

Terrainkurwanderwege Stadt Regen

Die Terrainkurwege von Regen sind für gesunde Gäste und für Kurpatienten, vor allem für Personen mit allgemeiner Erschöpfung und für die Herz-Kreislauf-Prophylaxe geeignet. Sehr geschwächte Personen, Patienten mit manifesten Herzerkrankungen, untrainierte Senioren sowie sehr alte Personen können durch die teilweise langen und starken Anstiege überfordert werden und sollten sich mehr auf den Terrainkurwegen entlang des Regenflusses bewegen.

Auszug aus dem Gutachten von Frau Prof. Dr. med. habil. Angela Schuh (2004)

Weniger theoretisch ist es, mit den Wanderstiefeln die Stadt zu erkunden – in Regen ist dies auf den gut ausgeschilderten Wander- und Terrainkurwanderwegen möglich! Die abwechslungsreichen Kurwanderwege bieten auf insgesamt 13 Routen und 78 km markierten Wegen etwas für jeden Wandergeschmack. Genießen Sie im Luftkurort Regen die prächtige Natur und die ursprüngliche, reizvolle Landschaft des Bayerischen Waldes, wenn sie sich etwa für eine Route entlang des Regenflusses oder durch den Kurpark, der Ruheinsel inmitten der Stadt, entscheiden. Auch zahlreiche Sehenswürdigkeiten und Wahrzeichen erwarten den Wanderer entlang der Terrainkurwege in Regen.



Gehen Sie auf Zeitreise auf den geschichtsträchtigen Wegen der ehemaligen Fuhrleute und Salzhändler oder statten Sie der Burgruine Weißenstein oder dem „Fressenden Haus“, dem Wohnturm des Dichters Siegfried von Vegesack, einen Besuch ab. Zudem warten Naturerlebnispfade und Lehrpfade im Stadtgebiet auf interessierte Besucher. Auf den Terrainkurwegen lernen sie nicht nur die schönsten Flecken in Regen, sondern auch die Ortsteile ringsherum kennen. Lassen Sie sich deshalb auf das Wandern ein, denn es ist eine besonders sanfte Art, sich fit zu halten, und tut nicht nur dem Körper, sondern auch der Seele gut. Entspanntes Durchatmen fällt nirgendwo so leicht wie mitten in der Natur. Weitblicke ins Grüne, Ruhe und Genussmomente lassen den Alltag in weite Ferne rücken.



Nutzen Sie bei Ihren Wanderungen den öffentlichen Personennahverkehr in Regen, um schnell, bequem und umweltfreundlich von einer Station zur nächsten zu gelangen. Mit der **Waldbahn** oder dem **Rufbus** (ein Verkehrssystem, das flexibel und nach Bedarf funktioniert) und den üblichen Linienbussen wird die Fortbewegung erleichtert. Praktisch für Feriengäste: Die Fahrt in allen öffentlichen Verkehrsmitteln ist dank des GUTi-Tickets vollkommen kostenlos. Sie erhalten die Gästekarte im praktischen Scheckkartenformat direkt bei Ihrem Beherbergungsbetrieb, wo sie bei der Anmeldung ausgedruckt wird. Die Nutzung ist ganz unkompliziert, denn die neue Gästekarte muss lediglich beim Fahrkartenschalter vorgezeigt werden.



Das GUTi Umwelt-Ticket gilt auch für den Rufbus!

Ausgangspunkt für die Terrainkurwege A - L ist am Infopunkt am Stadtplatz.

Der Wegverlauf - zur Ludwigsbrücke - in den Kurpark - entlang des **Skulpturenweges** und **Fischlehrpfads** zum Rodenstocksteg - Flussüberquerung - nach rechts in den Kurpark - weiter zum Seeweg am Fluss und den **Regener See** entlang bis zur **Heubrücke** ist für die **Terrainkurwege C - G** gleich.

Kleiner Kurpark-Rundweg

(Winterwanderweg)
Länge: 1,8 km, reine Gehzeit: 0,5 Std.

