

Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post/Süd  
informiert über das

## **JAHRESPROGRAMM 2011**

### Wandern in der engeren Heimat

Wandern in der engeren Heimat			Wanderführer	
Januar	Do.	06.	Dreikönigswanderung	Willi Bäumler
Februar	Sa.	12.	Faschingswanderung	Herbert Schindler
März	Sa.	19.	Mattinger Höhen	Gerhard Hecht
April	Sa.	09.	Altmühltal	Hubert Pfister
Mai	Sa.	21.	Wischenhofen	Günter Bitomsky
Juni	Sa.	18.	Spargelwanderung	Birgit Ruhland
Juli	Sa.	<del>16.</del> 23.	Hainsacker	Willi Bäumler
August	Sa.	06.	Teugn – Lengfeld	Gerhard Hecht
September	Sa.	03.	Beratzhausen – Oberlichtenberg	Herbert Schindler
Oktober	Sa.	08.	Kartoffelwanderung	Birgit Ruhland
November	Sa.	<del>05.</del> 12.	Vorwald	Hubert Pfister
Dezember	Sa.	10.	Adventswanderung	Günter Bitomsky

### **Wanderwoche:**

2. September – Woche      Brixen / Kitzbüheler Berge      Hubert Pfister  
Tel. 0941 95426

### **Kultur- / Wanderfahrt:**

Mai      Fränkische Schweiz      Sigrid Bitomsky  
Gößweinstein      Tel. 09498 8389

**Änderungen im Jahresprogramm sind möglich!**

Mit freundlichen Wandergrüßen

Sigrid Bitomsky



Martin Heumann †

## 46. Dreikönigswanderung am 6. Januar 2011

**Anfahrt:** um 09.45 Uhr ab Albertstrasse mit RVV-Linie 1 nach Prüfening.

**Abmarsch:** um 10.10 Uhr von der Endhaltestelle in Regensburg-Prüfening.

**Wanderung:** Prüfening - Mariaort - Rigokreuz - Goldberg - Etterzhausen.

**Mittagessen:** Gasthof "Alte Brücke" in Etterzhausen.

**Rückweg:** Etterzhausen - Marienhöhe - Prüfening.

**Weglänge:** 12 km, Gehzeit ca. 4 ½ Stunden.

**Rückfahrt:** ab Endhaltestelle Prüfening - die Linie 1 verkehrt halbstündlich.

**Führung:** Willi Bäumler - am Wandertag erreichbar unter 0170 521 47 40.

**Anmeldung ist nicht erforderlich.**

**Hinweis:** Wir laden ein zum Stammtisch am Freitag, 28. Januar 2011, um 19.00 Uhr, im Nebenzimmer der SG POST/SÜD am Kaulbachweg.

Mit freundlichen Wandergrüßen!

*Willi Bäumler*



Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post/Süd  
lädt freundlich ein zur

# ***Faschings-Wanderung***

***Am Samstag, den 12. Februar 2011***

**Treffen** 9.45 in Pentling, Gasth. „Altes Tor“

**Wanderung:** nach Matting.

**Einkehr:** Gasthof Fänderl

**Rückweg:** Walba - Pentling

**Weglzeit:** ca 3,5 h mit Aufwärmpause

**Anmeldung** Nur für Nachfahrer erforderlich !

**Führung :** Herbert Schindler , Tel.: (0941) 93 29 8

**Hinweis 1)** Alle werden mitgenommen

**Hinweis 2)** Der übernächste Stammtisch ist am Freitag, dem 25.02.11.ab 19.00  
Uhr in der SG/POST-SÜD Gaststätte.

Mit freundlichen Wandergrüßen

*Sigrid Bitomsky*

Sportgemeinschaft Post/Süd Regensburg



Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post/Süd  
lädt freundlich ein zur



