www.koetztinger-land.de

## Bad Kötzting

Kur- und Gästeservice Bad Kötzting
Bahnhofstr. 15 · 93444 Bad Kötzting
tourist@bad-koetzting.de
Tel. 09941/400 32 150 · bad-koetzting.de

## Blaibach

Tourist-Info Blaibach
Kirchplatz 6 · 93476 Blaibach
tourist@blaibach.de
Tel. 09941/945013 · blaibach.de

## Grafenwiesen

Tourist-Info Grafenwiesen
Rathausplatz 6 · 93479 Grafenwiesen
tourist-grafenwiesen@t-online.de
Tel. 09941/940317 · grafenwiesen.de

## Hohenwarth

Tourist-Info Hohenwarth
Schulstraße 3 · 93480 Hohenwarth
tourist@hohenwarth.de
Tel. 09946/9028128 · hohenwarth.de

## Miltach

Tourist-Info Miltach
Kötztinger Straße 3 · 93468 Miltach
poststelle@miltach.de
Tel. 09944/3415-15 · miltach.de

## Rimbach

Tourist-Info Rimbach
Hohenbogenstr. 10 · 93485 Rimbach
tourist@gemeinde-rimbach.de
Tel. 09941/9400-16 · gemeinde-rimbach.de

## Zandt

Tourist-Info Zandt
Rathausplatz 1 · 93499 Zandt
tourist@gemeinde-zandt.de
Tel. 09944/30300-15 · gemeinde-zandt.de

## Ihre Tourist-Infos im Kötztinger Land

Für alle Fragen rund um einen gelungenen Aktiv-Urlaub stehen wir Ihnen jederzeit mit Rat und Tat zur Seite...

Der Bayerische Wald
Erfrischend natürlich.

Bei uns

# KÖTZTINGER LAND

BAD KÖTZTING · BLAIBACH · GRAFENWIESEN
HOHENWARTH · MILTACH · RIMBACH · ZANDT

# AKTIV

## IM KÖTZTINGER LAND

koetztinger-land.de

*Fantastischer Ausblick vom Hohenbogen auf das Kötztinger Land*


WANDERN Tipps und Tourenvorschläge 4 - 9

RADELN Radwege, e-Bike- und Mountainbike-Touren 10 - 15

WASSERSPORT am und im kühlen Nass 16 - 17

NORDIC WALKING · SKATEN Ein wahres Paradies 18 - 19

AKTIVSPORT im Kötztinger Land von A bis Z 20 - 22

WINTERSPORT Unzählige Möglichkeiten 23 - 25


### Aktivurlaub im Internet

**koetztinger-land.de/Tourenplaner**

- große Auswahl an erprobten Tourenvorschlägen zum Wandern, Radfahren, Langlaufen,...
- alle Detail-Infos und GPX-Tracks zum downloaden aufs Handy

### Interaktive Regionskarte

**maps.koetztinger-land.de**

Hier finden Sie online alle Rad- und Wanderwege, Veranstaltungen, Sehenswürdigkeiten und Gastgeber des Kötztinger Landes – übersichtlich auf der Online-Regionskarte.

Mit den QR-Codes geht's direkt zu den Internet-Detailseiten

# ...im Kötztinger Land
## im Naturpark Oberer Bayerischer Wald

Die Bayerwaldberge Kaitersberg und Hohenbogen sind die unverwechselbare Kulisse für unser traumhaft schönes Kötztinger Land. Umgeben von reizvoller Natur finden Erholungssuchende, aber auch Gäste, die einen Erlebnis- und Aktivurlaub verbringen wollen, eine ungeahnte Vielfalt von Möglichkeiten. Sie werden begeistert sein!

Die sanft geformte Landschaft der Täler und die bis über die Tausendergrenze aufsteigenden, fast alpinen Gipfel mit herrlichen Ausblicken bieten eine Flora und Fauna verschiedenster Art. Wer ein Auge für die Schönheit oft noch unverfälschter Natur hat, wird bei uns geradezu verwöhnt.

Sportliches Vergnügen in allen Variationen – für jede Kondition und Leidenschaft. Durchqueren Sie die unvergleichliche Waldlandschaft des Bayerischen Waldes auf grenzenlosen Rad- und Wanderwegen. Erklimmen Sie Gipfel, reiten oder walken Sie. Vielleicht entdeckt manch einer eine neue Herausforderung. Tief einatmen und einfach anfangen!

# Wandern im Kötztinger Land



**Wandern im Kötztinger Land auf idyllischen Pfaden mit traumhaften Aussichten:** Genießen Sie das Wandern in einer einzigartigen Umgebung. Lernen Sie Land und Leute kennen und entdecken Sie die Schönheiten einer beeindruckenden Landschaft. Insgesamt **530 km markierte Wanderwege** bieten Ihnen die **7 Urlaubsorte des Kötztinger Landes.**

## Unsere Wandertipps

koetztinger-land.de/Wandern

Auf den nächsten Seiten finden Sie Tourvorschläge zu einigen wunderschönen Ecken des Bayerischen Waldes. Gehen Sie auf Entdeckungsreise und lassen Sie sich von den faszinierenden Ausblicken und der abwechslungsreichen Natur begeistern.

Folgende Wanderziele können Sie von den einzelnen Urlaubsorten des Kötztinger Landes aus **zu Fuß bzw. in Verbindung mit Bus und Bahn** erreichen: ■ Kaitersberg (1.034 m), Riedelstein (1.132 m) ■ Hohenbogen (1.079 m) ■ Haidstein (742 m) ■ Planetenweg Bad Kötzting-Wettzell ■ Wander- und Spazierwege der einzelnen Orte

Mit der **VLC-Gästekarte** lassen sich kostenlos Bus- und Bahnfahrten mit Rad- und Wandertouren kombinieren, z.B. Hin-/Rückfahrt oder Zwischenstopp! **(Infos: siehe Einklapper)**

### WANDER-KARTEN

Ausführliche Wanderkarten für die Bayerwaldberge Arber (1.456 m), Hohenbogen (1.079 m), Kaitersberg (1.034 m), Riedelstein (1.132 m) und Osser (1.293 m) gibt's bei allen Tourist-Infos.

