STADT



SPA ZIER GANG

REGENSBURG

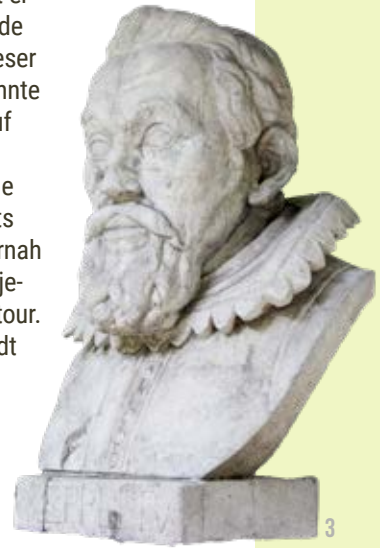


STADTSPAZIERGÄNGE



» JEDER SCHRITT ERÖFFNET NEUE PERSPEKTIVEN

Den besonderen Charme Regensburgs erlebt man am besten zu Fuß. Mit jedem Schritt eröffnen sich neue Eindrücke, überraschende Perspektiven und verborgene Schätze dieser faszinierenden Stadt. Begleiten Sie bekannte Regensburgerinnen und Regensburger auf ihren persönlichen Lieblingsrouten und entdecken Sie besondere Orte, malerische Aussichtspunkte und Geheimtipps abseits der bekannten Wege. Ob historisch, naturnah oder einfach nur besonders – hier findet jeder seine ganz persönliche Entdeckungstour. Denn die schönsten Geschichten der Stadt erschließen sich Schritt für Schritt beim Spazierengehen, beim Radeln oder beim Joggen. Los geht's!



INHALT

Tour 1
Auf Entdeckungsrunde durchs UNESCO-Welterbe 06

Tour 2
Stadtamhof – Westpark und zurück 18

Tour 3
Alleenspaziergang 28

Tour 4
Rund ums Westbad 44

Tour 5
Über die Wöhrde 50

Tour 6
Entlang der kleinen Donau 60

Tour 7
Aubachparkweg 66

Tour 8
Regensburgs kleine Höhenmeter 72

Tour 9
Am Regen entlang 84

LIEBLINGS ♥ ZEIGEPLATZ

Entdecken Sie weitere spannende Geschichten und Fakten über Regensburg. Regensburger „Originale“ zeigen Ihnen ihre persönlichen Lieblingsplätze in Regensburg und ihre ganz persönliche Beziehung dazu.

www.lieblingsherzeigeplatz.de



IMPRESSUM

Regensburg Tourismus GmbH
Prinz-Ludwig-Straße 9, 93055 Regensburg

Ein Produkt aus dem Tourismuskonzept Regensburg Handlungsfelder Tourismusbewusstsein und Stadterlebnis & Stadtkultur

Idee und Umsetzung: Dr. Antonia Kienberger, Dr. Maria Baumann, Günther Roggenhofer, Matthias Wagner, Wolfgang Ederer, Maria Müller und Viviane Jekal, Thomas Ruhfaß, Helga Butendeich, Stefanie Köppel-Lell, Carolyn Molski und Sabine Teisinger
Konzept, Design: www.bauercom.eu
Bilder: bauercom.eu, Stefanie Köppel-Lell.
Die Bildrechte für die Autorenbilder liegen bei den Autoren.

Druck: Aumüller Druck Regensburg, EMAS-zertifiziert und Mitglied im Umweltpakt Bayern. Das Papier dieser Broschüre (»Magno Volume«) ist zertifiziert nach den Kriterien des EU-Ecolabel und wurde in Gratkorn bei Graz produziert. Die verwendeten Bio-Druckfarben sind mineralöl- und kobaltfrei und für das Recyceln des Papiers sehr gut geeignet. Printed in Germany.

IMMER GRIFFBEREIT

Einfach abscannen und die Broschüre aufs Handy herunterladen.

TOUR 1

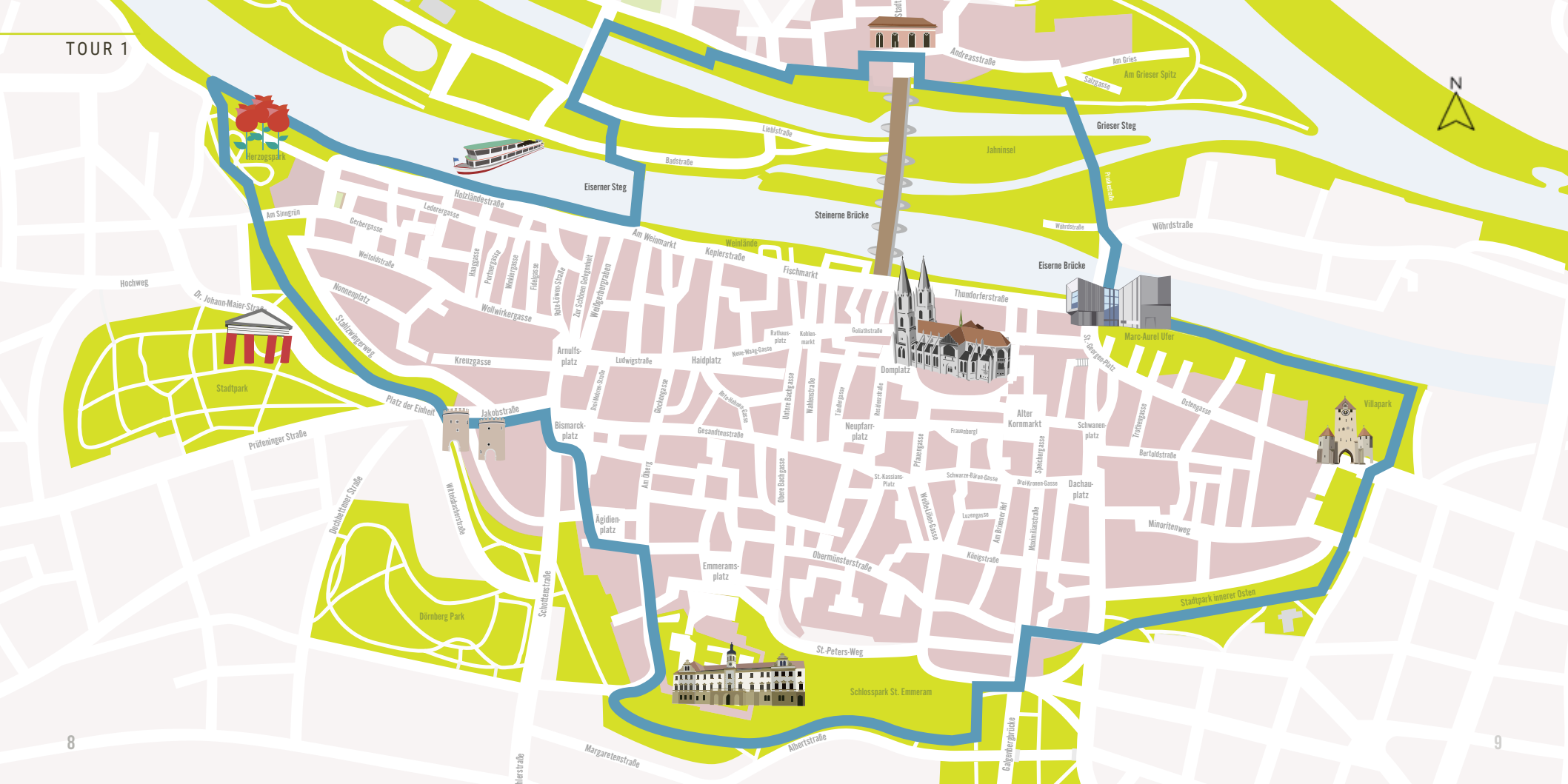
AUF ENTDECKUNGS-RUNDE DURCHS UNESCO-WELTERBE

ca. 2,30 Std.	
ca. 8 km	
ja	
ja	
angeleint	
ja	
teilweise	
ja	
ja	

Maria Müller und Viviane Jekal arbeiten für den Verein „Faszination Altstadt“, der mehr als 150 Gewerbetreibende in der Regensburger Altstadt zusammenbringt. Maria und Viviane lieben jeden einzelnen Stein in der quirligen Altstadt. Wenn sie mal durchatmen wollen, ziehen sie sich am liebsten in den grünen Alleengürtel oder in versteckte Seitengassen zurück. Marias Lieblingsort ist der Villapark, Viviane genießt ihre Auszeit gern am Oberen Wöhrd.






N
Herzogspark
Eiserner Steg
Steinerne Brücke
Grieser Steg
Eiserne Brücke
Marc-Aurel Ufer
Jahninsel
Am Grieser Spitz
Am Gries
Sabrgasse
Andreasstraße
Badstraße
Lieblstraße
Promenadestraße
Währdstraße
Am Singrün
Holzländestraße
Lederergasse
Gerbergasse
Weltzlstraße
Nonnenplatz
Hochweg
Dr.-Johann-Maier-Straße
Stadtpark
Stadtwirtergweg
Wollwirkergasse
Kreuzgasse
Platz der Einheit
Jakobstraße
Prüfeninger Straße
Dechbettener Straße
Wittelsbacherstraße
Dörnberg Park
Schottenstraße
Margaretenstraße
Albertstraße
Gabelsbergerbrücke
Schlosspark St. Emmeram
St.-Peters-Weg
Stadtpark innerer Osten
Villapark
Am Weinmarkt
Weinlände
Keplerstraße
Fischmarkt
Thundorferstraße
Arnulfs-platz
Ludwigstraße
Haidplatz
Rathaus-platz
Kohlen-markt
Goliathstraße
Neue-Waag-Gasse
Domplatz
St.-Georgen-Platz
Bis-Mayer-Straße
Böckergasse
Alte-Waag-Gasse
Untere Bachgasse
Wahlenstraße
Tändlergasse
Metzgerstraße
Bismarck-platz
Gesandtenstraße
Neupfarr-platz
Alter Kornmarkt
Schwanen-platz
Frauenbergl
Ostengasse
Tröltschgasse
Bertoldstraße
Am Ölberg
Ägidien-platz
Emmerams-platz
Obermünsterstraße
Obere Bachgasse
Plankengasse
St.-Kassians-Platz
Schwarze-Bären-Gasse
Drei-Kronen-Gasse
Spiegelgasse
Dachau-platz
Wahlen-Linie-Gasse
Luzengasse
Am Brixner Hof
Maximilianstraße
Königstraße
Minoritenweg

KOPFSTEINPFLASTER, DONAUBLICKE UND GESCHICHTE ZUM ANFASSEN

Auf dieser ca. 8 Kilometer langen Rundtour durch das Herz von Regensburg erkunden wir zu Fuß die schönsten Seiten der mittelalterlichen Stadt. In etwa 2,5 Stunden lassen wir uns treiben: zwischen Historie und Natur, zwischen Cafés und Sehenswürdigkeiten, zwischen Entschleunigung und echtem Stadtleben. Also los – begleiten Sie uns auf dieser kleinen Reise durch die Zeit!





Unser Start: Stadtamhof und das Spital

Wir beginnen unsere Tour in **Stadtamhof**, das Auto steht auf dem Dultparkplatz – gut erreichbar, ruhig gelegen und mit den ersten Highlights ganz in der Nähe: die Kuchenbar, das Earlybird oder das charmante Café Schierstadt, wo wir uns bei Bedarf mit einem Kaffee, Cappuccino oder Kuchen stärken können. Gemütlich schlendern wir Richtung Süden und erreichen bald das ehrwürdige **St. Katharinenspital** auf der rechten Seite. Weiter vorn, direkt am Donauufer liegt der urige Spitalgarten mit Blick auf die Donau – ein wunderbarer Ort, um kurz innezuhalten. Wir biegen jedoch bei Haus Nr. 11 in den Torbogen des Spitals ab und erblicken auf der rechten Seite die Spitalkirche St. Katharina aus dem 13. Jahrhundert.





„Zur goldenen Ente“ mit einem idyllischen Biergarten



Zwischen Brücken, Inseln und alten Pflastersteinen

Weiter geht es über den **Franziskanerplatz**, der mit seinem historischen Flair beeindruckt. Unter unseren Füßen klackert das Kopfsteinpflaster, über uns ragen barocke Fassaden in den Himmel. Dann erreichen wir den **Pfaffensteiner Steg** – eine Brücke wie ein Pfad in die Natur, die uns direkt auf den **Oberen Wöhrd** führt. Hier spazieren wir durch enge Gassen und lauschen dem leisen Rauschen der Donau, das uns begleitet. Am Ufer gönnen wir uns vielleicht eine kleine Pause in einem der Lokale wie dem „Zur goldenen Ente“ oder „Zum Sorgenfrei“ – mit Donaublick natürlich! Wir überqueren dann den **Eisernen Steg**, eine charmante Brücke, von der wir einen herrlichen Blick auf die Altstadt und den Dom haben.





