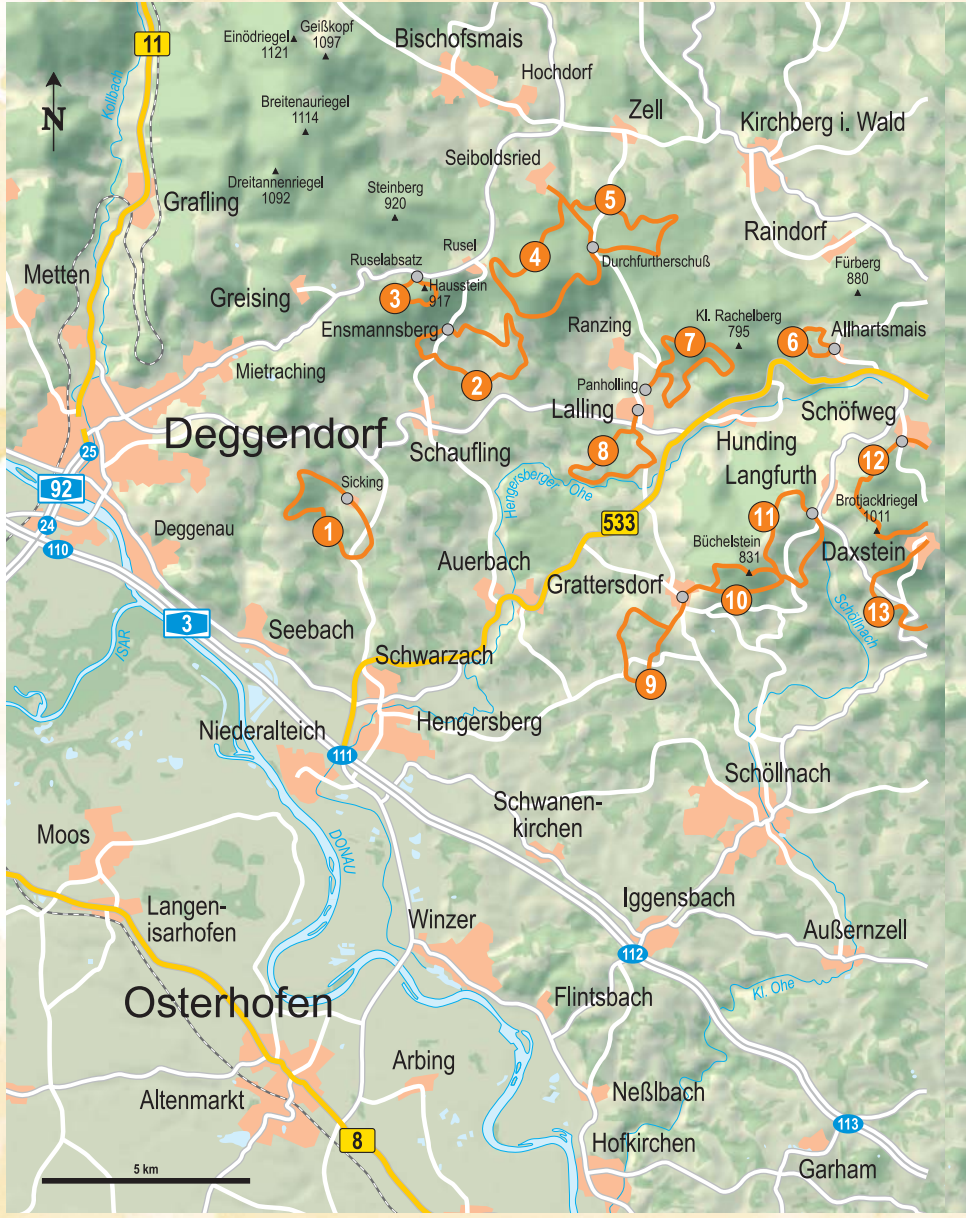
54

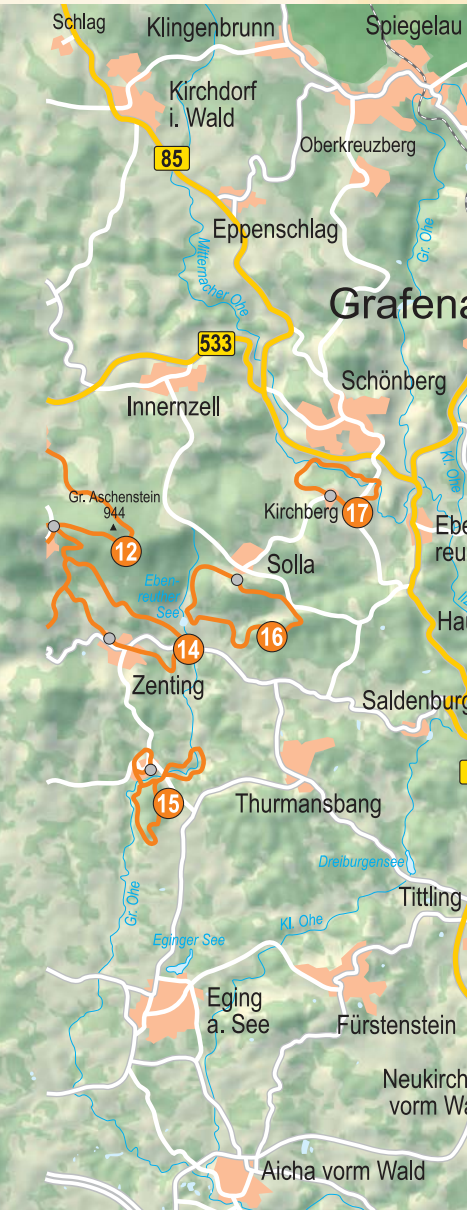
Tour 6 · **Das Heckenparadies von Allhartsmais**
Leicht | 2,7 km | 42 Höhenmeter | 1 Std.

62

Tour 7 · **Streuobstwiesen und Leitenbichelhänge**
Mittel | 8,7 km | 275 Höhenmeter | 3 Std.

- 70** → Jour 8 · **Der Steinbruchsteig von Lalling**
Leicht | 7,7 km | 94 Höhenmeter | 2½ Std.
- 78** → Jour 9 · **Gemütliche Runde bei Grattersdorf**
Leicht | 7,5 km | 180 Höhenmeter | 2¼ Std.
- 84** → Jour 10 · **Der Büchelstein: Wo Drachen fliegen**
Mittel | 6,9 km | 353 Höhenmeter | 2½ Std.
- 92** → Jour 11 · **Wandern mit Weitblick: Die Steinbergrunde**
Leicht | 6,6 km | 181 Höhenmeter | 2 Std.
- 100** → Jour 12 · **Bergausflug: Brotjacklriegel und Aschenstein**
Mittel | 12,5 km | 299 Höhenmeter | 4 Std.
- 108** → Jour 13 · **Aussichtsreiche Wald- und Wiesenrunde bei Daxstein**
Mittel | 9,2 km | 279 Höhenmeter | 3½ Std.
- 114** → Jour 14 · **Panoramarunde bei Zenting**
Mittel | 10,8 km | 265 Höhenmeter | 3¾ Std.
- 122** → Jour 15 · **Stille Täler und Burg Ranfels**
Mittel | 10,7 km | 96 Höhenmeter | 3½ Std.
- 130** → Jour 16 · **Wasser, Wald und Wackelstein**
Mittel | 10,5 km | 247 Höhenmeter | 3½ Std.
- 138** → Jour 17 · **Zum Gefühlsweg an der Mitternacher Ohe**
Mittel | 5,9 km | 116 Höhenmeter | 2 Std.