*Aussichtsplattform Hohenbogen*

*Wandern am Kaitersberg*

## Planetenweg ...ab Bad Kötzting

Der Planetenweg verdeutlicht die Dimension unseres Sonnensystems. Auf Stelen aus heimischem Granit wird hier über die einzelnen Planeten informiert. **Start:** „Planet Sonne" im Kurpark, Ludwigsberg, Schinderriegel, Geodätisches Observatorium Wettzell

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Dauer:** 1 Stunde 30 Min. (einfach)
- **Distanz:** 4,3 km
- **Höhenmeter:** 252 m
- **Höchster Punkt:** 611 m
- **Niedrigster Punkt:** 394 m

*Kurpark Bad Kötzting*

### AUF WUNDERSCHÖNEN FERNWANDERWEGEN...

- *Baierweg:* Bayerisch-böhmische Geschichte erleben
- *Pandurensteig:* Abenteuerlich und malerisch schön
- *Jakobsweg:* Unterwegs auf den Spuren des Jakobus
- *Europäischer Fernwanderweg E6:* Grenzenlos Natur erleben
- *Goldsteig – Top Trail mit glänzenden Aussichten:* Wandern auf dem Prädikatswanderweg (goldsteig-wandern.de)

# Hohenbogen und Kaitersberg



## Hohenbogen ...ab Hohenwarth **Ho10**

Start: ab Feuerwehrhaus Hohenwarth in nördlicher Richtung über Brücke Hohenwarther Mühle nach Thening, entlang der Forststraße steil bergauf bis Berggasthaus Schönblick (ganzjährig Einkehrmögl.) mit herrlichem Blick zum Wallfahrtsort Neukirchen b.Hl.Blut und nach Tschechien

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Dauer:** 2 Stunden (einfach)
- **Distanz:** 7,2 km
- **Höhenmeter:** 548 m
- **Höchster Punkt:** 960 m
- **Niedrigster Punkt:** 437 m

Gasthaus Schönblick

## Kaitersberg ...ab Bad Kötzting **Bk3**

Start: Busparkplatz Ludwigstraße, Reitenstein, Waid, Reitenberg, Kreuzfelsen (Gipfelkreuz 999 m, herrlicher Ausblick), Mittagstein (Kapelle), Kötztinger Hütte (ganzjährig Einkehrmög.), zurück über Mittagstein, Räuber-Heigl-Höhle, Plattenstein (tolle Fernsicht), Maiberg, Arndorf, Ludwigstraße

- **Schwierigkeitsgrad:** schwer
- **Dauer:** 5 Stunden (Rundweg)
- **Distanz:** 16,2 km
- **Höhenmeter:** 825 m
- **Höchster Punkt:** 1.032 m
- **Niedrigster Punkt:** 396 m

Berggasthof Kötztinger Hütte

Kreuzfelsen

## Hohenbogen ...ab Rimbach **Ri1**

Start: Ortsmitte Rimbach - Hohenbogenstraße - Richtung Hinterlichteneck - anspruchsvoller Aufstieg zum Burgstall (976 m, herrliche Fernsicht) - Forstdiensthütte Hohenbogen (ganzjährig Einkehrmöglichkeit) - zurück über Seelenbrunnen - Unterzettling - Schafhof nach Rimbach

- **Schwierigkeitsgrad:** schwer
- **Dauer:** 4 Stunden (Rundweg)
- **Distanz:** 12,8 km
- **Höhenmeter:** 673 m
- **Höchster Punkt:** 972 m
- **Niedrigster Punkt:** 460 m

Fernmeldetürme

Forstdiensthütte

## Kaitersberg ...ab Grafenwiesen **Gw2**

Start: Rathausplatz, Berghäuser Straße, vor Sportplatz rechts kl. Steig, Abendbergweg, am Waldrand Markierung „Gw2" folgen bis Straße, diese überqueren, ab hier „Bk3" folgen bis Reitenberg, ab hier leichtere Variante entlang „Bk3" oder entlang grün-weißer Markierung über Räuber-Heigl-Höhle

- **Schwierigkeitsgrad:** schwer
- **Dauer:** 1 Stunde 15 Min. (einfach)
- **Distanz:** 4,2 km
- **Höhenmeter:** 350 m
- **Höchster Punkt:** 760 m
- **Niedrigster Punkt:** 421 m

Kreuzfelsen


Mittagstein

Räuber-Heigl-Höhle

# Kaitersberg und Haidstein



## Kaitersberg ...ab Hohenwarth **Ho1**

Start: Feuerwehrhaus Hohenwarth, Hubertuskapelle, Hudlacher Kapelle, steil bergauf bis zum Kamm, Richtung Mittagsstein, Kötztinger Hütte (ganzjährig Einkehrmöglichkeit) mit herrlichen Ausblicken.
TIPP: 1. Sonntag im September feierlicher Gottesdienst am Mittagsstein

- **Schwierigkeitsgrad:** schwer
- **Dauer:** 2 Stunden (einfach)
- **Distanz:** 4,4 km
- **Höhenmeter:** 546 m
- **Höchster Punkt:** 1.032 m
- **Niedrigster Punkt:** 490 m

Rauchröhren

## Haidstein ...ab Grafenwiesen **Gw7**

Start: Rathausplatz, Kurpark, über Regenbrücken, Zittenhofkapelle/Linde, Feldweg Richtung Voggendorf, Ortsmitte Feuerwehrhaus, weiter rechts Kettersdorfer Weg folgen bis Wald, Straße nach Liebenstein, Markierung folgen bis Berggasthof Haidstein (ganzjährig Einkehrmöglichkeit)