Regensburgs schönster Rosengarten mit Tausenden von Rosen findet man im Herzogspark





Tolle Exponate erwarten Groß und Klein im Naturkundemuseum (derzeit geschlossen)

Flussnah Richtung Westen: Moderne trifft Natur

Der Weg führt uns nun rechts entlang der Donau auf einem geteerten Fuß- und Radweg – Holzlände. Rechts begleitet uns der Fluss, links reihen sich Restaurants wie das kurdische „Mesopotamia“ oder das italienische „La Fenice“ – kulinarische Vielfalt mitten in Regensburg. Am Ende der Straße entdecken wir einen liebevoll gestalteten Spielplatz, und wer mit Kindern unterwegs ist, kommt hier ganz auf seine Kosten. Dann wird es grün und etwas ruhiger: Im **Herzogpark** spazieren wir auf Schotterwegen zwischen alten Bäumen und besuchen – wenn wir mögen – das **Naturkundemuseum**. Für Hunde ist dieser Abschnitt allerdings tabu, denn hier soll die Natur ganz im Mittelpunkt stehen. Wer den Besuch des Herzogsparks aussparen möchte, kürzt den Weg über Herrenplatz/Am Singrün ab.

Vom Stadtpark bis zur Theatermeile

Weiter geht's entlang der **Prebrunnallee**, einem asphaltierten Weg, der sich angenehm durch die Stadt zieht. Unsere Hunde bleiben an der Leine, während wir durch die Alleen schlendern, begleitet von alten Villen und ruhigen Seitenstraßen. Bald erreichen wir an der rechten Seite den **Stadtpark**, wo das Kunstforum Ostdeutsche Galerie wartet und vielleicht eine frische Breze aus der **Bäckerei Schifferl**. Über den **Platz der Einheit**, vorbei am romanischen **Schottenportal**, gelangen wir durch das heimelige **Lothgässchen** zum belebten **Bismarckplatz** – dem kulturellen Zentrum Regensburgs. Links von uns das Theater, rechts kleine Cafés wie das Café Anton und die neue Filmbühne – und mittendrin ein Brunnen, an dem wir kurz verweilen können.



Das Schottenportal



KOG – Kunstforum Ostdeutsche Galerie

Kirchen, Tapas und Kepler

Wir folgen dem **Beraiterweg** zur ruhigen **St. Blasiuskirche** und spazieren weiter zum Ägidienplatz, wo es Sitzgelegenheiten im Grünen und Tapas beim Herrnbräu gibt – eine echte Überraschung mitten in der Stadt! Weiter geht es durch die **Waffnergasse**, vorbei am „Brauhaus am Schloss", und entlang der **Fürst-Anselm-Allee** mit Blick in den Park von Thurn und Taxis, wo dann am Ende ein Obelisk, der berühmte Kiosk „Milchschwammerl" und das **Kepler-Denkmal** auf uns warten.







Ein letzter Abschnitt mit Blick auf den Fluss

Die **Maximilianstraße** bringt uns in das moderne Herz der Stadt – perfekt für einen letzten Kaffee bei „Urban Coffee“ oder einem Eis. Beim M26 findet man sogar eine „nette Toilette“. Der Inkoferweg bringt uns direkt in die **Ostenallee**. Diese führt uns im Schatten weiter zu einem „Römer-Spielplatz“, bevor wir beim **Ostentor** Halt machen – einem eindrucksvollen Stadttor, das uns ins Mittelalter zurückversetzt.
Durch den **Villapark**, vorbei an der Königlichen Villa, gelangen wir schließlich an das **Marc-Aurel-Ufer**. Von hier aus genießen wir einen letzten, herrlichen Blick auf den Fluss. Wer mag, kehrt im **Café Klara** ein, stattet dem Haus der Bayerischen Geschichte einen Besuch ab oder bummelt über den **Donaumarkt**, wo das Café Jolie mit Blick auf die Eiserne Brücke lockt – ein würdiger Schlusspunkt dieser historischen Tour.
Zum Abschluss überqueren wir noch die **Eiserne Brücke**, genießen den Ausblick auf den Dom und die Steinerne Brücke, und erreichen über den **Grieser Steg** den ruhigen **Grieser Spitz** mit Spielplatz, Bänken und Donaublick – ein Ort zum Durchatmen. Wer die Tour verlängern möchte, kann auch unter **der Steinernen Brücke** zurück Richtung Oberer Wöhrd spazieren und dort in die „Alte Linde“ einkehren.
Eine weitere Variante bietet sich ab **Donaumarkt über die Thundorfer Straße** mit einem Eis-Stopp bei Aamu und weiter über die Steinerne Brücke zurück nach Stadtamhof.



Den besten Blick auf die Königliche Villa hat man vom Villapark

Tipp:
Die Tour ist **an vielen Stellen barrierefrei**, für Kinderwagen und teilweise auch für Fahrräder geeignet. Einige Abschnitte haben allerdings Kopfsteinpflaster oder Steigungen – gutes Schuhwerk lohnt sich! Und: Hunde dürfen fast überall mit, oft an der Leine, nur im Herzogspark leider nicht.

Haus der Bayerischen Geschichte



TOUR 2

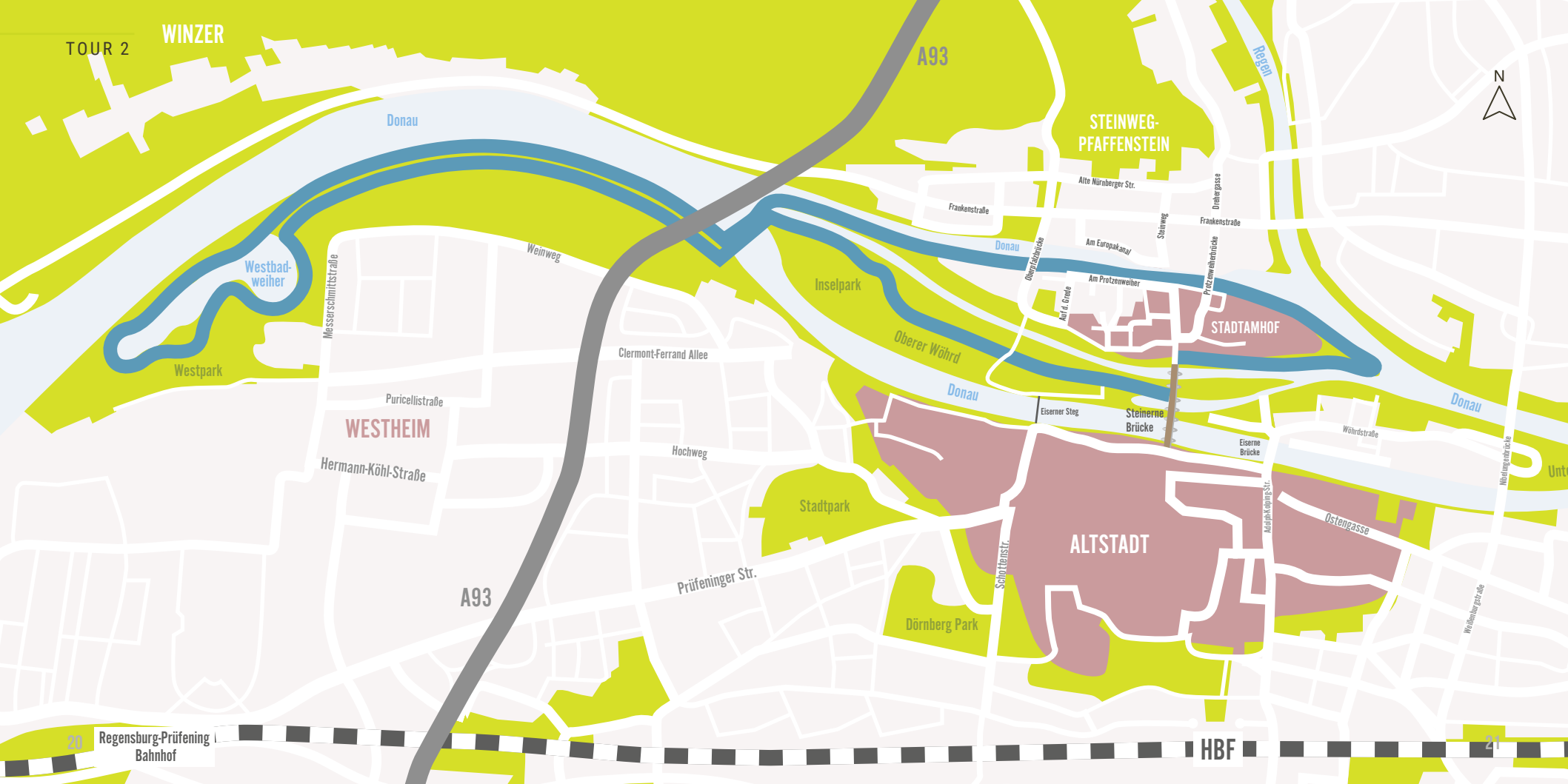
STADTAMHOF – WESTPARK UND ZURÜCK

ca. 1 Std.	
ca. 10 km	
ja	
ja	
angeleint	
ja	
ja	
ja	
ja	

Säm Wagner ist ein Popkultur-Fan aus Regensburg. Beim Bezirk Oberpfalz ist er als Popularmusikbeauftragter angestellt. Wenn er seine Freizeit gerade nicht mit Familie, Konzerten oder Kinobesuchen verbringt, trifft man ihn beim Laufen – am liebsten an der Donau oder auf den Winzerer Höhen. Die Strecke zwischen Grieser Spitz und Westpark ist er schon viele Hunderte Male gelaufen. Was Säm Wagner an dieser Laufstrecke schätzt: Sie lässt sich beliebig verlängern (aber auch verkürzen…).






TOUR 2
WINZER
A93
Donau
Regen
N
STEINWEG-
PFAFFENSTEIN
Alte Nürnberger Str.
Frankenstraße
Dreiergasse
Steinweg
Frankenstraße
Donau
Am Europakanal
Oberer Fischerdicke
Am Protzenweiher
Protzenweiherbrücke
Auf d. Grode
Inselpark
STADTAMHOF
Oberer Wöhrd
Donau
Eiserner Steg
Steinerne
Brücke
Eiserne
Brücke
Wöhrdstraße
Donau
Unte
Nibelungenbrücke
Westbad-
weiher
Weinweg
Messerschmittstraße
Westpark
Clermont-Ferrand Allee
Puricellistraße
WESTHEIM
Hermann-Köhl-Straße
Hochweg
Stadtpark
Adolph-Kolping-Str.
Ostengasse
Schottenstr.
ALTSTADT
A93
Prüfeninger Str.
Dörnberg Park
Weltenburger Str.
20
Regensburg-Prüfening
Bahnhof
HBF
21

Die Laufstrecke oder Spazierstrecke von Stadtamhof zum Westpark und zurück führt uns direkt am Donauufer entlang. Gerade bei schönem Wetter ist die weitgehend flache Strecke belebt und bietet Leben und verschiedene Sportareale und -möglichkeiten direkt am Streckenrand. Wir laufen meist auf einem Spazierweg, nur ein Teil davon ist geteert.

Gerade bei Start und Ziel in Stadtamhof gibt es zahlreiche Gelegenheiten, um einzukehren und wieder Kraft zu tanken.



Gestartet wird direkt am Fuße der Steinernen Brücke, dem Stadtamhofer Brückenbasar. Hier geht es hinter der Pizzeria hinunter zum Fußgängerweg, der in Richtung Osten entlang der Donau führt. Wir passieren den Andreasstadel (links) und den Grieser Steg (rechts), wo sich bei schönem Wetter zahlreiche Slackline-Sportler tummeln. Am **Grieser Spitz,** einem wunderschönen Naherholungsgebiet, Paradies für Spikeball-Spieler und -Spielerinnen, aber auch einem







attraktiven Ort zum Grillen mit Bolz- und Spielplatz, nimmt der Weg schließlich am östlichsten Punkt eine Wende. Hier geht es nun weiter gen Westen. Wir passieren die Einmündung vom Regen in die Donau und die Schleuse Regensburg (beides rechts). Links bietet sich nun ein wunderschöner Blick in die Hauptstraße von Stadtamhof. Hier am **Walhalla-Bockerl** befindet sich auch eine öffentliche Toilette.
Weiter in Richtung Westen laufen wir unter der Oberpfalzbrücke hindurch. Links von uns befindet sich der Dultplatz und direkt danach laufen wir an der bunt gestalteten **24h-Galerie**, einem internationalen Graffiti-Kunstprojekt, vorbei auf das Pfaffensteiner Wehr zu. Der Weg führt an seinem Ende hoch und dann links über die Wehrbrücke. Direkt nach dem Überqueren der Brücke geht es scharf rechts weiter der Donau entlang. Links von uns befinden sich nun verschiedene Sportstätten. Nach einem Bikepolo-Spielfeld, das sich direkt unter der Autobahnbrücke befindet, entdecken wir links das Spielgelände des Freien TuS Regensburg. Hier spielen und trainieren Fußballmannschaften, aber auch das American-Football-Team Regensburg Phoenix. Danach laufen wir direkt am Donauufer am **Regensburger Kanuclub** vorbei und kommen hier an den nördlichsten Punkt der Donau, markiert von einem Kunstwerk, der „Hommage an den Fluss, an das Leben am Fluss und an die Schifffahrt“ vom Kallmünzer Künstler Ludwig „Wigg“ Bäuml. Hier, wie auch an zahlreichen anderen Wegpunkten der Strecke, befinden







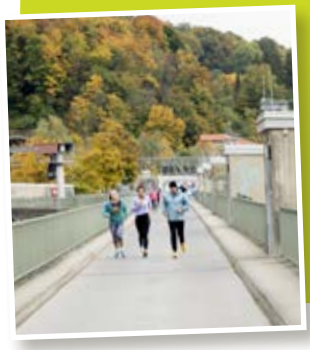


sich Sitzgelegenheiten zum Rasten. Ein paar Meter weiter in Richtung Westen befinden sich rechts auch mehrere Uferbuchten, an denen wir bei sommerlichem Wetter zahlreiche Menschen beim Sonnenbaden treffen. Nach der städtischen Sportanlage am Weinweg, den Gebäuden des Regensburger Ruder-vereins und des Regensburger Ruder-Klubs (jeweils links) geht es auf unserer Laufstrecke leicht links hinunter zum Baggersee im Westpark.