Mattinger Hänge

## WANDERUNG ‚Mattinger Höhen‘ am Samstag 19. März 2011

- Anfahrt:** Mit PKW oder Bus  
Mit PKW Abfahrt Großberg oder Graßlfing von der B16.  
Parkmöglichkeiten im Ort z.B. an der Dorfstraße oder am Sportplatz neben der Unterführung der B16.  
BUS (RVV16): Abfahrt Regensburg Hauptbahnhof 9:38 Uhr.  
Ankunft Graßlfing: 9:59 Uhr  
Graßlfing liegt in der Tarifzone 3 (Streifenkarte Zone 1-3 oder Tagesticket 1+4) um 09.45 Uhr ab Albertstrasse mit RVV-Linie 1 nach Prüfening.
- Treffen:** 10.00 Uhr an der Bushaltestelle in Graßlfing (Ortsausgang Richtung Großberg)
- Wanderung:** Die Wanderung geht – meistens über markierte Wanderwege - von Graßlfing über den Höhenweg oberhalb von Oberndorf nach Matting.
- Mittagessen:** Gasthaus Fänderl, Wirtsweg 2, Matting, Tel. 09405 2105.
- Rückweg:** Auf Waldwegen über die Höhe nach Graßlfing.
- Weglänge:** Vormittag: 6,6 km ( 2 h) / Nachmittag 3.6 km (1 h).
- Rückfahrt:** Rückfahrmöglichkeiten mit Bus (RVV 16)  
Abfahrtszeiten in Graßlfing: 14:34 / 16:34 / 18:34 Uhr .  
Hinweis: in Graßlfing gibt es eine ‚Dorfschänke‘ um eine eventuelle Wartezeit zu überbrücken.
- Führung:** Gerhard Hecht (Mobiltelefon während der Wanderung: 0160 95449934).
- Anmeldung:** nur Nachfahrer bis 18. März bei Hecht: Tel. 09405 7461

Mit freundlichen Wandergrüßen!

*Gerhard Hecht*

Sportgemeinschaft Post / Süd



Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post / Süd  
lädt freundlich ein zur



Das Ihrlersteiner "Ur-Brünnel"

# Wanderung im Altmühltal

**Samstag, 09. April 2011**

Anfahrt :

mit PKW B16 Richtung Kelheim  
Riedenburg , Fahrzeit ca. 30 Minuten  
Fahrgemeinschaft bilden!

Treffpunkt : 10.00Uhr

Kelheim Gronsdorf nach ca. 800 m Parkplatz rechts

Wanderung

Ziegeltal – Ihrlerstein – Naturfreundehaus – Ortortal  
– Parkplatz, ca. 4Std. insgesamt

Mittag – Einkehr: 12.00 Uhr

**Gasthof Wäscherhardl**  
Tel:09447/555  
Essen nach Tageskarte

Führung :

Hubert Pfister  
Am Wandertag über Handy 0172/9927365  
erreichbar

Mit freundlichen Wandergrüßen

Hubert Pfister

Sportgemeinschaft Post/Süd Regensburg



Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post/Süd  
lädt freundlich ein zur



## Wanderfahrt in die Fränkische Schweiz

Samstag, 7. Mai 2011

- Abfahrt:** 8 Uhr 30 Parkplatz Post/Süd Kaulbachweg mit Bus über Nürnberg, Hilpoltstein nach Gößweinstein
- Programm:** Besichtigung der Basilika, Wagnerhöhe mit Ausblick, Weiterfahrt nach Tüchersfeld zum Mittagessen im Gasthaus „Püttlachtal“
- Wanderung:** von Tüchersfeld nach Pottenstein ca. 2 Stunden zum Waldcafé, Einkehr  
**oder:** mit Bus nach Pottenstein, zu Fuß zum Waldcafé ca. 20 Minuten
- Weiterwanderung:** von Pottenstein nach Elbersberg z. Gasthaus „Kapellenhof“, 1 Std.  
**oder:** mit Bus nach Elbersberg, Brotzeit!
- Rückfahrt:** 18 Uhr 30 geplant
- Fahrpreis:** je nach Beteiligung, bei 40 Personen ca. 15,- Euro
- Anmeldung:** bis 20.4.11 bei Günter Bitomsky Tel. 09498 8389