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Dauer:** 2 Stunden (einfach)
- **Distanz:** 6,9 km
- **Höhenmeter:** 351 m
- **Höchster Punkt:** 711 m
- **Niedrigster Punkt:** 412 m

Berggasthof Haidstein

## Haidstein ...ab Blaibach **Bl2**

Start (Rundweg): Kirchplatz Blaibach, Plarnhof/Plarnhofkapelle, Lederdorn, Ramsried, Haidstein mit Burgruine, Bergkirchlein, Berggasthof Haidstein (ganzjährig Einkehrmöglichkeit), Ried, 1.000-jährige Wolframslinde, Gadsdorf, Reckendorf, Kirchplatz Blaibach

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Dauer:** 4 Stunden 30 Min. (Rundweg)
- **Distanz:** 14,0 km
- **Höhenmeter:** 484 m
- **Höchster Punkt:** 711 m
- **Niedrigster Punkt:** 386 m

1.000-jährige Wolframslinde

## Haidstein ...ab Rimbach **Ri6**

Start: Ortsmitte Rimbach, Wiedenhof, Kettersdorf, Liebenstein, Aufstieg zum Haidstein, Berggasthof Haidstein (ganzjährig Einkehrmögl.), kurzer Aufstieg zur Wallfahrtskirche am Haidstein (herrliche Fernsicht), Ried a. Haidstein (1.000-jährige Wolframslinde), Liebenstein, gleicher Rückweg

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Dauer:** 4 Stunden (Rundweg)
- **Distanz:** 14,6 km
- **Höhenmeter:** 500 m
- **Höchster Punkt:** 711 m
- **Niedrigster Punkt:** 479 m

Wallfahrtskirche am Haidstein

# Radeln auf Berg und Tal



**Das Kötztinger Land ist idealer Ausgangspunkt für genussvolle Radeltouren mit der ganzen Familie:** Es gibt kaum was Schöneres als mit dem Rad auf den Uferwegen entlang des Regenflusses unterwegs zu sein und die herrliche Naturlandschaft des Bayerischen Waldes zu erkunden!

## Willkommen im EldoRado:

**koetztinger-land.de/Radeln**

Alle Radwege des Kötztinger Landes mit vielen Infos und GPX-Tracks der einzelnen Radtouren zum downloaden aufs Handy...

## Radtouren kombiniert mit Bus & Bahn

- Fahrradmitnahme im Landkreis Cham in der RegionalBahn und im RegionalExpress (Oberpfalzbahn) ganzjährig kostenfrei
- Radmitnahme in den VLC-Bussen – soweit Kapazität vorhanden – zum Pauschalpreis von € 3,00 pro Rad

## Fahrrad-Verleih (Adressen der ℹ Tourist-Infos: siehe Rückseite)

- **Tourenräder:** ℹ Blaibach, ℹ Grafenwiesen und ℹ Hohenwarth
- **eBikes:** ℹ Bad Kötzting, ℹ Blaibach, ℹ Hohenwarth, ℹ Rimbach und Hotel Früchtl/Zandt (09944/30410)

## eBike Region Bayerischer Wald

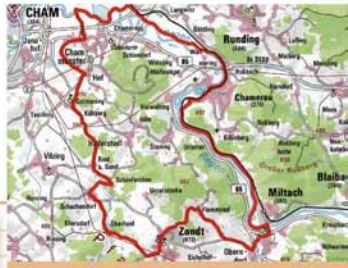
...mit eingebautem Rückenwind durch den abwechslungsreichen Naturpark Oberer Bayerischer Wald. Mit den Elektrofahrrädern lässt sich die reizvolle Mittelgebirgslandschaft mühelos und garantiert muskelkaterfrei erkunden.

**Landkreis Cham**
Radkarte mit Tourenbeschreibungen und kostenlose Broschüren – erhältlich in allen Tourist-Infos!

**Wegweiser durch Bayern**
kostenlose Bayernnetz-für-Radler-App
bayerninfo.de

## Regenradweg Zandt · Miltach · Cham · Auhof · Zandt

Zandt, Miltach, entlang Regental-Radweg nach Chamerau, Satzdorf, vorbei am Satzdorfer See zurück nach Chammünster, Gutmanning, Schönferchen, Haidmühle, Auhof zurück nach Zandt. **TIPPS:** Kutschenmuseum, Chammünster Karner, Wallfahrtskirche Schönferchen




- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Länge:** 29,5 km
- **Dauer:** 2 Stunden
- **Höhenmeter:** 458 m
- **Profil:** leichte bis mittlere Tour

## Berge und Seen im Kötztinger Land

Miltach, entlang Regental-Radweg, Blaibach, Krailing, Höllensteinsee, Bad Kötzting, Blaibach. **TIPPS:** Kutschenmuseum Zankl, Rast am Höllensteinsee, herrlicher Blick ins Regental, Wallfahrtskirche Weißenregen, Kneippheilbad Bad Kötzting, Blaibacher See

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Länge:** 30,1 km
- **Dauer:** 2 Stunden
- **Höhenmeter:** 700 m
- **Profil:** hügelig, für Hobbybiker

## Hohenbogen-Tour

Grafenwiesen, Rimbach, Lichteneck, Forstdiensthütte, Ahornriegel, Eckstein (1.073 m), Burgstall (976 m), Grafenwiesen. **TIPPS:** Kurpark Grafenwiesen, Burgruine Lichtenegg, Aussichtsplattform Hohenbogen, Einkehr Berghütte, Aussicht n. Böhmen

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel bis anspruchsvoll, e-Bike ideal
- **Länge:** 29,6 km
- **Dauer:** 3 Stunden
- **Höhenmeter:** 1.014 m