Diesen idyllisch gelegenen See umrunden wir nun. Wer auf seiner Strecke noch ein paar Kilometer dranhängen mag, der kann den See auch mehrfach umrunden. Der Umfang beträgt nahezu zwei Kilometer. Wieder am nördlichsten Punkt des Sees angekommen, geht es nun zurück zum Donau-



ufer. Hier laufen wir auf gleicher Strecke zurück zum **Pfaffensteiner Wehr**. Auf der Brücke biegen wir nun direkt nach dem Wasserkraftwerk rechts ab und laufen geradeaus hinunter auf den Oberen Wöhrd. Nach nur wenigen Metern finden wir auf der rechten Seite einen attraktiven Fitness-Parcours und direkt danach einen Spielplatz. Wir laufen von hier direkt auf das **Wöhrd-bad** zu und rechts daran vorbei. Nun haben wir auf der linken Seite das Freibad und auf der rechten Seite das Sportgelände der Regensburger Turnerschaft. Hier gibt es neben Fußballplätzen, einem Basketballplatz auch eine öffentlich zugängliche 400-Meter-Laufbahn. Weiter geradeaus laufen wir in die Lieblstraße, die uns zum Abschluss direkt auf die Steinerne Brücke führt. Hier haben wir unser Ziel erreicht. Viel Spaß beim Nachlaufen oder Spazierengehen!







TOUR 3

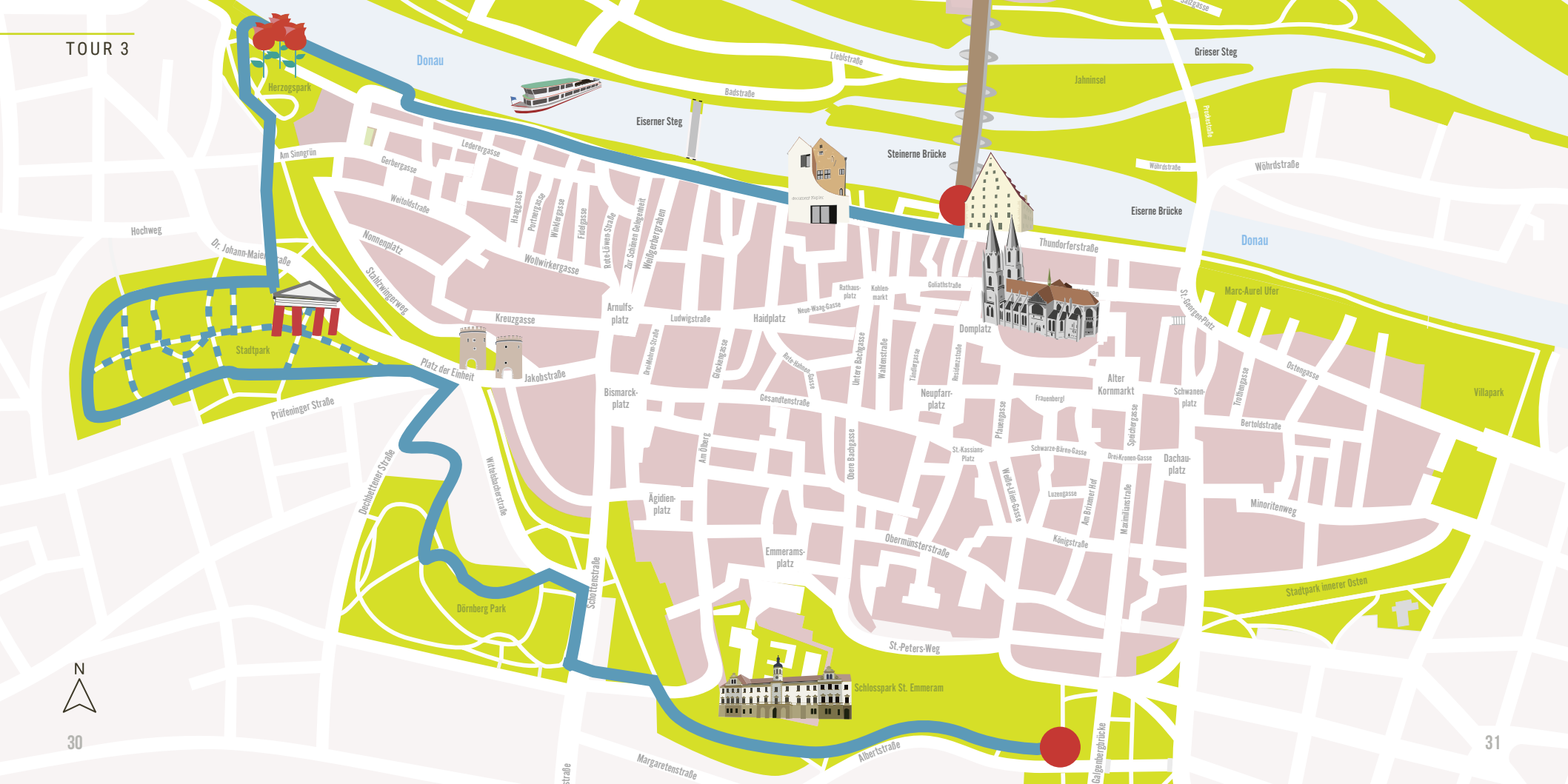
» ALLEEN-SPAZIERGANG

ca. 2 Std.	
ca. 3 km	
ja	
ja	
angeleint	
nein	
ja	
ja	
Lokale	

Dr. Antonia Kienberger: Ich habe mein Büro „Am Schallern“ mit herrlichem Blick aufs Wasser. Wann immer die Sonnenstrahlen zu sehr locken oder ich mit Bewegung meine Gedanken in Schwung bringen möchte, bin ich in fünf Minuten mittendrin im Grünen. Entweder joggend oder flanierend, den Blick in den Horizont oder auf die Fauna gerichtet, nie allein, immer in freundlicher Gesellschaft. In Summe: Es ist so herrlich einfach, den Alltag jederzeit mit einer Brise Urlaub zu verschönern. Ich liebe die Mischung aus Natur und Architektur und die Lebensfreude der bunt durchmischten Gruppen, die alle ihr Plätzchen für ihre Vorlieben finden und es pfleglich behandeln.






Donau
Herzogspark
Liebfstraße
Badstraße
Grieser Steg
Jahninsel
Eiserner Steg
Steinerne Brücke
Am Singrün
Ledergergasse
Gerbergasse
Weltoldstraße
Hochweg
Dr. Johann-Maier-Straße
Nonnenplatz
Stahlzwingerweg
Stadtpark
Hauggasse
Portergasse
Winklergasse
Fidelgasse
Rote-Löwen-Straße
Zur Schönen Gelegenheit
Weißgerbergraben
Wollwirkergasse
Kreuzgasse
Arnulfs-platz
Ludwigstraße
Haidplatz
Rathaus-platz
Kohlen-markt
Goliathstraße
Neue-Waag-Gasse
Domplatz
Thundorferstraße
Eiserne Brücke
Wöhrdstraße
Prüfeninger Straße
Platz der Einheit
Jakobstraße
Bismarck-platz
Brixlhofen-Straße
Glockengasse
Rote-Hahnen-Gasse
Untere Bachgasse
Wahlenstraße
Tändlergasse
Residenzstraße
Neupfarr-platz
Gesandtenstraße
Alter Kornmarkt
Frauenbergl
Schwanen-platz
Frauengasse
Speicherlgasse
Trothengasse
Ostengasse
Bertoldstraße
Villapark
Marc-Aurel Ufer
St.-Georgen-Platz
Donau
Dechbettener Straße
Wittelsbacher Straße
Ägidien-platz
Am Ölberg
St.-Kassians-Platz
Schwarze-Bären-Gasse
Drei-Kronen-Gasse
Dachau-platz
Wolfe-Ulmer-Gasse
Luzengasse
Am Brixner Hof
Maximilianstraße
Minoritenweg
Emmerams-platz
Obermünsterstraße
Königstraße
Stadtpark innerer Osten
Dörnberg Park
Schottenstraße
St.-Peters-Weg
Schlosspark St. Emmeram
Albertstraße
Margaretenstraße
Galgenbergbrücke
N

ZUSAMMEN MIT DER DONAU UMSCHMIEGT DER ALLEENGÜRTEL DIE HISTORISCHE ALTSTADT.



Wer Lust hat, kann auf über drei Kilometer viel alten Baumbestand und zahlreiche Vogelstimmen genießen, das ein oder andere interessante oder auch kuriose Denkmal studieren, sich zum Verweilen niederlassen, sich an den schmucken Häuserfassaden aus der Gründerzeit erfreuen oder den Kindern beim Spielen zuschauen.

Kurzum: Ein Spaziergang bietet Natur und Kultur gleichermaßen, ist für Jung und Alt bestens geeignet.

Ob zu Fuß als Flaneur, als ambitionierter Jogger oder Walker und auch mit Kinderwagen oder mit Hund. Das Beste daran: Die Altstadt ist immer nur einen Katzensprung entfernt. Man kann sich jeden Tag einen anderen kleinen „Escape" raus-picken. Zu jeder Jahreszeit ein Genuss.

Der beste Ausgangspunkt für Neuankömmlinge ist der **Milchschwammerl**, eine beliebte Anlaufstelle für viele Pendler, liegt er doch so schön in nächster Nähe zum Haupt-bahnhof und bietet neben einem hervorragenden Kaffee oft auch so manch gutes Gespräch. Von dort aus blickt man auf das Keplerdenkmal, das 1806 dank des Wirkens des Grafen Kaspar von Sternberg und den finanziellen Möglichkeiten des Fürstprimas Carl von Dalberg realisiert werden konnte. Den Geist der Harmonie der Sphären kann man beim Monopteros von





Emanuel d'Herigoyen heute zwar nicht mehr spüren, aber die Gesetze der Kreisbahnen der Planeten einerseits und das wilde, doch zielgerichtete Rennen der Menschen andererseits am zentralen Busbahnhof gegenüber bilden einen doch recht reizvollen Kontrast.

Apropos Monopteros: Der Alleengürtel in Regensburg war praktisch der Englische Garten vor dem Englischen Garten in München. Nur leider ist nicht mehr ganz so viel übrig davon. Die städtebauliche Entwicklung hat einiges davon weggenagt. Fürst Carl Anselm von Thurn und Taxis hat dieses Naherholungsgebiet für die Bevölkerung von 1779 bis 1781 anlegen lassen. Damals hieß sie noch „Fürstenallee". Der schon genannte Fürstprimas Carl von Dalberg ließ 1806 Fürst Carl Anselm von Thurn und Taxis zu Ehren wiederum von Emanuel d'Herigoyen einen Obelisken aus Steinen der abgebrochenen Befestigungsanlagen errichten. Rechts vom Obelisken auf unserem Weg westwärts liegt der wunderschöne **Schlosspark St. Emmeram.** Besonders im Winter, aber auch im Sommer, kann man auf der ganzen Länge der Fürst-Anselm-Allee einen Blick auf die unglaublichen Ausmaße des Schlosses werfen. Linker Hand erfreuen die



Fassaden der Villen aus der Gründerzeit. Viele Parkbänke laden zum Niedersetzen ein. Tatsächlich, denn sie sind sauber und gepflegt. Wer mag, kann sich auch im Slacklining versuchen. Keine Sorge, die Slackline hängt tief und ist wesentlich breiter als die der Profis.
Die Allee schlängelt sich quasi am Burggraben des Schlosses entlang, man stößt noch auf das ein oder andere Denkmal für Menschen, die die Geschichte längst schon vergessen hat. Wenn die Allee die Helenenstraße schneidet, könnte man rechts das imposante schmiedeeiserne Tor durchschreiten und einen Abstecher zur Basilika St. Emmeram machen oder links der Helenenstraße folgen und an der Ampel die Straße zum







Dörnbergpark queren. Ich laufe meist noch das kleine Stück der Fürst-Anselm-Allee entlang, der schönen Fassaden wegen und biege ein Stück weiter nördlich, Ecke Kumpfmühlerstraße / Wittelsbacherstraße in den Dörnbergpark ein.

