



SRU Tram Bus

Mountainbike-Trail: Der Hohenstein Hammer

Entfernung: ca. 24 km, Dauer: 2 - 3 Std.

Höhenprofil



Kurz & Bündig

Der ultimative Feierabend-Kick von Schnaittach **RB 31** nach Rupprechtstegen **RB 30**. Wer die Abwechslung sucht, wer's eher kurz und knackig liebt, der ist bei dieser feinen Biketour am Rande der Fränkischen Schweiz genau richtig.

Adrenalin-Faktor (technischer Anspruch):	■ ■ ■ □ □ □
O2-Faktor (Kondition/Kraft):	■ ■ ■ □ □ □
Ästhetik-Faktor (Landschaft):	■ ■ ■ ■ □ □
Spaß-Faktor (Abwechslung/Flow):	■ ■ ■ ■ ■ □

Anspruchsvolle Pfade, flowige Trails und schneller Teer, hier findet jeder was nach seinem Geschmack. Und beim kernigen Waldanstieg zur Burg Hohenstein kann der Powertreter dann endlich auch mal dem bikenden Filigran-Techniker zeigen, wo der Hammer hängt.

Mit dem „Rastwaggon“ in Rupprechtstegen (Biergarten und Bahnstation) wartet die Tour am Ende mit einem ganz besonderen Schmankerl auf. Nach Bratwurst und Bier (oder auch Käse und

Wasser) kann ohne eine einzige weitere Kurbelumdrehung ganz entspannt und ganz ohne Fahrplandruck die Heimreise mit dem Zug angetreten werden.

Track & Topo

Die Tour beginnt am Bahnhof „Schnaittach“ **RB 31**. Ein rund 5 km langes Warm-up führt euch auf einem leicht ansteigenden Radweg nach Osternohe. Hier geht es auf der Straße in Serpentina nach etwa 1,5 km erstmals ins Gelände (Forstweg).

Über Wurzelpfade, kleinere Wege und einem kurzen Asphalt-Downhill erreicht ihr die Schlüsselstelle, den Fuß des „Hohenstein-Hammers“. Die rund 15-minütige Schwitzkur zur Burg Hohenstein wird mit einer fantastischen Aussicht über die Hersbrucker Alb belohnt, die je nach Grad der Unterzuckerung noch mit einem Riesenwindbeutel im „Hohensteiner Hof“ versüßt werden kann.

In ständigem Auf und Ab und über einige durchaus fordernde Singletrails erreicht ihr Velden. Durchs idyllische Pegnitztal rollt ihr nun entlang der Pegnitz bis zum Tourende „Rastwaggon“ gemütlich aus.

Wer noch ein bisschen intensiver ausradeln will, kann dem Pegnitztalradweg weiter flussabwärts in Richtung Nürnberg folgen. Die nächsten Bahnhöfe der **RB 30**: Vorra (ca. 7 km ab Rupprechtstegen), Hohenstadt (ca. 8 km ab Vorra).

Karte



Karte am Ende des Dokuments in höherer Auflösung.

Unsere Karte gibt euch die Richtung vor. Um unnötigen Verfahrern vorzubeugen, empfehlen wir unbedingt nach den GPS-Daten zu fahren. Die Tour ist nicht bzw. unterschiedlich markiert und ihr müsst oft an Stellen abbiegen, wo man es nicht unbedingt erwartet. Und Umkehren und nach dem Weg suchen erhöht bekanntlich nicht den Spaßfaktor...

Mountainbike-Trail: Der Hohenstein Hammer

R31 Schnaittach ▶ Osternohe ▶ Hohenstein
▶ Velden ▶ Rupprechtstegen **R3**

M 1



Verkehrsverbund Großraum Nürnberg

Einkehren



Radler am Rastwaggon (VGN © VGN GmbH)

Der Rastwaggon Rupprechtstegen bietet sich als ideale Einkehrmöglichkeit am Ende der Tour an. Hier hat man sich die Drei auf Kraut und eine Halbe redlich verdient. Die **RB 30** bringt euch dann im Stundentakt nach Hause. Wer vorher eine Stärkung braucht findet in Hohenstein und in Velden weitere Einkehrmöglichkeiten.

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

Kirchsittenbach (Hohenstein)

Hohensteiner Hof Fam. Eckert

Hohenstein 43
91241 Kirchsittenbach (Hohenstein)
Tel: 09152 533
E-Mail: info@hohensteinerhof.de
<http://www.hohensteinerhof.de>
Mittwoch - Sonntag 11 bis 19 Uhr. Montag und Dienstag geschlossen.

