

Rundweg Sophienhöhle und Burg Rabenstein

Länge: ca. 10 km

Dauer: etwa 3 Stunden

Schwierigkeitsgradmäßig (teils naturnahe Pfade)

Markierung: keine einheitliche

Anstieg: 179 m

Start/Ziel: Wanderpark Schweinzmühle (Straße nach Langenloh)

Beschreibung:

Die Wanderung beginnt auf dem Wanderparkplatz zwischen der Ferienwohnung Schweinzmühle an der St2185 und Langenloh.

Alternativ kann die Tour auch auf dem Parkplatz vor der Ludwigshöhle (St2185), auf dem Parkplatz von Burg Rabenstein oder auf dem Parkplatz an der St2191 vor der Pulvermühle begonnen werden.

Am Wanderparkplatz gibt es einen Aussichtspunkt über das Wiesental. Von hier aus halten wir uns links ein kurzes Stück an der Straße nach Langenloh entlang und biegen nach gut 150 m auf den Feldweg nach rechts ab.

Gleich auf der rechten Seite bietet sich eine weitere **herrliche Aussicht**. Wir folgen dem Feldweg geradeaus. Nach etwa 300 m geht nach links ein Weg ab. Hier wandern wir geradeaus und an den folgenden Gabelungen nehmen wir zunächst den linken und dann gleich den rechten Abzweig.

Der Weg führt uns weiter über die Wiesen stetig leicht bergauf, bis wir auf eine Kreuzung stoßen, an der wir nach links abbiegen. Oben auf dem Berg treffen wir auf die Straße in **Hannberg**. Wir biegen nach links ab, durchqueren den Ort und folgen dem Straßenverlauf am letzten Hof geradeaus über die Kreuzung.

Nach etwa 100 m macht die Straße eine Kurve nach links. Wir verlassen die Straße auf den Feldweg, der weiter geradeaus führt. Es geht vorbei an einer **Feldkapelle** auf der rechten Seite immer geradeaus über die Felder.

Dort, wo der Wald beginnt gehen wir weiter geradeaus und an der T-Kreuzung rechts. Der Weg leitet uns bergab über eine Linkskurve nach Waischenfeld. Wenn wir der Wegführung (Am Buchberg) immer geradeaus folgen, kommen wir an der Hauptstraße (namens Vorstadt) aus.

Wir überqueren die Straße und gehen auf dem Fußgängerweg nach links durch den Ort. Am Ortsende verläuft der Weg an der Wiesent entlang. Diesem Fußgängerweg folgen wir auch weiter geradeaus, wenn sich die Straße nach links abwendet

Wir passieren die **Pension Hammermühle** und halten uns an der folgenden Gabelung rechts. Nach einer ausgedehnten Rechtskurve am Waldrand entlang, in der sich der eine oder andere Ausblick auf die Wiesentauen erhaschen lässt, kommen wir an der **Pulvermühle** an. Hinter der Pension biegen wir nach links, überqueren den Parkplatz geradeaus und tauchen in den Wald ein.

An der ersten Gabelung (am Waldrand) halten wir uns links, an der nächsten wieder links. Der Pfad wird jetzt schmal und ist an beiden Seiten von einem Blätterdach bildenden Dickicht umgeben. Nach dem Waldrand überqueren wir die Straße und tauchen auf der anderen Seite wieder in ein kleines Waldstück ein, an dessen Rand wir auf eine T-Kreuzung treffen, an der wir nach rechts abbiegen.

Ab hier geht es immer geradeaus durch die Felder, an deren Rand im Sommer zahlreiche Disteln Falter und Käfer anlocken. Nachdem wir eine Kreuzung überquert haben (geradeaus) kommen wir an einem Weg aus, dem wir nach rechts folgen und hinter einem kleinen Hügel auf eine asphaltierte Straße treffen.

Auf der gegenüberliegenden Seite ist bereits der Parkplatz der **Burg Rabenstein** zu sehen, die wir ein Stück weiter geradeaus über einen Abstecher erreichen. In der Burg befindet sich ein Hotel, einige Räume können auch bei einer Führung erkundet werden. Zusätzlich gibt es in den Sommermonaten in der Falknerei Flugvorführungen.

Auf dem Rückweg biegen wir auf den Weg etwa 50 m vor der Straße nach rechts ab, der uns nach kurzer Strecke in den Wald führt. Links am Wegesrand sind bereits ein paar Felsen zu erkennen. Wir folgen der Ausschilderung Sophienhöhle an einer Gabelung nach rechts und kommen an einer Linkskurve zu einem **Aussichtspunkt**.

Nach ein paar weiteren Windungen des Weges erreichen wir dann den kleinen Vorplatz der **Sophienhöhle**. Nach einer Besichtigung der wunderschönen Tropfsteinhöhle geht es geradeaus weiter. Die Sophienhöhle ist eine der Schauhöhlen der Fränkischen Schweiz, die um die Jahrhundertwende entdeckt und für die Öffentlichkeit zugänglich gemacht wurden.

An der folgenden T-Kreuzung machen wir zunächst einen **Abstecher** nach rechts, um die Ludwigshöhle anzuschauen. Unten an der Straße gehen wir ein kurzes Stück nach links über den Parkplatz, an dessen Ende wir die Straße überqueren und auf dem unbefestigten Weg über die Wiesentbrücke wandern.

Ein Stück erhöht liegt die **Ludwigshöhle**, deren Namensgebung auf König Ludwig I. zurückzuführen ist, der das Ailsbachtal damals besuchen wollte. Um das Festmahl für den König unterzubringen, ließ der örtliche Graf den Boden ebnen.

Zurück geht es auf dem gleichen Weg bis zum Abzweig ((8)) und dort nach rechts weiter.

Der schmale Steig führt uns an Felsen vorbei durch den Wald zum Ausgangspunkt zurück.

Viel Spaß!