Der **Dörnbergpark** ist ein wunderschöner grüner Fleck. An einem Eck ist das Amtsgericht angesiedelt, in nächster Nähe in der Augustenstraße die Justizvollzugsanstalt, am nächsten Eck des Parks in der Hoppestraße befindet sich das Lokal „Rosarium“ (seinerzeit ein Schweizer Landhaus mit Laubengängen und Rosenbeeten), dazwischen liegt ein Kinderspielplatz. Doch eigentlich ist der ganze Park ein einziger Spielplatz für Jung und Alt. Obwohl er nur sieben Hektar groß ist, wirkt der Dörnbergpark wesentlich größer und bietet viele lauschige Ecken, aber auch große Flächen für jede Art von Freizeitvergnügen. Sanft geschwungene, gut zu laufende Wege, die immer neue Blickachsen eröffnen, weite Rasenflächen, wie zufällig entstandene Baumgruppen mit knorrigen Kastanien oder majestätischen Buchen, in die Natur eingebettete Kulissenbauten, die die nötige Dramatik liefern: Der klassische englische Landschaftspark, geschaffen vom königlich bayerischen Oberhofgärtner und Gartenarchitekt Carl von Effner, einem Schüler Lennés. Auftraggeber war Ernst Friedrich Freiherr von Dörnberg, Schwager von Fürst Maximilian Karl von Thurn und Taxis. Der Namensgeber des Parks leistet sich 1832 den Luxus einer nach Plänen von Emanuel Joseph von Herigoyen errichteten Villa Suburbana samt umgebendem Garten. Heute immer noch bezaubernd schön: Das Gesellschaftshaus mit beidseitigen Pergolen aus dem 19. Jahrhundert am Nordrand des Parks.

Ein weiteres Plus: Im Dörnbergpark kann man herrlich seine Runden laufen. Die große Runde außen entspricht einem Kilometer.

Ich gehe gerne an der Ecke Hoppestraße wieder aus dem Dörnbergpark raus und genieße den Anblick der schönen Villen entlang der Dechbettener



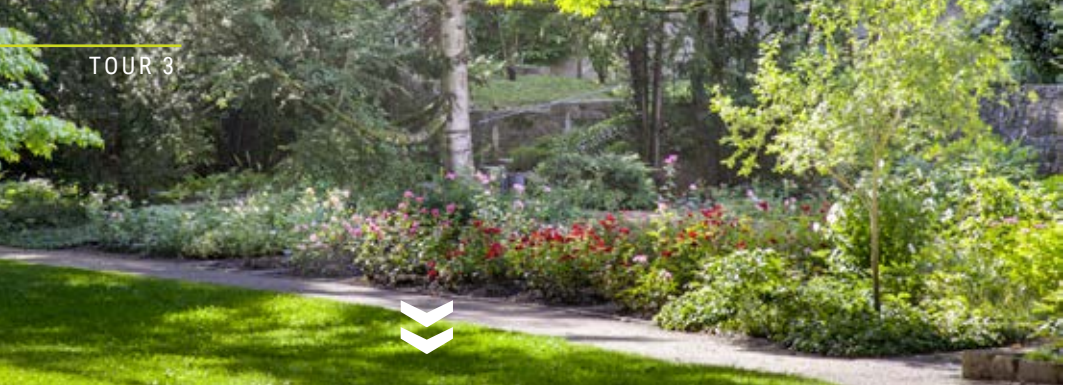


Straße bis hin zur Prüfeninger Straße. Dort könnte man am Platz der Freiheit durch das Jakobstor hindurch über den Bismarckplatz wieder in die Altstadt zurückkehren.
Wer aber das Gegenstück zum englischen Landschaftspark erleben möchte oder gar Lust auf zeitgenössische Kunst hat, dem sei der **Stadtpark** empfohlen. Einfach die Prüfeninger Straße überqueren und schon sind wir mitten in der Parkanlage aus dem 16. Jahrhundert, an der Ecke die Gastwirtschaft „Unter den Linden“. Dort wird das Kneitinger Bier ausgeschenkt, gebraut in Regensburg seit 1590. Und gleich dahinter befindet sich das Kunstforum Ostdeutsche Galerie. Die Ursprünge des 8,5 Hektar großen Geländes reichen bis ins 13. Jahrhundert zurück. Vom Schild, dass das Gelände früher als Schießplatz, Friedhof, Steinbruch und Stadthallengelände genutzt wurde, soll man sich nicht abschrecken lassen. Die jetzige Architektur geht auf das Jahr 1910 zurück. Ein wenig kann man diese vergangene Zeit auch noch fühlen, beim Flanieren auf den breiten Wegen, vorbei an den an die höfische Kultur des französischen Absolutismus angelehnten Blumenarrangements. Vor dem inneren Auge tauchen Bilder der besseren Gesellschaft im Frack beim Sonntagsausflug zu Beginn des 20. Jahrhunderts auf. Gebrochen wird dieses Bild durch die Skulpturen aus der Frühzeit der Bundesrepublik Deutschland. Auch sonst ist das Leben im Stadtpark recht lebendig. Im Winter fahren die Kinder ab und an Schlitten, man kann dort gut picknicken, denn im Gegensatz zum Dörnbergpark gibt es hier einen offiziellen Grillplatz, Tischtennisanlagen, eine öffentliche Toilette sowie einen Slackline-Park. Mir gefällt besonders gut, dass im Stadtpark jeder sein Plätzchen finden kann. Feiern oder philosophieren, Kunst und Sport, sogar die Religionen haben hier ihren Raum: Die russisch-orthodoxe Kirche sowie der jüdische Friedhof.







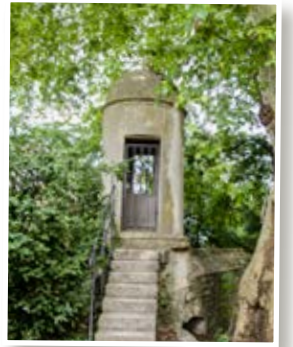




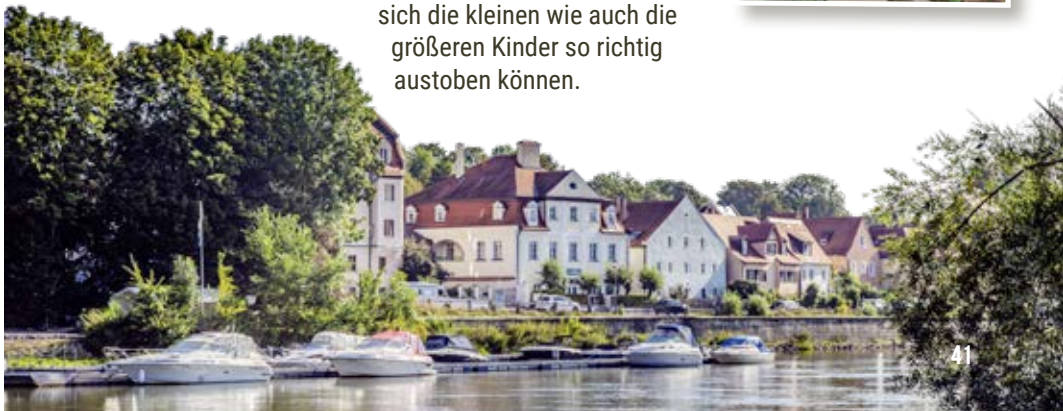
Überquert man beim Kunstforum Ostdeutsche Galerie die Straße, kommt man wieder auf den Alleengürtel zurück. Im Sommer schön schattig, linker Hand noch ein kleiner Kinderspielplatz. Würde man beim nächsten Zebrastreifen rechts abbiegen, stünde man direkt vor dem Naturkundemuseum. Auch einen Besuch wert, v.a. mit den Sonderveranstaltungen für Kinder. Hier lohnt sich ein Blick auf die Internetseite.

Ich gehe aber am liebsten geradeaus weiter, direkt in den unteren Teil des Herzogparks. Dieses Juwel ist nur 1,5 Hektar groß und bietet auf zwei Ebenen eine unglaubliche Vielfalt an Pflanzen. Ein El Dorado für Freunde der Botanik. Hier verlief der ehemalige Stadtgraben aus dem 13. Jahrhundert und im 17. Jahrhundert befand sich hier eine Bastei. Der Turm stammt ebenfalls aus dem 13. Jahrhundert. Kein

Wunder, dass man sich hier wie Schneewittchen fühlen kann. Benannt ist der Park allerdings nach der Herzogin von Württemberg. Im Gegensatz zum Stadtpark ist der Herzogspark ein Ort der Muße. Hier wird tatsächlich noch still gelesen. Oder kontemplativ die ersten und letzten Sonnenstrahlen genossen. Im Grunde ist der Herzogspark ein Sommerpark, wenn der Rosengarten blüht und wenn man im Schatten der ehemaligen Basteianlage etwas Erholung von der Hitze der Stadt sucht.



An der Nordseite des Herzogsparks fließt gemächlich die Donau entlang, an deren Ufer gegenüber sich die Sonnenanbeter tummeln und kleine Sportboote vor Anker liegen. An eben dieser Donau lässt es sich wieder Richtung Altstadt laufen, die Steinerne Brücke schon im Visier. Für die Kinder liegt ein paar Schritte stadteinwärts ein attraktiver Spielplatz, auf dem sich die kleinen wie auch die größeren Kinder so richtig austoben können.





Der (Rad)Weg direkt an der Donau ist meist recht stark frequentiert. Wer es etwas urbaner mag, kann gerne oben an der Straße laufen, durch eines der alten Handwerkerviertel. Alles saniert, meist erinnern nur noch die Straßennamen an den einstigen Charakter dieses Stadtteils. Ecke Weißgerbergraben, Keplerstraße ist man dann schon wieder mittendrin im UNESCO-Weltkulturerbe und in einem der letzten Straßenzüge, die noch nicht komplett denkmalsaniert wurden. Herrlich farbige und individuelle Fassaden und viele unterschiedliche Restaurants, von italienisch über kurdisch bis hin zu indisch und japanisch. Ein Glück, dass engagierte Bürger den Bau einer Stadtautobahn in den 1970er-Jahren verhinderten. Diejenigen, die gerne früh zu Abend essen, können sich jetzt auf den Freisitzen eines schönen Sonnenuntergangs erfreuen. Auch tagsüber lohnt sich der Weg vor zum Fischmarkt. Es warten das neu konzipierte **Keplermuseum** und ein kleines feines Galerienviertel mit der Fotogalerie Claus, dem Schaulager und dem artspace der Galerie Erdel, spezialisiert auf zeitgenössische Malerei und Druckgrafik, Tagescafés und die älteste Keramikwerkstatt der Stadt, deren Lehrlinge regelmäßig als Jahrgangsbeste abschließen. In all diesen Geschäften kann man einzigartige Entdeckungen machen, sie genießen oder auch mit nach Hause nehmen. Vom Fischmarkt aus ist es nur ein Katzensprung zurück zum Kohlenmarkt bzw. zum Alten Rathaus oder weiter an der Donau zur Historischen Wurstkuchl an der Steinernen Brücke.



Auch jenseits der Brücke und im Osten der Stadt gibt es viele schöne Fleckerl, doch das ist wieder ein anderes Kapitel.



TOUR 4

ENTLANG DES MAX-SCHULZE-STEIGS

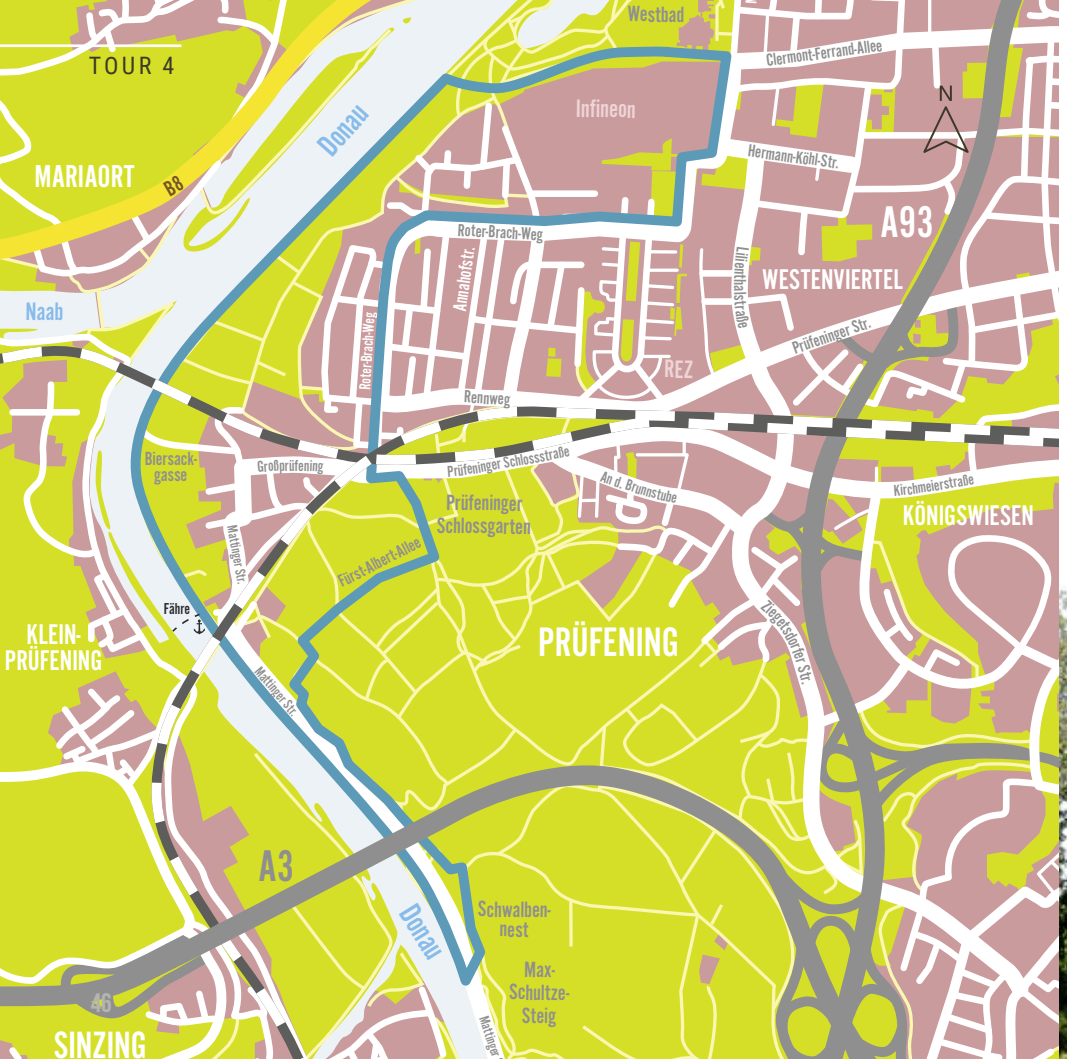
ca. 1 Std.	
ca. 9 km	
ja	
nein	
ja	
ja	
nein	
nein	
ja*	