Osternohe (Markt Schnaittach)

Gasthof „Igelwirt“

Igelweg 6
91220 Osternohe (Markt Schnaittach)
Tel: 09153 406-0
Fax: 09153 406-166
E-Mail: info@igelwirt.de
www.igelwirt.de
Ruhetag: Montag (Wenn der Montag auf einen Feiertag trifft, ist Dienstag Ruhetag)

Rupprechtstegen

Rastwaggon Rupprechtstegen Frau Anita Regn

Am Bahnhof 6
Haltestelle Rupprechtstegen Bahnhof
91235 Rupprechtstegen
Tel: 09152 40855855
www.rupprechtstegen.de/rastwaggon
Öffnungszeiten:
Donnerstag bis Montag von 11.00 Uhr bis 22.00 Uhr (warme

Küche bis 20.00 Uhr) Ruhetage: Di und Mi
Fränkische Speisen

Velden

Café Central

Marktplatz 14
91235 Velden
Tel: 09152 7168
www.cafe-central-velden.de
Ruhetag: Montag

Gasthaus – Metzgerei „Zur Wasserbrück'n“

Marktplatz 18
91235 Velden
Tel: 09152 7504
www.metzgerei-bohm-velden.de

Gasthaus – Pension „Fränkischer Hof“

Mühltorstraße 1
91235 Velden
Tel: 09152 92273
www.fraenkischerhof-velden.de
Ruhetag: Dienstag

Gasthaus – Pension „Zur Traube“

Mühltorstraße 2
91235 Velden
Tel: 09152 7204
www.gasthof-bammler.de
Ruhetage: Mittwoch und Donnerstag

Pizzeria „Canale Grande“

Marktplatz 16
91235 Velden
Tel: 09152 7378
Ruhetag: Dienstag

Restaurant „Zum Fischkutter“

Nürnberger Straße 19
91235 Velden
Tel: 09152 408854
Ruhetage: Montag und Dienstag

Trailrules

1. FAHRE NUR AUF WEGEN!

Fahre nie querfeldein, du schädigst sonst die Natur! Respektiere lokale Wegesperrungen! Forstwirtschaft, Viehtrieb und Belange des Naturschutzes rechtfertigen dies. Auch in Naherholungsgebieten können lokale Sperrungen berechtigt sein. Die Art und Weise in der du fährst bestimmt das Handeln der Behörden und Verwaltungen. Auf Privatgrund bist du oft nur geduldet!

2. HINTERLASSE KEINE SPUREN!

Bremse nicht mit blockierenden Rädern! (Ausnahme in Notsituationen) Blockierbremsungen begünstigen die Bodenerosion und verursachen Wegeschäden. Stelle deine Fahrweise auf den Untergrund und die Wegebeschaffenheit ein. Nicht jeder Weg verträgt jedes Bremsmanöver und jede Fahrweise.

3. HALTE DEIN MOUNTAINBIKE UNTER KONTROLLE!

Unachtsamkeit, auch nur für wenige Sekunden, kann einen Unfall verursachen. Passe deine Geschwindigkeit der jeweiligen Situation an. In nicht einsehbaren Passagen können jederzeit Fußgänger, Hindernisse oder anderer Biker auftauchen. Du musst in Sichtweite anhalten können! Zu deiner eigenen Sicherheit und derer anderer Menschen.

4. RESPEKTIERE ANDERE NATURNUTZER!

Kündige deine Vorbeifahrt frühzeitig an. Erschrecke keine anderen Wegenutzer! Vermindere deine Geschwindigkeit beim Passieren auf Schrittgeschwindigkeit oder halte an. Bedenke, dass andere Wegenutzer dich zu spät wahrnehmen können. Fahre, wenn möglich, nur in kleinen Gruppen!

5. NIMM RÜCKSICHT AUF TIERE!

Weidetiere und alle anderen Tiere in Wald und Flur bedürfen besonderer Rücksichtnahme! Schließe Weidezäune, nachdem du sie passiert hast. Verlasse rechtzeitig zur Dämmerung den Wald, um die Tiere bei ihrer Nahrungsaufnahme nicht zu stören.

6. PLANE IM VORAUS!

Beginne deine Tour möglichst direkt vor deiner Haustüre. Prüfe deine Ausrüstung, schätze deine Fähigkeiten richtig ein und wähle die Gegend, in der du fahren willst, entsprechend aus. Schlechtes Wetter oder eine Panne kann deine Tour deutlich verlängern. Sei auch für unvorhersehbare Situationen gerüstet: Denke an Werkzeug, Proviant und Erste-Hilfe-Set. Trage eine Sicherheitsausrüstung! Ein Helm kann schützen, ist aber keine Lebensversicherung.