- 1 Zauberhafter alter Schul- und Kirchenweg
- 2 Auf und ab zu historischen Bauernhäusern
- 3 Königlich: Königstein und Geßingerstein
- 4 Um den Leopoldshochwald
- 5 Naturjuwel Todtenauer Hochmoor
- 6 Das Heckenparadies von Allhartsmais
- 7 Streuobstwiesen und Leitenbichelhänge
- 8 Der Steinbruchsteig von Lalling
- 9 Gemütliche Runde bei Grattersdorf
- 10 Der Büchelstein: Wo Drachen flogen
- 11 Wandern mit Weitblick: Die Steinbergrunde
- 12 Bergausflug: Brotjacklriegel und Aschenstein
- 13 Aussichtsreiche Wald- und Wiesenrunde bei Daxstein
- 14 Panoramarunde bei Zenting
- 15 Stille Täler und Burg Ranfels
- 16 Wasser, Wald und Wackelstein
- 17 Zum Gefühlsweg an der Mitternacher Ohe

Die Regionen Lallinger Winkel und Sonnenwald im Bayerischen Wald

Die Regionen Lallinger Winkel und Sonnenwald befinden sich im Bayerischen Wald. Dieser Höhenzug durchzieht den Landstrich auf einer Linie von Nordwesten nach Südosten, erstreckt sich von der bayerisch-tschechischen Grenze bis zur Donau und grenzt im Südosten an Österreich. Vor vielen Millio-

nen von Jahren war er über 6000 Meter hoch. Heute handelt es sich um ein Mittelgebirge, das geologisch in Stufen aufgebaut ist. Sie beginnen an der Donau mit Höhen von um die 300 m ü. NN und steigen bei der ersten Stufe auf etwa 1100 m an. Mit dem höchsten Berg, dem Großen Arber, erreichen sie eine Höhe von 1456 m.

Arberblick



Zwei besondere Schutzgebiete prägen den Bayerischen Wald: der Nationalpark und der Naturpark. Der Nationalpark befindet sich an der Grenze zur Tschechischen Republik und zielt primär auf den Schutz der Natur ab, die sich selbst überlassen bleibt. Der Naturpark reicht von der tschechischen Grenze bis zur Donau. Sein Ziel ist es, sowohl die Kulturlandschaft als auch Tiere und Pflanzen unter besonderer Berücksichtigung der Regionalentwicklung zu schützen. Die Regionen Lallinger Winkel und Sonnenwald liegen nordöstlich der Donau im Naturpark Bayerischer Wald. Sie sind in einer der ersten Stufen eingebettet, weisen enorme Höhenunterschiede auf und liegen auf

Höhen zwischen 400 und über 1000 m. Dadurch bietet die Gegend ein überaus abwechslungsreiches und reizvolles Landschaftsrelief mit kleinteiligen, überschaubaren Strukturen. Sanfte Hügel, hohe Bergrücken, sattgrüne und bunte Wiesen, mäandrierende Bäche sowie naturnahe Wälder prägen das Landschaftsbild und laden zum Wandern ein. Ruhe und schöne Natur sind hier Programm. Natürlich gibt es auch Hot-Spots der Begegnungen, gleichwohl findet man auf abseits gelegenen Wegen viel öfter das beschauliche und entspannte Naturerlebnis.

Blick auf die Donauebene



Mittel**8,5 km****↓ 256 m****3½ Std.**

**Sicking – Oberfrohnstetten
– Unterfrohnstetten –
Boxbach – Helming –
Schützing – Sicking**

Eine ausgesprochen idyllische Runde zu einem prächtigen Hohlweg, in ein preisgekröntes Dorf und mit tollen Ausblicken.