*nur am Start/Ziel

Günther Roggenhofer: Ein Hotelier mit Leib und Seele, der seine spärliche Freizeit auch gerne mal auf solchen Laufstrecken verbringt, um den Kopf freizubekommen und die Natur zu genießen. Die Strecke ist nicht zu lange und gut für Läufer geeignet, die keinen „Wettkampf mit der Uhr" austragen wollen. Das Genießen steht im Vordergrund.







Lauf- oder Wanderstrecke: Westbad – Max-Schulze-Steig – Donauufer – Westbad



Die Laufstrecke beginnt am Westbad in Regensburg und führt zunächst westwärts durch ruhige Wohngebiete in Richtung Prüfening. Nach wenigen Minuten erreichst du den idyllischen Prüfeninger Schlossgarten – eine grüne, parkähnliche Anlage, die sich gut zum Einlaufen eignet. Vom Schlossgarten aus geht es weiter auf schmalen Wegen in nordwestlicher Richtung, bis du auf den Max-Schulze-Steig triffst. Dieser naturbelassene Pfad schlängelt sich oberhalb der Donau entlang durch bewaldetes Gelände.









Der Abschnitt bietet immer wieder schöne Ausblicke auf den Fluss und ist durch seine abwechslungsreiche Topografie besonders reizvoll.

Du folgst dem Max-Schulze-Steig bis zum „Schwalbennest“. Dort endet der Steig, und du biegst nach Süden ab, um über einen kleinen Pfad hinunter zur Donau zu gelangen. Ab hier verläuft der Rückweg flach und angenehm auf dem Donauuferweg. Du läufst nun auf gut befestigten Wegen flussabwärts zurück in Richtung Osten, immer mit Blick auf



das Wasser. Die Strecke führt dich durch ruhige Natur, begleitet vom leisen Plätschern der Donau, und bringt dich schließlich wieder zurück zum Westbad – dem Ausgangspunkt deiner Runde.





TOUR 5

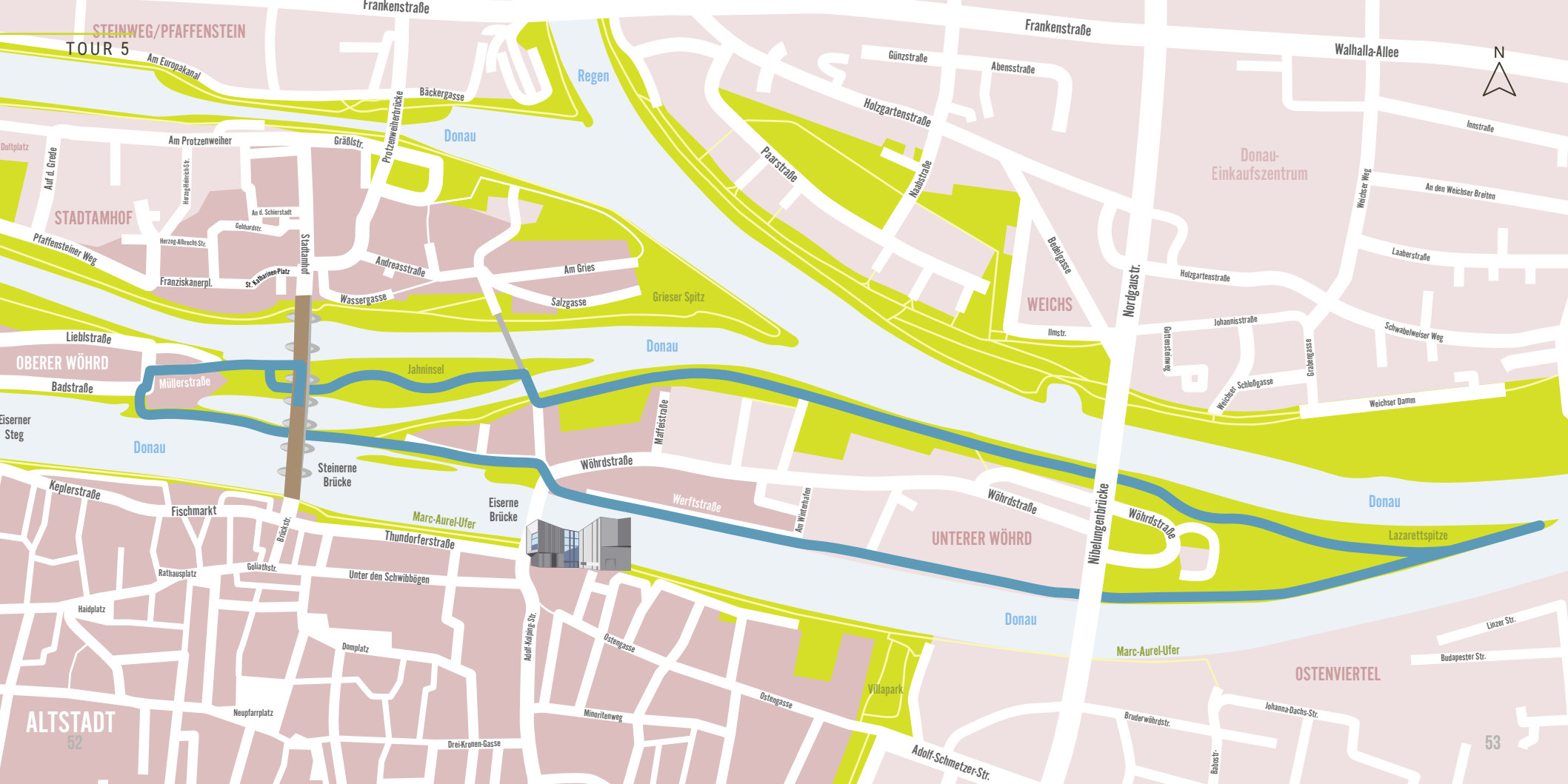
ÜBER DIE WÖHRDE

ca. 1,5 Std.	
ca.4,5 km	
ja	
nein	
ja	
nein	
nein	
ja	
Lokale	

Tom Ruhfaß: Sobald ich die Brücke überquere, spüre ich diesen besonderen „Insel-Effekt“: Die Arme der Donau wirken wie eine natürliche Schallmauer, die den Lärm der Stadt schluckt, während das sanfte Rauschen des Wassers mich innerlich zur Ruhe bringt. Die Gewissheit, dass hier schon seit Jahrhunderten Menschen verweilten, verleiht den alten Bäumen für mich eine faszinierende, zeitlose Ruhe. Der perfekte Kontrast dazu ist für mich der Moment, wenn ich die lebendige Jahninsel erreiche. Von dort genieße ich den Postkartenblick auf die Steinerne Brücke und die Stadtsilhouette. Es ist genau dieser fließende Wechsel aus purer Naturidylle, Weite und dem bunten, urbanen Leben, der diesen Spaziergang für mich so besonders und wohltuend macht.






STEINWEG/PFAFFENSTEIN
TOUR 5
Frankenstraße
Am Europakanal
Regen
Bäckergasse
Protzenweiherbrücke
Donau
Am Protzenweiher
Gräßlstr.
Dultplatz
Auf d. Grede
Herzog-Heinrich-Str.
STADTAMHOF
An d. Schierstadt
Gebhardstr.
Herzog-Albrecht-Str.
Stadtamhof
Pfaffensteiner Weg
Franziskanerpl.
St. Katharinen-Platz
Andreasstraße
Wassergasse
Am Gries
Salzgasse
Grieser Spitz
Liebfrauenstraße
OBERER WÖHRD
Badstraße
Müllerstraße
Jahninsel
Eiserner Steg
Donau
Steinerne Brücke
Keplerstraße
Fischmarkt
Brückstr.
Marc-Aurel-Ufer
Eiserne Brücke
Thundorferstraße
Rathausplatz
Goliathstr.
Unter den Schwibbögen
Haidplatz
Domplatz
Neupfarrplatz
ALTSTADT
52
Drei-Kronen-Gasse
Adolf-Kolping-Str.
Minoritenweg
Ostengasse
Ostengasse
Villapark
Maffeistraße
Wöhrdstraße
Werftstraße
Am Winterhafen
Wöhrdstraße
UNTERER WÖHRD
Nibelungenbrücke
Wöhrdstraße
Donau
Donau
Marc-Aurel-Ufer
Günzstraße
Abensstraße
Holzgartenstraße
Paarstraße
Maxstraße
Frankenstraße
Walhalla-Allee
N
Innstraße
Donau-
Einkaufszentrum
Weichser Weg
An den Weichser Breiten
Laaberstraße
Bodelgasse
Holzgartenstraße
WEICHS
Nordgaustr.
Ilmstr.
Johannisstraße
Gottfriedstraße
Schwabelweiser Weg
Weichser Schloßgasse
Weichser Damm
Donau
Lazarettspitze
Linzer Str.
Budapester Str.
OSTENVIERTEL
Johanna-Dachs-Str.
Bruderwöhrdstr.
Babostr.
Adolf-Schmetzer-Str.
53

Vom Bruckmandl, der kleinen Skulptur auf der Steinernen Brücke, starten wir los, um ein weniger bekanntes Regensburg zu entdecken.

Unser Spaziergang geht durch eine grün verwucherte, historisch bebaute Insellandschaft, die unmittelbar vor dem allseits bekannten Weltkulturerbe liegt und grandiose, ungewöhnliche Blicke auf die Stadt gewährt.

Wir gehen vom Bruckmandl in Richtung Norden und nehmen den Abgang links Richtung Alter Linde, unserer ersten Einkehrmöglichkeit. Diese lassen wir aber vorerst liegen und biegen unmittelbar vorher auf die Jahninsel ab. Die Jahninsel, überspannt von der Steinernen Brücke, ist für Feiernde, Erholungsuchende, Picknicker, Seelebaumelnlasser etc. the place to be. Vom Punk mit Hund bis hin zum







BWL-Studenten genießen alle den fantastischen Ausblick auf Fluss und Altstadt.

Diese Insel durchqueren wir Richtung Osten, vorbei an der heutigen Schwimmabteilung des SSV Jahn 1889, mit ihren charmanten Hütten, die den Flair der 1950er-Jahre verströmen.

Weiter geht es unter dem Grieser Steg hindurch bis zur Inselspitze, wo zwei Donauarme ineinanderfließen und sich der Blick zur Regenmündung öffnet. In den Sommermonaten kann man von dort zuweilen Seiltänzer bewundern, die ihre Slacklines zwischen Uferbäumen und Steg befestigt haben und sich akrobatisch über den Fluss hangeln. Sehr spektakulär, wenn auch verboten, sind die Brückensprünge vom Steg in den Fluss. Das Gefühl beim Zuschauen reicht von „Oh Gott,









kann ihnen keiner sagen, wie gefährlich das ist, und sie aufhalten“ bis hin zu Bewunderung mit dem Gedanken: „Ich will auch!“.

Wir überqueren nun den Grieser Steg Richtung Süden und biegen unmittelbar an dessen Ende links auf den Unteren Wöhrd ab. Der Weg am Fluss entlang birgt viele kleine Badebuchten und Bolzplätze, bis wir die Nibelungenbrücke unterqueren. Zuvor lohnt es sich, sich hin und wieder umzublicken: Die Regenmündung, aus dem Kanal einbiegende Schiffe und der Blick auf den Dreifaltigkeitsberg bieten eine ungewöhnliche Perspektive.