# Entdeckungsreise auf zwei Rädern

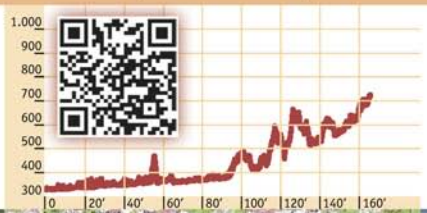
Alle Radwege finden Sie auch auf der Karte am Ausklapper



## Regental-Radweg

Von Regensburg über Cham nach Blaibach, weiter Richtung Viechtach bis Bayerisch Eisenstein. **TIPP:** Den Streckenabschnitt ab Miltach über Blaibach entlang am Fluss Regen entdecken, dann auf der ehem. Bahntrasse über Krailling nach Viechtach (einfach ca. 23 km)

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Dauer:** 11 Stunden
- **Distanz:** 166,9 km
- **Höhenmeter:** 2.857 m
- **Höchster Punkt:** 722 m
- **Niedrigster Punkt:** 330 m



Am Fluss Regen bei Miltach

## Lamer Winkel-Arber-Radweg

Von Miltach, Blaibach, Bad Kötzting, Grafenwiesen, Hohenwarth, Arrach, Lam und Lohberghütte über den Brennes am Fuße des Großen Arbers nach Bayerisch Eisenstein. **TIPP:** Von Bayerisch Eisenstein zurück nach Miltach führt der Regental-Radweg!

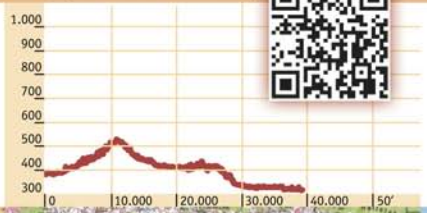
- **Schwierigkeitsgrad:** schwer
- **Dauer:** 3 Stunden 30 Min.
- **Distanz:** 49,6 km
- **Höhenmeter:** 1.297 m
- **Höchster Punkt:** 1.038 m
- **Niedrigster Punkt:** 380 m

Natur-Art-Park Arrach

## Donau-Regen-Radweg

Auf einer ehemaligen Bahntrasse führt der Radweg von Miltach nach Altrandsberg weiter nach Konzell, Haibach, Haselbach, Hunderdorf nach Bogen. **TIPP:** Kutschenmuseum Zankl und Schloss Altrandsberg (mit Museum), Bogenberg (Marienwallfahrtsort)

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Dauer:** 2 Stunden 30 Min.
- **Distanz:** 39,0 km
- **Höhenmeter:** 523 m
- **Höchster Punkt:** 527 m
- **Niedrigster Punkt:** 318 m



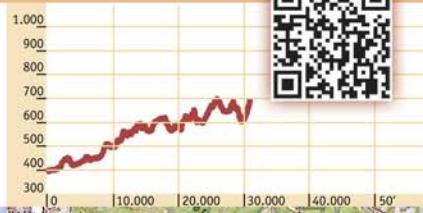
Kutschenmuseum

Schloss Altrandsberg

## Zellertal-Radweg

Von Bad Kötzting über Grub, Kaitersbach, Matzelsdorf, Höbing, Arnbruck, Drachselsried nach Bodenmais führt der Radlweg durch das romantische Zellertal. **TIPP:** Sehr lohnenswert ist ein Abstecher zum Glasdorf Weinfurtner in Arnbruck.

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Dauer:** 2 Stunden
- **Distanz:** 31,0 km
- **Höhenmeter:** 832 m
- **Höchster Punkt:** 688 m
- **Niedrigster Punkt:** 396 m



Glasdorf Weinfurtner

# Touren mit dem Mountainbike



**Mountainbike-Eldorado:** In der Ferienregion Kötztinger Land und rund um den Hohenbogen erwarten Sie zwei abwechslungsreiche Mountainbike-Strecken – überqueren Sie die Berge, genießen rasante Abfahrten und fantastische Ausblicke.

## Der Berg ruft – MTB-Touren im Kötztinger Land

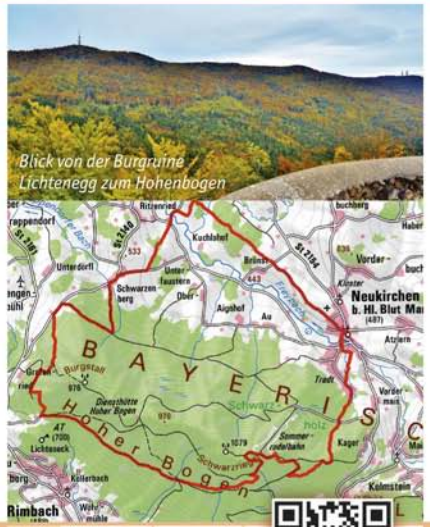
### Interaktive Mountainbike-Touren:

**koetztinger-land.de/Mountainbiken**

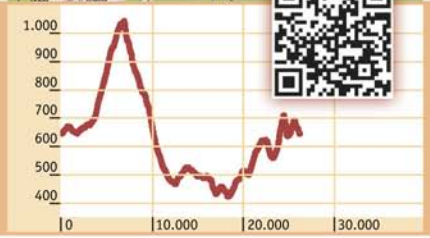
Alle Mountainbike-Touren des Kötztinger Landes mit vielen Infos und GPX-Tracks zum downloaden aufs Handy...

