

Auf Genuss-Wandertour zu den Sieben Quellen und dem Kalmusfelsen

 Sulzbach-Rosenberg → Sieben Quellen →
 Kapelle „Johannes der Täufer“ → Kalmusfelsen →
 Illschwang   



Verkehrsverbund Großraum Nürnberg

188

Auf Genuss-Wandertour zu den Sieben Quellen und dem Kalmusfelsen

Entfernung: ca. 14 km, Dauer: ca. 3 Std.

Höhenprofil



Vorwort

AUF GENUSS-WANDERTOUR ZU DEN SIEBEN QUELLEN UND DEM KALMUSFELSEN

Die wunderbaren Sieben Quellen, das weite Pürschläger Tal, die Hainsburg mit dem imposanten Kalmusfelsen – das sind die Naturschätze bei dieser Tour in der nahen Oberpfalz. Ein wahrer Genuss und Kulturschatz ist dabei das Ziel (oder der Start): der wunderschöne Ort Illschwang, erstmals im Jahr 1086 urkundlich erwähnt. Einzigartig in Bayern ist die Simultanpfarrkirche St. Veit, die im 12. Jahrhundert errichtet wurde. Weiter erwarten uns ein schöner Dorfplatz, ein Hopfenmuseum sowie ein Freibad. Einkehrmöglichkeiten sind die Bäckerei Wenkmann, ein Preisträger des Spezialitätenwettbewerbes Original Regional 2019, und der bekannte Hotel-Gasthof „Weißes Ross“ mit seiner herausragenden regionalen Küche und Metzgerei am Kirchplatz. Die 13 km lange Tour führt durch Wald und Flur: eine Mischung aus Wegen und Pfaden – mit wenigen Straßenabschnitten. Zwischendurch gibt es Picknick-Bänke, die zur Rast

einladen. Besonders schnell ist hier die Anfahrt mit dem Regional-Express bis zum Bahnhof in Sulzbach-Rosenberg. Sie dauert, wenn man z. B. von Nürnberg kommt, nur 41 Minuten.

Highlights der Tour sind u.a.:

- Sieben Quellen
- Kalmusfelsen
- Genusssort Illschwang

Karte



Karte am Ende des Dokuments in höherer Auflösung.

Wegbeschreibung

Die Genusswanderung durch das Sulzbach-Rosenberger Land startet am **Bahnhof Sulzbach-Rosenberg RE 40** und führt die ersten Meter durch das Stadtgebiet der Hochschulstadt. Dabei folgen wir über weite Teile der Tour dem Graf-Gebhard-Weg mit der Markierung  (9,5 km) bis zum Ort Schöpfendorf, um anschließend – am Kalmusfelsen vorbei – Illschwang zu erreichen. Weite Teile des Weges sind Wirtschaftswege und Wanderpfade. Am Kalmusfelsen sowie am Fuchsloch ist etwas Trittsicherheit erforderlich.

Das erste Stück der Tour führt wenige Meter parallel zur Bahnlinie in Richtung Osten bis zur Hofgartenstraße. In diese biegen wir rechts ein und unterqueren die Bahnlinie, um sofort wieder links in die Goethestraße einzubiegen. Nach wenigen Metern schwenken wir, immer  folgend, in die Uhlandstraße ein. Dieser folgen wir, um an einer Kreuzung in die Graf-Berengar-Straße zu gelangen. Hier sehen wir rechter Hand ein Punkthochhaus aus den 70er-Jahren. Dieses Haus umrunden wir halb und gelangen in ein Waldstück.

Hier folgen wir dem  schönen Wanderweg durch den Wald. An der Weggabelung biegen wir links ab und gelangen an die Hauptstraße. Hier biegen wir links ab und kommen direkt in den Ort **Breitenbrunn**.

Unsere Route führt, weiter dem  folgend, an der Gastwirtschaft vorbei, über ein kurzes Stück Feld an eine Weggabelung. Es geht rechts ab und wir gelangen über einen schönen Wanderpfad in das Quellgebiet des Breitenbrunner Bachs zu den **Sieben Quellen**.

Sieben Quellen

An mehreren Stellen im Breitenbrunner Tal hat die Erosion das Karstwasserniveau angeschnitten: Sieben größere Quellen schütten dort klares Wasser aus den Malmdolomiten, das direkt dem Breitenbrunner Bach zufließt und ihn zu einem Flüsschen verstärkt. Seine oberste Quelle, der sogenannte Rieglassbrunnen, ist ebenfalls eine Karstquelle. Die Sieben Quellen sind vom Bayerischen Landesamt für Umwelt als Geotop 371 ausgewiesen. Quelle: wikipedia



Brücke im Wald (23.05.2020, U. Büscher © VGN GmbH)

Das Waldstück lädt zum Schauen und Fotografieren ein. Der Breitenbrunner Bach durchfließt dabei den wunderbaren Wald, welchen wir auf einem Feldweg durchschreiten. Nach dem Instagram-Stopp (#vgnfreizeit) halten wir uns an der Weggabelung im Wald links in südlicher Richtung, bis wir zu einem Feldweg gelangen. Dort biegen wir rechts ab, wandern durch das kurze Waldstück sowie am Waldrand entlang, um einen Wirtschaftsweg zu erreichen. Hier biegen wir rechts ab,  auf dem Wirtschaftsweg folgend, um durch ein kleines, weites Tal zur **B 85** zu gelangen. Diese überqueren wir und wandern am Dorf-Rand vorbei nach **Stifterslohe**. Hier lohnt ein Stopp auf dem schönen Picknickplatz an der kleinen **Kapelle „Johannes der Täufer“** linker Hand.