Mit freundlichen Wandergrüßen  
Sigrid Bitomsky



*Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post/Süd  
lädt freundlich ein zur*



# **Girnitztal-Wanderung**

## **Samstag, 21. Mai 2011**

**Treffen:** 9 Uhr 30 an der Naabtalbrücke Heizenhofen  
links der Naab

**Wanderung:** Girnitztal – Hochdorf – Wischenhofen – Schoppertal- Heizenhofen

**Mittag:** Gasthof Hummel in Wischenhofen  
„Brustspitz und a la carte“

**Wegdauer:** ca. 3 Stunden insgesamt

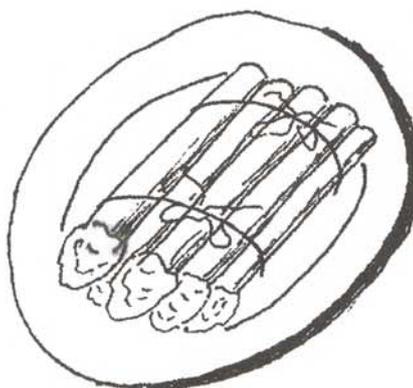
**Führung:** Günter und Sigrid Bitomsky

**Anmeldung:** bis spätestens Dienstag 17.5.11, Tel. 09498 8389  
vor allem wegen „Brustspitz für 2 Personen“

**Nächster Stammtisch** Freitag 27.5.11 Post/Süd Kaulbachweg

Mit freundlichen Wandergrüßen

G. u. S. Bitomsky



*Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post/Süd  
lädt freundlich ein zur*

## **Spargelwanderung** am Samstag 18.Juni 2011

**Weg:** Abensberg – Gillahof – Schwaighausen – Sandharlander Heide – Sandharlanden – Hinterberg – Abensberg

**Treffen:** 9.30 Uhr Bahnhof Abensberg

Anfahrt mit PKW:

Autobahn A 93 Richtung Siegenburg, Ausfahrt Abensberg. Durch Offenstetten nach Abensberg, Wegweiser Stadtmitte folgen. Durch das Stadttor, am Ende der Altstadt (ca. 100 mtr. in Sichtweite links Kuchelbauer-Brauerei mit Hundertwasserturm) nach rechts in die Bahnhofstraße einbiegen, Parkplätze rechts vom Bahnhof.

Anfahrt/Abfahrt per Bahn:

Regensburg Hbf ab 8.46 Uhr Gleis 5	Abensberg ab 14.32/16.32 Uhr Gleis 1
Rgbg Prüfening ab 8.50 Uhr Gleis 3	Prüfening an 15.05/17.05 Uhr Gleis 3
Abensberg an 9.18 Uhr Gleis 1	Rgbg Hbf an 15.10/17.10 Uhr Gleis 9

**Mittag:** Spargelessen auf dem Walthof in Sandharlanden (Tel. 09443/905005)

**Weglänge:** Gehzeit ca. 3 ½ Stunden; Abkürzungen möglich

**Wanderführer:** Birgit Ruhland

**Anmeldung:** für Nachfahrer erforderlich wegen Essensbestellung bis Freitag 17.Juni 2011 bei Ruhland, Tel. 333 27 (bitte auch Anrufbeantworter besprechen)

**Anmerkung:** Stammtisch wie immer am letzten Freitag im Monat am Kaulbachweg

Mit freundlichen Wandergrüßen  
Birgit Ruhland

Sportgemeinschaft Post/Süd Regensburg



Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post/Süd  
lädt freundlich ein zur