### Tour 46 – Rund um den Hohenbogen

Madersdorf, Schotter-/Waldweg zum „Seelenbrunnen", Gipfelanstieg Ahornriegel (300 HM), Pause (Berghaus oder Schönblick), kurzer Trail entlang Skipiste, Waldweg, „Lange Höhe" (100 m steil bergab), anspruchsvolle Waldwege nach Neukirchen, Brünst, Leming, Schwarzenberg, kurzes Stück Hauptstraße Ri. Bad Kötzting, schmale Wege zum „Himmelreich", anspruchsvolles Stück, Downhill (100 HM), Schotter-/Waldwege, kurzer Singletrail nach Madersdorf. **TIPPS:** Gipfel Ahornriegel, Gipfelkreuz Hohenbogen, Abstecher Aussichtsplattform Hohenbogen



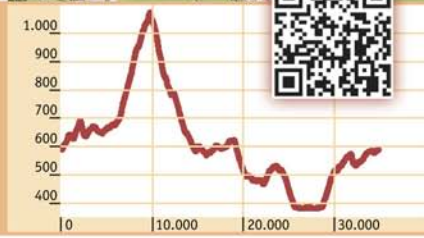

- **Start:** Madersdorf/Hinterlichteneck bei Rimbach
- **Distanz:** 26,2 km
- **Fahrzeit:** ca. 3 Stunden
- **Höhenmeter:** 1.009 m
- **Boden:** 14 km Schotter, 6 km Asphalt, 6,2 km Natur
- mittel, anspruchsvolle Passagen




### Tour 47 – Arnschwanger Hohenbogen-Tour

Madersdorf, kurzes Asphaltstück, Burgruine Lichtenegg, Trail zurück zur Straße, „Seelenbrunnen", Weg steil bergauf (Schotter/Asphalt), Abstecher Ahornriegel-Gipfelkreuz, Einkehr (Berghaus oder Schönblick), Schwarzriegelweg, Fernmeldetürme am Eckstein mit Aussichtsplattform, Downhill zur Talstation Freizeitzentrum, Forststraße am Parkplatzende, Enklarn, finaler Anstieg zum Fernwanderweg „Goldsteig", Madersdorf. **TIPPS:** Burgruine Lichtenegg, Gipfelkreuz Hohenbogen, Aussichtsplattform Hohenbogen, Freizeitzentrum Hohenbogen

- **Start:** Madersdorf/Rimbach
- **Distanz:** 35 km
- **Fahrzeit:** ca. 3,5 Stunden
- **Höhenmeter:** 1.108 m
- **Boden:** 19,5 km Schotter, 8,5 km Asphalt, 7 km Natur
- mittel, konditionell/fahrtechnisch sehr anspruchsvoll



Mountainbike-Erlebnistouren zwischen Bayern und Böhmen

... mit Touren, Höhendiagrammen und vielen wertvollen Tipps

*BITTE BEACHTEN SIE: Unserer Urlaubsregion ist die Erhaltung der unberührten Natur sehr wichtig. Wir wollen auch zukünftigen Generationen ermöglichen, in einer solch wundervollen Natur Sport treiben zu können. Jeder Mountainbiker ist mit seinem korrekten Verhalten der beste Botschafter seines Sports. Die Benutzung der beschilderten Mountainbikestrecken erfolgt auf eigene Gefahr und eigenes Risiko. Die angegebenen Fahrzeiten stellen einen Mittelwert dar ohne Pausen. Die Touren sind nur in eine Richtung beschildert. Schilder befinden sich fast immer an Weggabelungen – ansonsten immer den Hauptweg benutzen.*

# Wassersport entdecken



## Wassersport und Badespaß:

**koetztinger-land.de/Wasserspass**

Es lockt das nasse Element an Badeseen, in (Frei-) Bädern und bei vielfältigen Wassersportmöglichkeiten...

## Kanufahren – Bootswandern am Fluss „Regen"

Der Bootswanderweg „Vom Waldgebirge zur Donau" führt von Blaibach 107 km lang auf dem Fluss Regen bis zu dessen Mündung in die Donau in der 2.000 Jahre alten Stadt Regensburg. Die Strecke ist in fünf Tagesetappen bequem und gefahrlos zu bewältigen. Verleihservice vor Ort: Boote (vom 1er-Kajak bis zum 4er-Canadier für die ganze Familie), Zelte, Gepäcksäcke, Grill, usw. – inkl. Rückholdienst für Boote und Urlauber.

### Kanuverleih und Rückholservice:

- **Blaibach:** aqua hema · Martin Stelzl · 09941/4128 · aquahema.de
- **Miltach:** Sonja u. Ludwig Zankl · 0171/2746043 · kanuverleih-zankl.de

## Tour vom Blaibacher See nach Regensburg

Am Fluss Regen vom Blaibacher See bis zur Mündung in die Donau in Regensburg

Tag 1: Blaibacher See-Cham (22 km)
Tag 2: Cham-Roding (22,5 km)
Tag 3: Roding-Nittenau (23,5 km)
Tag 4: Nittenau-Ramspau (19,5 km)
Tag 5: Ramspau-Regensburg (20,5 km)

- **Schwierigkeitsgrad:** leicht
- **Dauer:** gesamt 26 Stunden (in 5 Tages-Etappen, auch Teilstrecken möglich)
- **Distanz:** 107,2 km
- **Höchster Punkt:** 395 m
- **Niedrigster Punkt:** 329 m

**Bootsverleih – Ruderboote im Kötztinger Land**

...unterwegs auf romantischer Bootstour am See:

- **Höllensteinsee**
  Tel. 09941/7163
  hoellensteinsee.com
- **Blaibacher See**
  Kiosk am See

*Badesee Blaibacher See mit Bootsverleih*

## Den Fisch am Haken – Anglerglück

Es bieten sich eine Anzahl an Gewässern für alle Hobbyangler und professionellen Angler: Weißer Regen bei Blaibach, Bad Kötzting und Hohenwarth, Blaibacher See, zwei Angelteiche in Grafenwiesen, Regenfluss bei Miltach. Fangzeiten: gesetzliche Regelung

**WICHTIG:** Stets gültigen Fischereischein mitführen. Ergänzend Erlaubnisschein erforderlich.

### Angel-Erlaubnisscheine:

- Bad Kötzting: Tacklekontor · 09941/8097
- Blaibach: Pension Fischerstüberl · 09941/8161
- Hohenwarth: Gutshof Schmidt · 09946/258
- Grafenwiesen: Tourist Info · 09941/940317
- Miltach: Irmgard Bachl · 09944/2575