Quelle: www.dimb.de



Waldpfad (10.08.2013, VGN © VGN GmbH)

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


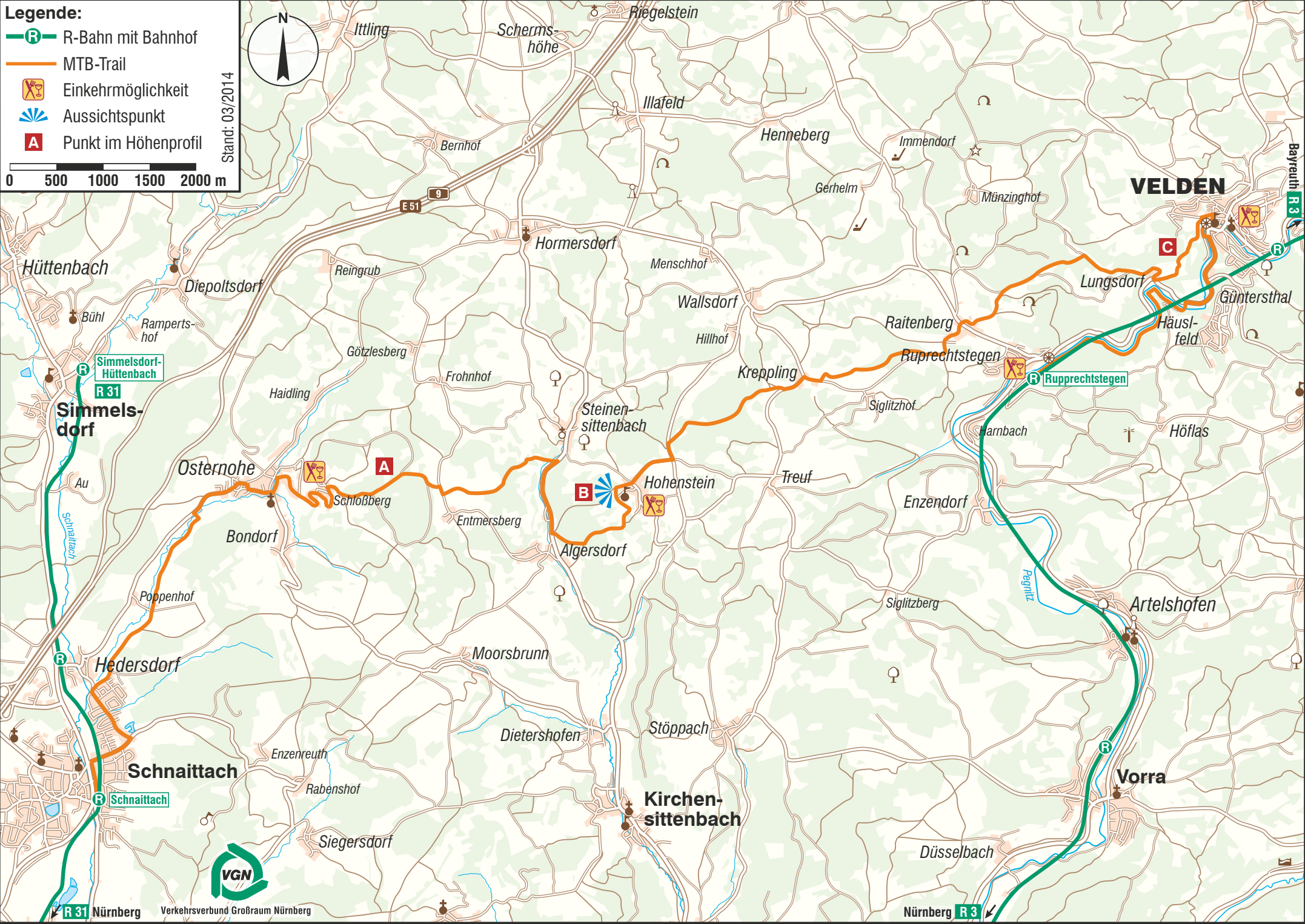
<http://www.vgn.de/radfahren/hohenstein-hammer>

Copyright VGN GmbH 2022

Legende:

-  R-Bahn mit Bahnhof
-  MTB-Trail
-  Einkehrmöglichkeit
-  Aussichtspunkt
-  Punkt im Höhenprofil

Stand: 03/2014

Verkehrsverbund Großraum Nürnberg

R 31 Nürnberg

Nürnberg R 3