Stadtplatz (Infopunkt) - zur Ludwigsbrücke - durch den Kurpark entlang des **Skulpturenweges** und **Fischlehrpfads** zum Rodenstocksteg - über den Regenfluss - nach links zum **Naturlehrpfad** - über Mühlleite zurück zum Stadtplatz.



Großer Kurpark-Rundweg

Länge: 2,5 km, reine Gehzeit: ca. 1 Std.

Stadtplatz (Infopunkt) - zur Ludwigsbrücke - in den Kurpark - entlang des **Skulpturenweges** und **Fischlehrpfads** zum Rodenstocksteg - über den Regenfluss - nach rechts in den Kurpark - nach der Guntherbrücke links in den **Waldschmidtpark** - über **Waldschmidt-Denkmal** und **Malerwinkel** zum Rodenstocksteg - dann links zum **Naturlehrpfad** - über Mühlleite zurück zum Stadtplatz.

Rund um den Regener See

Länge: 6,3 km, reine Gehzeit: ca. 2 Std.

Die Heubrücke überqueren - durch die Unterführung der B11 - bei Neigmühle die Rinchnacher Ohe überqueren - bergauf, vorbei an der **Totenbrettergruppe** nach Neigerhöhe - über den **Waldlebnispfad** am Riedberg - weiter zum Bahnhof Regen, über Bahnhofsweg und Moizerlitzplatz zurück zum Stadtplatz.



Am Regenfluss

Länge: 7,8 km, reine Gehzeit: ca. 2,5 Std.

Die Heubrücke überqueren und nach links in den Flusswanderweg Richtung Zwiesel einbiegen - durch die **eindrucksvolle Flusslandschaft**, vorbei an „**Biberbäumen**“ diesem bis Bahnhof Bettmannsäge folgen - Rückfahrmöglichkeit mit der Waldbahn zum Bahnhof Regen, über Bahnhofsweg und Moizerlitzplatz zurück zum Stadtplatz.

Vom Regental ins Ohetal

Länge: 8,2 km, reine Gehzeit: ca. 3 Std.

Die Heubrücke überqueren - durch die Unterführung der B11 - weiter zur Pfistmühle - rechts zum **Wildgehege** abbiegend nach Kreuzerhof und Poschetsried - vorbei an der Franz-Zwiebel-Eishalle - über den Ortsteil Wieshof zum Bahnhof Regen, über Bahnhofsweg und Moizerlitzplatz zurück zum Stadtplatz.



Auf den Spuren der Fuhrleute und Salzhändler

Länge: 10,0 km, reine Gehzeit: ca. 3,5 Std.

Die Heubrücke überqueren - durch die Unterführung der B11 - weiter zur Pfistmühle - auf dem Böhmerweg, der alten Salzhandelsstraße, rechts zum **Wildgehege** abbiegend nach Kreuzerhof und Poschetsried - B85 überqueren - durch Weißensteiner Au nach Weißenstein - hier Möglichkeit zur Besichtigung der **Burgruine** mit einzigartiger Aussicht vom Bergfried, des **Museums „Fressendes Haus“**, des **Gläsernen Waldes**, des **Dichtergrabes** Siegfried von Vegesacks oder Erweiterung der Tour mit dem **Burglehrpfad** - über Schützenhof mit Blick auf die Stadt Regen - Heilig-Geist-Gasse und Moizerlitzplatz zurück zum Stadtplatz.

Großer Rundwanderweg

(Ganztagswanderung)
Länge: 12,7 km, reine Gehzeit: ca. 4,5 Std.

Die Heubrücke überqueren - nach links in den Flusswanderweg Richtung Zwiesel einbiegen - durch die **wilde Flusslandschaft**, vorbei an „**Biberbäumen**“ diesem bis zur Nagerbrücke (Bahnbrücke) folgen - rechts Richtung Schweinhütt abbiegen - B11 queren - in Schweinhütt Besichtigungsmöglichkeit des **Bibelgartens bei der Kirche Maria Königin** - an der Kapelle vorbei ins Tal der Rinchnacher Ohe - Ohebrücke queren - zur Pfistmühle (**Wildgehege**) - Ortsteil Riedham - Bahnhof Regen, über Bahnhofsweg und Moizerlitzplatz zurück zum Stadtplatz.