*AQACUR Badewelt mit Saunaland und Wellenfreibad*

## Hallen- und Freibäder, Badeseen im Kötztinger Land

**AQACUR Badewelt**
Bgm.-Seidl-Platz · Bad Kötzting
09941/94750 · aqacur.de
Erlebnis- und Sportbad, Thermarium, große Saunawelt, Wellenfreibad, 100m-Reifenrutsche, Wellness

**Familienfreibad Grafenwiesen**
Schönbuchener Str. 49 · Grafenwiesen
09941/9403-45 · grafenwiesen.de
Spiel-/Liegewiese, Planschbecken, Wasserrutsche, Kiosk, Rasenvolleyballfeld, Spielplatz, Tischtennis

**Blaibacher See**
Pulling · Blaibach
09941/945013 · blaibach.de
große Liegewiese mit Badesteg, Bootsverleih, Kiosk am See

**Campingplatz Hohenwarth**
Ferienzentrum · Hohenwarth
09946/367 · camping-hohenwarth.de
Hallenbad mit Sauna und Badesee beim Campingplatz

# Nordic Walking

## Nordic Walking Touren

koetztinger-land.de/Tourenplaner

...Wandern auf die nordische Art in gesunder Luft

Kurse unter fachlicher Anleitung (Termine: Veranstaltungskalender)

### Bad Kötzting (4 Touren)

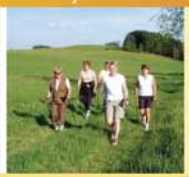
Bewegungstherapie auf verschiedenen Terrainkurwegen

- **Dauer:** 20 Min. bis 1,5 Stunden
- **Distanz:** 1,5 km bis 5,3 km
- **Höhenmeter:** von 396 bis 515 m

*(hier dargestellt: Terrainkurweg 3)*

### Nordic-Walking-/Terrain-Kurwege

### Blaibach (2 Touren)



Insg. 2 Touren ausgeschildert

- **Dauer:** 1,5 Stunden
- **Distanz:** 7,3 km
- **Höhenmeter:** 120 m

*(hier dargestellt: ausgeschilderter Rundweg ab „Zollholz")*

### Holz am Kreuz – Plarnhof

### Grafenwiesen (3 Touren)

Insg. 3 Touren ausgeschildert

- **Dauer:** 1 Stunde
- **Distanz:** 4,9 km
- **Höhenmeter:** 92 m

*(hier dargestellt: Rundweg ab Kurpark Grafenwiesen)*

### Nordic Walking Strecke 2

# Skaterparadies

### Hohenwarth

### Blumenauer Rundweg

- **Dauer:** 45 Min.
- **Distanz:** 3,5 km
- **Höhenmeter:** 94 m

*Stöcke-Verleih in der Tourist Info, geführte Touren auf Anfrage*

## Skatingstrecken im Kötztinger Land

### Bad Kötzting bis Blaibacher See · 3 km

**Teilstrecke des Lamer Winkel-Arber-Radwegs:** ab dem Kurpark Bad Kötzting bis zum Blaibacher See

### Blaibach - Miltach - Chamerau (Urleiten) · 7,1 km

**Teilstrecke des Regental-Radwegs:** Ab Blaibach-Kreuzbach (Parkplatz Pizzeria) über Miltach bis Chamerau (Urleiten). Eine wahre Skater-Oase – herrlich vom Regenfluss eingebettet.

### Hohenwarth - Arrach - Lam · 8,5 km

**Teilstrecke des Lamer Winkel-Arber-Radwegs:** ab Hohenwarth (Simpering) führt die Strecke über Arrach bis Lam. Auf dieser bei Inline-Fans beliebten Strecke lässt es sich hervorragend skaten!

### Skaterpark: Bad Kötzting (Zeltendorfer Weg 36)

**Begegnungszentrum „Alte Kaserne":** Mini-Pipe, Quarter-Pipe III, 2/3 Pyramide mit Ledge, Bank mit Geländer III, Olly-Box I

# Aktivurlaub von A bis Z

Natur- und Erlebnispfad Kellerberg in Zandt

## Immer in Bewegung...

**koetztinger-land.de/Aktivurlaub**

Das Freizeitangebot im Naturpark Oberer Bayerischer Wald macht einfach Spaß – viel Vergnügen!

### Badminton

- **Rimbach:** Mehrzweckhalle · Hohenbogenstr. 10 · 09941/9400-16

### Beach-Volleyball

- **Bad Kötzting:** AQACUR Badewelt · Bgm.-Seidl-Platz 1 · aqacur.de
- **Bad Kötzting:** Begegnungszentrum Alte Kaserne · Zeltendorfer Weg
- **Miltach:** Bahnhofstraße · beim Tennisplatz
- **Rimbach:** Ulrichshof · Zettisch 42 · 09977/9500 · ulrichshof.com

### Bogenschießen

- **Bad Kötzting:** BoWJo Heehler · 09941/939835 bogenschiessen-lernen.jimdo.com
- **Miltach:** FC Altrandsberg · 0162/6038451

### Bouldern/Indoorklettern

- **Blaibach:** Bouldern im Fitnessstudio „FIT IN" · Pechlergasse 15 09941/4009454 · fit-in-blaibach.de
- **Cham:** Kletterzentrum Bayerwald · Parkstraße 1 · 09971/996980 kletterzentrum-bayerwald.de

### Fitness-/Sportstudio

- **Bad Kötzting:** Sportofit – Wellness-Fitness-Training · Bgm.-Seidl-Platz 1 · 09941/904100 uschimartin-rehazentrum.de
- **Bad Kötzting:** CrossFit BlackRain, Arnbrucker Str. 24 0176/43954431 · crossfitblackrain.de
- **Blaibach:** Fitness- und Gesundheitsstudio FIT IN Pechlergasse 15 · 09941/4009454 fit-in-blaibach.de
- **Miltach:** Gymnastik-Laderl Casaretto Chamer Str. 2 · 09944/30280

### Geocaching – die moderne Schatzsuche

- **Grafenwiesen:** Ausgestattet mit GPS-Gerät oder Handy und schon kann es losgehen. In unserer Urlaubsregion ist eine Vielzahl von Schätzen versteckt, die darauf warten, entdeckt zu werden. So wird Wandern für Jung und Alt zum Vergnügen.