Nach Unterquerung der Nibelungenbrücke gehen wir zur Lazarettspitze, einem Naturdenkmal, dem Punkt, an dem sich alle Donauarme wiedervereinigen. Wir wandern durch eine dichte, unwegsame Auenlandschaft mit Weiden, die von riesigen Baumschwämmen besiedelt und, wie fast alle Bäume auf



den Donauinseln, von hungrigen Bibern angenagt wurden. Wir passieren Schilf und kleine Wiesen voller Blumen und Kräuter, wildem Hopfen und Holunder. Auf dem Rückweg an der Südseite des Spitzes blicken wir auf ein etwas anderes Regensburg: den modernen Hafen, seines Zeichens der größte in Bayern.

Allerdings, wie sollte es in Regensburg auch anders sein, haben wir beim Blick auf den modernen Hafen natürlich wieder Geschichte im Rücken: das ehemalige Pestlazarett, dem die Inselspitze ihren Namen verdankt. Der früher als „Pesthof“ bezeichnete Ort war zwischen 1635 und 1713 immer wieder in Gebrauch, um Kranke zu isolieren und diese dann unmittelbar nach ihrem Ableben zu beerdigen. Ein Begräbnis abseits geweihter Erde, ohne Gottesdienst und geistlichen Beistand







war für die Regensburger dieser Epoche eine Katastrophe. Wir gehen am Fluss weiter, unterqueren erneut die Nibelungenbrücke und treffen auf eine Lindenallee, die nördlich von einem Parkplatz, dem des ehemaligen Eisstadions, flankiert wird. Weiter geht es in die Werftstraße, von der aus sich die Aussicht auf das altbekannte, mittelalterlich dominierte Welterbe öffnet.

Mit Blick auf die Königliche Villa samt lauschigem Park, das moderne Museum der Bayerischen Geschichte, den Dom und einer Vielzahl von Ausflugsschiffen eröffnen sich gleich neue Inspirationen für unsere nächsten Expeditionen. Wir queren die Eiserne Brücke und gehen über die Wöhrdstraße auf das „Beschlächt", einem Dammweg, an dem südlich gefährlich nah und schnell ein Donauarm vorbeiströmt, und nördlich davon - im absoluten Gegensatz dazu - der Brandnerkanal, ein anderer Arm des Flusses, sehr gemächlich dahinfließt.

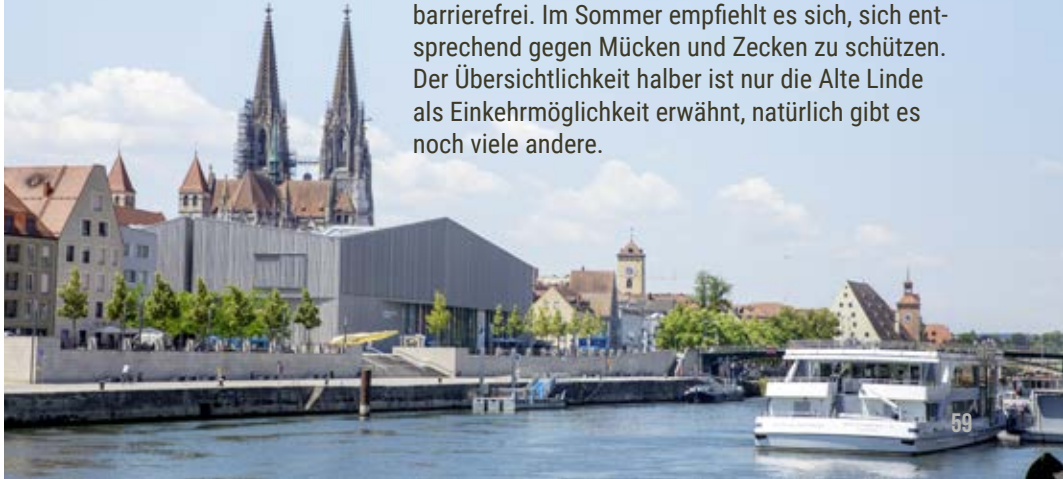




Wir durchschreiten noch einmal die Steinerne Brücke, unmittelbar an den Bögen der fast 900 Jahre alten Brücke, genießen noch ein letztes Mal den fantastischen Ausblick auf Fluss und Altstadt, bevor wir wieder über Bad- und Müllerstraße zum Ausgangspunkt zurückkehren.

Jetzt kann man in der Alten Linde die wohlverdiente Einkehr nachholen und den Blick auf Stadt, Fluss und Menschen noch ein bisschen länger schweifen lassen. Mit ein bisschen Glück erspäht man bei der Einkehr auch einen Blick auf die gar nicht so scheuen Regensburger Biber, die man in der Dämmerung bei ihrem Nagewerk bewundern kann.

Festes Schuhwerk und Kleidung sind empfohlen. Die skizzierte Strecke ist nicht barrierefrei. Im Sommer empfiehlt es sich, sich entsprechend gegen Mücken und Zecken zu schützen. Der Übersichtlichkeit halber ist nur die Alte Linde als Einkehrmöglichkeit erwähnt, natürlich gibt es noch viele andere.



TOUR 6

ENTLANG DER KLEINEN DONAU

ca. 1 Std.	
ca. 3,4 km	
ja	
ja	
ja	
Dultplatz	
nein	
ja	
Lokale	

Stefanie Köppel-Lell: In Regensburg geboren und seither mit kurzen Auszeiten geblieben. Ich hab hier meine Kindheit, meine Jugend, Schulzeit und das Studium verbracht und bin selbstständig. Regensburg hat auf kleinstem Raum ganz unterschiedliche Qualitäten. Die Unterschiede faszinieren mich. Ich mag diesen Spaziergang so gerne, da er in der geschäftigen Stadt startet und endet und man schnell in die herrliche Stille der Natur eintauchen kann. Wassergurgeln, Wellen plätschern, der Wind in den Bäumen und die Tiere. Ich sammle gerne Blumen und Heilkräuter, die finde ich dann auf dem Weg, der sich das ganze Jahr über stetig wandelt.







Vom Trubel der Stadt aus taucht man binnen weniger Schritte in die Ruhe der Donauauen ein.

Diese rund 3,4 Kilometer lange Route (etwa 53 Minuten Gehzeit) beginnt direkt unterhalb der Steinernen Brücke in Regensburg – ein idealer Startpunkt, denn hier lässt sich sofort erkennen, ob der Weg bei Hochwasser begehbar ist. Vom Trubel der Stadt aus taucht man binnen weniger Schritte in die Ruhe der Donauauen ein. Der Weg führt flussaufwärts am Südufer entlang, vorbei an alten Mauern, gemütlichen Biergärten und lauschigen Plätzen am Wasser.











Auf Höhe des Dultplatzes bietet sich eine kleine Pause an – ideal für ein paar tiefe Atemzüge oder für einfache Atemübungen (s. Kasten). Weiter geht es bis zum Wasserkraftwerk, wo sich der Blick auf das Wehr und den Auslauf öffnet – ein spannender Ort, besonders für Kinder, die hier das Wasser in Bewegung erleben können. Kurz danach lädt ein Fitnessparcours und ein Spielplatz zum Verweilen oder Austoben ein. Über die Pappelallee, gesäumt von hohen, rauschenden Bäumen, führt der Weg schließlich durch den Inselpark und über die Lieblstraße zurück zur Steinernen Brücke. Die Route ist geeignet für Spaziergänger, Jogger und Radfahrer, teilweise unbefestigt, daher nach Regen eher nicht für Kinderwagen empfohlen. Hunde dürfen vielerorts frei laufen, im Park selbst sollte die Leine zur Hand sein. Parkmöglichkeiten gibt es am Dultplatz oder in der Wöhrdstraße. Einkehren lässt sich im lebhaften Stadtamhof, wo zahlreiche Lokale und Cafés zum gemütlichen Abschluss einladen. Besonders stimmungsvoll ist die



Strecke bei wechselndem Wasserstand oder je nach Tageszeit – mal sonnig lebendig, mal still und naturverbunden – immer begleitet vom Rauschen der Donau.

Atemübung:

Sie suchen sich einen ruhigen Platz am Wasser, am besten ziehen Sie die Schuhe aus und stellen sich barfuss ins Gras oder auf den Sand. Atmen Sie durch die Nase erst in den Bauch und dann etwa doppelt so lange durch die Nase wieder aus. Die eigentliche Entspannung kommt mit der Ausatmung. Nach ein paar Atemzügen atmen Sie 3 Sekunden ein, dann 7 Sekunden aus, wiederholen Sie dies 11 mal. Beobachten Sie dabei das Wasser und lassen Sie alle unangenehmen Gedanken und Sorgen mit jeder Ausatmatung mit der Strömung davon ziehen.

TOUR 7

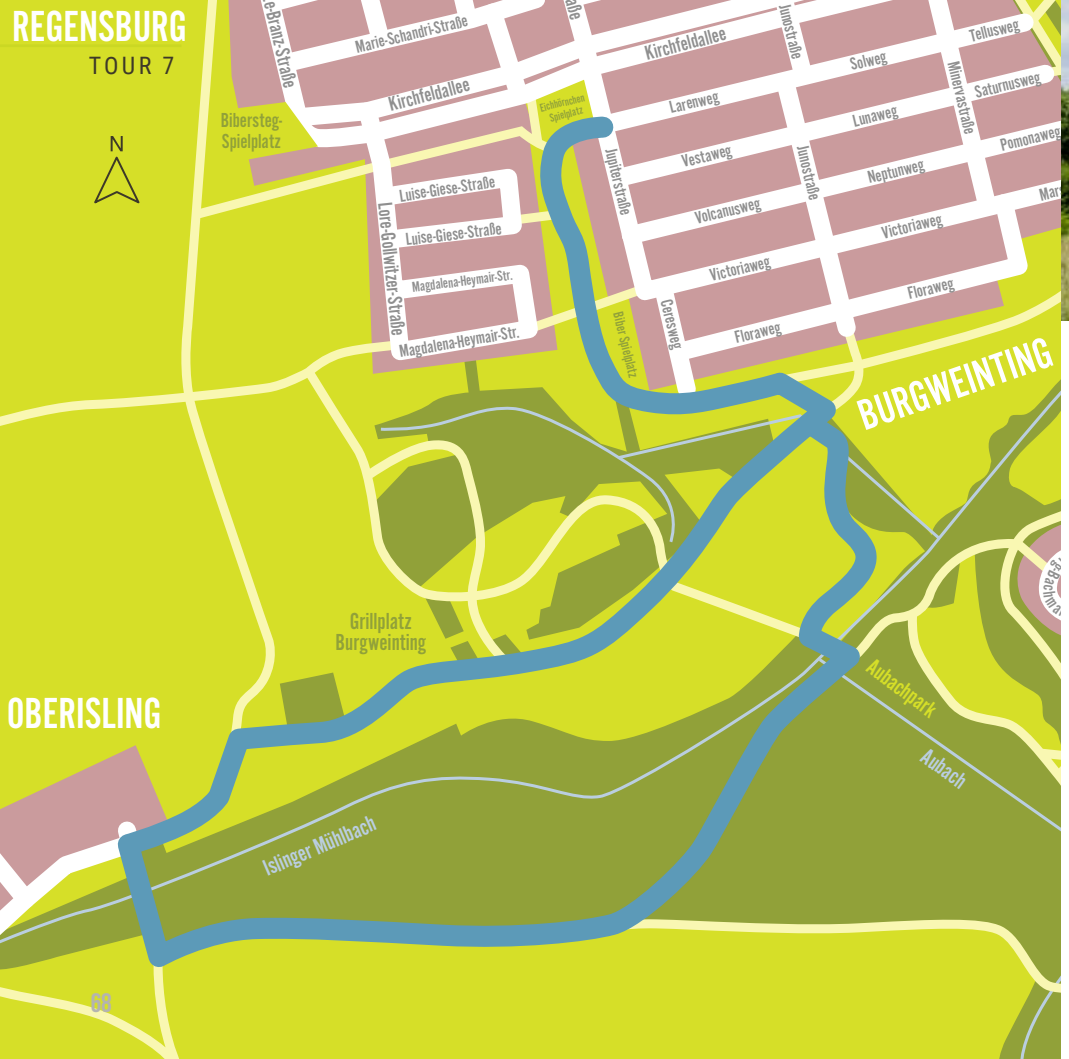
AUBACH-PARKWEG

ca. 1 Std.	
ca. 3,4 km	
ja	
ja	
ja	
ja	
ja	
nein	
nein	

Helga Butendeich: Ich bin in Franken geboren und aufgewachsen, lebe seit 2008 in Regensburg, bin gerne in der Stadt und genieße aber auch Natur und die vielen Möglichkeiten in der Umgebung. Ich mag es, dass die Menschen hier so unkompliziert sind, bin Hoteliere aus Leidenschaft und leite seit 2021 das Hotel INCLUDiO. Ich liebe die Route weil sie idyllisch am Rande der Stadt liegt. Man kann dort prima spazierengehen, walken, laufen oder radfahren. Der Weg ist auch perfekt für Familien mit Kindern geeignet, da es hier viele Spielplätze gibt. Nach der Arbeit bin ich hier ganz schnell mitten in der Natur.









Von der Jupiterstraße biegen Sie nach etwa 70 Metern rechts in einen asphaltierten Weg ein und umrunden entlang zweier Spielplätze die Bebauung. Rund 100 Meter hinter einer Linkskurve geht es schräg nach rechts auf einen Sandweg. An dessen Ende halten Sie sich rechts und überqueren eine Brücke über einen Graben. Folgen Sie dem Weg geradeaus, beginnt der „Erfahrungsweg Natur“, dessen Infotafeln zu kleinen Umwegen und besinnlichem Verweilen einladen.