Oder mit einem ca. 800 m-Abstecher nach rechts (Feldweg mit Markierung ) zum Gasthaus Sörgel. Donnerstags gibt es hier frisches Bauernbrot aus dem Holzbackofen und Zoigl-Bier.

Gut erholt geht unsere kurzweilige Wanderung durch das Amberg-Sulzbacher Land weiter. Dabei folgen wir weiterhin dem  vorbei an einem idyllischen Weiher mit Blick auf die wunderbar wellige Landschaft. Vorbei an Feldern, schließt sich ein schönes Waldstück und ein kleiner Anstieg auf den **Ruheberg** (470 m) an. Den schönen Waldpfad bergab folgend, gelangen wir ins **Fuchsloch** und an die Ortsstraße.

Auf dieser gehen wir wenige Meter und biegen nach der Überquerung des Ammerbaches sofort rechts ab in das wunderbare **Pürschläger Tal**. Ein schöner Weg durch das Wiesental begleitet uns. Besonders im Frühjahr ist es eine wahre Blütenpracht – und zwischendurch bietet sich auf der gegenüberliegenden Seite eine Bank zur Pause an. Dem weiten Tal weiter folgend, gelangen wir nach **Schöpfendorf**. Dieses Dorf lassen wir hinter uns und verlassen an der nächsten Weggabelung den Graf-Gebhard-Weg ().

Dieser biegt links ab, wir folgen ein kurzes Stück dem  und wandern rechts hinauf auf die **Hainsburg** (511 m). Dabei biegen wir nach wenigen Metern links in den **Wanderweg Nr. 8** ab. Die nächsten Meter erfordern da etwas Trittsicherheit, doch das Ziel lohnt sich. Oben angekommen, erwarten uns der Abstecher zum „Gipfel“ des **Kalmusfelsens** (ca. 500 m), ein spannender Einblick in das **Osterloch** sowie eine Picknickbank.

Kletterfelsen Kalmusfelsens

Der beliebte Kletterfels bietet an seinen malerisch zerklüfteten, steil aufragenden etwa 20 Meter hohen Nord- und Ostwänden knapp 50 Kletterrouten, die sowohl von Genussskletterern als auch von ambitionierteren Sportkletterern gerne bewältigt werden. Kletterer schätzen besonders die gute Gesteinsqualität und die meist vorbildliche Absicherung des Felsens. www.frankenjura.com



Kletterfelsen Kalmusfelsens (10.04.2020, U. Buescher © VGN GmbH)

Alle drei Ziele lohnen sich, bevor wir wieder hinablaufen und nun links abbiegen, um dem Wanderweg Nr. 8 zu folgen. Über einen schönen Wanderpfad gelangen wir zur imposanten Felsenlandschaft des Kalmusfelsens.

Vorbei an Felsen führt der Weg durch den Wald – und es öffnet sich der Wald für einen Blick auf **Illschwang**, das Ziel unserer Wanderung. Die Dorf-Bäckerei Wenkmann (Café und Imbiss), der Gasthof „Zum Weißen Ross“ und die Wiskey Corner lohnen einen kulinarischen Stopp. Kulturell beeindruckend ist die **Simultankirche St. Veit** inmitten des Ortes.

Mit dem **Birgland-Express** ,  Feuerwehrhaus, geht es nach Sulzbach-Rosenberg  oder Hartmannshof .

Sie möchten werktags auf Genuss-Wandertour gehen? Die Linien  und  bringen Sie von **Illschwang** wieder zum **Bahnhof Sulzbach-Rosenberg**. Fahrplanauskunft unter www.vgn.de/auskunft oder mit der App VGN Fahrplan & Tickets.

Markierungen: Gemeinde Sulzbach-Rosenberg, Illschwang, Postbauer-Heng, Fränkischer Albverein

Einkehren

Bitte informieren Sie sich in Ihrem eigenen Interesse vorab über die aktuellen Öffnungszeiten und Ruhetage. Korrekturen können an frei-zeit@vgn.de gemailt werden.

Illschwang

Landhotel Weißes Roß

Am Kirchberg 1
92278 Illschwang
Tel: 09666 18805-0
E-Mail: info@weisses-ross.de
www.weisses-ross.de

Restaurant „Cheval Blanc“, 2021 ausgezeichnet mit einem Michelin-Stern

Sulzbach-Rosenberg

Gasthof Sörgel

Prohof 1a
92237 Sulzbach-Rosenberg
Tel: 09661 4411
E-Mail: mail@gasthaus-soergel.de
www.gasthof-soergel.de

Fehler in der Tourenbeschreibung?