### Kegeln

- **Bad Kötzting:** Hotel Gasthof-Brauerei Zur Post Herrenstr. 10 · 09941/6628 posthotel-bad-koetzting.de
- **Bad Kötzting:** Pension-Restaurant Kauer Lamer Str. 29 · 09941/1262 · pension-kauer.de
- **Blaibach:** Gasthaus Hirtreiter · Am Ziegelberg 6 09941/905422
- **Hohenwarth:** Gasthof Kaitersberg Sonnleitnerstr. 6 · 09946/326
- **Rimbach:** Bundeskegelbahnen Fam. Lorenz Kötztinger Str. 4 · Thenried · 09941/1601
- **Rimbach:** Bundeskegelbahnen · Fam. Kollmer Hohenbogenstr. 1 · 09941/1237 · kollmerhof.de
- **Zandt:** Hotel Früchtl · Kirchplatz 1 09944/30410 · fruechtl.de

### Minigolf

- **Bad Kötzting:** Kurpark-Café · 09941/7124
- **Blaibach:** Badstraße 1 (Schlägerausgabe: gegenüber im Friseursalon Mühlbauer oder in der Tourist-Info, Kirchplatz 6)
- **Hohenwarth:** (beim Ferienzentrum) Minigolf mit Café · 0160/90278011

### Motocrossbahn

- **Rimbach/Zettisch:** Tagestickets im Hotel Ulrichshof · 09977/9500 · motocross-zettisch.de

FIT IN Blaibach

Minigolf Blaibach

# Sportlich aktiv zu jeder Jahreszeit

Stockbahnen Grafenwiesen

Mehrgenerationenpark Rimbach

Trimm-Dich-Pfad Zandt

## Reitsport

- **Bad Kötzting:** Reitschule Bachmeierholz Kristina Backs · Bachmeierholz 4 · 0160/8332859
- **Hohenwarth:** Ferienhof Seidl · Unterzettling 3 09946/207 · ferienhof-seidl.de
- **Miltach:** Greiner Erich · 09944/1786
- **Miltach:** Zankl Ludwig · Tiefental 12 0171/2746043 · 09944/2823
- **Rimbach:** Hotel Ulrichshof · Zettisch 42 09977/9500 · ulrichshof.com

## Sommerstockbahn

- **Bad Kötzting:** Kurpark
- **Grafenwiesen:** Kurpark
- **Hohenwarth:** Campingplatz-Gelände · Ferienzentrum 3 · 09946/367 · campingplatz-hohenwarth.de
- **Zandt:** Waldsportplatz des FC Zandt

## Tennis

- **Bad Kötzting:** TC Bad Kötzting · 5 Sandplätze Waldschmidtstraße · 09941/ 6177
- **Blaibach:** TC Blaibach beim Haus des Gastes Badstraße (Karten: Tourist-Info · Kirchplatz 6)
- **Rimbach:** Hotel Ulrichshof · Zettisch 42 09977/9500 · ulrichshof.com

## Tischtennis

- **Bad Kötzting:** Kurpark (Schlägerausgabe im Kurpark-Café) und Badewelt AQACUR · aqacur.de
- **Grafenwiesen:** Freibad-Gelände
- **Zandt:** Natur- und Erlebnispfad am Kellerberg

## Trimm-Dich-Pfad / Bewegungsparcours

- **Bad Kötzting:** Motorikpfad im Kurpark
- **Blaibach:** Attenberg
- **Rimbach:** Mehrgenerationenpark mit Vitalpark
- **Zandt:** am Kellerberg

Motorikpfad Bad Kötzting

Winterzauber am Hohenbogen

## Winterrodeln und Schlittenfahren

...gehören einfach zum Winter dazu.
Bei entsprechender Witterung werden im Kötztinger Land Rodelhänge präpariert.

- **Winterrodelbahn (700 m Länge):** Auffahrt mit Sesselbahn, Schlittenbeförderung bis Mittelstation, Abfahrt auf sep. Piste zur Talstation, Schlittenverleih ℹ Liftstraße 2, 93453 Neukirchen b.Hl.Blut, 09947/464, hohenbogen.de

## Eisstockschießen und Eislaufen

Eisstockschießen ist eine der beliebtesten Wintersportbeschäftigungen. Viele Natureisplätze bieten bei entsprechender Wetterlage eine gute Spielfläche für Jung & Alt. Und auch alle Eisläufer können ihre Runden drehen.

- **Eisstockschießen auf Natureisplätzen:**
  ℹ Bad Kötzting, Blaibach, Grafenwiesen, Hohenwarth, Zandt
- **Eislaufen auf Natureisplätzen:**
  ℹ Bad Kötzting, Blaibach, Grafenwiesen, Zandt

## Schneeschuhwandern

Ein wahrlich besonderes Wintererlebnis ist es, durch den tiefen Schnee zu stapfen und die herrliche Natur zu genießen.

- **Infos, Termine und Schneeschuhverleih:**
  ℹ Hohenwarth · 09946/9028128

Kaitersberg, Kötztinger Hütte

Bad Kötzting

Blaibacher See

Bad Kötzting

# Unterwegs in der weißen Jahreszeit

## Langlaufen im Kötztinger Land

Freunde des nordischen Skisports ziehen auf gut gespurten Loipen ihre Bahnen durch den Winterwald, genießen die Stille der Natur und lassen sich von faszinierenden Schneegipfeln verzaubern.