Markierung:

Schul- und Kirchenweg-Zeichen bis Unterfrohnstetten – unmarkiert bis Helming – rote 4 bis Schützing – Schul- und Kirchenweg-Zeichen

Parken:

Sicking, am oberen Ende ist in einer Seitenstraße ein Parkplatz
(Navi: Sicking, 94571 Schauffling)

Tourist-Information:

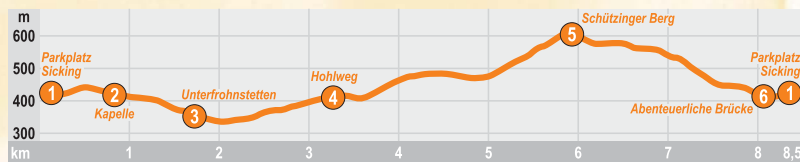
Hauptstraße 17
(ab Herbst 2021
Hausnr. 10)
94551 Lalling
Tel. 09 904/374

Zauberhafter alter **Schul-** und **Kirchenweg**





- 1 Start Parkplatz Sicking
- 2 Kapelle Oberfrohntetten
- 3 Unterfrohntetten
- 4 Hohlweg vor Boxbach
- 5 Naturdenkmal Schützing Berg
- 6 Abenteuerliche Brücke



Vom Parkplatz ① in Sicking gehen wir abwärts durch das hübsche Dorf. Bei den Totenbrettern und einem historischen Kreuz lenkt das Zeichen „Schul- und Kirchenweg“ über einen kleinen Bach auf einen Wiesenweg.



Wanderwegzeichen
„Schul- und Kirchenweg“

Denkmalgeschütztes Kreuz



Dieser führt zuerst eben und dann ansteigend an Feldgehölzen entlang und endet mitten in der Wiese. In einer gedachten Verlängerung der Gehölze gehen wir weglos geradeaus nach oben, halten uns dabei leicht rechts. Auf der Kuppe verbergen Sträucher den Wegweiser. Mit tollem Blick über die Donauebene erreichen wir geradeaus Oberfrohntetten. Auf der Straße lenkt uns die Markierung nach links. Bei der Kapelle ② geht es links aus dem Dorf hinaus, beim Buswartehäuschen rechts und nach etwa 100 Metern links auf einen ebenen Feldweg. Wir wandern geradeaus auf eine Baumgruppe zu. Dort laufen wir geradeaus entlang der Feldgehölze abwärts (auf deren rechter Seite) und gelangen in einen ungewöhnlich tief eingeschnittenen Hohlweg.



Landschaft hinter Sicking

Er führt nach Unterfrohstetten, wo wir geradeaus bis zum Feuerwehrhaus gehen. Die Kirche daneben ist erstaunlich groß. Vor der Feuerwehr wenden wir uns ohne Markierung rechts ↻, treffen nach einem steilen Straßenschnitt auf eine Querstraße und folgen dieser links. Nach wenigen Metern mit dem Straßenschild Richtung Boxbach rechts abbiegen.



»Was für ein imposanter, märchenhafter Hohlweg!«



In einer Senke geht es über einen Bach und an einem Gebäude vorbei. Daran schließt eine kleine Wiese an. Kurz danach zweigt ohne Markierung rechts zwischen Bäumen ein leicht abwärts führender, unmarkierter Weg ab. Dieser bringt uns in einen feuchten Talboden mit üppiger Vegetation. Das Rauschen des Baches im Ohr, schlängelt sich der Weg am Waldrand entlang und führt in den Wald. Der Weg steigt an. An der Weg-

Großartiger Hohlweg vor Unterfrohstetten

kreuzung ist rechts ein Tor. Wir nehmen geradeaus ansteigend den sehr kleinen Hohlweg. Danach taucht rechts eine Lichtung mit einer Hütte auf. Weiter geradeaus auf dem offensichtlichen Waldweg bleiben, Abzweigungen stets ignorieren.

