



## P R E S S E - I N F O R M A T I O N

### **Volle Muskelkraft voraus:**

## **Der Frankenwald bietet sowohl Familien und Genussradlern als auch Leistungssportlern die richtige Tour für jeden Fitnessgrad**

Einmal mit Kind und Kegel rund um Bayerns größte Trinkwassertalsperre? Entspannt mit dem E-Bike mühelos die Frankenwald-Höhen erklimmen? Mit dem Mountainbike durch die Hölle bei Bad Steben? Oder lieber auf nahezu autofreien Straßen mit dem Rennrad Vollgas geben? Der Frankenwald bietet allen Radfahrern die richtige Herausforderung, egal ob sportlich oder ganz relaxed.

Familien und Genussradler können in der Naturparkregion aus rund 40 Rundwegen den Richtigen für sich wählen. Das Tourennetz ist dabei so aufgebaut, dass sich immer wieder gemütliche Pausen in fränkischen Gasthäusern anbieten oder Sehenswürdigkeiten am Wegesrand zu einem Zwischenstopp einladen. Fischteiche und alte Mühlen säumen die Radwege, die sich entlang der zahlreichen Flüsse und Bäche vor allem für entspannte Touren eignen.

Wer dem Nachwuchs ein wenig Abenteuer auf zwei Rädern bieten möchte, der sollte das Bike-Netz bei Bad Steben wählen, denn hier heißt es *„Der Berg ruft“* oder *„Fahr(t) zur Hölle“*. Zwei der insgesamt fünf dort konzipierten Touren führen nämlich durch das wildromantische Höllental oder zum letzten noch aktiven Schieferbergwerk in Bayern, Lotharheil bei Geroldsgrün. Ganz entspannt können auch weniger trainierte Radfahrer per E-Bike mit einem Lächeln im Gesicht Tourenziele innerhalb der Region erreichen. Im Frankenwald gibt es zahlreiche E-Bike-Verleih-Stationen, die einen stressfreien Radausflug garantieren.

Viel schweißtreibender sind dagegen die Routen für Mountainbiker, für die der Frankenwald immer mehr zu einem beliebten Trainingszentrum wird. Die Mittelgebirgslandschaft mit ihren sanften Hügeln aber auch saftigen Anstiegen aus den tief eingeschnittenen Tälern bietet die richtige Mischung aus forderndem Training und ausgleichend entspannendem Naturerlebnis. Die zwei Mountainbike-Zentren am Döbraberg und in der fränkischen Rennsteigregion fordern den Zweiradsportlern auf

insgesamt 300 ausgeschilderten Kilometern bei über 8.000 Höhenmetern und unterschiedlichen Trails sowohl Kondition als auch Fahrtechnik und höchste Konzentration ab.

Die fränkische Rennsteigregion ermöglicht dabei Grenzerfahrungen der besonderen Art, denn viele der Wege führen entlang der einstigen deutsch-deutschen Grenze. Wo früher Stacheldraht die Menschen voneinander trennte, verbinden nun drei Rundkurse Bayern und Thüringen auf sportliche Art und Weise.

Neben Hobbyradlern und Mountainbikern ist der Frankenwald auch ein beliebtes Ziel für Rennradfahrer, die auf wenig befahrenen Straßen Kilometer machen können und so beste Trainingsmöglichkeiten vorfinden. Nicht selten sammelt man bei einer 50 km Tour, die zum Beispiel durch idyllische Schieferdörfer und grüne Wiesentäler führt, ganz schnell mal über 1.000 Höhenmeter. Sogar Bergziegen werden hier gefordert, wenn eine Steigung von knapp 20 Prozent nicht nur die Oberschenkelmuskeln zittern lässt. Zur Belohnung gibt es auf den Bergtouren beeindruckende Panoramablicke, die manch einen Gedanken an das Aufgeben nachträglich relativieren.

Die Gastgeber im Frankenwald sind mit individuellen Angeboten, Arrangements oder speziellen Tipps bestens auf Radler und Biker eingestellt. Eine ideale ÖPNV-Anbindung finden Radler und Biker von Mai bis Anfang Oktober an den Wochenenden und Feiertagen mit sFrankenwald mobil%. Mit sFrankenwald mobil% als Schlepplift kommen Radler kraftsparend in den Höhen des Frankenwaldes und radeln entspannt wieder in die Täler.

Weitere Informationen: [www.frankenwald-tourismus.de](http://www.frankenwald-tourismus.de)

### **Die Urlaubsregion Frankenwald**

Als sWaldgebiet des Jahres 2017% und Bayerns erste sQualitätsregion Wanderbares Deutschland% besticht der Frankenwald abseits des Massentourismus durch seine authentische Ursprünglichkeit und pure Natur. Auf dem vielfältigen Wanderwegenetz mit dem 242 Kilometer langen FrankenwaldSteig oder den insgesamt 32 FrankenwaldSteigla zwischen 5 und 18 Kilometern begegnen Wanderer den Kernthemen sStille hören%, sWeite atmen% und sWald verstehen%. Die Naturparkregion im Norden des Freistaates begeistert auch Erholungssuchende, Radfahrer oder Genussurlauber. So locken ein dichtes Radwegenetz, abenteuerliche Floßfahrten und Winteraktivitäten Outdoorfans in die panoramareiche Mittelgebirgslandschaft. Liebhaber der regionalen Küche erwartet in der Genussregion Oberfranken mit der nachweislich größten Brauerei-, Bäckerei- und Metzgereidichte der Welt neben Bier, Bratwurst und Pralinen unter anderem auch das zarte Frankenwälder Zicklein als Spezialität. Mit der einzigartigen Heilmittelkombination aus Radon, Moor und

Kohlensäure im Bayerischen Staatsbad Bad Steben und regionaltypischen Anwendungen verwöhnen Besucher hier Körper, Geist und Seele. Kulturhistorische Höhepunkte sind die zahlreichen Feste und Veranstaltungen in und um die jahrhundertealten Burgen, Festungen und Schlösser. Ehemals als der Kleiderschrank der Welt betitelt, blickt der Frankenwald neben der heute noch erlebbaren Flößerei oder Köhlerei auf eine lange Tradition des Klöppelns und der Weberei zurück. [www.frankenwald-tourismus.de](http://www.frankenwald-tourismus.de)

**Kontakt:**



FRANKENWALD TOURISMUS Service Center  
Markus Franz  
Adolf-Kolping-Straße 1  
96317 Kronach  
Tel. 09261 60150  
Fax 09261 601515  
[presse@frankenwald-tourismus.de](mailto:presse@frankenwald-tourismus.de)  
[www.frankenwald-tourismus.de](http://www.frankenwald-tourismus.de)