**Langlauf-Schneetelefon:**
- Hohenwarth 09946/9028128
- Rimbach 09941/9400-16

Skigebiet Hohenbogen

Skigebiet Großer Arber

### Loipe Rundkurs Diensthütte – klassisch

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Dauer:** ca. 45 Minuten
- **Distanz:** 3,7 km
- **Höhenmeter:** 111 m
- **Höchster Punkt:** 901 m
- **Niedrigster Punkt:** 818 m

Start: Rimbach – Forstdiensthütte Hohenbogen. Einstieg in Schwarzenberger Weg, kurzes steiles Stück zum Further Weg, diesen entlang zu Ausgangspunkt

### Loipe Neukirchner Weg – klassisch

- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- **Dauer:** ca. 30 Minuten
- **Distanz:** 2,0 km
- **Höhenmeter:** 47 m
- **Höchster Punkt:** 899 m
- **Niedrigster Punkt:** 867 m

Start: Rimbach – Forstdiensthütte Hohenbogen. Einstieg in Neukirchner Touristenweg, entlang bis Umkehrplatz, gleiche Strecke zurück zu Ausgangspunkt

### Riedelstein-Loipe Hudlach-Eschlsaign-Eck – klassisch + Skating

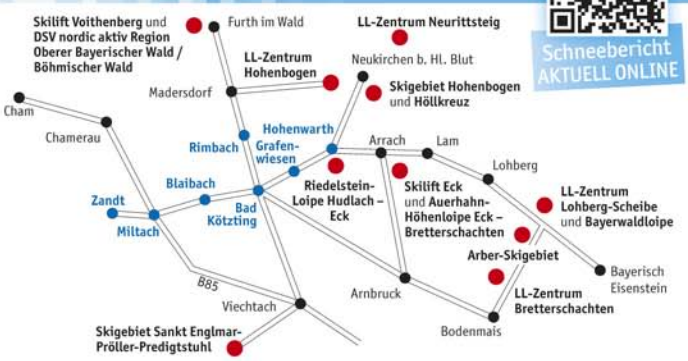
- **Schwierigkeitsgrad:** mittel
- Dauer: ca. 1 Stunde
- **Distanz:** 4,5 km
- **Höhenmeter:** 125 m
- **Höchster Punkt:** 902 m
- **Niedrigster Punkt:** 831 m

Start: Hohenwarth – Hudlach. Loipe ist in Verlängerung zur Auerhahn-Höhenloipe die längste im Bayerischen Wald (über 30 km, verläuft bis zum Arber)

| | | |
|---|---|---|
| **Arber-Skigebiet**<br>09925/941480 www.arber.de | Alpin | Langlauf |
| **Langlauf-Zentrum Bodenmais-Bretterschachten**<br>09924/778139 www.aktivzentrum-bodenmais.de | | Langlauf |
| **Skigebiet Hohenbogen und Höllkreuz**<br>09947/464 (Alpin) www.hohenbogen.de<br>**und Langlaufgebiet Forstdiensthütte-Hohenbogen**<br>09941/940016 (Langlauf) www.gemeinde-rimbach.de | Alpin | Langlauf |
| **Langlaufzentrum Neurittsteig**<br>09947/940821 www.neukirchen.bayern | | Langlauf |
| **Skigebiet Sankt Englmar-Pröller-Predigtstuhl**<br>09965/19750 www.urlaubsregion-sankt-englmar.de | Alpin | Langlauf |
| **Langlaufgebiet Lohberg-Scheibe**<br>09943/941313 www.lohberg.de | | Langlauf |
| **Skilift Furth im Wald-Voithenberg und DSV nordic aktiv Region Oberer Bayerischer Wald / Böhmischer Wald**<br>09973/802025 www.waldmuenchner-urlaubsland.de | Alpin | Langlauf |
| **Skilift Eck und Auerhahn-Höhenloipe**<br>09945/682 www.skieck.de | Alpin | Langlauf |
| **Riedelstein-Loipe**<br>09946/9028128 www.hohenwarth.de | | Langlauf |

**Skibus ab Hohenwarth (kostenlos mit Gästekarte)**
vom 26. Dezember bis Ende Februar
Info: Tourist-Information Hohenwarth 09946/9028128

Schneebericht AKTUELL ONLINE



Verkehrsgemeinschaft

# VLC

Landkreis Cham

Im Kötztinger Land erhalten Urlaubsgäste direkt vom Vermieter Ihre **persönliche VLC-Gästekarte** – damit fahren Sie **kostenlos mit Bus & Bahn** im gesamten Bereich des Landkreises (vom Arber-Gebiet bis Schwandorf) und darüber hinaus bis Viechtach und Arnbruck sowie mit dem Wanderbus bis Hamry in Tschechien. Außerdem erhalten Sie **zahlreiche Ermäßigungen** in verschiedenen Freizeiteinrichtungen!

Detaillierte Infos gibt's im Flyer, den Sie zusammen mit der Gästekarte erhalten...

# Erleben & sparen

## mit der kostenlosen

**VLC-Ticket +**

**ZAHLREICHE ERMÄSSIGUNGEN**


IMPRESSUM

Herausgeber: Werbegemeinschaft Kötztinger Land
Druck: Hofmann Druck und Verlag · 93444 Bad Kötzting · Imprimé en Allemagne 09/19/10 · Änderungen und Irrtum vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers.

Kartenmaterial: GeoBasisdaten © Bayerische Vermessungsverwaltung (geodaten.bayern.de) GeoFachdaten © Naturpark Oberer Bayerischer Wald (naturpark-obw.de)

Bildnachweis: Archive der Tourismusbüros, Ludwig Jilek, Stefan Gruber