## *Wanderung am Samstag, den 23. Juli 2011 auf dem Besinnungsweg um Hainsacker*

### **Achtung Terminverschiebung** wegen Sommerfest des Hauptvereins!

**Anfahrt:** Abf. 9.05 Uhr, Maximilianstr. mit Li. 13 nach Hainsacker (Zo. 2).

**Abmarsch:** 9.40 Uhr Haltestelle Gasthof Prößl Hainsacker.

**Wanderung:** auf Teilstrecken des Besinnungsweges (mit Erläuterungen zu den einzelnen Stationen) nach Eitlbrunn.

**Mittagspause:** Gasthof Spanner in Eitlbrunn.

**Rückweg:** Eitlbrunn – Kleeberg – Bismarcksäule  
(zweiter Teil des Besinnungsweges) – Schwärz – Hainsacker.

**Weglänge:** ca. 12 km, Gehzeit etwa 4 Stunden.

**Rückfahrt:** ab Hainsacker mit Li. 13, alle 20 Minuten.

**Führung:** Willi Bäumler, am Wandertag erreichbar unter 0170 521 47 40.

**Anmeldung:** ist nur für Nachfahrer erforderlich unter 09 41 - 6 32 34.

**Hinweis:** Wir laden ein zum Stammtisch am Freitag, 29. Juli 2011,  
um 19.00 Uhr, im Nebenzimmer der SG POST/SÜD am Kaulbachweg.

Mit freundlichen Wandergrüßen!

*Willi Bäumler*

Sportgemeinschaft Post/Süd Regensburg



Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post/Süd  
lädt freundlich ein zur



Teugn

## WANDERUNG ,Teugn - Lengfeld' am Samstag 06. August 2011

- Anfahrt:** Mit PKW
- Treffen:** 10.00 Uhr auf dem Parkplatz neben der Kirche in Teugn
- Wanderung:** Die Wanderung geht von Teugn über die Perzelmühle Richtung Frauenbründl und über den Gschwendhof nach Lengfeld.
- Mittagessen:** Gasthaus Schreiner, Lengfeld, Tel. 09405 1717.
- Rückweg:** Durch den Wald westlich des Golfplatzes Deutenhof nach Teugn.
- Weglänge:** Vormittag: 6,3 km ( 2 h ) / Nachmittag 5,7 km ( 1 3/4 h ).
- Rückfahrt:** *so wie ihr herkumma seids, oder anders... (MD)*
- Führung:** Gerhard Hecht (Mobiltelefon während der Wanderung: 0160 95449934).
- Anmeldung:** nur Nachfahrer bis 05. August bei Hecht: Tel. 09405 7461

Mit freundlichen Wandergrüßen!

*Gerhard Hecht*

Sportgemeinschaft Post / Süd



Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post / Süd  
lädt freundlich ein zur

# Wanderwoche am Wilden Kaiser vom 04. – 11. Sept. 2011

- Unterkunft: Ferienhotel Fuchs \*\*\*  
Pirchmoos 36, A-6306 Soell  
Tel.: 0043-5333-5279  
www.ferienhotel-fuchs.at
- Zimmerpreise: Doppelzimmer mit Dusche oder BAD / WC 39,00 € pro Person  
Einzelzimmer mit Dusche / WC 46,00 € pro Person  
Alle Preise incl. Halbpension
- Anzahlung 200,00 € für Hotel, Lift- und Wanderpass  
zu entrichten an :  
Hubert Pfister  
Sparkasse Regensburg (Blz. 750 500 00) Kto 766642  
Zweck : Wanderwoche Söll  
Anmeldung bis 31. Juli 2011 an Wanderführer
- Wanderführer: Pfister Hubert, Tel.: 0941 / 95426 oder  
Bitomsky Sigried, Tel 09498 / 8389

Eine detaillierte Beschreibung folgt

Mit freundlichen Wandergrüßen

Wanderführer: Hubert Pfister



Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post/Süd  
lädt freundlich ein zur



## Rund um Beratzhausen

**Samstag, 24. September 2011**

- Treffen:** 9.30 Uhr Beratzhausen im Ort, Schwarze-Laaber-Brücke
- Anfahrt:** mit dem Zug: Abfahrt 8.56 Uhr Hbf. nach Beratzhausen  
Tagesticket + 4, Zone 1-7, SaSo € 8,30  
oder mit dem Auto
- Wanderung:** von Beratzhausen nach Oberlichtenberg und zurück
- Mittag:** Einkehr im Rudlhof Oberlichtenberg
- Wanderzeit:** 3 ½ Stunden
- Führung:** Herbert Schindler, Tel.: 93298
- Anmeldung:** Teilnahme wird gerne notiert,  
Nachfahrer unbedingt anmelden !