Zum Waldfrieden

Länge: 6,0 km, reine Gehzeit: ca. 1,5 Std.

Stadtplatz (Infopunkt) - an der Ludwigsbrücke rechts auf die **Regenpromenade** - über den Pichelsteinersteg - nach rechts in den Flusswanderweg einbiegen - dem Fluss entlang mit **Blick auf die Stadt und die St. Johann-Kirche** - nach rechts über die Brücke - am Fluss vorbei an der Kläranlage - durch das **ursprüngliche Regental** - am Ende des Flusswanderwegs nach rechts Richtung zur Waldsiedlung Waldfrieden - **Wegkreuz auf den Postkellern** mit Blick auf die Stadt - über Kellergasse und Schulgasse zurück zum Stadtplatz.

Eschweger Eck

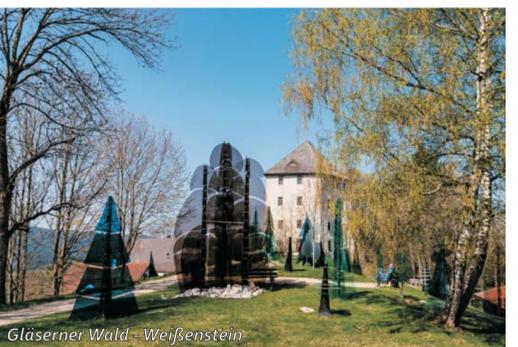
Länge: 3,0 km, reine Gehzeit: ca. 1,5 Std.

Stadtplatz (Infopunkt) - über die Ludwigsbrücke zum Moizerlitzplatz - vorbei an der **Heilig-Geist-Kirche** zum Spitalhof - mit Blick auf die Stadt zum **Eschweger Eck** - die Unterstandshütte am Eschweger Eck ist der Partnerstadt Regens, Eschwege, gewidmet - durch den Schocherwald vorbei an einer **riesigen Fichte** zum Ortsteil Schochert - auf der Ruselstraße und über den Moizerlitzplatz zurück zum Stadtmitte.

Rund um den Hollerberg

(Ganztagswanderung)
Länge: 10,3 km, reine Gehzeit: ca. 4 Std.

Stadtplatz (Infopunkt) - über die Ludwigsbrücke zum Moizerlitzplatz - Heilig-Geist-Gasse - Spitalhof - Kattersdorf - Eggenried (oberhalb des Hofes weiter) - Großseiboldsried - links Richtung Weißenstein abbiegen - hier Möglichkeit zur Besichtigung der **Burgruine** mit einzigartiger Aussicht vom Bergfried, des **Museums „Fressendes Haus“**, des **Gläsernen Waldes**, des **Dichtergrabes** Siegfried von Vegesacks oder Erweiterung der Tour mit dem **Burglehrpfad** - über Schützenhof mit Blick auf die Stadt Regen - Heilig-Geist-Gasse und Moizerlitzplatz zurück zum Stadtplatz.



Über die Fluren

Länge: 4,6 km, reine Gehzeit: ca. 2 Std.

Stadtplatz (Infopunkt) - links in die Pflegegasse - Osserstraße - Galgenberg (Kolping Berufsbildungszentrum) - vorbei an zwei **Feldkreuzen**, mit **Blick auf das Regental** nach Wickersdorf - über Bärndorf auf den Kalvarienberg - **Kolpingskapelle mit Totenbrettern** - über den Kreuzweg mit **Blick auf Regen** - Kalvarienbergweg - Heimkehrersiedlung - über die Pfarrwiese (Spielplatz) und die Bachgasse zurück zur Stadtmitte.

Zur Weinbergkapelle

Länge: 0,75 km, reine Gehzeit: ca. 0,5 Std.