Die Schwefelquelle

An der nächsten Waldecke befindet sich rechts eine Quelle mit schwefelhaltigem Wasser, auf die eine Infotafel hinweist und deren Geruch unverkennbar ist. Geradeaus geht es vorbei an einem Grillplatz zum Papsthain. Dieser wurde 2006 anlässlich des Besuchs von Papst Benedikt XVI. angelegt. Aus demselben Anlass entstand das rechts auf dem Hügel weithin







sichtbare Papstkreuz. Hinter der ersten Baumreihe führt ein Wirtschaftsweg nach links durch den Hain. Vorbei an vier mächtigen Eichen erreichen Sie den Rand des Weilers Unterisling. Dort biegen Sie gleich nach links ab und folgen dem Damm am Beginn des Bibergebiets. Auf dem nächsten Weg halten Sie sich erneut links. Das Bibergebiet erstreckt sich von hier bis zum Ortsrand von Burgweinting.

Links des Weges liegt ein entsprechend feuchtes Gelände. Anschließend durchqueren Sie einen Pappelwald und überqueren eine Brücke über den Aubach. Folgen Sie dem Weg nach links durch den Aubachpark. Nach etwa 300 Metern erreichen Sie eine weitere Brücke, über die Sie nach links



gehen. Rund 60 Meter später überqueren Sie eine Grabenbrücke nach rechts.

Hinter der Brücke biegen Sie rechts in einen geschwungenen Wiesenweg ein, der Sie zur Grabenbrücke des Hinwegs zurückführt. Dahinter halten Sie sich links und folgen dem Sandweg zurück zum Ausgangspunkt.



Bitte beachten!

Der Waldverein ist bemüht, das von ihm betreute Markierungsnetz – derzeit rund 1.600 km Wanderwege – stets auf dem Laufenden zu halten. Die einzelnen Wege werden in der Regel jedes dritte Jahr überprüft. Mutwillige Beschädigungen, die leider ziemlich häufig sind, oder sonstige Umstände, z. B. Rodungen, Baumaßnahmen oder Grundstückszusammenlegungen, können es mit sich bringen, dass ein Markierungszeichen oder ein Wegeschild ausfällt oder dass ein Teil des beschriebenen Weges überhaupt nicht mehr vorhanden ist. Wir bitten alle Wanderer, entsprechende Beobachtungen an die Geschäftsstelle des Waldvereins Regensburg e.V. zu melden. Das wäre eine kleine Hilfe für die viele Mühe, die zur Aufrechterhaltung des Markierungsnetzes geleistet werden muss.

TOUR 8

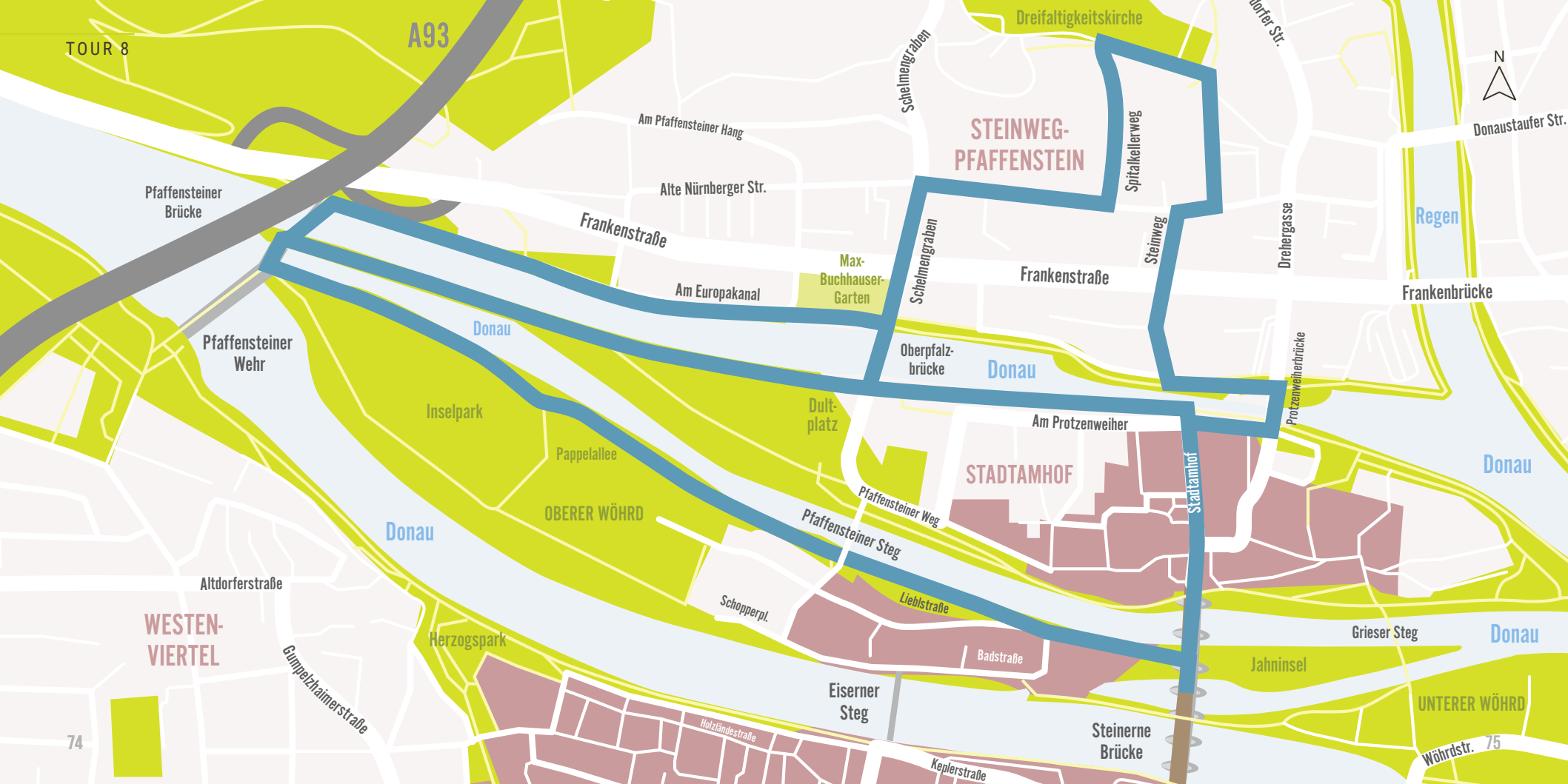
REGENSBURGS KLEINE HÖHENMETER

	ca. 2 Std.
	ca. 5 km
	ja
	nein
	angeleint
P	ja
	nein
	ja
	ja

Dr. Maria Baumann
Leiterin Kunst und Denkmalpflege des Bistums Regensburg, Kunstquartier am Dom, systemischer Naturcoach






A93
Dreifaltigkeitskirche
Schelmengraben
Dorfer Str.
N
Donaustaufer Str.
Am Pfaffensteiner Hang
STEINWEG-
PFAFFENSTEIN
Spitalkellerweg
Pfaffensteiner
Brücke
Alte Nürnberger Str.
Regen
Frankenstraße
Max-
Buchhauser-
Garten
Schelmengraben
Steinweg
Drehergasse
Frankenstraße
Frankenbrücke
Am Europakanal
Donau
Pfaffensteiner
Wehr
Oberpfalz-
brücke
Donau
Protzenweiherbrücke
Inselpark
Dult-
platz
Am Protzenweiher
Pappelallee
STADTAMHOF
Stadtamhof
Donau
Pfaffensteiner Weg
OBERER WÖHRD
Pfaffensteiner Steg
Donau
Altdorferstraße
Schoppersl.
Liebistraße
WESTEN-
VIERTEL
Herzogspark
Badstraße
Grieser Steg
Donau
Gumpelzhaimerstraße
Jahninsel
Eiserner
Steg
UNTERER WÖHRD
Holzländestraße
Steinerne
Brücke
Keplerstraße
Wöhrdstr.
74
75

EINER DER SCHÖNSTEN AUSBLICKE ÜBER REGENSBURG

Nur einen Kilometer vom Dom erwartet Sie einer der schönsten Ausblicke über Regensburg. Der Weg führt über die Steinerne Brücke, vorbei am klassizistischen Brückenbasar durch Stadtamhof mit seinen denkmalgeschützten Wohn- und Geschäftshäusern, die nach dem Stadtbrand im Kampf gegen die Armee Napoleons 1809 erbaut wurden.









Ihr Ziel liegt bereits in Sichtweite direkt vor Ihnen: die im Kern barocke Kirche auf dem Dreifaltigkeitsberg. Sie durchschreiten das Stadttor und biegen nach rechts in die Gräßlstraße ab - vielleicht nach einem kleinen Abstecher zu der wenige Meter links vom Pylonentor stehenden Lokomotive, die bis 1960 von Stadtamhof zur Walhalla fuhr, von den Regensburgern liebevoll „Walhallabockerl“ genannt. Über eine Treppenanlage gelangen Sie auf die Protzenweiherbrücke, auf der Sie die Schleuse des Europakanals überqueren.



Gleich nach dem Schleusenturm steigen Sie links eine Treppe hinunter, folgen dem Fußweg entlang der Donau und biegen nach knapp 100 Metern rechts nach Steinweg ab. An der Ecke zeugt eine eindrucksvolle Christusfigur noch vom ehemaligen Stadtamhofer Waisenhaus St. Peter. Die Straße führt Sie geradeaus, mit einer Überquerung der Frankenstraße, zur Schwandorfer Straße, in die Sie nach dem am Eck stehenden ehemaligen Stadtbauernhof aus dem 17./18. Jahrhundert nach rechts einbiegen.



Nach nur wenigen Metern beginnt links der Dreifaltigkeitsbergweg. Mit 14 Kreuzwegstationen mit Kalksteinpfeilern und Gusseisentafeln von 1845 folgen Sie der Passion Christi auf den Berg. Sie sind angekommen bei der Rundkapelle (um 1730) und der Dreifaltigkeitskirche, einem Saalbau von 1713–1715 mit der 1837 wohl nach den Plänen von Leo von Klenze errichteten Vorhalle mit Arkaden. Das Gotteshaus hat eine besondere Geschichte, zu der sich im Inneren Zeugnisse finden: Bürger von Stadtamhof gelobten seinen Bau, um von der Pest verschont zu bleiben. 1715, ungefähr ein Jahr nachdem die Pest in Regensburg überwunden war, wurde die Kirche dankbar eingeweiht.



Auf den Ruhebänken in der Allee können Sie den weiten Panoramablick auf die Stadt mit ihren zahlreichen Türmen genießen. Der Weg flankiert die große Parkanlage des Städtischen Friedhofs Dreifaltigkeitsberg. Sie können nun gleich wieder links über den Spitalkellerweg in die Stadt zurückkehren, vor allem, wenn Sie eine Vorliebe für das „Wasser des Lebens“ haben. Denn durch den Biergarten des Traditionswirtshauses Spitalkeller geht es zur „Walhalla of Whisky“, einem prozenthaltigen Museum inmitten historischer Steinmauern voller Küfner- und Biergeschichte mit dem Flair eines schottischen Schlosses.





In der Alten Nürnberger Straße wenden Sie sich anschließend wieder nach links, kommen zum ehemaligen Stadtbauernhof und können von hier aus den bekannten Weg zurückgehen. Nach insgesamt etwa 4300 Schritten kommen Sie wieder in Stadtamhof an, wo zahlreiche Lokale zur Einkehr einladen.

Alternativ können Sie in der Alten Nürnberger Straße nach rechts der Straße folgen bis zur Oberpfalzbrücke, die links über den Kanal führt. Über den ersten Treppenabgang von der Brücke lohnt sich ein kleiner Ausflug zu einer der wohl skurrilsten Sehenswürdigkeiten Regensburgs: ein Skulpturenpark mit mächtigen steinernen Monumenten in einer bizarren Stilmischung. Geschaffen wurden die Figuren von Max Buchhauser, dessen Gärtnerei beim Bau der Brücke weichen musste. Auf dem Fußweg entlang des Europakanals weiter nach Westen bieten sich schöne Blicke über das Wasser auf den Dom, die Sie auch nach rund 300 Metern beim Hotel Ibis Styles in der Bar Volare in netten Strandkörben genießen können.





200 Meter weiter geht es über die Fußgängerbrücke mit verschiedenen Optionen zur Rückkehr in die Stadt: Sofort nach der Brücke entlang des kleinen Donauarms vorbei am Dultplatz mit immer wieder neu phantasievoll gesprayten Graffitiwänden kommen Sie wieder zur Oberpfalzbrücke und weiter geradeaus nach 500 Metern zur Steinernen Brücke. Alternativ: Wenn Sie den Weg von der Fußgängerbrücke noch ein kleines Stück weitergehen, können Sie vor der Wehrbrücke nach links in den vier Hektar großen Inselpark mit Spielplatz und Fitnessparcours abbiegen. Besonderes Highlight ist ein Naturdenkmal, das direkt am Ufer der kleinen Donau links vom RT-Schwimmbad entlangführt: Durch die Pappelallee schlängelt sich ein gepflasterter Weg, der mit reizvollen Perspektiven scheinbar ins Unendliche führt. Unter dem Pfaffensteiner Steg geht es weiter bis zur Lieblstraße mit direktem Aufgang zur Steinernen Brücke. Nach rund 5 Kilometern sind Sie wieder im Herzen der Stadt angekommen.