Wir befinden uns auf der rechten Hangseite. Später überquert der Weg rechts ein Rinnsal, steigt an und macht im flacheren Abschnitt eine deutliche Linkskurve. Von rechts kommt ein Weg dazu. Wir halten uns links, folgen weiter unserem Weg. Kurz danach macht der Weg

wieder eine Linkskurve und führt an der rechten Seite einer eingezäunten Schonung entlang. Vorne sieht man zwischen den Bäumen Häuser. Der Weg zieht aus dem Wald hinaus. Rechts erhebt sich der Schützinginger Berg. Gesäumt von Feldgehölzen führt ein Hohlweg 4 geradeaus nach Boxbach. Noch vor den Häusern treffen wir auf einen ebenen, im spitzen Winkel von rechts kommenden Feldweg. Diesem folgen wir weiterhin ohne Markierung rechts, kommen kurz danach an Feldgehölzen vorbei.


Blick auf den Schützinginger Berg





Unterwegs zum Schützingen Berg

Der Weg mündet wieder in einen tiefen, abwärts führenden Hohlweg, überquert eine schön geschwungene Wiese und führt rechts haltend wieder in den Wald. Gleich im Wald gabelt sich der Weg in zwei deutlich sichtbare Wege. Wir nehmen den linken, s-förmig ansteigenden Weg. Er wird dann flacher, macht eine scharfe Linkskurve (in dieser führt ein anderer Weg geradeaus steil abwärts) und steigt wieder an. Schnell überwinden wir bergauf einige Höhenmeter. An einem Zaun gabelt sich der Weg. Hier dem linken, ebenen Weg am Zaun und an der Lichtung entlang folgen. Geradeaus geht es zu einem Waldrand, noch einmal kurz durch Wald und dann über einen schönen Wiesenweg. Links liegt Eichberg mit einem viel besuchten Gnadenhof für Tiere.

An der Straße wenden wir uns rechts und treffen am Ortsanfang von Helming auf die rote 4. Diese zweigt rechts ab, lenkt am Gartenzaun entlang hinauf in einen Wald mit dicken Buchen. Auf dem Weg in der Nähe des Zaunes entlang des Wildgeheges bleiben, also immer geradeaus halten, bis links die Wiese endet. In dieser Ecke gibt es zwei Wege. Wir nehmen den ansteigenden Weg geradeaus nach oben. Später an einer großen, markierten Weggabelung im spitzen Winkel nach links aufwärts abzweigen. Der Weg verläuft am Hang entlang. Dann lotst die 4 rechts auf den Gipfel des Schützingen Berges , einem Naturdenkmal ohne Aussicht. Nach dem Gipfel der 4 links abwärts durch den Wald folgen. Geradeaus führt der Weg über eine Wiese. An deren hinterem Ende links am Waldrand entlang gelangen wir



nach Schützing, einem preisgekrönten Dorf mit Charme. Der Hinweis Richtung Frohnstetten und das Zeichen für den Schul- und Kirchenweg bringen uns rechts durch das Dorf und an einer Kapelle vorbei. Vor einer Scheune mit Brotbackofen zweigt die Markierung rechts ab. Nach den Häusern hat man einen fantastischen Ausblick.

Eine kleine Straße lotst uns abwärts zu einem einsamen Haus. Vor diesem biegt die Markierung rechts ab, führt oberhalb der Böschungskante weiter. Auf einer Rastbank ge-

Holzbackofen in Schützing

Ausblick bei Schützing





Abenteuerliche Brücke

nießen wir den einmalig schönen Blick auf die Hügellandschaft bis zum Brotjacklriegel. Am Waldrand lenkt die Markierung auf einem Trampelpfad kräftig bergab.

Der Wald endet rechter Hand. Wir wandern geradeaus und leicht rechts versetzt über die Wiese und wieder in den Wald. Der steile Pfad führt auf einen querenden Waldweg. Hier links halten und über ein Bächlein gehen. Später, nach einem kleinen, abfallenden Hohlweg, trifft man auf einen Wegweiser, der nach links zeigt. Achtung! Zuerst links und dann nach wenigen Metern sofort rechts abbiegen. Die Markierungen sind etwas versteckt. Kurz danach windet sich nahe einer Lichtung der Pfad abwärts in eine Senke mit einem Bach. Nach einer aben-

teuerlichen Brücke **G** geradeaus und beim Wegweiser rechts ansteigend auf einzelne Bäume in der Wiese zuhalten. Diese umrunden und nach einem Durchschlupf zwischen Bäumen sind wir wieder in Sicking. Auf der Straße geht es links weiter und dann mit dem Hinweis zum Parkplatz rechts.