Stadtplatz (Infopunkt) - rechts in die Schulgasse - Kellerweg - links in die Weinberggasse - über Wiesenweg zur **Weinbergkapelle** mit **Blick auf Regen** - auf gleichem Weg wieder zurück zur Stadtmitte.

Burglehrpfad Weißenstein

Länge: 4,0 km, reine Gehzeit: ca. 1,5 Std.

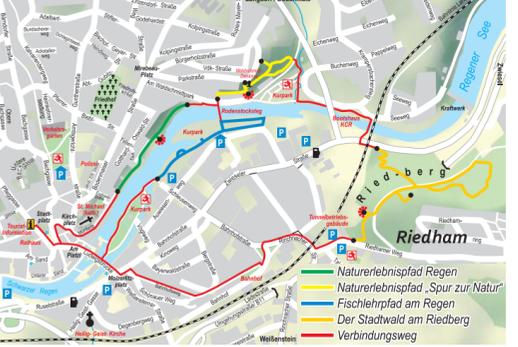
Start- und Endpunkt am Parkplatz vor der Burgruine - **Infotafeln** über Wissenswertes zur Burg und Pfahl am Weg - bei schönem Wetter grandiose **Fernsicht vom Burgturm** auf die Bayernwaldberge - **Museum „Fressendes Haus“** mit der weltweit größten Sammlung an Schnupftabakgläsern, Schreibstube des Dichters Siegfried von Vegesack - Gläserner Wald, Dorfkapelle und Dichtergrab - entlang des Pfahls - diesen überqueren, dann links abbiegen und zurück nach Weißenstein.



Wanderwege der Stadt Regen

Das bestens markierte Wanderwegenetz der Stadt ist ebenfalls auf der Kartenseite grau mit farbiger Markierung dargestellt. Die Wanderwege sind meistens Rundtouren, die Zielwanderwege lassen sich mit den Wanderwegen der Nachbargemeinden, grau mit grauer Markierung dargestellt und den Fernwanderwegen (grün) zu Rundwanderungen kombinieren. In den Ortsteilen March, Oberneumais / Reinhartsmais und Schweinhütt ergeben diese Kombinationen erlebnisreiche Wanderungen mit schönen Ausblicken.

Lehrpfade Stadt Regen



Naturerlebnispfad Regen



Fischlehrpfad am Regen



Wandertipps

Turmweg

Länge: 15,0 km, reine Gehzeit: ca. 5,5 Std.

Startpunkt ist am Bahnhof in Nebelberg - nach Langdorf - **Aussichtsturm** auf dem Schönecker Riegel (833 m) mit herrlicher Aussicht - Abstieg über Klaffermühle ins Regental - den Regener Stausee entlang - Heubrücke überqueren - durch die Unterführung der B11 - nach Neigmühle abbiegen - vor Neigerhöhe Richtung Riedham - Poschetsried - B 85 queren - Weißensteiner Au - **Burgruine Weißenstein** - über Schützenhof zum Bahnhof in Regen.



Quarzweg

Länge: 6,0 km, reine Gehzeit: ca. 1,5 Std.

Startpunkt ist in der Ortsmitte von Arnetsried oder March - die aussichtreiche Rundtour, mit Ausblicken zum Arber im Norden und zum Geißkopf im Süden, führt an den **Quarzbrüchen** am **Großen Pfahl** entlang - verläuft teilweise auf dem Fernwanderweg Pandurensteig - Einkehrmöglichkeiten finden sich in March und Arnetsried. Von **Arnetsried** besteht die Möglichkeit nach „**Bayerisch Kanada**“ zu wandern. Dem Wanderweg 14 ins Regental folgen - am Flussufer um den Gregenberg - weiter den Fluss entlang - kurzer Anstieg bis nach Sohl - zurück nach Arnetsried (Länge: 12,0 km, reine Gehzeit ca. 3,5 Std.).

Naturerlebnispfad „Spur zur Natur“



Der Stadtwald am Riedberg



Burglehrpfad Weißenstein