Gutes Wandern wünscht Herbert

Nächster Stammtisch: Freitag 30. September 2011

Sportgemeinschaft Post/Süd Regensburg



Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post/Süd  
lädt freundlich ein zur



Goldberg

## Kartoffelausflug Samstag 8. Oktober 2011

- Anfahrt:** -
- Treffen:** 13.00 Uhr; Parkplatz Bundesbahnschule Prüfening
- Wanderung:** Marienhöhe – Gorihof – Etterzhausen – Goldberg – Martin-Heumann-Weg – Rigo-Kreuz.
- Einkehr:** ca. 16:00 Uhr beim Kriegerwirt in Mariaort zum traditionellen Kartoffelessen.
- Rückweg:** -
- Weglänge:** ca. 8 km
- Rückfahrt:** -
- Führung:** Birgit Ruhland oder Vertretung  
Tel./AB 0941/33327
- Anmeldung:** -

Mit freundlichen Wandergrüßen!

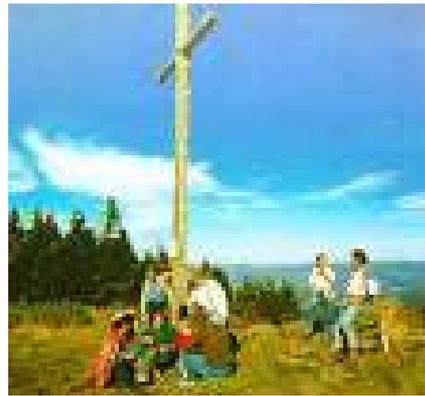
*Gerhard Ruhland*

- Hinweis:** Jeden letzten Freitag im Monat ist ab 19:00 Uhr Stammtisch im Nebenzimmer der SG/Post-Süd Gaststätte / Kaulbachweg

Sportgemeinschaft Post / Süd



Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post / Süd  
lädt freundlich ein zur



# Wanderung im Otterbachtal Samstag, 12. November 2011

Treffpunkt: 10.00 Uhr Parkplatz Hammermühle

Anfahrt: Mit PKW

Wanderung: Hammermühle-Unterlichtenwald-romantisches Otterbachtal  
Bruckhaus und zurück

Mittag: 12.00 Uhr WALDCAFE KÖNIG TelNr.:09408/555

Wegezeit gesamt ca 3.5 Std mit Aufwärmpause

Anmeldung ist für Nachfahrer erforderlich

Bis Freitag 11.11.2011 TelNr: 0941/95426

Führung Hubert Pfister

Auf eine schöne Novemberwanderrung

Mit freundlichen Wandergrüßen

Hubert Pfister



Die Wanderabteilung der  
Sportgemeinschaft Post/Süd  
lädt freundlich ein zur



## Adventswanderung am Samstag, 10. Dezember 2011

- Treffen:** 9:30 Uhr Minoritenhof (Golfplatz) Sinzing
- Wanderung:** Mattinger Hänge – Schwarzfelsen - Rosengarten - Lohstadt
- Mittagessen:** Gasthaus Perzl in Lohstadt, adventliches Beisammensein mit unseren Geburtstags- und Jahres-Jubilaren
- Rückweg:** zurück entlang der Donau zum Minoritenhof oder mit dem Zug ab Gundelshausen
- Wanderzeit:** 3 Stunden insgesamt
- Anmeldung:** unbedingt erforderlich bis 5. 12. 2011 wegen Platz- und Essensbestellung bei Bitomsky, Tel.: 09498 9389
- Führung:** Günter und Sigrid Bitomsky
- Hinweis:** letzter Stammtisch am Freitag, 16. 12. 2011  
Post-Süd-Gaststätte ab 19:00 Uhr

Mit freundlichen Wandergrüßen!

*G. u. S. Bitomsky*