Essen/Einkehren:

Landpartie Café und Biergarten

Sicking 29, 94571 Schaufling

Tel: 0 99 01/90 29 86

Öffnungszeiten:

Donnerstag bis Sonntag,

Feiertage 14:00 – 18:00 Uhr

Impressum

Die Autorin:

Sonja Berndt lebt im Bayerischen Wald. Sie ist Diplom-Sozialpädagogin (FH) und hat Ausbildungen zur Waldführerin im Nationalpark Bayerischer Wald und zur Fachberaterin für essbare Wildpflanzen an der Weiterbildungsakademie der Universität Nürtingen absolviert. Bei ihren geführten Wanderungen nimmt sie Interessierte mit in die faszinierende Welt der Wälder und essbaren Wildpflanzen. Webseite: www.bayerischer-wald-wandern-blog.de

Die Autorin dankt Josef Roidl, Manuela Bonfissuto sowie den anderen Verlagsmitarbeiter*innen, die dazu beigetragen haben, dass aus der Idee ein Wanderführer wurde. Ich danke auch meinem Mann Peter Schloth, der mich fleißig unterstützt hat.

Kartographie:

Kartographie Muggenthaler, Heinz Muggenthaler, Stadtplatz 19, 94209 Regen

Abbildungen:

Illustrationen: margaritatkahcenko, 123rf.com; Hintergrund: Bastetamon, fotolia.com; Wanderschuh: VRD, fotolia.com

Titel: 3. Reihe rechts: AdobeStock, ARochau; 4. Reihe links: Manuela Bonfissuto

Dr. Peter Schloth: S. 3 Porträt, S. 26 unten, S. 54, S. 57, S. 70, S. 74 Mitte, S. 75, S. 86, S. 89, S. 90 unten, S. 91 unten, S. 92, S. 94 oben, S. 129, S. 135

Falls nicht anders angegeben, alle übrigen Fotos von Sonja Berndt.

Haftungsausschluss:

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

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



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 2021

ISBN 978-3-95587-770-5

Alle Rechte vorbehalten

© 2021 SüdOst-Verlag in der Battenberg Gietl Verlag GmbH, Regenstauf · www.battenberg-gietl.de



» Wer die Kostbarkeit
des Augenblicks
entdeckt, findet das
Glück des Alltags. «

Adalbert Stifter

Dieser Wanderführer lädt ein, herrliche Aussichten, lauschige Plätze und die schöne Natur in den Regionen Sonnenwald und Lallinger Winkel im Bayerischen Wald zu entdecken. Das Buch stellt auf attraktiven Rundwegen die vielfältige Landschaft vor und führt zu kulturellen Kleinoden. Neben Wanderungen zu den angesagten Bergen Brotjackriegel und Königstein gibt es weitere reizvolle Touren: Auf dem Steinbruchsteig am murmelnden Wasser entspannen, bei einer aussichtsreichen Wald- und Wiesenrunde über bunte Blumenwiesen staunen oder in einem Naturwald dem Werden und Vergehen nachspüren – jede Wanderung entführt in ein kleines Paradies. Jede Tour enthält eine ausführliche Wegbeschreibung, Informationen zu Länge und Gehzeit, eine Wanderkarte mit Höhenprofil sowie Tipps zu Einkehrmöglichkeiten. Viele aussagekräftige Fotos machen Lust, die Wanderschuhe zu schnüren.

Heimat
battenberg
gietl verlag

SüdOst Verlag

ist eine Marke der
Battenberg Gietl Verlag GmbH



16,90 € [D]