Lust auf noch mehr Natur und weite Blicke? Vom Dreifaltigkeitsberg aus können Sie durch die Allee über den Österreicher Weg, vorbei am Denkmal, das an den Kampf um die Stadt zwischen Napoleon und österreichischen Truppen erinnert, den Schelmengraben überqueren und nach rund 600 Metern zur Seidenplantage auf dem „Hausberg“ der Regensburger aufsteigen. Über den Rücken der „Winzerer Höhen“ führen von dort mehrere Spazier- und Wanderwege (Ausgangspunkt der Wanderung Winzerer Höhenweg: Wanderparkplatz, Adresse für Anfahrt: Auf der Winzerer Höhe 15, 93059 Regensburg). Ein Beispiel: Auf dem Albertus-Magnus-Weg mit einer Länge von 8,4 Kilometern können Sie ein Landschaftsschutzgebiet, das zu den artenreichsten Biotopen der Stadt Regensburg zählt, entdecken und sich am Endpunkt beim ehemaligen Dominikanerinnenkloster Adlersberg im Brauerei-





gasthof Prößlbräu bei einer Brotzeit im idyllischen Biergarten stärken. Markierung ist ein weißes Quadrat mit orangem Strich;
eine Rückfahrt mit dem RVV ist möglich.
Mehr dazu, siehe QR-Code:



Tipps

- Der Rundweg zum Dreifaltigkeitsberg führt auf geteerten Wegen, ist allerdings nur bedingt barrierefrei (zum Teil aufgeworfene Teerflächen, Treppenanlagen nur teilweise alternativ umfahrbar).
- Kostenloses WC: beim Walhallabockerl in Stadtamhof und im Friedhof am Dreifaltigkeitsberg.

TOUR 9

AM REGEN ENTLANG

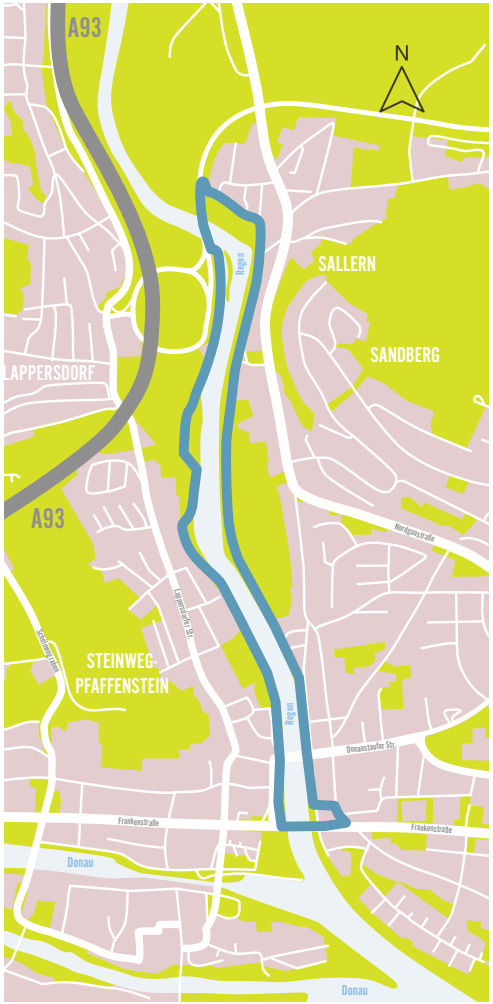
ca.2 Std.	
ca. 8/9 km	
ja	
ja, Tour 1	
angeleint	
S.89/92	
ja, Tour 1	
ja	
ja	

Wolfgang Ederer,
pensionierter Kriminalbeamter,
zertifizierter Gästeführer ***,
seit 2020 Vorstandsmitglied beim
Verband der Regensburger Gästeführer kulttouren e.V.









Traumhaft schöne Impressionen entlang des Regens

1. Tour: Auerbräu – Pielmühle und zurück

Bei diesem Spazierweg handelt es sich nicht um einen klassischen Rundkurs. Nachdem man in 4 km das Etappenziel am Pielmühler Wehr erreicht hat, geht man auf dem gleichen Weg wieder zurück zum Ausgangspunkt. Besonders auf den ersten 2 km bis zur B 16-Brücke bei Gallingkofen kann man eine abwechslungsreiche Uferlandschaft mit herrlichem Blick auf das gegenüberliegende Ufer mit Reinhausen, Sallern und













Gallingkofen erleben. Mehrere Badebuchten zum Teil mit Sitzgelegenheiten laden hier zum Verweilen und im Sommer zum Baden ein. Nach der Brücke führt der Weg die nächsten 2 km parallel zur A 93 flussaufwärts. Ein interessanter Fischlehrpfad mit anschaulichen Bildern sorgt für Abwechslung. Schon bald erreicht man den Skatepark mit einem großzügig angelegten Abenteuerspielplatz. Ein weitläufiges Wiesengelände mit Fußballplatz lädt zum Verweilen ein. Nach knapp 4 km erreicht man das Pielmühler



Wehr mit Beachvolleyballfeldern und einer großzügig angelegten Badestelle. Im Sommer wird hier tagsüber ein Kiosk betrieben und auch eine öffentliche WC-Anlage ist vorhanden. Geht man durch eine Unterführung auf die andere Seite der A 93 hat man in der Pizzeria Pielmühle auch die Möglichkeit zur Einkehr. Auf dem gleichen Weg geht man dann wieder zurück zum Ausgangspunkt Auerbräu, wo im Sommer der Biergarten zu einer zünftigen Brotzeit förmlich einlädt.

Parkplatz: kein ausgeschilderter Parkplatz in unmittelbarer Nähe, aber gute Abstellmöglichkeiten in der Bayerwaldstraße bzw. kleiner Parkplatz bei der Reinhausener Kirche, Wieshuberstraße

Busverbindung: Linie 3, Ausstieg Regenbrücke

Linie 12, 13, 14, 15, 28, 29 Ausstieg Frankenstraße

Einkehrmöglichkeit: Auerbräu, Griechisches Lokal Dionyssos, Untere Regenstraße, Getränkeautomat Obere Regenstraße

Sehenswürdigkeiten: wunderschöne Badebuchten, Kirche Mariä Himmelfahrt in Sallern, St. Nicolai Kirche Reinhausen

Alternative: Rundkurs Auerbräu – Regenbrücke B 16 – Sallern – Reinhausen – Frankenbrücke

Besonders auf den ersten 2 km bis zur B 16-Brücke bei Gallingkofen kann man eine abwechslungsreiche Uferlandschaft mit herrlichem Blick auf das gegenüberliegende Ufer mit Reinhausen, Sallern und Gallingkofen erleben. Mehrere Badebuchten zum Teil mit Sitzgelegenheiten laden hier zum Verweilen und im Sommer auch zum Baden ein. Dann geht man die steile Treppe hoch zur B 16 Fußgängerüberquerung, die durch Leitplanken abgesichert ist. Nach ca. 150 m hat man das andere





Regenufer in Gallingkofen erreicht. Hier geht es dann auf der Sattelbogener Straße wieder zurück zum Ausgangspunkt, vorbei an den Sallerner Fußballplätzen vor zur Regenbrücke. Kurz vor der Brücke an der Oberen Regenstraße lädt eine wunderbare Badebucht mit Sitz- und Liegemöglichkeiten zu einer ausgiebigen Rast mit Bademöglichkeit ein. Anschließend geht man auf dem Fußweg unter der Regenbrücke hindurch bis vor zur Frankenbrücke. Über die Max-Dauer-Gasse kommt man dann zur Holzgartenstraße, die bis vor zum Regina Kino führt. Abschließend Überquerung des Regens über die Frankenbrücke.







Untergrund: Erste Hälfte des Rundkurses wie Tour 1, Regentalradweg durchgehend geteert, alternativ gibt es parallel dazu unmittelbar am Ufer entlang unbefestigte Wiesenpfade, steile Treppen beim Brückenauf- u. Abgang, Sattelbogener Straße bis zu den Sallerner Fußballplätzen, ab hier unbefestigter Fußweg bis vor zur Frankenbrücke

Parkplatz: kein ausgeschilderter Parkplatz in unmittelbarer Nähe, aber gute Abstellmöglichkeiten in der Bayerwaldstraße bzw. kleiner Parkplatz bei der Reinhausener Kirche, Wieshuberstraße

Busverbindung: Linie 3, Ausstieg Regenbrücke

Linie 12, 13, 14, 15, 28, 29 Ausstieg Frankenstraße

Einkehrmöglichkeit: Auerbräu, Griechisches Lokal Dionyssos, Untere Regenstraße, Getränkeautomat Obere Regenstraße

Sehenswürdigkeiten: wunderschöne Badebuchten, Kirche Mariä Himmelfahrt in Sallern, St. Nicolai Kirche Reinhausen

REGENSBURGER SPAZIERGÄNGE

Die beste Möglichkeit Regensburg kennenzulernen, ist zu Fuß. Kunst, Kultur, Musik und Handwerk haben hier große Tradition. Um die vielen Facetten Regensburgs zu entdecken, empfehlen wir unsere Themenspaziergänge. Erleben Sie einzigartiges Handwerk, kreative Kunst, Musikerlebnisse der Extraklasse, die Highlights der Stadt oder Natur pur im Alleengürtel rund um die historische Altstadt bei einem gemütlichen Spaziergang. Die Broschüren sind in der Tourist Information im Alten Rathaus erhältlich – auch als Audioguide!

22 Highlights, die man auf jeden Fall in Regensburg gesehen haben muss

Für Norman Foster, englischer Stararchitekt, ist Regensburg eine der schönsten Städte der Welt und wurde gleich zweimal mit dem exklusiven UNESCO-Welterbetitel geadelt. Angefangen hat alles mit den Römern, die hier ein Heerlager errichteten. Durch Fernhandel kamen im Mittelalter nicht nur Luxusgüter nach Regensburg, sondern auch Reichtum und Bürgerstolz, der tausendfach zu Stein geworden ist. Kulturelle Highlights der Extraklasse – 22 davon stellen wir Ihnen in dieser Broschüre vor.

» … oder zum kostenlosen Download auf der Website:



» Erhältlich in Ihrer Tourist Information im Alten Rathaus

Kunst-spaziergang

Der Kunstspaziergang führt Sie zu Galerien, Museen, einem Künstlerhaus mit Ateliers junger Künstler und zahlreichen Werken im öffentlichen Raum – Entdecken Sie Regensburg aus der Perspektive der architektonischen und zeitgenössischen Kunst.





Alleen-spaziergang





Um den mittelalterlichen Stadtkern der UNESCO-Welterbestadt legt sich der Alleengürtel. Regensburger:innen nennen ihn Grüngürtel, so als gehöre er zu ihnen wie ein Kleidungsstück. Diese Allee ist wie geschaffen für eine kleine Pause oder eine große Runde.

Handwerk-spaziergang

In welcher Stadt findet man noch Bürstenbinder oder Messerschleifer? Wer fertigt maßgeschneiderte Hüte für Fürsten, Promis oder Hollywood-Kinoproduktionen? Wer baut Geigen für Musiker weltweit? Hier erfahren Sie es – echte Regensburger Handwerkskunst.





Musik-spaziergang

Regensburg ist Musik und sie hat in der Stadt Tradition. Zum Beispiel der älteste und berühmteste Knabenchor der Welt, das jährlich stattfindende Jazzfestival, die Tage Alter Musik oder Klassikkonzerte auf Topniveau haben ihre Fangemeinde – hier kann man nicht nur Musik genießen, sondern auch erlernen und kaufen.

Museums-spaziergang

Für Museumsfreunde ist Regensburg ein El Dorado. Ob Stadtgeschichte, Kunst oder Wissenschaft, große Überblicksmuseen oder kleine Spezialausstellungen. In seinen Museen zeigt Regensburg seine Schätze. Moderne Ausstellungskonzepte ermöglichen es, die Stadt als Lernort zu begreifen. Als Ausgangspunkt bietet sich das document Reichstag, gleich neben der Tourist Information am Rathausplatz, an.



Kaum
eine Stadt
lässt sich
so wunderbar
zu Fuß entdecken
wie Regensburg.
Auf Schritt und Tritt eröffnen
sich faszinierende Ausblicke,
versteckte Winkel und überraschende Perspektiven
auf die zweifache Welterbestadt. Wer sich auf
einen Stadtspaziergang begibt, erlebt Regensburg
auf besonders authentische Weise. Die Stadt begeistert
mit ihrer Vielfalt. Hier verraten Ihnen bekannte Regensburgerinnen und Regensburger ihre Lieblingsrouten.
Folgen Sie den Wegen und entdecken Sie Regensburg
aus der Perspektive der Einheimischen – charmant, überraschend
und voller besonderer Momente.

SPA
ZIER
GANG