Korrekturen können an freizeit@vgn.de geschickt werden. Für jede Mithilfe, unsere Tipps so aktuell wie möglich zu halten, besten Dank!

VGN-App

VGN Fahrplan & Tickets für Android, iOS und Windows Phone - mit Fahrplanauskünften, Fußwegekarten und Preis- und Tarifangaben für die gewählte Verbindung.

www.vgn.de/mobil/apps oder in den App Stores

<http://www.vgn.de/wandern/sieben-quellen-und-kalmusfelsen>

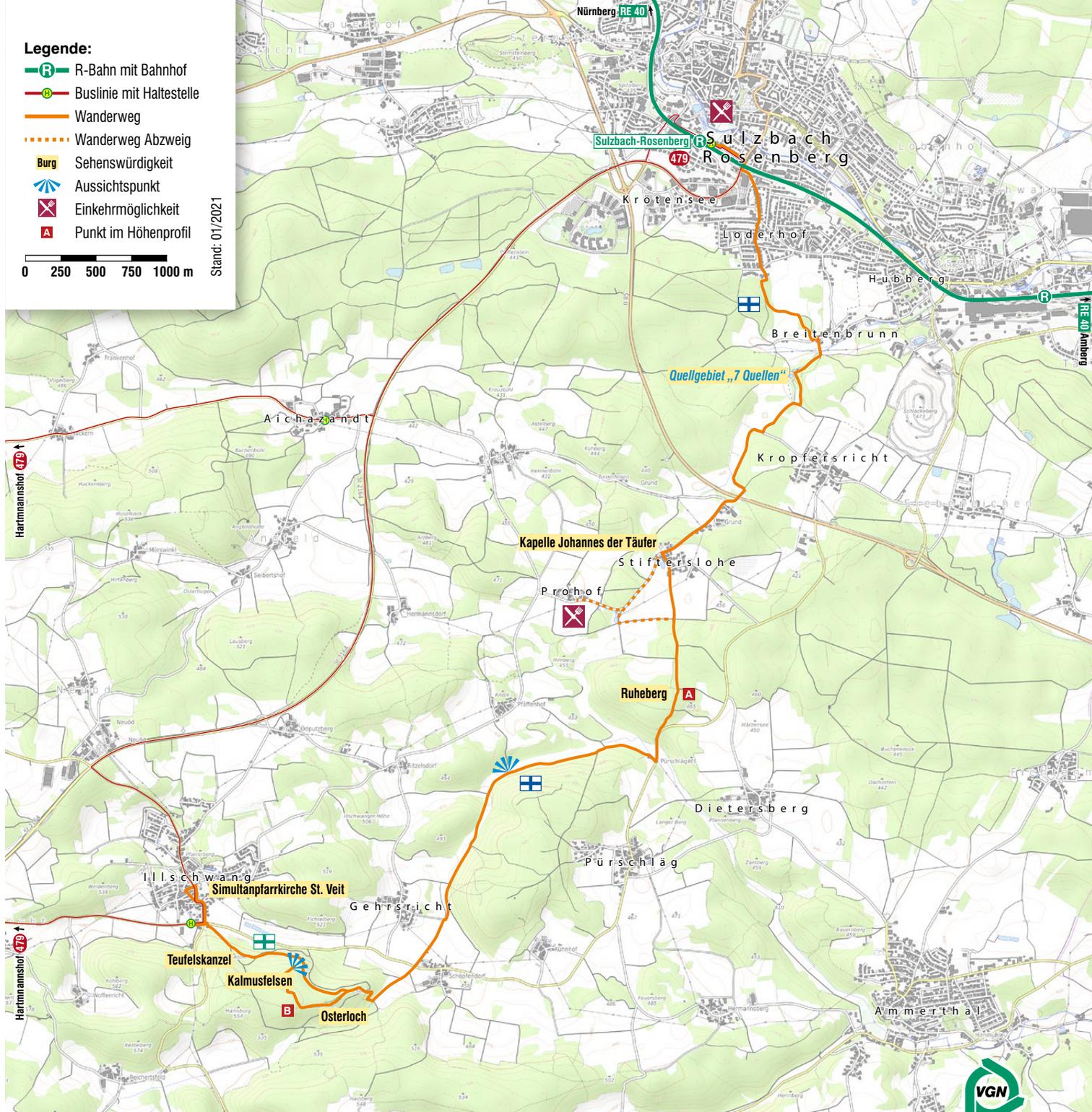
Copyright VGN GmbH 2022

Legende:

- R-Bahn mit Bahnhof
- Buslinie mit Haltestelle
- Wanderweg
- Wanderweg Abzweig
- Burg Sehenswürdigkeit
- Aussichtspunkt
- Einkehrmöglichkeit
- Punkt im Höhenprofil

0 250 500 750 1000 m

Stand: 01/2021



Diese Karte wurde von Inkatas.com erstellt.
© OpenStreetMap Mitwirkende (openstreetmap.org), OpenTopoMap (CC-BY-SA)



Verkehrsverbund Großraum Nürnberg